

高校艺术社团美育功能建设在大学生心理健康教育中的作用

王晓

四川文化传媒职业学院, 中国·四川 成都 610000

摘要: 论文以高校艺术社团美育功能建设在大学生心理健康教育中的作用为主题, 通过文献综述和案例分析的方法, 探讨了高校艺术社团在大学生心理健康教育中的重要性和作用。首先, 分析了大学生心理健康问题的现状和原因, 指出心理健康教育的重要性。其次, 探讨了高校艺术社团在提升大学生创造力、情绪管理能力、团队合作能力等方面的作用, 并结合实际案例展示了艺术社团在心理健康教育中的实际效果。最后, 总结了高校艺术社团美育功能建设对大学生心理健康教育的积极影响, 并提出了进一步完善和发展的建议。通过论文的研究, 可以更好地认识和重视高校艺术社团在大学生心理健康教育中的作用, 为未来的实践提供借鉴和指导。

关键词: 高校艺术社团; 美育功能; 心理健康

The Role of Aesthetic Education Function Construction in College Art Clubs in Psychological Health Education for College Students

Xiao Wang

Sichuan Vocational College of Culture and Communication, Chengdu, Sichuan, 610000, China

Abstract: The paper focuses on the role of the construction of aesthetic education functions in college art clubs in the mental health education of college students. Through literature review and case analysis, the paper explores the importance and role of college art clubs in the mental health education of college students. Firstly, the current situation and causes of mental health problems among college students were analyzed, and the importance of mental health education was pointed out. Secondly, the role of university art clubs in enhancing the creativity, emotional management ability, and teamwork ability of college students was explored, and the actual effects of art clubs in mental health education were demonstrated through practical cases. Finally, the positive impact of the construction of aesthetic education functions in university art clubs on the mental health education of college students was summarized, and suggestions for further improvement and development were put forward. Through the research of the paper, we can better understand and attach importance to the role of art clubs in the mental health education of college students, and provide reference and guidance for future practice.

Keywords: art clubs in universities; aesthetic education function; mental health

1 引言

在校园文化建设的广阔舞台上, 艺术社团发挥着不可替代的作用, 成为培育大学生审美情感、增强其综合素养的关键园地。大学生艺术社团是高校实施艺术教育的有力工具, 它承载了传播校园文化、推行素质教育、打造和谐校园文化的使命, 同时也扮演着向外界展示优秀精神面貌、提高学校社会声誉的关键角色。在当今教育模式由“应试教育”逐步转向“素质教育”的过程中, 艺术教育以其弘扬民族文化和倡导高雅艺术的宗旨, 对于推进素质教育的实施扮演着独一无二的角色。

2 当下高校艺术社团发展现状分析

目前, 大学生们基于共有的兴趣和爱好, 自行成立的团体成为高校艺术社团的主流。教育机构和高等学府正积极

推广文化艺术团体, 同时社会对这些团体的重视度也在不断上升。然而, 随着时间的推移, 在当前高等院校艺术团体的发展过程中, 一系列问题逐渐显现。

2.1 艺术团体缺少必备的文化基础, 难以塑造团体的灵魂

高校的学生社团成员主要是那些有着共同爱好的学生, 偶尔也会有少数辅导教师加入并参与管理, 但通常管理模式以学生自治为主。在社团具体活动方面, 由于学生们在管理、文化、艺术等方面的能力有限, 因此社团的活动主要集中在艺术类活动的举办上, 对于艺术内在价值的深入挖掘和提升往往不足, 这使得社团难以形成具有自身特色的精神文化核心。

2.2 艺术团体在活动层面缺乏深度

艺术团体在高等教育机构中的活动通常限于校园之内。常规的艺术节目也主要是为了迎合那些水平较低的会员的需

求, 导致其呈现的艺术品质普遍较低, 很难推出高水平的艺术表演。高等教育机构对于艺术类学生团体的战略规划及资源投入不足, 导致这些团体在发展和基础设施建设方面面临重重挑战。艺术团体主要由学生构成, 负责日常练习、表演和活动策划。然而, 高等教育机构对此类团体的扶持不足, 导致这些团体在专业指导方面存在缺失, 同时也会因为资金和场地的限制而面临诸多挑战, 进而影响了艺术团体的健康发展。

2.3 艺术团体的管理架构存在明显的短板

艺术团体成员之间的联系松散, 团结力量不足。目前, 高等教育机构中的艺术团体在管理上缺少切实可行的方法, 未能构建起高效的管理体系。分工上的不清晰以及管理上的宽松, 使得团队成员间的关系过于松懈, 这严重制约了团体的成长和扩张。

3 当代大学生心理健康状态分析

大学生心理健康问题正逐步引起关注, 其中极端案例不时见诸报端。卫生部和世界卫生组织驻华代表处等机构的消息显示, 大学生中心理问题的比例在 16%~25%。这些心理问题主要表现为焦虑、神经衰弱、强迫症、恐怖和抑郁等症状。心理健康问题是导致大学生退学、自杀等严重后果的主要原因之一。近年来, 由于心理问题而导致的自杀、离家出走等极端行为呈现逐年增加的趋势。通过分析及总结问题, 为存在各类心理健康困扰的学生提供定制化的艺术团体活动支持, 进而开展有效的心理健康指导, 确保有充足的数据依据。以下是对影响大学生心理健康主要因素的总结。

3.1 个性因素

个性塑造受到众多元素的共同作用, 诸如父母的教导与示范、同龄人的作用、社会潮流、民族文化、遗传因素、生理特征等。大学生生活中, 每位学子的性格特点各具特色, 在相似的校园环境中, 由于性格的多样性, 适应性展现出悬殊的面貌。某些学生能融洽地与他人共处, 形成良好的社交圈; 相对地, 也有学子在人际交往中显得极不协调, 难以融入集体。个性是个人特质的体现, 它塑造了个人的心理韧性, 影响了他们的社交方式和他人对他们的看法, 以及在这些看法面前的心理反应。能够在个人成长过程中维持自信、自尊、自我控制、独立思考能力、创新精神和承受挫折能力的大学生, 他们能够持续地优化自我、增长经验。而那些总是考虑自我、急躁、怠惰、缺乏自信、固执且多疑的大学生, 往往难以确保其心理健康达到适当的标准。

3.2 情绪因素

心理健康的一个关键组成部分是情绪, 它在很大程度上决定了大学生的心理健康状况。大学生正处于心理波动最为剧烈和最为繁杂的阶段, 其情感特点展现为显著的双重极端性。情绪波动剧烈而繁复, 其转换无常且自我调节能力不足, 容易受到周遭环境和他人行为的冲击。当被激情笼罩时, 往往难以保持理智的思索, 进而可能偏激行事。大学生心理健康水平的波动, 往往与情绪的起伏密切相关。

3.3 生理及情感因素

现阶段, 正处于青春期中期的我国大学生们, 在生理

上正经历持续的转变, 逐步走向成熟。面对这些生理上的变化, 他们可能会出现诸如害羞、害怕等心理反应, 同时, 他们对于性话题也表现出较高的敏感度。人们热切希望与异性建立友谊, 并且对于获得异性间的情谊与爱意充满向往。然而, 由于生理早熟与心理发展滞后之间的冲突, 常常会导致对爱与理解之间的不平衡。大学生正处于生理成熟的阶段, 这激发了他们对性的认知, 并产生了对爱情的渴望。另外, 道德、纪律以及法律对这种渴望施加了约束, 导致需求与满足之间产生了明显的矛盾和冲突, 进而影响到他们的心理平衡。处理, 就可能产生心理问题, 甚至产生极端行为。在大学生群体中, 由于缺乏成熟的价值观和对恋爱认知的不足, 如三角恋爱、单方面爱慕、分手、被迫的情感关系和性心理偏差等问题频繁出现。这些情感带来的压力, 如果不能被及时且有效地释放和解决, 可能会引发心理上的困扰, 进而演变为严重的心理障碍, 甚至促成极端的极端行为。

4 高校艺术社团在大学生心理健康教育中的应用——以美育功能建设为例

高校艺术社团中美育功能的建设在大学生心理健康教育方面发挥了重要作用。通过日常的演出、排练、组织和管理等活动, 高校艺术社团促进了大学生在自我完善、人际关系交往、情绪管理和人格塑造等方面的发展, 从而提高了他们的心理健康水平。

4.1 高校艺术社团活动有助于大学生的时间管理能力的培养

以合唱团为例, 固定的周日下午排练时间占用了团员们的休闲时间, 由于存在时间观念差的团员可能会出现迟到、缺勤等不良习惯。然而, 通过长时间的排练, 团员们逐渐认识到按时参加排练对于整个团队的重要性, 从而改变了时间观念不好的习惯。

4.2 高校艺术社团活动有利于培养大学生的规则意识

在艺术社团中, 团员们自觉遵守各项规章制度, 例如在剧场内不吸烟、上下舞台需使用安全楼梯等。长期以来, 这种遵守规则的习惯已经让团员们养成了按部就班、守规矩的意识。高校艺术社团活动也有助于制止大学生的不良习惯。一方面, 这些活动改善了大学生不健康的休闲方式。据调查显示, 大多数大学生的休闲方式不健康, 如泡吧唱 K、网游、睡觉等。另一方面, 参与艺术社团活动让团员们不再将时间浪费在这些不良休闲方式上, 而是通过观赏艺术作品、学习技能以及参与演出等方式充实自己的生活。活动结束后, 团员们会自觉清理储物柜和排练厅的卫生, 久而久之, 他们开始主动打扫, 逐渐改变了懒惰的生活习惯。此外, 舞蹈团团员每周需要进行长时间的排练, 进行剧烈运动, 这对于不爱运动的团员来说是一种有效改变懒惰习惯的方式。

4.3 高校艺术社团为大学生提供了交往的机会和情境

首先, 艺术社团让大学生的社交圈变得更加广阔。例如, 合唱团的成员来自不同专业和班级, 打破了以班级或宿舍为圈子的交往模式。其次, 艺术社团内部各部门在排练和演出

过程中展开互动合作,拓展了交际范围。合唱团还通过校外演出等活动拓展了团员之间的交往网络。最后,艺术社团活动延长了大学生的社交时间和频率。举例来说,舞蹈团每周排练两次,每次时间超过 8 小时,团员参与活动通常持续两年甚至三年。这不仅积累了团员的社交经验,还提高了他们的交际能力。

4.4 艺术社团活动有助于大学生正确释放不良情绪

通过参与排练和演出,团员们可以转移注意力,改变负面情绪,并形成积极的情绪体验。当团员遇到失落或无助等负面情绪时,可以通过参与社团活动来暂时忘却,从而达到正确释放不良情绪的目的。综上所述,高校艺术社团以美育功能为核心,对大学生心理健康教育起到了积极的促进作用。通过时间管理能力的培养、规则意识的建立、不良习惯的制止、人际交往机会的提供以及正确释放不良情绪的方式,高校艺术社团为大学生们的心理健康发展提供了有益的支持。

5 高校艺术社团在大学生心理健康教育中的路径建设

高校艺术社团在大学生心理健康教育中扮演着重要角色。艺术是一种表达情感、释放压力的方式,而心理健康教育则是帮助学生认识和处理心理问题的重要途径。因此,将艺术与心理健康教育相结合,可以有效提升大学生的心理健康水平。

5.1 举办各种多样化的艺术活动

学校可以举办各种多样化的艺术活动,如绘画、音乐、舞蹈、戏剧等,让学生积极参与其中。通过艺术的表达和创作,学生可以释放情感、缓解压力,找到内心的平衡与宁静。这种参与式的活动不仅可以让学生在创作中找到乐趣,还可以培养他们的情感表达能力和情商。绘画可以让学生尽情挥洒想象力,表达内心的情感和思想;音乐可以让他们感受节奏和旋律的魅力,放松身心;舞蹈可以帮助学生感受身体的力量和灵活性,释放压力;戏剧可以让他们扮演不同角色,体验不同情境,培养沟通和表达能力。通过这些艺术活动,学生可以不断探索自我,培养创造力和想象力,同时也提升情商和社交技能。这样的活动不仅丰富了学生的课余生活,还为他们提供了一个全新的学习和成长平台,促进身心健康的全面发展。

5.2 开设心理健康教育课程或工作坊,结合艺术形式进行教学

这样设计的课程不仅仅是传授心理健康知识,更是通过艺术的独特方式触动学生内心,使他们能够更加深刻地领悟和接受这些知识。通过参与艺术创作,学生不仅能够培养创造力和表达能力,还能够学会有效地管理压力、调节情绪,从而提升心理健康的整体水平。这种综合了心理健康教育和艺术创作的课程不仅能够帮助学生认识和理解自己的内心世界,还能够培养他们解决问题的能力 and 提升情商,为他们未来的成长和发展打下坚实的基础。通过这样的课程,学生不仅能够获取知识,更能够在实践中提升自我,培养全面发

展的素养,为未来的生活和工作奠定坚实的基础。

5.3 组织一些公益活动

艺术是一种无声却强大的力量,它有着独特的魅力和感染力。通过艺术,我们能够传递正能量,启发人们内心深处的善良和温暖。在教育领域,利用艺术的力量可以激发学生的社会责任感和情感共鸣,让他们意识到自己在社会中的重要性和影响力。当学生参与公益活动时,他们会亲身感受到帮助他人所带来的快乐和成就感。这种经历不仅让他们体会到善行的力量,更能够激发他们内心的善良和同理心。通过与他人的互动和帮助,学生能够建立起更加积极向上的人生态度和行为方式,从而提升他们的心理健康水平。心理健康是一个人综合发展的重要组成部分,而参与公益活动可以为学生提供一个锻炼和成长的平台。在这个过程中,他们不仅能够提升自身的情感认知和社会责任感,还能够培养出更加坚强和积极的心态。因此,通过艺术和公益活动的结合,我们可以为学生们打开一扇通往更健康、更美好未来的大门。

6 结语

高校艺术社团在大学生心理健康教育中的重要性不言而喻。通过参与艺术社团的活动,可以提升大学生的心理健康水平。然而,如何以高校艺术社团的美育功能独特方式来增进大学生的心理健康水平,则成为一项至关重要的课题。高校艺术社团对心理健康的多重价值显而易见,论文将重点探讨其对大学生心理健康的促进作用,并对艺术社团建设提出多方面的讨论。未来,我们应该进一步加强对高校艺术社团美育功能建设的研究和实践,以更好地服务于大学生的心理健康教育。

参考文献:

- [1] 刘苗苗.舞蹈艺术活动对大学生心理健康问题的调节作用[J].南京师范大学学报,2012(1):7-8.
- [2] 魏文超.音乐教育促进大学生心理健康问题初探[J].心理学报,2010(2):15-16.
- [3] 欧阳大文.有关高校艺术社团的发展[J].中国科技创新导报,2007(7):9-12.
- [4] 黄春发.天津理工大学社团近年来发展概述[D].天津:天津理工大学报,2016.
- [5] 吕燕霖.大陆与港台高校学生社团比较研究[J].高校论坛,2012(4):17-18.
- [6] 王登峰.大学生心理卫生与咨询[M].北京:北京大学出版社,2002.
- [7] 颜世富.青年心理学[M].上海:复旦大学出版社,2015.
- [8] 黄希庭,郑勇.大学生心理健康与卫生[M].南京:高等教育出版社,2000.

作者简介:王晓(1981-),男,从事流行演唱教学研究。

课题项目:论文系成都市应用心理学研究会 2023 年度课题,课题名称:《高校艺术社团美育功能建设在大学生心理健康教育中的作用》,项目编号:CYXYJH2324。