

声乐演唱中遇到的问题以及解决方法

■陈振岳

摘要: 本论文研究了歌唱问题以及解决方法。首先介绍了歌唱技巧的基本理论,包括发声机制的重要性以及音准与节奏的基础理论。然后探讨了常见的歌唱问题,包括声音的稳定性问题以及音准与节奏掌控的难题。最后提出了改善歌唱技巧的方法,包括声音稳定性的提升策略和音准与节奏训练的策略。

关键词: 歌唱问题 解决方法 歌唱气息 发声机制 音准

歌唱是一种古老的艺术形式,被广泛运用在音乐会、戏剧演出、电影和电视剧中。然而,许多人在歌唱过程中经常遇到各种问题,如声音不稳定、音准不准确、节奏不精准等。这些问题不仅影响了个体的音乐表达能力,也限制了整个音乐行业的发展。因此,研究歌唱问题及其解决方法具有重要的理论意义和实践意义。

一、发声机制及其重要性

发声机制是歌唱中最基本的理论之一,它涉及到声音的产生和控制过程。理解发声机制对于歌唱者来说至关重要,它可以帮助他们发展出稳定、灵活、富有表情的声音。

在发声机制中,声带是关键的重要组成部分。声带是一对位于喉部的细长肌肉带,它们的震动产生了声音。当空气通过呼吸器官(包括肺部、气管和喉咙)进入声带时,声带会震动,从而产生声音。然后,声音在口腔和鼻腔中被共鸣,形成具有独特音质的声音。

发声机制的重要性在于它对歌唱技巧和表现力起着决定性的影响。了解如何正确地使用声带和控制呼吸可以让歌唱者实现更高水平的音域、音色和声音的稳定性。

掌握正确的呼吸技巧对于发声机制至关重要。通过深入、稳定的呼吸,歌唱者可以获取足够的气息来支持声音的产生和持续。同时,控制呼吸的速率和力度可以帮助歌唱者实现音调的长短和音量的变化。

正确使用声带的技巧可以确保声音的稳定和清晰。歌唱者需要学会放松喉部肌肉,并通过调整声带的松紧程度来产生不同的音调。此外,喉咙和口腔的共鸣区域也需要加以利用和控制,以达到更好的音质效果。

发声机制的理解还对于解决一些歌唱问题有着积极的影响。例如,声音不稳定可能是由于呼吸不正确、声带使用不当或喉部肌肉过度紧张造成的。通过针对发声机制中的具体问题训练和调整,歌唱者可以改善声音

的稳定性和控制能力。

二、音准与节奏的基础理论

音准和节奏是歌唱中非常关键的要素,对于一个歌手来说,良好的音准和节奏掌控能力是必不可少的。本节将介绍音准和节奏的基础理论,以及与之相关的歌唱问题和解决方法。

音准是指音高的准确度和稳定性。在歌唱中,准确地命中音符是必要的,而稳定地保持正确的音高则是良好歌唱的基础要求之一。然而,在实际的歌唱过程中,许多歌手可能会遇到音准问题。一些常见的音准问题包括音高偏差、音程错位和音准不稳定等。

三、歌唱中常见问题

(一)声音的稳定性问题

声音的稳定性是歌唱过程中一个常见的问题,它指的是歌手在演唱过程中声音的稳定性和一致性。声音的稳定性对于歌曲的表达力和演唱质量有着重要的影响。如果声音不稳定,就会导致音难听、音准问题和音乐表达力不足等。

声音的稳定性问题可能来源于多个方面,包括发声技巧、呼吸控制、喉咙肌肉的放松和声带的运动等。其中,发声技巧是歌唱中最基础和关键的部分。不正确的发声技巧会导致声音的不稳定和不一致。一些常见的发声技巧问题包括过度紧张的喉咙肌肉、过度用力的气息、舌头位置不正确等。

此外,呼吸控制也是影响声音稳定性的重要因素。不正确的呼吸技巧或呼吸控制不稳定会导致声音乱飞、节奏不稳等问题。因此,歌手需要学会正确的呼吸方式,并锻炼呼吸控制的稳定性,以保证声音的稳定性。

(二)音准与节奏掌控难题

音准问题是歌手经常会遇到的挑战之一。不良的音准可能产生的原因非常复杂,包括技术不足、感知力

不准确、缺乏训练等。其中,技术不足是主要原因之一。歌手可能未能正确掌握发声技巧,导致声音偏离音频频率。此外,感知力不准确也是音准问题的常见原因。有些歌手可能无法准确地听到并意识到他们声音的音高偏差。最后,缺乏训练也会导致音准问题。歌唱是一项需要不断练习和锻炼的技能,只有通过经验和训练才能提高音准。

对于节奏掌控难题,歌手面临的主要挑战是在演唱过程中掌握节奏的稳定性和准确性。节奏问题可能是由于内在节奏感不够敏锐,或者与伴奏乐器或其他歌手的关协调配不当导致的。有时候,歌手可能容易跟不上快节奏的歌曲,造成演唱中的节奏失控。此外,缺乏相应的节奏训练和意识可能也是节奏掌控难题的原因。

(三)歌唱中下巴紧张的问题

简单地将歌唱基础叙述为:气息冲击闭合的声带,使声带振动而发出声音,再和各腔体产生共鸣,从而发出艺术性的声音,而下巴紧张影响着喉头以及周围肌肉的放松,就影响了声带的自由,就会出现各种各样的问题,例如气息下不去或者声带不能正常地搭上气息,歌唱音色偏暗,声音挤,卡等等。

(四)歌唱中气息浅的问题

在歌唱学习的过程中会遇到很多问题,其中气息浅是比较常见的问题,浅气息唱出来的声音没有感情缺少感染力,由于支撑点过高唱出来的音色偏薄,音量小,传不远,所以这是歌唱学习中一定要解决的问题。

四、歌唱中常见问题解决策略

(一)定期训练提高声音稳定性

在歌唱过程中,声音的稳定性是关键因素之一。许多歌手经常面临声音抖动、失控或不稳定的问题。这些问题会直接影响歌曲的表达和呈现,降低了歌手的表演质量。因此,探索和采用一些有效的声音稳定性提升方法成为歌唱技巧研究的热点。

正确发声是声音稳定性提升的关键。歌手应该学习正确的呼吸方法,并通过练习悉心掌握发声机制。呼吸控制是稳定声音的基础,合理控制呼吸气流的力度和流速可以使声音更加平稳。歌手可以通过练习腹式呼吸,提高呼气控制的灵活性和稳定性。此外,正确的喉部姿势也是声音稳定性的关键。歌手应该保持喉部放松,并合理调整喉部的位置和张力,以避免声音的抖动和颤音。

定期进行颈部和喉部的放松训练,可以有效提高声

音的稳定性。颈部和喉部的紧张状态常常是声音不稳定的原因之一。通过进行颈部和喉部的放松运动,如按摩、伸展、舌头锻炼等,可以减轻颈部和喉部的紧张感,增加声带的灵活性和稳定性,使声音更加平稳和稳定。

定期的声音练习和声乐训练也是促进声音稳定性提升的重要手段。通过指导教师或专业声乐教练的指导,歌手可以进行声乐练习,包括音阶练习、音域拓展、发声练习等,以提高声音技巧和控制能力。不断的反复练习和训练可以使歌手更加熟悉自己的声音,增强对声音的掌控和稳定性。

情绪管理也是声音稳定性提升的关键因素之一。情绪波动可能会导致歌手声音的不稳定。通过情绪管理技巧,如深呼吸、放松技巧和正向心理暗示等,可以帮助歌手保持平静和稳定的情绪状态,减少声音的抖动和紧张感。在表演中,歌手可以通过与乐器的配合、舞台动作和情绪表达等手段来增强对音乐情感的传达,从而提高声音的稳定性。

总之,声音稳定性的提升是歌唱技巧研究的重要内容之一。通过正确发声、颈部和喉部的放松训练、声乐练习和情绪管理等方法,可以有效提高声音的稳定性,使歌曲表达更加生动和精彩。亲身尝试和实践这些方法可以为歌手提供有力的支持,改善歌唱技巧,提升音乐表演的质量。

(二)掌握音准和节奏训练策略提高水平

1. 音准训练策略

(1)明确音高概念:歌手应该清楚准确的音高概念,并能够正确地感知和唱出各个音高。可以通过练习唱准简单的音阶或音程来培养音高的敏锐度。

(2)音阶练习:进行音阶练习可以帮助歌手强化对音高的掌控能力。从简单的音阶开始,逐渐提高难度,加入跳音和变调,通过反复练习,使得歌手能够准确无误地唱出各种音准。

(3)强化音差感知能力:在音乐学习中,音差感知能力是非常重要的。通过与钢琴、吉他等乐器进行配合练习,或者与同时进行旋律训练的人合唱,可以帮助歌手更好地感知和纠正自己的音差问题。

(4)录音自我纠正:利用录音设备记录自己的歌声,并进行反复听辨与分析,从中找出自己音准偏差的问题所在,并加以改进。

2. 节奏训练策略

(1)元音音节练习:以元音音节(如“啊”“哦”“嗯”

等)为基础,进行节奏的练习。通过对音节节奏的掌握,帮助歌手准确把握歌曲中的节奏感。

(2)点拍练习:通过使用节拍器或者节拍器手机应用,让歌手能够更加清晰地感受时值,并进行点拍练习。逐渐增加复杂度,如拍子分割、变奏练习等,提高歌手的节奏感和反应能力。

(3)合唱训练:与其他歌手或合唱团一起练习,用身体的方式感受音乐的脉动和节奏,加强对节奏的理解和表现。

(4)节奏感测试:通过使用节奏感测试的练习软件或游戏,对自己的节奏感能力进行评估,并利用反馈结果进行精确的训练和改进。

3. 放松下巴的策略

下巴紧张的时候通常下巴是向前伸的状态,要解决这个问题必须要让下巴放松地往回收,达到一个自然放松的状态,放松下巴练习方法1:用手指按着下巴打哈欠,有下巴问题的歌唱者,在做这个练习的时候下巴也会向前伸,所以练习的过程中也要注意下巴放松着往回收,喉部肌肉放松的状态下上颚积极地向上打开。练习方法2:在演唱的过程中如果发现下巴紧张,可以左右晃动下巴,同时放松脖子,长时间反复的做对的动作,慢慢形成肌肉记忆,下巴就会慢慢放松。

4. 气息浅的解决策略

在自然状态下,平时说话习惯不好的人这个问题就比较突出,经常端着气息说话,唱歌的时候尤为明显,所以要解决这个问题首要是改变说话习惯,让喉部肌肉放松,气息慢慢放下来,气息放下来声音也就自然放下来,下巴紧张也会导致气息浅,放松下巴后气息自然下沉。说话习惯好但在歌唱状态下下巴紧张,原因:(1)由于心理紧张造成通过心理暗示放松心理即可;(2)打开喉咙的动作没做对,造成下巴紧张,放松下巴即可。

综上所述,音准和节奏的训练策略是歌唱的基本,解决常见的发声问题是改善歌唱技巧,提高声音稳定性和音质的关键。歌手可以通过明确音高概念、音阶练习、强化音差感知能力和录音自我纠正等方法来提高音准;而元音音节练习、点拍练习、合唱训练和节奏感测试等方法则能够帮助歌手提高节奏掌控能力。通过不断的训练和实践,歌手能够克服音准和节奏的问题,通过一些有效的方法纠正错误的发声问题,运用科学的发声方法演唱,展

现出更高水平的歌唱表演。

五、研究结论

歌唱技巧的基本理论对解决歌唱问题起着重要作用。在第二章中,我们讨论了发声机制的重要性以及音准和节奏的基础理论。这些理论为正确发声和掌控音准与节奏提供了必要的指导。因此,歌手应该深入了解这些基本理论,并通过实践来不断提高自己的歌唱技巧。

笔者发现了一些常见的歌唱问题。在第三章中,重点讨论了声音的稳定性问题和音准与节奏掌控难题还有常见的发声问题。声音的稳定性是歌唱过程中最重要的问题之一,歌手需要抓住自己的呼吸和发声技巧,保持稳定的声音输出。另外,音准与节奏掌控难题也是歌唱中常见的问题,歌手需要通过训练和实践不断提高自己的音准和节奏感。

笔者提出了一些解决歌唱问题的方法。在第四章中,笔者介绍了声音稳定性提升方法和音准,节奏训练策略,发声问题解决策略。对于声音稳定性问题,歌手可以通过呼吸训练、音域拓展和姿势调整等方法来提高声音的稳定性。而对于音准和节奏掌控难题,歌手可以通过耳训练、节奏感训练和合唱练习等策略来提高自己的音准与节奏感。对于常见发声问题也有相应的解决方法。

笔者希望未来的研究能够进一步探索更多歌唱问题以及解决方法,为歌手们提供更好的指导和支持。毕竟,歌唱是一门艺术,对于歌手们来说,不断追求进步和完善自己的歌唱技巧是永恒的主题。希望这些研究成果能够对广大歌手们在歌唱道路上有所帮助,为歌唱事业的发展做出贡献。

参考文献:

- [1]何东权.如何解决歌唱中的喉音问题[J].辽宁师专学报(社会科学版),2011(1).
- [2]曹广壮.歌唱呼吸的情感问题及其解决[J].群文天地,2012(5).
- [3]凌绮.论歌唱中常见的呼吸问题及解决方法[J].戏剧之家(上半月),2013(7).
- [4]施海燕.歌唱中气息训练的策略研究[J].北方音乐,2018(6).

(作者单位:肇庆市四会中等专业学校)