

声乐艺术实践中的情感体察与心灵交互

赵 茜

(南宁师范大学师园学院)

DOI: 10.65285/RWYSHKX.V2I5.012

摘 要: 声乐学习不单单是打磨嗓音与演唱技巧,歌唱本质上是借助人声传递情绪,完成人与人之间精神层面的交流。立足于艺术心理学视角,情感体察是歌唱者读懂作品内涵,切身感知作品情绪的心理过程;心灵交互,则发生在演唱者、作品文本、师生以及听众之间,整个过程以共情能力作为内在支撑。目前不少声乐课堂将技术训练放在首位,忽视学生内心感知能力的培养。很多学生技术完成度尚可,但演唱缺少真情实感,难以和作品、听众建立有效的情感联结。本文结合声乐教学一线实际,梳理情感体察与心灵交互二者的内在联系,剖析教学中现存的现实问题,从认知、情感、行为共情层面总结可落地的训练路径,探讨声乐实践在情绪调节、人格培育方面的现实意义,为声乐课堂落实情感教育提供参考思路。

关键词: 声乐实践;情感体察;心灵交互;艺术心理学;共情

Emotional Perception and Spiritual Interaction in Vocal Art Practice

Qian Zhao

Shiyuan College, Nanning Normal University

Abstract: Vocal music learning consists of far more than polishing vocal timbre and singing techniques. Essentially, singing is an artistic practice that conveys emotions through the human voice and realizes in-depth spiritual communication between people. From the perspective of art psychology, emotional perception is the psychological process for singers to interpret the connotation of musical works and intuitively perceive their emotional moods, while spiritual interaction occurs among singers, musical texts, teachers and students, and audiences, with empathy serving as the core internal support throughout the whole process. Current vocal teaching generally prioritizes technical training and neglects the cultivation of students' internal perceptual ability. Although many students achieve proficient technical performance, their singing lacks genuine emotions and fails to build effective emotional bonds with works and audiences. Based on front-line vocal teaching practice, this paper clarifies the internal correlation between emotional perception and spiritual interaction, analyzes prominent problems in current teaching, and summarizes practical training paths from the dimensions of cognitive, emotional and behavioral empathy. It also explores the practical value of vocal art practice in emotional regulation and personality cultivation, providing feasible references for implementing affective education in vocal classrooms.

Keywords: vocal practice; emotional perception; spiritual interaction; art psychology; empathy

一、声乐实践中情感体察与心灵交互的基本内涵

《乐记》有言“凡音之起,由人心生也”,古人早已意识到音乐源于人的内心感受。声乐以人的嗓音作为表达载体,从产生之初就承担着抒发情绪、传递心意的功能。和器乐演奏不同,人声自带生理与情绪的双重属性,演唱者的心理波动会直接投射到声音质感当中。在实际声乐学习当中,情感体察不等同于直接宣泄个人生活里的喜怒哀乐。它要求演唱者结合作品时代背景,调动自身生活积累,体会词曲塑造人物的处境,理解角色的欢喜、痛苦与纠结,完成对文本情绪的接纳与感悟。声乐并非简单复刻乐谱音符,而是演唱者把自我生命体验融入音乐文本的再创造过程,情感体察正是二次创作的心理起点。脱离体察的演唱,充其量只是音符的复制,很难生成打动人心的艺术感染力。

这种体察可以划分为三个层次。认知层面先要读懂作品,把握作品整体的情绪底色;情感层面要做到感同身受,把乐谱文字承载的情绪转化为自身真切的内心体验;行为层面则将内心体会,通过气息、咬字、音色变化外化到演唱实践之中。三个层次层层递进,认知是前提,情感是内核,行为是最终的输出载体,缺一不可。

心灵交互建立在情感体察之上,是不同主体依托歌唱完成的精神对话。一是歌唱者和词曲作者的跨文本对话,演唱者透过歌词乐谱揣摩创作者的创作心境;二是课堂场域内的交互,教师引导学生解读作品,学生以演唱反馈自我理解,师生、同学之间互相交换演唱带来的情绪感受;三是舞台现场的双向呼应,歌者输出内心感受,听众接收歌声产生情感触动,完成表演者与受众之间的精神沟通。

这种交互不是单向的灌输,听众的反应也会反过来影响演唱者的情绪状态,形成循环往复的精神流动。

共情能力串联起情感体察与心灵交互。国内声乐心理学相关研究表明,歌唱者的心理状态、情绪感知水平,会直接影响舞台表演的最终呈现。国外歌唱教学实践也证实,长期参与声乐训练的群体,识别他人情绪、开展情感沟通的能力能够得到提升。情感体察偏向向内的感受积累,心灵交互属于向外的沟通输出。缺少真切的内心体察,演唱只会剩下技巧模仿;脱离心灵交互,声乐艺术沟通情感的价值也就无从实现。

二、声乐实践中情感体察与心灵交互存在的现实问题

现实声乐教学中,技术训练往往占据大部分课时。音准、节奏、共鸣、高音完成度,常常成为评判演唱质量的主要标准,情感训练长期处于次要位置。部分教师受传统教学思维影响,默认情感会随着演唱水平提升自然生成,因此很少专门设置情绪感知类练习。很多教师只是简单口头提示情绪处理,缺少循序渐进的感知引导训练。学生没有真正走进作品的情绪世界,只能依靠加大音量、刻意的面部表演假装投入,演唱很难打动听众。

不少学生对作品情感的理解流于表面,认知共情存在明显不足。拿到一首新作,学生最先关注旋律难度与高音能否完成,很少主动查阅创作背景,不去挖掘歌词背后人物的内心冲突。对情绪只做简单标签化处理,分不清同样是悲伤,隐忍压抑和悲痛爆发之间的层次差异。理解浮于表面,情感体察便失去根基,深层次的心灵交流也就无从谈起。还有一部分学生习惯用网络短视频的碎片化解读去理解声乐作品,得到的感受片面单薄,难以读懂作品深层的精神内涵。

技术训练和情感体验互相割裂也是普遍现象。不少学生形成固有认知,认为必须先练熟技术,之后再补充情感表达。演唱时全部注意力集中在发声机能,内心情绪感受被搁置一旁。即便明白作品表达的主旨,也很难把内心感受转化为声音变化,气息音色无法跟随情绪自然调整,技术与情感各行其道。也有部分学生走向另一个极端,一味放任情绪宣泄,扰乱正常发声状态,出现声音失控、音准偏移,同样达不到理想的艺术表达。

同时,能够开展心灵交互的实践场景较为匮乏。一对一专业课大多以技术纠错为主,师生之间很少深入探讨演唱带来的内心体验。小组排练、登台演出机会有限,学生多数时间独自在琴房练习,习惯对照乐谱完成演唱,缺少倾听同伴、接收听众真实反馈的机会。久而久之,学生只看重演唱技术对错,遗忘歌唱本身是交流的艺术,演唱变成单向输出,双向的心灵交互难以生成。

舞台焦虑同样会阻碍情感体察落地,这是声乐学习者普遍面临的困境。很多学生私下练习能够体会作品情绪,一旦面对课堂回课或是登台演出,过度担忧演唱失误,心理压力占据主导,内心感知通道被封闭,前期积累的情感体验无法释放,心灵交互也就无从说起。现有声乐心理学

研究也指出,演唱者的心理状态,会直接干扰情感表达的完整呈现。

三、艺术心理学视角下情感体察与心灵交互的实践路径

情感体察无法依靠技术训练附带生成,教学中需要设置专门的训练环节。结合艺术心理学相关理论,教学可以沿着认知共情、情感共情、行为共情逐步推进,打通内心感知、歌唱表达再到人际心灵交互的完整过程。

(一) 强化认知共情,夯实情感体察的基础

认知共情重在读懂作品背后的情绪逻辑,是情感体察的第一步。拿到声乐作品,不必急于开声演唱,先沉下心来研读文本。梳理作品时代背景、创作者人生经历,理清歌词叙事脉络,读懂人物内心的矛盾诉求。也可以脱离旋律进行歌词朗读练习,暂时抛开演唱技术负担,依靠语言停顿、轻重变化体会文字内部的情绪起伏,建立对作品完整的情感认知。

教学中可以借助故事片段、影像素材辅助理解,引导学生站在角色立场思考,而非站在外部简单评判人物情绪。这一步重在理清情绪产生的缘由,看懂情绪转折背后的故事,跳出简单的情绪标签,为后续内心体验打好基础。教师还可以布置课前文本研读任务,让学生提前搜集资料,把对作品的理解写成简短笔记,改变上课才初次接触作品的被动学习模式。

(二) 唤醒情感共情,建立作品与个体体验的联结

读懂文本之后,调动学生自身生活积累完成情感共情,将文本情绪转化为切身可感的内心体验。艺术心理学认为人会留存情绪记忆,教学中可以启发学生调取相似的生活感受,把个人体验和作品人物处境建立关联。但这不等于直接照搬现实生活中的情绪,而是对原生情绪进行艺术化处理,完成审美层面的情感转化。

课堂可以设置简易练习,梳理角色内心活动、撰写简短人物独白,帮助学生完成角色代入。教师需要做好引导把控,区分生活真实情绪和舞台艺术表达,避免学生过度沉溺负面情绪,造成心理负担。只有演唱者内心真正生成感受,情感体察才不再是空泛概念,拥有向外实现心灵交互的内在条件。教师应当尊重学生个体生活经历的差异性,允许学生在合理范围内形成属于自己的情感解读,不必强求所有人的感受完全统一。

(三) 开展行为共情训练,实现体察到交互的落地

行为共情,就是把内心体察落实到演唱与人际互动当中,真正达成心灵交互。首先要扭转“技术优先”的固有观念,坚持技术服务情感。基础发声练习阶段就融入情绪想象,不同情绪匹配不同的气息、共鸣状态,让音色、咬字跟随内心感受自然变化,不让情绪迁就发声技术。

课堂不能只有单向纠错点评。师生除探讨技术问题,也互相交流演唱带来的情绪感受。小组课设置互评环节,学生互相聆听,分享接收到的情感信号,锻炼感知他人情绪的能力。

琴房练习属于封闭的自我训练,只有面对真实听众,

完整的心灵交互才会真正发生,舞台实践的价值不容忽视。登台过程中,演唱者接收现场听众反馈,动态调整演唱表达,完成歌者与听众之间的精神对话。针对舞台紧张,可借助艺术心理学调适思路,引导学生把关注点从“会不会出错”转移到“想要传递何种情感”,回归作品本身,缓解表演焦虑,让情感体验得以在舞台释放。日常教学可以多组织小型内部汇报,降低学生登台的心理门槛,循序渐进适应公开表演的环境。

(四) 挖掘声乐实践的延伸应用价值

情感体察与心灵交互的价值,并不局限于课堂与舞台。已有实践证明,歌唱可以作为艺术干预手段疏导情绪,歌唱过程中的共情训练,能够提升个体理解他人、情感沟通的能力。

合唱是优质的集体训练载体。合唱排练中,演唱者需要体察同伴演唱状态,调整自身声音与情绪,适配整体情感氛围,是集体场景下心灵交互的重要形式。声乐情感训练思路,也能够为心理健康教育提供参考,借助歌唱练习提升学生共情素养,疏导内心情绪,拓展声乐艺术的现实应用空间。这种跨界的实践,也让声乐跳出纯粹艺术技能的范畴,展现出人文教育的多元可能性。

结语:

声乐艺术的内核,是用人声搭建人与人精神沟通的桥梁。情感体察属于向内感悟的过程,心灵交互是向外沟通表达的体现,二者共同构成声乐艺术的精神内核。声乐教学不能一味追求演唱技术精进,应当借鉴艺术心理学研究成果,重视情感体察与心灵交互的培养。

从读懂作品的认知共情,到唤醒内心感受的情感共情,再到落实演唱表达的行为共情,搭建完整的情感训练思路。演唱技术决定歌声质感,情感体察赋予歌声灵魂。只有学生具备细腻的情感体察能力,演唱才不会沦为音符的机械

复刻,实现演唱者、作品、听众之间真实的心灵交互,释放声乐艺术独有的人文力量。声乐实践对共情素养的培育,也让音乐教育不止传授艺术技能,更实现对人精神世界的滋养。

参考文献:

- [1] 陈明.声乐心理学在声乐教学中的应用研究[J].大众文艺,2024,(16):118-120.
- [2] 齐品.声乐教学中的心理调节研究[D].广西师范大学,2018.
- [3] 刘源.“声乐心理学”在演唱和教学中的应用探究[D].内蒙古师范大学,2021.
- [4] 王璐璐,贾惠琚,孔繁毅.声乐理论与声乐教学实践研究[J].吉林艺术学院学报,2022,(6):102-106.
- [5] 李晓舰.声乐演唱中情绪的作用及应用研究[J].艺术评鉴,2022(7):180-182.
- [6] 常京霞.试析声乐演唱中的情绪运用价值[J].戏剧之家,2024(19):81-83.
- [7] 赵紫薇.试析如何利用艺术心理学相关理论克服舞台紧张问题[J].北方音乐,2013(3):70.
- [8] 吴静寅.声乐艺术心理学对声乐教学产生的作用(上)——评《声乐艺术心理学》[J].中国教育学刊,2016(3):121.
- [9] 吴静寅.声乐艺术心理学对声乐教学产生的作用(下)——评《声乐艺术心理学》[J].中国教育学刊,2016(3):122.

作者简介: 赵茜(1993.01-),女、汉族、安徽省淮北市、硕士研究生、讲师、研究方向:音乐教育。

基金项目: 本文系2025年度广西高校中青年教师科研基础能力提升项目“艺术心理学视角下声乐演唱与共情能力的应用研究”(项目编号:2025KY1187)的阶段性研究成果。