

在戏剧影视专业中形体课程探析

陈瑞瑞

首都师范大学

摘要:本文以身体为研究对象,运用人体科学、身体语言学、戏剧影视表演学的基本理论,试图探讨在戏剧影视表演专业教学中身体的素质性、表现性、创造性等的价值,它既是在探寻从素质性到创造性的教学过程也是从教室走向舞台和镜头前的表演过程。其旨在更为贴近戏剧影视艺术的身体表演要求,形成与戏剧影视表演专业相匹配的,具有更为科学性、系统性、合理性的身体表述方式,培养学生在身体表达上的表现性、审美性和创造性等具有鲜明文化属性的艺术创作能力,最终达到身体在戏剧影视表演中身心合一的艺术追求。

关键词:戏剧影视表演;形体课;表演教学;艺术创造能力

引言

众所周知,在我国戏剧影视表演约定俗成的简称“表演”。目前,在该专业教学中,核心课程是一门主课三门副课,即简称的声台形表,主课是表演,副课分别是声乐、形体和台词。其中声乐和台词属于语言范畴,形体属于非语言(身体语言)范畴。由于在戏剧影视表演中,形体是其唯一具有视觉效果的表达手段,因此具有独特的艺术表现力。

目前,在戏剧影视表演教学研究领域,针对“形体”这一专题国内的代表性著作包括:《演员的形体动作和形象创造》侯寄南(中国电影出版社,1988)、《论声乐/台词/形体——中央戏剧学院教学参考丛书》陈菊香(中国戏剧出版社,2003)、《此时无声胜有声——电影表演创作中演员的身体语言》陈卫(中国人民大学出版社,2004)、《演员的形体训练》王世芳(中国传媒大学出版社,2010)、《戏剧影视形体表演基础》杨杨(中国传媒大学出版社,2014)、《诗画身体——戏剧舞台上的身体表达》魏亮(上海远东出版社,2018)、《影视表演形体动作基础教程》宗德新 汤旭丽(中国电影出版社,2020)、《戏剧影视形体表演创作》杨扬(中国传媒大学,2021)等;相关译本有:《斯坦尼斯拉夫斯基体系精华》康斯坦尼斯拉夫斯基[苏]郑雪来等译(中国电影出版社,2008)、《英国皇家戏剧学院表演训练法》三轮绘理花[日]张吉琳译(文化发展出版社,2018)、《诗意的身体——雅克·勒考克的创造性剧场教学》雅克·勒考克[法]马照琪译(四川文艺出版社,2018)、《文化就是身体》铃木忠志[日]李集庆译(上海文艺出版社,2019)、《心灵的杂技——

形体训练表演课》斯蒂芬·旺[美]刘倩译(四川人民出版社,2020)、《哑剧表演训练教程》菲利普·比佐[法]宁春艳译(上海交通大学出版社,2021)等。上述学术著作,从戏剧影视、身体语言等研究视角切入,为本题的进一步深入研究奠定了坚实的历史文献与方法论基础。

一、课程教学理念

北京电影学院的林洪桐教授在《戏剧影视形体表演创作》序言中曾说道:“形体课则更多的是自由体操、舞蹈的训练,有时还有京剧中对打及一些技能性训练。解决身体训练中体形与灵活性尚可,解决表演中用形体塑造人物却差距颇大。我以为现在表演专业的形体课、舞蹈课只能算作表演专业的选修课。我们面临建立真正意义上的戏剧影视、话剧表演专业的形体课或称为身体训练课的命题。”^[1]

(一) 课程定位

2023年,北京市高等教育“本科教学改革创新项目”《表演专业的身体表达课程改革与创新》正式立项。本项目旨在从身体语言学的全新视角,系统审视和改革戏剧影视表演专业中的形体课程教学。

本项目首先从“声、台、形、表”的界定入手,重新审视关于形体训练课程中的“形”之内涵和外延^[2];其次,明确该课程在戏剧影视表演专业中的培养目标、教学任务、作用、意义;再次,设计行之有效的教学内容与方法;最后,使《戏剧影视表演专业方向的身体训练与表达》课程成为既与戏剧影视表演专业方向有机融合的训练内容与方法,又具有独特的身体表达与艺术表现力的教学理念。

课题项目:本文系 2023北京高等教育本科教学改革创新项目“《表演专业的身体语言表达》课程改革”(项目编号:202313629001)阶段性成果。

作者简介:陈瑞瑞(1979—),女,硕士,副教授,研究方向为身体语言学。

我们尝试对现有的教学理念、目标、内容与方法进行适度调整,其核心目标是使形体训练更具科学性、系统性与合理性。通过借鉴其他艺术学科在身体表现方面的优势,使课程更贴近戏剧影视表演的实际创作需求,强化其应用价值与可操作性,逐步确立以“戏剧影视表演专业方向的身体训练与表达”为突破口的教学新定位。在本研究中,“身体”被视为一个整体性概念,它既包括可见的外在形体,还包含不可见的大脑、五脏六腑等生理组织,还有意识、情感、思想等内在精神,甚至是蕴藏先人的经验和智慧以及那些无法言说的本能。在表演语境下,身体更是一套非词语性的符号系统,涵盖表情、体态、姿势、运动、接触距离等,并能隐喻地表达情感、观念与文化。在戏剧影视表演中,身体不仅是展现美感的工具,更是塑造人物、揭示关系、传递信息与情感的核心手段。综上所述,本文以戏剧影视表演为研究对象,综合运用人体科学、身体语言学和表演学的基本理论,重点探讨身体在专业教学中所应具备的素质性、表现性与创造性等核心训练价值。

(二) 课程特色

本项目立足戏剧影视表演专业教学改革,核心举措包括以下四个方面:

其一,坚持立德树人根本任务,将“学艺先学做人”贯穿教学全过程,引导学生树立正确的世界观、人生观、价值观,培育德艺双馨的专业理想与爱国爱家的精神风貌;其二,引入身体文化视角,将课程设置为素质性、表现性、创造性等训练单元,系统提升学生的身体艺术表达能力;其三,以身体语言学理论为依据重构教学内容。借鉴国内外相关经验,构建更加科学、系统、合理的教学观念,重点培养学生身体表达的审美性、表现性与创造性;其四,强调身体表达对实现戏剧艺术文化追求的重要作用。身体不仅是语言的本体,更具有修辞与审美功能。本项目旨在引导学生通过身体认知与表达,实现身体美学在本体、本质与文化层面的统一。这是具有文明智慧的人类所特有的,也是艺术门类统一的终极追求。

二、课程教学阶段

(一) 身体素质性单元

本节基于人体科学理论,重点探讨戏剧影视表演中身体的素质性问题。身体训练的基础教学任务在于实现体型、体态与动作的规范性、科学性和系统性,为精准的身体表达奠定基础。其核心在于矫正身体的习惯性弊病,使身体成为符合专业要求的艺术创作材料与工具。这一层面主要聚焦于身体的形态物质化研

究,涉及人体结构、机能与运动能力等基本属性的探索与开发。

1. 素质训练

“素质,即事物本来的性质。它指在社会生活中的诸多关系中人本身具有的认识世界、改造世界的条件和能力。人的素质主要包括:身体素质、文化科学素质与思想道德素质三大部分。美国《健康、体育、娱乐、舞蹈协会》把身体素质概括为两个意思,即与健康相关的身体素质(亦称健康素质)和完成运动动作相关度身体素质(亦称运动素质)。”^[3]同时,身体素质也被看成是人体在大脑神经中枢调控下,通过肌肉的活动所反映出来的机能能力。

2. 一般性身体素质训练要素

身体素质广义上指身体的健康水平与大脑机能,是人的基本生存条件;狭义上特指人在活动中表现出的能力,主要包括力量、速度、柔韧、耐力与灵敏等方面。在表演专业教学中,身体素质训练应依据人体科学原理,开展基础性的机能训练。该训练具有一定“真空无意味”的属性,不直接涉及具体角色或情感表达。因此,在戏剧影视表演专业中,身体训练单元主要围绕力量、速度、柔韧、耐力、灵敏等关键要素展开教学,为学生后续的表现性与创造性训练打下必要基础。

3. 特殊性身体素质训练要素

(1) 戏剧影视表演专业身体要素的总体要求

斯坦尼斯拉夫斯基强调,需以训练有素的身体造型传达细腻深邃的精神世界,使身体成为合格的表演创作材料。教学中,我们提出柔韧性对应动作幅度、节奏感对应动作速度、控制力对应动作力度等要点。训练的重点在于:首先,矫正身体原有的习惯性问题;其次,规范外在形体,拓展其可塑性与表现力;最终,提升对身体感知、控制与表现的能力。这些是身体表达不可或缺的前提与基础。

(2) 身体形态与姿势

身体形态作为人体的概观性特征,是戏剧影视表演专业的重要基础。它受先天遗传与后天训练共同影响,直接关系到身体表达的视觉效果与艺术品质。良好的形态不仅有助于展现身体美感,也为准确完成动作、塑造人物形象提供基本保障。

身体姿势即造型,是表演创作中关键的视觉表现形式。学生需掌握塑造多样化人物造型的能力。从生理学角度看,姿势主要由平衡与重心两大要素构成,因此相关训练应重点围绕这两方面系统展开。

(3) 动作的幅度、速度与力度

戏剧影视表演是“行动的艺术”,演员被誉为“动

作的大师”。动作作为舞台艺术的最小单位，可延伸为外部动作、内心活动与人物行动三个层面，承担传递情感、塑造形象等重要功能。

身体本身具有言语性，其动作真实而富有表现力。因此，动作被视为戏剧的生命源泉。从词源来看，希腊文中的“戏剧”意为“完成着的动作”，拉丁文“actio”也与之对应，均体现出动作在戏剧艺术中的根本地位。

（二）身体表现性单元

本节基于身体语言学理论，聚焦戏剧影视表演中身体的表现性问题。总体原则是：既要尊重自然与社会环境对身体形态的塑造，又要提升其可塑性与控制力，为艺术表达奠定基础。此层面属于“有意味形式”的人文研究，旨在挖掘和梳理那些被世代传承的身体共同内涵，为身体表达建立一套具有共识意义的规范与标尺。

1. 身体元语言

“语言是一种将行为潜势编码为意义潜势的工具。从最早的生活方式中，人类就会将自己的行为编码成手舞足蹈的身体言说符号——前语言结构中的身体元语言。元是开始的、最初的意思。元语言即指最初的语言，是发生学意义上的人之初的语言，它包含两个概念——最初的语言和作为母语的符号语言。”^[4]

身体元语言的形成基于其作为人类共有交流工具的本质，这种群体间的共识源于我们共通的身体感知与生物基础。考古学、生物学等学科证实了人类在物种层面的身体同一性，而民族学、历史学等则揭示了基于民族与文化的共同体认知。这些共同构成了身体研究的自然与文化基石。因此，在戏剧影视表演中运用身体进行表达时，必须遵循身体元语言所承载的内在文化含义，选择恰当且普遍可理解的体势编码进行传达。只有这样，才能有效激发观众的共鸣，实现深层次的情感共情。

2. 微表情信息传递

“一个人的面部表情主要包括3种：轻微表情、局部表情与微表情。其中，微表情是一种稍纵即逝但是能够很明了地表现一个人感情的表情。”^[5]微表情是一种有效的身体语言信息传递方式，也是心理学概念，反映个体内心的真实想法。学者认为，微表情是人类在长期进化中遗传下来的本能反应，有助于生存与繁衍。

关于微表情的系统研究，可追溯至达尔文1872年发表的《人类和动物的表情》，该著作被视为20世纪前身体研究领域最具影响力成果之一。达尔文指

出，人类基本情感（如快乐、悲伤、愤怒、恐惧、厌恶等）具有先天性和普遍性，甚至在动物身上也有类似表现，体现了其在进化过程中的共同基础。尽管不同文化在情感表达细节上逐渐形成差异，但人类天生共享一套基本心理结构这一事实不可否认。

3. 社会礼仪行为

在符号学视角下，原始代码指本身无固定含义的符号组合，其意义可由社会或文化赋予。身体原始代码即是一种无声的交流系统，通过元语言、微表情、社交行为等方式成为人际沟通的重要途径，人们常常通过这些非语言的方式传达和理解彼此的意图、感受和情绪等精神层面的信息。

随着文明发展，社会逐渐形成一系列社交行为规范，即社会礼仪。它涵盖基本行为准则、言谈举止及对他人的尊重，旨在帮助个体在不同场合进行得体、尊重的交流，维系人际和谐。社会礼仪虽因文化、情境而异，但其核心始终是促进理解与尊重。值得注意的是，非言语交流往往比语言传递更多信息，身体因此在社会礼仪中扮演关键角色。长期实践中，身体不仅形成一定的表达特征与禁忌，也体现出其在文明语境中的独特表达功能。

（三）身体创造性单元

本节以戏剧影视表演理论为指导，探讨身体的创造性问题。身体在表演中具有三个价值层面：素质性关注身体结构与运动能力等自然属性；表现性研究心理活动外化为身体表达的规律；创造性则是在特定戏剧情境中塑造人物、关系与行为的艺术升华。创造性建立在素质性与表现性的规范基础上，更追求通过规定情境激发出千人千面的个性化身体表达，实现从普遍性到特殊性的艺术超越。

1. 语境与规定情境

在语言学中，语境指交际发生的具体环境，并直接影响语言的理解与使用。语境进一步分为语境（context）和话语（discourse）两类。语境指语言使用的物理环境，包括人物、物体、事件等。话语指语言的社会文化环境，包括文化背景、社会规范等。身体语言的意义也需依赖它们进行解读，某些体态甚至具有特定情境下的专门含义。

在戏剧影视领域，语境常被称为“规定情境”。这一概念由斯坦尼斯拉夫斯基在《演员自我修养》中提出，指作品设定的特定环境、背景与条件，包括时空、社会历史背景、人物关系等。规定情境通过故事与人物设定，制约并引导叙事发展和角色行为，是表演创作的重要依据。

2. 规定情境之于身体

在戏剧影视表演中, 规定情境与身体表达具有密切的互动关系。一方面, 规定情境塑造身体的表现方式, 同一身体行为在不同社会文化中可能被接纳或成为禁忌; 另一方面, 身体也反映规定情境, 其姿态、动作乃至服饰道具都需符合特定时代与地域的礼俗风貌。

规定情境所带来的限制, 恰是艺术创造的磨刀石。在共性的框架内, 演员可通过身体设计的创新来强化人物独特性、推动情节发展, 增强作品感染力。具体方法包括: 依据人物性格设计个性化动作; 在情境允许范围内, 构思具有戏剧性的身体语言; 观察现实生活, 提炼日常体语并进行艺术化升华, 使表达既真实又富有新意。

三、课程教学内容

(一) 身体素质性训练

1. 身体形态与姿势的训练

(1) 形态

戏剧影视表演专业身体形态训练的总体特征经历了三个主要演变阶段:

首先, 以“挺拔而优美”为形态。强调抬头、挺胸、笔直站立。这一形态在19世纪前备受推崇, 尤以莎士比亚戏剧舞台为典范。然而, 英国皇家戏剧学院的亚历山大指出, 此种姿态易导致后颈短缩、下颌上扬, 在极端情况下可能引发发声困难, 影响台词表达。

其次, 以“头部重心向上向前”的形态。被RADA等戏剧院校广泛采纳为基础标准。此形态旨在保障演员在表演大段台词时胸廓与后背处于舒展状态, 以满足肺活量的客观需求, 使身体支撑更具可持续性。

再次, 强调“中立与放松”。所谓“中立”, 是指摆脱个人习惯、借助骨骼自然平衡的近似“真空”状态, 尽可能减少肌肉的刻意控制; “放松”并非完全松懈, 而是指身体各部分(如头、颈、后背)处于一种可随时被唤醒的弹性状态。

总体而言, 表演艺术所追求的身体形态, 既需如“白纸”般纯净无染, 又应具备灵活应变的“待机”能力。

(2) 姿势

姿势训练的核心在于平衡觉的建立, 这是一种依赖多感官信息协同调节的能力。平衡觉在无意识状态下持续运作, 通过调控全身肌肉维持身体稳定与姿势调整。人体重心的控制尤为关键, 其位置取决于骨盆的倾斜程度。重心作为人体各关节所受重力的合力点, 其变化直接引发身体的连锁移动, 是维持动态平衡的根本依据。“当身体姿势显著改变时, 重心甚至可以超出支撑面而越出体外, 于是人体就会失去平衡。正

常情况下, 这时身体就会自动地由相应的肌肉和韧带的拉力来补充, 以形成新的平衡。”^[6]

综上, 通过视觉平衡、不可视平衡及失重等多元训练, 使学生感知并掌握不同状态下身体的平衡控制能力。这有助于其在塑造各类人物形象、展现身体特征或完成重心移动时, 均能保持稳定、持久的表演状态。

2. 动作的训练

在戏剧影视表演中, 动作的真实性、美感及信息传达的有效性, 依赖于学生对动作的精准控制能力。从人体科学训练的角度出发, 需通过对关节、肌肉、韧带等部位的针对性训练, 使身体具备灵活性、适应性与可塑性, 从而为动作表现奠定基础。这一训练目标具体体现在对身体动作的幅度、速度与力度的系统调控中。

在实际教学中, 我们在“一般性身体素质要素”训练方法的基础上, 结合戏剧影视表演的专业要求, 既遵循人体科学的基本规律, 又突出该专业的特殊性。例如, 在“与动作幅度相对应的柔韧性”训练单元, 重点开发学生身体各部位的软开度; 在“与动作速度相对应的节奏感”训练单元, 不仅进行单一速度的训练, 更强调学生对复合节奏变化的掌控能力; 在“与动作力度相对应的控制力”训练单元, 则着重培养学生对动作强弱力度进行精准、灵活调控的能力。通过上述系统训练, 使学生能够在表演中自如驾驭动作的幅度、速度与力度, 为人物塑造提供扎实的身体表现基础。

(二) 身体表现性训练

1. 六种基本情感表达的训练

从词源学角度看, “emotion”(情绪/情感)的本意是“向外的运动”, 体现为特定的身体状态, 是身体对外界发出的信号。情绪本质上是身体状态变化的综合体现, 而人类的基本表情具有跨文化的普遍性。

微表情具有这种先天共性。当人受到客观刺激时, 会自然产生相应的身体反应。表演教学的关键在于引导学生理解微表情的内在含义, 并将这种本能反应有意识、有效地转化为表演技能, 从而更准确地展现人物的情感世界。

表情动作能够增强语言的感染力, 更真实地传达意图与思想。达尔文在《人类和动物的表情》中识别出五种基本情绪的面部特征。美国心理学家保罗·艾克曼在此基础上, 确立了全球通用的六种基本情感表达方式: 快乐、悲伤、愤怒、恐惧、厌恶和惊讶, 为表演教学中的表情训练提供了系统依据。通过掌握这些共通情绪的身体外化方式, 学生能够显著提升表演的表现力与真实性。

2. 社会礼仪的特征与禁忌的训练

在社会礼仪中，身体行为遵循一定普遍规律，以保障交流的有效与顺畅。同时，不同文化语境下的身体规范与禁忌常存在显著差异，受地域、习俗、信仰等因素影响，形成多样化的身体规仪体系。在戏剧影视表演专业中，重视社会礼仪中身体的普遍规律与禁忌，有助于学生提升表演技巧、深化角色理解、增强文化适应力与非言语沟通能力。因此，在实际训练中，我们将社会礼仪相关内容划分为“普遍性特征”与“禁忌性特征”两部分进行具体案例教学，引导学生掌握身体在不同文化场景中的恰当表达方式。

(1) 普遍特征

握手，在许多文化中坚实的握手是信任和尊重的标志。微笑，一个温暖的微笑通常被视为友好和开放的象征。眼神，适当的眼神交流表明了兴趣和诚意。姿态，保持身体语言开放（如不交叉手臂）有助于展现出更加接纳和友好的态度。点头，表示同意或理解时的点头可以加强沟通效果。空间，保持适当的个人空间且避免让对方感到不舒服。

(2) 禁忌特征

过度的身体接触，在不熟悉的人之间过多的触碰可能被认为是侵犯隐私。过分地直视，长时间直视可能在某些文化中被看作是挑衅或不尊重。手指指点，在许多文化中用手指指向别人被认为是粗鲁的。脚的使用，在一些亚洲和中东文化中，用脚指向人或物品被认为是非常不礼貌的。负面面部表情，皱眉和翻白眼或其他表现出不耐烦或轻蔑的面部表情在任何文化中都可能被视为不礼貌。过度的手势，在某些文化中过度的手势可能会分散人们的注意力或被视为缺乏自控力。

(三) 身体创造性训练

1. 在电影《空房间》镜头前的模仿性训练

韩国导演金基德于2004年执导的电影《空房间》，以其独特的“失语”形式成为一部以身体语言为核心的默片佳作。影片通过高度依赖肢体与动作的叙事方式，深刻勾勒出人物的内心世界，展现出强烈的艺术感染力。

从语境层面看，电影描绘了不同社会背景和经历的人在面对压力和孤独时的状态。电影自始至终只有两句轻描淡写的台词：一句“我爱你。”一句“吃饭了。”一句是精神层面的一句是物质层面的。金基德以默片的形式通过身体意象的反复呈现，将现代人的孤独感具象化，构建出一个介于现实与想象、荒诞与真实之间的叙事空间，赋予影片独特的情绪张力与审美魅力。

从身体语言层面看，整部影片的动作设计上看似极具舞蹈美感，每一个动作、表情甚至呼吸都经过精细的设计和排练，以展现角色内心最真实的感受。该片表现出三个显著特征：其一，生活化。角色的身体行为自然流畅，源于日常体语，贴近现实逻辑，增强了表演的真实感与代入感；其二，隐喻化。身体作为内心活动的直接反映，通过微表情、动作细节等传递角色难以言说的情绪与心理状态，实现“以体代言”的深层表达；其三，镜头化。电影借助镜头语言引导观众关注身体细节，放大动作的象征意义，从而推进剧情发展与人物塑造，体现出影视媒介在身体表现上的独特优势。

综上所述，《空房间》为我们打开了一扇看身体世界的新窗户，其惊人的视觉力度和感人肺腑的情感都源于身体的精准表达。并将身体语言作为核心叙事手段，不仅深刻揭示角色的情感与命运，也折射出生命境遇的复杂面貌。在沉默中，身体成为最有力的表达方式，能够触动人们的心灵深处，使人民看到生命的鲜活与生动。无疑，该片在身体表达的艺术化处理上堪称典范，是一部具有高度创造力与表现力的电影个案。

2. 在规定情境中身体语言的创造性训练

(1) 经典片段排演

“经典片段排演”单元包含三个核心环节：轮换角色排演、分解片段拆析与对比演绎法。首先，选取经典戏剧或电影片段，学生分配角色进行练习，并通过轮换扮演不同角色，体会各角色的身体特征。其次，将片段进一步细分，提取每个角色的关键动作，通过重复模仿与深度分析，掌握其身体表达逻辑。最后，在学生熟悉原片段后，教师提供情境或情绪相反的版本，让学生重新演绎并进行对比，从而理解同一情节下不同身体表达方式的差异与效果。通过这一流程，学生能够系统掌握身体语言在表演中的灵活运用与艺术表现力。以金基德导演的电影《空房间》为例，我们可以以下面的步骤作为范例，启发学生在规定情境中的身体语言动作设计：

步骤一：理解影片和角色。通过观看《空房间》中的特定场景，理解角色的情绪和身体语言。教师可以引导学生观察和分析主角和其他角色的关键动作，并讨论这些动作如何传达其内心情感和人物性格。

步骤二：角色模仿。学生需要选择一个角色，模仿他/她的核心动作或身体语言，比如角色的步态、手势或者微妙的肢体动作。让学生实践，理解和记忆这些动作。

步骤三：动作设计。学生根据《空房间》中角色的身体语言和规定情境，尝试设计自己新的动作。

步骤四：表演比较。让学生对比他们创作的角色与经典影片里的角色，探讨他们使用的身体语言在传达角色情感上的效果如何。

步骤五：反馈和讨论。教师和同学给予表演的反馈，讨论哪些创新的动作设计是成功的，哪些可能需要改进。这个过程可以进一步提高学生对身体语言在情境中重要性的认识。

(2) 联合教学形式

如果说“经典片段排演”是身体训练课单一教学模式的话，那么“联合教学”顾名思义，是依据实际需要的两门甚至是多门课程交叉互动的教学模式。这里暂时以身体训练课与表演课的联合教学为例。此种教学形式目前在中央戏剧学院、北京电影学院等国内一流表演专业院校都在探索与实验中，足以证明其可操作性与实际教学价值。

具体操作如下：首先，在表演方面进行情境和人物的创作设定，启发学生运用所学的身体语言创建自己的角色。其次，在身体语言方面，引导学生挖掘历史上各个时期或者文化中特殊的身体语言，以此为据在自己的角色上进行进一步的改编，尝试在不改变表演内容的基础上，通过改变使用的身体语言，来带出不同的角色个性或者情境效果。再次，在表演中运用这些身体语言进行创作，以此来寻找更多的创新可能性。总之，通过这种联合教学的形式，既可以让学生掌握基础的身体语言知识，也可以通过实

践，鼓励他们在特定情境中发挥创新，寻找不同的表现力。

四、结语

本文以身体为研究对象，融合人体科学、身体语言学与戏剧影视表演学理论，系统探讨了戏剧影视表演专业教学中身体的素质性、表现性与创造性价值。教学进程从素质训练到表现塑造，再到艺术创造，实质是从教室训练走向舞台、镜头实践的过程。研究旨在建立更科学、系统、合理的身体表达体系，使学生身体表达更贴合戏剧影视艺术要求，培养其表现力、审美力与创造力，最终实现身心合一的表演境界。身体在表演中不仅是行为编码，更具有深层的审美意义与文化意义。它承载历史传统，反映社会风俗，传递时代精神，成为解读人、表现世界的重要媒介。

参考文献：

- [1] 杨扬. 戏剧影视形体表演创作 [M]. 北京: 中国传媒大学出版社, 2021.
- [2] 田芮. 戏剧影视表演教学中形体训练优化策略探究 [J]. 新闻研究导刊, 2023, 14(10): 82-85.
- [3] 教材编写组. 身体素质训练法 [M]. 北京: 人民体育出版社, 2013.
- [4] 张素琴, 刘建. 舞蹈身体语言学 [M]. 北京: 首都师范大学出版社, 2013.
- [5] 鸿雁. 微表情心理学 [M]. 吉林: 吉林文史出版社, 2017.
- [6] 侯寄南. 演员的形体动作和形象创造 [M]. 北京: 中国电影出版社, 1988.