

# 舞蹈演员的内心情感与外在体现

刘子秀

(海口市演艺有限公司(海口市艺术团), 海南 海口 570105)

**摘要:** 本文通过阐述内心情感与外在体现对舞蹈演员的重要性, 从在表演中融入想象、深度解剖舞蹈作品、正确掌握作品风格、了解编导创作意图等方面, 研究如何在表演中丰富舞蹈演员的情感, 并从扎实基本功、诠释艺术性、提升表现力、注重交融性、重视道具运用等角度, 分析在表演时将舞蹈演员情感充分表达的途径, 以期能为舞蹈演员在表演中的内心情感与外在体现上, 做以参考。

**关键词:** 舞蹈演员 内心情感 外在体现 表演

**中图分类号:** J712.1 **文献标识码:** A **文章编号:** 1003-9082(2022)03-0251-03

## 前言

舞蹈演员的表演情感, 是演员与观众交流和抒发作品内涵的关键, 这种情感的表达主要由两方面构成, 一是演员内心的活动; 二是在表演时的张力, 也就是所说的内心情感与外在体现, 这是一种由内向外的表达方式。非专业演员以及学生在表演时经常会进入一个误区, 而在舞台中要先注重情绪的产生然后再注意情感外部的表达, 因此要研究其真正的本质以及自然发展的规律。

### 一、内心情感与外在体现对舞蹈演员的重要性

#### 1. 是职业对于舞蹈演员的必然要求

对于舞蹈这种表演艺术而言, 需要有大量的肢体动作完成, 无法通过语言与观众进行交流, 更多的是使用动作、表情以及道具和服装再配合演员的内心情感的表达, 将作品中的主旨传达给观众。在具备技艺性的同时, 对演员的内心情感以及表现张力要求也极高, 只有演员在上台之前具备高亢的情绪、丰富的情感以及准确的外在表现力, 才能充分将作品演绎完整, 实现观众与演员之间的情感交流与互动, 这也是此项职业对于舞蹈演员所作出的基本要求<sup>[1]</sup>。

#### 2. 能在舞蹈表演中充分体现艺术性

舞蹈这种艺术发展历史较为悠久, 实现了多个种类以及不同技法的表达方式, 因如何在众多的种类之中, 将所要表达的作品以及人物通过肢体的方式进行塑造, 就要通过情感的抒发, 根据不同的舞蹈类型, 将动作中增加艺术性、区别性以及趣味性。假如在表演的过程当中只是一味地、机械地表现, 并不能充分了解舞蹈作品中所包含的情感内容, 那么在表现上一定是苍白的、无力的, 并无法引起观众的共鸣, 从而提升作品艺术价值。

#### 3. 能够提高演员舞蹈表演的感染力

感染力是展现舞蹈作品的关键, 强大的舞蹈感染力, 能够提高观众对于作品的理解程度, 并能充分实现舞蹈演员

在作品演绎之中的价值<sup>[2]</sup>。通过情感对肢体的渲染, 能够让观众感受到作品人物情绪的变化, 能够使故事情节有所起伏, 并且能够拉近舞蹈与观众之间的距离, 在表达作品中心思路的同时, 还能够提高观众的艺术理解能力, 并提升审美品位, 建立全新的舞蹈艺术评判标准。

### 二、如何在表演中进一步丰富舞蹈演员的情感

#### 1. 在表演中融入想象

想象力是舞蹈演员实现对于作品意境表达的基础, 与其他行业的演员相同, 在这个作品当中, 诠释这个人物就要发挥充分的想象力, 带着人物属性和作品特点去揣摩动作的开合与停顿, 并给予观众留有余白以及想象的空间。不仅如此, 现代许多舞蹈, 都是在想象的基础之上设定的作品。例如, 在2022年春晚中由东方演艺集团所创排的舞蹈诗剧《只此青绿》, 就是由展卷人的视角, 来对待北宋晚期著名画家王希孟的这幅作品, 而在画卷之中, 完全没有人物的出现, 编导和演员完全通过想象自己是展卷人也是画中人的方式, 通过想象来完成的这次舞蹈。在舞蹈中, 我们可以看到演员在举手投足之间, 都是乘着呼吸, 提着精气, 既表现出了山河气韵之间所呈现出的神秘以及美感, 又体现出了宋代女子的优雅、温婉之气<sup>[3]</sup>。在抬眼和折腰之间, 观众能通过演员看到那个时期文人墨客的傲骨。在上台演绎之前, 编导也从细节入手, 对演员的每一个小动作都加以刻画, 演员在进入角色以前加入自己的想象和理解, 最后将《千里江山图》演活。

#### 2. 深度解剖舞蹈作品

舞蹈种类以及体系繁多, 每一物种都有自己的发展历史以及风格, 因此为了能够更加精准地对作品进行诠释, 舞蹈演员还要深度解剖舞蹈作品的内涵以及背后的历史性、人文性以及艺术性, 只有这样才能将作品、情感以及动作充分地融入作品之中, 并赋予时代的气息。例如, 2021年

由郑州歌舞剧院所创作和编排的作品《唐宫夜宴》，就荣获了第十二届中国舞蹈“荷花奖”古典舞评奖终评，而网民对于舞蹈的高度评价，也使得舞蹈演员的感染力和专业性得到了肯定<sup>[4]</sup>。就历史背景而言，在武则天统治时期，女性的地位是极高的，不仅以胖为美，在服装以及妆容和动作上都极具开放性。基于历史背景，舞蹈演员的身材相对而言都偏瘦，因此编导通过考究相关文物，将舞蹈演员的衣服和嘴中都塞满了海绵以及棉花，而这一时期的少女，又是活泼、诙谐、淘气的，舞蹈演员在呈现的方式上不仅挣脱了臃肿的衣物所带来的束缚，并且通过讨喜的动作以及夸张的表现，让《唐宫夜宴》中的五段表演都赋予了更多的层次与内涵。

### 3. 正确掌握作品风格

舞蹈作品的风格掌握也是十分重要的一点，因为每一舞种都有着明显的特征，通过特征去抒发情感以及表达内涵，再结合动作的演绎，一是能够帮助舞蹈演员更深一步地了解作品的内涵，二是具备极高的辨识度，观众可以通过这种风格而认识演员和此舞种。例如，杨丽萍是我国杰出的舞蹈家之一，其出生在云南大理，人们只要一想到杨丽萍，就会联想到孔雀，并且其风格和表演形式无人能及。在她的作品中一是能够感受到中国民族民间舞，许多动作和演绎形式都是受到大自然的影响。二是，在她的舞蹈当中能够感受到民俗民情以及极具云南特色的舞蹈风格。这种精准的程度，都与将想象力和情感融入作品之中有着密不可分的联系。通过对舞蹈基本体态以及韵律的修饰，展现出了孔雀舞的特色神韵，也表达了傣族人们敬畏自然，向往和平的美好意愿。因此，可以看出正确地掌握作品风格对于舞蹈演员的重要性，通过精准把控加之想象力和内心情感的衔接，能够使作品活灵活现<sup>[5]</sup>。

### 4. 了解编导创作意图

舞蹈作品的编导人员在作品中发挥着重要的作用，掌控着作品的生命，编导在编排舞蹈时，会在作品之中投入全部的心血，这包括情感的表达，创作的背景以及基础表演学的理论知识。因此，舞蹈演员在充分发挥想象和舞蹈生命力的同时，还要加强与作品编导之间的沟通，充分了解编导的创作意图，这样有助于更好地抒发情感和表现动作的张力。首先，当舞蹈演员拿到一个新的作品时，要耐心听取编导的创作目的以及作品的意义和结构。然后，舞蹈演员应根据作品的主线充分地理解作品中人物的内心，站在剧中人物的角度，看待这个世界，再通过自己的想象以及自己的理解不断去摸索。在过程之中，也要将自己的所思所想与编导人员进行充分的交流，互相交换意见，在作

品编排的过程中也是对作品二次塑性的一个时期，编导以及舞蹈人员应充分抓住这个时期的机遇，不断地完善舞蹈作品，并实现作品演绎以及表达能力的提升。

### 5. 加强艺术人文素养

艺术人文素养以及底蕴是舞蹈演员不可忽视的一环，为了能够在接纳作品时更加有针对性地进行表演风格和演绎模式的确立，应通过提高自身艺术以及人文素养的方式进行。首先，舞蹈作品在表达形式上要有自己的风格以及人文思想，不能一味地去迎合观众，好的舞蹈演员表达方式，应既立足于当代又能引领大众的审美，只有这样才能提升作品的艺术性、内涵性以及时代性。其次，舞蹈演员在加强基础动作技能练习的同时，不能停止对于舞蹈知识的学习，基于现代全媒体发展的背景之下，竞争也越来越激烈，部分舞蹈的呈现形式以及演绎方式越来越边缘化，因此，舞蹈演员要加强理论知识与实际舞蹈表演相结合，通过极高的业务水平和展现能力，刻画作品人物的中心思想，采用引人入胜的方式，吸引住观众的眼球，使作品的层次更加丰富，动作更加具有张力和生命力。

## 三、在表演时将舞蹈演员情感充分表达的途径

### 1. 扎实基本功

想要透过肢体和作品，表达内心的情感世界以及作品人物的情绪，离不开舞蹈演员扎实的基本功底。一些舞蹈演员在演绎上都进入了一个误区，虽作品要有极高的艺术性和丰富的情感，但必须要有训练有素的身体和对舞台良好的掌控能力作为支撑。首先，舞蹈演员要加强对于基本功的训练。其次，舞蹈作品在情感、思绪以及动作的表达上存在着一定的抽象性，但创作的灵感又离不开生活。因此，舞蹈演员要对社会生活有所积累，结合生活和社会性，寻找舞蹈与生活之间所存在的联系以及规律，并在表达时，基于创作背景、内涵、时代以及舞蹈风格，注入人文价值，审美情趣以及审美理想的表达，这样能够帮助演员在演绎的过程中打开思路，有助于内心世界情感的抒发以及表现。再次，要掌握舞蹈的特性，通过肢体动作抒发作品的思想感情并塑造人物的性格以及表达人物的精神面貌，实现作品的完整性以及价值性。最后，舞蹈演员还要通过观众的反馈，在其中善于总结和发现问题，并不断改进。

### 2. 诠释艺术性

诠释艺术性是一个相对抽象的概念，舞蹈演员在演绎节目之前都会充分发挥想象，使自己投入到作品之中，并做好良好的衔接，在表演时与观众之间所形成的互动亦是如此。舞蹈演员在表达时，首先，要对作品有一定的熟练程度，然后对美感以及情感力量有着极高的认知，在演绎的

过程当中,要有始终秉持艺术性的概念以及观念,将形象把握与理性把握形成统一。其次,舞蹈演员演绎的过程也是二度创作的过程,演员要将自己的理解,充分地融入作品之中。不同的演员在不同的时代演绎同样的作品也会存在着差异性,因此要通过艺术性的表达以及自我的提炼,将作品变得立足于现代并经久不衰。最后,是舞者对于音乐的诠释,在舞蹈作品之中音乐是作品的灵魂,演员与音乐之间是互相成就的关系,因此舞蹈演员要充分抓住节奏以及节拍的变换,将音乐内涵充分与舞蹈艺术相融合,实现作品的完整性,并加深艺术气氛的渲染效果,使其都能成为表达情感的有力工具。

### 3.提升表现力

舞蹈起源于远古时期的生产劳动,通过与音乐和诗歌的结合,形成了人类历史上最早的艺术形式之一,之所以被称为艺术不仅仅是结合了其他表达形式,更是由于肢体动作在原基础上的夸张以及改良,因此造就了舞蹈有别于劳动的艺术表达结构。舞蹈演员在演绎过程之中要充分抓住动作的特点,通过面部表情以及肢体的舒展,进一步加深表现力,将情感充分地展现在肢体之中。例如,黎族竹竿舞早在宋代文学家苏轼的诗句中就有所记载“蛮舞与黎歌,余音犹杳杳”因此可以看出竹竿舞具备动作敏捷、铿锵有力的特点。在演艺过程中,舞蹈演员要充分抓住竹竿舞“蛮舞”的特点,结合黎族人民性格豪爽,能歌善舞的特征,在两脚不断下踏之前,舒展上肢动作,使其刚中带柔,结合面部表情和竹竿敲打出的节奏,充分表现出喜气洋洋之意。为了更好在舞台上表现舞蹈的张力,应在生活中感知先人创造舞蹈的由来,积累舞蹈经验,通过把握舞蹈形象,散发情感,用眼神和肢体与观众产生互动性,增加表演的感染力。

### 4.注重交融性

在舞蹈作品的演绎中交融性具备两层意思,一是指肢体和情感之间的统一交融性;二是指创作与情感之间的统一交融性。就内心情感与外在表达而言,讲究的是将内心情感的抒发与肢体动作之间呈现出高度的协调性以及融合性,因此,舞蹈演员要通过动作与情感的结合,在舞台中呈现出一种气场,使观众能够被引入作品之中。在肢体与情感的融入方面,演员要充分地利利用头、臂、肩以及胸部和面部表情,将情感体验与逻辑认知实现统一,通过肢体动作适当地放大以及夸张的带入作品,根据故事的情节起伏,充分地表现出人物内心的欲望、兴趣以及个性的具体心理表现,不仅仅要向观众表达出感性思想,更要唤起自己内心的一种共鸣,并实现统一。在创作与情感的交融统

一性上要充分将编导以及作品中所存在的形态意识与舞蹈动作相结合,并进一步提升作品的审美价值,以及作品的气息,让观众在舞蹈中感知作品的魅力,以及作品人物的形象美、体态美以及境界美。

### 5.重视道具运用

舞蹈道具以及演出服是舞蹈演员演绎过程中的重要部分,道具以及演出服的出色运用,不仅能够丰富作品的视觉效果,更能提升作品的时代性以及丰富性,因此为了更好地抒发演员自身的情感,应结合道具以及服装,使作品更具人文色彩。以《唐宫夜宴》为例,在作品中,可以看到许多演员都拿了道具,有的拿了拨浪鼓,有的拿了团扇,有的拿了竹笛,在演绎时,演员为了充分表达少女活泼可爱的性格,以及抒发当时愉悦的心情,就拿起了乐器,假装在用力吹弹的样子,使用团扇捂住了正在微笑的嘴巴,再加上服饰上飘逸的彩带,和后期的3D裸眼还原背景制作,将观众拉入了盛唐时的繁华景象。并且,观众能够根据服饰、道具以及妆容,清晰地判别出作品想要呈现的历史背景,因此可以看出善用道具对于情感以及作品表达的重要性。

### 结语

综上所述,演员在表演之前首先要对作品有一定的认知,通过想象与肢体的充分融合实现在舞台上对于作品和人物情感的抒发,在诠释艺术性的同时,也要进一步通过面部、肢体、表情与观众做好互动,使观众能够沉浸在作品之中。在此过程中,还要不断加强自身的专业技巧,注重将情绪与情感以及肢体动作的充分融合,使作品更加的生动、立体化。

### 参考文献

- [1]吴翌.探究舞蹈表演的情感特质[J].戏剧之家,2022(01):127-128+142.
- [2]何喆.舞蹈表演中演员内心情感和外在体现的研究[J].艺术品鉴,2021(36):89-91.
- [3]王茜.浅析舞蹈演员的舞台表演技术的创新及发展[J].明日风尚,2021(19):47-49.
- [4]陈彦汀.试析舞蹈演员的内心情感与外在体现[J].牡丹,2021(14):128-129.
- [5]李燕,单滕幸子.浅析舞蹈演员的内心情感与外在体现[J].课程教育研究,2020(04):177-178.

作者简介:刘子秀(1990.02.27—),女,汉族,籍贯:广西贺州,学历:本科;现有职称:二级演员;研究方向:舞蹈演员。