

美育心理融合下原创歌词的情绪表达与自我认同

何颖川

武汉商学院, 湖北武汉, 中国

【摘要】在大学生心理压力与情绪表达需求持续增长的背景下, 流行音乐逐渐成为兼具美育与育人功能的实践载体, 大学生创作的流行音乐的歌词语言与作者的情绪呈现往往有直接关联。但对于原创歌词文本本身如何呈现情绪经验、如何建构自我认同, 仍缺乏基于文本证据的系统讨论。本文以 W 高校原创流行音乐工作坊学生原创歌词 20 首为样本, 采用主题分析对歌词中的情绪表达与自我认同进行编码、聚类与校核, 形成“情绪主题—认同主题”双维框架, 并进一步梳理二者之间的典型对应模式。结果显示: 情绪表达以“亲密关系与依恋”“希望与自我修复”“迷茫与自我怀疑”等主题覆盖度较高; 自我认同主要表现为“关系定位与归属需求”“成长叙事与理想自我”“集体归属与价值认同”等。歌词文本中常见“第一人称叙事+情绪转折句式+隐喻意象”组合, 使情绪体验能够转化为可被理解的自我叙事, 并在同伴分享情境中生成温和的价值认同与共同体意识。本文据此提出面向美育与心理协同育人的流行音乐作曲引导、分享机制与评价策略建议, 为高校心理健康教育与美育融合提供可操作的文本证据与教学抓手。

【关键词】原创流行音乐工作坊; 歌词文本; 情绪表达; 自我修复; 成长叙事; 自我认同; 美育与心理融合

【基金项目】2024 年湖北省教育厅高校学生工作品牌《高校原创流行音乐工作坊对提升大学生情绪智力的研究》(编号: 24Z187) 课题阶段性研究成果; 武汉商学院“声临其境”辅导员工作室工作成果

1. 引言

1.1 研究缘起

本研究缘起于对工作坊学生作品的整理。在 20 首原创歌词中, “喜欢”“思念”“他乡”“影子”“未来”“理智”等词语和意象反复出现。部分学生直接书写紧张、失落和孤独, 也有学生在同一首作品中由否定、自责转向“继续”“明日”或“未来”。这些文本留下了学生如何描述情绪、理解关系和看待自身处境的具体痕迹。

以往关于高校音乐美育的研究, 较多关注课程实施、活动效果及其对学生情绪能力的影响[1]; 关于流行歌词的研究, 则主要讨论语言结构、词语变异与情感认同[2-4]。相比之下, 学生在工作坊中实际创作的歌词较少被作为独立文本进行分析。它们未必能够直接证明学生的心理状态发生了变化, 却可以呈现学生选择了哪些经验进入作品, 又以何种语言组织这些经验。

因此, 本文将 20 首学生原创歌词作为分析材料, 考察其中较为集中的情绪主题和自我认同表达, 并讨论这些发现对工作坊教学的意义。

1.2 国内外研究现状简述

已有研究中, 一类成果关注美育与思政融合的理论逻辑、现实困境及实施路径, 强调通过第二课堂和实践活动推动价值认同与行为转化[5-7]。另有研究从“五育并举”和艺术教育实践出发, 讨论美育与思想政治教育之间的协同关系[8,9]。这些研究为本文提供了“为何要把歌词创作放入美育—思政协同视野”的理论依据, 但在具体文本层面, 仍常停留在宏观阐述。

另一类成果从流行歌曲歌词文本切入, 对歌词的模进结构和词语变异展开分析[2,3]; 也有研究关注歌词中的情感认同及网络流行歌曲对青少年自我确认的影响[4,10]。此外, 也有研究借助主题模型等方法分析青年亚文化语境下的情绪表达结构, 为“文本—情绪”关联提供了可借鉴的分析思路[11]。但总体而言, 针对“高校学生原创歌词”这一更贴近教育现场的文本类型, 仍缺少把“情绪表达—自我认同”联动起来的系统呈现。

基于此, 本文的切入点是: 不从“音乐活动是否有效”出发, 而是回到工作坊最直接的产出——歌词文本本身, 观察学生如何用语。

1.3 研究目标

本文聚焦以下三个目标：本文主要回答两个问题：其一，20 首原创歌词集中书写了哪些情绪经验和自我定位方式；其二，这两类主题在同一作品中如何组合。依据歌词文本呈现学生表达情绪和组织自我叙事的具体方式。

2.研究对象与研究方法

2.1 样本来源与选取标准

数据来源为 W 高校原创流行音乐工作坊学生原创歌词文本，共 20 首（N=20）。样本的纳入标准为：（1）作者为参与工作坊的在校大学生；（2）文本完整可获取；（3）作品为原创或以原创表达为主；（4）可用于教学分享或展示情境的讨论。为保护隐私，文中不呈现作者真实身份信息，仅以编号呈现，引用歌词时仅截取必要片段。

2.2 分析过程

分析以完整歌词为单位，同时将能够独立表达一种感受、关系或行动倾向的句子作为意义单元。第一轮通读时，作者暂不预设主题，对歌词中出现的情绪词、身体感受、人物关系、空间意象、自我评价和转折表达进行逐句标记，共得到 45 个初始编码，9 个主题。

第二轮编码主要处理内容相近或边界重叠的标签。例如，“想念”“等待”“习惯”和“关系失落”最终归入“亲密关系与依恋”；“继续”“明日”“未来”和“重新出发”归入“希望与自我修复”。一首歌词可以同时进入多个主题，因此各主题覆盖率之和不等于 100%。

初步主题形成后，作者重新回到 20 首歌词逐一核对。对仅有个别词语、但缺少上下文支持的内容不作主题认定；只有当相关表达在一首作品中形成相对完整的语义时，才计入覆盖作品数。

2.3 研究说明

本研究仅分析歌词文本，不涉及音频、旋律与演唱表现；研究呈现以文本证据为基础，引用片段遵循“最小必要”原则，不涉及可识别个体信息。

3.研究结果与特征归纳

3.1 歌词情绪表达主题

基于 20 首歌词的主题分析，形成 5 类情绪主题（表 1）。总体上，“亲密关系与依恋”覆盖度最高，其次为“希望与自我修复”“迷茫与自我怀疑”，显示工作坊学生常以关系经验为起点，通过语言叙事完成情绪整理，并在文本中形成一定的复原取向。

表 1.情绪主题及覆盖度（N=20）

情绪主题	覆盖作品数	覆盖率	主题说明（简）
压力与焦虑	7	35%	紧张、沉重、失控感，常伴随身体感受描写
孤独与被理解需求	5	25%	落单、流浪、沉默、回响缺失，强调“想被看见”
亲密关系与依恋	17	85%	喜欢/思念/暧昧/失落/拉扯，情绪最集中
迷茫与自我怀疑	10	50%	“为什么/不知道/远方/投降”的追问式表达
希望与自我修复	13	65%	转折句、鼓励句、理智/成长/未来意象

3.1.1 压力与焦虑：身体化表达与自我监控

20 首歌词中有 7 首出现压力或焦虑表达。这类内容并不都使用“焦虑”“压力”等直接词语，而更多借助身体感受呈现。《sensitive》中的“急促的呼吸”“紧张的心跳”和“心脏感觉有些沉重”，把难以概括的情绪落在呼吸和心跳上。文本同时出现了对自身状态的观察，说明创作者不仅在描述难受，也在注意这种难受如何发生。

不过，仅凭歌词不能判断作者是否真实经历了持续焦虑，也不能把作品等同于心理测量结果。本文只将这些句子视为一种身体化的情绪书写。

3.1.2 孤独与被理解需求：影子、回响与他乡意象

“孤独与被理解需求”覆盖 5 首作品，数量并不高，但表达方式较为集中。《影子里的我》写“落单的影子”和“没有星星陪着”，《城市里流浪》则使用“他乡”“远方”和“听不见回响”。前一首更接近陪伴缺失，后一首还涉及空间漂泊和归属不明。两者都可归入孤独主题，但其指向并不完全相同。

值得注意的是，部分作品在写出孤独后没有立即转向积极结论，而是保留了迟疑和悬而未决的状态。这种未完成感本身也是学生歌词的一种特征，不宜全部解释为已经实现了“自我修复”。

3.1.3 亲密关系与依恋：反复句式与情绪拉扯

关系经验在样本中最为常见，17 首歌词涉及喜欢、思念、等待、分离或关系不确定。

《喜欢》通过反复询问确认对方态度,《骑士日记》借“公主—骑士”的角色关系表达期待与失落,《有多久没见》则以时间和落叶书写分离。三首作品都与亲密关系有关,但表达位置不同:有的关注对方是否回应,有的关注自己在关系中的角色,有的着重描述距离留下的情绪。

由此看,“亲密关系与依恋”不能只理解为一种情绪类别。它也是学生确认自我位置的常用叙事背景,即通过“我和谁在一起”“谁离开了我”“我在等待谁”等问题间接书写自我。

3.1.4 迷茫与自我怀疑:追问结构与意义悬置

迷茫主题的标志是“追问结构”与“意义悬置”。如《why》通过不断追问“Y.....(为什么)”展开内心辩论式独白;《城市里流浪》出现“在何处是远方”的方向困惑,并呈现对社会评价体系的抵抗。该主题通常与“成长叙事”相连:迷茫并不以终止为结局,而以“寻找答案/重写章节/未完成”的方式延续。

3.1.5 希望与自我修复:转折句与“理智/未来”策略

“希望与自我修复”主题是本文重点关注的部分,常以“转折句+行动倾向”呈现,即从受伤/失落转向自我安顿。新增歌词《风中理智》具有典型性:在“冷冽的秋风/刮伤我脸颊”“你远在他乡”的失落之后,文本引出“明日待可望”“踏上这顺风”,并以“继续保持理智”作为自我调节口令式策略,体现出把情绪拉回可控状态的努力。相似的复原表达还见于《触摸的未来》“未来就在触摸里绽开”等句,把“未来”作为当下行动的心理支点。

从育人视角看,这种“去口号化”的自我修复叙事,更贴近学生真实心理语言,也更容易在分享情境中引发同伴支持,而非引发说教抵触。

3.2 自我认同主题特征

在自我认同维度上,形成4类主题(表2)。其中“关系定位与归属需求”覆盖度最高,说明学生常通过与他人的关系来界定自我;“成长叙事与理想自我”居中,显示歌词创作常承担“把经历写成向前的故事”的功能;同时也存在一定比例的“集体归属与价值认同”,但更偏向情感化、审美化的共同体叙事,而非直接口号化表达。

表2.认同主题及覆盖度(N=20)

认同主题	覆盖作品数	覆盖率	典型叙事特征(简)
自我价值与自我标签	6	30%	天真/荒唐/敏感/不该等自我命名
成长叙事与理想自我	10	50%	成长、改变、未完成、重写章节、未来目标
关系定位与归属需求	16	80%	“我们/你我/陪伴/家乡/一起”的关系化自我
集体归属与价值认同	8	40%	少年、征途、守护、共同体与价值确认

3.2.1 自我价值与自我标签:从自责到自我接纳的摆动

样本中有6首歌词出现对自我的直接命名,如“天真”“沉默”“敏感”“活该”等。这些词既可能是对当下情绪的评价,也可能是关系受挫后的自责。由于歌词具有虚构和修辞成分,本文不把这些词直接等同于作者稳定的自我认知,而只讨论它们在文本中承担的自我评价功能。

3.2.2 成长叙事与理想自我:把经历写成“继续走下去的理由”

10首作品使用“成长”“未来”“未完成”“重写”等词语组织经历。《未完成的歌》没有给出封闭结局,而是把“未完成”保留下来;《一年再一年》借时间推移表达继续向前;《因为成长》则直接以“成长”解释此前的经历。

这些作品并不一定意味着创作者已经完成了心理转变。更准确地说,它们在歌词层

面为经历安排了一个可以继续讲述的方向。学生没有只停留在“发生了什么”,而是尝试回答“接下来怎样理解这段经历”。符合美育活动促进自我理解与价值澄清的逻辑[5]。

3.2.3 关系定位与归属需求:以“你我/我们”定义“我是谁”

多数歌词以关系为中心组织叙事:喜欢、思念、等待、陪伴、家乡与他乡的对照等,都在回答“我与他人如何连接”。例如《城市里流浪》将“他乡/故乡”作为身份坐标;《影子中的我》以“落单的影子”反衬“想被陪伴”的需求;《小羊的ta》与《千篇》等多以“你我”结构推进情绪线索。归属需求在大学生群体中具有普遍性,而工作坊的同伴分享与展示机制,恰能把“孤独叙事”转化为“被理解体验”,从而形成温和的共同体认同。

3.2.4 集体归属与价值认同:审美化表达的“共同体叙事”

样本中存在一定比例的集体叙事文本,

如《百年征途》这类作品更容易承载共同体情感与价值确认。需要强调的是，学生歌词中的价值表达往往通过故事化、意象化路径呈现，而非直接口号式灌输；其效果更接近“在审美经验中形成大众认同”的路径[12]。这与美育中“以文化人、以美育人”的协同机制

表 3.情绪主题×认同主题对应矩阵（N=20；以覆盖程度标注）

	自我价值与自我标签	成长叙事与理想自我	关系定位与归属需求	集体归属与价值认同
压力与焦虑	低频	低频	典型	—
孤独与被理解	低频	低频	低频	低频
亲密关系与依恋	典型	典型	高频	典型
迷茫与自我怀疑	低频	典型	典型	低频
希望与自我修复	低频	典型	典型	典型

组合一：关系失落、关系定位与继续前行

《喜欢》《骑士日记》等作品常在同一文本中出现依恋、失落和自我安顿。作品先集中描述“你”和“我”的关系，随后加入“继续”“未来”或“成长”等表达。与其把这一过程理解为已经完成自我修复，不如说，创作者尝试为关系经验寻找一个能够收束作品的方向。

组合二：漂泊意象与归属表达

《城市里流浪》《影子中的我》将“他乡”“落单”“无回响”等意象与陪伴、故乡或被理解的愿望放在一起。歌词呈现的是归属缺失与归属愿望的并存。至于作品分享是否进一步形成共同体认同，还需要同伴反馈或访谈材料支持，不能仅从歌词推断。

组合三：压力迷茫与自我重建的探索

以《sensitive》《why》《风中理智》为代表，文本先呈现焦虑与追问，再出现自我标签化表达或自责倾向，最终通过“理智”“明日可望”“未来绽开”等策略重建心理可控感。

《风中理智》用“继续保持理智”把调节行动直接写出来，是“自我修复”主题的典型文本证据。

4.美育与心理融合视域下的结果阐释与育人启示

4.1 主要研究发现及其成因分析

20 首作品中有 17 首涉及亲密关系与依恋，说明关系经验是学生最常选取的创作材料。一个可能的原因是，关系事件具有人物、冲突和时间变化，更容易转化为歌词叙事。相比“成长”“价值”等抽象主题，喜欢、等待、离开和思念也更容易形成具体场景。

这一结果反映的是样本作品的主题分布，并不能推及所有大学生。工作坊的创作要求、

相契合[5]。

3.3 情绪主题与自我认同的对应关系

为呈现“情绪—认同”的联动结构，本文进一步构建对应矩阵（表 3），并提炼 3 类最具解释力的典型模式。

歌曲类型偏好以及学生自愿提交作品的方式，都可能影响主题选择。

4.2 与既有研究的比较与启示

13 首歌词出现“未来”“继续”“理智”等修复性表达，但这些表达通常没有完全替代失落、孤独或迷茫。两类内容在同一作品中并存，比单纯的“由消极转向积极”更符合样本实际。

因而，教学中没有必要要求每首作品都以积极口号结尾。保留矛盾、迟疑和未完成状态，同样可能是学生诚实表达的一部分。

4.3 教学实践与育人路径建议

涉及集体或家国主题的作品数量相对有限。此类作品较少直接列举抽象价值，而倾向于借人物、征途、守护和共同经历进行表达。这提示教师，与其先确定价值口号，再要求学生填入歌词，不如从具体人物和事件出发，让价值含义在叙事中逐步显现。

5.结论

本文对工作坊形成的 20 首学生原创歌词进行了主题分析。样本中，亲密关系与依恋、希望与自我修复、迷茫与自我怀疑出现较多；自我认同则主要通过关系位置、成长方向和自我评价呈现。部分作品同时包含失落与继续前行、漂泊与归属愿望、自责与自我安顿等内容，显示学生歌词中的情绪和自我叙事并非单一、稳定的线性结构。

这些发现可以为工作坊的写词引导和作品反馈提供参考，但不能据此判断学生的真实心理状态或确认活动产生了心理干预效果。研究材料仅来自一所高校的 20 首歌词，且编码主要依赖文本解释。后续可结合创作前后版本、学生访谈和同伴反馈，对歌词变化及其形成过程作进一步分析。

6.不足与展望

第一,样本范围来自单一高校与特定工作坊情境,存在代表性限制;后续可扩展至不同学校、不同年级与不同创作主题的样本。第二,本文仅分析歌词文本,未纳入旋律、编曲与演唱表现;未来可结合音频特征与访谈进行互证。第三,后续研究可考虑纵向追踪同一作品的“初稿—修改—终稿”过程,观察自我修复与成长叙事如何在反复创作中逐步成形,并进一步验证其育人机制。

参考文献

- [1]毛琦,雷佳峻.美育浸润视域下高校音乐治疗课程探索与实践效果——以对医学生情绪智力的影响为例[J].艺术教育,2025(16):57-64.
- [2]赵岩.当代流行歌曲歌词文本的模进结构[J].音乐创作,2023(02):165-171.
- [3]王兆燕.流行歌曲歌词的词语变异分析[J].遵义师范学院学报,2017,19(05):84-86.
- [4]李艺文.流行歌曲歌词中的情感认同构建[J].今古文创,2023(35):80-82.
- [5]武金勇,张祁添.新时代高校融合“以美育人、以文化人”的价值引领与实践体系[J].河南师范大学学报(哲学社会科学版),2026(01):150-158.
- [6]王璐,罗楠.高校第二课堂美育与思想政治教育深度融合的理论逻辑、现实困境与优化路径[J].高等继续教育学报,2025,38(06):14-21.
- [7]张景怡.高校美育与思政教育的融合路径研究[J].现代商贸工业,2025(23):210-212.
- [8]何小雪.“五育并举”视域下高校美育与思想政治教育的融合[J].上海服饰,2025(11):66-68.
- [9]汪文堂.美育与高校思政教育的融合路径研究[J].艺术教育,2025(12):223-226.
- [10]姚文晗.《孤勇者》:集体表达与自我确认——网络流行歌曲对青少年教育功能的审视[J].青少年学刊,2023(03):3-9+47.
- [11]刘鸣箏,芦猛.从“躺平”和“内卷”的流行透视青年亚文化的情绪表达及审思——基于LDA主题模型的分析[J].东南传播,2022(03):95-99.
- [12]邱雨,刘勇.流行歌曲与社会主义核心价值观的大众认同[J].黑龙江工业学院学报(综合版),2021,21(11):36-42.