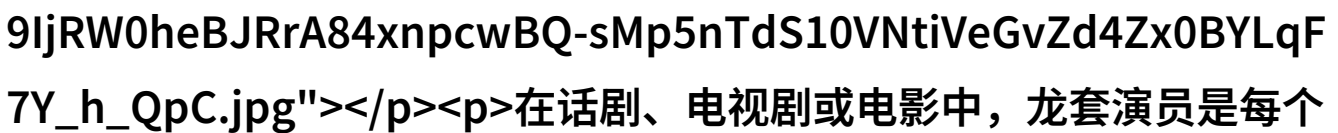


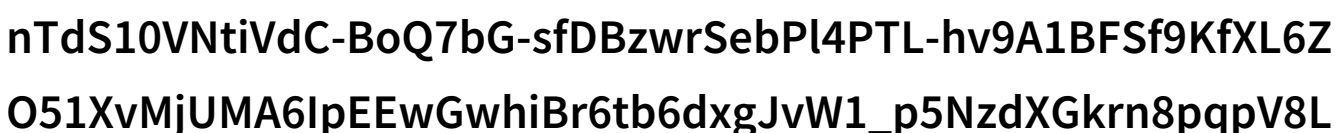
# 龙套演员的艺术修养提升戏剧表现力

如何成为一名优秀的龙套？



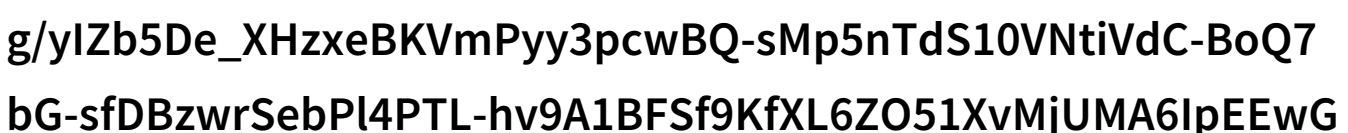
在话剧、电视剧或电影中，龙套演员是每个作品不可或缺的一部分。他们不仅要有出色的表演技巧，还要能够迅速适应各种不同的角色和场景。一个优秀的龙套需要不断地进行自我修养，以便更好地融入戏剧世界。

什么是龙套的自我修养？



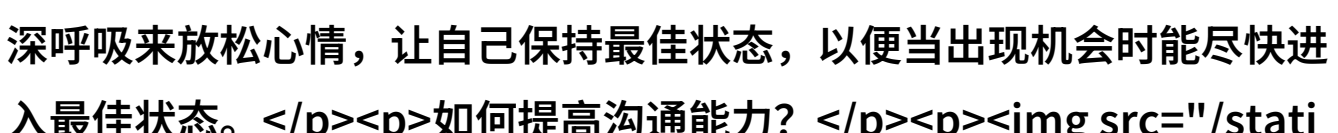
首先，要想成为一名成功的龙套，必须具备扎实的基础知识。这包括对戏剧史、戏剧理论、舞台语言以及基本表演技巧等方面的了解。此外，对于角色化也是非常重要的一环，因为一个好的角色化可以让观众感受到角色的真实性，从而增强观影体验。

怎样进行有效的心理调节？



在紧张繁忙的情绪环境中保持冷静和专注，是每位专业人士都应该掌握的一个技能。而对于那些常年担任背景人物或群众角色的艺人来说，这一点尤为重要。当他们在幕后等待上场时，不妨通过冥想或者深呼吸来放松心情，让自己保持最佳状态，以便当出现机会时能尽快进入最佳状态。

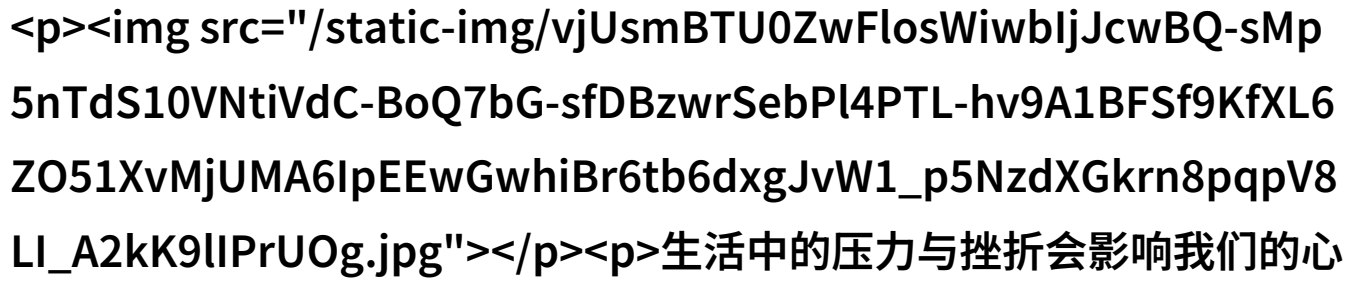
如何提高沟通能力？



良好的沟通能力对于任何职业都是至关重要，而对于作为团队成员的一份子，尤其如此。在拍摄现场，无论是在排练还是即兴情

况下，与导演和其他同事之间顺畅无误地交流信息，可以大大提高工作效率，并且减少可能产生的问题。

如何处理压力与挫折？



生活中的压力与挫折会影响我们的心理健康，使我们无法集中精力做好工作。因此，对于一些经常面临突发状况甚至是长时间等候的人来说，他们需要学会处理这些问题，比如通过运动来释放压力，或是在休息时间阅读书籍以丰富自己的文化素养。

未来的展望：创新与发展

随着科技日新月异，以及社会对艺术形式多样性的追求，未来龙套们将面临新的挑战，也将有更多空间去探索新的表现方式。例如，一些现代制作可能会采用虚拟现实技术，将传统表演带入全新的维度，为艺术家提供了前所未有的创作空间。而身为一名合格的艺人，他们也需要不断学习这类新技术，以适应时代变化，为观众带来更加震撼视听体验。

[下载本文pdf文件](/pdf/449354-龙套演员的艺术修养提升戏剧表现力.pdf)