

◎张 颂 主编



应用主持艺术系列丛书

主持人

外部语言基础

李德付 编著

中国广播电视出版社

应用主持艺术系列丛书

主持人 外部语言 基础

李德付 编著

中国广播电视出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

主持人外部语言基础/李德付编著. —北京: 中国广播电视出版社, 2003.1

(应用主持艺术系列丛书)

ISBN 7-5043-4058-8

I. 主… II. 李… III. 主持人-语言艺术 IV. G222.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 086755 号

主持人外部语言基础

编 著:	李德付
责任编辑:	聂珊珊
责任校对:	张 哲
监 印:	戴存善
出版发行:	中国广播电视出版社
电 话:	86093580 86093583
社 址:	北京复外大街2号 (邮政编码 100866)
经 销:	全国各地新华书店
印 刷:	河北省高碑店市鑫昊印刷有限责任公司
装 订:	涿州市西何各庄新华装订厂
开 本:	850×1168毫米 1/32
字 数:	240 (千) 字
印 张:	11
版 次:	2003年1月第1版, 2003年1月第1次印刷
印 数:	5000册
书 号:	ISBN 7-5043-4058-8/G·1591
定 价:	19.80 元

(版权所有 翻印必究 · 印装有误 负责调换)

应用主持艺术系列丛书编委会

主 编：张 颂
策 划：王克瑞 陈 振
组稿统筹：王克瑞 陈 振
策划编辑：于海岩 孟浩旭 马伯韞
 沈海飞 范琳娜 成 煜 刘 畅
编 委：张 颂 王克瑞 宿春礼 陈 振
 于海岩 孟浩旭 马伯韞 沈海飞
 范琳娜 成 煜 刘 畅 徐 莉
 毕凤飞 孙念怀 丁 磊 王鸿章
 李宏滨 迟达飞 张 放 周敏才
 刘 豪 宋 佳 方 伟 陈子豪
 赵义威 钱文芳 孙 逸 徐碧霞
 段树人

主编的话

应用主持艺术系列丛书是一套启蒙性、应用性、探索性、研究性的读物，适合于爱好者、从业者、管理者、研究者了解、体味、借鉴、参考。

主持人是公众人物，在各自的岗位上默默耕耘、登堂入室，付出了心血，贡献了力量。那个中甘苦、成败得失，日益引起社会的关注。他们肩负着传播先进文化的历史使命，他们加入了国际传播媒体的激烈竞争。中国的主持人一定会以“德才兼备、声形俱佳”自律，一定会积累更丰富、更深刻的经验，继承创新，凸显特色，走向世界。

主持人是一个很受人们关注的职业，很多年轻的朋友希望自己也能够成为一名主持人，电视台的不少栏目常常因为主持人的走红而家喻户晓。不少主持人随着广播电视节目走进了千家万户。随着广播电视媒体的发展，主持人已经成为了一个十分引人注目的职业。主持人队伍也日渐扩大。

21世纪我国的广播电视事业将会有有一个更大的发展，主持人这个行业将更多受到人们的关注，主持人这个职业也需要更多的新人来加入。很多人想知道什么样的人才能成为一个主持人？主持人需要一些什么样的素养、能力、知识？成功的主持人是怎样主持节目的？主持人本身应该怎样提高自己的综合素质？

应用主持艺术系列丛书，从主持人的口语表达艺术、主持人的节目策划艺术、主持人节目驾驭艺术、主持人场景应对技巧、主持人的形象塑造艺术、非节目主持艺术等方方面面进行了较全面的介绍。对于想走进主持人队伍的读者来说，这是一套启蒙读物，对于初踏进主持人行业的人来说是一套非常实用的教材，对于想了解主持人这个行业的人来说，读一读这套丛书，会使你对主持人这个行业有较全面的认识。

愿这套书受到大家的欢迎和喜爱。

北京广播学院播音主持艺术学院教授、博士生导师

张 颂

2002年11月6日于北京广播学院

前 言

目前有关播音主持方面的专著论述很多，从理论上基本形成了体系。《主持人外部语言基础》是在已有的理论框架的基础上重新组合而成，根据其实用性和科学性的特点，共分七章，简称基础、声能、吐字、音准、表达、普测、保健。这是每位播音主持从业人员都回避不了的外部语言基本知识和条件。本书的成书原则是把实用的东西系统化，把纷繁的知识简单化。

这七章内容构建成的“外部语言基础”，写作时试图坚持这样一项宗旨：既注重科学性，又兼顾通俗易懂；既着眼一线从业人员，又没忘专业教学人员和理论工作者；既想到理论体系的相对完整，又思考具体的技术、技能的指导。全书把实用性和技术指导作为重点阐述的部分。普测这章中，在有关国家语音政策方面收录了国家语委宋欣桥同志的文论，因为，它不仅代表个人，更具有普遍指导意义。第一章还附录了轻声、儿化、异读，易混等词表，给学员学习提供了大量图谱，而且图谱的选择与制作与以往不同，使复杂的喉器结构形象地变成了简约的动力原理，为学员的理解领会提供方便。

不难看出，本书是在前人理论成果的基础上形成的，尤其是泛音这节用了李晓华同志的研究成果，谨表谢忱。由于作者才疏学浅，诚望同仁批评指正。

作 者

2002年3月15日

1

目 录

第一章 语言发声的基础	(1)
第一节 语言发声的生理基础	(1)
第二节 语言发声的心理基础	(4)
第三节 语言发声的物理基础	(7)
第四节 主持人语言发声的基本特点	(12)
第二章 挖掘声能与声音美化	(15)
第一节 训练发声的原则与要求	(15)
第二节 动力	(25)
第三节 声源	(40)
第四节 泛音	(49)
第五节 变化	(63)
第三章 主持人吐字归音训练	(86)
第一节 吐字与吐词原理	(86)
第二节 吐字训练要领	(92)
第三节 吐字与咬字器官的训练	(100)
第四节 吐字归音强化训练	(109)
第四章 普通话音准	(129)
第一节 语音的概念	(129)

第二节	普通话声母	(135)
第三节	普通话韵母	(155)
第四节	普通话声调	(172)
第五节	普通话音变	(177)
第六节	普通话正音训练	(187)
第五章	语言表达方法	(211)
第一节	停连	(211)
第二节	重音	(221)
第三节	语气	(227)
第四节	节奏	(233)
第六章	普通话水平测试	(239)
第一节	普通话水平等级基本特征的界限	(239)
第二节	应试准备	(244)
第七章	嗓音保健	(273)
第一节	嗓音保健的重要性和必要性	(273)
第二节	几种嗓音病理现象及其治疗	(277)
附录一	广播电视播音中容易误读的词语	(294)
附录二	普通话异读词的审音问题	(301)
附录三	双音节轻声词表	(305)
附录四	双音节儿化词表	(308)
附录五	普通话异读词审音表	(313)

第一章 语言发声的基础

第一节 语言发声的生理基础

语言发声的生理基础是人体发音器官的活动。发音器官是人体中参与发音活动的器官。

了解发音器官各部分的构造，以及它们在发音过程中的作用，可以直接帮助我们更好地了解和运用发音器官，发出高质量的声音。

发音器官之所以能够发音，是因为它们排列组合成为一个特殊的、符合物理学原理的结构，我们将其称为声道。声道是由人体发音器官构成的能够产生语音的特殊结构。过去，人们常将从喉到口、鼻出口之间的空气通道称为声道。现在，更多的语言学家将喉之下的气管和肺也归入声道范围，因为这些器官在产生语音的过程中同样必不可少。

为了更清楚地了解发音过程，我们可以将声道中的各发音器官高度抽象化，将其看作腔体或阀门，进而了解它们在语音形成过程中所起的作用。根据发音器官在发音过程中的不同作用，一般可以将它们分为三部分：

一、动力器官

动力器官构成一个为发音提供空气动力的系统。这一系统以肺为中心，包括与呼吸有关的器官和组织，主要有肺、横膈、胸廓和气管。发音离不开空气动力，肺在这里的作用就像是一只产生空气动力的风箱，在周围肌肉组织的带动下，作扩张或收缩运动，形成气流的进出。通常，当呼气时，气流经过气管到达喉部，可促使声带振动，发出声音。

人们通常每五秒钟呼吸一次，说话是在呼气的过程中进行的，所以，我们往往需要调节呼吸的节奏和速度，适应说话的需要。从肺部呼出的气流主要是用来激励声带振动。这些在呼吸动作中发挥作用的器官，共同为发声提供动力源。

二、发声器官

语音的发声器官主要由喉构成，还包括喉头的几块主要软骨，如甲状软骨、环状软骨、杓状软骨等，以及连接这些软骨的环甲肌、环杓肌等肌肉组织。

喉有点儿像一个可开可闭的阀门，这个阀门具有双重作用，它既可以通过开闭控制通过的气流流量，也可以在气流的作用下使声带产生振动，发出声音。这些声音经过口腔内各器官组织的加工，变成能够表达特定意义的声音。

三、吐字器官

吐字器官主要是唇、齿、舌、腭。声带发出的“喉原音”

通过这些声腔时，由于声腔形状的种种变化，产生出不同的共振，形成了音质、色彩不同的声音。口腔中最积极、最灵活的是舌头，它的尖端、边缘、中央和根部都能够分别自由活动，整个舌体也可以前后伸缩、上下活动。其次是唇和软腭，双唇可以作不同程度的圆展变化，改变声腔的长度和形状，影响语音的音色；软腭能升能降，可以阻塞或打开鼻腔通道，造成口音和鼻音两种不同色彩的声音。咽腔是连接喉和口腔、鼻腔的通道，上宽下窄，它的形状可以随舌头的动作、咽壁的收缩或喉结的升降而发生变化。鼻腔是个固定的共鸣腔，形状不能改变，依靠软腭升降造成的通阻发挥作用。口腔、咽腔和鼻腔都是语音的共鸣器，对声带振动或声腔内空气振动发出的声音起调节放大作用，形成各种不同的语音音色。

吐字器官处在语音最后完成阶段的位置，它们是声道上端最活跃的器官，尤其是舌，由于其重要性和灵活性，成为吐字器官的中心部分。

了解声道后，我们可以清楚地知道人为什么能够发出富于变化的、能够表达意义的语音。人的发音器官具有巨大的潜在发音能力。语言学家通过有限的调查证明，人的吐字器官可以发出 100 多种辅音和几十种元音。这仅仅是对占世界语言总数十分之一的 500 种语言进行研究做出的结论。由于大量语言尚未被认识和研究，人们所能发出的用于语言的声音显然远不止这些。如果再加上喉能发出的各种不同音高、不同音色的声音，那人们能发出的声音数不胜数，依靠这些声音变化，我们不仅能表达不同的意义，同时也能传递极为丰富的感情色彩。

第二节 语言发声的心理基础

发音器官动作是发音过程的外部表现，在发音器官动作的背后，还有着由于不易觉察而常常被人忽视的复杂的心理过程。这一心理过程是指发音过程中大脑和与其联系的神经系统的活动。许多发音问题有时不能简单归咎于发音器官，问题的根源往往隐蔽在心理过程中。

一、语言发声的心理阶段

人脑是一个极为复杂的组织。由于研究手段不足，人们对大脑的活动过程还知之甚少。根据已有的研究成果，发音大致经过这样几个心理阶段：

（一）在头脑中把将要讲的话组织起来

这一阶段是由大脑负责思维的高级中心完成的。在这一阶段中，一个个的词被有序地排列成表达一定思想的句子。一个句子组织好了之后，再组织下一个句子，形成一连串的话语。我们有时会把前后两个词说颠倒证明这一排列过程的存在。这一阶段我们可称之为大脑编码阶段。

（二）语言编码传送到负责语言活动的大脑皮层(布罗卡区)

在布罗卡区，语言编码转变成一系列的神经冲动。如果这一部分大脑皮层受到破坏，人们可以进行思考，但却不能用话语将意思表达出来。因为编码不能转变成生物电脉冲，话语信号无法再向发音器官传递。

（三）神经冲动信号经过神经中枢传递到发音器官肌肉

这一阶段是神经传递过程。这些信号到达神经中枢后，由

它组织神经元安排传递路线，将这些信号传递到有关发音器官的肌肉组织。

(四) 发音器官的肌肉在神经冲动信号的刺激下活动起来，带动发音器官产生发音动作

由于发音是许多肌肉组织协调运动完成的，因此发音器官肌肉组织的微小误差就会造成发音的失误

二、语言发声的反馈系统

要完成语言发声的动作，就要及时检验发声效果，并根据它来不断调节发声器官的活动。这种通过效果检验以调节机体活动的方式叫反馈作用。当一个人说话给另一个人听时，听话的人实际上是两个，因为说话人不仅在说，同时也在听自己的声音——在监听。通过监听，说话人不断地将他实际发出的声音与他想要发出的声音做比较，并随时做必要的调整，使说话的效果符合自己的意图。

从说话人本身的角度看，语言发声系统属于闭合反馈系统。在发音过程中，有两种反馈渠道。一种是“物理反馈”，即说话人发出的声波回到自己的听觉器官去，对于发音器官进行调节。这种物理反馈，在外部通过空气传传入自己的耳道；在内部通过自己的骨肉也可以传递声波，于是耳朵就同时能听见自己说话。另一种反馈是通过神经系统的“生理反馈”，即说话人的发音器官，如嘴唇、舌头、软腭、咽喉等都在运动。肌肉上的神经纤维把感觉信号传到大脑中枢，把动作的感觉反馈到大脑，进行控制，即神经元的传入传出同时进行活动。

值得一提的是大脑中的锥体外系统，这大大脑组织能够将平时通过练习熟练化的发音动作记录并储存下来，随时与发音

时的动作进行核对修正，它能使熟练化的发音动作不需有意注意就能顺利完成，这样，我们在讲话时就不必考虑发音动作，而将注意力集中在所要讲的内容上。

由此可见，人们通过自身的反馈系统不断自动调节发声动作，而这种调节的精密程度可以随着不断的练习而加强。从这个角度看，可以说，没有“听”就没有“说”，因为听觉不灵，无法知道发出的声音是否合乎传情达意的要求，说话就成为不可能了。这就是为什么许多聋哑人因聋致哑的缘故。

由耳接收自己发出的声音，再将有关信息传送至大脑判断发音是否准确。当发音不准确时，大脑会发出指令，让发音器官改正发音错误。外部反馈的反应速度较慢，只能在发音动作完成之后作出判断，因此，它只能起检查和改正发音错误的作用。这种反馈过程也叫做“听觉反馈”。

听觉反馈有两条通道，一条是体外通道，声波通过空气振动传入耳中。另一条是体内通道，声波通过人体的骨、肌肉振动直接传入耳中。由于说话人听到的声音是由骨传导和空气传导共同完成的，因此在感觉上与别人听到的完全由空气传导的声音有所不同。初次使用录音机录音的人，会感到录下来的声音不像自己的声音，原因就在于此。

在语言发声过程中，内部外部两种反馈系统同时起作用。但是，由外部输入的反馈信号必须通过说话人的内部反馈系统，才能对发声进行调节。因此，训练自身的内部语言反馈系统使之灵敏，对于提高语言效能就是十分重要的了。

三、语言发声的心理状态

在发音过程中，心理状态也是直接影响发音的一个重要因

素。实验表明,积极愉快的心理状态会使大脑各部位的活动积极灵敏,发音流畅自如。而紧张、悲哀等消极心理状态则会使发音的心理过程受阻,影响发音的顺畅。消极心理状态主要对以下几个发音心理环节有不良影响:

第一,影响大脑高级中心的思维过程,使发音的编码环节产生混乱,造成发音中词句不连贯或辞不达意。

第二,影响神经中枢的传导功能,使神经传导迟钝或造成传导错误,表现为发不出音或发音嗑巴。

第三,影响感觉中心分析能力,造成反馈系统迟钝,发音容易出错,甚至产生错误之后仍毫无察觉。

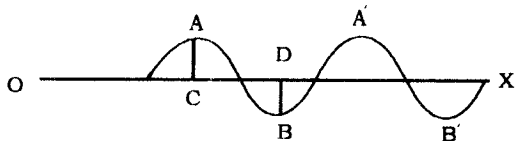
正常的心理状态是发音的必要条件,它使发音所涉及的心理过程能顺利完成。作为发音过程的一个组成部分,心理过程虽然不像发音动作那样显而易见,但它对发音的影响却日益为人们所重视,只有将发音动作和心理过程联系起来进行分析,才能对发音有全面深入的了解,也才能更有效地解决各种发音问题。

第三节 语言发声的物理基础

在日常生活中,我们能够听到各种各样的声音,像鸟兽的叫声、机器的轰鸣声、上课的铃声等等。这些不同的声音都是由物体的振动产生的。物体受外力的作用而发生振动,并推动周围的空气形成声波;声波传到人的耳朵里,引起鼓膜的振动,刺激听觉神经而使人产生声音的感觉。物体振动的情况往往很复杂,下图是一种单纯的振动产生的声波:

图中是两个完全的波,它们是由两次振动所产生的。A、A'叫作“波峰”,B、B'叫作“波谷”,A—A'或B—B'叫作“波

长”。A—C 或 B—D 叫作“振幅”，也就是发音体振动时离开平衡位置的最大偏移距离。发音体在每一秒钟内振动的次数叫作“频率”。频率的单位是赫兹（Hz），每秒振动一次就是一个赫兹，每秒振动 1000 次就是 1000 赫兹。振幅的大小决定声



声波图（引自罗常培、王均《普通语音学纲要》）

音的轻重，频率的多少决定声音的高低。物体振动持续时间的长短决定声音的长短。不同乐器发出的声音有质的不同，比如钢琴和黑管，胡琴和笛子发出的声音截然不同。人们一听便可以分辨出来，声音这方面的属性叫作“音质”。音高、音强、音长、音质就是人们通常所谓的“声音的四要素”。任何一种声音都具有这四个方面的物理属性，语音也不例外。因此，我们可以从这四个方面分析和认识语音的物理属性。

一、音高

音高就是声音的高低。这是由频率的大小决定的。频率同音高成正比。频率越大，声音越高；频率越小，声音越低。人耳能听到的声音频率范围在 16～2000 赫兹之间。低于 16 赫兹的声音叫“次声”，高于 2000 赫兹的声音叫“超声”，它们都是人耳听不到的。频率的大小同发音体的形状和质地有关。相对而言，大的、长的、粗的、厚的、松的发音体振动慢，频率低，发出的声音也低；小的、短的、细的、薄的、紧的发音体