

播音员主持人

BOYINYUANZHUCHIREN



语音发声教程

YUYINFASHENGJIAOCHENG

吴洁茹 王璐 著

中国传媒大学出版社

播音主持专业训练教材
播音员主持人必备手册

播音员主持人 语音发声教程

吴洁茹 王璐 著

中国传媒大学出版社

BOYINYUANZHUCHIREN

YUYINFASHENGGJIAOCHENG

图书在版编目 (CIP) 数据

播音员主持人语音发声教程/吴洁茹, 王璐著. - 北京: 中国传媒大学出版社, 2006.6

ISBN 7-81085-768-1

I. 播… II. ①吴… ②王… III. ①普通话-语音-教材 ②普通话-发音-教材 IV. H116

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 067483 号

播音员主持人语音发声教程

作 者: 吴洁茹 王 璐

责任编辑: 李 颖

装帧设计: 中广文化

出版发行: 中国传媒大学出版社 (原北京广播学院出版社)

社 址: 北京市朝阳区定福庄东街 1 号 邮编: 100024

电 话: 65450532 或 65450528 传真: 010-65779405

网 址: <http://www.cucp.com.cn>

经 销: 新华书店总店北京发行所

印 刷: 北京胜蓝彩色印刷有限公司

开 本: 850×1168 毫米 1/32

印 张: 10.25

版 次: 2006 年 7 月第 1 版 2006 年 7 月第 1 次印刷

ISBN 7-81085-768-1/K·768

定价: 25.00 元

版权所有

翻印必究

印装错误

负责调换

目 录

第一章	发音总说	/1
第一节	语言的产生	/2
第二节	语音的性质	/3
第三节	语言规范化的重要性	/9
第四节	普通话语音的基本概念	/15
第二章	字音准确的基础——声母	/18
第一节	声母及其作用	/19
第二节	声母的发音条件	/20
第三节	零声母的发音	/25
第四节	声母发音辨正及运用中的问题	/26
第三章	字音响亮的关键——韵母	/40
第一节	韵母及其作用	/41
第二节	单韵母的发音及辨正	/42
第三节	复合元音韵母	/51
第四节	鼻韵母的发音	/58
第五节	韵母按照四呼的分类	/66
第六节	韵母辨正	/67

- 第四章 字音抑扬的核心——声调** /73
- 第一节 声调和声调的作用 /74
- 第二节 调类和调值 /77
- 第三节 普通话声调的把握 /79
- 第四节 普通话声调的训练 /81
- 第五章 语流中的音变现象** /89
- 第一节 语流音变 /90
- 第二节 普通话轻声 /91
- 第三节 儿化韵 /94
- 第四节 变调 /96
- 第五节 语气词“啊”的变化 /100
- 第六节 词的轻重格式 /102
- 第六章 普通话音节结构与吐字归音** /105
- 第一节 普通话的音节结构 /106
- 第二节 吐字归音与音节结构 /108
- 第三节 普通话音节的声韵拼合关系 /112
- 第七章 普通话水平测试概说** /114
- 第一节 普通话水平测试的相关内容 /115
- 第二节 普通话水平测试应试技巧 /119
- 第八章 播音主持发声基础** /127
- 第一节 播音主持艺术发声的特点 /128
- 第二节 播音主持发声训练的要求及方法 /131
- 第三节 播音发声学习的原则 /136
- 第四节 不良用声习惯的纠正 /139
- 第九章 呼吸控制** /144
- 第一节 呼吸控制的原理 /145
- 第二节 播音主持发声呼吸的控制 /151

第三节 呼吸控制的训练方法和内容 /160

第十章 口腔控制 /177

第一节 加强口腔控制是保证发声质量的关键 /178

第二节 吐字归音与口腔控制 /192

第十一章 喉部控制 /209

第一节 喉的结构和发声原理 /210

第二节 喉部控制 /215

第三节 嗓音保健 /228

第十二章 共鸣控制 /231

第一节 共鸣及其作用 /232

第二节 共鸣器官 /234

第三节 播音发声共鸣的控制特点 /238

第四节 共鸣控制训练 /240

第十三章 声音弹性 /252

第一节 声音弹性的含义及作用 /253

第二节 声音弹性的获得 /256

第三节 声音弹性的主要类型和训练方法 /259

第十四章 情声气结合 /280

第一节 播音主持艺术情声气的特点 /281

第二节 播音主持中情声气的协调 /284

附录

一、声母发音表(一) /315

二、声母发音表(二) /316

三、普通话音节结构示意图 /317

四、普通话音节表 /318

参考文献 /320

第一章 发音总说

教学目标：

了解语言三要素的关系，掌握语音的四要素，熟悉发音器官的基本构造和原理；了解学习普通话的重要意义，掌握普通话的特点；了解汉语的七大方言区和普通话的对应关系；明了普通话语音的学习方法，熟悉相关的语音概念。

基本概念：

语音 普通话 元音 辅音 声母 韵母

要点提示：

◇ 语言三要素语音、词汇、语法是相互协调、相互制约的关系。

◇ 语音三大属性中社会属性是语音的本质属性，语音所具有的表意功能是一定社会所赋予的，音义结合是由社会成员约定俗成的。

生理属性：声音产生的过程是在呼吸器官、振动器官、共鸣器官、咬字器官协调一致的配合下圆满完成的，这些器官是我们发音的生理基础。

物理属性：语音是一种物理现象，每一个语音片断都可以从音高、音强、音长、音色四个基本要素来分析。

◇ 普通话语音有音系简单、音节响亮、声调变化高低分明、节律感强四个特点。

◇ 汉语七大方言区的基本语音规律与普通话的对应关系。

◇ 学习普通话语音，可采取主动听辨语音、把握整体状态、学会自我判断、循序渐进等几种学习方法。

资料链接：

- ◇ 叶蜚声、徐通锵《语言学纲要》，北京大学出版社，1988年
- ◇ 胡裕树《现代汉语》，上海教育出版社，1995年
- ◇ 林焘、王理嘉《语音学教程》，北京大学出版社，1994年
- ◇ 李行健《普通话和方言》，上海教育出版社，1985年

第一节 语言的产生

一、语言的产生

自从有了人类社会，就有了语言。语言是一种社会现象，是人类最重要的交际工具和进行思维的工具，它是源于劳动并和人类社会一起产生的。人类的祖先在长期维持生存的劳动中使手脚分工，终于能够站立起来。直立行走和语言的产生有密切的关系，直立使口腔和喉咙形成直角，喉咙受到重力的作用，位置下移，拉长了整个发音通道，有助于人类的祖先在发音时构成更多阻碍，在生理上具备了说话的能力；而在共同的劳动中又有了交流思想的需要，即“已经到了彼此间有些什么非说不可的地步”，于是就产生了语言。

有了语言，生活在社会中的人才能共同生产，才能协调在同自然斗争中的共同行动。没有语言，人们之间的联系就会中断，社会就会解体。语言对社会全体成员来说是统一的、共同的，是全民的交际工具。

二、语言的组成

语言是由语音、词汇、语法三部分组成。语音是语言的物质外壳，是语言的外部形式。语言中任何词和语法形式，都依靠语音这种物质材料而存在，有了语音才能使语言成为人们听

感所能感知的交际工具。语言必须借声音表达出来，无论听说读写，都离不开语音，因为语言中的词是声音和意义的结合体，词语是以语音的形式贮藏在大脑中的，大脑的语言区只承担语音信息的处理。

词汇是语言中词语的总和，在语言中起着建筑材料的作用，没有建筑材料是不能建成建筑物的，没有词汇就没有语言，词汇越丰富语言越丰富。

语法是形态变化和用词造句规则的总和。词汇只有接受语法规则的支配，使语言有条理性，才能使语言表达人类的思想。如果没有语法的支配，词汇只不过是一堆建筑材料，不能起到交际作用。

语音、词汇、语法三要素相互协调，相互制约，合乎规律地共处于一个整体之中。三者的关系如下：

语 言 三 要 素	语言—物质基础	语音纯正	吐字清晰	} 语言的外部技巧 (表现手段)
		声音悦耳	持久有力	
		四声分明	语调动听	
	词汇—建筑材料	概念准确	合乎逻辑	} 语言的内部技巧 (对稿件进行再创作的依据)
		用词得当	语句通顺	
		思想鲜明	感情丰富	
语法—结构规律				

第二节 语音的性质

人们用语言表达思想、进行交流，必须凭借语音。我们说话要凭借发音器官发出的语音表达自己的思想、情感，听话也要凭借听觉器官感觉到的语音来了解对方的思想和情感。无论是说还是听都离不开语言的本质——语音。语音，是指人类通过发音器官发出来的，具有一定意义的声音，目的是用来进行社会交际。运用语言进行交际的过程是瞬间的事情，却包含一系列复杂的问题：第一阶段，说话人大脑指令发音器官发出语音，这是从心理现象转换到物理现象的过程；第二阶段，语音

以空气为媒介传到听话人的耳朵里，是物理现象；第三阶段，语音通过听觉器官被听话人的大脑感知，这是从生理现象转换到心理现象的过程。整个过程分为三个环节：从言语的产生到言语的传输再到言语的感知，它涉及到心理学、生理学、物理学、语言学等多种学科。语音具有三种基本属性：第一，物理属性，语音同自然界其他声音一样，是由于物体的振动而产生的，必然具有频率、振幅、强弱等声音具备的物理属性；第二，生理属性，语音是由人的发音器官发出的声音，必然涉及发音部位和发音方法等生理活动；第三，社会属性，语音所具有的表意功能是一定社会所赋予的，音义结合是由社会成员约定俗成的。这三种属性中社会属性是语音的本质属性。

一、语音的生理基础

语言的声音——语音，它是人类发音器官振动与调节发出的具有一定意义的声音。了解发音器官的构造和各部分在构成语音过程的作用，可以帮助我们正确发出和辨别各种不同的语音。发音器官指在言语过程中参与发音动作的人体器官。声音产生的过程是在呼吸器官、振动器官、共鸣器官、咬字器官协调一致的配合下圆满完成的，这些器官是我们发音的生理基础。

声音的发出是与呼吸、发声、共鸣、咬字四个环节密切相连的。肺部产生的气流，通过气管、振动了喉头的声带，于是声带发出了声音。音波经过咽腔、口腔、鼻腔的共鸣得到了放大、美化，再经过唇、齿、舌、牙、腭协调运动作用，不同的声音就产生了，这就是言语发声的简单原理。

我们人类的发声器官与一般乐器的结构是大致相同的，从功能上说，分为四个主要部分。发音体（喉头里边的声带），颤动的发音体发出声音。动力源（肺及气管），使发音体得以颤动的动力。共鸣腔（咽、口、鼻等腔体）使声音得到调节。咬字器官是语言产生的关键，一般指唇、齿、舌、牙、腭。（见图1）

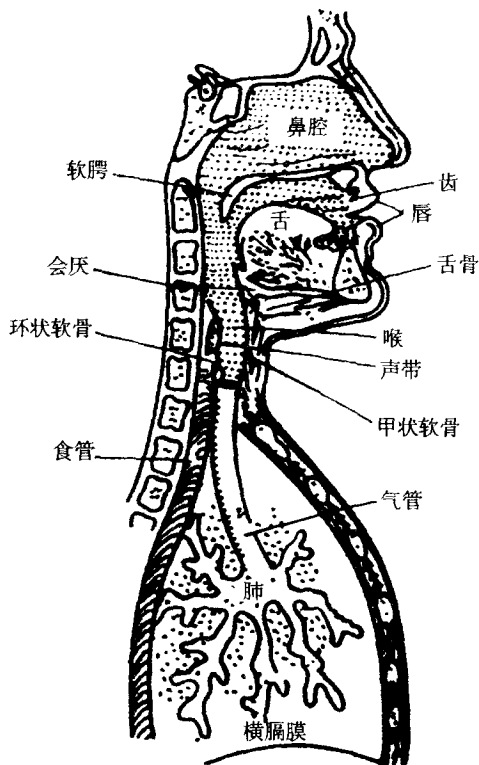


图1 发音器官图

(一) 呼吸器官：包括肺脏、气管、胸腔、横膈膜和有关的呼吸肌肉群

“气动则声发”，肺就像产生空气动力的风箱，肺是吸入和呼出气息的总仓库。肺在胸腔内，外面是肋骨，下面是横膈膜。肋间外肌收缩，横膈膜下降，胸腔扩大，可以帮助吸入气息；肋间内肌收缩，横膈膜向上抬起，胸腔缩小，可以帮助呼出气息。呼出的气息冲击了声带，使声音得以发出。因此说，气息是发声的动力和基础。肺对于语音所起的作用在于提供了呼吸的动力，呼气量的大小和语音的强弱密切相关。

（二）振动器官：主要指喉头和声带

喉头是介于咽腔和气管之间的部分，由甲状软骨、环状软骨、杓状软骨和会厌软骨以及各种肌肉构成。喉内有声带，由声带肌和声韧带组成。两片声带并列左右，中间叫声门。由于喉头内各种软骨和肌肉的相互作用，可使两片声带靠拢和分开、拉紧和放松。呼吸时，两条声带分离；发声时，由于受到气息的冲击而振动，两条声带靠拢，发出声音。声带振动的频率越快，发出的声音越高。振动的幅度越大，声音越响。

在呼吸的配合下，声带可调整其长度、厚度和张力，从而发出高低强弱等不同的声音。喉就像阀门，有双重作用，既可以让声带在气流的作用下产生振动，发出声音，又可通过开闭控制气流量。由于喉部肌肉的运动使喉部状态发生变化，从而使声带的长短、厚薄发生改变，使得发出的声音在音高、音色上产生变化。

（三）共鸣器官：主要包括喉腔、咽腔、口腔、胸腔、鼻腔和头腔

声带发出的声音是基音与泛音的组合，但微弱细小。当这种声音在人体内各共鸣腔内得到共振时，原来微弱细小的声音便会得到扩大和美化，发出圆润、明亮的声音，这就是“共鸣”。

人体的共鸣器官有能够自由控制的共鸣声腔，包括喉、咽、口各腔；还有固定不变的共鸣腔，比如胸腔、鼻腔和头腔。

声腔是可变共鸣腔。口腔可开可闭，可大可小，舌头可松可紧、可薄可厚；咽腔的肌肉可张可缩，可长可短，喉头可上可下自由活动，因而声腔是可变的共鸣腔体。喉腔咽腔在人类演化过程中对提高发音能力起了很大作用。人的声门位置很低，在声门和口腔间形成几十毫米的空腔（即喉腔咽腔），舌头和软腭因此有了前后上下活动的空间，使声腔的形状千变万化，发出种种声音。

胸腔、鼻腔、头腔是不变的共鸣腔。胸腔是发出声音的基

座——低音喇叭，是产生“厚度”声音的中坚，没有胸腔的声音显得单薄。鼻腔与头腔是产生高音的关键，在播音主持艺术发声上这部分声音用得不多。

共鸣器是一个整体，在“共鸣”的使用中也要有“整体意识”。

(四) 咬字器官：主要指口腔各部——唇、齿、舌、牙、腭，是形成字音的部位

咬字、吐字的好坏与语言的力度关系密切。这些器官通过打开或关闭形成塞音、塞擦音；通过位置移动，使鼻腔与口腔连通或断开，形成鼻音和非鼻音；通过唇形和舌位的变化来形成各种元音。口腔中的发音器官最多，这些器官的位置形状对发出的声音产生影响，其中包括最灵活、最重要的发音器官——舌头。由于舌头活动的千变万化形成了多样的共振腔，再加上来自肺部的气流在口腔里受到不同的阻扰，我们便可发出不同的语音。

二、语音的物理基础

语音与自然界其他声音一样，都是因发音体振动形成声波，传到人耳中形成的。语音是一种物理现象，每一个语音片断都可以从音高、音强、音长、音色四个基本要素来分析。

(一) 音高

音高是声音的高低，是由发音体振动频率的不同决定的。声带每开闭一次称为一个周期，每秒钟的周期数就是这个音的频率数。频率的单位为赫兹（Hz），频率高，声音就高；频率低，声音就低。一般说，发音体大、长、厚、松，振动就慢，频率低，发出的音高就较低，比如男人、老人；发音体小、短、薄、紧，振动就快，频率高，发出的音高就高，比如女人、孩子。每个人的声带形态不同，自然发出的声音高度也不同，就是同一个人也可以通过控制声带拉紧或放松，发出不同的音高。人的听觉会觉得高音尖锐、紧张，中音厚实明亮，低音低沉松弛。要想调适自己的音高，需要控制声带做相应的变

化。

(二) 音强

音强是指声音的强弱，由声波的振幅大小决定。一定频率的声波，振幅大声音就强，振幅小声音就弱。音强是指声音强度本身客观的物理特点。音强的变化主要靠气流的推动，它的单位是分贝（db）。在语音中，音强与音高往往有连带关系，一般来说，音强加强时，音高也会加高，而音高加高时，音强也会增强。

(三) 音长

音长是指声音的长短，取决于发音体振动的持续时间，单位毫秒（ms）。普通话中的轻声音节音长短于非轻声，要注意音长在语流中和其他三因素一起在明确语句目的、表达情感方面所起的重要作用，没有音长就无法展现其他三因素的变化。语速过快并不意味着容纳信息就多，如果听不清就会难以分辨，最终难以理解。

(四) 音色

音色也叫音质，指声音的特色和本质。区分不同音色主要决定于发音体、共鸣器和振动方法。它分为语音音色和噪音音色。语音音色是指语音范畴中，这个音区别其他音的特征，如 a 与 e 的开口、舌位前后高低的不同；噪音音色是在熟悉交际范围里，听其声辨其人，是发音个体具有的本质特征。一个人一生中可能听到并分辨一亿个不同的音色，记住 100 万个不同的音色特点。在调整语音发声过程中，先要对音色作判断，只有对原有音色及调整后的音色有区别和认识才能调整。文化素质的高低对音色的喜好和要求也会不同。

语音的音高、音强、音长、音色这四种物理属性是不可分割的。

三、语音的社会基础

语音的社会性质表现在多方面：

（一）语音的形式和意义的结合是约定俗成的

单纯的声音并无意义可言，只有和意义结合起来才能成为语音。而语音的形式和意义之间并不存在必然的联系，因此语音表达什么样的意义完全是人们约定俗成的。同样，一种事物的指称意义用何种语音形式来表达，必须得到社会成员的共同确认和遵守，才会起到交际作用。

（二）语音必然表现出一定的地方特征和民族特征

不同语言的语音表现为不同的民族特征，比如普通话有翘舌音，而汉语的许多方言却没有这类音；英语有齿间音，汉语中就没有而且普通话发音要避免发成此类音。

（三）语音的系统性

一种语言的语音形成有自己的一套系统，汉语普通话里送气与否能区分意义，英语不能；英语中清浊与否能区别词义，汉语普通话不能；普通话里 n 和 l 是要严格区分的，可在有些方言里就混用。可见不同社会的语言，语音成分有自身的系统性。语音的社会属性是语音的本质，忽视语音的社会性质就难以说明许多语音现象，也无法合理解决语音的许多问题。

第三节 语言规范化的重要性

一、掌握普通话的必要性

语言是人们交流思想的工具，也是人们进行社会生产和社会生活的手段。现在世界上不少国家常以全民族共同语在国民中的普及程度，来衡量国家的进步、文明程度。我国地广人多，是个多民族国家，各民族风俗习惯不同，语言差异也很大。据统计，我国有五个语言体系、五十多种语言，同时各地方还存在着方言差异。这种语言隔阂的状况，已经成为发展经济、影响交际的重大障碍。

（一）社会的发展要求普通话的普及使用

我国是一个方言复杂的国家，严重的方言分歧给我国人民的政治、经济、文化生活带来了不利的影响。语言是人类最重要的交际工具，要使语言在今天人类高速向前发展的新历史时期中发挥更大的作用，就必须加快推广普通话的进程，不断提高全社会的普通话水平。普通话的普及意味着沟通的顺畅，还可体现一个地方的经济文化发展程度。国家要求公务员、窗口行业（售货员、售票员、医生、律师等）、教师要通过普通话水平测试，这是推广普通话的一个重要举措。一个普遍现象是大中城市普通话普及率较高，偏远、小城镇普通话普及率较低。

（二）现代科技的需求

随着现代科学技术的发展，普通话语音研究与科学技术的联系越发紧密。普通话在人机对话、语音识别方面发挥着无可比拟的优势，并被广泛用于社会生活的各个领域，普通话的使用已经具有较高的商业价值，带给人们更为便捷的生活。

二、普通话及其特点

（一）什么是普通话

汉语普通话，是以北京语音为标准音，以北方话为基础方言，以典范的现代白话文著作为语法规范的现代汉民族共同语。

普通话以北京语音为标准音是近代汉语历史发展的必然结果。北京语音音系的形成历史久远，周得清《中原音韵》（1324年），如实地记录了当时的歌曲（北曲）所用的音韵。现在看来与今天的北京音系相合，说明北京语音在那时已经取得了北方标准音的地位。

北京近一千年来一直是政治文化的中心。辽、金、元、明、清都把这里作为京都。因此北京作为大城市，频繁的人口流动，使得北京语音与北方的各地方言有较多相互影响的机会，因而也吸取了不少地方的语音，逐渐成为北方方言的代

表。

明清的“官话”使得北京语音在全国汉族中立下根基。“五四”运动以后所谓的“国语统一运动”，后期的“国音”就是以北京语音为标准音的。而且几十年以来形成的话剧、电影、曲艺广播等，均采用北京语音，被人们自然接受。普通话以北京语音为标准音，这也是汉语历史发展的必然，是早已为大多数人所公认的。

（二）普通话语音特点

1. 音系简单

从声韵调系统来看，普通话有声母 21 个，韵母 39 个，声调 4 类。音节结构形式较少，大约 400 多个音节，带声调也就 1300 多个；韵尾少，只有 i、u (o)、n、ng 4 个，没有特别难发的音节。普通话音系比较简单，它的声母、韵母、声调，一般来说比其他方言要少，因而比较容易掌握。

2. 音节响亮

普通话音节中元音占优势，声母中清音较多，发音响亮、清脆。

3. 声调变化高低分明

声调只有四类，四类声调中高音成分多，高扬转降变化明显，因此明朗舒缓。

4. 节律感强

普通话中双音节词占优势，并有约定俗成的轻重格式，听起来节奏分明，起伏跌宕；儿化韵以及轻声、变调使语言表达更加准确、丰富。

三、对汉语方言区的了解

汉语方言的分歧突出地表现在语音方面。各方言区在语音系统上存在较大的差异，但这种差异存在一定的对应关系。普通话以北京语音为标准音，是就整个语音体系而言，其中并不包括北京话中的土音、土语成分。下面简单介绍汉语几大方言区的基本语音规律：