

从技术到情感表达——流行音乐声乐训练的核心要素

涂成超¹

(1. 韩国西京大学, 首尔 02713)

摘要: 探讨流行音乐声乐训练中声乐技术与情感表达的互动关系, 强调两者在实现真实、感染力强的表演中的互补性, 要求演唱者在掌握呼吸控制、音准、音色调节等核心技巧的同时, 增强情感传递能力, 以增进听众的共鸣。文章进一步分析了录音室与现场演出的不同需求, 提出通过系统训练实现技术内化和情感释放, 以实现声乐表演的深度融合。

关键词: 声乐技巧; 情感表达; 流行音乐演唱; 呼吸控制; 声乐训练

DOI: doi.org/10.70693/rwsk.v17.1153

一、引言

作为全球最具影响力的音乐类型之一, 流行音乐的鲜明特点在于强调歌手的个性化嗓音和真实的情感表达, 与古典声乐更注重技术规范 and 统一性不同, 流行音乐要求演唱者在技术的把控和情感的呈现之间达到高度的平衡²。

情感表达对流行音乐演唱具有决定性意义。Juslin 与 Laukka 学者在 2019 年指出, 音乐中情感的有效传递显著影响了听众对演出效果的感知³, 这种传递离不开音量变化、音色处理与语句表达等技术元素的支撑。因此, 流行歌手不仅需掌握技术与情感表达的独立技能, 更需在实际表演中实现二者的深度融合。

由于流行歌手现场表演频繁、风格多样化且情感强度高, 歌手极易出现嗓音疲劳甚至损伤的情况⁴。科学的嗓音训练方法及有效的嗓音护理策略, 成为流行歌手维持长期职业生涯的关键保障。

另外, 录音室演唱和现场演唱对于技术的要求以及对于情感表达的呈现程度均有所不同。录音室演唱注重声音的精准度和细节的处理, 歌手可以反复进行尝试, 得到最佳的声音效果, 现场演唱则侧重与观众的互动, 对演唱者技术的稳定性以及情感的即时反应性要求更高⁵。因此, 探讨技术与情感融合的方式, 对技术与情感的融合以及流行音乐实践都有很大的帮助。

综上所述, 本研究旨在探讨流行音乐演唱中声乐技术与情感表达的辩证关系, 并分析其在演唱中的协同与平衡性, 最后针对流行音乐演唱中声乐训练提供建议, 为歌手的表演与职业生涯提供指导。

二、流行音乐声乐训练的技术基础

流行音乐演唱高度依赖于扎实的声乐技术基础, 以保证演唱效果和声音的健康, 流行声乐不同于古典声乐, 要求演唱者具有动态表达、宽广音域、灵活音色的特点, 同时又能达到情感传达强烈的特点⁶。核心技术要素包括呼吸控制、音准、音色塑造、音域扩展以及健康的声音维护等。

作者简介: 涂成超 (1997—), 男, 博士研究生, 研究方向为流行音乐演唱。

2 Cohen, S. M., Manternach, J. N., & Simpson, K. N. The essentials of voice pedagogy: A holistic approach to singing and teaching [M]. Plural Publishing, 2020.

3 Juslin, P. N., & Laukka, P. Emotion in music performance [M]. In R. Ashley & E. Timmers (Eds.), The Routledge companion to music cognition. Routledge, 2019: 354-364.

4徐元勇. 论中国流行音乐的现状及发展趋势[J]. 浙江师范大学学报(社会科学版), 2015, 40(06): 21-25.

5 Björkner, E., Sundberg, J., & Grape, C. Physiological and acoustical correlates of emotional expression in singing [J]. Journal of Voice, 2020, 34(4): 522-530.

6邢威. 音乐剧作品中流行声乐演唱技巧的运用策略[J]. 吉林广播电视大学学报, 2024, (02): 64-66.

表 1 流行音乐声乐训练的关键技术基础

技术要素	描述	关键训练方法	在流行演唱中的重要性
呼吸控制与支持	通过有效的呼吸管理维持声音输出与动态调节	横膈膜呼吸、吸气与呼气控制	对于长乐句、强声 (belting) 及动态变化的演唱尤为关键
音准与音色塑造	发展具有辨识度的嗓音特质, 使歌手在同质化中脱颖而出	共鸣控制、元音调节、喉位调整	赋予声音个性, 是流行音乐取得成功的关键要素之一
音域与灵活性	拓展音域并提升声乐灵活性, 以适应多变的演唱需求	音阶练习、琶音训练、混声训练	有助于声区转换与装饰音的顺畅演唱
嗓音健康与可持续性	通过规范技术防止声带疲劳或损伤	发声热身、充足饮水、定期嗓音休息	防止嗓音过劳, 保障长期演唱活动中的健康与稳定性
风格适应能力	调整声乐技巧以适应多种流行音乐子类型	呼吸控制、语句处理、声区运用	支持歌手演绎多种风格作品 (如抒情歌曲与节奏感强的曲目)

(一) 呼吸控制与支持

呼吸控制是流行音乐声乐技术的基础, 良好的呼吸管理可以帮助歌唱家维持音色, 支持长句演唱, 并实现有力的动态表达, 而隔膜呼吸作为古典和现代声乐训练中大量采用的方法, 为减少声带负担提供了必要的声带支持。在情感表达强烈、常包含拖长句的流行音乐演唱中, 确保演唱质量的一致性, 呼吸控制尤其关键⁷。

(二) 音准与音色控制

音准对于流行音乐演唱至关重要, 尤其在现场演出中, 这种精准度决定了听觉效果。歌手需经过听觉训练、音程识别、音高匹配等专业训练, 以减少对技术修正的依赖, 确保现场演唱的稳定性和清晰度⁸。

在竞争激烈的流行音乐领域, 音色的独特性使歌手脱颖而出。流行歌手需掌握共鸣调节、元音修正和喉位调整技巧, 通过多样化的音色变化表现不同的情感, 如明亮的音色表现欢快, 柔和的气声表达忧伤或亲密情绪⁹。

(三) 音域与灵活性

流行歌手常需演唱涵盖宽广音域并包含快速声区转换的作品。音阶滑奏与琶音练习等训练可有效拓展音域与提升声乐灵活性。现代流行歌手必须在胸声、头声与混声之间流畅切换, 尤其是在高能量歌曲中, 需要快速完成旋律转换与复杂装饰音的演唱¹⁰。

(四) 嗓音健康与持久性

鉴于流行音乐演出强度较高, 声音健康成为演唱训练中的核心关注点, 规范的发声热身、充足的水分摄入与合理的声音休息等技巧是预防声带疲劳与损伤的重要手段¹¹。流行歌手常因频繁巡演而面临较大的嗓音负荷, 尤其是涉及强声 (belting) 等高强度演唱方式时, 更易对声带造成压力, 因此, 定期进行声音休息和良好的声音卫生习惯, 对于保持长期的声音健康尤为必要。

(五) 风格适应能力

流行音乐风格多样, 歌手需具有优秀的风格适应能力, 以应对不同风格之间的技术切换。歌手需要根据歌曲风格, 灵活调整呼吸、语句处理以及声区运用, 以配合强烈高亢的高音区技巧或柔和气声演唱等情感表达需求, 以达到与情绪表达需求相匹配的目的¹²。以上这些技术的系统掌握为歌手实现技术与情感表达的高度融合提供了有力的支持, 最终成就了更富表现力、更具感染力的演唱, 可谓是一举多得。

7 Thurman, L., & Welch, G. Bodymind and voice: Foundations of voice education [M]. National Center for Voice and Speech, 2017.
8 Bourne, T., & Garnier, M. Physiological and acoustic characteristics of the female music theater voice [J]. Journal of Voice, 2012, 26(1): 44-53.
9 Garnier, M., Henrich, N., Smith, J., & Wolfe, J. Vocal tract adjustments in the high soprano range [J]. Journal of the Acoustical Society of America, 2017, 141(4): 145-151.
10张释月. “中国风”流行歌曲演唱技法探析[D]. 哈尔滨: 哈尔滨师范大学, 2022.
11赵玲. 声带息肉术后注意事项及饮食护理[N]. 甘肃科技报, 2024-03-18(007).
12白奉玄.“探究流行唱法的演唱技巧训练及情感表达.”参花(上) .11(2022):77-79.

三、流行音乐中的情感表达

流行音乐的核心特点在于突出情感表达,而歌手传递情感的真实性和感染力直接决定了演出效果,与古典音乐偏重技术的严谨性不同,流行音乐在演唱中更强调歌手的个性化,更强调真实的情感流露¹³。所以,流行歌手要保证歌曲中所蕴含的情感能够有效地传递给听众,形成情感共鸣,不仅需要掌握扎实的声乐技术,更需要有细腻丰富的情感表达能力。

(一) 情感表达在流行音乐中的作用

流行音乐之所以能广泛吸引听众,正是因为它有效地捕捉到了爱情、失落、喜悦、肯定自我等人类共同的情感体验¹⁴。这些情感通过歌词和演唱者的演唱得到了充分的展现,尤其是人声在其中扮演了至关重要的角色,这一点在观众的心目中有着至关重要的作用。歌手通过声音的变化,精准地将歌词中的情感传递给听众,让每一首歌都在情感上既有个性,又有共鸣。尤其在现场表演中,情感表达更为重要,现场演出强调歌手与观众之间的即时互动,观众的反馈往往能增强演唱的情绪感染力。这种演出特点要求歌手在排练好的演唱基础上,仍然能够即时表达真实的情绪状态,使表演更富即兴感和感染力。

(二) 情感传达的技术手段

流行歌手运用多种技巧实现有效的情感表达,涵盖了声音与非声音的表达方式,具体包括:①音色与音质:音色的调节是最直接有效地传递不同情绪的方式之一,歌手可以通过变换声音色彩的方式,将从欢乐到悲伤等各种情绪表现出来。例如,亮音色常用于表现喜悦或兴奋,而暗淡、气声的音色更容易传递悲伤或反省的情绪,流行歌手通过音色的变化,在歌曲中顺利地演绎出情感的轨迹,从而使声线的表达与歌词中的情感内容达到一致。②力度与音量:情感强弱的差异通过声音的强弱变化表现出来,如低落、内省的情感表现为柔和细腻的处理,激烈、高亢的处理则强调情绪爆发在高潮段。③语句处理与节奏控制:歌手在歌词的语句处理上稍有提前或延迟,就能在歌曲中突出特定的情感节点,使表达更具个性,更具真实感。④装饰音色技巧:合理运用滑音、颤音、花腔技巧,可以增加演唱的情感张力和表现力,但过度使用可能会削弱情感的真实感,因此歌手需要在技巧的展现和真挚的情感之间保持适当的平衡¹⁵。⑤非声乐线索:如面部表情、肢体动作和舞台表现力,这些肢体语言能有效强化声音所表达的情感,使表演更立体、更生动,更让人回味无穷。

(三) 情感真实与情感表达的实现

情感真实是流行音乐表演的核心要求之一,听众通常能敏锐地察觉歌手所表达的情感是否真挚,任何刻意或虚假的表演都会影响情感共鸣的达成。因此,歌手必须深刻理解歌词的情感内容,并将其与自己的经历和感受相联系,以保证演唱中的情感真实可信。为此,情感演绎练习常被加入现代流行音乐声乐训练中,如歌词深度剖析、个人经历回忆和情感调动等训练方法¹⁶。这种训练既促进了演唱者情感表达的真实性,又避免了程式化、机械化的情感表达倾向,是一种对情感表达的一种强化。

(四) 不同演出语境中的情感表达

不同的演出环境对情绪表达的要求不同,录音室演唱为了寻求技术与情绪呈现效果的最佳,让演唱者可以多次尝试,精准与掌控都很高。但这种高度的准确度,可能会减弱情感表达的即时性,容易出现唱得太细腻、没有真正的情感经历的情况。

而现场演出则要求歌手实时表达自己的情绪,观众即时的反馈和现场的氛围,进一步强化了情感表达的真实需求,歌手需要灵活地调整自己的情感状态,在技术稳定性的基础上,保证真实的情感表达,并且是即兴的。这种状况下技术和情绪的平衡要求更高,同时也更加严格地挑战了演唱者的整体素质。

(五) 情感表达中的文化考量

13 Davidson, J. W., & Coimbra, D. Expressive singing: Linking technique and emotion [M]. In G. Welch, D. M. Howard, & J. Nix (Eds.), The Oxford handbook of singing. Oxford University Press, 2017: 1-23.

14 Frith, S. Performing rites: On the value of popular music [M]. 2nd ed. Harvard University Press, 2017.

15 Zangger Borch, D., Sundberg, J., Thalén, M., & Ternström, S. Phonatory characteristics of "belt" and "neutral" qualities as functions of musical pitch [J]. Journal of Voice, 2004, 18(3): 329-343.

16郭日斌. 声乐表演艺术中的情感诠释提升研究[J]. 黄河之声, 2024(12): 82-85.

随着流行音乐的全球传播,不同文化背景对情感表达的期望存在差异,一些文化倾向于情感表达的内敛含蓄,而另一些文化则更喜欢直接外放的情感表达¹⁷。因此,为了有效地调整演唱方式,确保不同文化背景的听众都能产生情感共鸣,跨文化演出的歌手必须了解并适应这些文化差异。

综上所述,流行音乐中的情感表达不仅依靠声乐技术,还涉及技巧运用、真实表达、演出环境适应和跨文化理解等综合能力,这种全面的情感表达能力,使流行歌手的表演更具感染力和持久影响力。

四、流行声乐演出中技术与情感的融合

流行音乐演唱的成功,很大程度上取决于声乐技术与情感表达的有效融合,技术与情感不是独立存在的,而是相互支撑的,共同构成流行歌手的核心表现力基础,这是流行音乐的一种技术与情感的相互支撑。声乐技术保证演唱的稳定性、可控性和持久性,而情感表达则赋予了演唱的深度和感染力,如何实现两者的有机结合,成为流行声乐演唱实践中的一个关键课题。

(一) 技术作为情感表达的基础

扎实的声乐技术为情感表达提供了必要的支持,使歌手能更准确地表现情绪细节,呼吸控制确保歌手能自如地完成长句演唱和动态变化,避免因气息不足而影响情感表达的完整性。音准的稳定性保证了情感传递过程中的清晰度,避免了因技术瑕疵而干扰情感的表达,同时音色的变化使演唱者能够准确地表现歌曲所需要的不同情绪色彩,如柔和的气声表达出内敛脆弱的情感,明亮的共鸣表达出喜悦或激昂的情感、声音的稳定性和表现力。这些技术要素只有在高度熟练后内化为本能反应,才能有效支撑歌手的情感自由表达。

(二) 情感作为流行演出的核心

情感表达是流行表演的核心特征,歌手在表达歌曲中诸如爱情、心碎或自我成长等带有普遍性的主题时,必须在演唱中融入自己的情感体验,以达到观众内心深处的共鸣¹⁸。通过动态对比、节奏处理、语句修饰等细节处理,歌手在演唱中能够精准地表现出歌曲的情感轨迹,情感表达的真实性尤其重要,因为观众在表演中能够敏锐地觉察到其中的虚假和刻意,从而影响到整体的共鸣效果¹⁹。

(三) 技术与情感的平衡

将声乐技术与情感表达相融合是流行歌手面临的最主要问题之一。过度地注重声乐技术会使表演显得冷漠、生硬,仅仅注重情感而忽略声乐技术的控制,又会导致嗓音疲劳、音准的偏差以及表现的不稳定,要处理好技术与情感之间的平衡,让技术的发挥不抑制情感的表达,而成为其助力。

实现这两者的平衡的关键是让技术服务情感,比如好的呼吸能帮助歌手把长句或低音的细腻部分唱得流畅,也可以把高音区唱得很有力但不影响音色;音准稳定,避免技术上的缺陷影响情感内容的表达,歌手可以更专注于歌词所表达的情绪²⁰。

熟练技术为歌手留下情感自由发挥空间,歌手将呼吸控制、音准调节、声区变化、共鸣转换等技术转换为自身习惯后,才有可能在演唱过程中有意识地将更多精力投入到情绪细节的呈现上,让声音成为情感的载体,增加演唱中情绪的深度。技术与情感的巧妙结合,决定了优秀表演和生硬排练或者死板演唱的区分。

(四) 技术与情感融合的训练路径

实现技术与情感的融合需要系统而有针对性的训练,声乐指导通常从建立技术基础开始,着重培养呼吸支持、音准控制和音色调节等重要技能,经过充分训练之后,使这些技能能够在演唱过程中成为本能,歌手可以把更多的注意力放到表达情感上来。

技术熟悉到一定阶段后,声乐教师会引入以情感为目的的训练方法。例如,“故事化演唱”练习,让歌手将歌词拆分成故事,从音色、力度、语句处理等不同声乐处理方法上体会不同的情绪效果。通过不同元素的尝试,让歌手学会用技术提高演唱内容的情感感染力。

17 Matsumoto, D. Cultural influences on emotional expression in music [M]. In S. Hallam, I. Cross, & M. Thaut (Eds.), *The Oxford handbook of music psychology* (2nd ed.). Oxford University Press, 2020: 571–583.

18 汤媛.“声乐演唱技巧与情感表达的内在关系.”*戏剧之家*. 31(2024):94-96.

19 Thompson, W. F. *Music, thought, and feeling: Understanding the psychology of music* [M]. 3rd ed. Oxford University Press, 2020.

20 Sundberg, J. *The science of the singing voice* [M]. Northern Illinois University Press, 2018.

此外,除了让歌手表演时有更强的共情力,情感训练还有助于歌手调动内在情绪,即通过冥想、想象或情绪回忆等正念技巧提升歌手的共情力。歌手更要注重嗓音的健康,发声时不要对嗓子过度负荷,合理的发声热身、多补充水分、适当的嗓音休息等都是可以让嗓音持久并保证情感力度表达的重要因素²¹。

(五) 语境考量——现场演出与录音演出

技术与情感的融合呈现出不同演出语境下的差异,演出环境的差异对技术与情感融合的方式有着重要的影响,录音室环境让歌手在技术与情感表达上进行了多次的尝试,精准的把控,却可能因为这样而缺少即时性,也缺少情感自然流露的现场表现。现场演出则要求歌手实时将技术与情感融合,以应对观众互动和环境变化带来的情绪波动,而技术的稳定性与情感的灵活度同等重要,这种差异要求歌手在技术熟练度和情感敏感度上都要高超,才能灵活应对不同的演出状况。

五、结语

从声乐技术角度来讲,呼吸控制、音准掌握、音色变化、音域拓展等是歌手必须掌握的技术⁶。首先良好的呼吸支持可以让歌手在演唱的过程中保持声音的稳定性,实现有效的动态控制,不至于因气息问题而出现声音质量下降和嗓音疲劳的现象,其次精准的音准掌握可以避免因技术瑕疵而出现情绪传达失误,有利于歌曲的准确表达,此外音色音域的灵活调节,可以为歌手演唱提供更多的表现手段,使其能够精准的表达歌曲的内在情感,如脆弱、兴奋、忧伤等。

本文强调技术基础固然关键,但仅凭技术无法实现流行音乐演唱的完整表达。情感表达的真实性和深度是决定流行演出能否引发听众共鸣的关键所在。流行歌曲多以个人情绪或普遍化的情感体验为主,歌手只有深入理解歌词背后的情绪脉络,并结合自身经历进行情绪表达,才能创造出真正有感染力的表演¹³。在此过程中,情感表达的真实性尤其重要,因为观众能够敏锐地捕捉到歌手情感表达中的虚假与刻意。只有真实且自然的情感流露,才能有效激发听众的共鸣与情感互动。

技术与情感之间的平衡对于流行歌手而言至关重要。单纯强调技术容易导致演唱表现机械生硬,而一味强调情感表达则可能造成缺乏对声音技术的把控,进而影响到声音的健康,也影响到表演的稳定性。为了实现技术与情感的最佳融合,歌手需要系统而有目标的训练。技术训练要达到自动化和本能化的程度,使歌手在表演时不必刻意去关注技术动作;而情感表达则需要通过深度分析歌词内容、唤醒情感记忆和诠释个性化等方式来训练和强化,而这一点,需要在歌词表达上加以完善。通过这种双重导向的训练方法,歌手们才能真正实现技术的可靠性与情感表达的真实性之间的和谐统一。

另外,不同演出语境下对技术与情感的融合要求各有侧重,在录音室演唱环境里,注重技术细节与情感的精准把握,但往往缺乏现场环境中的互动性、即时性;现场演唱语境下,歌手在演唱技术稳定性的基础上需要实时回应听众的情绪,做到技术与情感的更灵活、更即时的融合。

以上这种强调技术与情感的协同融合,不仅体现了流行声乐艺术的内在特质,也为歌手实现更加长久的艺术生命力提供了理论与实践的支撑。未来研究可进一步探讨在不同文化背景与具体演唱风格下,技术与情感融合机制的异同及其对声乐训练的具体指导价值。

参考文献:

- [1] Cohen S M, Manternach J N, Simpson K N. The essentials of voice pedagogy: A holistic approach to singing and teaching [M]. San Diego: Plural Publishing, 2020.
- [2] Juslin, P. N., & Laukka, P. Emotion in music performance [M]. In R. Ashley & E. Timmers (Eds.), The Routledge companion to music cognition. Routledge, 2019: 354–364.
- [3] 徐元勇.论中国流行音乐的现状及发展趋势[J].浙江师范大学学报(社会科学版),2015,40(06):21-25.
- [4] Björkner E, Sundberg J, Grape C. Physiological and acoustical correlates of emotional expression in singing [J]. Journal of Voice, 2020, 34(4): 522–530.
- [5] 邢威. 音乐剧作品中流行声乐演唱技巧的运用策略 [J]. 吉林广播电视大学学报, 2024(02): 64–66.
- [6] Thurman L, Welch G. Bodymind and voice: Foundations of voice education [M]. Iowa City: National Center for Voice and Speech, 2017.

21李士龙. 艺术嗓音医学在声乐教学中的应用[D]. 天津: 天津师范大学, 2020.

- [7] Bourne T, Garnier M. Physiological and acoustic characteristics of the female music theater voice [J]. *Journal of Voice*, 2012, 26(1): 44–53.
- [8] Garnier M, Henrich N, Smith J, Wolfe J. Vocal tract adjustments in the high soprano range [J]. *Journal of the Acoustical Society of America*, 2017, 141(4): 145–151.
- [9] 张释月.“中国风”流行歌曲演唱技法探析 [D].哈尔滨:哈尔滨师范大学, 2022.
- [10] 赵玲.声带息肉术后注意事项及饮食护理 [N].甘肃科技报,2024-03-18(007).
- [11] 白奉玄. 探究流行唱法的演唱技巧训练及情感表达[J].参花(上), 2022(11): 77–79.
- [12] Davidson J W, Coimbra D. Expressive singing: Linking technique and emotion [M]. Welch G, Howard D M, Nix J. *The Oxford handbook of singing*. Oxford: Oxford University Press, 2017: 1–23.
- [13] Frith, S. *Performing rites: On the value of popular music* [M]. 2nd ed. Harvard University Press, 2017.
- [14] Zangger Borch D, Sundberg J, Thalén M, Ternström S. Phonatory characteristics of “belt” and “neutral” qualities as functions of musical pitch [J]. *Journal of Voice*, 2004, 18(3): 329–343.
- [15] 郭日斌.声乐表演艺术中的情感诠释提升研究[J].黄河之声, 2024(12): 82–85.
- [16] Matsumoto D. Cultural influences on emotional expression in music [M]. Hallam S, Cross I, Thaut M. *The Oxford handbook of music psychology* (2nd ed.). Oxford: Oxford University Press, 2020: 571–583.
- [17] 汤媛. 声乐演唱技巧与情感表达的内在关系[J].戏剧之家, 2024(31): 94–96.
- [18] Thompson W F. *Music, thought, and feeling: Understanding the psychology of music* [M]. 3rd ed. Oxford: Oxford University Press, 2020.
- [19] Sundberg J. *The science of the singing voice* [M]. DeKalb: Northern Illinois University Press, 2018.
- [20] 李士龙.艺术嗓音医学在声乐教学中的应用[D].天津:天津师范大学, 2020.

From Technique to Emotional Expression — Core Elements of Vocal Training in Pop Music

Tuchengchao¹

¹ *Department of Interdisciplinary Arts, Seokyeong University, Seoul, South Korea*

Abstract: This paper explores the interactive relationship between vocal techniques and emotional expression in pop music vocal training, emphasizing their complementarity in achieving authentic and emotionally engaging performances. It highlights the necessity for singers to master core skills such as breath control, pitch accuracy, and tone modulation, while simultaneously enhancing their emotional delivery to foster audience resonance. The study further analyzes the differing demands between studio recordings and live performances, and proposes systematic training as a means to internalize technique and liberate emotional expression, thereby achieving a deeper integration in vocal performance.

Keywords: vocal technique; emotional expression; pop singing; breath control; vocal training