

舞蹈对青少年人格发展的影响

<http://www.zwdance.com> 发表日期：2009-1-12 来源：艺苑舞蹈网 作者：郝琦 阅读次数：980 发表评论>>

在现代教育理念中：素质的培养既是教育的起点：也是教育的归宿。素质教育是促进健康人格形成的教育。舞蹈艺术自身的特点决定了它在人格发展过程中的独特价值。

### 一、舞蹈在人格结构中的作用

心理学家把人格定义为一个人惯常表现出的稳定性的行为模式和心理特性。美国哲学家杜威(John Dewey: 1859~1952)指出：在我们对外部世界的经验中：以及我们人格结构的和谐整合中：艺术发挥着有机统一的作用。如他所说：“艺术的职能在于统一：在于打破关于经验世界之基本共同要素的传统区别：尽管发展个性作为审视和表现这些要素的方式：但艺术的职能影响到个体的人：这种职能在组合各种差别：旨在消除我们生存诸要素中的孤立和冲突现象：旨在利用它们之间的对立因素来树立一个更加丰富的人格”

(一)对个性特征的影响。艺术活动对右脑的开发作用早已成为众所周知的事实：无需赘述。而舞蹈集视觉、听觉、动觉于一体：由于与其他多种艺术形式的相通而具有高度的综合性。对右脑的影响更为全面深刻。

临床心理学研究发现：右脑损伤的人在人格特征上会出现一些共同的人格缺陷。系统的心理学测试证明：就人格价值而论：他们都遭受到了一种损失。他们都变成为依赖的、退缩的和没有效率的人了。他们的智力本身并没有突出的不足：词汇和言语表达也显得极少受到影响：而记忆以及与洞察力、情绪控制、主动精神、建设性设想和想象力等相联系的那些较复杂的协调能力：则成了大脑半球切除手术的牺牲品：被观察到的是一种穷于人际关系：情感冷淡和被类化了的生硬的人格。心理学家由此得出结论：右脑对于我们正常人格是具有重要作用的。

(二)对认知风格的影响。心理学研究表明：一个人的能力：甚至一个人的人格：在很大程度上受到“心理习惯”的影响。而在这些习惯中：一个最为重要的习惯：就是主要依赖于左脑：还是主要依赖于右脑的个人倾向性。两者有不同的认知风格。大致说来：左脑是理智的、逻辑的、言语的；右脑是情绪的、直觉的、非言语的。

左脑的单侧化发展：作为现代学校教育的主要特征：带来的问题日益显现。左脑优势的人过分依赖逻辑和理性。往往把知识从广阔的生活背景中抽离出来：孤立起来。这样会导致人类认识世界的原初的丰富的感性能力逐渐削弱甚至丧失。因而：当代教育的任务是：不仅要让学生能够依靠书本来获得知识：还要能够在生活中通过丰富的感性资源进行学习。如果说艺术的目的是要人“感觉到”事物：而不仅仅是“知道”事物：那么舞蹈的感知特性显然是极为鲜明的。舞蹈艺术教育的实施不是靠说教：而是借助具体可感的艺术形象：通过学生亲历亲为的艺术实践来完成的。

舞蹈训练有助于激发多种感知和思维。由于学校教育侧重于语言和数学技能的训练：培养的往往是线性与序列的思维方式、因果的理解途径：缺乏创造性思维能力。而艺术教育培养的是直接的现实的感性经验：架起语言与非语言之间的桥梁。

舞蹈是人的本能、本性的反映及其产物。随着社会的发展：这种本能、本性被扭曲：以致丧失。现代人片面发展了自己的理性：而压抑、忽略了自己的感觉。找回、恢复人的本能：就找回了已经失去的平衡和和谐。对一个人整体素质的培养和优化是从感性素质开始的。感知觉的改造会使人以全新的方式来感知自我和世界。舞蹈艺术是感觉器官的活动、形象思维与情绪活动：在感性素质的培养中所具有的地位与价值。

### 二、舞蹈对人格发生影响的途径

(一)从生理层面到心理层面。身体和心理是人的基本素质中不可分割的两个方面：心理学家对素质的理解是：“素质是发生于人体中由生理运动向心理运动转化中的一种新的系统”体能素质

是其他素质的基础：直接、间接地影响其他素质的形成：而这种影响长期以来被教育界所忽视。

舞蹈动作受大脑的支配：对身体的训练同时也是对大脑的训练。舞蹈训练会使一个人获得身体平衡和节奏性动作的习惯。舞蹈中的节奏体现了生命的肉体节奏与精神节奏的统一：潜意识的直觉与有意识的理性达到的平衡。在融身体、音乐、情感为一体的教学过程中：不断促进感觉与思维的协调。节奏感是生命的基本力量：节奏训练的深层意义表现为：音乐与身体结合的节奏运动具有一种“人格的力量”。

舞蹈教育从舞蹈与人的素质培养的互动关系出发：在教学中：舞蹈首先是一种身体的训练。但不只是停留在身体、形体训练的层次上。舞蹈还是一种表现：学生能在舞蹈中逐渐认识自我：有助于自我潜力的认识和开发。舞蹈对人的影响和塑造：不仅作用于受教育者的感官：而且通过美的形式直抵人的心灵深处：不仅影响当前：而且作用长远。古今中外大量实力都雄辩地证明了舞蹈艺术能够以其独特的功效：成为培养和优化人类素质结构的有效教育途径。

西方现代舞之母邓肯有过一个著名的论断：“最自由的躯体蕴藏着最高的智慧”。舞蹈的表现和传播不是外物：而是具有血肉生命、饱含感情的人自身。因此通过形体动作和肢体语言的表达从而对身心发生影响。有组织、有计划的舞蹈艺术教育能够促进学生的身心健康和协同发展。

(二)从心理层面到社会层面。现代舞理论之父鲁道夫-拉班说：舞蹈是一所行为学校：人们指望它在外露的礼貌背后：产生一种扎根更深的社会性的和谐和友善。

在青少年阶段：舞蹈对群体意识的培养起着潜移默化的作用。舞蹈艺术有很强的集体因素：学生在跳集体舞的过程中：需要掌握集体行动的方法：养成集体观念。舞蹈是人体的律动而不是乱动。它要求节奏、秩序、齐心协力、步调一致。在古时候：舞蹈常被用作改善人际关系的手段。舞蹈的社会功能就在于：“乘机介绍了秩序和团结进入这些狩猎民族的散漫无定的生活中”：特别是在跳那些手持武器的集体战争舞时：若不如此：便会造成危险。

舞蹈一方面潜移默化地培养了人们的群体意识、协同意识、交际意识和纪律观念：另一方面：又保护了每一个部落成员的个性自由和个人的独创精神。因为它在强调步调一致的同时又允许甚至鼓励舞蹈者大显身手：一展雄姿。所以：它对于趋向松散的群体有一种维系作用：而对于铁的纪律约束之下的个体：又是一种解放和松弛。舞蹈造就的是一种既有统一意志又有个人心情舒畅的理想境界。它使青少年在身心两方面都得到全面而健康的发展：成为时代所要求的既有社会群体意识又有个人创造精神的一代新人。

美国《艺术教育国家标准》：强调了四门艺术学科：舞蹈、音乐、戏剧和视觉艺术是学校教育的七大核心学科之一：系统阐释了艺术教育的价值和功能。相比之下：我国普通学校的艺术教育已经习惯了音乐、美术双科为主的格局：对舞蹈没有引起充分的重视。

我国资深舞蹈家、舞蹈教育家、政协委员资华筠在全国政协九届三次会议上提交了一份关于加强舞蹈美育建设的提案：指出：舞蹈是可以直接作用于人自身生命质量的一门艺术：是通过人自身的形体运动来实现的艺术行为：其本体特质决定了它在素质教育中有着作用于人的生理、心理的特殊效用和不可替代的功能。