

此时无声胜有声

——主持人副语言运用解析

李京

摘要：主持人除了运用好有声语言之外，是否能运用好以表情、动作、体态为主要形式的副语言，关系到最终的传播效果。本文就主持人副语言在镜头前应呈现的状态、怎样呈现以及这些状态在日常生活中怎样养成进行解析。

关键词：主持人 副语言 传播效果

无论是电视节目主持人，还是网络视频主持人，要达到良好的传播效果，除了要运用好有声语言外，还要恰到好处地使用以表情、动作、体态为主要形式的副语言，这种无声的交流形成的共鸣和默契是极其微妙、有效的。

副语言方式诉诸视觉，是一种更加容易传达的沟通方式。有种理论更是认为：“在电视上，话语是通过视觉形象进行的”，也就是说，电视上会话的表现形式是“形象”而不是“语言”。^①所以我们应主动地运用好副语言。那么主持人副语言应该呈现什么样的状态呢？我认为应该是：端庄得体、落落大方；合时宜、有分寸；真实、自然；状态积极、内紧外松。

一、主持人服饰应与报道内容和场合等紧密贴合

副语言方式中最基础但最容易出现问题的就是服饰。主持人的服饰应根据不同的出镜场合进行调整。如在报道重大新闻事件时，最好以职业化的西装为主，表现出严谨、干练、庄重、可信的形象；在做灾害性新闻事件的现场报道时，主持人不能穿得太正式，甚至可以加一些特殊装备，如救生衣、口罩、手套、安全

帽之类的，不仅可以渲染现场气氛，也可以保障主持人在现场报道时的安全；在田间地头做报道时，应选择与被采访的农民、周遭的环境没有违和感的服装。目前除了传统意义上的新闻节目之外，娱乐新闻节目也开始大量使用现场主持人报道的形式，如一些颁奖晚会等，由于报道题材的原因，使得报道本身更加倾向于娱乐化，为了与周遭环境相协调，有时穿礼服会比较合适；在做一些主题先行的活动报道时，穿唐装、旗袍或者是统一的服饰，可增加可看性。除了服装外，发型、化妆也要符合所主持节目的现场气氛。同时需要注意的是，但凡出镜时，主持人都要考虑到衣服上是否有字，是否会给观众造成困扰，是否会使观众的注意力从报道内容中偏离。“语言符号是一切传播的基础。然而，非语言符号给出的提示，有时会比语言符号提供的多得多，再丰富的语言也难以表达深切的心理和情感，而非语言符号提供一种只能意会而难以言传的传播效果。”^②

二、主持人的肢体语言应目的明确、简洁而有分寸

包括面部表情、眼神、肢体动作等诸多表达因素的体态语中，肢体语言的表意程度最为明显。主持人除了保证报道内容准确、简洁之外，要格外注意体态语言信息的丰富性、传达的复杂性、表现的多样性。当主持人的口头报道内容和体态语言发生冲突时，观众从画面中可以判断出哪个渠道的信息更为准确。

同时，主持人在出镜时还要注意肢体语言的“度”也就是分寸，以及一些不经意的小动

作。如果“度”和小动作控制不好，也会影响传播效果。电视屏幕最大的特点是“夸张”。它可以把一个在日常生活中看起来毫不起眼的小动作放大数倍，使得观众看到之后会比身在现场的人感触更深。如在2018年全国人大一次会议的“部长通道”中，身穿红色西装的出镜主持人针对“国有企业的海外资产怎样得到有效监管”云山雾罩地表述、长篇累牍地提问，而站在她旁边同样等候采访提问的另一位身穿蓝色西装的出镜主持人给了她一个惊天大白眼，这个白眼在日常生活中可能也就是一晃而过，可是通过直播展现在世人眼前时，就引起了较为广泛地争议；再比如，有的人平时说话喜欢左右轻微地摇晃，或频繁更换站立重心，一会左一会右。如果主持人在报道时也这样，就会让观众觉得眼晕、接收的信息受到干扰。还有一些日常生活中的小动作、小习惯，如果不加注意，都会带到镜头中去。如频繁眨眼睛、翻白眼、舔嘴唇、习惯性抽鼻涕、清嗓子、手不知道怎么放总是在动等等。主持人在出镜时，为了配合有声语言表达，会自然地伸手示意、身体前倾、转身等，在使用这些示意性动作时，动作的力度、速度、幅度，都要考虑到观众收看时的接收习惯，不能过度，可做恰当设计。

“坐有坐相、站有站相”对于主持人来说特别重要。大方得体的身姿、动作演示、身体位置，对节目会产生积极的正面影响。

先说坐姿。主持人在坐着播新闻或者与嘉宾对话时，后腰部可以自然挺直；身体可坐在椅子前端约三分之一处并稍向前倾，如果靠在椅子后背上并窝在那里，会显得人慵懒、无精神、状态不积极；两肩放松、双手自然下垂，如果是有扶手的椅子，最好别把手放在扶手上，否则图像出来会感觉人被架在那里；两腿自然弯曲、双脚平落地上；男生双膝并拢或稍微分开一些，女生的双膝和脚跟必须靠拢或双脚踝前后交叉；两眼平视前方、尽量使自己心态放松、心境平和。另外，入座和起身时，动作要轻盈舒缓，千万别猛坐猛起，正所谓“坐如磐石，起似浮云”。起身的时候要稳重缓

慢，落座时要保持上身平直，不要含胸驼背，否则会显得萎靡不振。还要注意的，不要随意玩弄桌上的东西或不停抖腿，以免给人以没有修养的感觉。

怎样的站姿会显得端庄得体、落落大方？我认为应该是：腰背挺直、挺胸收腹；双肩平齐、自然向后向下舒展、不要扣肩；不要肩歪头斜；双臂自然下垂；双腿靠拢，身体的重心应落于两脚中间并微微向前倾；脑袋顶上，要像有一根绳子往上拉的感觉，身体要有挺拔感；男生站立后，两脚跟之间应有一拳的距离，前脚掌分开；女生站立后，两脚跟应并拢，前脚掌可分开呈V字形，或一个脚跟抵在另一只脚的内侧中间凹进去的地方，前脚掌分开，呈八字形。

在走动时，体态语怎样呈现比较好？首先，走路要稳，脚后跟要着地，不要蛇行雀跃，即行走时身体和手臂摆动幅度不要太大，走路也不要跳跃、步子不规则等。其次，手臂应该随着步态自如摆动，避免僵硬，避免无意识的手势过多；站立时，双臂应自然下垂，别像站军姿一样挺直或双手僵硬五指并拢紧贴裤缝，也不要双手交叉搭在腹前或手心相对、五指相扣放在胸前，给人以不舒服的感觉，也要避免手无意识地画圈或乱动；对着镜头或对着人站立时，不要左右乱晃；站立时间长的时候，身子不摇动。总之，除了平时要练习好身姿、仪容仪态之外，最好在上镜前做准备时，能够根据内容稍微设置好自己的走位、动作、手势等。

出镜时，肢体语言要配合有声语言的表达，不可过多，也千万不要强装自然或个性，比如把手插在衣服或裤子的兜里，这样会给人感觉不够庄重；要善于随着内容、情绪的变化适当地变换动作和姿态，以达到自然、生动活泼、富有朝气和魅力的效果。

三、面部表情要真实、自然

达尔文说：“面部与身体的富于表达力的动作，极有助于发挥语言的力量。”^③法国作家罗曼·罗兰也曾说过：“面部表情是多少世纪培养成功的语言，是比嘴里讲的更复杂到千

百倍的语言。”^④我们每一个人的思想、情绪、喜怒哀乐以及种种复杂的情感，都能从面部表情上找到相应的答案。情绪也是主持人出镜时现场感的来源之一，焦虑、紧张、喜悦、斗志昂扬、痛苦、悲伤，其实就是现场感的一部分，主持人本人的情绪最能直观地感染观众。所以主持人要能够“感之于外，受之于心”，并能加入自己的理解，真实、自然地表现出来。

四、眼神应坚定、灵动，不要飘忽闪烁，也不要死盯着镜头、被采访对象或提词器看

很多主持人遇到的最大问题是怎么看镜头，如果“死盯着镜头看”，眼神就会显得呆滞、死板。其实可以试试，看镜头的时候，不要把目光聚集成一个点，眼神的转移也不要过快，特别是不要扫视。在日常生活中，这些动作不会造成什么影响，可是在出镜时，观众就会觉得你精力不集中，或者目光闪烁不定，心不在焉等等。

主持人和被采访对象交流时也要注意眼神的运用。一是不能死盯着看，二是在提问之后，镜头推上去给被采访者时，状态不能松懈，不能眼神转移，思考接下来该问什么或者去看稿子。否则由于缺少了眼神的交流，被采访者继续说下去、或者展开来说的想法也会受到一定的影响。在采访时，主持人眼神应体现出交流欲望，要鼓励对方说下去，从而抓住重点，继续深入提问。

总之，“在人际传播中，非语言符号占有很大的比重。表面上看，似乎主要是通过语言在交谈，但是交谈中的眼神、表情、声音的高低等等也含有信息，它们都是很自然的非语言符号，表达的意思更真切。”^⑤在出镜时，一些有意无意的体态语，都会不知不觉地传递出去，所以主持人要时刻留意自己的言行对周围的人以及电视机前的观众会产生怎样的影响。同时，无论是眼神、身姿、手势等都应该积极、放松、自然地配合有声语言的传播。只有平时多加注意，多进行形体训练及手眼身法步的训练，明白“手为势，眼为灵，身为重，法为源，步为根”的道理，那么就会逐步达到在镜头前端庄得体、落落大方；合时宜、有分寸；真实、自然；积极、内紧外松的状态，就会让副语言达到“此时无声胜有声”的境界。

参考文献：

① 尼尔·波兹曼著，章艳译：《娱乐至死》，中信出版社，2015年5月第1版，第8页。

② 陈力丹著：《传播学是什么》，北京大学出版社，2007年3月第一版，第22页。

③④ 中国论文联盟，《跨文化交际中的肢体语言 On Body Language in Intercultural Communication》。

⑤ 陈力丹著：《传播学是什么》，北京大学出版社，2007年3月第一版，第20页。

（作者单位：浙江广播电视集团）