

艺术疗愈在美育通识课程中的应用路径研究

于容欢

(广州工商学院, 广东 广州 510850)

摘要:当代大学生的心理压力普遍偏高,高等教育发展中美育与心理健康教育的受重视程度不断提升,艺术疗愈可以在美育通识课程中应用,这一层面的应用尝试较为多样。本文基于教育观察和逻辑分析阐述了艺术疗愈在美育通识课程中应用的内涵,逐一分析了应用中的要点,从不同角度肯定了应用层面的价值。在此基础上,本文具体分析了艺术教育在美育通识课程中应用的问题,对课程建设理念较为固化、心理健康教育内容融合状况不理想等问题的表现和制约性影响进行了细致解读。结合相关问题表现,本文提出了站在艺术疗愈的角度进行课程建设、积极整合心理健康教育内容等策略,旨在为艺术疗愈的深度应用提供一定参考。

关键词:艺术疗愈;心理;美育课程

高等教育阶段美育与心理健康教育的可融合性较高,这为艺术疗愈在美育课程中的应用奠定了坚实基础。艺术疗愈在美育课程中应用的理论基础扎实,现实条件较为良好。但进一步观察、分析后可以发现,艺术疗愈的有效应用并不简单,想要将其疗愈作用发挥出来也有一定难度。在诸多因素的共同影响和作用下,艺术疗愈应用层面也容易产生很多问题,诸多问题堆积在一起自然不利于艺术疗愈的有效应用。对各高校而言,其也需要对新时期美育课程中艺术疗愈应用,特别是应用价值发挥等事宜进行更为充分的思考。

一、艺术疗愈在美育通识课程中的应用概述

(一) 艺术疗愈及其在美育通识课程中应用的内涵

艺术疗愈的理论构成和实践方法主要来源于艺术和心理这两大学科,其本质是一种人性化疗法,关注从艺术和心理两个层面对个体进行疗愈。美育通识课程一般泛指艺术类教育课程,诸如美术、音乐、舞蹈等课程都具备一定的美育作用,其也被统称为美育客户层。艺术教育在美育课程中的应用一方面指艺术疗愈理念的融入,另一方面指美育课程中艺术疗愈作用的发挥。从艺术疗愈应用的角度看,美育课程建设及课程教学中自然也需要进行一些针对性调整。在高等教育阶段,这两个层面的教育也都得到了很多关注,两个层面的教育均具有十分丰富的内涵,这使得艺术疗愈在美育课程中的应用同样具有丰富内涵。

(二) 艺术疗愈在美育课程中的应用要点

艺术疗愈可以在美育课程中应用,但其具体应用中需要兼顾的要点较为多样,所需要兼顾的要点较多也增加了应用层面的系统性和复杂性。美育课程是美育课程教学的基础,美育课程不仅会对美育课程教学产生影响,同时也会对艺术疗愈在美育课程中的应用产生影响,课程建设事宜自然也成为了艺术疗愈应用层面的一个基本要点。艺术疗愈应用中需要将美育与心理健康教育整合在一起,不同层面的教育内容需要融合在一起,艺术疗愈相关的美育课程内容整合也十分重要。除这两个层面的要点外,联系艺术疗愈确定出不同的美育课程教学形式,在美育课程教学中所进行的一些艺术疗愈相关引导也具有重要意义,这同样是艺术疗愈在美育课程中应用时不可忽视的要点。

(三) 艺术疗愈在美育课程中的应用价值

之所以倡导艺术疗愈在美育课程中的应用,与其具有重要价值密切相关。概括来说,其具体应用价值主要体现在“教”与“学”这两个层面。从“教”的角度看,艺术疗愈的应用能够丰富美育内涵,一些心理健康教育内容的应用可以加强美育与心理健康教育的联系,围绕艺术疗愈所应用的创新教学法则可以提升美育课程教学

创新性。在美育内涵越发丰富,美育课程教学形式越发新颖后,美育课程教学质量也能进一步提升。从“学”的角度看,艺术疗愈的应用能够在一定程度上加深学生对美的感悟和了解,诸如心理层面进行的教育引导则可以为学生心理掌握的破解,心理健康水平的提升等提供帮助,这也有助于学生的更好成长与发展。在美育课程中应用艺术疗愈时,除了要关注其应用程度的加深也要关注其应用价值的充分凸显。

二、艺术疗愈在美育课程中应用的常见问题

(一) 课程建设理念较为固化

高等教育阶段美育的进行需要以美育课程为基础,艺术疗愈在美育课程中的应用也涉及美育课程建设。近几年,很多高校进行了艺术教育在美育课程中应用的尝试,但美育课程建设理念较为固化,不当的课程建设认知不仅拉低了美育课程建设质量,同时也对艺术疗愈应用产生了诸多不利影响。大部分高校的美育课程建设认知较为固化,鲜有高校会站在艺术疗愈的角度构思美育课程建设,这也导致单独的美育课程建设及美育课程体系建设与心理健康教育间缺乏密切联系。一般而言,课程建设中并未融入艺术疗愈理念增进美育与心理健康教育的联系时,艺术疗愈在美育课程中的实践应用也容易受到很多制约性影响。特别是很多美育课程教师缺乏艺术疗愈应用经验时,课程建设理念固化下美育课程建设状况较差自然会加大艺术疗愈应用上的难度。

(二) 心理健康教育内容融合状况不理想

对部分高校内美育课程内容进行分析能够发现,课程内容均聚焦艺术教育,其中几乎不存在与心理健康教育相关的内容。教育融合理念已经成为了一个十分成熟的教育理念,跨学科教学理论也十分完善。但很多高校的美育课程中缺乏心理健康层面的内容是不争事实,这便加大了基于美育课程进行艺术疗愈的难度。更为严重的是,很多美育课程教师在教学中对教材的依赖性较高,结合教材内容讲解艺术学科知识成为了常态。单纯结合音乐、美术等学科内容同步进行美育与心理健康教育并不简单,且容易导致所进行的心理健康教育较为突兀。此外,艺术疗愈课程内容不足也不利于学生在美育课程中学习接触、学习到心理健康层面的知识。在这一问题的影响下,美育与心理健康教育间的联系也较为薄弱,这一问题同时也是美育与心理健康教育融合状况不理想的体现,其自然不利于艺术疗愈在美育课程中的有效应用。

(三) 美育课程教学形式较为单一

艺术疗愈在美育课程中的应用会受到诸多因素影响,其中,美育课程教学形式是最为直接的影响因素。很多高校内的美育课程教学形式较为单一,即便是在艺术疗愈应用的情形下,美育课

程教学形式的创新性依然较低。例如,部分教师更多站在学生音乐演唱能力、绘画能力、舞蹈表现力等专项能力培养的角度进行美育课程教学,美育课程知识讲解为基础,专项能力培养实践活动为核心的教学形式可以为美育课程教学提供支持,但难以为艺术疗愈的应用,即心理层面的教育提供支持。从心理疗愈的角度看,美育课程教学形式较为单一也不利于心理健康教育相关内容在美育课程教学中的渗透。这一问题长期存在时,美育课程教学容易成为简单、机械的重复,想要基于这一传统教学形式从心理健康教育这一角度对学生进行艺术疗愈也更为困难。因此,美育课程教学形式单一也是艺术疗愈在美育课程中应用的一个典型问题。

(四) 艺术疗愈相关引导不到位

艺术疗愈在美育课程中应用的关键在于“疗愈”,疗愈作用的发挥通常需要以美育中的艺术教育出发,并在心理层面对学生进行一些有效的引导。但现阶段很多高校内美育课程教学模式较为固化,教师在教学中的主导性地位十分明显,美育课程教学层面往往缺乏有效互动,互动性不足也导致艺术疗愈相关引导很难进行下去。在缺乏教学互动时,教师便难以掌握学生的艺术知识学习状况和相关专项能力培养状况,教师同时也难以对学生的心理状况进行有效评估,这容易导致艺术疗愈在美育课程中的应用带有一定盲目性。此外,部分学生存在一定的心理障碍,学习、生活、成长经历也容易导致部分学生存在一定的心理创伤。从艺术疗愈中疗愈的角度看,有效的教育引导十分必要,美育课程教学中互动引导不到位自然会弱化艺术疗愈应用中的疗愈作用。

三、艺术疗愈在美育课程中应用的具体策略

(一) 站在艺术疗愈的角度进行课程建设

为更好促进艺术疗愈在美育课程中应用,高校与美育课程教师首先要美育课程建设上进行一些创新探索,站在艺术疗愈的角度构思美育课程建设事宜,以此强化美育课程支持艺术疗愈应用的作用。以美术课程建设为例,高校可以站在艺术疗愈的角度将美育与心理健康教育融合作为课程建设中的基本理念,并在这一理念指导下开发特色性美术教材,使得校本教材可以为艺术疗愈在美术课程教学中的应用提供支持。除了基于新理念进行校本教材的开发外,高校也可以将美术作品赏析教育和心理健康教育融合基础上陶冶学生情操,基于绘画艺术美感悟进行艺术疗愈等作为新的课程目标,联系艺术疗愈应用构建新的课程目标体系,为艺术疗愈应用下课程教学活动开展提供产生更为良好的导向作用。转变以往课程建设理念进行了艺术疗愈相关课程建设后,美育课程中艺术疗愈应用基础也能更为坚实。

(二) 积极整合心理健康教育内容

艺术疗愈在美育课程中的应用需要一些心理健康教育相关内容的支持,在美育课程教学中自然也要积极整合心理健康教育层面的内容,并结合这些内容对学生进行心理健康层面的教育,以此达成艺术疗愈目标。以泥塑课程为例,教师可以结合人物泥塑中的表情、肢体动作为切入点搜集情绪管理相关的心理健康教育内容,将专业的泥塑知识讲解同引申进行的心理健康教育结合在一起。课程教学中教师可以引导学生运用多种材料表现主题性内容,结合自身想法进行泥塑人物表情上的刻画,使得学生能够在艺术实践中缓解自身负面情绪,将艺术创作作为一种表达、排解心中负面情绪的途径。教师也要对学生泥塑创作表现和作品进行点评,并在点评中讲解一些保持情绪稳定、纾解不良情绪的知识,鼓励学生通过艺术创作、艺术赏析等陶冶自身情操,缓解紧张、焦虑等不良情绪。

(三) 围绕艺术疗愈多元美育课程教学形式

高校美育课程教学中需要围绕艺术疗愈不断多元教学形式,以此促进心理健康教育层面的内容能够更好与美育课程教学融合在一起。以美术课程教学为例,教师可以立足美术课程教学举办校园心理绘本比赛,鼓励学生应用画笔描绘不同的心理故事,使得学生可以站在心理健康教育的角度分享一些正能量的心理故事、结合绘画创作传递一些积极生活的态度和观念。此外,教师也可以站在心理疗愈的角度向学生介绍色彩疗法相关知识,并结合色彩疗法创设艺术赏析教学活动或色彩拼接、搭配相关的实践性教学活动,使得不同颜色可以从视觉上给予学生刺激,以此调整学生情绪。这种融入了艺术和心理知识的实践性活动可以帮助学生进行更多思考,美育课程教学形式的越发多样、新颖也能大为增强学生的美育课程知识学习体验,这可以为艺术疗愈的应用及艺术疗愈效果的增强提供支持。

(四) 强化艺术疗愈相关教育引导

为避免艺术疗愈在美育课程中的应用流于形式,教师也应当强化艺术疗愈相关的教育引导,将美育课程教学中互动过程作为引导过程,以此更好破解学生的心理障碍,使学生在艺术知识的同时可以同步得到不同层面的教育引导。以美术课程为例,教师可以基于设计专项的心理疗愈活动。绘画作为一种情感的表达工具被广泛用于心理咨询与心理治疗中,绘画也可以越过语言直接将内心中的情感表达出来。创设具体主题,引导学生结合自身理解、感受进行绘画时,教师可以从面部表情、心理情绪、绘画表现等角度进行教育引导,部分学生绘画中的情绪并不积极,作品的风格和色彩较为消极。结合这一情况,教师可以预期进行一对一交流,掌握其心理状况,并在美术教学与心理健康教育层面对其进行针对性教育引导,从而将心理教育的作用在美术课程这一美育课程教学中发挥出来。

四、结语

高校应当积极推动艺术疗愈在美育课程中的应用,对美育课程教师而言,其应当加深对艺术疗愈内涵及其应用的了解,并积极将其融入到课程教学中,在美育课程教育中进行艺术疗愈应用探索。值得注意的是,艺术疗愈应用并不简单,诸多因素的影响容易导致各种问题的产生。为此,除了积极推动艺术疗愈应用外也要做好系统评价,基于系统评价的方式及时定位、解决各种问题,以此更好发挥出艺术疗愈应用价值。在不断解决各种问题的同时,教师也应当积极综合相关经验,并在后续美育课程教学层面进行针对性调整,促进艺术疗愈在美育课程中的有效应用。

参考文献:

- [1] 蔡宏辉. 艺术心理疗愈在大学生心理健康教育中的应用思考[J]. 艺术教育, 2022(11): 275-278.
- [2] 张一璠. 材料、工艺、空间: 纤维艺术的心理疗愈功能探析[J]. 美术观察, 2023(10): 81-85.
- [3] 刘杰. 新时代背景下在高校艺术类学生中应用心理育人的路径探索[J]. 大武汉, 2022(17): 233-235.
- [4] 童欣. 绘画心理疗愈的本质、阶段与建议——基于荣格的分析心理学理论[J]. 贵州大学学报(艺术版), 2023, 37(1): 97-103.
- [5] 孙钰雯. 心理疗愈引导融合性课程教学探讨[J]. 中小学班主任, 2022(4): 14-18.
- [6] 秦婧. 运用表达性艺术疗法提高高校心理育人质量刍论[J]. 成才之路, 2023(13): 5-8.