

# 积极老龄化视角下老年音乐戏曲教育路径优化研究

周 铮

(上海工程技术大学 上海 201620)

**【摘要】**音乐戏曲作为一种表达正向感情、传递积极向上生活观念并且具有较强互动性的媒介形式，不仅可以填充老年人在退休之后生活和精神上的空虚感，还可以让他们与这些作品中所包含的积极情绪产生共鸣，将这种积极、健康的情绪代入到日常生活中，促进积极老龄化养老观念的渗透。

**【关键词】**老年教育；积极老龄化；音乐戏曲

中图分类号：J6

文献标志码：A

文章编号：1007-0125(2020)10-0058-01

## 一、老年音乐戏曲教育对于积极老龄化的必要性

### (一) 音乐戏曲教育能够促进老年人之间的互动

首先，音乐戏曲的最重要的构成是演奏和演唱，这样的构成决定了音乐活动是需要参与者之间有频繁的互动和高度的默契，因此可以作为一种有效的社交工具，满足老年人退休后渴望与他人构建交流纽带的需求。通过音乐戏曲教育，让老年人能够了解到音乐戏曲的魅力，从而对音乐戏曲产生兴趣，参与到音乐戏曲的活动中。老年人在这种艺术层面的合作模式下，在增进了文化修养、丰厚了自身底蕴的同时，也能够感受到一种集体归属感，建立起新的社交网络。

### (二) 音乐戏曲教育能够给予老年人成就感

音乐戏曲不仅仅是一项活动，还是一项技能，具备了成长性。老年人通过参与和反复联系，能够不断增进自身音乐戏曲的水平和造诣。随着技能的提高，老年人能够获得极大的满足感和成就感，久而久之形成一种自我鼓励和自我实现交替作用的良性循环。另外，通过将音乐戏曲教育中获得的成果对外界进行展示并得到外界的认可 and 赞美，有助于老年人找回自信，达到自我价值的实现。

### (三) 音乐戏曲教育对老年人有疗愈作用

音乐戏曲教育能够在视觉和听觉上给予老年人适当的刺激，充分调动起他们的感官功能和思考认知，帮助老年人维持感官以及身体机能的敏锐程度，并且让大脑处于一种适度兴奋的状态。另外，通过让老年人鉴赏一些明快的曲目，使这些作品所传递的正面能量感染到老年人，让老年人与音乐戏曲的情感产生共鸣，填补自身的情感缺失。通过音乐戏曲的教育引导老年人用积极的心态来对待自己、面对生活。

### (四) 音乐戏曲教育具有自主传播性

首先，接受过音乐戏曲教育的老年人会把参与音乐戏曲活动的感受向周围辐射，让还没有参与过音乐戏曲活动、没有感受到音乐戏曲活动魅力的老年人自发参与到音乐戏曲教育和活动中。通过这样一种效应，慢慢在社区中形成良好的文化氛围。其次，通过对音乐戏曲的学习以及自身努力，在这方面取得一定建树的老年人可以成为其他老年人的老师，发挥音乐戏曲教育的传递作用。

## 二、国外音乐戏曲教育理念

### (一) 奥尔夫音乐教育理念

奥尔夫音乐教育的核心理念是综合性。在奥尔夫的音乐课中，将歌唱等表现形式应用到欣赏课中。可以说奥尔夫音乐教育的每一课例都将不同的表演形式融合在一起，在独立的基础上运用各种音乐教学途径去充实课程内容。奥尔夫音乐课程中倡导即兴表达，体现了奥尔夫原本性音乐的核心理念，即诗、舞、乐一体。

### (二) 达尔克罗兹音乐教育理念

达尔克罗兹音乐教育体系较为重视音乐教育的自然性，在不固定教育环境的基础上，达尔克罗兹音乐教育可以不受外界环境的干扰，进而提高音乐教育的环境适应性，且该体系应用成本较低，能广泛运用于多种音乐教育工作中。

## 三、我国老年音乐戏曲教育存在的问题

### (一) 课程设置缺乏科学合理性

在设计课程时没有充分考虑到老年人的生理和心理上的特点。第一，课程时间过长；第二，课程内容枯燥，着重于讲授而忽略了趣味，不利于老年人进行互动。

### (二) 教学模式陈旧

教学普遍采用灌输式，忽略了老年人个体特点，比如嗓音条件和性格特点。在教学中缺乏对老年人的指导和鼓励，照本宣科式的教学方式导致一些老年人的技巧错误无法得到及时纠正，最终使老年人养成错误的音乐戏曲习惯。

### (三) 缺乏广泛宣传

一方面，在进行老年人音乐戏曲活动的宣传时，没有与积极老龄化的理念结合，对老年人的感染触动性有限，无法调动起老年人的参与积极性。另一方面，宣传渠道局限于人际传播，效率低，缺乏精准度。

## 四、老年人音乐戏曲教育改善对策

### (一) 改变教学方式和理念

在教学方式上通过对怀有不同音乐兴趣的老年人进行划分，因材施教，在提升教学精准度的同时也缓解了教学压力，保证了教学质量。

在教学理念上，推行奥尔夫的音乐教学形式，提高老年人的创造能力，让老年人的思维处于活跃状态。

### (二) 改良教学内容

第一，教学的曲目要符合老年人的年代记忆，尽量选用老年人耳熟能详的曲目，由此更容易让老年人在学习过程中产生共鸣，唤起对曲乐学习的热情。

第二，在教学过程中要加强老年人之间的配合活动，多进行集体曲目或是男女对唱曲目的练习，将学习和社交紧密结合到一起。

### (三) 发挥社区教育资源的作用

充分调动社区内退休音乐教师和业余音乐爱好者的力量，经常在社区中开展音乐戏曲交流活动和知识普及讲座，使老年音乐戏曲教育走出课堂，走向大众，扩大老年音乐戏曲教育的触及面。

## 五、结语

通过优化老年音乐戏曲教育的路径，能够唤起越来越多老年人的艺术兴趣，通过将艺术所传达的情感转化为正面情绪和能量，从而促进积极老龄化理念的推广。

## 参考文献：

- [1] 靳松. 浅谈共享式社区老年音乐建设的策略[J]. 北方音乐, 2019,39(12):124+126.
- [2] 康涛. 奥尔夫教育理念在老年音乐教育中的应用初探[J]. 音乐探索, 2018,(02):81-88.
- [3] 魏萌. 老年人群音乐学习特点探析[J]. 艺术评鉴, 2018,(01):184-185+188.