**关于推进中小学音乐教育与青少年心理健康教育融合的提案**

一、提案者

姓名：伍洋、金佳燕

电话号码：13918247625

二、背景情况

近年来，由于各种因素的影响，中小学生心理健康问题频发，受到社会各界的广泛关注。党和国家高度重视下一代的心理健康工作，党的二十大报告中强调要“重视心理健康和精神卫生”。在《中小学心理健康教育指导纲要（2012年修订）》文件中，明确指出了心理健康教育是实施素质教育的重要内容，并提倡开展心理健康教育的途径和方法可以多种多样、灵活选择。根据教育部印发的《义务教育课程方案和课程标准（2022年版）》文件，其在音乐课程一章中点明音乐本身是美育的重要组成部分，对学生心理健康教育有着关键作用，同时要突出课程综合，协同育人，促进学生身心健康全面发展。因此，在青少年的心理健康教育中要注重音乐教学的“育心”作用，以乐辅德、以乐怡心，以此塑造学生健康的心理。

三、问题及分析

**1.音乐教学中对心理教育的忽视**

随着新课标的推进，中小学的音乐教育也得到了较大的改进，明确了其教学重点应集中于帮助学生培养审美能力与获得心理健康教育。但是，在部分学校的音乐教学中，往往停留在音乐表层的欣赏教学，而忽视了音乐对学生情感的陶冶与心理的塑造。这一种被动式的接受不利于学生主动的思考与审美能力的提升，更无法达到在音乐教学中获得心理培养的目标。

**2.心理健康教育的片面化**

随着各类方针的提出，包括于2020年8月上海市教育委员会发布的《关于加强上海学校心理健康教育的意见》政策，学校愈加重视与实施了心理健康教育。但是有些学校未完全贯彻政策理念甚至是应付式完成检查，心理教育开展方式单一、活动单调等，这种似有实无的形式化教育、片面式教育方法很难达到提高学生心理健康水平的作用。

**3.学校课程结构优化问题**

在《关于加强上海学校心理健康教育的意见》政策中，点明了主要任务之一为“开齐开足开好心理健康教育课程”。因此，许多学校也纷纷开设了心理健康教育课程，但是还缺少系统性的研究和课程开发。融入音乐开设相关心理健康教育校本课程不仅可以体现办学特色，更有利课程间的相互补充与结构优化。

**4.学生个体身心发展的需要**

 中小学阶段是学生人格养成的重要时期，很容易因外界因素的干扰等在心理健康上出现各种问题。因此，这也是学生可塑性极强的特殊阶段，对学生心理健康观念的灌输、良好心理素质的培养与挖掘学生潜能等方面就显得尤为重要。加入音乐的活动和教学方式相比于其他形式，也更易被学生接受与感悟。

四、建议

**1.落实寓思想教育于音乐教学中**

在音乐的欣赏教学中，不仅仅是让学生学习到音乐相关专业知识与提高鉴赏能力，更要通过乐曲挖掘音乐的情绪表现。例如在欣赏二胡曲《二泉映月》时，要让学生感受到音乐中如泣如诉、如悲似怒的表达，从而引出对劳苦底层群众的同情，对现有幸福生活更加珍惜的情感体现。

**2.增加心理健康教育内容在音乐教材中的体现**

目前在中小学音乐教材中集中表现为乐谱、乐理、介绍等相关专业知识，可适当增加乐曲所体现的情感表达和其与心理健康教育的联系、小贴士等，使之更加清晰。

**3.提倡并开设基于音乐活动的特色校本课程**

建议市相关部门加大对开设特色校本课程的提倡力度，使学校层面更积极、主动地思考与开发。在校内研究、设计与实施的过程中更加全面与综合地落实在音乐课程中融入青少年心理健康教育的目标。

**4.合理规划心理咨询室，设立音乐放松室**

心理咨询室建设是争创中小学心理健康教育示范校的必备项目，也是完成其他心理健康教育工作的重要前提和有力保障，其中音乐放松室就为建设方案之一。其可以在教师对学生进行个别心理辅导时起到辅助缓解压力，改善情绪、振奋精神、消除紧张焦虑、忧郁等不良心理状况的作用。

**5.强化教师专业培训**

在推进中小学音乐课程与青少年心理健康教育融合的过程中，也要在对音乐教师、专职心理健康教育教师等的专业培训中加入相关内容，提高全体教师的心理辅导能力和知识储备等。