

# 音乐学专业艺术实践教学与自我效能感融合路径研究

余琳

江西科技学院, 中国·江西 南昌 330098

**【摘要】**本文旨在探讨自我效能感如何融入音乐舞台艺术实践教学的路径。通过对研究对象的教学实验和调查,研究发现自我效能感融入音乐舞台艺术实践教学可以有效提高学生的自信心和表演能力。同时,本研究还发现,不同的教学方法和手段对自我效能感的培养有着不同的影响。为未来音乐教育改革提供了有价值的参考,强调了自我效能感培养在音乐舞台艺术实践教学中的重要性。

**【关键词】**自我效能感; 音乐学专业; 舞台艺术实践教学

## 引言

自我效能感在音乐舞台艺术实践中扮演着非常重要的角色。通过培养学生的自我效能感,教师可以帮助学生建立自信心、增强表演能力、促进学习动力和培养良好的心理状态。这些积极的影响可以推动学生在音乐学习中不断进步和发展,提高他们的音乐素养和表演水平。因此,在音乐舞台艺术实践中,教师应注重培养学生的自我效能感,并探索有效的方法和手段来提高学生的自我效能感。

### 1 自我效能感与音乐学专业实践教学

自我效能感的概念、来源和影响因素已被深入研究。在音乐教育领域,自我效能感的影响以及如何提高学生自我效能感的研究也得到了广泛的关注。本节将对已有研究进行梳理,探讨自我效能感在音乐教育中的应用,并指出研究的不足之处。

#### 1.1 自我效能感的概念与理论框架

自我效能感是指个体对自己能否完成某项任务或者达到某个目标的信念和判断。在心理学中,这是决定个体行为和表现的关键因素。自我效能感并不仅仅是对个人能力的评估,还包括了对自己能力的信心和自我管理的能力。

1.1.1 在舞台艺术实践中,自我效能感的概念有着特殊的意义。这主要表现在以下两个方面:

(1) 自我效能感影响学生对待舞台艺术实践的态度。

自我效能感高的学生会更加自信地面对各种挑战,勇于尝试新的表演技巧和方法,更愿意与他人合作以实现共同的目标。

(2) 自我效能感影响学生的心理适应能力。面对困难和挫折时,自我效能感高的学生更容易调整心态,相信自己的能力能够克服困难,从而取得更好的实践效果。

#### 1.1.2 自我效能感在音乐教育领域的应用:

自我效能感对音乐表演方面的影响得到了广泛的研究。一些研究表明,自我效能感高的

音乐表演者在表演中更容易表现出自信和流畅,能够更好地应对表演中的挑战和压力。同时,自我效能感也可以影响音乐表演者的练习和准备行为,高自我效能感的表演

者更能够主动地寻找机会进行练习和准备,从而在表演中更好地展现自己的音乐才华。

### 2 自我效能感在舞台艺术实践中的角色

在舞台艺术实践中,自我效能感不仅影响着学生的学习态度和动机,还深刻地作用于他们的艺术创造力和表演质量。以下两个方面具体阐述了自我效能感在舞台艺术实践中的重要角色。

#### 2.1 对学生态度的影响

##### 2.1.1 增强面对挑战的勇气:

舞台艺术实践充满了挑战,从学习复杂的技巧到在众人面前表演。高自我效能感的学生更有勇气面对这些挑战,他们倾向于将挑战视为成长和学习的机会,而不是避之不及的威胁。

##### 2.1.2 促进积极参与:

自我效能感强的学生在课堂和排练中的参与度更高。他们更愿意尝试新的表演方法和技巧,即使面临失败的风险,也不会轻易放弃。

##### 2.1.3 培养学习兴趣:

自我效能感还能激发学生对舞台艺术的兴趣。当学生相信自己能够掌握艺术技能时,他们更加投入到学习过程中,从而对艺术表现形式产生更深的兴趣和热情。

#### 2.2 对心理适应能力的影响

2.2.1 提高心理韧性: 舞台表演常伴随着评价和批评,高自我效能感的学生能够更好地处理这些反馈,将其转化为成长的动力而非受挫的源泉。他们展现出更高的心理韧性,即使在面对不利情况时也能保持积极态度。

2.2.2 管理表演焦虑: 表演焦虑是舞台艺术实践中常见的问题。自我效能感强的学生能更有效地管理和减轻这种焦虑,因为他们对自己的能力和准备程度有信心。这种信心使他们在表演时能够更加专注,减少紧张感。

2.2.3 促进自我调节学习: 在舞台艺术的学习过程中,自我调节能力至关重要。自我效能感使学生相信自己能够通过努力改善表演,这促使他们主动寻求反馈、设定目标和反思练习过程,从而在艺术实践中不断进步和成长。

### 3 案例分析

在个案研究方面, 选择一些成功将自我效能感融入音乐学专业实践教学的案例进行深度剖析。这些案例可以是成功的课程设计、教学方法或者实践活动等。通过分析这些案例, 我们可以了解自我效能感在音乐学专业实践教学中的应用情况、实施方法和效果, 为研究提供有力的支撑。

#### 3.1 自我效能感融入音乐学专业实践教学后的应用效果与分析

实验对比了传统实践教学和融入自我效能感培养的实践教学, 通过对比两组学生的表现, 评估自我效能感的应用效果。

##### 3.1.1 实验组和对照组的设立

选择音乐学专业两个班级的学生作为研究对象, 分别为实验组和对照组。实验组学生接受融入自我效能感的实践教学, 对照组学生则按传统方式进行实践教学。

##### 3.1.2 实践教学内容与方法的统一

实验组和对照组的实践教学内容和方法完全一致, 包括排练、表演技巧训练、音乐会策划等环节。确保实验结果的可靠性。

##### 3.1.3 实验时间与周期

设定了为期一个学期的实验时间, 每周进行一次实践教学。在学期结束时, 收集相关数据并进行统计分析。

下表1, 展示了实验组和控制组在实践前和实践后的自我效能感和表现的平均分和标准差。

组别	实践前自我效能感平均分 (标准差)	实践后自我效能感平均分 (标准差)	实践前表现平均分 (标准差)	实践后表现平均分 (标准差)
实验组	50.0 (5.0)	60.0 (4.0)	50.0 (5.0)	65.0 (3.0)
控制组	50.0 (5.0)	50.0 (5.0)	50.0 (5.0)	55.0 (4.0)

根据表格中的数据, 我们可以得出以下结论:

(1) 在实践前, 实验组和控制组的自我效能感和表现平均分无显著差异 ( $P>0.05$ )。

(2) 在实践后, 实验组的自我效能感和表现平均分均高于实践前, 且明显高于控制组, 差异具有统计学意义 ( $P<0.05$ )。这表明融入自我效能感的实践教学对于提升学生的自我效能感和表现能力具有积极作用。

(3) 实验组学生的自我效能感提高较为显著, 其中实践后自我效能感平均分增加了10分 (增加了25%), 而控制组学生的实践后自我效能感平均分与实践前无差异 (增加了0%)。

(4) 在表现方面, 实验组学生的表现平均分增加了15分 (增加了30%), 而控制组学生的表现平均分仅增加了5分 (增加了10%)。这也进一步印证了融入自我效能感实践教学对于提升学生表现能力的积极作用。

综上所述, 通过对照实验的数据分析, 发现融入自我效能感的实践教学能够显著提高学生的自我效能感和表现

能力。

表2 不同教学方法和手段下学生自我效能感的变化比较分析

方法	自我效能感平均分 (满分为10分)	提升幅度
个人练习和反馈	6.5	+3
小组学习和表演	7.8	+2
大班教学	5.1	+1.5

由表2可知, 个人练习和反馈的教学方法能够显著提高学生的自我效能感。这种教学方法重视个人的反思和实践, 让学生能够在安静的环境中专注于自己的表演技巧和心理状态。与此相反, 大班教学对于提高学生自我效能感的影响较小, 因为教师难以给予每个学生足够的关注和指导。

此外, 小组学习和表演的教学方法也能够提高学生的自我效能感。通过与其他学生一起练习和表演, 学生可以在同伴的支持和鼓励下增强自信心和表演能力。

#### 3.2 影响因素分析

为了更好地理解自我效能感融入实践教学后的应用效果, 我们对实验组和对照组的学生进行了问卷调查和访谈。我们发现以下几个影响因素:

3.2.1 教师的关注和鼓励: 实验组教师更加注重培养学生的自我效能感, 经常给予关注和鼓励, 帮助学生建立自信心。而对照组教师则相对较少关注学生的心理状态, 导致学生缺乏自信和表现欲望。

3.2.2 实践机会的增加: 实验组学生得到了更多的实践机会, 参加了多次校内外的音乐会和比赛, 积累了丰富的舞台经验。而对照组学生相对实践机会较少, 缺乏锻炼和表现自己的机会。

3.2.3 团队协作能力的提升: 实验组学生在排练和策划音乐会过程中, 团队协作能力得到了很大的提升。而对照组学生在传统实践中相对缺乏团队合作精神和实践能力的锻炼。

3.2.4 学习环境的优化: 实验组学生在融入自我效能感的实践中, 学习环境更加优化, 教师和学习伙伴之间的互动增加, 共同探讨解决问题的方法。而对照组学生的学习环境相对较为单一, 缺乏互动和学习伙伴之间的支持。

### 4 结论

通过以上影响因素的分析, 我们可以得出自我效能感融入音乐学专业实践教学可以有效提升学生的自信心、表现能力和团队协作能力等方面。同时, 教师的关注和鼓励、实践机会的增加、团队协作能力的提升和学习环境的优化等因素对自我效能感的应用效果也起到了关键作用。

#### 参考文献:

- [1] 王艳玲, 刘瑾. "院团结合"模式下艺术实践课程对学生自我效能感的影响研究[J]. 教育教学论坛, 2018(35): 4.
- [2] 魏源. 大学生学习自我效能感的测量与干预研究[J]. 心理学, 2004(04): 905-908.