**Đề Cương Môn: Tâm Lý Học**

**Câu 1. Phản ánh là gì? Phân tích tính chủ thể của phản ánh tâm lý, từ đó rút ra những bài học trong cuộc sống.**

**\* Phản ánh :** là sự tác động qua lại giữa hệ thống này lên hệ thống khác, kết quả là để lại dấu vết (hình ảnh) trên cả hai hệ thống. Phản ánh diễn ra từ đơn giản đến phức tạp và có sự chuyển hóa lẫn nhau: từ phản ánh cơ, lý, hóa, sinh vật đến phản ánh xã hội, trong đó có phản ánh tâm lý.

- **Phản ánh tâm lý là một loại phản ánh đặc biệt:**

+ Là sự tác động của hiện thực khách quan vào con người, vào hệ thần kinh, bộ não người - tổ chức cao nhất của vật chất.

+ Phản ánh tâm lý tạo ra “ hình ảnh tâm lý” về thế giới.

**\* Phân tích tính chủ thể của phản ánh tâm lý:**

**-** Mỗi cá nhân khi tạo ra hình ảnh tâm lý đều đưa vốn tri thức, kinh nghiệm…làm cho hình ảnh mang tính chủ thể.

- Cùng nhận một sự tác động nhưng ở mỗi chủ thể khác nhau lại tạo ra những hình ảnh tâm lý khác nhau.

- Cùng nhận một sự tác động vào cùng chủ thể, nhưng ở thời điểm khác nhau sẽ cho hình ảnh khác nhau.

- Do nhiều yếu tố chi phối, trước hết, do mỗi con người có những đặc điểm riêng về cơ thể, giác quan, hệ thần kinh và não bộ. Mỗi người có hoàn cảnh sống khác nhau, điều kiện giáo dục không như nhau và đặc biệt là mỗi cá nhân thể hiện mức độ tích cực hoạt động, tích cực giao lưu khác nhau trong cuộc sống. Vì thế tâm lý người này khác tâm lý người kia.

**\* Rút ra những bài học trong cuộc sống:**

- Khi nghiên cứu cũng như khi hình thành, cải tạo tâm lý người phải nghiên cứu hoàn cảnh trong đó con người sống và hoạt động.

- Đảm bảo nguyên tắc sát đối tượng.

- Cần nắm bắt cái riêng của mỗi người trong giao tiếp, ứng xử.

**Câu 2. Phân tích bản chất xã hội – lịch sử của tâm lý người và rút ra những bài học vận dụng trong cuộc sống, công việc.**

**\* Phân tích bản chất xã hội - lịch sử của tâm lý người:**

- **Tâm lý người là sự phản ánh hiện thực khách quan vào não người thông qua chủ thể, tâm lý người có bản chất xã hội - lịch sử.**

**- Tâm lý người có nguồn gốc khách quan, trong đó xã hội là cái quyết định.**

+ **Ví dụ:** Một xã hội luôn đề cao những chuẩn mực đạo đức tốt đẹp và luôn hướng con người đến sự hoàn thiện những chuẩn mực đạo đức tốt đẹp đó. Nếu một người sống trong xã hội đó thì tâm lý của người đó cũng phát triển theo quy luật của xã hội đó.

**- Tâm lý người là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp trong xã hội.**

+ Ngay cả phần tự nhiên ở con người (như đặc điểm cơ thể, giác quan, thần kinh, bộ não) cũng được xã hội hóa ở mức cao nhất. Ph. Ăngghen viết: “sự hình thành 5 giác quan người là công việc của toàn bộ xã hội lịch sử...”. Vì thế, tâm lý mang đầy đủ dấu ấn xã hội lịch sử của con người.

- **Tâm lý con người là kết quả của quá trình lĩnh hội nền văn hoá xã hội.**

+ Thông qua hoạt động, giao tiếp của con người trong các mối quan hệ xã hội mà trong đó giáo dục giữ vai trò chủ đạo.

**- Tâm lý người cũng biến đổi cùng với sự biến đổi của xã hội**

**Ví dụ:** Người miền Bắc có tâm lý khác với người miền Nam.

**\* Vận dụng:**

- Nghiên cứu con người cần nghiên cứu môi trường họ đang sống.

- Tổ chức các hoạt động, giao tiếp để hình thành, phát triển, cải tạo tâm lý con người.

**Câu 3.** **Phân tích tính “có vấn đề” và tính gián tiếp của tư duy. Rút ra những bài học vận dụng từ hai đặc điểm này.**

- **Tư duy** là một quá trình tâm lý phản ánh những thuộc tính bản chất, những mối liên hệ và quan hệ bên trong có tính quy luật của sự vật, hiện tượng trong hiện thực khách quan mà trước đó ta chưa biết.

**\* Phân tích tính “có vấn đề” của tư duy:**

**+ Hoàn cảnh có vấn đề** là hoàn cảnh có chứa đựng một mục đích mới, một vấn đề mới, một cách thức giải quyết mới mà phương tiện, phương pháp hoạt động cũ, mặc dù vẫn còn cần thiết nhưng không còn đủ sức giải quyết vấn đề mới đó.

**+ Tính chủ thể của hoàn cảnh có vấn đề:** hoàn cảnh có vấn đề phải được cá nhân nhận thức đầy đủ, được chuyển thành nhiệm vụ của cá nhân, tức là cá nhân phải xác định được cái gì đã biết, cái gì chưa biết, phải tìm, đồng thời phải có nhu cầu tìm kiếm nó.

**+ Vận dụng:** Phải đưa học sinh vào những tình huống có vấn đề để kích thích học sinh tư duy ; Trong dạy học "nguỵ trang" một dữ kiện; Hệ thống câu hỏi phải gợi mở...

**\* Phân tích tính “gián tiếp” của tư duy:**

+ Tính gián tiếp của tư duy được thể hiện ở việc con người sử dụng ngôn ngữ để tư duy (quy tắc, công thức, quy luật, khái niệm,...).

+ Tính gián tiếp của tư duy còn thể hiện ở chỗ con người sử dụng những công cụ, phương tiện (như đồng hồ, nhiệt kế, máy móc,...) để nhận thức đối tượng.

**+ Vận dụng:** Không nên cung cấp đầy đủ, rõ ràng các dữ kiện khi ra bài tập cho học sinh để phát huy khả năng suy luận của các em.

**Câu 4. Anh/chị hãy phân tích vai trò của *hoạt động* đối với sự hình thành và phát triển tâm lý của con người, từ đó rút ra những bài học vận dụng trong cuộc sống, công việc.**

**\* Phân tích:**

**- Hoạt động** là mối quan hệ tác động qua lại giữ chủ thể hay là con người với khách thể ( thế giới ), tạo ra sản phẩm ở chủ thể lẫn khách thể.

**+ Quá trình đối tượng hoá:** chủ thể chuyển năng lực của mình thành sản phẩm của hoạt động, hay nói khác đi tâm lý của con người được bộc lộ, được khách quan hoá trong quá trình làm ra sản phẩm.

**Vd:** Người thợ mộc dùng kinh nghiệm, năng lực của bản thân chuyển hoá thành sản phầm như bàn, ghế…

**+ Quá trình chủ thể hoá:** khi hoạt động con người chuyển từ phía khách thể và bản thân mình những quy luật, bản chất của thế giới tạo nên tâm lý, ý thức, nhân cách của bản thân, bằng cách chiếm lĩnh thế giới.

**Vd:** Khi làm xong một bài toán, ta rút ra phương pháp chung để giải dạng toán đó, lần sau làm lại với phương pháp tối ưu hơn, tiết kiệm thời gian hơn.

**- Vai trò của hoạt động:**

+ Thoả mãn nhu cầu của con người.

+ Thông qua hoạt động, tâm lý con người được hình thành và phát triển.

+ Tâm lý con người được khách quan hoá trong sản phẩm hoạt động.

**\* Rút ra bài học vận dụng trong cuộc sống và công việc:**

- Đánh giá tâm lý con ngươi thông qua sản phẩm của hoạt động.

- Tổ chức các hoạt động để hình thành, phát triển và cải tạo tâm lý người.

**Câu 5. Anh/chị hãy phân tích vai trò của *giao tiếp* đối với sự hình thành và phát triển tâm lý của con người, từ đó rút ra những bài học vận dụng trong cuộc sống, công việc.**

**- Giao tiếp** là sự tiếp xúc tâm lý giữa người với người, thông qua đó con người trao đổi với nhau về thông tin, về cảm xúc, về tri giác lẫn nhau ảnh hưởng tác động qua lại với nhau.

**- Vai trò của giao tiếp:**

+ Giao tiếp thoả mãn nhu cầu tất yếu của con người.

+ Thông qua giao tiếp, con người tiếp thu, lĩnh hội nền văn hoá xã hội, hình thành bản chất người.

+ Giao tiếp là phương tiện tiến hành hoạt động, để giáo dục và tự giáo dục con người.

+ Những phẩm chất tâm lý quan trọng của con người được hình thành trong giao tiếp với người khác.

**- Vận dụng:**

+ Mở rộng các quan hệ giao lưu, giao tiếp của bản thân.

+ Chú trọng rèn luyện kĩ năng giao tiếp và rèn luyện bản thân trong giao tiếp.

**Câu 6. Trình bày khái niệm, phân loại giao tiếp. Anh/chị cần làm gì để nâng cao hiệu quả giao tiếp của bản thân?**

**\* Khái niệm giao tiếp:**

**- Giao tiếp** là sự tiếp xúc tâm lý giữa người với người, thông qua đó con người trao đổi với nhau về thông tin, về cảm xúc, tri giác lẫn nhau ảnh hưởng tác động qua lại với nhau. - Chứng minh giao tiếp là quá trình trao đổi thông tin, cảm xúc, nhận thức, ảnh hưởng lẫn nhau.

+ Thông qua giao tiếp, con người trao đổi, truyền đạt tri thức, kinh nghiệm với nhau.

+ Giao tiếp không chỉ để bày tỏ cảm xúc mà còn tạo ra những ấn tượng, những cảm xúc mới giữa các chủ thể. Vì thế, giao tiếp là một trong những con đường hình thành tình cảm của con người.

+ Khi giao tiếp, mỗi chủ thể tự bộc lộ quan điểm, tư tưởng, thái độ… của mình, từ đó các chủ thể có thể nhận thức được về nhau làm cơ sở đánh giá lẫn nhau. Quan trọng hơn, trên cơ sở so sánh với người khác cùng với ý kiến đánh giá của người khác, có thể tự đánh giá được bản thân mình.

**\* Phân loại giao tiếp:**

- Theo phương tiện giao tiếp: Giao tiếp vật chất, giao tiếp bằng tín hiệu phi ngôn ngữ, giao tiếp bằng ngôn ngữ.

- Theo khoảng cách: Giao tiếp trực tiếp và giao tiếp gián tiếp.

- Theo quy cách giao tiếp: Giao tiếp chính thức và giao tiếp không chính thức.

**\* Anh chị cần làm gì để nâng cao hiệu quả giao tiếp của bản thân:**

- Rèn luyện ngôn ngữ, hành vi, cử chỉ, điệu bộ…

- Căn cứ vào mục đích, nội dung, đối tượng giao tiếp để lựa chọn loại hình giao tiếp phù hợp.

**Câu 7 Tại sao nói: Tâm lý người là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp? Cho ví dụ minh họa.**

- **KN hoạt động:** là mối quan hệ tác động qua lại giữ chủ thể hay là con người với khách thể ( thế giới ), tạo ra sản phẩm ở chủ thể lẫn khách thể.

- **KN giao tiếp:** là sự tiếp xúc tâm lý giữa người với người, thông qua đó con người trao đổi với nhau về thông tin, về cảm xúc, về tri giác lẫn nhau ảnh hưởng tác động qua lại với nhau.

**\* Mối quan hệ giữa hoạt động và giao tiếp:**

**- Chứng minh tâm lý là sản phẩm của hoạt động:**

+ Thông qua hoạt động, tâm lý con người được hình thành và phát triển.

**Vd:** Trong quá trình tạo ra sản phẩm, con người rút ra được những quy luật và những cách làm tốt nhất đối với sản phẩm.

+ Tâm lý con người được khách quan hoá trong sản phẩm hoạt động.

**Vd:** Người thợ mộc muốn tạo nên sản phẩm thì phải sử dụng các công cụ kỹ thuật như cưa, đục, bào,... và công cụ tâm lý (những hiểu biết về sản phẩm cần làm...).

**- Chứng minh tâm lý là sản phẩm của giao tiếp:**

+ Thông qua giao tiếp, con người tiếp thu, lĩnh hội nền văn hoá xã hội, hình thành bản chất người.

**Vd:** Khi bạn giao tiếp với người nước ngoài, thì bản thân bạn sẽ tiếp thu hoặc lĩnh hội những phong tục, ngôn ngữ, thói quen của người nước ngoài. Tiếp xúc với người nước ngoài một khoảng thời gian lâu, thì sẽ hình thành những bản chất giống họ.

+ Giao tiếp là phương tiện tiến hành hoạt động, để giáo dục và tự giáo dục con người.

**Vd:** Con người sử dụng ngôn ngữ, chữ viết để trao đổi thông tin, sử dụng trong các hoạt động giữa thầy cô với sinh viên.

+ Những phẩm chất tâm lý quan trọng của con người được hình thành trong giao tiếp với người khác.

**Vd:** Trong quá trình giao tiếp với người khác, con người có thể học được những phẩm chất của người khác như tự tin, năng động…

**Câu 8.** **Phân tích quy luật "lây lan" và quy luật "thích ứng" của tình cảm, từ đó rút ra những bài học vận dụng cho bản thân.**

**- Tình cảm** là những thái độ thể hiện sự rung cảm của con người đối với những sự vật, hiện tượng có liên quan tới nhu cầu và động cơ của họ.

**- Quy luật lây lan:**

+ Là sự lan truyền cảm xúc từ người này sang người khác.

+ Nền tảng của quy luật chính là tính xã hội trong cảm xúc của con người.

**+ Vận dụng:**

● Tạo lây lan tích cực bằng cách phát triển những “mồi cảm xúc” tích cực.

● Tránh lây lan tiêu cực bằng cách phát hiện, ngăn ngừa “ mồi cảm xúc” tiêu cực…

**- Quy luật thích ứng:**

+ Một tình cảm được lặp đi lặp lại nhiều lần thì dẫn đến “chai dạn”.

Vd: dân gian thường nói “ gần thường xa thương”.

**+ Vận dụng:**

● Tránh chai dạn tình cảm tích cực trong cuộc sống.

● Đối với một số tình cảm tiêu cực, cần tạo sự chai dạn khi cần thiết: quen với nỗi đau.

**Câu 9. Phân tích quy luật "tương phản" và quy luật "di chuyển" của tình cảm, từ đó rút ra những bài học vận dụng cho bản thân.**

**- Tình cảm** là những thái độ thể hiện sự rung cảm của con người đối với những sự vật, hiện tượng có liên quan tới nhu cầu và động cơ của họ.

**- Quy luật tương phản:**

+ Tương phản là sự tác động qua lại giữa những xúc cảm, tình cảm âm tính và dương tính, tích cực và tiêu cực thuộc cùng một loại

+ Vận dụng:

* Trong giáo dục, tự giáo dục bản thân
* Trong quan hệ ứng xử…..

**- Quy luật di chuyển**

+ Xúc cảm, tình cảm của con người có thể di chuyển từ *đối tượng này* sang *đối tượng khác*.

**+ Vận dụng:**

* Kiểm soát thái độ, hành vi của mình

● Hiểu, thông cảm cho hành vi của người khác trong những hoàn cảnh xuất hiện di chuyển...

**Câu 10.** **Phân tích quy luật "pha trộn" và quy luật về sự hình thành tình cảm, từ đó rút ra những bài học vận dụng cho bản thân.**

- **Tình cảm** là những thái độ thể hiện sự rung cảm của con người đối với những sự vật, hiện tượng có liên quan tới nhu cầu và động cơ của họ.

**- Quy luật pha trộn:**

+ Hiện tượng hai xúc cảm, tình cảm đối lập nhau song song tồn tại, chúng quy định lẫn nhau, không loại trừ nhau mà “pha trộn” vào nhau.

+ Quy luật này cho ta thấy rõ tính phức tạp, mâu thuẫn của tình cảm con người.

+ Vận dụng

* Biết xác định đâu là tình cảm chủ đạo trong hành vi của người khác để có sự đánh giá chính xác, cho ví dụ
* Tạo ra sự pha trộn hợp lý, cho ví dụ

**- Quy luật về sự hình thành tình cảm:**

+ Tình cảm được hình thành từ những xúc cảm đồng loại. **Vd:** Tình cảm của con với mẹ được hình thành từ những xúc cảm cùng loại do người mẹ mang lại.

**+ Vận dụng:**

* Muốn hình thành tình cảm phải đi từ những xúc cảm.
* **Vd:** Tình cảm của con đối với mẹ phải hình thành từ những xúc cảm của người mẹ.

● Tránh tạo những xúc cảm tiêu cực.

**Vd:** Hạn chế những kích thích xấu tiêu cực về cảm xúc đối với sinh viên trước khi thuyết trình.

**Câu 11 “Cùng trong một tiếng tơ đồng**

**Người ngoài cười nụ, người trong khóc thầm” (Truyện Kiều – Nguyễn Du )**

**Hãy phân tích tính chủ thể của hoạt động tâm lý trong hai câu thơ nên trên. Việc**

**hiểu về bản chất tâm lý về tính chủ thể của tâm lý người giúp ích gì cho em trong cuộc sống?**

**Phân tích tính chủ thể của hoạt động tâm lý trong hai câu thơ:**

**“Cùng trong một tiếng tơ đồng Người ngoài cười nụ, người trong khóc thầm”**

**1. Tính chủ thể của hoạt động nhận thức:**

* **Sự khác biệt trong nhận thức:** Hai chủ thể khác nhau (người ngoài và người trong) có những nhận thức khác nhau về cùng một sự kiện (tiếng đàn tơ đồng).
* **Sự chi phối của yếu tố chủ quan:** Nhận thức của mỗi người phụ thuộc vào những yếu tố chủ quan như hoàn cảnh sống, kinh nghiệm sống, trạng thái cảm xúc,...
* **Tính cá biệt:** Mỗi người có cách tiếp nhận và xử lý thông tin khác nhau, dẫn đến những nhận thức riêng biệt.

**2. Tính chủ thể của hoạt động cảm xúc:**

* **Cảm xúc trái ngược:** Người ngoài thể hiện cảm xúc vui vẻ (cười nụ) trong khi người trong lại chìm trong nỗi buồn (khóc thầm).
* **Nguồn gốc của cảm xúc:** Cảm xúc của mỗi người xuất phát từ những nguyên nhân riêng, gắn liền với những trải nghiệm và suy nghĩ cá nhân.
* **Sự biểu hiện đa dạng:** Cảm xúc được thể hiện qua nhiều hình thức khác nhau như ngôn ngữ cử chỉ, hành động,...

**3. Tính chủ thể của hoạt động ý chí:**

* **Hành động khác nhau:** Người ngoài và người trong có những hành động khác nhau thể hiện cảm xúc của mình (cười nụ và khóc thầm).
* **Sự lựa chọn cá nhân:** Mỗi người tự do lựa chọn cách hành xử phù hợp với cảm xúc và suy nghĩ của bản thân.
* **Mức độ tác động:** Ý chí có thể ảnh hưởng đến cách con người thể hiện cảm xúc và hành động.

**Vai trò của việc hiểu bản chất tâm lý về tính chủ thể của tâm lý người:**

* **Giúp thấu hiểu bản thân:** Nhận thức rõ ràng về tính chủ thể của tâm lý giúp mỗi người hiểu rõ hơn về cảm xúc, suy nghĩ và hành động của bản thân.
* **Giúp thấu hiểu người khác:** Hiểu được tính chủ thể của tâm lý giúp ta đồng cảm và tôn trọng những cảm xúc, suy nghĩ và hành động của người khác, dù có khác biệt với bản thân.
* **Giúp giao tiếp hiệu quả:** Việc hiểu rõ bản chất tâm lý giúp ta lựa chọn cách giao tiếp phù hợp, từ đó tăng cường hiệu quả trong giao tiếp và xây dựng mối quan hệ tốt đẹp.
* **Giúp giải quyết mâu thuẫn:** Nhận thức được tính chủ thể của tâm lý giúp ta nhìn nhận vấn đề một cách khách quan, từ đó giải quyết mâu thuẫn một cách hiệu quả.
* **Giúp phát triển bản thân:** Hiểu được tính chủ thể của tâm lý giúp ta rèn luyện và phát triển những phẩm chất tích cực như sự thấu hiểu, lòng vị tha, sự kiềm chế,...

**Câu 12 Năm 1920 ở Midnapore, Ấn Độ, giáo sỹ Reverend Jal Singh phát hiện có 2 em bé đầu tóc rũ rượi chạy theo bầy sói. Một bé tầm 18 tháng tuổi được đặt tên là Kamala, bé còn lại tầm 7-8 tuổi, được đặt tên là Amala. Khi đó, hành vi của 2 bé chẳng khác gì so với loài sói. Các em không thích mặc áo quần và thường cào xé nếu phải mặc; không ngủ giường mà chỉ nằm úp dưới sàn nhà; thích ăn thịt sống, thậm chí là thịt thối rữa; không biết nói mà chỉ có tiếng hú của loài sói; không có dáng đi thẳng đứng…**

**Em có nhận xét gì về sự phát triển tâm lý của Amala và Kamala trong câu**

**chuyện nêu trên? Từ ví dụ nêu trên, hãy trình bày quan điểm của tâm lý học Mác-xít về bản chất xã hội của tâm lý người.**

**Nhận xét về sự phát triển tâm lý của Amala và Kamala**

**1. Ảnh hưởng của môi trường sống:**

* Amala và Kamala bị tách khỏi xã hội loài người từ khi còn rất nhỏ, thiếu đi sự tác động và giáo dục của con người.
* Do đó, sự phát triển tâm lý của hai bé bị ảnh hưởng mạnh mẽ bởi môi trường sống hoang dã cùng bầy sói.
* Các em thể hiện những hành vi bản năng giống như loài sói: đi bằng tứ chi, thích ăn thịt sống, hú thay vì nói chuyện, v.v.
* Việc thiếu đi sự tương tác xã hội và ngôn ngữ cũng khiến cho sự phát triển nhận thức và tư duy của hai bé bị hạn chế.

**2. Giai đoạn phát triển tới hạn:**

* Theo quan điểm tâm lý học, giai đoạn đầu đời đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành tính cách và nhận thức của con người.
* Giai đoạn này được gọi là "giai đoạn tới hạn", là khoảng thời gian mà con người cần tiếp xúc với những kích thích nhất định để phát triển bình thường.
* Trường hợp của Amala và Kamala cho thấy, nếu trẻ em không được tiếp xúc với môi trường xã hội và ngôn ngữ trong giai đoạn tới hạn, sự phát triển tâm lý của trẻ sẽ bị ảnh hưởng nghiêm trọng và khó có thể đảo ngược.

**3. Khả năng phục hồi:**

* Mặc dù đã được đưa về sống cùng con người, Amala và Kamala vẫn gặp nhiều khó khăn trong việc hòa nhập và thích nghi.
* Hai bé gặp bất ổn về mặt cảm xúc, thiếu kỹ năng giao tiếp và khó khăn trong việc học ngôn ngữ.
* Tuy nhiên, một số ghi chép cho thấy, hai bé đã có những tiến bộ nhất định trong việc học tập và giao tiếp sau một thời gian được giáo dục và chăm sóc.
* Điều này cho thấy, khả năng phục hồi của con người, đặc biệt là trẻ em, là rất đáng kể, miễn là được cung cấp môi trường sống phù hợp và sự hỗ trợ cần thiết.

**Quan điểm của tâm lý học Mác-xít về bản chất xã hội của tâm lý người**

**1. Tâm lý là sản phẩm của xã hội:**

* Tâm lý học Mác-xít khẳng định rằng, tâm lý con người không phải là bẩm sinh mà là sản phẩm của xã hội.
* Quá trình hình thành tâm lý gắn liền với quá trình hoạt động thực tiễn và giao tiếp xã hội của con người.
* Những yếu tố như văn hóa, giáo dục, môi trường sống đóng vai trò quan trọng trong việc định hình tâm lý cá nhân.

**2. Vai trò của hoạt động:**

* Hoạt động là yếu tố cơ bản thúc đẩy sự phát triển tâm lý của con người.
* Thông qua hoạt động, con người tác động đến thế giới xung quanh và đồng thời cũng tác động đến bản thân mình.
* Quá trình lao động, học tập, sáng tạo góp phần hình thành những phẩm chất, năng lực và giá trị tinh thần của con người.

**3. Tính xã hội hóa của tâm lý:**

* Tâm lý con người mang tính xã hội hóa cao.
* Con người không thể phát triển tâm lý bình thường nếu thiếu đi sự tác động và giáo dục của xã hội.
* Mối quan hệ giữa cá nhân và xã hội đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành nhân cách và nhận thức của con người.

**4. Ví dụ:**

* Trường hợp của Amala và Kamala là minh chứng rõ ràng cho quan điểm của tâm lý học Mác-xít về bản chất xã hội của tâm lý người.
* Hai bé bị tách khỏi xã hội loài người từ nhỏ, thiếu đi sự tác động và giáo dục, dẫn đến sự phát triển tâm lý lệch lạc.
* Khi được đưa về sống cùng con người, hai bé gặp nhiều khó khăn trong việc hòa nhập và thích nghi, cho thấy tầm quan trọng của môi trường xã hội đối với sự phát triển tâm lý của con người

**Câu 13** ***"H bắt đầu ngồi xuống bàn học. Cô nghĩ lại và thấy xấu hổ về chuyện trên lớp sáng nay. Cô đã không trả lời được câu hỏi được cho là rất đơn giản của cô giáo. Cô bắt đầu đắm chìm vào các suy nghĩ không đầu không cuối. Cảm giác lo âu cứ thế tăng dần. Bỗng tiếng chuông cửa reo lên làm cô giật mình. Lúc đó, cô mới phát hiện ra hàng chục sợi tóc đã bị cô nhổ xuống. Một cảm giác thất vọng cùng cực*. *Những lúc căng thẳng, H thường có thói quen nhổ tóc như thế."***

**\*Bằng những hiểu biết về các cấp độ của ý thức, hãy phân tích về hành vi nhổ tóc của H trong tình huống trên.**

**Phân tích hành vi nhổ tóc của H trong tình huống trên bằng các cấp độ của ý thức**

**1. Mức độ ý thức**

* **Vô thức:** H không nhận thức được hành vi nhổ tóc của mình cho đến khi nhìn thấy những sợi tóc trên bàn.
* **Tiềm thức:** H có thể nhận thức được cảm giác lo lắng và bực bội, nhưng không nhận thức được mối liên hệ giữa những cảm xúc này và hành vi nhổ tóc.
* **Có ý thức:** H nhận ra rằng mình đã nhổ tóc khi nhìn thấy những sợi tóc trên bàn và cảm thấy xấu hổ về hành vi của mình.

**2. Phân tích hành vi**

* **Hành vi nhổ tóc** là một **phản ứng phòng vệ** trước những cảm xúc tiêu cực như lo lắng, bực bội, xấu hổ.
* Khi H cảm thấy căng thẳng, cô ấy có thể **tự động** nhổ tóc mà không cần suy nghĩ hay ý thức.
* Hành vi này có thể mang lại cho H cảm giác **thoải mái tạm thời** bằng cách giúp cô ấy **xao nhãng** khỏi những cảm xúc tiêu cực.

**3. Các cấp độ ý thức liên quan**

* **Vô thức:** Hành vi nhổ tóc bắt đầu ở mức độ vô thức, khi H không nhận thức được việc mình đang làm.
* **Tiềm thức:** Khi H bắt đầu nhận thức được cảm xúc lo lắng và bực bội, hành vi nhổ tóc có thể trở thành một hành vi **tiềm thức**, nơi H thực hiện hành vi mà không cần suy nghĩ có ý thức.
* **Có ý thức:** Khi H nhận ra rằng mình đã nhổ tóc và cảm thấy xấu hổ về hành vi của mình, hành vi nhổ tóc trở thành một hành vi **có ý thức**.

**4. Kết luận**

Hành vi nhổ tóc của H là một ví dụ về cách **cảm xúc** có thể ảnh hưởng đến **hành vi** của chúng ta, ngay cả khi chúng ta không nhận thức được điều đó. Hiểu được các cấp độ khác nhau của ý thức có thể giúp chúng ta hiểu rõ hơn về hành vi của bản thân và tìm ra những cách lành mạnh hơn để đối phó với những cảm xúc tiêu cực.

**Câu 14 *M – 9 tuổi, là học sinh lớp 4 thường bị đánh giá là học sinh cá biệt. Em thường không ngồi yên một chỗ, hay nói chuyện riêng, hay lấy đồ của bạn. Có lúc bị bạn bè chọc giận, M thường đứng lên đánh bạn, ngay cả khi đó là lúc cô giáo đang giảng bài. Khi cô giáo chủ nhiệm đến gặp phụ huynh của M mới biết rằng em đã được đi thăm khám và được chẩn đoán rối loạn tăng động giảm chú ý.***

**Bằng những kiến thức về cấu trúc của ý thức, bạn hãy phân tích về hành vi của M trong tình huống nêu trên. Nếu bạn là thầy/cô giáo trong trường hợp trên, bạn nghĩ vấn đề của M nên được nhìn nhận như thế nào?**

**Phân tích hành vi của M trong tình huống trên bằng cấu trúc của ý thức**

**Cấu trúc của ý thức bao gồm:**

* **Ý thức:** Là phần nhận thức được của tâm trí, bao gồm những suy nghĩ, cảm xúc và cảm giác hiện tại của chúng ta.
* **Tiềm thức:** Là phần ẩn giấu của tâm trí, bao gồm những ký ức, suy nghĩ và cảm xúc mà chúng ta không nhận thức được.
* **Vô thức:** Là phần sâu thẳm nhất của tâm trí, chứa đựng những bản năng và xung động nguyên thủy.

**Phân tích hành vi của M:**

* **M thường không ngồi yên một chỗ, hay nói chuyện riêng, hay lấy đồ của bạn:** Đây là những biểu hiện của sự **thiếu tập trung** và **hiếu động**, có thể là do **rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD)**.
* **Có lúc bị bạn bè chọc giận, M thường đứng lên đánh bạn, ngay cả khi đó là lúc cô giáo đang giảng bài:** Đây là biểu hiện của sự **thiếu kiểm soát hành vi** và **bốc đồng**, cũng có thể là do ADHD.

**Hành vi của M có thể được giải thích như sau:**

* **Rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD)** có thể ảnh hưởng đến khả năng tập trung, kiểm soát hành vi và điều chỉnh cảm xúc của M.
* Khi M **không thể tập trung** trong lớp học, em có thể **nói chuyện riêng** hoặc **lấy đồ của bạn**.
* Khi M cảm thấy **bực bội** hoặc **tức giận**, em có thể **đánh bạn**, ngay cả khi không có lý do chính đáng.

**Nếu là thầy/cô giáo trong trường hợp trên, tôi sẽ:**

* **Trao đổi với phụ huynh của M** về chẩn đoán ADHD của em và thảo luận về các biện pháp hỗ trợ phù hợp tại trường học.
* **Tạo môi trường học tập** phù hợp với nhu cầu của M, ví dụ như cho phép em di chuyển xung quanh lớp học hoặc cho em những hoạt động kích thích để tập trung.
* **Áp dụng các biện pháp kỷ luật tích cực**, giúp M hiểu được hành vi của mình và khuyến khích em tự điều chỉnh hành vi.
* **Làm việc với chuyên gia tâm lý** để hỗ trợ M trong việc điều trị ADHD và phát triển các kỹ năng xã hội.

**Câu 15 "*Nhà trường chỉ cho chúng ta chiếc chìa khóa tri thức, học trong cuộc sống là công việc cả đời*" – Bill Gates**

**Bằng những hiểu biết của mình về vai trò của hoạt động và giao tiếp đối với sự hình thành và phát triển tâm lý, bạn hãy phân tích câu nói trên. Trên cơ sở đó, bạn hãy rút ra những bài học vận dụng cho bản thân.**

**Phân tích câu nói "Nhà trường chỉ cho chúng ta chiếc chìa khóa tri thức, học trong cuộc sống là công việc cả đời"**

**Câu nói của Bill Gates khẳng định hai điều quan trọng:**

1. **Vai trò của nhà trường:** Nhà trường đóng vai trò quan trọng trong việc cung cấp cho học sinh kiến thức và kỹ năng nền tảng để phát triển. Tuy nhiên, kiến thức mà nhà trường cung cấp chỉ là "chiếc chìa khóa" mở ra cánh cửa tri thức, chứ không phải là toàn bộ tri thức cần thiết cho cuộc sống.
2. **Học tập suốt đời:** Quá trình học tập không chỉ diễn ra trong phạm vi nhà trường mà còn tiếp tục trong suốt cuộc đời. Con người cần không ngừng học hỏi để thích nghi với những thay đổi của xã hội và phát triển bản thân.

**Phân tích vai trò của hoạt động và giao tiếp đối với sự hình thành và phát triển tâm lý:**

* **Hoạt động:**
  + Hoạt động là yếu tố cơ bản thúc đẩy sự phát triển tâm lý của con người.
  + Thông qua hoạt động, con người tác động đến thế giới xung quanh và đồng thời cũng tác động đến bản thân mình.
  + Quá trình lao động, học tập, sáng tạo góp phần hình thành những phẩm chất, năng lực và giá trị tinh thần của con người.
* **Giao tiếp:**
  + Giao tiếp là quá trình trao đổi thông tin, tư tưởng, tình cảm giữa con người với nhau.
  + Giao tiếp đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành và phát triển nhân cách, nhận thức và cảm xúc của con người.
  + Thông qua giao tiếp, con người học hỏi kinh nghiệm, giá trị sống và phát triển kỹ năng xã hội.

**Bài học vận dụng cho bản thân:**

* **Tận dụng tối đa cơ hội học tập tại nhà trường:**
  + Chăm chỉ học tập, tích cực tham gia các hoạt động giáo dục và rèn luyện kỹ năng.
  + Tìm hiểu kiến thức sâu rộng ngoài sách giáo khoa.
  + Phát triển tư duy phản biện và khả năng tự học.
* **Học tập suốt đời:**
  + Coi học tập là một quá trình không ngừng nghỉ.
  + Luôn cập nhật kiến thức mới, học hỏi những điều mới mẻ.
  + Tham gia các khóa học, hội thảo,研讨会 để nâng cao kiến thức và kỹ năng.
* **Rèn luyện kỹ năng giao tiếp:**
  + Giao tiếp cởi mở, chân thành và hiệu quả.
  + Lắng nghe tích cực và tôn trọng ý kiến của người khác.
  + Phát triển kỹ năng thuyết trình, đàm phán và giải quyết mâu thuẫn.

**Kết luận:**

Câu nói của Bill Gates là lời nhắc nhở quan trọng về tầm quan trọng của việc học tập suốt đời. Để thành công trong cuộc sống, mỗi cá nhân cần trang bị cho mình kiến thức và kỹ năng cần thiết, đồng thời không ngừng học hỏi và phát triển bản thân.

**Câu 16 *"Khi ta ở chỉ là nơi đấy ở***

***Khi ta đi đất bỗng hóa tâm hồn"***

**(Tiếng hát con tàu – Chế Lan Viên)**

**Quy luật nào của đời sống tình cảm thể hiện trong hai câu thơ trên. Trong thực tiễn đời sống, quy luật đó đã chi phối và ảnh hưởng đến con người như thế nào ? Việc hiểu về quy luật này giúp ích gì cho các bạn trong cuộc sống và công việc ?**

**Phân tích hai câu thơ và quy luật đời sống tình cảm**

**1. Hai câu thơ thể hiện quy luật:**

* Quy luật **"gắn bó - xa cách"** trong đời sống tình cảm.

**2. Giải thích quy luật:**

* **Gắn bó:** Khi ta ở một nơi, ta gắn bó với nơi ấy bằng những ký ức, cảm xúc và trải nghiệm. Ta yêu thương, trân trọng và cảm thấy có sự kết nối sâu sắc với nơi ấy.
* **Xa cách:** Khi ta rời xa nơi ấy, ta bắt đầu cảm nhận sâu sắc hơn về giá trị và ý nghĩa của nó. Nơi ấy trở thành một phần tâm hồn ta, gợi nhớ về những kỷ niệm đẹp đẽ và khơi dậy những cảm xúc đặc biệt.

**3. Biểu hiện trong thực tế:**

* **Tình yêu quê hương:** Khi ta xa quê hương, ta càng nhớ nhung và yêu thương quê hương hơn. Quê hương trở thành một phần không thể thiếu trong tâm hồn ta, là nguồn động lực để ta phấn đấu và cống hiến.
* **Tình bạn, tình yêu:** Khi ta xa cách những người thân yêu, ta càng trân trọng và gìn giữ những mối quan hệ ấy. Khoảng cách địa lý không thể xóa nhòa đi những tình cảm đẹp đẽ, mà còn khiến ta thêm yêu thương và trân trọng những người quan trọng trong đời.
* **Ký ức tuổi thơ:** Khi ta trưởng thành, ta thường nhớ về tuổi thơ với những kỷ niệm đẹp đẽ và hồn nhiên. Tuổi thơ trở thành một phần không thể thiếu trong tâm hồn ta, là nguồn động lực để ta vượt qua những khó khăn và thử thách trong cuộc sống.

**4. Lợi ích của việc hiểu quy luật:**

* **Giúp ta trân trọng những gì mình đang có:** Khi ta hiểu được quy luật "gắn bó - xa cách", ta sẽ biết trân trọng những gì mình đang có, đặc biệt là những người thân yêu, quê hương và những kỷ niệm đẹp đẽ trong đời.
* **Giúp ta sống trọn vẹn từng khoảnh khắc:** Biết rằng thời gian trôi đi nhanh chóng và mọi thứ đều có thể thay đổi, ta sẽ trân trọng từng khoảnh khắc trong cuộc sống và sống trọn vẹn với hiện tại.
* **Giúp ta mạnh mẽ và vượt qua khó khăn:** Khi ta xa cách những người thân yêu hoặc gặp phải những khó khăn thử thách, ta sẽ nhớ về những kỷ niệm đẹp đẽ và những giá trị tốt đẹp để lấy lại động lực và vượt qua khó khăn.

**Kết luận:**

Hai câu thơ của Chế Lan Viên đã thể hiện một quy luật sâu sắc trong đời sống tình cảm con người. Hiểu được quy luật này sẽ giúp ta sống trân trọng, yêu thương và có ý nghĩa hơn.

**Câu 17**

**"*Giận cá chém thớt*" là hiện tượng thường thấy trong đời sống. Hãy cho biết, quy luật nào của đời sống tình cảm thể hiện trong câu nói trên? Bạn thường làm gì để kiểm soát cảm xúc và hạn chế các biểu hiện tiêu cực do "giận cá chém thớt" mang lại?**

**Quy luật đời sống tình cảm thể hiện trong câu nói "Giận cá chém thớt"**

Câu nói "Giận cá chém thớt" thể hiện quy luật **"lây lan của cảm xúc"** trong đời sống tình cảm.

**Giải thích quy luật:**

* Cảm xúc của con người có thể lây lan từ người này sang người khác. Khi một người có cảm xúc mạnh mẽ, ví dụ như tức giận, buồn bã, lo lắng, v.v., cảm xúc này có thể ảnh hưởng đến những người xung quanh, khiến họ cũng có những cảm xúc tương tự.
* Hiện tượng này thường xảy ra khi những người có mối quan hệ thân thiết hoặc có sự liên kết mật thiết với nhau.

**Biểu hiện của "giận cá chém thớt":**

* Khi một người đang tức giận, họ có thể dễ dàng nổi cáu với những người xung quanh, dù những người này không liên quan gì đến nguyên nhân khiến họ tức giận.
* Cảm xúc tiêu cực của họ có thể ảnh hưởng đến tâm trạng và hành vi của những người xung quanh, tạo ra bầu không khí căng thẳng và khó chịu.

**Cách kiểm soát cảm xúc và hạn chế "giận cá chém thớt":**

* **Nhận thức được cảm xúc của bản thân:** Khi bạn cảm thấy tức giận, hãy dành thời gian để nhận thức được cảm xúc của mình. Hiểu rõ nguyên nhân khiến bạn tức giận sẽ giúp bạn kiểm soát cảm xúc tốt hơn.
* **Tách biệt bản thân khỏi tình huống:** Nếu bạn cảm thấy quá tức giận, hãy tạm thời tách biệt bản thân khỏi tình huống khiến bạn bực bội. Việc này sẽ giúp bạn bình tĩnh lại và suy nghĩ thấu đáo hơn trước khi hành động.
* **Tìm cách giải tỏa cảm xúc:** Có nhiều cách để giải tỏa cảm xúc tiêu cực, ví dụ như tập thể dục, nghe nhạc, trò chuyện với bạn bè hoặc chuyên gia tâm lý.
* **Luyện tập thiền định:** Thiền định có thể giúp bạn rèn luyện khả năng kiểm soát cảm xúc và suy nghĩ, đồng thời giúp bạn bình tĩnh và thư giãn hơn.
* **Giao tiếp hiệu quả:** Khi bạn cảm thấy bực bội, hãy cố gắng giao tiếp hiệu quả với người khác. Nêu rõ cảm xúc của bạn một cách bình tĩnh và tôn trọng, đồng thời tránh đổ lỗi hoặc trách móc người khác.

**Câu 18**

**"*Gần mực thì đen, gần đèn thì rạng*" – Tục ngữ -**

* **Bằng hiểu biết của mình về các yếu tố ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển nhân cách, bạn hãy đưa ra ý kiến của mình về câu tục ngữ trên. Theo bạn, yếu tố nào đóng vai trò quyết định đối với sự hình thành và phát triển nhân cách của con người? Tại sao?**

**Ý kiến về câu tục ngữ "Gần mực thì đen, gần đèn thì rạng"**

Câu tục ngữ "Gần mực thì đen, gần đèn thì rạng" là lời khuyên răn sâu sắc về tầm quan trọng của môi trường sống đối với sự hình thành và phát triển nhân cách con người.

**Môi trường sống** bao gồm những yếu tố khách quan và chủ quan xung quanh con người, tác động đến sự phát triển của họ về cả thể chất lẫn tinh thần.

**Các yếu tố ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển nhân cách:**

* **Gia đình:** Gia đình là môi trường đầu tiên và quan trọng nhất ảnh hưởng đến sự hình thành nhân cách của con người. Môi trường gia đình tốt đẹp với cha mẹ giáo dục con cái bằng những giá trị đạo đức, lối sống lành mạnh sẽ giúp con người hình thành nhân cách tốt đẹp.
* **Nhà trường:** Nhà trường là môi trường giáo dục và rèn luyện con người, giúp con người tiếp thu kiến thức, kỹ năng và hình thành nhân cách. Môi trường giáo dục tốt với thầy cô giáo tận tâm, có tâm huyết sẽ giúp con người phát triển toàn diện.
* **Xã hội:** Xã hội là môi trường sống rộng lớn bao quanh con người, bao gồm các mối quan hệ xã hội, văn hóa, phong tục tập quán, v.v. Môi trường xã hội tốt đẹp với những giá trị đạo đức, lối sống lành mạnh sẽ giúp con người hình thành nhân cách tốt đẹp.
* **Bản thân:** Bản thân mỗi con người cũng là yếu tố quan trọng ảnh hưởng đến sự hình thành nhân cách. Ý chí, nghị lực, niềm tin và lối sống của mỗi cá nhân đóng vai trò quan trọng trong việc định hướng và phát triển nhân cách.

**Vai trò của môi trường sống đối với sự hình thành và phát triển nhân cách:**

* Môi trường sống có thể tác động tích cực hoặc tiêu cực đến sự hình thành và phát triển nhân cách của con người.
* Môi trường sống tốt đẹp sẽ giúp con người hình thành nhân cách tốt đẹp, rèn luyện những phẩm chất đạo đức cao quý.
* Môi trường sống phức tạp, tiêu cực có thể ảnh hưởng xấu đến sự phát triển nhân cách của con người, dẫn đến những hành vi sai trái, lệch lạc.

**Yếu tố quyết định đối với sự hình thành và phát triển nhân cách:**

Theo quan điểm của tôi, **bản thân mỗi con người** là yếu tố quyết định đối với sự hình thành và phát triển nhân cách.

**Lý do:**

* Môi trường sống chỉ là yếu tố bên ngoài, có thể tác động nhưng không thể quyết định hoàn toàn sự phát triển nhân cách của con người.
* Mỗi con người đều có khả năng tự ý thức, tự đánh giá và lựa chọn cho mình những hành vi, lối sống phù hợp.
* Ý chí, nghị lực, niềm tin và lối sống của mỗi cá nhân đóng vai trò quan trọng trong việc định hướng và phát triển nhân cách.

**Câu 19**

**“*Từ trực quan sinh động đến tư duy trừu tượng và từ tư duy trừu tượng đến thực tiễn, đó là con đường biện chứng của sự nhận thức chân lý, nhận thức thực tại khách quan*” (Lê-Nin)**

**Câu nói của Lê-Nin:** "Từ trực quan sinh động đến tư duy trừu tượng và từ tư duy trừu tượng đến thực tiễn, đó là con đường biện chứng của sự nhận thức chân lý, nhận thức thực tại khách quan" là một luận điểm quan trọng trong triết học Mác - Lênin về quá trình nhận thức chân lý.

**Phân tích:**

* **Từ trực quan sinh động đến tư duy trừu tượng:**
  + **Trực quan sinh động:** Là giai đoạn đầu tiên của quá trình nhận thức, khi con người tiếp xúc trực tiếp với các sự vật, hiện tượng thông qua các giác quan.
  + **Tư duy trừu tượng:** Là giai đoạn tiếp theo, khi con người phân tích, tổng hợp các thông tin thu thập được từ trực quan sinh động, hình thành nên những khái niệm, lý thuyết trừu tượng.
* **Từ tư duy trừu tượng đến thực tiễn:**
  + **Thực tiễn:** Là hoạt động thực tiễn của con người nhằm cải tạo thế giới khách quan.
  + **Kiểm nghiệm:** Khi các khái niệm, lý thuyết trừu tượng được đưa vào thực tiễn để kiểm nghiệm, con người có thể nhận thức được tính đúng sai, hiệu quả của chúng.
  + **Cải tiến:** Quá trình nhận thức chân lý là một quá trình không ngừng phát triển, con người luôn phải điều chỉnh, hoàn thiện các khái niệm, lý thuyết của mình dựa trên kết quả thực tiễn.

**Ý nghĩa:**

* Câu nói của Lê-Nin khẳng định rằng nhận thức chân lý là một quá trình biện chứng, phức tạp, không phải là sự thụ động tiếp thu thông tin mà là sự chủ động của con người trong việc tác động, cải tạo thế giới khách quan.
* Quá trình nhận thức chân lý bắt đầu từ trực quan sinh động, nhưng không dừng lại ở đó mà phải phát triển lên thành tư duy trừu tượng và được kiểm nghiệm qua thực tiễn.
* Thực tiễn là tiêu chí quan trọng để đánh giá tính đúng sai của nhận thức. Nhận thức chân lý phải được vận dụng vào thực tiễn để phục vụ cho cuộc sống con người.

**Liên hệ thực tế:**

* Trong học tập, nghiên cứu khoa học, chúng ta cần chú trọng đến việc kết hợp lý thuyết với thực tiễn.
* Cần có thái độ cầu thị, ham học hỏi, không ngừng trau dồi kiến thức và kỹ năng để nâng cao khả năng nhận thức chân lý.
* Cần có ý thức vận dụng những nhận thức đúng đắn vào thực tiễn để phục vụ cho sự phát triển của bản thân, gia đình và xã hội.