

徐行效 著

声乐心理学

龔中華題



科学出版社

www.sciencep.com

声乐心理学

徐行效 著

科学出版社

北京

图书在版编目(CIP)数据

声乐心理学/徐行效著. —北京: 科学出版社, 2003

ISBN 7-03-010967-8

I. 声… II. 徐… III. 声乐—音乐心理学 IV. J616-05

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 096102 号

责任编辑: 曲衍立/责任校对: 包志虹

责任印制: 钱玉芬/封面设计: 范会世

科学出版社 出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

新蕾印刷厂 印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2003年6月第一版 开本: A5 (890×1240)

2003年6月第一次印刷 印张: 11

印数: 1—3 000

字数: 340 000

定 价: 28.00 元

(如有印装质量问题, 我社负责调换〈环伟〉)

序

徐行效教授的大著《声乐心理学》在经过十七个寒暑的艰辛磨砺之后，终于出版问世，在这里我向徐教授表示热烈的祝贺，并为他取得的这一学术成果感到由衷的高兴。

徐教授是一位声乐艺术家，几十年来活跃在声乐演唱和教学的第一线，并且都取得了优异的成绩。他曾经多次举办个人独唱音乐会，并由当地的电视台加以实况转播。他在教学上取得的成就，为声乐界同行所首肯，如今已是桃李芬芳。更为难能可贵的是，这位声乐艺术家非常重视理论的学习和修养，并且能够持之以恒，不断地琢磨如何把自己的演唱和教学经验提高到理论的层面，使它成为具有普遍意义的规律性认识。经过十多年来的日积月累，徐教授已经写出三十余万字的理论文章在《音乐研究》、《人民音乐》和《中央音乐学院学报》等刊物上发表，或在全国性声乐学术会议上宣讲。这本《声乐心理学》则是徐教授多年来从事声乐理论研究的一个突出成果。

声乐的学习、演唱过程是一种集声乐技术技巧、心理素质、文化艺术修养以及人生体验为一体的综合性的发展和提高过程。声音技术技巧的学习和掌握是非常重要的，然而却不是惟一的。关键的问题在于在声乐技术技巧的掌握过程中，自始至终与心理素质的培养和训练紧密结合在一起。正如徐行效教授所说，声乐理论由仅仅是技术技巧的研究，发展到生理研究，进而发展到心理研究，这是声乐理论研究的必由之路。心理学在近一个多世纪的飞速发展以及它在许多领域里的应用已经并且将继续证明，人的一切行为都是受心理活动的支配和调控的，心理素质的培养和训练将会极大地改善和提高人的行为效能。声乐作为人的一种高度主体性的艺术创造活动，更是和人的心理素质密不可分的。徐教授敏锐地发觉这一问题的极端重要性，并且把它作为自己从事理论研究的重点和突破口，这个选择和决断无疑是非常正确和有眼光的。

《声乐心理学》这部著作以心理学的基本原理和训练方法为纲领，并努力把它贯穿于声乐学习、演唱和教学的每一个环节之中。在该书的第一章至第三章中，作者概述了心理学以及音乐心理学和声乐心理学的性质、特点和发展过程，具有开宗明义的作用。从第四章起，作者开始了他对声乐心理学的论述，首先从最基本的感觉、知觉、表象以及注意力和记忆力等问题谈起，为歌唱者心理素质的培养和训练奠定了基础。从第八章开始，作者逐一论述了歌唱者必备的心理要素：思维、想象、情感、意志、需要、动机和目标，进而论述到歌唱者的兴趣、气质、性格和能力。对于一个歌唱者来说，这些心理要素的养成至关重要，可以说每一项都是不可或缺的，正是这些基本要素构成了歌唱者良好的心理素质。从第十六章开始，作者从声乐教学的角度着重论述了声乐学习心理、声乐教学心理、声乐心理训练、声乐演出和比赛心理、声乐学生心理以及声乐教师心理。在这些章节的论述中，作者结合自己几十年的演唱和教学的体会和经验，有的放矢地提出了许多中肯和具有启发意义的意见。读者从这里不难看出徐教授的良苦用心，他是希望通过这本书把声乐心理学各个方面的问题都揭示给大家，并且尽可能地提出一些可行性的建议和忠告，以期引起声乐界同行们的关注和重视，通过心理素质的培养和训练，把我国声乐艺术的学习、演唱和教学提高到一个新的水平，为攀登声乐艺术的高峰打下良好的心理基础。我想，这不仅是徐行效教授个人的良好愿望，而且也正是这部《声乐心理学》当下出版意义之所在。

《声乐心理学》一书的出版，为我国声乐心理学的研究奠定了一个良好的基础。我相信通过声乐艺术家们的共同努力，我国声乐心理学的研究必将会有有一个更大的发展，并为我国声乐艺术的进一步发展和提高做出应有的贡献。同时，我也相信，声乐心理学的发展也将会对我国音乐心理学的建设给予强有力的推动。

张 前

2002年10月10日于北京
中央音乐学院音乐学研究所

（作者系中央音乐学院教授、博士生导师、音乐学研究所所长、中国音乐心理学会理事长）

目 录

序

第一章 绪 论	(1)
第一节 心理现象与心理学	(1)
第二节 心理的实质	(5)
第二章 音乐心理学述略	(13)
第一节 音乐心理学概述	(13)
第二节 中国音乐心理研究发展简述	(18)
第三章 声乐心理学概述	(21)
第一节 中国声乐心理学的萌发	(21)
第二节 声乐心理学的内容和任务	(23)
第三节 声乐心理学研究的原则、方法和意义	(26)
第四章 歌唱者的感觉、知觉和表象	(30)
第一节 什么是感觉、知觉	(30)
第二节 感知觉的种类	(32)
第三节 表 象	(39)
第四节 感受性及其变化	(42)
第五节 感知的特征和规律及其在声乐教学中的应用	(46)
第六节 歌唱者的观察力及其培养	(51)
第五章 歌唱者的注意	(55)
第一节 注意概述	(55)
第二节 注意的种类及其规律性	(57)
第三节 注意的基本品质和培养	(60)



第四节	注意的个体差异和在声乐教学中的运用	(65)
第六章	歌唱者的记忆	(70)
第一节	记忆概述	(70)
第二节	记忆的基本过程	(73)
第三节	记忆的品质和歌唱者记忆力的培养	(77)
第四节	记忆在声乐教学中的作用以及记忆规律的运用	(82)
第七章	歌唱者的思维	(86)
第一节	思维概述	(86)
第二节	思维的过程与形式	(90)
第三节	思维的品质及其特殊规律	(92)
第四节	思维在声乐教学中的意义及创造性思维的培养	(96)
第八章	歌唱者的想象	(102)
第一节	想象概述	(102)
第二节	想象的种类	(104)
第三节	声乐学生想象力的特征及想象的个别差异	(107)
第四节	想象在声乐教学中的意义和怎样培养学生的想象力	(110)
第九章	歌唱者的情感	(114)
第一节	情感概述	(114)
第二节	情感的分类和特征	(120)
第三节	歌唱者应具备的情感品质	(125)
第四节	情感在声乐教学中的意义和学生情感的培养	(127)
第十章	歌唱者的意志	(133)
第一节	意志概述	(133)
第二节	意志行动的分析	(135)



第三节	声乐活动中意志的特点	(139)
第四节	歌唱者应具备的意志品质和怎样培养学生的意志	(142)
第十一章	歌唱者的需要、动机和目标	(147)
第一节	歌唱者的需要	(147)
第二节	歌唱者的动机	(151)
第三节	歌唱者的目标、信念与世界观	(158)
第十二章	歌唱者的兴趣	(163)
第一节	兴趣概述	(163)
第二节	兴趣在声乐教学中的意义	(167)
第三节	怎样培养、激发学生的学习兴趣	(168)
第十三章	歌唱者的气质	(172)
第一节	气质概述	(172)
第二节	气质的类型及特征	(174)
第三节	怎样根据学生的气质类型特点进行声乐教学	(180)
第十四章	歌唱者的性格	(184)
第一节	性格概述	(184)
第二节	歌唱者性格的类型、发展阶段和完善	(187)
第三节	声乐学生性格特征的分析	(192)
第四节	声乐学生的性格教育与培养	(196)
第十五章	歌唱者的能力	(204)
第一节	能力概述	(204)
第二节	音乐能力和才能	(213)
第三节	声乐才能的形成和发展	(218)
第四节	声乐学生能力的个别差异和培养	(221)
第十六章	声乐学习心理	(228)
第一节	声乐学习心理概述	(228)
第二节	歌唱者掌握声乐知识的心理分析	(233)



第三节	声乐技能学习的心理分析	(238)
第四节	声乐练习的心理分析	(242)
第十七章	声乐教学心理	(251)
第一节	歌唱者的心理状态	(251)
第二节	声乐课堂教学心理分析	(255)
第三节	声乐学习评定的心理分析	(262)
第十八章	声乐心理训练	(266)
第一节	歌唱者不良心理状态分析	(266)
第二节	歌唱者的心理训练	(274)
第十九章	声乐演出、比赛心理	(285)
第一节	声乐演出、比赛的心理概述	(285)
第二节	歌唱者参加演出、比赛的心理分析	(291)
第二十章	声乐学生心理	(301)
第一节	声乐学生的一般心理特征	(301)
第二节	不同年级声乐学生的心理特征	(306)
第二十一章	声乐教师心理	(311)
第一节	声乐教师的工作特点和心理特征	(311)
第二节	声乐教师应具备的心理品质	(318)
第三节	声乐教师的作用、影响和威信	(328)
第四节	声乐教师的个性与教学效果	(333)
第五节	声乐教研室集体活动的心理特征	(336)
后 记		(342)

第一章 绪 论

第一节 心理现象与心理学

心理学是研究人的心理现象及其规律的科学。人的心理现象多种多样，相互之间的关系也非常复杂。通常把它分为心理过程和个性心理两方面去进行探讨。

一、心理过程

心理过程，即心理活动的过程，是指人的心理活动的发生、发展和完成的过程。它包括认识过程、情感过程以及意志过程。

(一)认识过程

认识过程指人在认识客观事物的活动中所表现出来的各种心理活动现象。例如，我们感觉到清爽的晨风，回忆起自己过去参加歌唱比赛时的情景，想象自己将成为学生所爱戴的音乐教师，思考着学习上需要解决的问题等。这些感觉、忆起、想象、思考等心理现象，在心理学上叫做认识过程。

(二)情感过程

人在认识客观世界的时候，常常伴有自己的情感体验。如某人喜欢声乐，厌恶钢琴课，为自己取得好的声乐成绩高兴不已，但为理论课程的学习困难而感到发愁。这些喜欢、厌恶、高兴、发愁等心理现象，是我们认识和行动中所引起的情感体验，在心理学上叫做情感过程。

(三)意志过程

人认识客观世界，还必须改造客观世界。如某同学在声乐学习中，



虽然声音条件不十分理想,但能不断地克服困难,取得较好的成绩,表现了坚强的意志。而有的人稍有困难,就止步不前,表现了意志品质的薄弱。这些坚强、薄弱等心理现象是人们根据需要有意愿地下决心、定计划、克服困难以达到预定目的的内部心理活动,在心理学上叫做意志过程。

认识、情感和意志三个过程,构成了人的心理活动的基本内容。它们都是在实践活动中发生、发展的,并在实践活动中相互影响,相互制约的(图 1-1)。

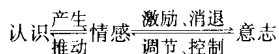


图 1-1 认识、情感和意志关系图

总之,认识、情感、意志过程是一个结合的整体,统称心理过程。心理过程是心理学所要研究的重要任务之一。

二、个性心理

心理过程总是表现在具体的个人身上。不能离开活生生的个人,离开人的个性,孤立地去研究心理过程。因此,有关人的个性心理的研究,是心理学的又一重要任务。

由于每个人所处的社会环境、生活条件和所受的教育不同,因此不同的人的心理上存在着差异,形成了明显的个性差异。人的个性差异主要表现在个性倾向性、个性心理特征和自我意识三个方面。

(一) 个性倾向性

个性倾向性,是指人对现实的选择性态度。它反映了人与人之间在整个精神面貌上的差异。其核心是需要、动机、兴趣、爱好、理想、信念以及世界观等等。它制约着人的全部心理活动的方向和行为的社会价值。例如,我们对声乐艺术有浓厚的兴趣,就会促使我们主动积极地去学习、掌握声乐知识和技能,从事声乐实践,克服歌唱中的各种困难,并不断提高声乐技艺水平。可见,兴趣这种个性倾向性制约着认识、意志、能力等心理活动。

倾向性是个性中的动力结构,是个性结构中最活跃的因素,是个性



的潜在力量，是人们进行活动的基本动力。在个性倾向的成分中，需要是基础，是对其他成分起调节、支配作用；信念、世界观居最高层次，决定着一个人总的思想倾向。

(二) 个性心理特征

由于人的先天遗传因素不同，社会生活条件不同，所受的教育不同，所从事的实践活动不同，因此就形成了各个人不同的心理面貌。各人的心理活动往往具有这样或那样不同的特征。一个人某些比较稳定的心理特征，如能力、气质、性格等，心理学上统称为个性的心理特征。

能力标志一个人的活动水平，气质表现一个人的活动风格，性格决定一个人的活动态度。这三个方面在质和量上的各种不同的组合，就使得人们的个性千差万别，千姿百态。

个性心理特征是个性中的特征结构，在个性结构中是比较稳定的成分，表明一个人的典型心理活动和行为。个性心理特征在心理过程中形成，而后又反过来影响心理过程。

(三) 自我意识

自我意识是个体对自己的态度和认识，它是个性心理的调控结构，体现着一个人的成熟度，决定着人的个性心理的发展水平。自我意识包括自我认识、自我体验、自我评价、自我监督、自我调控、自我教育、自尊心等成分，是一个多维度、多层次的心理系统。

个性心理的三个方面互相依存、互相制约、协调发展。正是在这三种因素的相互作用下，才构成一个以个性倾向性为方向，以个性心理特征为表现，以自我意识为调控的有机的个性心理的整体。

心理过程和个性心理，构成了心理学的研究对象(图 1-2)。

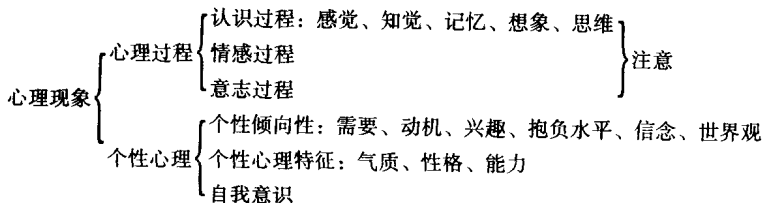


图 1-2 心理学的研究对象



三、心理学的特点

(一)心理学是既古老而又年轻的科学

说它古老,是指人类自有文字记载以来就有关于心理的论述。不过古代多散见在哲学和医学著作中,没有独立出来。说它年轻,是因为自1879年,德国生理学家冯特(W. Wundt, 1832 ~ 1920)在莱比锡大学建立了世界上第一个心理实验室,开展了比较系统的科学研究,心理学才开始从哲学的怀抱中解放出来,成为一门独立的科学。迄今不过一百多年的历史。一百多年来,心理学学派纷争,相互对峙,各不相容。其中影响较大的学派有:构造主义心理学派、机能主义心理学派、行为主义心理学派、精神分析心理学派、格式塔心理学派、皮亚杰学派、人本主义心理学派、认知心理学派等。

(二)心理学既是社会科学又是自然科学

心理学与哲学、逻辑学、社会学、伦理学、教育学等各种学科的关系非常密切,与动物学、神经生理学、医学、遗传学等学科的关系也十分密切。由于人既是社会的实体又是自然的实体;既受社会发展规律的制约,又不能切断生物进化的连续性和心理发展的继承性。有些心理过程方面的东西必须用自然科学的方法来研究;有些个性特征方面的东西,又得用社会科学的方法来考察。因此,心理学就不可能单纯地属于一种学科。当今科学界认为,心理学是一门中间科学或边缘科学、交叉科学。

(三)心理学既是理论科学又是应用科学

普通心理学是一门理论科学,但心理学应用的范围也很广泛,人的社会实践活动无一不是在人的心理活动调节下完成的。人类有多少活动领域或部门,就会有多少应用心理学,如工业心理学、商业心理学、医学心理学、军事心理学、教育心理学、艺术心理学、儿童心理学、运动心理学等等数十余种分支学科。各门应用心理学又有各自的理论问题需要研究,如教育心理学研究在教育、教学过程中,受教育者形成心理特



性和道德品质,掌握知识技能及发展智力、体力的心理过程,为提高教育质量提供科学依据,等等。

第二节 心理的实质

对于人的心理实质的理解,几千年来,唯物主义与唯心主义存在着根本的分歧。直到马克思主义哲学——辩证唯物主义创立之后,才真正科学、正确地阐明了人的心理实质。

一、人的心理是人脑的机能

(一)脑是心理的器官

大脑位于颅腔内,由大脑、间脑、中脑、桥脑、延髓、小脑组成(图 1-3)。

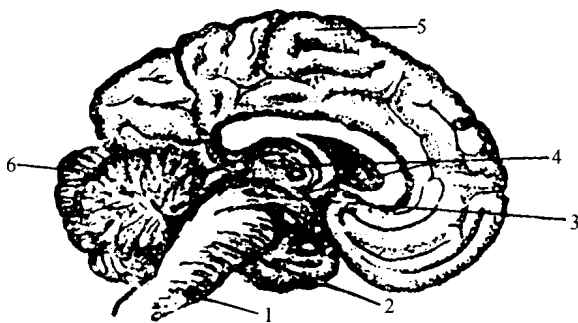


图 1-3 脑正中矢状切面

1. 延髓; 2. 桥脑; 3. 中脑; 4. 间脑; 5. 大脑半球; 6. 小脑

大脑是心理的主要器官,左右两半球由神经纤维构成的胼胝体相连,外部呈灰黄色的就是大脑皮质。大脑皮质平均厚 2.5 毫米,约有神经细胞 140 亿个,是神经细胞集中的地方。皮质表面形成许多沟回,主要沟裂有中央沟、外侧裂、顶枕裂等。沟裂把大脑分为四部分:额叶、顶叶、颞叶、枕叶。沟裂隆起部分称为回,主要回有中央前回、中央后回、颞上回、海马回等。中央前回是皮质运动区,中央后回是皮质感觉区,颞上回中部是皮质听觉区,距状裂两侧是皮质视觉区(图 1-4、图 1-5)。

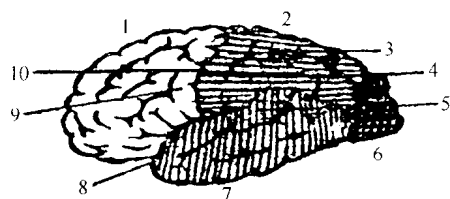


图 1-4 大脑半球外侧面

1. 额叶；2. 顶叶；3. 中央后回；4. 顶枕裂；
5. 颞上回；6. 枕叶；7. 颞叶；8. 大脑外侧裂；
9. 中央前回；10. 中央沟

皮质机能定位，尚不严格，各区间既有机能区分，也有机能联合和调节作用，它们之间发生故障，也有一定的代偿作用。大脑皮质被称为高级神经中枢，它主导与调节着人的一切活动，是心理活动的中心环节。

近代临床医学已经证实，大脑左半球损伤，常引起语言障碍。颞上回损伤，引起听力减退或丧失。枕叶部分受损伤，可以导致眼睛失明。额前区损伤，可出现精神异常、性格变化、记忆衰退。对脑电的研究也表明，人在睡眠、觉醒、进行智力活动、感情冲动时，大脑皮质脑电节律往往是不同的。

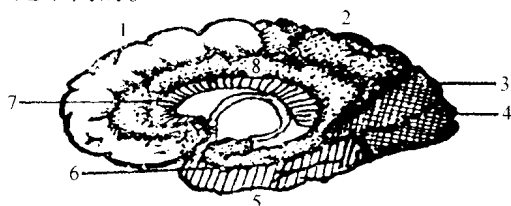


图 1-5 大脑半球内侧面

1. 额叶；2. 顶叶；3. 顶枕裂；4. 距状裂；5. 颞叶；6. 海马回；7. 胼胝体；8. 边缘叶

上述研究表明，人的心理是在周围现实的作用下，由脑产生。脑是心理的器官。

(二)心理是脑的机能

1. 神经系统的结构和机能

人脑是神经系统高度发展的产物。人的一切心理过程，从简单的知觉开始，直到复杂的思维，是由神经元组成的神经系统活动的结果。

构成人脑和神经系统的基本结构和机能单位是神经元，即神经细胞。神经元的形状是不规则的，大小也不一样，它的结构主要由细胞体和突起组成。

细胞体由细胞核、细胞质、细胞膜组成。细胞质含有高浓度的核糖



核酸。实验证明,这种物质与人的心理活动有密切关系。

细胞膜有保持细胞内离子浓度的作用。当兴奋时,细胞膜通透性就发生变化,引起生物电的产生,借以实现神经冲动的传递。

突起分为两类:树突像树上的许多分支,接受另一些神经元传来的冲动,而传向细胞体;轴突一般只有一条,形状如带,它的功用是将冲动由细胞体传向外围。

神经元具有接受刺激,传递信息的机能,是借神经兴奋传递来实现的。神经元的兴奋性与细胞膜有关。在正常的情况下,细胞内有比较多的钾离子,细胞外有较多的钠离子,神经元薄膜内外两边存在着约十分之一伏的电位差。当神经元受刺激时,细胞膜通透性改变,这跨膜电位差立即瓦解,表现为细胞放电,细胞一旦放电,神经冲动就通过一系列放电而沿着神经纤维向前传布,这是神经元内部的兴奋传递。把神经冲动传递到下一个神经元,要通过触突这神经元之间的空隙。这就需要借助化学传递物质。轴突末梢有许多小束,小束储有乙酰胆碱之类的化学物质,当冲动传到轴突末梢时,小束释放出化学物质以刺激下一个神经元,就这样把神经冲动传递下去。

人的神经系统是非常复杂的组织,它包括中枢神经系统 and 外周神经系统。中枢神经系统是神经系统的主要组成部分,大脑是高级神经中枢,脊髓是低级神经中枢。高级中枢掌握高级复杂的心理活动,低级中枢管理低级的简单的反射。

2. 心理机制

(1)反射、无条件反射和条件反射

所谓反射,就是有机体对外界刺激作回答性的反应,是借神经系统的活动来实现的。

反射的简单模式:刺激(如强光)作用到感觉器官(眼)引起神经兴奋,经传入神经到达神经中枢,再经神经中枢传到效应器,产生反应(眨眼)。实现反射所经历的全部神经结构就是反射弧。

反射分两类,先天的不学而能的反射叫无条件反射;后天学习得来的反射叫条件反射。

无条件反射,只有当机体是在正常情况下,他的反应是千篇一律的,而且不因人而异的。低等动物世代代生存在相当恒定的自然环境中,建立了一系列适应其环境的反应活动和相应的生理机构,并且在世



世代代中巩固起来，遗传下去，这就形成了本能。低等动物是依靠本能来适应环境，获得生存的。

条件反射是有条件的，在一定条件下才能建立起来，并且因条件改变而发生变化，因此叫条件反射。“条件反射”这一术语是1903年巴甫洛夫创用的。巴甫洛夫认为，大脑的神经活动有两个基本过程：兴奋过程和抑制过程。这两个过程是互相对立的。兴奋过程是激发或加强神经活动，抑制过程是停止或削弱神经活动。这两种过程都不是停留在原发点不变的，而是沿着大脑皮质扩散开来，然后又集中在原发点上，这就是所谓扩散和集中规律。因为有了扩散，才可能形成暂时性神经联系和相应的条件反射。因为有了集中才可能使暂时性神经联系和条件反射精确化。比如，学生学习某一声乐技巧时，由于初学时大脑皮质神经细胞兴奋的扩散，所学的新动作技术的技能才可能联系起来，虽然学习开始时出现错误和不连贯，但通过多次练习，由于神经的集中作用，于是动作技能就形成技巧了。根据大脑的活动规律，巴甫洛夫认为条件反射的生理基础是神经暂时联系或简称为暂时联系。

条件反射是怎样建立起来的呢？

某种刺激(如灯光)和引起无条件反射的刺激(如食物)同时出现的情况下，在大脑上同时产生两个兴奋区。这两个兴奋区因扩散而发生联系，并由多次重复而巩固，这就建立起神经暂时联系。结果如灯光这种刺激物，此时成为条件刺激物，能够引起以前只有回答无条件刺激物(食物)才出现的反应(流涎)，以后当灯光一出现，(狗)就流涎了。这就是狗建立了对灯光流涎的条件反射的过程。

下述情况，会使条件反射暂时被抑制或消退：

外抑制：巴甫洛夫认为大脑神经活动的另一个规律是相互诱导：兴奋过程可以导致或加强抑制过程，抑制过程也可以导致或加强兴奋过程。前者叫负诱导，后者叫正诱导。

在一个新异刺激物突然出现的时候，正在进行的条件反射活动，会受到影响而停止，这是由于外抑制的缘故。外抑制的生理基础是负诱导。如参加声乐比赛、考试或演出的学生，初上场时受剧场严肃气氛的影响，顿时紧张起来，对原来很熟悉的歌词突然想不起来或唱错，这是一个外抑制的现象。新异刺激出现次数多起来，就失去新异性，外抑制的现象就会消失。一个经常登台演唱的学生就少有怯场的现象。