

LIỆU PHÁP NGHỆ THUẬT TRONG GIÁO DỤC: SO SÁNH HIỆU QUẢ GIỮA VẼ TRANH, ĐIỀU KHẮC, ÂM NHẠC VÀ CHUYỂN ĐỘNG

Đặng Bùi Anh Đào

Bộ môn Công tác xã hội, Khoa Văn hoá nghệ thuật, Trường Đại học Sư phạm Nghệ thuật Trung ương

Tóm tắt: Liệu pháp nghệ thuật đang ngày càng được chú ý trong giáo dục hiện đại như một phương tiện hỗ trợ phát triển toàn diện cho học sinh. Bài viết này tập trung so sánh hiệu quả của bốn loại hình liệu pháp nghệ thuật phổ biến: vẽ tranh, điêu khắc, âm nhạc và chuyển động (bao gồm nhảy múa, kịch hình thể). Dựa trên cơ sở lý thuyết của trí thông minh đa dạng (Gardner), học tập cảm xúc – xã hội (SEL), và phân bậc nhận thức của Bloom, bài viết phân tích vai trò riêng biệt của từng hình thức nghệ thuật trong việc phát triển nhận thức, cảm xúc và kỹ năng xã hội. Vẽ tranh và điêu khắc có xu hướng phát huy hiệu quả với học sinh nội tâm, giúp họ biểu đạt cảm xúc và cải thiện sự tập trung. Trong khi đó, âm nhạc và chuyển động cho thấy tác động rõ rệt đến khả năng giao tiếp, làm việc nhóm và giảm hành vi tiêu cực trong lớp học. Bài viết cũng đề xuất khuyến nghị ứng dụng linh hoạt các liệu pháp này tùy theo nhu cầu và đặc điểm của từng nhóm học sinh. Kết luận nhấn mạnh rằng không có liệu pháp “tốt nhất” tuyệt đối, mà hiệu quả phụ thuộc vào bối cảnh triển khai và đối tượng học sinh cụ thể. Việc tích hợp nghệ thuật một cách chiến lược có thể trở thành một công cụ giáo dục đầy tiềm năng, cần được nghiên cứu và áp dụng rộng rãi hơn trong tương lai.

Từ khóa: liệu pháp nghệ thuật, giáo dục, vẽ tranh, điêu khắc, âm nhạc, chuyển động

ART THERAPY IN EDUCATION: A COMPARATIVE ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS OF DRAWING, SCULPTURE, MUSIC, AND MOVEMENT

Dang Bui Anh Dao

Department of Social Work, Faculty of Culture and Arts, Vietnam National University of Arts Education.

Abstract: Art therapy is gaining increasing attention in modern education as a means to support students' holistic development. This article focuses on comparing the effectiveness of four common forms of art-based therapeutic practices: drawing, sculpture, music, and movement (including dance and physical theatre). Grounded in the theoretical frameworks of Multiple Intelligences (Gardner), Social and Emotional Learning (SEL), and Bloom's Taxonomy, the paper analyzes the distinct roles each artistic modality plays in enhancing cognitive, emotional, and social competencies. Drawing and sculpture tend to benefit more introspective students by providing safe channels for emotional expression and improving concentration. In contrast, music and movement demonstrate a stronger impact on communication skills, teamwork, and reducing disruptive behaviors in the classroom. The article offers recommendations for flexibly applying these therapies according to the needs and characteristics of different student groups. It concludes that there is no universally “best” method effectiveness depends largely on implementation context and the specific learners involved. When integrated strategically, art therapy holds significant potential as an educational tool, warranting broader research and application in the future.

Keywords: art therapy, education, drawing, sculpture, music, movement

Nhận bài: 09/05/2025

Phản biện: 04/06/2025

Duyệt đăng: 07/06/2025

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Liệu pháp nghệ thuật trong giáo dục là một phương pháp hỗ trợ hiệu quả cho sự phát triển toàn diện của học sinh, đặc biệt về cảm xúc, hành vi và kỹ năng xã hội. Các hình thức trị liệu phổ biến như vẽ tranh, điêu khắc, âm nhạc và chuyển động đều có giá trị riêng biệt. Theo Moula (2020), trị liệu nghệ thuật thị giác như vẽ và điêu khắc giúp trẻ em từ 5 đến 12 tuổi cải thiện rõ rệt sức khỏe tâm thần trong môi trường học đường. Trị liệu âm nhạc được xem là phương tiện hiệu quả để điều hòa cảm xúc và thúc đẩy sự tập trung. Harvey (1989) cho thấy rằng học sinh tham gia vào các hoạt động trị liệu âm nhạc có cải thiện đáng kể về thái độ học tập và khả năng thể hiện cảm xúc. Bên cạnh đó, trị liệu bằng chuyển động – đặc biệt là các hoạt động cơ thể như nhảy múa –

giúp học sinh giải tỏa năng lượng và nâng cao khả năng kiểm soát hành vi (Dunphy, Mullane, & Jacobsson, 2014). Một số nghiên cứu gần đây đề xuất sử dụng mô hình đa phương thức, kết hợp nhiều hình thức nghệ thuật trong cùng một liệu trình để tối ưu hóa hiệu quả can thiệp. Adamek và Darrow (2017) nhấn mạnh rằng sự phối hợp giữa vẽ, âm nhạc và chuyển động không chỉ làm phong phú trải nghiệm học tập mà còn đáp ứng linh hoạt nhu cầu của học sinh trong các môi trường giáo dục đặc thù.

Như vậy, có thể nói rằng, liệu pháp nghệ thuật là một công cụ thiết yếu giúp cải thiện sức khỏe tinh thần, tăng cường kết nối xã hội và xây dựng môi trường học tập tích cực, đặc biệt khi được lựa chọn và áp dụng phù hợp với nhu cầu cá nhân của từng học sinh.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Cơ sở lý thuyết và khung phân tích

Liệu pháp nghệ thuật, nói một cách đơn giản, là việc sử dụng các hình thức sáng tạo như hội họa, âm nhạc, múa, kịch hay viết lách để giúp con người biểu đạt cảm xúc, giải tỏa áp lực tâm lý và dần hiểu rõ bản thân hơn. Trong bối cảnh giáo dục, nó không chỉ là một hoạt động phụ trợ mà còn là chiếc cầu nối giữa cảm xúc và nhận thức, giữa học thuật và đời sống nội tâm.

Thuyết trí thông minh đa dạng của Howard Gardner là một minh chứng rõ ràng cho khả năng tương tác rộng mở của nghệ thuật. Theo ông, mỗi người sở hữu những loại hình trí thông minh khác nhau – từ trí thông minh không gian hình ảnh, vận động cơ thể, âm nhạc cho đến trí thông minh nội tâm. Nghệ thuật, với tính chất đa dạng và linh hoạt của nó, có thể chạm đến từng kiểu trí thông minh này theo những cách rất riêng. Một học sinh có thể tìm thấy sự kết nối với thế giới thông qua bức vẽ của mình, trong khi bạn khác lại thấu hiểu chính mình sâu sắc hơn nhờ giai điệu của một bản nhạc.

Thêm vào đó, các khung lý thuyết như SEL (học tập cảm xúc – xã hội) và thang nhận thức Bloom's Taxonomy giúp chúng ta nhìn nhận rõ hơn về ảnh hưởng sâu rộng của nghệ thuật trong giáo dục. Nếu như SEL nhấn mạnh vai trò của cảm xúc, sự thấu cảm và kỹ năng giao tiếp, thì Bloom lại giúp phân tầng mức độ học tập – từ ghi nhớ thông tin đơn thuần đến khả năng sáng tạo ý tưởng mới. Khi nghệ thuật được tích hợp một cách chủ đích vào quá trình học tập, ta có thể thấy rõ sự chuyển biến không chỉ trong nhận thức mà còn trong thái độ và hành vi – những điều thường khó đo lường bằng các bài kiểm tra thông thường.

2.2. Phân tích từng loại hình nghệ thuật

2.2.1. Vẽ tranh

Vẽ là một trong những hình thức biểu đạt nguyên sơ và bản năng nhất của con người – đặc biệt là với trẻ em. Đối với học sinh, việc được cầm bút chì màu hoặc cọ vẽ để tạo ra hình ảnh không chỉ đơn thuần là sáng tạo nghệ thuật mà còn là cách để “nói” mà không cần lời. Trong nhiều trường hợp, cảm xúc – nhất là những cảm xúc tiêu cực như lo lắng, giận dữ hay sợ hãi – không dễ để diễn đạt bằng ngôn ngữ. Vẽ tranh mở ra một cánh cửa an toàn để các em thể hiện những điều đang diễn ra bên trong mình. Nghiên cứu của Cathy Malchiodi (2006), một chuyên gia hàng đầu trong lĩnh vực trị liệu bằng nghệ thuật, cho thấy hoạt động vẽ tranh giúp học sinh giảm mức độ căng thẳng, củng cố sự tự tin và nâng cao khả năng tập trung. Đặc biệt, khi giáo viên biết cách khuyến

khích học sinh chia sẻ về tác phẩm của mình mà không áp đặt đánh giá, quá trình này còn có thể thúc đẩy sự kết nối xã hội trong lớp học.

2.2.2. Điêu khắc

Điêu khắc là một trải nghiệm mang tính xúc giác rõ nét. Khi học sinh nặn đất sét, tạo hình bằng giấy hoặc chất liệu tái chế, các em đang trực tiếp kết nối giữa tay và não, giữa xúc cảm và tư duy hình tượng. Chính sự tương tác vật lý này giúp củng cố nhận thức không gian, tính kiên nhẫn và khả năng xử lý vấn đề trong thực tế. Với những học sinh gặp khó khăn trong giao tiếp, đặc biệt là các em có rối loạn ngôn ngữ hoặc tự ti trong tương tác xã hội, liệu pháp điêu khắc mang lại một lối thoát sáng tạo mà không cần đến lời nói. Một số chương trình trị liệu đã sử dụng điêu khắc như một công cụ hiệu quả để xây dựng lòng tin và cải thiện khả năng diễn đạt gián tiếp. Thực tế cho thấy, khi học sinh hoàn thành một tác phẩm điêu khắc – dù đơn giản – cảm giác thành tựu và niềm tự hào cá nhân sẽ tăng đáng kể.

2.2.3. Âm nhạc

Âm nhạc từ lâu được xem là một phương tiện vừa cảm xúc vừa trí tuệ. Không chỉ tác động đến tâm trạng tức thời, âm nhạc còn có ảnh hưởng sâu rộng đến trí nhớ, khả năng tư duy trừu tượng và điều hòa hành vi. Hoạt động nghe nhạc giúp học sinh thư giãn và tập trung, trong khi việc sáng tác hay biểu diễn mang lại cơ hội thể hiện bản thân và làm việc nhóm. Nghiên cứu của Hallam (2010) chỉ ra rằng việc tiếp cận âm nhạc một cách có hệ thống trong môi trường học đường có thể cải thiện hành vi của học sinh, đặc biệt là trong lớp học có nhiều yếu tố gây xao nhãng. Ngoài ra, thông qua hợp xướng hoặc chơi nhạc cụ theo nhóm, các em học được cách lắng nghe lẫn nhau, phối hợp nhịp nhàng – những kỹ năng xã hội thiết yếu mà đôi khi sách vở không thể dạy được.

2.2.4. Chuyển động (Múa và vận động cơ thể)

Chuyển động – đặc biệt là các hình thức như múa, yoga, hoặc diễn xuất thông qua cơ thể – mang đến một kênh giao tiếp phi ngôn ngữ vô cùng mạnh mẽ cho học sinh. Trong khi phần lớn các hoạt động học tập tập trung vào trí tuệ và ngôn ngữ, thì việc sử dụng cơ thể như một phương tiện biểu đạt cảm xúc lại giúp cân bằng sự phát triển toàn diện. Những chuyển động tự do hoặc theo nhịp điệu cho phép học sinh “giải phóng” cảm xúc bị dồn nén, đồng thời nâng cao khả năng nhận thức về cơ thể (body awareness) và kiểm soát cảm xúc.

Đặc biệt đối với những học sinh gặp khó khăn trong việc diễn đạt cảm xúc bằng lời hoặc bị chi phối bởi lo âu, các bài tập vận động có thể giúp

điều hòa tâm trạng, cải thiện khả năng tự điều chỉnh và thậm chí củng cố lòng tự trọng. Nghiên cứu về liệu pháp chuyển động (dance/movement therapy – DMT) đã cho thấy tác động tích cực đến sức khỏe tâm thần, bao gồm giảm triệu chứng lo âu và trầm cảm, đồng thời tăng cường kết nối xã hội (Koch, Kunz, Lykou, & Cruz, 2014). Hơn nữa, việc tham gia vào các hoạt động thể chất nhịp nhàng cũng góp phần cải thiện chức năng nhận thức như chú ý và trí nhớ – yếu tố quan trọng trong học tập hàng ngày.

2.3. So sánh hiệu quả giữa các loại hình nghệ thuật

Mỗi loại hình nghệ thuật trong liệu pháp giáo dục mang lại những giá trị đặc thù và phù hợp với từng mục tiêu khác nhau trong quá trình phát triển học sinh. Khi đặt các hình thức như vẽ tranh, điêu khắc, âm nhạc và chuyển động lên bàn cân, một vài điểm khác biệt nổi bật có thể được nhận thấy rõ ràng.

Trước hết, vẽ tranh và điêu khắc chủ yếu tác động sâu sắc đến khía cạnh nội tâm và cá nhân của người học. Chúng cho phép học sinh làm việc độc lập, tập trung vào cảm xúc và suy nghĩ bên trong. Đặc biệt, với những em ít nói hoặc gặp khó khăn trong giao tiếp xã hội, hai hình thức này tạo ra không gian an toàn để thể hiện bản thân mà không bị áp lực từ ngôn ngữ hay phán xét bên ngoài. Vẽ thường dễ triển khai trong lớp học, trong khi điêu khắc – dù mang tính xúc giác mạnh hơn – lại đòi hỏi nhiều điều kiện về vật liệu và không gian.

Ngược lại, âm nhạc và chuyển động thể hiện hiệu quả vượt trội trong việc thúc đẩy kỹ năng giao tiếp và làm việc nhóm. Những hoạt động như hát đồng ca, chơi nhạc cụ theo nhóm, hoặc thực hiện các bài tập vận động nhóm (như múa hoặc diễn kịch tương tác) giúp học sinh học cách lắng nghe, phối hợp và tôn trọng lẫn nhau. Đây là những năng lực xã hội cốt lõi mà các khung SEL hướng tới. Bên cạnh đó, những hình thức này cũng có sức lan tỏa mạnh trong môi trường lớp học, dễ gây hứng thú và tạo ra bầu không khí tích cực.

Về mặt tính linh hoạt trong tích hợp giáo dục,

âm nhạc nổi bật nhất. Với sự hỗ trợ từ công nghệ, giáo viên có thể dễ dàng lồng ghép âm nhạc vào nhiều môn học – từ ngôn ngữ đến toán học – nhằm tăng khả năng ghi nhớ và tạo kết nối cảm xúc với kiến thức. Trong khi đó, điêu khắc, mặc dù giá trị về phát triển cá nhân rất cao, lại thường bị giới hạn bởi yếu tố hạ tầng: thiếu nguyên vật liệu, không gian lưu trữ và thời gian thực hiện dài khiến việc triển khai thường gặp nhiều thách thức, nhất là ở các trường công lập với ngân sách hạn chế.

Tóm lại, hiệu quả của từng loại hình phụ thuộc vào mục tiêu giáo dục cụ thể và bối cảnh áp dụng. Việc lựa chọn phương pháp phù hợp không nên chỉ dựa trên xu hướng hay mức độ phổ biến, mà cần cân nhắc đến đối tượng học sinh, điều kiện thực tế của nhà trường và năng lực triển khai của giáo viên.

III. KẾT LUẬN

Liệu pháp nghệ thuật không đơn thuần là một phương pháp trị liệu – là chiếc cầu nối tinh tế giữa thế giới nội tâm và quá trình nhận thức trong giáo dục. Khi học sinh được tạo điều kiện để biểu đạt thông qua các hình thức nghệ thuật như vẽ, điêu khắc, âm nhạc hay vận động, các em không chỉ phát triển kỹ năng học thuật mà còn trưởng thành về mặt cảm xúc, xã hội và cá nhân. Mỗi loại hình nghệ thuật mở ra một cánh cửa riêng biệt, giúp tiếp cận học sinh theo những cách đa chiều và nhân văn hơn.

Tuy nhiên, để liệu pháp nghệ thuật thực sự phát huy hết tiềm năng trong môi trường học đường, không thể chỉ dừng lại ở việc khuyến khích sáng tạo một cách tự phát. Việc nghiên cứu sâu hơn về đặc điểm tâm lý, nhu cầu phát triển của từng nhóm học sinh – cũng như cách thức lồng ghép nghệ thuật vào chương trình giảng dạy chính quy – là điều cần thiết. Khi giáo dục biết cách dung hòa giữa trí tuệ và cảm xúc, giữa kiến thức và nghệ thuật, chúng ta sẽ không chỉ đào tạo ra những người học giỏi, mà còn nuôi dưỡng nên những con người thấu hiểu và biết cảm nhận cuộc sống một cách toàn diện.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Moula, Z. (2020). *A systematic review of the effectiveness of art therapy delivered in school-based settings to children aged 5–12 years*. International Journal of Art Therapy, 25(2), 88–99.
2. Dunphy, K., Mullane, S., & Jacobsson, M. (2014). *The effectiveness of expressive arts therapies: A review of the literature*. PACJA
3. Harvey, S. (1989). *Creative arts therapies in the classroom: A study of cognitive, emotional, and motivational changes*. American Journal of Dance Therapy, 11(2), 85–100.
4. Adamek, M., & Darrow, A. A. (2017). *Arts in the therapeutic process: Art therapy, dance/movement therapy, and music therapy in schools*. Taylor & Francis
5. Koch, S. C., Kunz, T., Lykou, S., & Cruz, R. (2014). *Effects of dance movement therapy and dance on health-related psychological outcomes: A meta-analysis*. The Arts in Psychotherapy, 41(1), 46–64
6. Hallam, S. (2010). *The power of music: Its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people*. International Journal of Music Education, 28(3), 269–289.
7. Malchiodi, C. A. (2006). *The art therapy sourcebook (2nd ed.)*. McGraw-Hill.