

The Application and Development of Action Metaphors in Dance Therapy Empowered by Digital Intelligence

Yixiao Yu Lizhu Chen*

School of Dance Jilin College of the Arts, Changchun, Jilin, 130000, China

Abstract

Action Metaphor serves as the core mechanism guiding and transforming therapeutic processes in dance therapy. As symbolic expressions, movements document and reflect individuals' life experiences and transformative journeys, offering valuable insights into emotional states within their inner worlds. Through this expressive medium, therapists can engage in profound communication with clients, effectively facilitating emotional release and psychological healing. This study explores the integration of action metaphors with cross-media technologies including motion capture, virtual reality, and artificial intelligence, analyzing how these innovations enhance its applications. Research demonstrates that when combined with cross-media integration, dance therapy centered on action metaphors achieves groundbreaking advancements. Not only does it transcend traditional time-space constraints, but it also provides clients with safer and more immersive therapeutic experiences.

Keywords

Action metaphor; Dance therapy; Cross-media technology; Mental health.

数智赋能下动作隐喻在舞蹈疗愈中的应用与发展

余奕晓 陈丽竹*

吉林艺术学院舞蹈学院, 中国·吉林 长春 130000

摘要

动作隐喻 (Action Metaphor) 贯穿于舞蹈疗愈中引导和转化疗愈过程的核心。动作作为一种符号, 记录并反映着个体生命经验与转变的轨迹, 提供对个体内心世界中情感状态有价值的洞见与映射。通过这种表达形式, 疗愈师可与来访者进行深层次的沟通, 更好地促进情感的释放和心理的疗愈。本文通过探讨动作隐喻在舞蹈疗愈中与结合动作捕捉、虚拟现实和人工智能等跨媒介技术, 并分析运用这些技术是如何优化与扩展动作隐喻的应用。研究表明, 在跨媒介技术融合下, 基于动作隐喻为核心的舞蹈疗愈实现了创新性突破发展, 不仅能够打破传统疗愈时空限制, 给来访者带来更为安全、可靠的沉浸式疗愈过程体验。

关键词

动作隐喻; 舞蹈疗愈; 跨媒介技术; 心理健康

1 引言

动作隐喻, 通过具体可视的身体动作形态, 将内心难以言表的心理冲突进行映射、外化, 让来访者更好地剖析自己的内心, 进而促进这些情绪的释放与缓解。在舞蹈疗愈的过程中动作隐喻相当于疗愈全过程的“疗愈说明书”, 对于来访者心理情绪进行图文解释, 清晰阐述来访者心中的疑难杂症。这一身心一体化的表达方式, 不仅能帮助来访者清晰地表达内心复杂情绪, 还可以释放与处理负面情绪,

更好地与自己内心世界和谐共处, 进而促进心理创伤的修复。随着数智技术的迅猛发展, 跨媒介技术在现代舞蹈疗愈中逐渐展示出应用潜力。动作捕捉技术、虚拟现实和增强现实、人工智能大数据等技术为以动作隐喻为核心的舞蹈疗愈提供出新形式的可能, 为来访者带来更为沉浸、实时、个性化的疗愈体验。

同时, 通过实时监控、反馈以及 AI 大数据分析, 极大地提高了来访者心理结果、身体康复以及认知功能等方面的疗愈效果。此外, 为个性化疗愈方案的制定与调整提供了新思路。

【作者简介】余奕晓 (1999-), 女, 中国湖南岳阳人, 在读硕士, 从事舞动治疗、舞蹈美育研究。

【通讯作者】陈丽竹 (1983-), 女, 中国吉林长春人, 博士, 副教授, 从事舞蹈编导与基础理论研究。

2 动作隐喻

隐喻, 也称简喻、暗喻。它指用一种事物巧妙的暗喻另外一种事物。“隐喻”一词的研究最早可以追溯到 2000 多年前的亚里士多德, 他在《修辞学》一书中首次讨论了隐

喻的概念。动作隐喻是一种非言语的交流方式,存在于来访者与治疗师之间共同构建的“潜在空间”中,通过包裹在身体里的姿态和动作,象征性地反映出个体的内心情感与心理状态,蕴含着如焦虑、悲伤或喜悦等多层复杂的含义。精神分析学家威廉·瑞其认为,身体的姿势、手势和动作能够反映出我们内心防御、攻击和焦虑等情感,这些身体语言传达可以揭示一个人心理的创伤。这就使得一个人在处于不同情绪状态时,呈现出的身体姿态是不同的^[1]。

动作隐喻的理论基础主要源于20世纪初德国舞蹈理论家鲁道夫·冯·拉班的拉班动作分析体系,并在其发展过程中先后受到了查尔斯·达尔文、德尔萨特“表情体系”和达尔克罗兹节奏训练体系的影响。拉班动作分析体系基于数学、力学和人体解剖学的原理,通过使用象征性的动作符号,准确而清晰地解析出肢体语言中时、空、力之间的相互作用关系。其中,最具代表性的分析为拉班的“力效”学说——把“力效”视作所有人体动作的内在冲动使然,这是拉班对于人体动作本质层面的深刻把握,揭示出人体动作内容于质量方面的分析。拉班认为,人体任何一部分的姿态显现都不是无目的的随意运动的结果,而是源自神经内在激动所生发出“有意味”的生命特质的显现,人体内在精神世界与外部世界连接的媒介。这一理论,不仅能够以突变的“力效”动作组合隐喻出个体本身内在的矛盾冲突以及与外部世界的和谐,还可通过使人体身体动作渐次变化达到“力效和谐”的方式,提升人类身体能量,达到人体身心与宇宙的和谐一致^[2]。

3 动作隐喻在舞蹈疗愈中的应用

在舞蹈疗愈中,动作隐喻起着至关重要的作用,通过肢体语言的象征性表达,帮助来访者探索和处理深层次的情感和心理问题。这些隐喻性动作能够超越语言的局限,直接与来访者的内心世界产生共鸣。动作隐喻在舞蹈疗愈中的形式,类似于传统文化中“胸中之竹”、“眼中之竹”和“手中之竹”的意象层次概念。治疗师通过识别和利用这些隐喻,能够引导来访者深入探索自己的情感和心理健康,从而在肢体表达与情感理解之间建立深刻的联系^[3]。

舞蹈疗愈中动作隐喻的过程实际上是一个从安全感建立到情感隐喻解析的过程,即以准备期、孕育期、领悟期、评估期四个阶段的循环为主要特征。舞蹈疗愈的准备阶段,即治疗初期,最关键的是通过身体语言和动作传达安全感,建立稳固的信任关系。治疗师通过姿态和动作,温和的肢体接触,逐渐缓解来访者的紧张情绪,促使其放松。进入孕育阶段,动作开始具备隐喻意义,来访者的身体姿态和动作逐渐成为其内心状态的表达载体。这些隐喻可能通过微妙的身体动作,如肩部的下垂或步伐的节奏变化,反映情感状态或潜意识中的冲突^[4]。治疗师通过敏锐地观察和解读这些动作隐喻,引导来访者深入探索自己的情感和心理健康,帮助其

在肢体表达与情感理解之间建立联系,从而进一步理解自身的内在情感。发展至领悟阶段,来访者开始对动作所代表的含义(隐喻)、内化的动觉想象、惯常的行为方式表现出“顿悟”,逐步脱离孕育其的“感受感觉”状态。进入评估阶段,需要将治疗过程中获得的收获与来访者的现实生活中情境接轨,以实现疗愈的现实意义。创新过程的实现依赖于个体在与“自我”相关功能上的运用与适应。行为与平静的接受、意识与梦境状态、本能与感官直觉、抽象与具体、放纵与控制、自我实现与共享现实之间的有规律互动,反映了婴儿对母体依恋与分离之间的动态平衡^[5]。

从神经科学的角度来看,大脑左半球与语言、逻辑和符号处理密切相关,而右半球则在情感感知、空间意识和形象思维中扮演重要角色。通过调节和连接大脑左半球的无意识“象征世界”和右半球的有意识“感知世界”,不仅能厘清大脑思路从而促进记忆的恢复和自我问题的反思,还能使来访者在面对自身所存在的负面情感时,保持一定的“间离”,从而更加客观地审视和处理自己的情绪和问题^[6]。

4 数智技术与动作隐喻在舞蹈疗愈中的创新融合

4.1 虚拟现实技术突破时空限制

在虚拟现实技术的赋能下,可有效地规避了传统的舞蹈疗愈在专业技术人员短缺与场地限制等方面的限制。首先,虚拟现实技术可构建设计疗愈师形象。在虚拟技术的支持下,采用3D设计软件可以十分便捷地构建出符合来访者心目中安全可靠的疗愈师形象。从面部表情上,可设计创建逼真却具有高度亲和力的面部模型,并通过动态模拟面部表情,确保疗愈师形象与来访者实时隐喻互动交流,让疗愈师这一形象持续给来访者传递出亲切感与安全感。其次,虚拟仿真技术可以根据舞蹈疗愈所需在任何地点构建出适合的空间场域。虚拟技术的支持下可创作高度逼真的三维环境场景,包括虚拟布景、光影、建筑物等材料,通过实时渲染可自动生成暖调光线以及阴影效果,突出所构场域的真实感和立体感。值得注意的是,虚拟技术的支持下可实现“人——景”交互性,如触摸、推动以及控制虚拟物品。例如,虚拟场域可根据来访者的舞动表达进行变化,通过视觉和听觉元素引导来访者进入特定的心理状态。在Daniel L. Eaves等人的研究中,旨在探讨虚拟现实(VR)中动作反馈对舞蹈学习的影响^[7]。研究设计了对比实验,以比较有无动作反馈的VR环境下学习舞蹈动作的效果。研究结果显示,相较于仅通过观看视频学习舞蹈动作,加入适当的动作反馈的VR技术能够显著减少学员的动作误差,同时提升他们的学习专注度。虚拟技术支持下的舞蹈隐喻,可对疗愈目的实现实时变化辅助隐喻表达,给予来访者“身临其境”的情感体验的同时,帮助来访者更好的理解与处理内心情绪,从而提升、优化疗愈过程^[8]。

这种技术突破了时空的约束,提供给来访者更为便捷、可靠的疗愈环境。虚拟现实技术的融合,不仅能够满足所有来访者的个性化需求,根据具体来访者需求进行实时动态调整,给予丰富模拟场景的多元体验,使得来访者拥有更加深入的沉浸式互动体验,从而实现更为安心、舒适的疗愈体验^[9]。

4.2 动作捕捉技术提供实时数据监管

动作捕捉技术的迅猛发展,为舞动疗愈帕金森病来访者的康复训练带来了全新的机遇与视角。首先,在动作捕捉技术赋能下的舞蹈疗愈通过三维数据与人体模型的结合,该技术能够为来访者提供清晰、生动且富有象征意义的教学视频,从而提升舞动疗愈的效果。同时,动作捕捉技术能够进行精确的数据分析和实施反馈,使得来访者能够全面掌握动作技巧,提高动作规范性和训练的规格质量,为个性化的康复方案制定提供了可能^[10]。

在动作隐喻的孕育与领悟期,通过在来访者身体的关节、腿部、肩部等关键部位佩戴反光标记点、惯性传感器或使用更为先进的摄像机全覆盖投射装置,可以精确捕捉来访者的每一个动作细节。这些设备可以实时监测来访者的动作,如步态、髋角度、步幅、步速、重心交换和运动轨迹等。这些数据不仅仅是运动指标,更是心理状态的隐喻表达。例如,步态的稳定性可以隐喻着来访者内心的平衡与和谐,而重心的交换则可能代表着来访者在生活中的决策和转变。同时,实时的数据反馈和隐喻指导,不仅提升了动作的准确性和规范性,还帮助来访者通过身体动作表达和理解内心的情感,从而实现身心的和谐统一^[11]。

在舞蹈疗愈的评估期,根据康复疗愈评估标准,对来访者的动作表现进行系统的质量评估和数据统计分析至关重要。结合人工智能(AI)技术通过对收集到的数据进行趋势分析,可以识别出潜在的疗愈效果,并定期追踪来访者的康复进展情况。这一过程涉及分析来访者的历史数据,以识别出特定模式和趋势,从而制定个性化的舞动疗愈方案,确保其符合来访者的实际需求与康复目标。通过持续的数据监测与分析,治疗团队能够优化疗愈策略,灵活调整训练内容,提升整体康复效果。此外,AI系统通过机器学习技术持续优化舞蹈疗愈方案。每次疗愈后,系统会对来访者的反馈和表现进行详细评估,更新其个性化档案,以确保每次疗愈都能达到最佳效果^[12]。

5 结语

在数智化时代,动作隐喻在舞蹈疗愈中的应用展现出独特的潜力与广泛的发展前景。通过对身体动作的解读,舞

者不仅能表达复杂的情感和内心状态,还能帮助参与者在潜意识层面上进行自我探索与自我治愈。动作隐喻作为一种有效的沟通工具,能促进舞者与来访者之间的情感连接,提升治疗效果。智能技术的进步,尤其是在动作捕捉和数据分析方面,为动作隐喻的研究提供了新的视角和工具。通过高精度的动作捕捉系统,治疗师能够深入分析参与者的动作模式和身体语言,从而更好地理解其情感状态。这种数据驱动的方法不仅使得动作隐喻的应用更加科学化,还能实时反馈参与者的情绪变化,优化治疗过程。未来的探索应关注如何整合传统舞蹈艺术与现代科技,为不同人群提供个性化、创新的疗愈方案。综上所述,动作隐喻不仅为舞蹈疗愈注入新的活力,也为推动跨学科研究和实践提供了重要的契机。

参考文献

- [1] Wu CC, Xiong HY, Zheng JJ, Wang XQ. Dance movement therapy for neurodegenerative diseases: A systematic review. *Front Aging Neurosci.* 2022 Aug 8;14:975711. doi: 10.3389/fnagi.2022.975711. PMID: 36004000; PMCID: PMC9394857.
- [2] 温柔,蒋胜楠.国内舞蹈动作捕捉技术应用研究现状与发展[J].北京舞蹈学院学报,2022,(04):124-131.
- [3] MENACHE A. Understanding motion capture for computer animation and video games [M]. Morgan Kaufmann, 1999:10.
- [4] 牟茜茜,吕晓华.动作捕捉专利技术综述[J].中国科技信息,2018,(18):25-26.
- [5] 李晓丹,肖明,曾莉.人体动作捕捉技术综述以及一种新的动作捕捉方案陈述[J].中国西部科技,2011,10(15):35-37.
- [6] Zhai X. Dance Movement Recognition Based on Feature Expression and Attribute Mining[J]. *Complexity*, 2021,
- [7] Li X. The Art of Dance from the Perspective of Artificial Intelligence[C].*Journal of Physics: Conference Series*. IOP Publishing, 2021, 1852(4): 042011.
- [8] 钟祎洵,许伟,姚日晖,等.虚拟仿真技术在舞蹈编创与教学中的应用[J].印刷与数字媒体技术研究,2024,(04):15-26.DOI:10.19370/j.cnki.cn10-1886/ts.2024.04.002.
- [9] 庞佳.大学生心理问题的“动作隐喻”解析及矫治策略[J].教育导刊,2011,(11):54-57.DOI:10.16215/j.cnki.cn44-1371/g4.2011.11.003.
- [10] 陈丽竹.即兴舞蹈的言语与呈现[D].东北师范大学,2007.
- [11] [英]邦尼·米克姆斯.舞动疗法[M].余泽梅译.重庆:重庆大学出版社,2017.
- [12] 刘青弋.现代舞蹈的身体语言[M].上海音乐出版社,2017.