

21世纪全国高校应用人才培养规划教材

表演心理

BIAOYAN XINLI JIAOCHENG

教程

李锦云◎主编

 北京航空航天大学出版社
BEIHANG UNIVERSITY PRESS

21 世纪全国高校应用人才培养规划教材

表演心理教程

李锦云 主编



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

《表演心理教程》共分三篇：第一篇重点介绍了表演心理学的相关理论知识；第二篇章对不同表演艺术的心理类型、表演过程中演员与观众的心理现象进行了具体研究；第三篇则通过课堂训练来让学生切身体会表演中的心理现象、更好地理解 and 掌握表演的相关要求。本书具有理论系统扎实、可操作性强等特点，意在从理论和实践、心理训练和表演训练相结合的角度指导学生的课堂学习。本书适用于表演专业学生学习使用。

图书在版编目（CIP）数据

表演心理教程/李锦云主编. —北京：北京大学出版社，2010.9

（21世纪全国高校应用人才培养规划教材）

ISBN 978-7-301-17285-8

I. ①表… II. ①李… III. ①表演学：艺术心理学—高等学校—教材 IV. ①J812-05

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第101647号

书 名：表演心理教程

著作责任者：李锦云 主编

丛书主持：栾 鸥

责任编辑：栾 鸥

标准书号：ISBN 978-7-301-17285-8/J·0312

出版发行：北京大学出版社（北京市海淀区成府路205号 100871）

网 址：<http://www.pup.cn>

电子邮箱：zyjy@pup.cn

电 话：邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62767346 出版部 62754962

印 刷 者：

经 销 者：新华书店

787毫米×1092毫米 16开本 12.5印张 304千字

2010年9月第1版 2010年9月第1次印刷

定 价：25.00元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究

举报电话：（010）62752024 电子邮箱：fd@pup.pku.edu.cn

河北传媒学院教材编审委员会

主 任 李 春

副 主 任 杜惠强 张玉柯 刘福寿 王春旭

常务副主任 张玉柯

编 委 (以姓氏笔画为序)

马海牡 王迎春 王春旭 王祥生

王福战 卢永芳 李玉玲 李 春

杜惠强 孙东升 吕志敏 刘志勇

刘香春 刘福寿 张从明 荆 方

钟林轩 董孟怀 焦耀斌 檀梅婷

编写说明

教学是高等学校的中心任务，教材是完成中心任务的重要资源。因此，高等学校必须高度重视教材建设，既要科学使用全国统编教材和其他高校出版的优质教材，又要根据本校实际，编写体现学校特点的教材。

河北传媒学院是一所以传媒与艺术为主要特色，文、工、管兼容的全日制普通本科高等院校，多年来学院十分重视教材建设。2010年，学院在迎来建院十周年之际，专门设立了学术著作和教材建设出版基金，用以资助教师编著出版有一定学术价值的学术著作和适合传媒艺术专业教学需要的教材。

河北传媒学院第一批教材出版基金资助项目的申报、评审工作始于2009年，最终从各院系申报的六十项选题中评选出了十项，作为河北传媒学院第一批教材建设出版基金的资助项目和学院建院十周年的献礼工程。这十部教材包括《中国古代建筑及历史演变》、《全媒体新闻采写教程》、《营养保健学教程》、《影视非线性编辑》、《电视制作技术》、《影视剧作法》、《表演心理教程》、《经典电影作品赏析读解教程》、《管理学理论与方法》、《大学生心理健康辅导》。

自2009年5月至2010年4月，各编写组在繁重的教学工作之余分工协作、艰苦劳作，最终得以使这套教材与读者见面。这套教材既渗透着作者的心血与汗水，又凝聚着他们的经验与智慧，更彰显着河北传媒学院的师资水平。她既是精英教育集团领导、河北传媒学院领导与作者智慧的结晶，也是河北传媒学院与北京大学出版社合作的成果。她既可用作普通高校相关专业学生的教材，又可用作传媒与艺术工作者进修提高的学习资料和有关专家学者开展学术研究的参考书。我们相信，这套教材必定能够给广大学生和专家学者带来有益的启示和思考。

河北传媒学院教材建设出版基金项目的设立与第一批教材建设基金资助项目教材的出版，得到了精英教育传媒集团总裁和董事长翟志海先生、首席执行官张旭明先生、总督学郭德华教授等的大力支持，在此表示衷心感谢。

由于时间仓促，难免有疏漏乃至错误之处，期望各位读者、专家、学者提出批评指正。

河北传媒学院教材编审委员会

2010年5月

前 言

作为一本针对表演专业学生编写的基础教材，本书要为学生解决的问题是：第一，表演心理学是一门怎样的课程，有着什么样的发展脉络以及理论构架；第二，在教学中能够给予我们什么启示，对指导表演实践会起到什么作用；第三，怎样从心理训练与表演训练相结合的角度指导学生的课堂学习。

在对表演心理学的认识和教学中，本书提出了阶段性的教学方法，全书分为理论基点、具体研究、课堂训练三个篇章。第一篇介绍表演心理学作为一门独立学科的发展脉络以及涉及的主要内容体系，第二篇将心理知识与表演实践相结合深入谈创作，第三篇通过几种课程模式的设计进行具体教学。在这三个篇目中，全书分为六个章节。第一章介绍从一般范畴心理学到表演心理学的发展历程，第二章介绍不同表演艺术类型和心理学的交叉，第三章主要探讨演员的创作心理及经典理论，第四章分析演员在创造角色中必经的心理过程，第五章以表演中的观演关系为切入点，研究演员和观众的交流过程中呈现出的心理现象，第六章进入课堂训练，并在训练中总结一些重要的概念。

本书意在提出这样几种教学原则，那就是知识和实践相结合，解决主要矛盾和解决次要矛盾相结合，知识积累和内心感悟相结合。首先，知识是由客观实际情况分析研究得来的，必须经得起实践的检验。人们首先是通过感知、表象、记忆、想象、意志、情感、推理、判断等心理与思维作用来认识客观事物的特征和规律，之后更重要的目的是在掌握这些知识的基础之上，通过实践改造客观世界和人的自身。其次，在学习和实践的过程中存在着多重矛盾，而我们应该善于抓住主要矛盾，比如在研究表演心理的过程中，演员把角色的心理揣摩透了，其他方面如导演的二度创作、观众的审美等诸多问题也就比较容易解决了。同时，知识积累和内心感悟是一个在认识上由量变到质变的过程，也就是说，进步的取得需要长期的努力，当外在的知识积

累和经验积累到一定程度时，自然会产生一个质的飞跃，达到澄明感悟的境界。

本书是在原有的《表演心理学》的基础上修改完善而成的，意在为初入表演领域学习的学子们提供一些相关的理论指导和帮助，虽然在编写过程中投入了十分的努力，但呈现出来的书稿难免存在偏颇和值得推敲的地方，希望能得到相关专家学者和广大读者的批评指教。

本书在编写过程中得到了学校领导、同事及亲友的无私帮助，其中李辰为本书专门绘制了漫画插图，石凡、李谦也提供了很大的帮助，再次感谢为本书的编写和出版提供过慷慨襄助的各位良师益友。

编者

2010年6月

序：用心做演员

(一)

当代社会，越来越多的年轻人把表演看作一个瑰丽的梦，也许你正是其中的一员。那么究竟什么是表演呢？这个梦想要怎样去实现？在这里，我们不做诸如“报考艺术院校指南”、“怎样进入表演圈子”之类的已经泛滥的操作指导，而希望寻找一种合适的方式，帮助学生从心理生成的角度更为迅速地接近表演这门艺术，希望学生从自我内心出发，了解表演艺术，了解自身的潜能和创造力。

现在，你选择了表演，那么，在你面前，就有了一个崭新的天地，也许从此你的人生就会经历千百种不同的生活，体验无数个性格各异的角色。当然，这个世界充满不可预知，不只有鲜花、掌声和光环，也遍布荆棘、坎坷和寂寞；既会有快乐、幸福，也会有辛苦、痛楚甚至是折磨。我们希望，通过学习，每一个人都可以用心思考，看到你和表演艺术的缘分有多深，你的信念有多强，这条路，你能够走多远。

从某种意义上说，表演是人类所具有的一种内心高级精神活动的外在表现。也就是人的心理过程、情感活动的一种“外化”。这种表现的手段可以是声音语言、肢体语言，可以是舞蹈、歌曲以及你可以想到的任何一种形式。这些，统统可以称之为表演。许多人在最初接触这个职业时，总将它更多地看做一种专业技巧，津津乐道于舞台的行动方式、注意力的集中与松弛、想象力的训练、适应与交流等等词汇。这些固然重要，就像斯坦尼斯拉夫斯基指出的：“……要有观察力，感受力，记忆（激情的），气质，幻想，想象……鉴别力，智慧，内部和外部速度节奏感，音乐感，真诚，率真，自我控制，机智，舞台资质，等等。”^①但同时，作为演员，你的个人修养更为重要，这才真正决定了你的水平和未来的发展。

这种修养一方面是知识上的，不仅是专业知识，还包括各种相关门类艺术的知识。于是之先生就此提出过一段精彩的阐释：“依我说，从形体训练、声音训练说起，到创造形象为止，这个方法那个方法，内啊外啊，说了半天，而对于一个演员来说，长远起作用的是修养。鲁迅说，我不相信什么小说做法之类，现在咱们谈的许多问题还没有出‘小说做法’的范围，总而言之，说的是方法问题，或叫体系，或是什么戏剧观之类，以及这么训练，那么训练，这些都是给打基础，而决定这演员真正生命的是他的修养。就跟写字的人一样，说我拿笔拿的稳，不仅是悬腕，我还能悬肘，一米见方的大字我写出来也照样挺帅，拿笔就写，写法我全能掌握，这都可以，但对写字的人来说，最重要的是读帖，得

^① 参见[苏]玛·阿·弗烈齐阿诺娃·斯坦尼斯拉夫斯基体系精华[M]。北京：中国电影出版社，1990：27。

多见碑帖。甚至写草书的人——有的是看了哪位舞剑后很受启发，书法大有提高。那些古代文人，哪个不是琴，棋，书，画啊？郑板桥便号称有三绝，诗，书，画，据说齐白石把自己的诗，篆刻，书法都排在前头，他把画画排在第四等，他自认印和写诗更好些。你看都是通着的。所以，同样的剧本，同样的角色，两个演员具有同样多的素材，创造出来的人物也有深浅之分，高下之分，文野之分。生活一般多，排练的时间一般长，对这角色的合适的程度两人一样，可那人演的就是有味，这人演出来就是一碗白开水。这个区别就在于演员的修养，不只是思想修养，特别是姊妹艺术的修养。”^①

另一方面，演员的修养在艺术素养之外，还不能忽略道德品质的提升。伟大的艺术产生于娴熟的技艺和深刻的内涵两者的统一，真正艺术家的美是艺术美和心灵美的结合。在这一点上，戏剧表演艺术家梅兰芳堪称楷模。梅兰芳一生跌宕起伏，从青少年时代就经历八国联军侵华、帝国主义侵略、辛亥革命、军阀混战和国民党的腐败，但是在民族危难的岁月里，他却表现出人民艺术家高尚的民族气节和可贵的爱国主义精神。有一段旧事，1934年3月，梅兰芳接到苏联对外文化协会的邀请，对方希望他能到莫斯科演出。与此同时，日本也发来邀请，梅兰芳毫不犹豫，立即拒绝了日本，决定去苏联访问演出，但给苏联提出了一个附加条件，就是在去苏联的旅途上不经过日本侵占中国的南满路。这种气度和傲骨就是我们敬仰的典范。著名画家丰子恺先生曾感叹：“茫茫青史，为了爱国而摔破饭碗的“优伶”，有几人欤？”可见内外兼修才能做一名好演员。细而化之，个人形体与声音条件、风度和气质、专业技巧、文化艺术修养、思想道德水平诸多方面决定了一个好演员的出现。

(二)

表演是一种艺术创造，创造出的是生动感人的艺术形象，以满足观众审美的需要。观众在观赏中，要达到的是一种审美愉悦的境界。南北朝时的宗炳在《画山水序》中提出审美分为“应目”、“会心”、“畅神”三种境界，当代美学家李泽厚也曾把审美愉快概括为“悦耳悦目”、“悦心悦意”、“悦志悦神”三个层次。这在表演艺术当中同样适用。从观众出发，演员要以这三个层次为依据提高自己。演员与他所扮演的角色之间，生活经历、性格特征、思想风貌、言谈举止及行为习惯、心理状态都有所不同，这就要求演员首先使创造出的角色达到形似，真实可感，以角色为规范、为模板去进行塑造，让观众在审美感知阶段接受所创造的角色；其次要使所创造的角色神似，从自我出发，对角色经过从外到内、从内到外的分析研究、体验、想象、创作，并从自我身上去开掘角色，从而通过演员的身心、情感，去塑造一个活生生的角色形象，让观众在审美体验阶段，在与角色的交融中得到满足；最后，演员创造出角色，还要赋予角色以灵魂，让角色的灵魂直接进入观众的内心，使观众得到心灵的涤荡，精神的升华，获得审美超越阶段的愉悦，实现类似于马斯洛所说的“高峰体验”的境界，即在马斯洛的观点里，人在自我实现的创造性过程中，会产生出一种所谓的“高峰体验”的情感。“我们的生活原本就是一场为达到某个目的地的艰巨紧张的奋斗，现在我们终于达到了。这就是目的地，就是我们艰苦奋斗的终点，这就是我所早已期待的成就……产生这种体验的人突然步入了天堂，实现了奇迹，达

^① 转引自苏彭成. 影视表演学基础 [M]. 北京: 中国广播电视出版社, 2002: 28-29.

到了尽善尽美。”观众这一阶段的审美感受要达到的就是这样一种状态。我国的戏曲表演艺术家们也有类似的观点，认为只有“形现”方能“神开”，“容动”而见“神随”。这都说明了演员创造角色的过程，将外部表现逐步诉诸观众，为观众所感知，以达到审美的至高境界。

提到境界，古今学者多有论述。《人间词话》的作者，清代学者王国维提出过“治学三境界”的思路：“古今之成大事业、大学问者，必经过三种之境界：‘昨夜西风凋碧树。独上高楼，望尽天涯路。’此第一境也。‘衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。’此第二境也。‘众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处。’此第三境也。”^①

这三个境界不仅限于治学，它的启示是多方面的。我们站在教学的角度，也可以从中汲取智慧和体悟。

第一境界：“昨夜西风凋碧树。独上高楼，望尽天涯路。”西风吹得碧树凋落，站在学习的起步阶段，眼见得学海茫茫，似无归路，表演的学习，不知道从何开始，需要我们先找一扇门，由此走进这个世界。

第二境界：“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。”真正走进表演的殿堂，需要学习的东西是无尽的，所谓“吾知也有涯而学也无涯”，深入的学习需要的就是这种衣带渐宽人憔悴的决心和志气，唯有这样，才能够厚积而薄发。

第三境界：“众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处。”迷茫探索之后，往往才会蓦然发现，千百次寻找的答案其实很简单，就在不远处的灯火阑珊处，正是“踏破铁鞋无觅处，得来全不费工夫”。我们的答案其实也很简单，在实践当中到处可见曾经苦苦寻觅的知识真理的火花，道理就在身边，只要我们用心。

(三)

教育的任何构想、任何措施，都是为了育人，为了使人能够得到更好的发展，变得更强大、更聪慧，使人的本质得到更精致的锤炼，变得更纯正、更完美。这三种境界之说，为我们的教学提供了有益的启示，同样站在育人的角度来讲，我们也提出两个目标层次。首先是知识教育，其次是情感教育。

知识教育侧重的是理论知识的普及，传授理论知识，进而通过具体的实践，实现理论知识的价值。通常来说，理论是建立在对整个教学和学习活动的宏观把握基础之上的，以概念、判断、推理的逻辑思维方式进行，属于传统的智育范畴。在这个范畴里，一是培养一种学习知识的态度。宋代大文学家苏轼少年时读了一些书，自认为满腹经纶，颇有点年少轻狂，便在自己门前写了副对联：“识遍天下字，读尽人间书。”对联贴出后不久，来了一位白发长者，他将手里拿的一本小书翻开，向苏东坡请教。苏东坡接过一看，书上的难字、生僻字自己有很多都没有读过，有些见都没有见过，顿时为自己的狂妄骄傲羞愧不已。于是，他马上在门前的对联上加上“发奋”、“立志”四个字，改成：“发奋识遍天下字，立志读尽人间书。”且不说苏轼之前的狂傲，单就第二副对联，学知识就应该有这样的一份态度。表演是一门有着丰富内涵的学问，正需要这种谦逊务实的态度，否则只能流俗，无法成器。二是培养一种对待艺术的态度。著名画家齐白石也有一段典故，在他 70

^① 王国维. 人间词话 [M]. 南京: 江苏文艺出版社, 2007: 53.

岁那年，他的学生谢时尼在课堂上作了一幅《梅鸡》图，梅花下的公鸡画得很别致，特别是那鸡尾巴神韵动人。齐白石欣赏了许久，笑着说：“你画的这张太有味了，借我回去临一张吧。”一周后又来上课时，将临摹的画作拿来，还题了字，大意是，你那鸡画得很好，我要永远把它做样子，现在我把临的这张和你交换，不知你是否答应。艺术都是相通的，作为一名功成名就的艺术大师，对待艺术还能够有这样谦虚求知的态度，在表演艺术上初出茅庐，更应该记住这种谦逊的态度。

情感教育对于一名演员来讲具有特殊的重要性。知识教育作为智育，关心的是理性的培养，在此基础上进行的情感教育则是关注情感的开发。表演中的情感最突出的表现在与观众感情的交流上。作为演员，观众的欣赏是艺术创造的最高价值。典籍记载，“伯牙鼓琴，钟子期听之。方鼓琴而志在太山，钟子期曰：‘善哉乎鼓琴，巍巍乎若太山。’少选之间，而志在流水，钟子期又曰：‘善哉乎鼓琴，汤汤乎若流水。’钟子期死，伯牙破琴绝弦，终身不复鼓琴，以为世无足复为鼓琴者。”俞伯牙在高山上抚琴《高山流水》，曲高而和寡，却有一个砍柴的樵夫钟子期经过，听懂了他的《高山流水》。他们约好两年后见面，可是两年后钟子期却没有露面。俞伯牙多方打听才知道，原来钟子期在母亲去世以后也已经伤感去世了，不可能再赴他的约定，俞伯牙悲痛欲绝，他知道子期是唯一能够听懂他音乐的人，如今子期已死，便在于期的坟头摔了他心爱的琴，表示对知音的敬重和珍惜。知音已杳，伯牙毅然断弦绝音。俞伯牙绝琴明志的苦闷和无奈是因为没有了合格的观众。这一段佳话可见他作为艺术创作者对欣赏之人的重视。若是作为演员，对自己的观众也能有几分这样的情感，那么何愁创造不出经典之作呢？

情感教育是审美教育的一种，除了与观众的艺术情感之外，还要培养演员自身的艺术情感，即对艺术的感受力和创造力。毫无疑问，这是做演员必然要进入的内心境界。只有在演员艺术感受力和创造力的培养中，才有助于进一步形成演员个体完善的审美心理结构和健康的人格。这映射了我们的主旨——对心理的探讨。

为什么要把表演放到心理学的知识系统背景下去观照呢？表演与心理学有着深厚的学科渊源和密不可分的知识联系，演员的表演艺术，得益于心理学研究的科学方法，表演艺术与戏剧艺术和心理学相融合，实现了研究人、表现人和创造人的共同目的。有句话讲，他山之石可以攻玉，我们的目的是跳出艰深晦涩的理论，用心理现象解释表演规律，给学生们的表演学习开辟一条易走的路。一本教材的内容很少，然而学子的职业生涯会很长，表演并不是只属于年轻人的造星之路，梦想之旅。荀子在《劝学篇》中写道：“骐骥一跃，不能十步，驽马十驾，功在不舍。锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。”说的是骏马跳一次也不能有十步远，劣马不间断的十天行程也能走很远路程。雕刻时，如果雕雕停停，朽木也刻不折，如果坚持不懈，金石材质的可雕成艺术品。这门艺术，选择了它，需要为之付出很多艰辛、热情，甚至一生的不懈努力。

零零散散说了这么多，只剩下两个字：用心。

用心做自己，才能完整一颗创造的心。

用心做表演，才能抓住各个角色的心。

用心做演员，才能赢得广大观众的心。

祝福立志于此的人们。

编者

第一篇 理论基点



第一章 从心理学到表演心理学

—— 本章提要 ——

表演心理学，属于艺术心理学的范畴，是心理学的一个分支。对于它的研究，应该从了解人的心理和心理学的一般知识入手。因此，第一章将对心理学到艺术心理学再到表演心理学这一发展脉络进行细致地梳理，重点解决以下问题：心理学和表演心理学是什么？心理学是如何发展到表演心理学这一层次的？它们之间的关系是什么？

每个人从出生开始，就在认识和感觉着周围的世界，在感知的过程中逐渐形成自己的态度，并从中体验着种种情感。这里面所包含的感知、记忆、思维、想象、感情、意志、气质和性格的表现都是人的心理活动。人的心理活动多种多样，各种心理活动相互联系，彼此影响，形成统一、完整的心理活动。

由于这些心理活动的存在，出现了研究这一现象的科学——心理学。心理学是一门有着漫长的过去和短暂的历史的科学。大约 2400 年前，古希腊学者亚里士多德的《灵魂论》里便出现了对心理现象最初的系统阐释，而心理学这个名称也来自于希腊语，原意为“关于灵魂的科学”。

亚里士多德被认为是心理学的奠基者，在他之后，从 19 世纪中叶开始，人们开始了对心理现象和它们的规律性的科学实验研究，到 19 世纪末 20 世纪初，心理学家确定了心理学的研究对象，奠定了它的基础，从而宣布了心理学从哲学中独立出来。科学心理学开始成为一门真正独立的学科，有了它自己独特的研究方法和理论，把研究和科学地解释心理现象作为自己的中心课题。心理学是研究人和动物的心理活动和行为表现的一门科学。包括人类共同具有的感觉，不断地保存在人的记忆中的各种表象，每个人都经常会体验到的情感。

心理学界有一个形象的比喻，即把心理学比作一棵正在成长的大树。经过一个多世纪，心理学已发展到包括艺术心理学在内的各门类专业心理学，从一般概念上的心理学发展而来的艺术心理学，探讨的是艺术作品创作活动中的心理成分，揭示人感知艺术作品的规律性，研究由艺术作品引起的各种情感的发生和进行的规律，研究对象是艺术领域特殊的心理现象和心理规律，因此，凡是属于艺术活动中的一切心理现象和心理规律，都是艺术心理学研究的对象和范围。如艺术家的创作心理、受众的欣赏心理都涵盖其中，艺术心理学又更细分为包括表演心理学在内的各门类艺术心理学。表演心理学作为一门学科，是在前人研究的基础上提炼和总结而来的。

艺术心理学相对于普通心理学来说，具有它的特殊性，然而对于各种门类艺术心理学的研究，它又是各种门类艺术心理现象和规律的概括。随着越分越细的学科独立性趋势，艺术心理学再做细分，更可分为戏剧心理学、舞台美术心理学、戏剧文学心理学、表演心理学、导演心理学等等，我们研究的落脚点就是其中的表演心理学。

第一节 心理学的一般知识

[课堂笔记] 心理是人和动物的各种心理现象的总称，发生在物质世界发展的最高阶段，即人和动物出现的阶段。在人类存在的初期，在人认识周围世界和自己本身的能力的同时，也发现了一些诸如死亡、梦境、意识的暂时丧失等莫名其妙的、难于理解的现象，在认识和解释这些心理现象的活动中，逐渐产生了一门新的科学——心理学。那么这究竟是怎样一个过程呢？这一节我们就顺着心理和心理学产生和发展的历程，对心理学的知识来做简单了解。

一、心理的产生与发展

(一) 心理的产生及实质

人的心理的产生及实质，历来是人们探究和争论的一个原则问题，存在着唯心主义和唯物主义两种根本对立、互相排斥的观点。

唯心主义者或者虚构出某种脱离物质及人的肉体的“自我”，并将其看作真实的存在和世界的本源，或者虚构出一个“万物创造者”。比如古希腊哲学家苏格拉底、柏拉图等人认为，灵魂不死而独立于肉体之外，人有植物、动物的灵魂和理性灵魂，这些灵魂分别主管和支配人的身体、智力和道德，并使之发育、发展并得到完善。我国古人也提出过相似的观点，朱熹说：“心者，人之神明，所以具众理而应万事者也。”王阳明也提出过：“天下无心外之物……天下万物皆在吾心之中。”总之，在唯心主义者看来，心理是不依赖于周围现实世界而独立存在的东西，是先于物质的第一性。

但是随着科学的发展和人们认识水平的不断提高，人们逐渐意识到物质世界是永恒的第一性存在，唯心主义心理学对灵魂不依赖于脑、神经系统的活动而独立存在的认识是站不住脚的。辩证唯物主义哲学的出现，才给了心理现象的产生、发展以正确的和真正科学的解释。辩证唯物主义认为，心理是在实践中大脑对客观现实能动的反映。这一论断，既克服了唯心主义心理观的主观性，又避免了机械唯物主义心理观的片面性和表面性，是对人的心理实质的科学概括和总结，是关于心理起源和它的本质的真正科学的学说。

唯物主义心理学说有以下这样一些观点。

1. 心理是人脑的一种机能

这个结论的产生也有一定的过程，朴素的唯物主义者认识到心理是人体的一种机能的初期，由于认识水平有限，不能正确地理解和解释一些诸如喜怒哀乐、回忆、梦、恐惧等特殊现象，不能揭示它们的本质和发生的原因，于是把这些现象看作是一个特殊的实体——灵魂的表现。

古希腊时期的著名学者亚里士多德在把灵魂看作生命存在形式的同时，认为心脏是心理产生的器官。我国古代也有这种看法。学者孟轲认为“心之官则思”，荀子认为“心卧则梦”，我国很多描述心理现象的字也和“心”字有关，如“思”、“想”、“意”、“思”等等。

到了19世纪，随着科学技术的发展，人们通过科学的方法鉴定出人脑是人的心理器官。大量的动物实验和人的临床观察证实，在脑受到某种损伤的条件下，总是不可避免地发生心理的变化。这就表明，心理与脑的活动密不可分，人脑是心理的器官，人的心理是脑的机能。

2. 心理是人脑对客观现实的能动反映

人脑是产生心理的器官和物质基础，只是说人脑具备了产生心理的生物前提和可能性，还需要通过人的客观实践，才能产生思想反映。人脑好比是“土壤”，客观现实好比“种子”，如果没有种子，多么肥沃的土壤也是不能自己生根发芽的。人脑反映客观现实有两个特点。一是反映的客观性。即心理是物质世界的真实再现。物质世界中存在什么，头脑就反映什么，物质世界的事物是什么样，头脑中反映的事物也是什么样子。人脑反映出来的结果与客观现实基本类似。这些反映本身和外在表现都是客观的。二是反映具有

主观性。人脑反映现实由一定主体进行，是一个积极能动的过程，人在反映活动中能够介入自身的需要、态度和情感、认识水平、个性特征、心理状态等等，在反映过程中表现出鲜明的个人色彩，这也保证了人的心理活动的广度和深度，保证了人在反映现实世界的过程中对自身心理的调控。

3. 心理是在实践中发生和发展的

人的心理是随着人类的实践而产生、发展的。正是在人的实践中，人们发现了种种的精神现象，也正是为了研究心理现象，以便在学习、劳动、创造时得到应用，使心理学不断发展，渗透到了医学、艺术、军事、体育各个方面。客观现实包括日月星辰、陆地海洋、风霜雨雪等自然现象，工厂、学校、建筑等人造的物质现象以及人际关系、社会风尚等社会环境。大脑与客观现实在社会生活实践中发生了联系，实现了对现实的反映。由于实践的多样性，也使人们的心理特征各有不同。同时，人又是在实践中检验自己对客观现实的反映，并不断地调控着自己的心理，使它符合客观事物的规律。

(二) 产生心理现象的生理基础

人脑对客观现实的反映，是通过复杂的神经活动实现的。因此，要了解人的心理，还需要了解其产生的生理机制。心理现象产生的生理机制也有它自身的工作特点与工作系统。

1. 大脑的反射活动

人的一切心理现象都是在大脑反映周围世界的活动过程中产生、形成和发展起来的。所以说高级神经活动是心理的生理基础，要理解心理的各种表现，就必须首先熟悉机体借助于神经系统同环境相互作用的基本形式——反射。

反射是机体对刺激的应答行动。机体的反射行动可能在外部的或内部的刺激影响下产生。心理学研究表明，一切心理现象按其产生的方式来说都是反射。那么我们先来了解一下反射的概念。反射，指有机体在神经系统的参与下，对内外环境刺激所作出的规律性应答。

最初提出反射概念的是17世纪法国哲学家笛卡尔。笛卡尔在观察中得知：公园的雕像在没有自主动作的情况下可以由机械的操作引起运动，在个体方面没有自觉意向的场合下，也常常能产生身体的运动。以此类比，他提出反射是一种不受运动的意志所控制或决定的运动，动物的全部活动和人的一部分活动都是反射。19世纪俄国生理学家谢切诺夫发展了笛卡尔的反射概念，将条件反射机制分作三个部分：感受的、中枢的和运动的。首先，外界刺激物通过感觉器官的作用引起神经兴奋；其次，兴奋沿着感受神经传递到中枢神经，神经活动以及神经过程同时发生心理活动，最后兴奋再传递到运动神经，并由传出神经传出，走向效应器官，引起反应器官产生对刺激的反应。这个过程，从刺激到反应通常经过感受器、传入神经、反映中枢、传出神经和效应器五个部分，并呈弧形，称作反射弧。

心理现象就产生于刺激和反应之间脑神经运动的生理过程中。比如，导演要求剧务人员把一箱道具抬到车上，剧务应到：“没问题！”在这里，导演的要求是一个“刺激”，剧务的回答是“反应”，剧务的感官接受这个“刺激”，脑内发生了神经活动，这是生理现象。相应的，剧务同时也发生了按导演的要求进行问题的“思考”，并形成要回答“没问题”的“愿望”，这种现象就是心理。心理活动支配和调节人的行为，而人的行为又直接

表现出人的心理活动，所以出现反射的终端部分。当然，心理活动到这个终端也并不意味着截止，通常还有一个“反馈”的过程，活动又作为刺激引起神经过程返回到中枢。如上面的例子里，在接受了导演的任务后，这个剧务脑内的反射活动并没有结束，他还期待得到导演的反馈，比如说句谢谢或者有其他表示，自己再做出相应的反应。反馈活动的进行，使人不断修正和调节自己的心理，使有机体能主动控制自己的活动。

俄国生理学家巴甫洛夫继承和发展了谢切诺夫关于心理反射的思想。在专攻大脑高级神经中枢的研究上，他利用了条件反射，即经典性条件反射。巴甫洛夫提出反射有两种：非条件反射和条件反射。他用简单的实验解释了这两种反射。在给狗吃面包之前，巴甫洛夫先把手中的这块面包给狗看。狗一看见面包，便开始及时分泌唾液。把面包放进狗嘴里，狗分泌唾液的反应是消化系统的一种天生的反射性反应——狗发生这种反射不需要学习或训练，巴甫洛夫称它为“非条件反射”。然而，一见到食物就分泌唾液则不是反射性反应，而是一种必须经过学习的反应，在看到食物与紧接着吃这种食物之间形成的联系是有条件的，所以他称这个反应为“条件反射”。

非条件反射是与生俱有、自然产生的反射。它的反射弧生来就已经形成了较固定的联系。比如将奶头放在初生婴儿的嘴里，他就吮吸；人抬头看到强烈的日光就会闭眼，碰到冰凉或者滚烫的东西就会缩回手，这都属于非条件反射。

条件反射是有机体适应生活环境的变化，在非条件反射的基础上经过后天学习才逐渐形成的。它的形成需要一定的条件，曾经的刺激与现在的刺激物在大脑皮层上形成暂时的神经联系，并在巩固的基础上形成条件反射。如自习课上听到下课铃，大部分同学就开始往外走，就是由于过去生活中多次重复，因此，当听到“铃声”的信号便想到了“下课”，从而引起了下课走出教室活动的反应，这便是条件反射的作用。

心理活动的产生方式是条件反射和无条件反射的有机统一，反射理论可以引入到创造性地学习或者工作当中，运用条件反射规律对行为进行控制，学习某种技能，以提高工作效率，这在实际生活中有着重大的意义。

2. 大脑神经过程的动力

大脑的神经过程需要一定的动力，如同一辆汽车在道路上行驶需要的动力一样，汽车的行驶过程中，需要燃油添加动力，也需要刹车制动，同样的道理，大脑神经的运动也有一定的规律，这就是兴奋和抑制这两个神经运动的基本过程，就如同驾驶汽车时的加油门和踩刹车。

兴奋即神经细胞或细胞群在刺激影响下所产生的活动状态，它能引起或增强有关大脑皮层部分和相应器官的活动。比如，戏曲演员从幕后进入台上亮相的时候，由于大脑皮层的运动神经中枢发生兴奋，才能由静止状态进入运动状态。

与之相反，抑制则能停止或减弱有关的大脑皮层部分和相应器官的活动。如晚上睡觉时，由于大脑皮层的运动神经中枢产生抑制，所以人们就会安静的进入梦乡。兴奋和抑制是紧密联系和经常发生相互作用的。这种相互作用服从于两个基本规律：扩散和集中的规律和相互诱导的规律。

在各种刺激物的影响下，大脑皮层产生的兴奋与抑制状态，不是在一个位置上停滞不动，而是存在着兴奋的扩散和集中。兴奋扩散能将大脑的各部分密切联系起来工作，所谓“眼观六路，耳听八方”，正是通过各种感官兴奋的扩散与集中行动观察到信息，再加以