

表演教学中情感表达技巧的实践与探索

徐顺璐 周全

南京传媒学院 江苏南京 211100

摘要：表演教学中情感表达技巧的培养是高等院校戏剧影视表演专业教学的重要组成部分。本文从教学实践出发，探讨了情感表达在表演艺术中的核心作用，分析了当前高校表演教学中情感表达技巧训练的方法与路径。通过对情感感知内化、外化表达、综合实践三个层面的教学模式研究，提出了分层递进的训练体系。研究发现，将情感记忆法、观察训练与舞台实践相结合的教学模式能够有效提升学生的情感表达能力。同时建立了包含真实性、层次性、稳定性在内的评价标准，为表演教学中情感表达技巧的培养提供了理论依据和实践指导。

关键词：表演教学；情感表达；训练技巧；教学方法；实践探索

引言

情感表达作为表演艺术的灵魂，直接决定着演员塑造人物的成败。在高校表演专业教学中，如何有效培养学生的情感表达能力一直是教学难点。传统教学模式往往注重技巧传授而忽视情感体验的深度挖掘，导致学生表演缺乏真实感和感染力。当前表演教育面临着理论与实践脱节、教学方法单一、评价体系不完善等问题。因此，构建科学系统的情感表达技巧训练体系，探索适合当代大学生特点的教学方法，建立客观有效的评价机制，对于提高表演教学质量、培养优秀表演人才具有重要意义。

一、高校表演教学中情感表达的基础理论与方法

（一）情感表达在表演艺术中的核心地位

情感表达是表演艺术的根本所在，它构成了演员与角色之间的桥梁，也是观众产生共鸣的关键因素。在表演创作过程中，演员必须通过自身的情感体验去理解和诠释角色的内心世界，将文本中抽象的人物形象转化为具有生命力的舞台形象。真实的情感表达不仅要求演员具备敏锐的情感感知能力，更需要掌握将内在情感准确外化的技巧。舞台情感与生活情感既有联系又有区别，前者是经过艺术加工和提炼的情感状态，需要在保持真实性的同时具备可重复性和可控性。因此，情感表达技巧的掌握程度直接影响着表演作品的艺术水准和感染力，是衡量演员专业素养的重要标准。

（二）高校表演教学中情感表达的教学体系

高校表演专业的情感表达教学应当建立在科学的理论基础之上，形成系统完整的教学框架。分层教学模式

是情感表达技巧培养的有效途径，通过基础感知训练、技巧掌握训练、综合运用训练三个阶段的递进式教学，使学生逐步建立起完整的情感表达能力体系。在教学实践中，情感表达训练不能孤立进行，而应与声乐、台词、形体、表演四大基本功有机结合，形成相互促进的教学格局。声音训练中融入情感色彩的把握，台词练习中注重情感节奏的控制，形体训练中强化肢体情感的表达，表演实践中实现情感技巧的综合运用。这种融合式教学模式能够帮助学生建立起情感表达的整体概念，避免技巧割裂和机械训练的弊端^[1]。在课程设置方面，应当将情感表达理论课程与实践训练课程相结合，理论课程重点讲授情感心理学基础、表演艺术史中的情感表达发展脉络、不同表演流派的情感表达特点等内容，为学生提供扎实的理论支撑。实践课程则采用工作坊形式，通过小组合作、个别指导、集体展示等多种教学方式，让学生在实际操作中掌握情感表达的具体技巧。教学评价体系应当注重过程性评价与结果性评价相结合，既要关注学生在学习过程中的努力程度和进步幅度，也要重视其最终的表达效果和技能水平。此外，建立校内外实践基地和产学研合作平台，为学生提供更多的实践机会和展示舞台，让其在真实的表演环境中检验和提升自己的情感表达能力。

二、情感表达技巧的具体训练方法与实践应用

（一）情感感知与内化训练

情感感知与内化是情感表达的前提和基础，需要通过系统的训练方法来培养和提升。情感记忆法作为经典的训练手段，要求学生回忆和重现个人生活中的真实情

感体验,通过这种方式建立起情感储备库。在具体教学中,教师应引导学生深入观察生活中的情感细节,培养对他人情感状态的敏感度和洞察力,这种观察能力是塑造不同角色的重要基础。文本分析训练则要求学生深入研读剧本,准确把握角色的情感发展脉络,理解人物在特定情境下的心理动机和情感反应。通过反复的文本研读和情感分析,学生能够建立起对角色情感世界的深度理解,为后续的表达训练奠定坚实基础。在实际训练过程中,教师还应注重培养学生的情感想象力和联想能力,通过假设情境练习、情感替换训练等方法,帮助学生拓展情感体验的广度和深度^[2]。同时,心理建构训练也是这一阶段的重要内容,学生需要学会将自身的情感体验与角色的情感需求相结合,形成独特的角色情感认知模式。这一阶段的训练重点在于培养学生的情感理解力和感受力,为其建立起丰富而准确的内在情感世界。

(二) 情感外化与表达技巧训练

情感的外化表达是将内在体验转化为可视可感艺术形象的关键环节,需要通过多维度的技巧训练来实现。肢体语言作为情感表达的重要载体,要求学生掌握不同情感状态下的身体姿态、动作节奏和空间关系,通过反复练习使肢体反应与内心情感达到高度统一。声音情感训练则侧重于音调、音色、语速、节奏等声音要素的情感化运用,学生需要掌握如何通过声音的变化来传达角色的情感层次和心理状态。面部表情和眼神训练要求学生能够精准控制面部肌肉的细微变化,特别是眼神的情感传达,这往往是观众感受角色内心世界的直接窗口。在训练过程中,教师应注重各种表达手段的协调配合,避免单一技巧的机械运用,帮助学生建立起完整统一的外化表达体系。此外,呼吸控制与情感表达的结合训练也是重要环节,不同的呼吸节奏和深度能够有效调节情感状态,同时为声音和肢体表达提供有力支撑。微表情训练和细节表达练习则要求学生掌握情感表达的精确性,能够通过细微的表情和动作变化传达复杂的内心活动。教师还应指导学生掌握情感表达的强弱控制,学会根据剧情需要和空间大小调整表达的幅度和强度,培养其表达的适应性和灵活性。

(三) 综合性情感表达实践教学

综合实践教学是检验和提升情感表达技巧的重要环节,通过多种形式的实践训练使学生的表达能力得到全面发展。片段练习中的情感层次训练要求学生在有限的时间和空间内完整呈现角色的情感发展过程,这种训练

有助于学生掌握情感表达的节奏控制和层次变化。即兴表演训练则侧重于培养学生情感反应的真实性和自然性,通过随机情境的设置考验学生的情感适应能力和表达的灵活性^[3]。舞台实践中的情感稳定性训练是情感表达技巧的最高层次,要求学生在多次重复表演中保持情感表达的准确性和一致性,同时具备根据现场情况调整情感表达的应变能力。在综合训练中,教师还应设置不同类型的情感冲突场景,训练学生处理复杂情感关系的能力,包括情感转换的流畅性、情感对比的鲜明度以及情感冲突的戏剧张力。群体表演中的情感互动训练也是不可忽视的内容,学生需要学会在与他人的情感交流中保持自己角色情感的独立性,同时能够准确回应和配合其他演员的情感表达。此外,不同风格剧目的情感表达适应性训练能够帮助学生拓展表达的多样性,掌握古典戏剧、现实主义作品、荒诞派戏剧等不同类型作品的情感表达特点。这一阶段的训练重点在于培养学生情感表达的职业化水准,使其具备胜任专业表演工作的技术能力和心理素质。

三、情感表达教学效果评估与优化策略

(一) 情感表达教学成果的评价体系

建立科学合理的情感表达教学评价体系是保障教学质量的重要环节,需要从多个维度构建综合性的评判标准。情感表达真实性的评判应当以角色塑造的可信度为核心,重点考察学生是否能够准确理解角色的情感动机,并通过恰当的表达方式传达给观众,避免虚假做作和程式化的表演倾向。学生情感表达能力的阶段性评估需要根据不同年级和学习进度制定相应的考核标准,既要关注学生的基础感知能力和技巧掌握程度,也要重视其创造性表达和个人风格的形成。在评价方法上,应当将量化测评与质性分析相结合,通过标准化的技能测试获得客观数据,同时结合专家评议和同伴互评等方式进行主观评价。此外,评价过程还应当注重学生的自我反思和总结能力,鼓励其对自身的情感表达过程进行深入分析,培养持续改进的学习意识。评价体系还应包含情感表达的稳定性指标,通过多次重复表演来检验学生情感表达的一致性和可控性,这是职业演员必备的基本素质。同时,建立情感表达创新性评价标准,鼓励学生在准确理解角色的基础上发展个人特色,避免千篇一律的表达模式^[4]。教学评价还应关注学生情感表达与其他表演技能的融合程度,考察其声台形表四大基本功的协调发展水平。通过建立完善的评价档案和跟踪机制,教师能够全面掌握每位学生的能力发展轨迹,为个性化指导提供科

学依据。

（二）情感表达教学的改进与发展方向

现代教育技术的发展为情感表达教学提供了新的可能性和改进空间，需要积极探索传统教学方法与现代科技手段的有机结合。虚拟现实技术和动作捕捉系统可以为学生提供更加丰富的情境体验和客观的反馈信息，帮助其更好地理解 and 掌握情感表达的细节要求。跨文化背景下的情感表达教学应当关注不同文化传统中情感表达方式的差异性，培养学生的文化适应能力和表达的多样性，这对于培养具有国际视野的表演人才具有重要意义。个性化教学策略的实施需要教师深入了解每位学生的个性特点、情感特质和表达习惯，制定针对性的训练方案，既要纠正共性问题，也要发展个人特色。未来的情感表达教学还应当加强与心理学、认知科学等相关学科的交叉融合，借鉴最新的研究成果来完善教学理论和方法体系。人工智能技术在情感识别和分析方面的应用也为教学评价提供了新的工具，能够更加客观准确地分析学生的情感表达效果^[5]。在教学内容方面，应当增加心理健康教育的比重，帮助学生建立健康的情感认知，避免在深度情感体验过程中出现心理问题。同时，加强与影视行业的合作，让学生了解不同媒介对情感表达的不同要求，培养其适应多种表演形式的能力。在师资队伍建设方面，需要建立定期的教师培训机制，让教师及时了解情感表达教学的最新理论和方法，提高教学水平和质量。

结论

通过对表演教学中情感表达技巧实践与探索的深入

研究，本文构建了较为完整的情感表达教学理论框架和实践体系。研究表明，情感表达能力的培养需要遵循从感知内化到外化表达再到综合实践的递进式教学规律，通过系统性的训练方法和科学的评价体系来保障教学效果。在教学实践中，情感记忆法、观察训练、文本分析等基础训练方法与肢体表达、声音控制、面部表情等技巧训练的有机结合，能够有效提升学生的情感表达水平。同时，建立包含真实性、层次性、稳定性在内的多维度评价标准，有助于客观评估教学成果和学生能力发展状况。现代科技手段的运用、跨文化教学理念的融入以及个性化教学策略的实施，为情感表达教学的进一步发展指明了方向。这一研究不仅丰富了表演教学的理论内容，也为高校表演专业的课程改革和教学实践提供了有益参考，对于培养具备优秀情感表达能力的表演人才具有重要的现实意义。

参考文献

- [1] 林碧云. 声乐表演中的情感表达与技巧运用[J]. 艺术大观, 2023(30): 79-81.
- [2] 张萍. 戏剧表演中的技巧和情感表达探析[J]. 中外交流, 2020, 027(027): 115.
- [3] 卢春林. 声乐表演中的情感表达与技巧运用[J]. 戏剧世界(下半月), 2024(4): 103-105.
- [4] 秦铭舟. 高校声乐教学中情感表达技巧研究[J]. 文渊(高中版), 2025(3): 723-725.
- [5] 李凡. 浅析声乐表演中的情感表达和演唱技巧[J]. 艺术评鉴, 2024(9): 63-68.