

美育对学生情感和情绪管理的影响研究

范瑞芳 武子诚

内蒙古集宁师范学院美术与设计学院 内蒙乌兰察布 012000

摘要：本研究旨在探讨美育对学生情感和情绪管理的影响。通过文献综述和实证研究，本文发现美育在学生情感和情绪管理方面具有重要作用。美育为学生提供了一个表达和释放情感的渠道。在艺术创作和欣赏的过程中，学生们可以自由地表达自己的情感，无论是喜悦、悲伤还是困惑，都能通过艺术作品得到宣泄和释放。情感与情绪的表达和释放有助于学生更好地处理自身的情绪，增强他们的情感认知和自我认知。因此，美育在学生情感和情绪管理方面具有重要意义，值得在教育实践中进一步推广和应用。

关键词：美育；学生情感；情绪管理

前言

情感是创造的动力，兴趣是成功的关键，在学生的成长和教育过程中，两者的作用举足轻重。美育教育不仅仅是致力于学生艺术修养的提升，更是通过艺术作品和审美活动来陶冶学生的情感，促进其全面发展。在学生的成长过程中，情绪管理起到了不可缺少的作用。它们对于学生的心理健康和社会适应能力具有深远的影响。因此，深入探究美育对学生情感和情绪管理的影响，既有深刻的现实意义，又有理论上的重大价值。

一、美育与情感和情绪管理

（一）美育的内涵与发展

美育是通过审美教育培养人的教育活动，它涵盖了美术、音乐等多种艺术形式，旨在通过美的熏陶和感染来提高学生的人文精神，增强学生的审美修养。美育历史悠久，社会在发展，教育观念在更新。美育在教育系统中的地位和作用越来越突出，已成为现代教育中不可或缺的重要组成部分。对于中小学生而言，艺术教育更多地扮演着美育启蒙的角色，旨在培养他们对美的基本感知和喜爱，并积极参与校园艺术活动，通过艺术表达情感和想法。审美教育的开展有助于学生更好地掌控自身情绪，平衡理性与非理性的诉求，提升学生的互助性和学习性，进而促进学习能力的提升和优秀性格的塑造。

（二）学生情感和情绪管理的重要性

情感是人的核心内容。它深刻地影响着人的思维、行为，以及生理健康。对于学生而言，情感和情绪管理能力的强弱直接关系到其学习效果、人际关系和心理健

康。因此，加强学生的情感和情绪管理教育，培养其积极健康的情感态度和情绪调节能力，是教育工作中不可忽视的一环。随着青春期的到来，学生自我意识的发展，他们开始经历更为复杂、矛盾的情绪体验。需要激发学生的真情实感，并确保这种情感激发与学生的能力发展水平相适应，使学生在生活中能够主动关注自我情绪。

二、美育对学生情感发展的影响

（一）美育与审美情感的培养

从艺术角度来看，美术是其中最重要的一门学科，从本质上来讲，美术是一种无意识形态的存在，艺术家在创作出艺术作品之后，人们需要展开审美欣赏活动才能最终赋予美术作品审美意义和价值^[1]。美育的核心在于通过对于艺术作品的欣赏和创作来培养学生的审美情绪，让学生产生情感共鸣。艺术作品所蕴含的情感元素能够触动学生的内心，引发共鸣。在美育活动中，学生不仅能够感受到美的存在，更能够学会欣赏美、创造美，进而培养起独特的审美情感。这种唯美的情感可以使学生的情感体验更加丰富，使其更加敏感、细腻地感知世界。

而美术教育在情感培养方面具有独到之处，它是最容易满足人的情感需要的艺术教育形式。学生对自然环境和艺术氛围的心理倾向，对艺术作品的辨析能力，控制自我情绪的能力适应能力，艺术活动中的合作能力等等，始终贯穿在学生的思想和行动中，贯穿于美术教学过程中^[2]。在美术教育教学和活动中，学生自我的提高深深地感染着学生的情绪、兴趣因素。

（二）美育在情感表达中的作用

美育活动为学生提供了多样化的情感表达途径。通

过绘画、音乐、舞蹈等，学生可以将自己的情感以艺术化的方式表达出来。这种表达方式不仅有助于学生更好地理解自己的情感状态，还能够促进他们与他人的情感交流。在美育的熏陶下，学生逐渐学会用艺术的方式表达情感，使情感表达更加生动、深刻。通过整合运用意象等方式，艺术表达情感在教学中具有非语言性沟通、趣味性强等特点，在教育中有着不可替代的作用。这种情感表达能力的培养同样也有助于学生更好地与他人交流，增强学生的自信心和自尊心。

对于中小學生而言，他们的心理体验日趋丰富和复杂，但思维还处在从具体的形象思维过渡到抽象的过程中。教师应发掘学生之间的差异，引发进一步思考，从而对学生情感表达能力给予一定的帮助。在文字或口语有时难以完全表达他们内心的想法时，利用比如漫画、涂鸦等来辅助学生，学生可以将自己的情感、思想融入到作品中，用独特的方式表达自己的内心世界，充分表达自己的观点。

三、美育对学生情绪管理能力的提升

(一) 美育与情绪调节策略的形成

中小学生的艺术教育应该致力于培养他们正确的审美观念和发现美的能力，让他们能更好地发掘身边的美好事物。在进行相关美术教学时，应根据学生身心发展规律和对艺术审美的感知特点，有针对性地开展课程教学，通过开展学生乐于接受的艺术形式和效果，达到教学目标。在教授美学概念时，我们需要使用准确的表达方式，其主要目的是激发学生们对“美”的兴趣，初步培养他们独特的审美能力。其核心目的在于唤起学生们对“美”的关注和兴趣，初步培养他们独特的审美情趣。通过这种方式，学生们能够在探寻美的过程中，培养出一种积极向上的情绪和乐观活泼的心态。这种心态不仅将影响他们自身，还能感染到身边的家人和玩伴，共同营造一个和谐、快乐的成长环境。

中小学美术教育从生活中来，从生活中来反映。学生的认知受到限制，遇到与自己的认知不一致的东西情绪往往会出现波动，会选择用尖叫或责备的方式来宣泄自己的压力。如果仅仅采取简单粗暴的打压手段，反而会激起其更大的抵触情绪。通过艺术教育的形式让他们根据色彩的不同，表现自己的心情状况，如用蓝色的海洋代表伤心，橘黄色的太阳代表快乐，红色的火焰代表激动，灰色的天空代表忧郁等，通过对色彩的认知，让学生学会了解自己的情绪状态，甚至还能够用绘画的形

式来表达自己的情感^[9]。这样以颜色感知为基础的艺术教学，不但有助于他们更加深刻地认识自身的情感状况，还可以引导学生利用艺术的形式合理地控制情绪，表现自身内在情感。这样的培养模式有利于他们形成良好的情感管理机制，促使学生的身心健康成长。

学生通过欣赏艺术作品、参与艺术创作等方式，能够体验到不同的情感状态，从而学会在面对不同情绪时如何进行调节，可以更好的管理自己日常生活中的情绪。在绘画或音乐创作中，学生通过抒发情感，可以释放压力，平复心情；在欣赏艺术作品时，学生可以通过感受作品所传达的情感来转移注意力、缓解负面情绪。

(二) 美育在情绪认知中的作用

由于艺术教育是一种与生活感受相关的教育类型，学生有先天的艺术教育需求。学生对于周边环境充满了好奇心，他们愿意去感受、去触碰未知的世界在中小学生的成长过程中，他们往往会在现实世界与想象世界之间不自觉地建立一种情感投射关系，这种关系常表现为以自我为中心的心理暗示。他们可能会将心爱的玩具视为情感倾诉的对象，并乐于与之进行情感交流，这种独特的心理认知为中小学生艺术教育提供了宝贵的切入点。

中小學生最大的优点是思想活跃，创造性高。老师在对其进行艺术培养中应该更重视学生的个性，引导学生勇于表现自我。由于每位学生的发展环境都不尽相同，它的创造性的发展也是不相同的。这就要求老师在讲课过程中帮助学生树立信心并可以大胆的进行创新。在实施美术教学的过程中不能拘泥于课程类型，为了培养学生的艺术兴趣和创造力，我们应当给予学生更大的自主艺术学习空间，让他们能够根据自己的兴趣和喜好选择适合自己的艺术学习形式。同时鼓励学生勇于实践，通过创作艺术作品来体验不同的自我来增强自信。学生的艺术创作过程不仅锻炼了他们的手、眼、脑、口的协同能力，更是一个身心全面发展的过程。他们需要用眼晴仔细观察，用大脑深入思考，用双手创造独特的作品，用语言表达自己的情感和想法。这样的创作过程不仅让学生将美分享给他人，还能从他人的认同中获得自我肯定，进而产生强烈的成就感。通过这样的艺术教育方式，我们旨在培养学生的创造力、想象力以及自信心，让他们在未来的学习和生活中更加自信。

在艺术创作的过程中，学生势必会碰到各种困难，教师要善于激发他们表现美好、创造美好的力量，让他们敢于大胆地用不同的艺术形式表达情感。教师应积极

引导学生通过合作交流的方式共同完成艺术创作，这不仅增强同学间的相互交流，还能促进他们相互欣赏、分享情感、控制情绪。

四、美育在学校教育的实践

作为实施美育的重要课程——美术教育。承载着培养学生情感兴趣和自我需要的重任。

美术表现是学生借助多种形式和材料来表达情感与体验的过程。不管是用写生还是临摹的形式，都是学生直接或间接地感知、体验客观事物的反映。表现手法的选择受学生个人的心理倾向影响，学生感知事物技能的心理环境的因素制约较大^[4]。要针对学生的心理特点，满足他们积极的心理需求；发挥情感兴趣的能动作用；帮助他们对客观事物有正确的感知和认识。从而培养学生的审美情趣，激发学生的表现欲。

美术欣赏在情感陶冶方面起着重要作用。欣赏过程表现了学生的主观能动性，通过这一过程，学生能够在情感上更深入地理解艺术作品。在欣赏过程中，不同情感特质的学生会有不同的体验，如感情丰富的学生可能感受面更广，而感情细腻的学生则可能理解更为深刻。所以美术教师的核心职责在于引导学生学会欣赏，这不仅有助于他们丰富生活内涵，还能拓宽他们的视野，积累更多深刻的记忆。比如引导学生向大自然靠近，从大自然中得到愉悦的情感，陶冶学生的情操；为学生提供背景材料和知识，引导学生领略人类历史的成果去获得鉴赏经验。

在美术教学中，引入生活实践意味着让学生走出教室、走进生活，用眼睛去观察；用心灵去感受周围的世界。这样的教学方式能够让学生更加直观地理解美术的魅力和价值，激发他们的创造力和想象力。例如通过写生、艺术考察等活动，学生可以亲身体会到不同艺术形式的表现力和感染力，从而更加深入地理解美术的内涵。

将实践与体验相结合，不仅能够提高美术教学的质量和效果，还可以加快学生身心全面发展。在未来的美术教学中，我们应该更加注重实践性和体验性，让学生在生活中感受美、创造美，实现美术教育的真正价值^[5]。

五、结论

(一) 研究结论

通过深入的理论分析与实证研究，探讨了美育对学生情感和情绪管理的影响。研究表明，美育在促进

学生情感发展、提升情绪管理能力方面发挥着关键作用。美育活动既可以培养学生的审美情感，丰富其情感体验，还有助于学生形成有效的情绪调节策略和情绪认知能力。使学生在日常生活中能够更好地管理情绪，保持积极健康的心态。此外，研究发现不同类型的美育活动对学生情感和情绪管理的影响存在差异，因此在教育实践中，应根据学生的个体情况，选择恰当的美育活动形式和内容，以最大化其效果^[6]。

(二) 对美育实践的建议

艺术教育训练学生良好品德和情感管理才能的主要工具。通过改进教学与实施，学习者在提高艺术素质的同时，还可以更好的表现自己和表达情感，从而推动情感管理向良性的发展。在艺术教学过程中，老师是学习者的重要引导者，不仅传授专业知识，也传授教学方法，以实现正确人生观、价值观的树立。也因为艺术教学的特点，老师们很容易捕捉到学习者的感受，从而指导学生运用不同的方法表现自己，可以用非语言的方式表达自我。

在注重分数与技能的同时，要更重视品德、美育、身体等方面的训练。为达到这一要求，首先从教育思想的改变入手。只有当教师们形成了自我心理建构的能力与观念，教育工作才可以真正的实施起来，而又不能片面的、形式主义地进行多下课、少作业，在评价考试中却仍然只能根据分值而进行判定。因此美术教育的道路，还是道阻险长。

参考文献

- [1] 曹慧芬. 艺术教育对儿童情绪管理的作用[J]. 小学科学(教师版), 2021(2): 137.
- [2] 邓佳. 高校美育课程研究[D]. 导师: 赵伶俐. 西南大学, 2019.
- [3] 刘睿莹. 中学美术课堂教学中渗透情感教育的途径[J]. 学周刊, 2022(28): 174-176
- [4] 蔡魏. 情感教育在中学美术课堂教学中的融合研究[J]. 新课程, 2022(02): 25
- [5] 杨建斌. 浅谈初中美术课堂中学生情商的培养[J]. 新一代(下半月), 2017, 000(005): 183.
- [6] 李雪萍. 在美术教育中培养学生的情感, 兴趣[J]. 陕西教育: 教育, 2014