

ÂM NHẠC VÀ CẢM THỤ ÂM NHẠC – SỰ KẾT NỐI CẢM XÚC

Lê Thanh Huyền¹

Tóm tắt: Bài viết tập trung phân tích mối quan hệ giữa âm nhạc và cảm thụ âm nhạc trong việc hình thành, nuôi dưỡng và kết nối cảm xúc con người. Trên cơ sở tiếp cận từ góc độ giáo dục nghệ thuật và tâm lý học, nghiên cứu làm rõ vai trò của âm nhạc như một phương tiện biểu đạt và lan tỏa cảm xúc; đồng thời chỉ ra ý nghĩa của việc phát triển năng lực cảm thụ âm nhạc đối với sự hoàn thiện nhân cách, đặc biệt trong môi trường giáo dục. Qua đó, bài viết khẳng định: âm nhạc không chỉ là nghệ thuật của âm thanh mà còn là cầu nối tinh tế giữa con người với con người, giữa cá nhân với cộng đồng.

Từ khóa: âm nhạc, cảm thụ âm nhạc, cảm xúc, giáo dục nghệ thuật, kết nối cảm xúc.

1. MỞ ĐẦU

Âm nhạc từ lâu đã được xem là loại hình nghệ thuật có sức lan tỏa mạnh mẽ và trực tiếp nhất đến đời sống tinh thần của con người [3, tr.45]. Không cần ngôn từ phức tạp, không cần hình ảnh cụ thể, chỉ bằng giai điệu, tiết tấu và âm sắc, âm nhạc có thể chạm tới những tầng sâu kín nhất của cảm xúc. Ở mọi nền văn hóa, âm nhạc hiện diện như một phần tất yếu của đời sống: trong nghi lễ, trong lao động, trong sinh hoạt cộng đồng và trong từng khoảnh khắc riêng tư của mỗi cá nhân.

Trong bối cảnh giáo dục hiện đại, đặc biệt ở bậc học mầm non và tiểu học, âm nhạc không chỉ dừng lại ở vai trò giải trí mà còn trở thành công cụ quan trọng giúp hình thành và phát triển đời sống cảm xúc cho trẻ. Tuy nhiên, giá trị đích thực của âm nhạc chỉ được phát huy khi người học có năng lực cảm thụ âm nhạc – tức khả năng lắng nghe, cảm nhận, phân tích và đồng cảm với nội dung cảm xúc mà tác phẩm chuyển tải. Vì vậy, nghiên cứu mối quan hệ giữa âm nhạc và cảm thụ âm nhạc trong sự kết nối cảm xúc mang ý nghĩa lý luận và thực tiễn sâu sắc.

Trong quá trình thực hiện nghiên cứu, bài viết sử dụng kết hợp nhiều phương pháp nhằm đảm bảo tính khoa học và độ tin cậy của kết quả. Trước hết, phương pháp phân tích – tổng hợp tài liệu được sử dụng để hệ thống hóa các quan điểm lý luận thuộc lĩnh vực giáo dục nghệ thuật, tâm lý học và âm nhạc học liên quan đến cảm xúc và cảm thụ âm nhạc. Bên cạnh đó, phương pháp quan sát sư phạm được vận dụng thông qua việc theo dõi các hoạt động âm nhạc trong môi trường giáo dục nhằm nhận diện biểu hiện cảm xúc và khả năng cảm thụ âm nhạc của người học. Ngoài ra, phương pháp so sánh – đối chiếu được sử dụng để làm rõ sự khác biệt trong cách tiếp nhận và biểu đạt cảm xúc âm nhạc giữa các đối tượng và bối cảnh khác nhau. Sự kết hợp các phương pháp trên góp phần làm rõ cơ sở lý luận và thực tiễn của vấn đề nghiên cứu.

2. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Âm nhạc – ngôn ngữ đặc biệt của cảm xúc

Khác với các loại hình nghệ thuật khác, âm nhạc không mô tả hiện thực bằng hình ảnh cụ thể mà bằng hệ thống âm thanh có tổ chức. Chính tính phi ngôn ngữ ấy khiến âm nhạc trở thành “ngôn ngữ chung” của cảm xúc [3, tr.67]. Một giai điệu trầm buồn có thể gợi nên nỗi nhớ, một tiết tấu rộn ràng có thể khơi dậy niềm vui, sự hứng khởi.

Âm nhạc từ lâu đã được nhìn nhận như một loại hình nghệ thuật có khả năng biểu đạt cảm xúc một cách trực tiếp, tinh tế và sâu sắc nhất. Nếu ngôn ngữ lời nói truyền tải tư tưởng thông qua hệ thống ký hiệu mang tính quy ước, thì âm nhạc lại giao tiếp với con người bằng âm thanh – một chất liệu vô hình nhưng giàu sức gợi. Chính vì không bị giới hạn bởi biên giới ngôn từ, âm nhạc có thể vượt qua rào cản văn hóa, tuổi tác và không gian địa lý để chạm đến trái tim người nghe. Một bản nhạc không lời vẫn có thể khiến con người rơi lệ; một giai điệu vui tươi có thể làm bừng sáng cả không gian lớp học. Điều đó cho thấy âm nhạc thực sự là một “ngôn ngữ” đặc biệt – ngôn ngữ của cảm xúc.

Trước hết, âm nhạc có khả năng tái hiện và khơi gợi cảm xúc thông qua các yếu tố cấu thành như giai điệu, tiết tấu, nhịp độ, hòa âm và âm sắc. Giai điệu mềm mại, chậm rãi thường gợi cảm giác êm dịu,

¹ Trường Đại học Thủ đô Hà Nội

sâu lắng; trong khi tiết tấu nhanh, mạnh lại tạo nên không khí sôi động, hào hứng. Sự thay đổi về cao độ, trường độ hay cường độ âm thanh đều có thể làm biến chuyển trạng thái cảm xúc của người nghe. Nhờ vậy, âm nhạc không chỉ phản ánh tâm trạng của con người mà còn có khả năng dẫn dắt, điều chỉnh và nâng đỡ cảm xúc ấy. Đây chính là điểm khác biệt nổi bật giữa âm nhạc với nhiều loại hình nghệ thuật khác.

Bên cạnh đó, âm nhạc còn tác động mạnh mẽ đến con người ở cả phương diện sinh lí và tâm lí. Nhiều nghiên cứu khoa học đã chỉ ra rằng khi nghe nhạc, não bộ sẽ sản sinh các chất dẫn truyền thần kinh như dopamine – chất tạo cảm giác hạnh phúc và hưng phấn. Nhịp điệu của âm nhạc có thể ảnh hưởng đến nhịp tim, hơi thở và trạng thái căng thẳng của cơ thể [2, tr.112]. Vì thế, âm nhạc thường được sử dụng như một liệu pháp hỗ trợ trong việc thư giãn, giảm lo âu và cân bằng cảm xúc. Trong môi trường giáo dục, những bản nhạc phù hợp có thể giúp trẻ ổn định tâm trạng, tăng khả năng tập trung và tạo bầu không khí học tập tích cực.

Đặc biệt, âm nhạc có khả năng đánh thức ký ức và trí tưởng tượng [2, tr.98]. Chỉ cần nghe lại một giai điệu quen thuộc, con người có thể nhớ về những kỉ niệm đã qua, những khoảnh khắc vui buồn trong cuộc sống. Âm nhạc vì thế không chỉ gắn với hiện tại mà còn là sợi dây nối liền quá khứ và tương lai. Đối với trẻ em, âm nhạc mở ra thế giới tưởng tượng phong phú, giúp các em hình dung về hình ảnh, câu chuyện và nhân vật thông qua âm thanh. Khi trẻ hát một bài ca về thiên nhiên hay gia đình, các em không chỉ tái hiện giai điệu mà còn đang trải nghiệm những cảm xúc yêu thương, trìu mến và hạnh phúc.

Một đặc điểm nổi bật khác của âm nhạc với tư cách là ngôn ngữ cảm xúc là tính cộng hưởng và lan tỏa. Cảm xúc trong âm nhạc không dừng lại ở người sáng tác mà được truyền qua người biểu diễn và tiếp tục lan sang người nghe. Quá trình ấy tạo nên sự đồng cảm và kết nối giữa các cá nhân [3, tr.89]. Trong một buổi hòa nhạc, hàng trăm, hàng nghìn con người có thể cùng hòa chung nhịp đập cảm xúc; trong một lớp học, cả tập thể học sinh có thể cùng vui tươi, hào hứng khi cất cao tiếng hát. Chính sự cộng hưởng ấy làm nên sức mạnh đặc biệt của âm nhạc trong việc xây dựng tinh thần tập thể và nuôi dưỡng những cảm xúc tích cực.

Tuy nhiên, để âm nhạc thực sự phát huy vai trò là ngôn ngữ của cảm xúc, người nghe cần có khả năng lắng nghe một cách chủ động và tinh tế. Âm nhạc không chỉ đơn thuần là những âm thanh vang lên rồi mất đi, mà là một quá trình trải nghiệm nội tâm. Khi con người biết dừng lại để cảm nhận từng nhịp điệu, từng biến chuyển của giai điệu, họ sẽ khám phá được chiều sâu cảm xúc mà tác phẩm gửi gắm. Vì vậy, trong giáo dục, việc rèn luyện kỹ năng nghe nhạc có định hướng, khuyến khích học sinh bộc lộ suy nghĩ và cảm nhận của mình là hết sức cần thiết.

Tóm lại, âm nhạc xứng đáng được gọi là ngôn ngữ đặc biệt của cảm xúc bởi khả năng biểu đạt, khơi gợi và lan tỏa cảm xúc một cách tự nhiên, sâu sắc và phổ quát. Không cần lời giải thích dài dòng, âm nhạc vẫn có thể chạm tới những tầng sâu kín nhất của tâm hồn con người. Chính vì vậy, trong đời sống cũng như trong giáo dục, âm nhạc không chỉ là phương tiện giải trí mà còn là chiếc cầu nối tinh tế giữa trái tim với trái tim, giữa cá nhân với cộng đồng.

2.2. Cảm thụ âm nhạc – quá trình đồng cảm và sáng tạo

Cảm thụ âm nhạc không đơn thuần là nghe nhạc, mà là một quá trình tiếp nhận có ý thức. Người nghe không chỉ nhận biết giai điệu, tiết tấu mà còn hiểu được sắc thái tình cảm, ý nghĩa nội dung và giá trị thẩm mỹ của tác phẩm.

Cảm thụ âm nhạc là một quá trình tiếp nhận nghệ thuật mang tính chủ động, trong đó người nghe không chỉ nghe bằng tai mà còn cảm nhận bằng trái tim và tư duy thẩm mỹ. Nếu âm nhạc được ví như ngôn ngữ của cảm xúc, thì cảm thụ âm nhạc chính là khả năng “đọc hiểu” và “giải mã” ngôn ngữ đặc biệt ấy. Đây không phải là hoạt động thụ động tiếp nhận âm thanh, mà là sự tham gia tích cực của cảm xúc, trí tuệ và kinh nghiệm sống cá nhân vào quá trình thưởng thức âm nhạc. Vì vậy, cảm thụ âm nhạc vừa là hành trình đồng cảm với tác giả, vừa là không gian để người nghe sáng tạo nên những rung cảm riêng của mình.

Trước hết, cảm thụ âm nhạc là quá trình đồng cảm. Khi lắng nghe một tác phẩm, người nghe dần hòa mình vào dòng chảy của giai điệu, tiết tấu và hòa âm để cảm nhận nội dung cảm xúc mà tác giả gửi gắm. Một bản nhạc buồn có thể gợi lên sự sẻ chia; một khúc ca hân hoan có thể đánh thức niềm vui tiềm ẩn trong tâm hồn. Quá trình đồng cảm ấy diễn ra khi người nghe tìm thấy sự tương đồng giữa cảm xúc của mình với cảm xúc trong tác phẩm. Chính sự gặp gỡ này tạo nên rung động thẩm mỹ – yếu tố cốt lõi của cảm thụ âm nhạc [2, tr.135].

Tuy nhiên, đồng cảm không có nghĩa là sao chép hoàn toàn cảm xúc của người sáng tác. Mỗi cá nhân bước vào thế giới âm nhạc với vốn sống, trải nghiệm và trạng thái tâm lý khác nhau. Do đó, cùng một tác phẩm nhưng có thể gợi nên những cảm nhận rất đa dạng. Điều này cho thấy cảm thụ âm nhạc luôn mang tính cá nhân và chủ quan [2, tr.140]. Chính sự đa dạng ấy làm nên giá trị phong phú của nghệ thuật âm nhạc, đồng thời khẳng định vai trò sáng tạo của người nghe trong quá trình tiếp nhận.

Ở bình diện sâu hơn, cảm thụ âm nhạc còn là một hoạt động sáng tạo. Khi nghe nhạc, con người thường liên tưởng đến những hình ảnh, câu chuyện hoặc kỉ niệm của riêng mình. Âm thanh trở thành chất liệu khơi gợi trí tưởng tượng, mở ra không gian sáng tạo nội tâm. Đặc biệt, trong giáo dục, khi học sinh được khuyến khích bày tỏ cảm nhận, vẽ tranh theo nhạc, vận động theo giai điệu hay kể lại câu chuyện mình hình dung từ bản nhạc, các em đang tham gia vào quá trình sáng tạo nghệ thuật ở mức độ phù hợp với lứa tuổi. Như vậy, cảm thụ âm nhạc không chỉ giúp tiếp nhận cái đẹp mà còn góp phần hình thành năng lực sáng tạo và tư duy linh hoạt.

Quá trình cảm thụ âm nhạc thường diễn ra theo các bước: lắng nghe – nhận diện – rung cảm – suy ngẫm – phản hồi. Ở bước đầu, người nghe tập trung vào âm thanh, nhận biết nhịp điệu, giai điệu và sắc thái biểu cảm. Tiếp theo là sự rung động cảm xúc khi các yếu tố âm nhạc tác động đến tâm lý. Sau đó, người nghe suy ngẫm về ý nghĩa nội dung và giá trị thẩm mỹ của tác phẩm. Cuối cùng, họ có thể phản hồi bằng cách chia sẻ cảm nhận, thể hiện lại qua giọng hát, nhạc cụ hoặc những hình thức sáng tạo khác. Toàn bộ quá trình này thể hiện sự tương tác hai chiều giữa tác phẩm và người thưởng thức.

Đối với trẻ em, việc hình thành năng lực cảm thụ âm nhạc cần được nuôi dưỡng từ sớm. Ở lứa tuổi mầm non và tiểu học, trẻ cảm nhận âm nhạc chủ yếu thông qua trực giác và cảm xúc tự nhiên [2, tr.156]. Các hoạt động như nghe nhạc có hướng dẫn, vận động theo nhạc, chơi trò chơi âm nhạc hay tham gia biểu diễn tập thể sẽ giúp trẻ dần phát triển khả năng lắng nghe có ý thức và biết bộc lộ cảm xúc phù hợp. Khi trẻ được tạo điều kiện thể hiện cảm nhận của mình mà không bị áp đặt đúng – sai cứng nhắc, các em sẽ mạnh dạn hơn trong việc khám phá và sáng tạo.

Cảm thụ âm nhạc còn góp phần quan trọng trong việc phát triển nhân cách. Thông qua việc đồng cảm với những cung bậc cảm xúc trong âm nhạc, con người học cách thấu hiểu và chia sẻ với người khác. Sự rung động trước cái đẹp giúp hình thành tâm hồn nhạy cảm, giàu lòng nhân ái. Đồng thời, khả năng suy ngẫm và phản hồi về tác phẩm âm nhạc cũng rèn luyện tư duy thẩm mỹ và khả năng biểu đạt cảm xúc một cách văn minh, tinh tế.

Tóm lại, cảm thụ âm nhạc là một quá trình phức hợp, kết hợp giữa đồng cảm và sáng tạo. Đó là hành trình người nghe bước vào thế giới âm thanh, gặp gỡ cảm xúc của người nghệ sĩ và đồng thời khám phá chiều sâu nội tâm của chính mình. Khi được bồi dưỡng đúng cách, năng lực cảm thụ âm nhạc không chỉ nâng cao khả năng thưởng thức nghệ thuật mà còn góp phần xây dựng đời sống cảm xúc phong phú và nhân văn cho mỗi cá nhân.

2.3. Âm nhạc và sự kết nối cảm xúc trong cộng đồng

Âm nhạc không chỉ là tiếng nói của cảm xúc cá nhân mà còn là phương tiện gắn kết con người trong đời sống cộng đồng [3, tr.101]. Từ xa xưa, trong các nghi lễ, lễ hội, sinh hoạt tập thể hay lao động sản xuất, âm nhạc luôn hiện diện như một yếu tố trung tâm tạo nên bầu không khí chung và khơi dậy tinh thần đoàn kết. Khi con người cùng hòa giọng trong một bài hát, cùng vỗ tay theo một nhịp điệu, họ không chỉ chia sẻ âm thanh mà còn chia sẻ cảm xúc, tạo nên sự đồng điệu và gắn bó bền chặt. Chính vì vậy, âm nhạc được xem như một “sợi dây vô hình” kết nối trái tim của các cá nhân trong cùng một cộng đồng.

Trước hết, âm nhạc tạo ra sự cộng hưởng cảm xúc [3, tr.108]. Trong một không gian âm nhạc tập thể – như buổi sinh hoạt lớp, chương trình văn nghệ hay lễ hội truyền thống – những giai điệu vang lên có khả năng lan tỏa cảm xúc nhanh chóng từ người này sang người khác. Niềm vui được nhân lên khi

cả tập thể cùng hát vang một khúc ca rộn ràng; sự xúc động trở nên sâu sắc hơn khi mọi người cùng lắng nghe một bản nhạc trữ tình. Sự cộng hưởng ấy giúp xóa nhòa khoảng cách cá nhân, tạo nên cảm giác thuộc về một tập thể chung. Đây chính là nền tảng quan trọng để xây dựng tinh thần đoàn kết và ý thức cộng đồng.

Bên cạnh đó, âm nhạc còn đóng vai trò lưu giữ và truyền tải các giá trị văn hóa của một dân tộc [3, tr.115]. Những làn điệu dân ca, những bài hát truyền thống không chỉ phản ánh đời sống tinh thần mà còn chứa đựng lịch sử, phong tục và bản sắc văn hóa của cộng đồng. Khi thế hệ trẻ được tiếp xúc và tham gia biểu diễn các tác phẩm ấy, các em không chỉ học hát mà còn được kết nối với cội nguồn. Âm nhạc vì thế trở thành cầu nối giữa quá khứ và hiện tại, giữa các thế hệ trong cùng một xã hội.

Trong môi trường giáo dục, đặc biệt ở trường học, âm nhạc góp phần xây dựng môi trường học tập thân thiện và giàu cảm xúc tích cực. Những giờ học âm nhạc, các buổi sinh hoạt tập thể hay hoạt động văn nghệ là cơ hội để học sinh rèn luyện kỹ năng hợp tác, lắng nghe và tôn trọng lẫn nhau. Khi tham gia hát hợp xướng hoặc biểu diễn nhóm, mỗi cá nhân phải biết điều chỉnh giọng hát, nhịp điệu của mình để hòa hợp với tập thể. Quá trình ấy không chỉ rèn luyện kỹ năng âm nhạc mà còn giáo dục tinh thần trách nhiệm và ý thức tập thể.

Âm nhạc cũng có khả năng xoa dịu những mâu thuẫn và tạo nên không gian đối thoại tích cực trong cộng đồng. Trong nhiều hoàn cảnh, một bản nhạc phù hợp có thể giúp giảm căng thẳng, khơi dậy sự cảm thông và mở ra cơ hội chia sẻ chân thành giữa con người với nhau. Chính vì vậy, âm nhạc thường được sử dụng trong các hoạt động giao lưu văn hóa, thiện nguyện hay các chương trình kết nối cộng đồng nhằm tăng cường sự thấu hiểu và đoàn kết.

Không chỉ dừng lại trong phạm vi một quốc gia, âm nhạc còn là cầu nối giữa các nền văn hóa trên thế giới [3, tr.132]. Những giai điệu có thể vượt qua rào cản ngôn ngữ, giúp con người ở các quốc gia khác nhau tìm thấy điểm chung trong cảm xúc. Khi thưởng thức âm nhạc của một nền văn hóa khác, con người học cách tôn trọng sự đa dạng và mở rộng tầm nhìn của mình. Sự giao thoa âm nhạc quốc tế vì thế góp phần thúc đẩy tinh thần hòa bình, hợp tác và phát triển bền vững.

Tuy nhiên, để âm nhạc thực sự phát huy vai trò kết nối cảm xúc trong cộng đồng, cần có sự tổ chức và định hướng phù hợp. Việc lựa chọn nội dung âm nhạc mang giá trị nhân văn, khuyến khích tinh thần tích cực và phù hợp với đối tượng tham gia là yếu tố quan trọng. Đồng thời, cần tạo cơ hội để mọi thành viên trong cộng đồng được tham gia một cách chủ động, từ đó hình thành cảm giác gắn bó và tự hào khi góp phần vào hoạt động chung.

Tóm lại, âm nhạc không chỉ nuôi dưỡng đời sống cảm xúc cá nhân mà còn là phương tiện hữu hiệu kết nối cảm xúc trong cộng đồng. Thông qua sự cộng hưởng và sẻ chia, âm nhạc giúp con người xích lại gần nhau hơn, xây dựng môi trường sống giàu tình yêu thương và đoàn kết. Trong xã hội hiện đại với nhiều biến động, việc phát huy vai trò kết nối của âm nhạc càng trở nên cần thiết, góp phần hình thành một cộng đồng nhân ái, văn minh và bền vững.

2.4. Vai trò của giáo dục âm nhạc trong phát triển cảm xúc

Giáo dục âm nhạc giữ vai trò quan trọng trong việc hình thành và phát triển đời sống cảm xúc của con người, đặc biệt ở lứa tuổi mầm non và tiểu học – giai đoạn nền tảng của sự phát triển nhân cách. Nếu tri thức giúp con người hiểu biết thế giới thì cảm xúc giúp con người biết rung động, yêu thương và sống nhân ái. Trong quá trình ấy, giáo dục âm nhạc không chỉ cung cấp kiến thức về cao độ, trường độ hay tiết tấu, mà còn nuôi dưỡng khả năng cảm nhận, biểu đạt và điều chỉnh cảm xúc một cách tích cực.

Trước hết, giáo dục âm nhạc giúp trẻ nhận diện và gọi tên cảm xúc của mình [2, tr.165]. Thông qua việc nghe và hát những bài hát có nội dung phong phú, trẻ được tiếp xúc với nhiều cung bậc tình cảm khác nhau như vui tươi, hồn nhiên, yêu thương, biết ơn hay cả những cảm xúc nhẹ nhàng, sâu lắng. Khi giáo viên hướng dẫn trẻ trao đổi về cảm nhận sau khi nghe nhạc, các em dần học được cách diễn đạt cảm xúc bằng lời nói. Đây là bước quan trọng trong việc hình thành trí tuệ cảm xúc (EQ) – năng lực ngày càng được coi trọng trong giáo dục hiện đại [2, tr.170].

Bên cạnh đó, giáo dục âm nhạc tạo điều kiện cho trẻ bộc lộ cảm xúc một cách tự nhiên và an toàn. Không phải mọi cảm xúc đều dễ dàng diễn đạt bằng lời; nhiều khi, trẻ cảm thấy khó nói ra suy nghĩ của mình. Trong những trường hợp ấy, âm nhạc trở thành phương tiện thay thế hiệu quả. Khi hát, vận động theo nhạc hay chơi nhạc cụ, trẻ có cơ hội giải tỏa căng thẳng, thể hiện niềm vui hoặc xoa dịu nỗi buồn. Quá trình này giúp cân bằng trạng thái tâm lý và góp phần xây dựng đời sống tinh thần lành mạnh [2, tr.174].

Giáo dục âm nhạc còn góp phần phát triển khả năng đồng cảm và thấu hiểu người khác. Khi tiếp xúc với những bài hát về gia đình, thầy cô, bạn bè hay quê hương, trẻ được đặt mình vào hoàn cảnh và cảm xúc của nhân vật trong tác phẩm. Sự rung động trước cái đẹp, trước tình yêu thương và lòng biết ơn dần hình thành thái độ sống tích cực. Thông qua các hoạt động hát tập thể hoặc biểu diễn nhóm, trẻ học cách lắng nghe, phối hợp và chia sẻ cảm xúc với bạn bè. Đây chính là nền tảng cho sự phát triển các kỹ năng xã hội quan trọng trong tương lai.

Một vai trò quan trọng khác của giáo dục âm nhạc là góp phần hình thành thị hiếu thẩm mỹ và khả năng cảm nhận cái đẹp. Khi được tiếp cận với những tác phẩm âm nhạc có giá trị nghệ thuật và nội dung lành mạnh, trẻ sẽ dần xây dựng chuẩn mực thẩm mỹ phù hợp. Điều này không chỉ ảnh hưởng đến sở thích âm nhạc mà còn tác động đến cách các em nhìn nhận và cảm nhận thế giới xung quanh. Một tâm hồn nhạy cảm trước cái đẹp sẽ dễ hướng tới những giá trị nhân văn và tích cực trong cuộc sống.

Ngoài ra, giáo dục âm nhạc còn hỗ trợ sự phát triển toàn diện thông qua sự kết hợp giữa cảm xúc và nhận thức. Các hoạt động âm nhạc đòi hỏi sự tập trung, ghi nhớ và phối hợp vận động, từ đó kích thích sự phát triển của não bộ. Khi cảm xúc tích cực được nuôi dưỡng song song với tư duy logic, trẻ sẽ phát triển hài hòa cả về trí tuệ lẫn tâm hồn. Điều này phù hợp với quan điểm giáo dục toàn diện, lấy người học làm trung tâm và chú trọng sự phát triển cân đối các mặt.

Tuy nhiên, để giáo dục âm nhạc thực sự phát huy vai trò trong phát triển cảm xúc, người giáo viên cần có phương pháp tổ chức phù hợp. Việc lựa chọn bài hát đúng lứa tuổi, tạo môi trường học tập thân thiện và khuyến khích trẻ bày tỏ cảm nhận cá nhân là những yếu tố then chốt. Giáo viên không nên đặt nặng yêu cầu kỹ thuật một cách cứng nhắc mà cần chú trọng đến trải nghiệm cảm xúc của học sinh. Khi trẻ được tôn trọng cảm nhận riêng và được khích lệ sáng tạo, giờ học âm nhạc sẽ trở thành không gian nuôi dưỡng tâm hồn.

Tóm lại, giáo dục âm nhạc đóng vai trò thiết yếu trong việc phát triển cảm xúc và hình thành nhân cách. Thông qua các hoạt động nghe, hát, vận động và biểu diễn, trẻ không chỉ tiếp thu kiến thức nghệ thuật mà còn học cách yêu thương, sẻ chia và điều chỉnh cảm xúc của mình. Trong bối cảnh xã hội hiện đại với nhiều áp lực và biến động, việc chú trọng giáo dục âm nhạc càng trở nên cần thiết, góp phần xây dựng thế hệ trẻ có đời sống tinh thần phong phú, nhân ái và cân bằng.

2.5. Mở rộng đối tượng: Học sinh trung học

Ở lứa tuổi học sinh trung học – giai đoạn có nhiều biến đổi mạnh mẽ về tâm sinh lý và nhu cầu khẳng định bản thân – âm nhạc và cảm thụ âm nhạc giữ vai trò đặc biệt quan trọng trong việc định hướng và phát triển đời sống cảm xúc. Âm nhạc không chỉ là phương tiện giải trí mà còn trở thành kênh điều tiết cảm xúc hiệu quả, giúp học sinh giải tỏa áp lực học tập, cân bằng tâm trạng và ổn định đời sống tinh thần. Thông qua quá trình cảm thụ âm nhạc, các em dần hình thành bản sắc cá nhân, phát triển thị hiếu thẩm mỹ và khả năng lựa chọn những giá trị văn hóa phù hợp. Đồng thời, việc tham gia các hoạt động âm nhạc như nghe, biểu diễn hay sáng tạo còn tạo điều kiện để học sinh bộc lộ cái tôi, nâng cao sự tự tin và khả năng giao tiếp xã hội. Không chỉ dừng lại ở khía cạnh cá nhân, âm nhạc còn góp phần tăng cường sự kết nối giữa học sinh với tập thể, xây dựng tinh thần hợp tác và ý thức cộng đồng thông qua các hoạt động nhóm. Đặc biệt, trong bối cảnh xã hội hiện đại và sự phát triển của công nghệ, giáo dục cảm thụ âm nhạc giúp học sinh nâng cao trí tuệ cảm xúc, phát triển tư duy phản biện và có khả năng tiếp nhận có chọn lọc các giá trị âm nhạc trong nước và quốc tế. Qua đó, âm nhạc góp phần định hướng lối sống tích cực, nhân văn và cân bằng cho học sinh trung học trong quá trình hoàn thiện nhân cách.

3. KẾT LUẬN

Âm nhạc và cảm thụ âm nhạc có mối quan hệ mật thiết trong việc hình thành và phát triển đời sống cảm xúc của con người. Nếu âm nhạc là phương tiện biểu đạt thì cảm thụ âm nhạc chính là quá trình tiếp nhận và đồng cảm, giúp cảm xúc được lan tỏa và kết nối. Hai yếu tố này không tồn tại tách rời mà luôn tương tác, bổ trợ lẫn nhau, tạo nên một chỉnh thể thống nhất trong đời sống tinh thần. Chính sự kết hợp ấy giúp con người không chỉ cảm nhận cái đẹp của âm thanh mà còn khám phá chiều sâu nội tâm, từ đó nuôi dưỡng những giá trị nhân văn và khả năng thấu hiểu người khác.

Trong bối cảnh giáo dục hiện nay, việc chú trọng phát triển năng lực cảm thụ âm nhạc không chỉ góp phần nâng cao chất lượng giáo dục nghệ thuật mà còn giúp xây dựng nền tảng cảm xúc lành mạnh cho người học. Âm nhạc, với sức mạnh đặc biệt của mình, thực sự là cầu nối tinh tế giữa cá nhân và cộng đồng, giữa trái tim với trái tim.

Kết quả nghiên cứu cho thấy, âm nhạc có khả năng tác động mạnh mẽ đến cảm xúc, góp phần điều chỉnh trạng thái tâm lý, khơi gợi sự tưởng tượng và tăng cường sự đồng cảm giữa các cá nhân. Tuy nhiên, giá trị đó chỉ thực sự được phát huy khi người nghe có năng lực cảm thụ âm nhạc, biết lắng nghe một cách có ý thức, biết rung cảm và biết phản hồi trước cái đẹp. Vì vậy, việc bồi dưỡng năng lực cảm thụ âm nhạc không chỉ là yêu cầu của giáo dục nghệ thuật mà còn là nhiệm vụ quan trọng trong giáo dục toàn diện con người.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2018), *Chương trình Giáo dục phổ thông môn Âm nhạc*.
2. Nguyễn Ánh Tuyết (chủ biên) (2014), *Tâm lý học lứa tuổi mầm non*, NXB Đại học Sư phạm.
3. Trần Ngọc Thêm (2013), *Cơ sở văn hóa Việt Nam*, NXB Giáo dục Việt Nam.

MUSIC AND MUSIC APPRECIATION – THE CONNECTION OF EMOTIONS

Le Thanh Huyen

Abstract: *This paper analyzes the relationship between music and music appreciation in forming and connecting human emotions. From the perspective of art education and psychology, the study clarifies the role of music as a medium of emotional expression and highlights the importance of developing music appreciation skills in education. The findings affirm that music is not only an art of sound but also a subtle bridge connecting individuals and communities.*

Keywords: *music, music appreciation, emotion, art education, emotional connection.*

(Ngày Tòa soạn nhận được bài: 26-02-2026; ngày phản biện đánh giá: 10-3-2026; ngày chấp nhận đăng: 03-4-2026)