

**ĐẠI HỌC QUỐC GIA THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH
ĐẠI HỌC AN GIANG**



**TÀI LIỆU GIẢNG DẠY
TÂM LÝ HỌC ĐẠI CƯƠNG**

ThS. TRẦN THỊ HUYỀN

AN GIANG, THÁNG 09 NĂM 2021

CHƯƠNG 1: TÂM LÝ HỌC LÀ MỘT KHOA HỌC

MỤC TIÊU

Kiến thức: Trang bị cho sinh viên những hiểu biết cơ bản về đối tượng, nhiệm vụ, bản chất, chức năng, phân loại các hiện tượng tâm lý, phương pháp nghiên cứu tâm lý và biết được vị trí, vai trò của tâm lý học trong cuộc sống.

Kỹ năng: Vận dụng có hiệu quả các phương pháp nghiên cứu và vận dụng kiến thức tâm lý vào trong cuộc sống. Vận dụng các hiểu biết về khoa học tâm lý với tư cách là một khoa học vào việc phân tích, giải thích các hiện tượng tâm lý theo quan điểm khoa học.

Thái độ: Hình thành ở sinh viên thái độ nghiêm túc khi tiếp thu các kiến thức liên quan đến môn học.

I. ĐỐI TƯỢNG, NHIỆM VỤ CỦA TÂM LÝ HỌC

1. Tâm lý và tâm lý học

1.1 Tâm lý là gì

Người nguyên thủy có quan điểm cho rằng con người có hai phần: thể xác và tâm hồn. Tâm hồn chính là cội nguồn của tâm lý con người. Tâm hồn là bất tử, con người sau khi chết còn có cuộc sống của tâm linh.

Theo từ điển Tâm lý học (2008). Tâm lý là một thuộc tính đặc biệt của vật chất có tổ chức cao, là sự phản ánh hiện thực khách quan đảm bảo cho cơ thể sống có thể thích ứng với môi trường một cách hiệu quả.

Từ điển Tiếng Việt (1998) định nghĩa một cách tổng quát: “ Tâm lý là ý nghĩa, tình cảm, làm thành thế giới nội tâm, thế giới bên trong của con người”.

Trong cuộc sống hàng ngày, chữ tâm thường được sử dụng ghép với các từ khác. Ta thường có cụm từ tâm địa, tâm can, tâm tình, tâm trạng, tâm tư, được hiểu là lòng người thiên về mặt tình cảm. Như vậy tâm lý được dùng để chỉ những hiện tượng tinh thần của con người.

Khái niệm tâm lý trong tâm lý học bao gồm tất cả những hiện tượng tinh thần như cảm giác, tư duy, tình cảm hình thành trong đầu óc con người điều chỉnh, điều khiển mọi hoạt động của con người.

Như vậy: *Tâm lý là tất cả những hiện tượng tinh thần nảy sinh trong đầu óc con người, gắn liền và điều hành mọi hành động, hoạt động của con người.*

1.2 Tâm lý học là gì?

Tâm lý học là một ngành khoa học nghiên cứu về tất cả các hiện tượng tinh thần xảy ra trong đầu óc của con người, gắn liền và điều chỉnh mọi hoạt động của con người. Nó nghiên cứu sự nảy sinh, quá trình hình thành và phát triển cũng như cơ chế hình thành của các hiện tượng tâm lý.

2. Vài nét về lịch sử hình thành và phát triển Tâm lý học

2.1. Tâm lý học thời cổ đại

Khái niệm tâm hồn được hệ thống hoá lần đầu tiên trong các tác phẩm triết học Hy Lạp cổ đại. Những tri thức đầu tiên về tâm lý con người đã được phản ánh trong cả hệ tư tưởng triết học duy tâm và duy vật

a) Quan niệm tâm lý người trong hệ tư tưởng triết học duy tâm

Hệ tư tưởng duy tâm cho rằng “linh hồn” của con người là do các lực lượng siêu tự nhiên như Thượng Đế, Trời, Phật tạo ra. Linh hồn là cái thứ nhất, có trước, còn thế giới vật chất là cái thứ hai, có sau.

Tiêu biểu là nhà triết học duy tâm Platon (427- 347 TCN) cho rằng thế giới “ý niệm” là cái có trước, còn thế giới vật chất có sau và do thế giới “ý niệm” sinh ra. Linh hồn không gắn với thế giới hiện thực, nó gắn bó với cái gọi là “trí tuệ toàn cầu”. Con người chỉ cần nhớ lại. Nguồn gốc của thế giới chân thực là sự hồi tưởng của linh hồn con người đối với thế giới “ý niệm”.

Platon cho rằng tâm hồn là cái có trước, thực tại là cái có sau, tâm hồn do Thượng Đế sinh ra. Tâm hồn trí tuệ nằm ở trong đầu, tâm hồn dũng cảm nằm ở ngực và chỉ có ở tầng lớp quý tộc, tâm hồn khát vọng nằm ở bụng và chỉ có ở tầng lớp nô lệ.

Hoặc D. Hium (1811- 1916), một nhà duy tâm thuộc trường phái bất khả tri cho thế giới là những kinh nghiệm chủ quan, con người không thể nhận biết được tồn tại khách quan và phủ nhận cơ sở vật chất của sự vật.

b) Quan niệm tâm lý con người trong tư tưởng triết học duy vật.

Triết học duy vật cho rằng: tâm lý, tâm hồn là một, tâm lý gắn với thể xác. Tâm lý, tâm hồn đều cấu tạo từ vật chất.

Người đầu tiên bàn về tâm hồn là Arixtốt (384 – 322 TCN), ông cho rằng thể xác và tâm hồn là một, tâm hồn gắn với thể xác, nó là biểu hiện của tâm lý con người. Tâm hồn có 3 loại:

- Tâm hồn thực vật: có chung cả người và động vật, làm chức năng dinh dưỡng, vận động (Arixtốt gọi là tâm hồn cảm giác).

- Tâm hồn động vật có chung ở người và động vật làm chức năng cảm giác, vận động (còn gọi là tâm hồn cảm giác).

- Tâm hồn trí tuệ, chỉ có ở người (Arixtốt gọi là tâm hồn suy nghĩ). Để lý giải tâm hồn, Arixtốt đã đặt thế giới ấy trong mối quan hệ với cơ thể, trong môi trường chung quanh, tâm lý nảy sinh và phát triển trong cuộc sống, tâm lý là chức năng của cuộc sống và có thể quan sát được, tức là có thể nghiên cứu thế giới này mặc dù nó cực kỳ phức tạp.

Đại diện của quan điểm duy vật với tâm lý con người còn phải kể đến tên tuổi của các nhà triết học như:

Talét (Thế kỷ VII-VI TCN), Heraclit (Thế kỷ thứ VI- V TCN). Các nhà triết học này cho rằng tâm lý, tâm hồn cũng như vạn vật đều được cấu tạo từ vật chất như: nước, lửa, không khí, đất .

Đêmocrit (460-370 TCN): vạn vật đều do nguyên tử lửa tạo thành. Linh hồn, tâm hồn cũng do nguyên tử lửa tạo nên, nhưng đó là một loại nguyên tử rất tinh vi. Vật thể và linh hồn có lúc phải bị mất đi do nguyên tử bị tiêu hao.

Xôcrát (469-399 TCN) đã tuyên bố một câu nổi tiếng là “hãy tự biết mình”. Đây là một định hướng có giá trị to lớn cho tâm lý học: con người có thể và cần phải tự hiểu biết mình, tự nhận thức, tự ý thức về cái ta.

2.2 Những tư tưởng tâm lý học từ nửa đầu thế kỷ XIX trở về trước

Đến thế kỷ XVII, R. Đêcắc (1596-1650) đại diện cho phái nhị nguyên luận cho rằng vật chất và tâm hồn là hai thực thể song song tồn tại. Đêcắc cho rằng cơ thể con người phản xạ như một cái máy, còn tinh thần, tâm lý của con người thì không thể biết được. Tuy nhiên phát kiến của ông về phản xạ là một cống hiến to lớn cho tâm lý học khoa học lúc bấy giờ.

Sang thế kỷ XVIII, tâm lý học bắt đầu có tên gọi. Nhà triết học Đức Vônphơ đã chia nhân chủng học ra thành hai thứ khoa học, một là khoa học về cơ thể, hai là

khoa học về tâm lý học. Năm 1732, ông xuất bản cuốn “Tâm lý học kinh nghiệm”, sau đó hai năm (1734) ông cho ra đời cuốn “Tâm lý học lý trí”. Thế là tâm lý học ra đời từ đó .

Đến nửa thế kỷ XIX, L.Phơ bách đã có công đưa chủ nghĩa duy vật lên đỉnh cao thời bấy giờ. Ông là nhà duy vật lỗi lạc trước khi chủ nghĩa Mác ra đời. Theo ông, tinh thần, tâm lý không thể tách rời khỏi não người, nó là sản phẩm của thứ vật chất phát triển tới mức độ cao là bộ não người. Tâm lý là hình ảnh của thế giới khách quan.

c) Tâm lý học trở thành một khoa học độc lập

Các thành tựu của các khoa học ảnh hưởng đến sự ra đời của tâm lý học đó là:

- Học thuyết tiến hoá của Đacwin (Anh)
- Thuyết tâm sinh lý học giác quan của Hemhôn (Đức)
- Tâm vật lý học của Phécne và Vêbe (Đức), tâm lý học phát sinh phát triển của Gantôn (Anh)
- Các công trình nghiên cứu tâm thần học của Bác sỹ Saccô (Pháp).

Đối với tâm lý học thế kỷ XIX phải đặc biệt nhấn mạnh năm 1879 là năm tại thành phố Laixíc (nước Đức), nhà tâm lý học Vuntơ (1832-1920) đã thành lập phòng thí nghiệm đầu tiên trên thế giới. Một năm sau phòng thí nghiệm này đã chuyển thành viện tâm lý học đầu tiên trên thế giới, xuất bản các tạp chí tâm lý học. Từ vương quốc của chủ nghĩa duy tâm coi ý thức chủ quan là đối tượng của tâm lý học và con đường nghiên cứu tâm lý bằng phương pháp tự quan sát, nội quan chuyển sang con đường nghiên cứu ý thức một cách khách quan, bằng quan sát, phân tích, đo đạc.

Trong vòng 10 năm của đầu thế kỷ XX trên thế giới đã xuất hiện nhiều trường phái tâm lý học khách quan đó tâm lý học hành vi, tâm lý học Gestalt, tâm lý học Phorot.

3. Các quan điểm cơ bản trong tâm lý học hiện đại

3.1 Tâm lý học hành vi (Watson, 1878-1958, Mĩ)

Trường phái tâm lý học hành vi do nhà tâm lý học Mỹ J. Oatson (1878 - 1958) sáng lập. Ông cho rằng Tâm lý học không mô tả hay giảng giải các trạng thái ý thức, mà nghiên cứu hành vi của cơ thể con người cũng như ở động vật. Hành vi

này được hiểu là tổng số các cử động bề ngoài được nảy sinh để đáp ứng một kích thích nào đó. Toàn bộ hành vi, phản ứng của con người và động vật thể hiện bằng công thức:

S - R

(Stimulus - Reaction)

Kích thích - Phản ứng

Ưu điểm: Với công thức trên, J. Oatson đã nêu lên một quan điểm tiến bộ trong tâm lý học: coi hành vi là do ngoại cảnh quyết định, hành vi có thể quan sát được, nghiên cứu một cách khách quan, từ đó có thể điều khiển hành vi theo phương pháp “thử - sai”.

Nhược điểm: Chủ nghĩa hành vi quan niệm một cách cơ học, máy móc về hành vi, đánh đồng hành vi của con người với hành vi của con vật. Chủ nghĩa hành vi đồng nhất phản ứng với nội dung tâm lý bên trong làm mất tính chủ thể, tính xã hội của tâm lý con người, đồng nhất tâm lý con người với tâm lý con vật.

Đây chính là quan điểm tự nhiên chủ nghĩa, phi lịch sử và thực dụng.

Sau này, các đại biểu của chủ nghĩa hành vi mới như: Tonmen, Hulơ, Skinơ... có dựa vào công thức S - R nhưng “biến số trung gian” bao hàm một số yếu tố như: nhu cầu, trạng thái, chờ đón, kinh nghiệm của con người, hoặc hành vi tạo tác nhằm đáp lại những kích thích có lợi cho cơ thể, nhưng về cơ bản chủ nghĩa hành vi mới vẫn mang tính máy móc, thực dụng giống chủ nghĩa hành vi cổ điển của Oatson.

S - O - R

Trung gian

Ví dụ:

* Skinner đã dùng nguyên lý tăng cường để huấn luyện chim, bò câu, chuột. Để chuột công đói trong hộp Skinner chứa thức ăn nhưng không nhìn thấy được có gần đòn bẩy. Sau một thời gian chuột mò mẫm lấy chân thử ấn vào đòn bẩy lập tức thức ăn bật ra và từ đấy trở đi, khi nào đói chuột tiếp tục ấn chân vào đòn bẩy để lấy thức ăn.

3.2 Tâm lý học Gestalt (Tâm lý học cấu trúc)

Trường phái Tâm lý học Gestalt ra đời ở Đức, gắn liền với tên tuổi của Vécthaimơ (1880 - 1943), Côiơ (1887 - 1967), Côiơca (1886 - 1947). Họ đi sâu

nghiên cứu các quy luật về tính ổn định và tính trọn vẹn của tri giác, quy luật “bùng sáng” của tư duy.

Các nhà tâm lý học cấu trúc cho rằng bản chất hiện tượng tâm lý đều vốn có tính cấu trúc, vì vậy nghiên cứu phải theo xu hướng tổng thể với cả một cấu trúc chỉnh thể.

Đây là một trong những dòng tâm lý duy tâm khách quan chuyên nghiên cứu tri giác và ít nhiều nghiên cứu tư duy trong những mối liên hệ thực giữa sự vật được tri giác hay hoàn cảnh đòi hỏi tư duy với người tri giác hay tư duy. Nhờ vậy đã tìm ra tính chất ổn định của tri giác, quy luật hình thành nền trong tri giác, quy luật bổ sung khi tri giác, quy luật bùng hiểu trong tư duy. Các nhà tâm lý Gestalt ít chú ý đến vai của vốn kinh nghiệm sống, kinh nghiệm xã hội lịch sử.

3.3 Phân tâm học

Học thuyết này do S. Phrót (1859 - 1939), bác sĩ người Áo xây dựng nên. Luận điểm cơ bản của Phrót tách con người thành ba khối: khối vô thức, khối tiền ý thức và khối ý thức.

Khối vô thức bao gồm những hiện tượng tâm lý ở tầng thấp nhất. Đó là những hiện tượng tâm lý hình thành từ bản năng không có sự tham gia điều khiển và kiểm soát của ý thức.

Khối tiền ý thức bao gồm những hiện tượng tâm lý phát triển cao hơn tầng vô thức nhưng do những ràng buộc và chi phối bởi các chuẩn mực đạo đức, gia đình, các chuẩn mực xã hội mà hầu hết các hiện tượng tâm lý này không vượt qua những “rào cản” này nên chúng lại trở về với vô thức.

Chỉ có rất ít những hiện tượng tâm lý có thể vượt qua “rào cản” và trở thành hiện tượng tâm lý “bùng sáng”. Những hiện tượng tâm lý này tạo ra tầng ý thức trong đời sống tâm lý của con người.

Khi nghiên cứu về nhân cách. S. Phrót cho rằng cấu trúc của nhân cách thành ba thành tố: cái ấy (cái vô thức), cái tôi và cái siêu tôi. Cái ấy bao gồm các bản năng vô thức: ăn uống, tình dục, tự vệ, trong đó bản năng tình dục giữ vai trò trung tâm quyết định toàn bộ đời sống tâm lý và hành vi của con người, cái ấy tồn tại theo nguyên tắc thỏa mãn và đòi hỏi. Cái tôi là con người thường ngày, con người có ý thức, tồn tại theo nguyên tắc hiện thực. Cái tôi có ý thức theo S. Phrót là cái tôi giả

hiệu, cái tôi bề ngoài của nhân lõi bên trong là “cái ấy”. Cái siêu tôi là cái siêu phạm, “cái tôi lí tưởng” không bao giờ vươn tới được và tồn tại theo nguyên tắc kiểm duyệt, chèn ép. Như vậy, Phân tâm học đã đề cao quá đáng cái bản năng vô thức, dẫn đến phủ nhận ý thức, phủ nhận bản chất xã hội, lịch sử của tâm lí con người, đồng nhất tâm lí của con người với tâm lí loài vật. Học thuyết Phorót là cơ sở ban đầu của chủ nghĩa hiện sinh, thể hiện quan điểm sinh vật hoá tâm lí con người.

3.4. Tâm lý học nhân văn

Đại biểu là C.Rôgiơ và H. Maslow. Họ cho rằng bản chất con người vốn là tốt đẹp, có lòng vị tha, có tiềm năng sáng tạo. Maslovv đã nêu lên 5 mức độ nhu cầu cơ bản của con người xét thứ tự từ thấp đến cao:

- ✓ Nhu cầu sinh lí cơ bản.
- ✓ Nhu cầu an toàn.
- ✓ Nhu cầu về quan hệ xã hội.
- ✓ Nhu cầu được kính nể, ngưỡng mộ...
- ✓ Nhu cầu phát huy bản ngã, thành đạt.

C. Rosers cho rằng, con người cần phải đối xử với nhau một cách tế nhị, cởi mở, biết lắng nghe và chờ đợi, cảm thông với nhau. Tâm lí học cần phải giúp cho con người tìm được bản ngã đích thực của mình để có thể sống một cách thoải mái, cởi mở, hồn nhiên và sáng tạo. Tuy nhiên, Tâm lí học nhân văn đề cao những điều cảm nghiệm, thể nghiệm chủ quan của bản thân mỗi người, tách con người khỏi các mối quan hệ xã hội, chú ý tới mặt nhân văn trừu tượng trong con người, vì thế thiếu vắng con người trong hoạt động thực tiễn.

Tuy nhiên tâm lý học nhân văn tách con người khỏi các mối quan hệ xã hội, chú ý tới mặt nhân văn trừu tượng trong con người. Họ không thấy được nguồn gốc hình thành tính nhân văn đó có ở hoạt động sống của mỗi người trong xã hội loài người, tách con người ra khỏi mối quan hệ xã hội.

3.5. Tâm lý học nhận thức

Hai đại biểu nổi tiếng của Tâm lí học nhận thức là J. Piaget (Thụy Sĩ) và Brunner (Anh). Tâm lí học nhận thức coi hoạt động nhận thức là đối tượng nghiên cứu của mình. Đặc điểm tiến bộ nổi bật của trường phái Tâm lí học này là nghiên

cứu tâm lí con người, nhận thức của con người trong mối quan hệ với môi trường, với cơ thể và với não bộ. Vì thế, họ đã phát hiện ra nhiều sự kiện khoa học có giá trị trong các vấn đề tri giác, trí nhớ, tư duy, ngôn ngữ... làm cho các lĩnh vực nghiên cứu nói trên đạt tới một trình độ mới. Đồng thời, họ cũng đã xây dựng được nhiều phương pháp nghiên cứu cụ thể đóng góp cho khoa học tâm lí ở những năm 50 - 60 của thế kỉ XX. Tuy nhiên, trường phái này cũng có những hạn chế như: Họ coi nhận thức của con người như là sự nỗ lực của ý chí, để đưa đến sự thay đổi vốn kinh nghiệm, vốn tri thức của chủ thể, nhằm thích nghi, cân bằng với thế giới, chưa thấy hết ý nghĩa tích cực, ý nghĩa thực tiễn của hoạt động nhận thức.

Tất cả những trường phái Tâm lí học nói trên đều có những đóng góp nhất định cho sự hình thành và phát triển của khoa học tâm lí. Song do những hạn chế lịch sử, họ thiếu một cơ sở phương pháp luận khoa học biện chứng, nên họ vẫn chưa có quan điểm đầy đủ và đúng đắn về con người, về hoạt động tâm lí của con người... Sự ra đời của Tâm lí học Mácxit hay còn gọi là Tâm lí học hoạt động đã góp phần đáng kể vào việc khắc phục hạn chế nói trên và tiếp tục đưa Tâm lí học lên đỉnh cao của sự phát triển.

3.6. Tâm lý học hoạt động

Dòng phái này do các nhà tâm lý học Liên Xô (cũ) như L.X.Vurgóttxky, X.L Lubinstein, A. Lêôchiép cùng với nhiều nhà tâm lý của Đức, Pháp, Bungari sáng lập. Trường phái này lấy triết học Mác-Lênin làm cơ sở lý luận và phương pháp luận, coi tâm lý là sự phản ánh hiện thực khách quan vào não thông qua hoạt động. Tâm lý người được hình thành trong hoạt động, giao tiếp và trong các mối quan hệ xã hội.

Tâm lí người mang tính chủ thể, có bản chất xã hội, tâm lí người được hình thành, phát triển và thể hiện trong hoạt động và trong các mối quan hệ giao lưu của con người trong xã hội. Chính vì thế, Tâm lí học Mácxit được gọi là “Tâm lí học hoạt động”.

4. Đối tượng, nhiệm vụ của tâm lý học

a) Đối tượng của tâm lý học

Trong tác phẩm Phép biện chứng của tự nhiên, Ph. Ăngghen đã chỉ rõ thế giới luôn luôn vận động, mỗi khoa học nghiên cứu một dạng vận động của thế giới. Các

khoa học phân tích các dạng vận động của thế giới tự nhiên thuộc nhóm khoa học tự nhiên. Các khoa học phân tích các dạng vận động của xã hội thuộc nhóm các khoa học xã hội. Các khoa học nghiên cứu các dạng vận động chuyển tiếp trung gian từ dạng vận động này sang dạng vận động kia được gọi là các khoa học trung gian, chẳng hạn Lí sinh học, Hoá sinh học, Tâm lí học... Trong đó, Tâm lí học nghiên cứu dạng vận động chuyển tiếp từ vận động sinh vật sang vận động xã hội, từ thế giới khách quan vào mỗi con người sinh ra hiện tượng tâm lí - với tư cách một hiện tượng tinh thần.

Trong lịch sử xa xưa của nhân loại, trong tiếng Latinh, “psyche” là “linh hồn”, “tinh thần” và “logos” là “học thuyết”, “khoa học”. Vì thế, “Tâm lí học” (Psychology) là khoa học về tâm hồn. Nói một cách khái quát nhất, tâm lí bao gồm tất cả những hiện tượng tinh thần xảy ra trong đầu óc con người, gắn liền và điều hành mọi hành động, hoạt động của con người. Các hiện tượng tâm lí đóng vai trò quan trọng đặc biệt trong đời sống con người, trong quan hệ giữa con người với con người và con người với cả xã hội loài người.

Như vậy, đối tượng của Tâm lí học là *các hiện tượng tâm lí với tư cách là một hiện tượng tinh thần do thế giới khách quan tác động vào não con người sinh ra, gọi chung là các hoạt động tâm lí.*

b) Nhiệm vụ của tâm lí học

Nhiệm vụ cơ bản của tâm lí học là nghiên cứu: Bản chất hiện tượng tâm lí, các quy luật nảy sinh và phát triển tâm lí, cơ chế diễn biến và thể hiện tâm lí, quy luật về mối quan hệ giữa các hiện tượng tâm lí. Cụ thể :

- + Những yếu tố khách quan, chủ quan nào đã tạo ra tâm lí người
- + Cơ chế hình thành và biểu hiện của hoạt động tâm lí
- + Tâm lí của con người hoạt động như thế nào
- + Chức năng vai trò của tâm lí đối với hoạt động của con người

Tóm lại có thể nêu ba nhiệm vụ cụ thể của tâm lí học.

- ✓ Nghiên cứu bản chất hoạt động tâm lí cả về số lượng lẫn chất lượng
- ✓ Phát hiện các qui luật nảy sinh, hình thành và phát triển tâm lí
- ✓ Tìm ra cơ chế diễn biến và thể hiện của các hiện tượng tâm lí

Trên cơ sở những thành tựu nghiên cứu, tâm lý học đưa ra những giải pháp hữu hiệu cho việc hình thành và phát triển tâm lý, sử dụng tâm lý trong nhân tố con người có hiệu quả nhất.

II. BẢN CHẤT, CHỨC NĂNG, PHÂN LOẠI HIỆN TƯỢNG TÂM LÝ NGƯỜI

1. Bản chất hiện tượng tâm lý

Chủ nghĩa duy vật biện chứng khẳng định: Tâm lí người là sự phản ánh hiện thực khách quan vào não người thông qua chủ thể, tâm lí người có bản chất xã hội - lịch sử.

a) Tâm lý người là sự phản ánh hiện thực khách quan vào não người thông qua chủ thể

- Hiện thực khách quan: là những cái tồn tại xung quanh chúng ta, có cái nhìn thấy được, có cái không nhìn thấy được .

- Phản ánh là thuộc tính chung của tất cả các sự vật, hiện tượng đang hành động. Phản ánh là quá trình tác động qua lại giữa hệ thống vật chất này lên hệ thống vật chất khác, kết quả là để lại dấu vết (hình ảnh) cả ở hệ thống vật chất tác động và hệ thống vật chất chịu sự tác động. (Ví dụ: viên phấn viết lên cái bảng...). Phản ánh diễn ra từ đơn giản đến phức tạp và có sự chuyển hóa lẫn nhau.

Viên phấn được dùng để viết lên bảng đen để lại vết phấn trên bảng và ngược lại bảng đen làm mòn (để lại vết) trên viên phấn (phản ánh cơ học).

Hệ thống khí hydrô tác động qua lại với hệ thống khí oxi, đó là phản ánh (phản ứng) hoá học để lại một vết chung của hai hệ thống là nước ($2H_2 + O_2 \rightarrow 2H_2O$).

Phản ánh diễn ra từ đơn giản đến phức tạp và có sự chuyển hoá lẫn nhau, từ phản ánh cơ, vật lí, hoá học đến phản ánh sinh vật và phản ánh xã hội, trong đó có phản ánh tâm lí.

Phản ánh tâm lí là một loại phản ánh đặc biệt:

Đó 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. Chỉ có hệ thần kinh và bộ não người mới có khả năng nhận tác động của hiện thực khách quan, tạo ra trên não hình ảnh tinh thần (tâm lí) chứa đựng trong vết vật chất, đó là các quá trình sinh lí, sinh hoá ở

trong hệ thần kinh vào não bộ, C. Mác (K. Marx) cho rằng, tinh thần, tư tưởng, tâm lí... chẳng qua là vật chất được chuyển vào trong đầu óc, biến đổi trong đó mà có.

Phản ánh tâm lí tạo ra “hình ảnh tâm lí” (“bản sao chép”, “bản chụp”) về thế giới. Hình ảnh tâm lí là kết quả của quá trình phản ánh thế giới khách quan vào não. Song hình ảnh tâm lí khác về chất so với các hình ảnh cơ học, vật lí, sinh vật ở những điểm sau:

- ✓ Hình ảnh tâm lí mang tính sinh động, sáng tạo. Ví dụ: hình ảnh tâm lí về cuốn sách trong đầu một người biết chữ khác xa về chất với hình ảnh vật lí có tính chất “chết cứng”, hình ảnh vật chất của chính cuốn sách đó có ở trong gương.

- ✓ Hình ảnh tâm lí mang tính chủ thể, mang đậm màu sắc cá nhân (hoặc nhóm người) mang hình ảnh tâm lí đó, hay nói cách khác, hình ảnh tâm lí là hình ảnh chủ quan về hiện thực khách quan. Tính chủ thể của hình ảnh tâm lí thể hiện cụ thể là: Mỗi chủ thể trong khi tạo ra hình ảnh tâm lí về thế giới đã đưa vốn hiểu biết, vốn kinh nghiệm, đưa cái riêng của mình (về nhu cầu, xu hướng, tính khí, năng lực)... vào trong hình ảnh đó, làm cho nó mang đậm màu sắc chủ quan.

Nói cách khác, con người phản ánh thế giới bằng hình ảnh tâm lí, thông qua “lăng kính chủ quan” của mình.

Tính chủ thể trong phản ánh tâm lí thể hiện ở những khía cạnh sau:

- ✓ Cùng nhận sự tác động của thế giới về một hiện thực khách quan nhưng ở những chủ thể khác nhau xuất hiện những hình ảnh tâm lí với những mức độ, sắc thái khác nhau.

- ✓ Cũng có khi cùng một hiện thực khách quan tác động vào một chủ thể duy nhất nhưng vào những thời điểm khác nhau, ở những hoàn cảnh khác nhau với trạng thái cơ thể, trạng thái tinh thần khác nhau, có thể cho ta thấy mức độ biểu hiện và các sắc thái tâm lí khác nhau ở chủ thể ấy.

- ✓ Chính chủ thể mang hình ảnh tâm lí là người cảm nhận, cảm nghiệm và thể hiện nó rõ nhất.

- ✓ Cuối cùng, thông qua các mức độ và sắc thái tâm lí khác nhau mà mỗi chủ thể tỏ thái độ, hành vi khác nhau đối với hiện thực.

Do đâu mà tâm lí người này khác tâm lí người kia về thế giới?

Điều đó 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. Đồng thời, mỗi người có một hoàn cảnh sống, điều kiện giáo dục khác nhau và đặc biệt là mỗi cá nhân thể hiện mức độ tích cực hoạt động, tích cực giao lưu không như nhau trong cuộc sống. Vì thế, tâm lý người này khác tâm lý người kia.

Từ luận điểm nói trên, chúng ta có thể rút ra một số kết luận thực tiễn sau:

✓ Tâm lý có nguồn gốc là thế giới khách quan, vì thế 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.

✓ Tâm lý người mang tính chủ thể, vì thế trong dạy học, giáo dục cũng như trong quan hệ ứng xử phải chú ý nguyên tắc sát đối tượng (chú ý đến cái riêng trong tâm lý mỗi người).

✓ Tâm lý là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp, vì thế phải tổ chức hoạt động và các quan hệ giao tiếp để nghiên cứu, hình thành và phát triển tâm lý con người.

b) Tâm lý người mang bản chất xã hội và có tính lịch sử:

Bản chất xã hội và tính lịch sử của tâm lý người thể hiện như sau:

**** Bản chất xã hội:***

Tâm lý người có nguồn gốc là thế giới khách quan, trong đó nguồn gốc xã hội là cái quyết định. Phần xã hội của thế giới quyết định tâm lý người thể hiện qua các quan hệ kinh tế xã hội, quan hệ đạo đức, pháp quyền, các mối quan hệ con người - con người... Các mối quan hệ trên quyết định bản chất tâm lý người.

Tâm lý người là sản phẩm hoạt động giao tiếp của con người trong các mối quan hệ xã hội.

Tâm lý của mỗi cá nhân là kết quả lĩnh hội tiếp thu vốn kinh nghiệm xã hội loài người, nền văn hoá xã hội thông qua hoạt động, giao tiếp, trong đó giáo dục giữ vai trò chủ đạo.

**** Tính chất lịch sử:***

Tâm lý con người hình thành, phát triển và biến đổi cùng với sự phát triển của lịch sử cá nhân, lịch sử dân tộc và cộng đồng. Vì vậy khi sinh ra là con người nhưng không sống trong xã hội loài người, trong các mối quan hệ người - người thì sẽ không có tâm lý người bình thường.

Từ những luận điểm trên cần chú ý nghiên cứu môi trường xã hội, các quan hệ xã hội để hình thành và phát triển tâm lý, cần tổ chức có hiệu quả hoạt động đa dạng ở từng giai đoạn lứa tuổi khác nhau giúp cho con người lĩnh hội nền văn hoá xã hội để hình thành và phát triển tâm lý con người.

2. Chức năng của tâm lý

- Chức năng định hướng: Thể hiện ở động cơ, mục đích khiến cho con người hoạt động như: nhu cầu, động cơ, niềm tin, lý tưởng, lương tâm, danh dự.

- Chức năng động lực: Đó là chức năng thôi thúc, lôi cuốn con người hoạt động, khắc phục mọi khó khăn vươn tới mục đích đề ra.

- Chức năng điều khiển: Chính nhờ chức năng này mà con người mới có mục đích, mục tiêu của cuộc sống, phải đặt ra kế hoạch, chương trình phấn đấu lâu dài mới đạt tới, làm cho hoạt động của con người trở nên có ý thức, đem lại hiệu quả nhất định.

- Chức năng kiểm tra điều chỉnh: là chức năng tự đánh giá kết quả hoạt động của con người so với yêu cầu, ý định đặt ra để xem mục đích hoạt động đã đạt đến đâu có gì cần phải điều chỉnh cho thích hợp.

3. Phân loại hiện tượng tâm lý

3.1 Dựa trên căn cứ khác nhau, có nhiều cách phân loại các hiện tượng tâm lý

Căn cứ vào thời gian tồn tại của hiện tượng tâm lý và vị trí tương đối của chúng trong nhân cách, có thể phân chia các hiện tượng tâm lý thành ba loại chính:

- ✓ Các quá trình tâm lý
- ✓ Các trạng thái tâm lý
- ✓ Các thuộc tính tâm lý

Các quá trình tâm lý là những hiện tượng tâm lý diễn ra trong thời gian tương đối ngắn, có mở đầu, diễn biến, kết thúc tương đối rõ ràng. Người ta thường phân biệt thành ba quá trình tâm lý: Các quá trình nhận thức, gồm cảm giác, tri giác, trí nhớ, tưởng tượng, tư duy; Các quá trình cảm xúc biểu thị sự vui mừng hay tức giận, dễ chịu hay khó chịu, nhiệt tình hay thờ ơ... Quá trình hành động ý chí.

Các trạng thái tâm lý là những hiện tượng tâm lý diễn ra trong thời gian tương đối dài, việc mở đầu và kết thúc không rõ ràng, như: chú ý, tâm trạng.

Các thuộc tính tâm lí là những hiện tượng tâm lí tương đối ổn định, khó hình thành và khó mất đi, tạo thành những nét riêng của nhân cách. Người ta thường nói tới bốn nhóm thuộc tính tâm lí cá nhân như: xu hướng, tính cách, khí chất và năng lực.

3.2. Căn cứ vào sự tham gia của ý thức

Các hiện tượng tâm lí có ý thức.

Các hiện tượng tâm lí chưa được ý thức.

Chúng ta có nhiều nhận biết về các hiện tượng tâm lí có ý thức (được nhận thức hay tự giác). Còn những hiện tượng tâm lí chưa được ý thức vẫn luôn diễn ra, nhưng ta không ý thức về nó, hoặc dưới ý thức, chưa kịp ý thức.

Một số tác giả nước ngoài còn chia ý thức thành hai mức:

✓ “Vô thức” là những lĩnh vực nằm ngoài ý thức, “khó lọt vào” lĩnh vực ý thức (một số bản năng vô thức, một số hành động lơ lờ, lơ chân tay, ngủ mơ, mộng du...).

✓ “Tiềm thức” là những hiện tượng bình thường nằm sâu trong ý thức, thỉnh thoảng trong những hoàn cảnh nhất định có thể được ý thức “chiều rọi” tới.

3.3 Căn cứ vào mức độ thể hiện qua hoạt động và sản phẩm hoạt động

Hiện tượng tâm lí sống động: thể hiện trong hành vi hoạt động.

Hiện tượng tâm lí tiềm tàng: thể hiện trong sản phẩm của hoạt động.

3.4 Căn cứ vào phạm vi ảnh hưởng đối với cá nhân hay xã hội

Hiện tượng tâm lí cá nhân.

Hiện tượng tâm lí xã hội (phong tục, tập quán, tín đồ, dư luận xã hội, tâm trạng xã hội, “mốt”,...)

Như vậy, thế giới tâm lí của con người vô cùng đa dạng và phức tạp. Các hiện tượng tâm lí có nhiều mức độ, cấp độ khác nhau, có quan hệ đan xen vào nhau, chuyển hoá cho nhau.

III. CÁC NGUYÊN TẮC VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU TÂM LÝ

1. Các nguyên tắc phương pháp luận

1.1 Nguyên tắc quyết định luận duy vật biện chứng

Nguyên tắc này khẳng định tâm lý có nguồn gốc là thế giới khách quan tác động vào bộ não của mỗi người, thông qua lăng kính chủ quan của con người. Tâm

lý định hướng, điều khiển, điều chỉnh hoạt động, hành vi của con người tác động trở lại thế giới, trong đó cái quyết định xã hội là quan trọng nhất.

1.2 Nguyên tắc thống nhất tâm lý, ý thức, nhân cách với hoạt động

Hoạt động là phương thức hình thành phát triển và thể hiện tâm lý, ý thức, nhân cách. Đồng thời tâm lý, ý thức, nhân cách là cái điều hành hoạt động thống nhất với nhau. Nguyên tắc này cũng khẳng định tâm lý luôn luôn vận động và phát triển. Cần phải nghiên cứu tâm lý trong sự vận động của nó.

1.3 Nghiên cứu các hiện tượng tâm lý trong sự vận động và phát triển không ngừng của chúng

Nguyên tắc này đòi hỏi phải xem xét nhìn nhận các hiện tượng tâm lý trong sự vận động và phát triển không ngừng. Không nên coi hiện tượng tâm lý là nhất thành bất biến.

1.4 Phải nghiên cứu tâm lý trong mối liên hệ giữa chúng với nhau và trong mối liên hệ với các hiện tượng tâm lý khác

Các hiện tượng tâm lý không tồn tại một cách biệt lập mà chúng quan hệ chặt chẽ với nhau bổ sung cho nhau và chuyển hoá lẫn nhau, đồng thời chúng còn chi phối và chịu sự chi phối của các hiện tượng khác.

1.5 Nguyên tắc đảm bảo tính khách quan

Đảm bảo tính khách quan trong nghiên cứu tâm lý là phải lấy chính các hiện tượng tâm lý làm đối tượng nghiên cứu. Nghiên cứu các hiện tượng tâm lý trong trạng thái tồn tại tự nhiên của nó, đảm bảo tính trung thực, không thêm bớt trong quá trình nghiên cứu.

2. Các phương pháp nghiên cứu tâm lý

2.1. Phương pháp quan sát

Quan sát là phương pháp nghiên cứu những biểu hiện bên ngoài của tâm lý con người (Hành vi, cử chỉ, nét mặt, lời nói, dáng điệu vv..) diễn ra trong điều kiện sinh hoạt tự nhiên, bình thường của họ để từ đó rút ra kết luận.

Quan sát là một loại tri giác có chủ định, cho phép chúng ta thu được nhiều tài liệu cụ thể, sinh động trực quan, khách quan trong các điều kiện tự nhiên của con người.

Quan sát có nhiều hình thức: quan sát toàn diện, quan sát bộ phận, quan sát có trọng điểm, quan sát trực tiếp hay gián tiếp và tự quan sát.

+ Muốn quan sát có hiệu quả cao cần chú ý những vấn đề sau đây:

- Xác định mục đích, nội dung, kế hoạch quan sát.
- Chuẩn bị chu đáo về mọi mặt.
- Tiến hành quan sát một cách cẩn thận và có hệ thống.
- Ghi chép tài liệu quan sát một cách khách quan, trung thực...

Ưu điểm: cho ta thu được các tài liệu cụ thể, khách quan, các thông tin thô.

Nhược điểm: là nó phụ thuộc khá lớn vào người tiến hành quan sát (trình độ, kinh nghiệm, tính trạng sức khỏe người quan sát). Đối với các biểu hiện tâm lý sâu kín của người quan sát (niềm tin, lý tưởng, thói quen, nguyện vọng vv..) rất có thể quan sát được.

2.2. Phương pháp thực nghiệm

Thực nghiệm là phương pháp tác động vào đối tượng một cách chủ động trong những điều kiện đã được khống chế, để gây ra ở đối tượng những biểu hiện cần nghiên cứu, có thể lặp đi lặp lại nhiều lần đo đạc định lượng, định tính một cách khách quan.

+ Thường có hai loại thực nghiệm:

- Thực nghiệm trong phòng thí nghiệm được thực hiện dưới điều kiện khống chế một cách nghiêm khắc các ảnh hưởng bên ngoài, chủ động tạo ra những điều kiện làm nảy sinh nội dung tâm lý cần nghiên cứu.

- Thực nghiệm tự nhiên được tiến hành trong điều kiện bình thường của cuộc sống. Khác với (quan sát, trong thực nghiệm tự nhiên, nhà nghiên cứu có thể chủ động gây ra những biểu hiện và diễn biến tâm lý bằng cách khống chế một số nhân tố không cần thiết cho việc nghiên cứu, làm nổi bật các yếu tố cần thiết của thực nghiệm.

Ngoài ra tùy theo mục đích, nhiệm vụ nghiên cứu thực nghiệm tự nhiên lại được phân thành hai loại.

* Thực nghiệm nhận định: là thực nghiệm nhằm xác định thực trạng vấn đề nghiên cứu ở một thời điểm cụ thể.

* Thực nghiệm hình thành: ở loại thực nghiệm này người nghiên cứu tiến hành các tác động giáo dục, rèn luyện nhằm hình thành một phẩm chất tâm lý nào đó ở đối tượng thực nghiệm.

2.3. Test (Trắc nghiệm)

Test là một phép thử để “đo lường” tâm lý đã được chuẩn hoá trước một số lượng người đủ tiêu biểu.

Test trọn bộ thường bao gồm bốn phần:

- Văn bản test
- Hướng dẫn quy trình tiến hành
- Hướng dẫn đánh giá
- Bản chuẩn hoá

Trong Tâm lý học đã có một hệ thống test về nhận thức, năng lực, nhân cách, chẳng hạn:

- Test trí tuệ của Binet - Simon
- Test trí tuệ của Wechsler
- Test trí tuệ của Raven
- Test nhân cách của Rorschach, Murray...

Ưu điểm cơ bản của test là:

- Có khả năng làm cho hiện tượng tâm lý cần đo được trực tiếp bộc lộ qua hành động giải bài tập test.
- Có khả năng tiến hành nhanh, tương đối đơn giản bằng giấy, bút, tranh vẽ.
- Có khả năng lượng hoá, chuẩn hoá chỉ tiêu tâm lý cần đo.

Tuy nhiên, test cũng có những khó khăn, hạn chế như:

- Khó soạn thảo một bộ test đảm bảo tính chuẩn hoá.
- Chủ yếu cho ta biết kết quả, ít bộc lộ quá trình suy nghĩ của nghiệm thể để đi đến kết quả.

Vì vậy, cần sử dụng phương pháp test như là một trong các cách chẩn đoán tâm lý con người ở một thời điểm nhất định.

2.4. Phương pháp đàm thoại (trò chuyện)

Là phương pháp nghiên cứu tâm lý con người thông qua việc trò chuyện chân tình, cởi mở với họ, nêu ra các câu gợi mở, các câu hỏi và dựa vào câu trả lời của họ nhằm thu thập thông tin về vấn đề nghiên cứu.

Ưu điểm: cho phép đi sâu nghiên cứu nội tâm con người mà ít chi phí tốn kém.

Nhược điểm: lệ thuộc khá lớn vào kinh nghiệm và khả năng tiếp xúc của người nghiên cứu, dễ xảy ra việc lòng ý chủ quan của người nghiên cứu qua trao đổi, không phải đối tượng nào cũng dễ dàng chấp nhận lối nghiên cứu này, độ chính xác không cao vì kết quả dựa vào những câu trả lời.

Khi đàm thoại muốn thu được tài liệu tốt nên:

- Xác định rõ mục đích yêu cầu (Vấn đề cần tìm hiểu).
- Tìm hiểu thông tin về một số đặc điểm của đối tượng.
- Có kế hoạch chủ động “lái hướng câu chuyện”.
- Cần linh hoạt, khéo léo tế nhị khi lái hướng câu chuyện, vừa giữ được logic tự nhiên vừa đáp ứng yêu cầu của người nghiên cứu.

2.5. Phương pháp điều tra (An kết)

Là phương pháp dùng một số câu hỏi nhất loạt đặt ra cho một số đối tượng nghiên cứu, nhằm thu thập ý kiến của họ về một số vấn đề nào đó. Có thể bằng các câu hỏi, hoặc trả lời miệng do người điều tra ghi lại.

+ Câu hỏi có thể là câu hỏi đóng (nhiều đáp án để chọn), hoặc câu hỏi mở để họ tự trả lời.

Ví dụ: Anh chị hãy cho biết lý do vì sao xin vào làm việc công ty này?

Bạn chọn và đánh dấu vào câu phù hợp:

- | | |
|-------------------------------|--------------------------|
| Vì được trả lương cao | <input type="checkbox"/> |
| Vì công việc phù hợp với bạn | <input type="checkbox"/> |
| Vì có nhiều cơ hội thăng tiến | <input type="checkbox"/> |
| Vì những lý do khác | <input type="checkbox"/> |

+ Dùng phương pháp điều tra có thể trong một thời gian ngắn thu thập được một số ý kiến của nhiều người nhưng là ý kiến chủ quan. Để có tài liệu tương đối

chính xác phải điều tra nhiều lần và cần soạn kỹ bản hướng dẫn điều tra viên theo yêu cầu cụ thể.

Ưu điểm: là thu thông tin khá nhanh và nhiều. Đảm bảo tự do tư tưởng cho người được hỏi, nhưng cần có sự hợp tác và trách nhiệm cao của người trả lời để thông tin được chính xác và khách quan.

Để phương pháp này đạt được hiệu quả cao khi sử dụng cần:

- Câu hỏi soạn thảo phải rõ ràng, dễ hiểu phù hợp với tình độ của đối tượng được nghiên cứu .

- Soạn kỹ bản hướng dẫn điều tra viên - người sẽ phổ biến câu hỏi điều tra cho các đối tượng .

- Khi xử lý số liệu cần dùng phương pháp toán xác suất thống kê để tránh sự sai sót.

2.6. Phương pháp phân tích kết quả hoạt động

Đó là phương pháp dựa vào kết quả sản phẩm hoạt động do con người làm ra để nghiên cứu các chức năng tâm lý của con người đó. Cần chú ý rằng kết quả các hoạt động phải được xem xét trong mối liên hệ với các điều kiện tiến hành hoạt động.

Ưu điểm là dễ thực hiện, vì sản phẩm của con người dễ dàng có thể lấy ra để quan sát và đánh giá, hơn nữa lại có thể cùng một lúc sử dụng nhiều người nghiên cứu mà không tốn kém.

Nhược điểm là người nghiên cứu phải giỏi nghiệp vụ mới đưa ra các kết luận bổ ích .

2.7. Phương pháp phân tích tiểu sử cá nhân

Đây là phương pháp nghiên cứu tâm lý gián tiếp thông qua hồ sơ, lý lịch lịch sử của người cần xem xét. Qua bản khai lý lịch quá trình công tác hoạt động trong quá khứ để dự đoán đặc điểm tâm lý của họ về các vấn đề cần quan tâm.

Ưu điểm là dễ thực hiện.

Nhược điểm là cần phải quản lý tốt hồ sơ, đồng thời lý lịch theo mẫu định sẵn chỉ có thể phản ánh một cách tổng quát theo một số nội dung nhất định nên khó phát hiện yếu tố tâm lý sâu sắc của họ.

Tóm lại: các phương pháp nghiên cứu tâm lý khá phong phú. Mỗi phương pháp đều có những ưu điểm và hạn chế nhất định. Vì vậy muốn nghiên cứu một chức năng tâm lý một cách khoa học cần:

- ✓ Sử dụng phương pháp nghiên cứu thích hợp với vấn đề nghiên cứu
- ✓ Sử dụng phối hợp và đồng bộ các phương pháp nghiên cứu để đem lại kết quả khoa học toàn diện.

CÂU HỎI, BÀI TẬP

Câu hỏi

1. Tâm lý và tâm lý học là gì?
2. Trình bày về sự hình thành và phát triển tâm lý học.
3. Đối tượng, nhiệm vụ của tâm lý học là gì?
4. Trình bày bản chất, chức năng, phân loại các hiện tượng tâm lý học.
5. Phân tích những đặc điểm cơ bản của hiện tượng tâm lý người.
6. Tại sao nói: Tâm lý học là một khoa học?
7. Trình bày các nguyên tắc của tâm lý học
8. Trình bày các phương pháp luận của việc nghiên cứu tâm lý?
9. Phương pháp điều tra bằng phiếu hỏi là gì?
10. Trong các hiện tượng dưới đây, những hiện tượng nào là sinh lý? Những hiện tượng nào là tâm lý?
 - a) Thần kinh căng thẳng như dây đàn sắp đứt
 - b) Tim đập như muốn nhảy ra khỏi lồng ngực
 - c) Ăn, ngủ đều kém
 - d) Bồn chồn như có hẹn với ai
11. Hiện tượng nào nói lên tâm lý có ảnh hưởng đến sinh lý?
 - a) Thẹn làm đỏ cả mặt
 - b) Giận run người
 - c) Sợ nổi da gà
 - d) Cả ba
12. Hiện tượng nào chứng tỏ sinh lý có ảnh hưởng tới tâm lý?
 - a) Lạnh làm run người

- b) Buồn rầu làm ngưng hệ tiêu hóa
- c) Tuyến nội tiết làm thay đổi tâm trạng
- d) Cả ba

13. Những hiện tượng nào dưới đây là hiện tượng tâm lý?

- a) Khóc đỏ cả mắt
- b) Thẹn đỏ cả mặt
- c) Tập thể dục buổi sáng
- d) Hồi hộp khi đi thi
- e) “Giận cá chém thớt”

14. Hãy xác định xem trong các tình huống dưới đây thuộc các hiện tượng tâm lý nào? Quá trình tâm lý, thuộc tính tâm lý cá nhân, hay trạng thái tâm lý? Tại sao?

- a) Học sinh B luôn cảm thấy hài lòng nếu bạn em trình bày đúng các kiến thức trong bài
- b) Học sinh C luôn thẳng thắn và công khai lên án các bạn có thái độ không trung thực trong thi cử
- c) Khi đọc cuốn sách “Sống như Anh”, bạn K nhớ lại hình ảnh chiếc cầu Công lý mà em có dịp đi qua khi vào thành phố Hồ Chí Minh.

15. Đây là quá trình tâm lý, trạng thái tâm lý, thuộc tính tâm lý trong các tình huống sau:

- a) Minh thoáng thấy vật gì đo đỏ lướt qua
- b) Cô ta do dự trước quyết định học thêm Pháp văn hay không
- c) Chị ấy luôn thích thú học môn thể dục thẩm mỹ
- d) Tôi chăm chú nghe giảng bài

16. Hiện tượng nào dưới đây là trạng thái tâm lý?

- a) Lạnh lạnh
- b) Căng thẳng
- c) Nhạy cảm
- d) Yêu đời

17. Thuộc tính tâm lý mang những đặc điểm nào dưới đây?

- a) Không thay đổi
- b) Tương đối ổn định, bền vững
- c) Thay đổi theo thời gian
- d) Đặc trưng cho mỗi cá thể và có tính độc đáo

18. Phân biệt những hiện tượng dưới đây, hiện tượng nào là một thuộc tính tâm lý, trạng thái tâm lý, quá trình tâm lý?

- a) Nghe và nghĩ về những điều thầy giảng
- b) Chăm chú ghi chép bài
- c) Trung thực, không quay cốp khi làm bài thi
- d) Giải bài tập

Bài tập:

Bài tập 1: Có người hỏi nhà thơ Xuân Diệu: “Nghe nói anh có nhiều phép bình thơ lắm. Anh có thể kể cho tôi nghe vài phép được không?”. Xuân Diệu kể: “Nhiều phép lắm, nhưng hiệu quả nhất là cứ nhìn vào gương mặt đẹp, một đôi mắt đẹp mà nói, như chỉ nói riêng với người ấy, cho người ấy, còn xung quanh đều là đá hết”.

Một tiến sĩ sinh học thỉnh thoảng được mời đi nói chuyện về khoa học. Một hôm đi nói chuyện về khoa học, anh đã buồn rầu kể lại: mình thật quá là ngốc, vừa rồi thử áp dụng phép bình thơ có hiệu quả nhất của nhà thơ Xuân Diệu, hy vọng bài nói chuyện sẽ hay hơn. Mình nhìn xuống thính giả thấy ngay ở hàng ghế đầu, một cô có đôi mắt tuyệt đẹp. Mình cố nhìn vào đó để nói, nói với người ấy, cho người ấy. Không ngờ đến cái nhìn thứ hai, cô ta ngược lên nhìn lại thì mình bị hoa mắt và mình vội nhìn đi chỗ khác, nhưng không kịp nữa rồi. Suốt cả một buổi nói chuyện như bị thôi miên. Buổi nói chuyện của mình hoàn toàn bị thất bại. Lúc ra về có tiếng xì xào: “Ông ấy chỉ nhìn vào cô ngồi ở hàng đầu thì còn tâm trí đâu mà nói chuyện khoa học nữa.

1. Giải thích tại sao tiến sĩ sinh học vận dụng kinh nghiệm của nhà thơ Xuân Diệu lại bị thất bại?

2. Để vận dụng thành công những kinh nghiệm hay trong học tập, công tác, trong quan hệ với mọi người cần chú ý đến những yếu tố nào?

3. Khi giải thích về hành vi của con người, có ba xu hướng rất phổ biến trong tâm lý học phương Tây.

- Xu hướng thứ nhất cho rằng, hành vi, tâm lý của con người là do bản năng sinh vật mà trước hết là bản năng tình dục quyết định.

- Xu hướng thứ hai lại cho rằng, hành vi, tâm lý của con người không có gì là bẩm sinh cả, mà mọi sự thể hiện hành vi đều là sản phẩm của kích thích từ bên ngoài. Con người vốn như một cái máy, phản ứng của họ đối với kích thích từ bên ngoài không phụ thuộc gì vào họ.

- Xu hướng thứ ba lại cho rằng, hoạt động tâm lý của con người gắn liền với các hoạt động, hành động. Tâm lý con người có được thông qua các hoạt động mà con người đó tham gia.

1. Nêu tên ba xu hướng trên trong tâm lý học.

2. Nêu tên các nhà khoa học đại diện cho ba xu hướng tâm lý nói trên. Phân tích nội dung cơ bản của ba xu hướng đó.

3. Anh/chị đồng tình với xu hướng nào? Vì sao?

Bài tập 2: Trong một cuốn sách cảm nang cổ về nhân tướng học người ta có dẫn ra trường hợp chọn công chúa của nữ hoàng Áo. Nữ hoàng đang muốn chọn công chúa cho con là đại quận công. Lần ấy công tước Hesen Dacstat dẫn ba cô con gái đến ra mắt nữ hoàng. Không hề nói một lời, nữ hoàng đã bèn chọn ngay cô con gái thứ hai chẳng lấy gì sắc nước hương trời cho lắm. Khi được hỏi tại sao chọn như vậy, nữ hoàng đáp: “Ta đứng trên cửa sổ nhìn cung cách các cô bước ra khỏi xe: cô cả vấp ngã, cô út nhảy qua bậc xe, cô giữa xuống xe bình thường. Nhìn như vậy thì biết cô cả kênh kiệu, khó gần, cô út lẳng lơ. Cô cả hướng nội, cô út hướng ngoại, còn cô thứ hai lại đoan chính.

1. Những yếu tố nào giúp cho nữ hoàng những khả năng kỳ diệu đó?

2. Gọi tên phương pháp nghiên cứu thể hiện trong câu chuyện trên đây?

3. Nêu ưu điểm, hạn chế của phương pháp nghiên cứu tâm lý đó?

Bài tập 3: Bạn hãy làm một thí nghiệm nhỏ như sau: Bạn vẩy một giọt mực vào tờ giấy trắng, rồi gấp đôi tờ giấy lại để có hai hình loang lổ đối xứng nhau qua đường gấp. Bạn hãy nhìn xem chúng giống cái gì? Thường thì ý kiến của họ không giống với ý kiến của bạn. Tại sao vậy? Có thể rút ra kết luận gì từ thí nghiệm này?

Bài tập 4: So sánh những lời phát biểu dưới đây về các phương pháp nghiên cứu tâm lý con người. Bạn đồng ý với lời phát biểu nào và không đồng ý với lời phát biểu nào? Giải thích vì sao đồng ý hay không đồng ý?

“Nguồn gốc duy nhất của sự nhận thức các hiện tượng tâm lý người là tự quan sát. Các hiện tượng tâm lý chỉ có thể được chính người đang trải nghiệm tâm lý nhận biết mà thôi, người khác không thể nhận thức được tâm lý của họ”.

Hoạt động tâm lý được biểu hiện một cách khách quan qua hoạt động, ngôn ngữ, cử chỉ, điệu bộ của con người. “Không được phán đoán về con người chỉ theo điều họ nói mà phải qua việc làm của họ”.

Bài tập 5: Dấu hiệu nào được nêu dưới đây là dấu hiệu của phương pháp quan sát, dấu hiệu nào là của phương pháp thực nghiệm?

1. Việc nghiên cứu được tiến hành trong những điều kiện tự nhiên.
2. Nhà nghiên cứu tác động chủ động, tích cực vào hiện tượng mà mình cần nghiên cứu.
3. Nghiệm thể không biết rằng mình trở thành đối tượng nghiên cứu.
4. Việc nghiên cứu được tiến hành trong các phòng thí nghiệm đặc biệt, có sử dụng các công cụ.

Bài tập 6: Hai câu thơ sau đây của Chủ tịch Hồ Chí Minh nói lên nguyên tắc cơ bản nào trong tâm lý học duy vật biện chứng?

“Ngủ thì ai cũng như lương thiện,
Tỉnh dậy phân ra kẻ dữ hiền”.

(Nửa đêm)

CHƯƠNG 2: CƠ SỞ TỰ NHIÊN VÀ CƠ SỞ XÃ HỘI CỦA TÂM LÝ NGƯỜI

MỤC TIÊU

Kiến thức: Trình bày được các quy luật hoạt động thần kinh cấp cao và mối quan hệ giữa chúng với hiện tượng tâm lý người. Trình bày được sự hình thành phản xạ có điều kiện, đường liên hệ thần kinh tạm thời và đường liên hệ ngược. Nhận ra các vùng chức năng cơ bản trên vỏ não. Lý giải một cách khoa học về những biểu hiện hành vi có ý nghĩa xã hội trong giao tiếp.

Kỹ năng: Vận dụng có hiệu quả các kiến thức đã học vào trong cuộc sống.

Thái độ: Hình thành ở sinh viên thái độ nghiêm túc khi tiếp thu các kiến thức liên quan đến môn học.

I. NÃO VÀ TÂM LÝ

Mối quan hệ giữa não và tâm lý là một trong những vấn đề cơ bản trong việc lý giải cơ sở tự nhiên, cơ sở vật chất của hiện tượng tâm lý người.

Song xung quanh mối quan hệ giữa tâm lý và não cũng có nhiều quan điểm khác nhau:

- Quan điểm tâm lý - vật lý song song: Ngay từ thời R.Đécac với các quan điểm nhị nguyên, các đại biểu của tâm lý học kinh nghiệm chủ nghĩa coi các quá trình sinh lý và tâm lý thường song song diễn ra trong não người, không phụ thuộc vào nhau, trong đó tâm lý được coi là hiện tượng phụ.

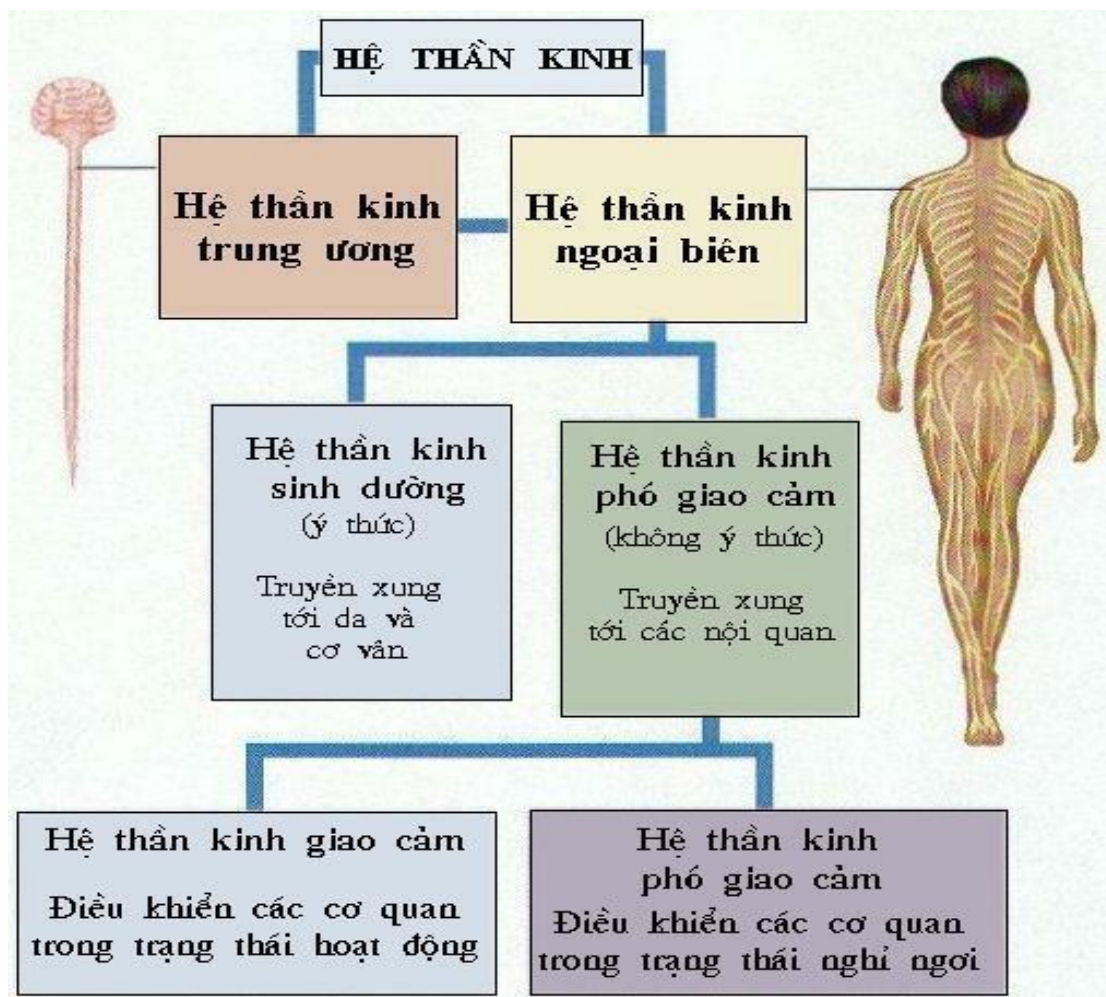
- Quan điểm đồng nhất tâm lý với sinh lý: Đại biểu chủ nghĩa duy vật tầm thường Đức (Phortxto, Molesot) cho rằng: Tư tưởng do não tiết ra giống như mật do gan tiết ra.

- Quan điểm duy vật: Coi tâm lý và sinh lý có quan hệ chặt chẽ với nhau, tâm lý có cơ sở vật chất là hoạt động của bộ não, nhưng tâm lý không song song hay không đồng nhất với sinh lý.

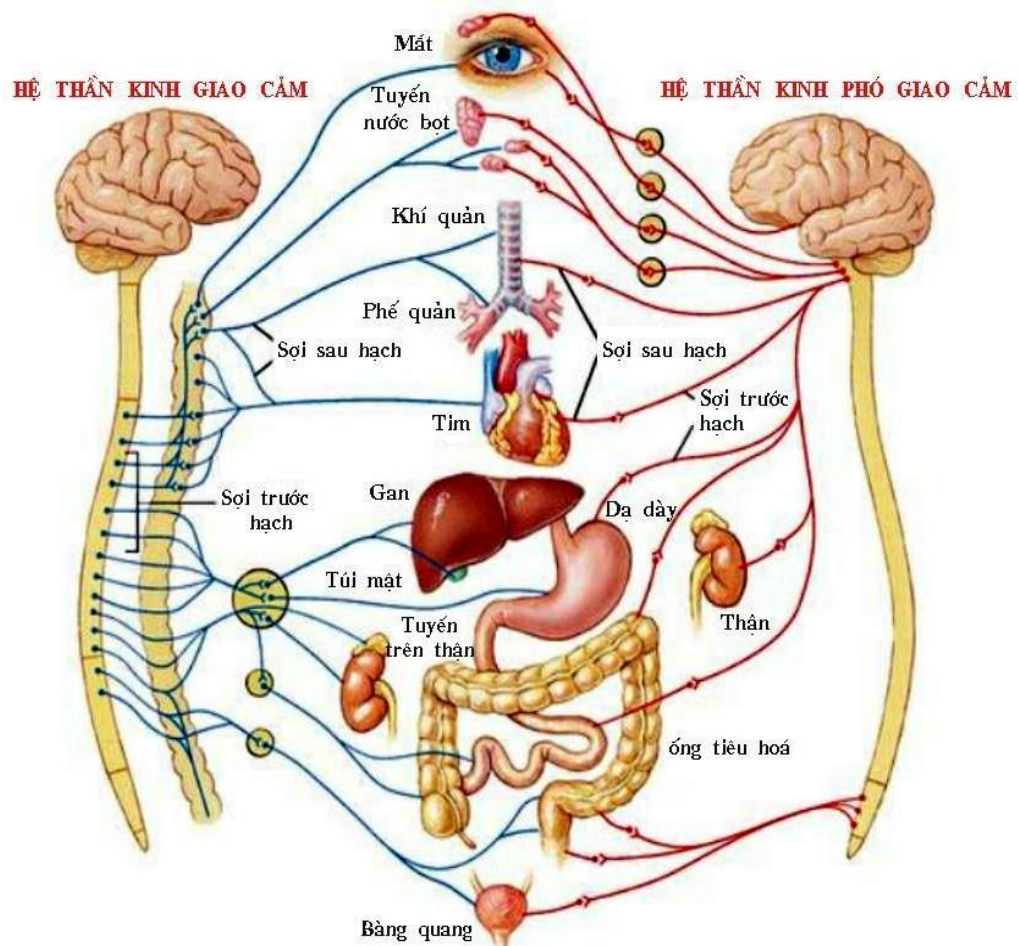
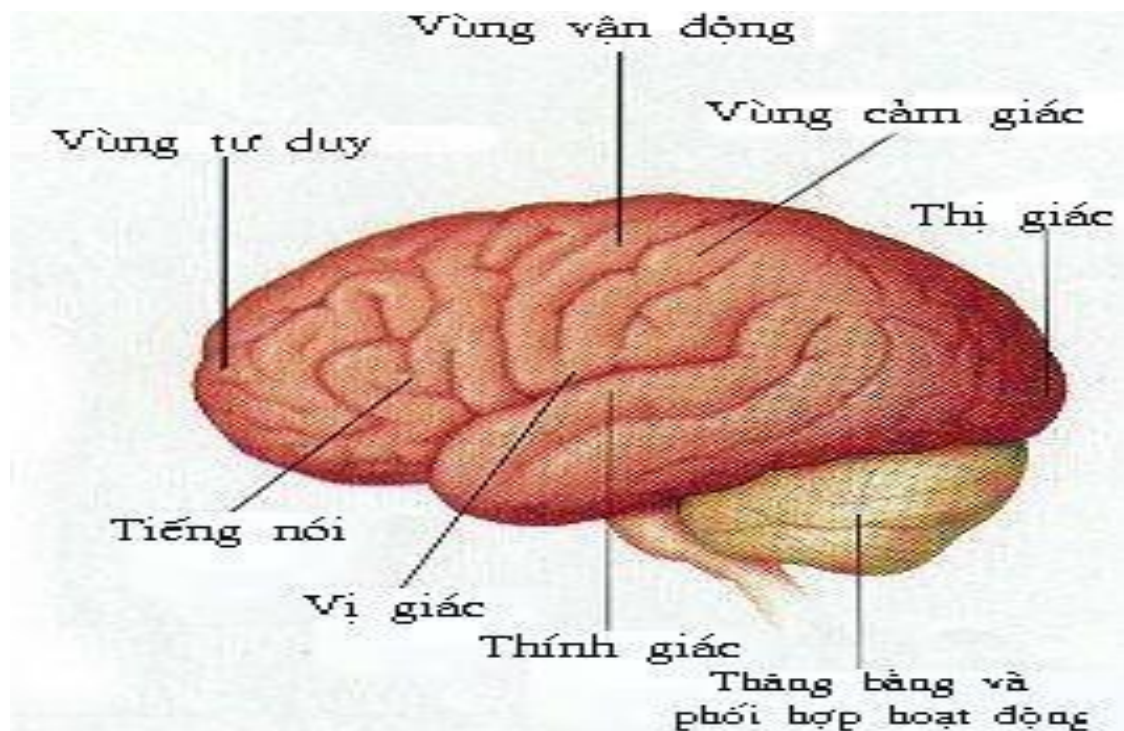
- + Phơbach (1804-1872) – Nhà triết học duy vật trước C.Mac đã khẳng định: Tinh thần, ý thức không thể tách rời ra khỏi não người, nó là sản vật của vật chất đã được phát triển đến mức cao nhất là bộ não. V.I.Lenin đã chỉ ra rằng: “ Tâm lý là cơ năng của cái phần nhỏ đặc biệt phức tạp của vật chất mà ta gọi là bộ não của con người”. Tất nhiên tâm lý và sinh lý không đồng nhất với nhau. Ph.Angghen cũng đã từng viết:

“Chắc hẳn một lúc nào đó qua con đường thực nghiệm, chúng ta sẽ quy được tư duy thành những vận động phân tử và hóa học ở trong óc, nhưng điều đó liệu có bao quát được tư duy chăng?”.

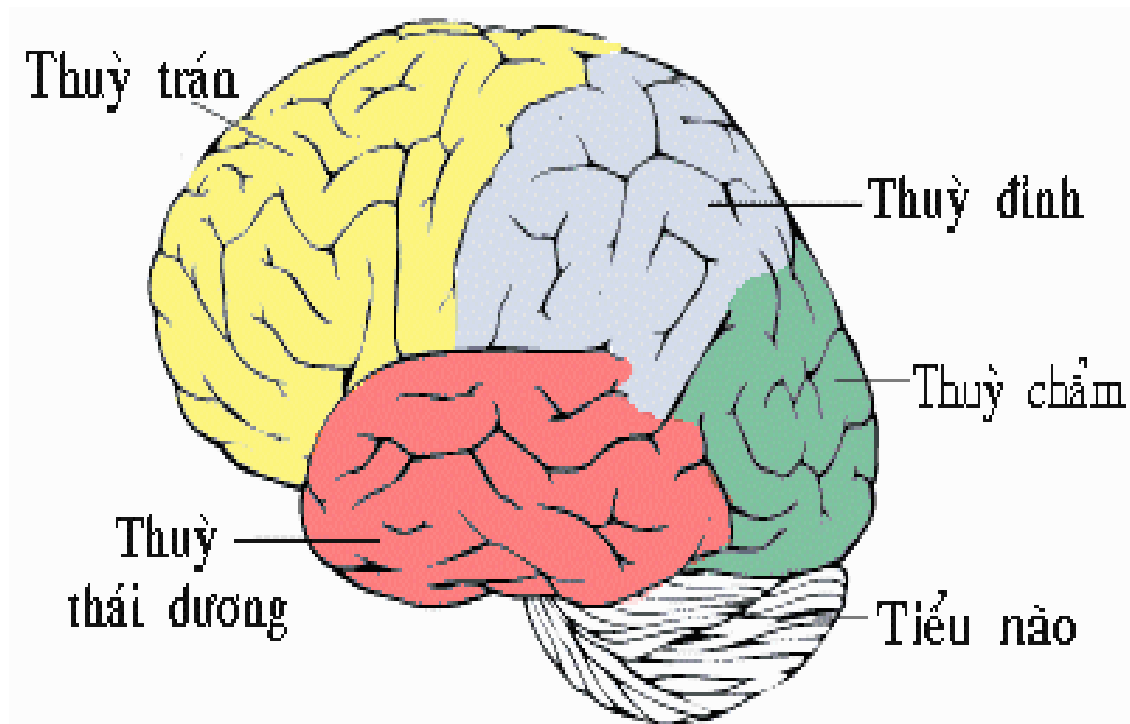
Các nhà tâm lý học đã chỉ ra rằng, tâm lý là chức năng của não: bộ não nhận tác động của thế giới dưới các dạng xung động thần kinh cùng những biến đổi lí hóa ở từng noron, xinap, các trung khu thần kinh ở bộ phận dưới vỏ và vỏ não, làm cho não bộ hoạt động theo quy luật, tạo nên những hiện tượng tâm lý này hay hiện tượng tâm lý kia theo cơ chế phản xạ (nội dung là tâm lý, nhưng có cơ chế phản xạ sinh lý của nó). Như vậy tâm lý là kết quả của hệ thống chức năng những hoạt động phản xạ của não. Khi nảy sinh trên bộ não, cùng với quá trình sinh lý não, hiện tượng tâm lý thực hiện chức năng định hướng, điều chỉnh, điều khiển hành vi của con người.



Sơ đồ hệ thần kinh của người



Các vùng định khu chức năng trên não



II. PHẢN XẠ CÓ ĐIỀU KIỆN VÀ TÂM LÝ

Toàn bộ hoạt động của não là hoạt động phản xạ. Đêcắc là người đầu tiên tìm ra khái niệm phản xạ và dùng khái niệm phản xạ để giải thích hiện tượng tâm lý nhưng Đêcắc mới nói hoạt động vô thức với phản xạ.

IM. Xêtrênôv nhà sinh lý học người Nga đã mở rộng nguyên tắc phản xạ đến toàn bộ hoạt động của não. Tất cả các hoạt động tâm lý có ý thức lẫn không có ý thức đều bắt nguồn từ phản xạ.

Có hai loại phản xạ: phản xạ có điều kiện và phản xạ không điều kiện

1. Phản xạ không điều kiện

Là cơ sở sinh lý của bản năng ở động vật và con người, mỗi bản năng hoạt động đều dựa vào sự phối hợp hoạt động của một phản xạ không điều kiện như: bản năng dinh dưỡng, bản năng tự vệ, bản năng sinh dục. Tuy nhiên ở người phản xạ không điều kiện cũng chịu sự chi phối của sự phát triển lịch sử xã hội. Do đó ở con người bản năng cũng chịu sự chi phối của sự phát triển lịch sử xã hội. Phản xạ không điều kiện có trung khu thần kinh ở các phần dưới vỏ não và đại diện trên vỏ não

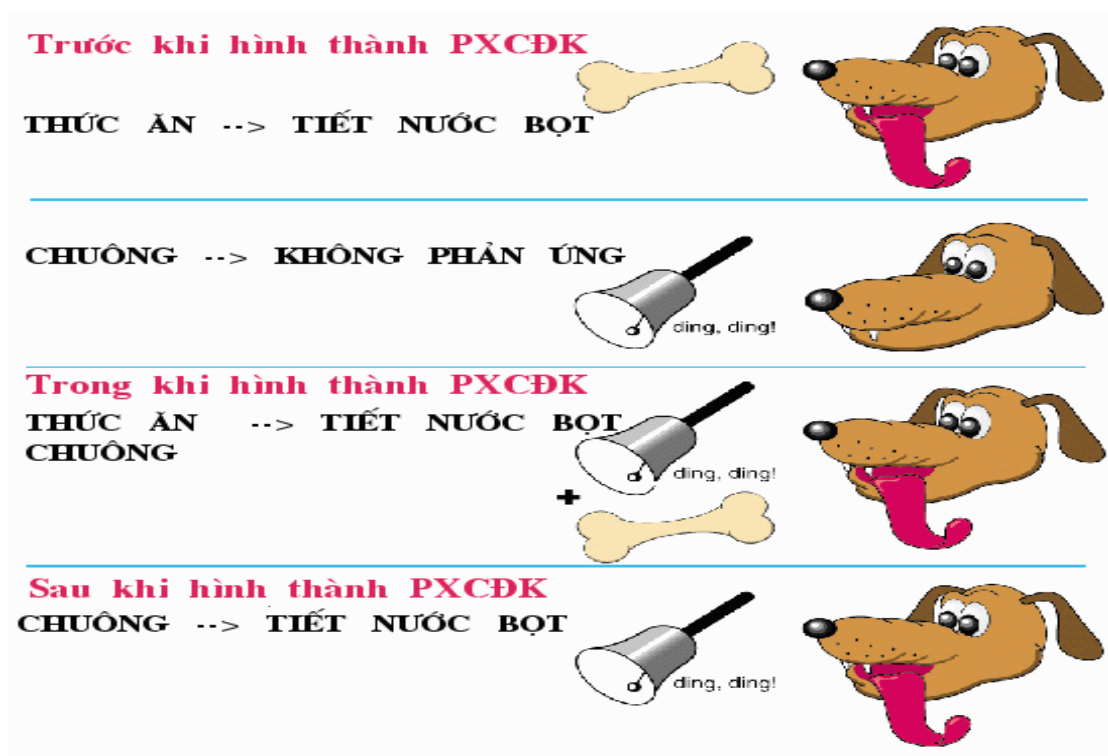
2 Phản xạ có điều kiện

Là phản xạ tự tạo của từng người đối với ngoại giới. Nó được hình thành trên cơ sở hình thành các đường liên hệ thần kinh tạm thời trên vỏ não.

I.M.Xetrenov -nhà sinh lý học Nga đã mở rộng nguyên tắc phản xạ đến toàn bộ hoạt động của não. Năm 1863 ông đã viết “Tất cả các hiện tượng tâm lý, kể cả có ý thức lẫn vô thức, về nguồn gốc đều là phản xạ”. Theo ông phản xạ có 3 khâu chủ yếu:

- + Khâu đầu tiên là quá trình nhận kích thích từ bên ngoài vào, biến thành hưng phấn theo đường thần kinh hướng tâm đi về não.
- + Khâu giữa là quá trình thần kinh trên não và tạo ra hoạt động tâm lý.
- + Khâu kết thúc dẫn truyền thần kinh từ trung ương theo đường li tâm gây nên phản ứng của cơ thể.

- IP Pávlov kế tục sự nghiệp của Xêtrênốp đã thành lập ra học thuyết phản xạ có điều kiện - cơ sở sinh lý của hiện tượng tâm lý.



Sơ đồ quá trình hình thành phản xạ tiết dịch vị của chó (Phản xạ có điều kiện - PapLov)

Đặc điểm của phản xạ có điều kiện:

- a) Phản xạ có điều kiện là phản xạ tự tạo trong đời sống từng cá thể để thích ứng với môi trường luôn thay đổi, là cơ sở sinh lý của hoạt động tâm lý.
- b) Cơ sở giải phẫu sinh lý của phản xạ có điều kiện là vỏ não và hoạt động bình thường của vỏ não.
- c) Quá trình diễn biến của phản xạ có điều kiện là quá trình thành lập đường liên hệ thần kinh tạm thời giữa trung khu nhận kích thích có điều kiện và đại diện của trung khu trực tiếp thực hiện phản xạ không điều kiện.

d) Phản xạ có điều kiện thành lập với kích thích bất kì, đặc biệt ở người, tiếng nói là một loại kích thích đặc biệt có thể lập bất cứ một phản xạ có điều kiện nào.

e) Phản xạ có điều kiện báo hiệu gián tiếp kích thích không điều kiện sẽ tác động vào cơ thể.

Tất cả các hiện tượng tâm lý đều có cơ sở sinh lý là phản xạ có điều kiện. Hoạt động phản xạ có điều kiện giúp cơ thể thích ứng với môi trường luôn thay đổi.

III. QUY LUẬT HOẠT ĐỘNG THẦN KINH CẤP CAO VÀ TÂM LÝ

1. Quy luật hoạt động theo hệ thống

Muốn phản ánh đầy đủ, chính xác các sự vật, hiện tượng trong hiện thực khách quan, các trung khu, các miền, vùng...trên vỏ não phải phối hợp với nhau để tiếp nhận kích thích tác động, để tiến hành xử lý các thông tin đó.

Trong khi xử lý thông tin, vỏ bán cầu đại não có khả năng tập hợp các kích thích thành nhóm, thành loại, dạng..., tạo nên một thể hoàn chỉnh, gọi là hoạt động theo hệ thống của bán cầu đại não.

Trong cuộc sống, hoạt động cá thể với những điều kiện quen thuộc, ổn định thì các kích thích tác động nối tiếp nhau theo một trật tự nhất định và trong não hình thành một hệ thống phản xạ có điều kiện để phản ứng trả lời theo một trật tự nhất định. Hiện tượng này được gọi là định hình động lực, gọi tắt là động hình. Nói một cách khác, động hình là hệ thống phản xạ có điều kiện hoạt động kế tiếp nhau theo một trật tự nhất định lặp đi lặp lại nhiều lần, được xảy ra do một kích thích tác động.

Động hình là cơ sở sinh lý thần kinh của các kĩ xảo và thói quen. Động hình có thể bị xoá bỏ đi hoặc được xây dựng mới (khi cá thể rơi vào điều kiện sống mới).

2. Quy luật lan toả và tập trung

Hưng phấn hay ức chế nảy sinh ở một điểm trong hệ thần kinh, từ đó lan sang các điểm khác của hệ thần kinh. Đó là hưng phấn và ức chế lan toả. Sau đó, hai quá trình thần kinh này lại tập trung về điểm ban đầu. Đó là hưng phấn và ức chế tập trung. Nhờ có hưng phấn lan toả mà dễ dàng thành lập các đường liên hệ thần kinh tạm thời; con người có thể liên tưởng từ sự việc này đến sự việc khác, có thể nhận thấy vật này mà nhớ tới vật kia... Nhờ có ức chế lan toả mà có hiện tượng thôi miên. Nhờ có hưng phấn tập trung, con người có khả năng chú ý vào một hay một vài đối tượng nhất định. Nhờ có ức chế từ lan toả đến tập trung, con người có thể từ trạng thái ngủ chuyển sang trạng thái thức.

3. Quy luật cảm ứng qua lại

Cảm ứng là sự gây ra trạng thái đối lập của một quá trình hưng phấn hay ức chế.

Quy luật này có các dạng biểu hiện như sau:

✓ Cảm ứng qua lại đồng thời (giữa nhiều trung khu) là hưng phấn ở điểm này gây ra ức chế ở điểm kia hay ngược lại. Ví dụ: khi tập trung đọc sách thì không nghe thấy tiếng ồn ào xung quanh.

✓ Cảm ứng qua lại tiếp diễn (trong một trung khu) là hưng phấn ở trong một điểm chuyển sang ức chế từ chính điểm đó hay ngược lại. Ví dụ: Khi học sinh ngồi học, các trung khu vận động ít nhiều giảm bớt hoạt động; khi giải lao, học sinh thích hoạt động tay chân.

✓ Cảm ứng dương tính là hiện tượng hưng phấn làm cho ức chế sâu hơn hay ngược lại, ức chế làm hưng phấn mạnh hơn. Ví dụ: giữ người không cử động, nín thở để lắng nghe cho rõ.

✓ Cảm ứng âm tính là khi hưng phấn gây ra ức chế, ức chế làm giảm hưng phấn, hưng phấn làm giảm ức chế. Ví dụ: Sợ hãi làm cho ta lú lờn lại không nói được.

Tóm lại, hai quá trình thần kinh (hưng phấn và ức chế) hoạt động theo quy luật: Quá trình thần kinh này có thể tạo ra quá trình thần kinh kia, cũng có thể làm tăng hay giảm hoạt động của nhau gọi là quy luật cảm ứng qua lại.

4. Quy luật phụ thuộc vào cường độ kích thích

Ở vỏ não bình thường, sự phản ứng phụ thuộc vào độ mạnh, yếu của kích thích tác động, nghĩa là kích thích có cường độ lớn có thể gây ra phản ứng mạnh, kích thích có cường độ nhỏ gây ra phản ứng yếu trong phạm vi con người có thể cảm thụ được. Như vậy, độ lớn của phản ứng tỉ lệ thuận với cường độ của kích thích tác động trong phạm vi con người có thể phản ứng lại được. Quy luật này chỉ đúng khi cường độ kích thích đủ có gây ra phản ứng.

Quy luật này phù hợp với hoạt động của não động vật bậc cao và người. Tuy nhiên, vì con người có ngôn ngữ nên độ lớn phản ứng của người phụ thuộc nhiều vào ý nghĩa của kích thích đối với sự tồn tại và phát triển của cơ thể. Như vậy, quy luật này chứng tỏ sự phụ thuộc của phản ứng cơ thể người đối với cường độ kích thích chỉ có ý nghĩa tương đối.

Trên đây là các quy luật hoạt động thần kinh cấp cao. Trong quá trình hoạt động của con người, các quy luật này tác động qua lại và liên hệ chặt chẽ với nhau một cách biện chứng.

IV. HỆ THỐNG TÍN HIỆU THỨ HAI VÀ TÂM LÝ

1. Hệ thống tín hiệu thứ nhất

Tất cả các sự vật, hiện tượng trong hiện thực khách quan và các thuộc tính của chúng là những tín hiệu, được phản ánh trực tiếp vào não và để lại dấu vết trong vỏ não, gọi là hệ thống tín hiệu thứ nhất. Hệ thống tín hiệu thứ nhất là cơ sở sinh lí của hoạt động nhận thức cảm tính, trực quan, tư duy cụ thể và các xúc cảm cơ thể của người và động vật.

2. Hệ thống tín hiệu thứ hai

Toàn bộ những kí hiệu tượng trưng (tiếng nói, chữ viết, biểu tượng...) về sự vật và hiện tượng trong hiện thực khách quan được phản ánh vào đầu óc con người là những tín hiệu thứ hai.

Ngôn ngữ làm tín hiệu cho một sự vật và cho một loạt sự vật tương tự hoặc có liên quan mật thiết với nhau. Ví dụ, khi nói “cái bàn” thì không có nghĩa là nói cái bàn cụ thể nào đó, mà nghĩ tới mọi cái bàn nói chung. Vì vậy, ngôn ngữ là tín hiệu của tín hiệu thứ nhất hay còn gọi là tín hiệu thứ hai. Những kí hiệu tượng trưng về sự vật và hiện tượng trong hiện thực khách quan (ngôn ngữ) và những hình ảnh của chúng trong não người tạo thành hệ thống tín hiệu thứ hai. Hệ thống này là cơ sở sinh lí của tư duy ngôn ngữ, tư duy trừu tượng, ý thức và tình cảm.

Hai hệ thống tín hiệu có quan hệ biện chứng với nhau trong hoạt động thần kinh cấp cao của con người. Hệ thống tín hiệu thứ nhất là cơ sở, tiền đề ra đời hệ thống tín hiệu thứ hai. Sự phát triển hệ thống tín hiệu thứ hai làm cho con người nhận thức rõ hơn bản chất của sự vật, hiện tượng so với hệ thống tín hiệu thứ nhất mối quan hệ với thế giới.

V. CƠ SỞ XÃ HỘI CỦA TÂM LÝ CON NGƯỜI

1. Hoạt động

1.1 Khái niệm về hoạt động

Có nhiều cách định nghĩa khác nhau về hoạt động.

- Thông thường người ta coi hoạt động là sự tiêu hao năng lượng thần kinh và cơ bắp của con người khi tác động vào hiện thực khách quan, nhằm thỏa mãn những nhu cầu của mình.

- Về phương diện triết học, tâm lý học người ta quan niệm hoạt động là phương thức tồn tại của con người trong thế giới.

Hoạt động là mối quan hệ tác động qua lại giữa con người (chủ thể) và thế giới (khách thể) để tạo ra sản phẩm cả về phía thế giới, cả về phía con người.

Trong mỗi quan hệ đó có hai quá trình diễn ra đồng thời và bổ sung cho nhau, thống nhất với nhau.

+ Quá trình thứ nhất là quá trình đối tượng hóa, trong đó chủ thể chuyển năng lực của mình thành sản phẩm của hoạt động, hay nói cách khác đi tâm lý của con người (của chủ thể) được bộc lộ, được khách quan hóa trong quá trình làm ra sản phẩm. Quá trình đối tượng hóa (khách thể hóa), còn gọi là quá trình “xuất tâm”.

+ Quá trình thứ hai là quá trình chủ thể hóa, có nghĩa là khi hoạt động con người chuyển từ phía khách thể vào bản thân mình những quy luật, bản chất của thế giới để tạo nên tâm lý, ý thức, nhân cách của bản thân, bằng cách chiếm lĩnh (lĩnh hội) thế giới. Quá trình chủ thể hóa còn gọi là quá trình “nhập tâm”.

Như vậy là trong hoạt động, con người vừa tạo ra sản phẩm về phía thế giới, vừa tạo ra tâm lý của mình, hay nói khác đi tâm lý, ý thức, nhân cách được bộc lộ và hình thành trong hoạt động.

1.2 Những đặc điểm của hoạt động

- Hoạt động bao giờ cũng là “hoạt động có đối tượng”: đối tượng của hoạt động là cái con người cần làm ra, cần chiếm lĩnh. Đó là động cơ. Động cơ luôn thúc đẩy con người hoạt động nhằm tác động vào khách thể thay đổi nó biến thành sản phẩm, hoặc tiếp nhận nó chuyển vào đầu óc mình tạo nên một cấu tạo tâm lý mới, một năng lực mới, ...

- Hoạt động bao giờ cũng có chủ thể. Hoạt động do chủ thể thực hiện, chủ thể hoạt động có thể là một hoặc nhiều người.

- Hoạt động bao giờ cũng có tính mục đích: mục đích của hoạt động là làm biến đổi thế giới (khách thể) và biến đổi bản thân chủ thể. Tính mục đích gắn liền với tính đối tượng. Tính mục đích bị chế ước bởi nội dung xã hội.

- Hoạt động vận hành theo nguyên tắc gián tiếp. Trong hoạt động, con người gián tiếp tác động đến khách thể qua hình ảnh tâm lý ở trong đầu, qua việc sử dụng công cụ lao động và sử dụng ngôn ngữ. Như vậy công cụ tâm lý, ngôn ngữ và công cụ lao động giữ chức năng trung gian giữa chủ thể và khách thể, tạo ra tính gián tiếp của hoạt động.

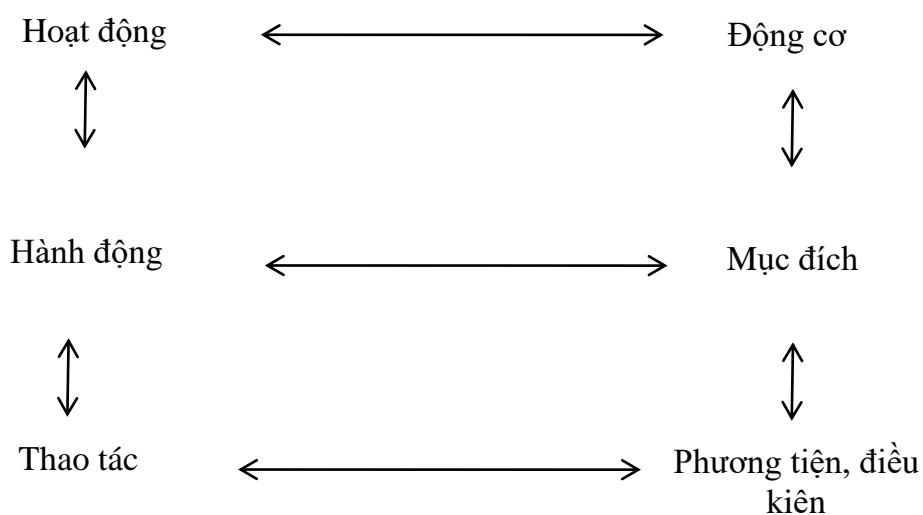
1.3 Cấu trúc của hoạt động

Chủ nghĩa duy vật hành vi cho rằng hoạt động của con người và động vật có cấu trúc chung là: kích thích - phản ứng (S-R)

Trong tâm lý học có lúc người ta chỉ xét cấu trúc hoạt động bao gồm các thành tố diễn ra ở phía con người: Hoạt động - hành động - thao tác.

Quan điểm của A.N Lêônchiev về cấu trúc vĩ mô của hoạt động bao gồm 6 thành tố và mối quan hệ giữa 6 thành tố này.

Chúng ta có thể biểu diễn cấu trúc đó theo sơ đồ sau:



Khi tiến hành hoạt động về phía chủ thể bao gồm 3 thành tố và mối quan hệ giữa 3 thành tố này là hoạt động - hành động - thao tác. Ba thành tố này thuộc các đơn vị thao tác (mặt kỹ thuật) của hoạt động.

Còn về phía khách thể (Về phía đối tượng của hoạt động) cũng bao gồm 3 thành tố và mối quan hệ của chúng là động cơ - mục đích - phương tiện. Ba thành tố này tạo nên “nội dung đối tượng” của hoạt động (mặt tâm lý).

1.4 Các loại hoạt động

Có nhiều cách phân loại hoạt động khác nhau, dựa trên các phương diện khác nhau.

Xét về phương diện phát triển cá thể: Con người có bốn loại hoạt động: vui chơi, học tập, lao động và hoạt động xã hội.

Xét về phương diện sản phẩm (vật chất hay tinh thần)

Có thể chia thành hai loại hoạt động lớn:

✓ Hoạt động thực tiễn: hướng vào các vật thể hay quan hệ, tạo ra sản phẩm vật chất là chủ yếu.

✓ Hoạt động lí luận: diễn ra với hình ảnh, biểu tượng, khái niệm..., tạo ra sản phẩm tinh thần.

Xét về phương diện đối tượng hoạt động

Chia hoạt động thành bốn loại:

✓ Hoạt động biến đổi: là những hoạt động hướng tới làm thay đổi hiện thực: thế giới tự nhiên (vật thể), xã hội, con người. Đó là những hoạt động lao động, hoạt động chính trị xã hội, hoạt động giáo dục...

✓ Hoạt động nhận thức: là loại hoạt động tinh thần, phản ánh thế giới khách quan nhưng không làm biến đổi các vật thể thực, quan hệ thực... Ví dụ: hoạt động học tập, hoạt động nghiên cứu khoa học...

✓ Hoạt động định hướng giá trị: là một loại hoạt động tinh thần xác định ý nghĩa của thực tại với bản thân chủ thể, tạo ra phương hướng của hoạt động. Ví dụ: hoạt động xây dựng thang giá trị, hoạt động đánh giá và lựa chọn giá trị...

✓ Hoạt động giao lưu (giao tiếp): là hoạt động thiết lập và vận hành mối quan hệ người - người (sẽ được bàn kĩ ở các mục sau).

Tóm lại, con người có nhiều hoạt động. Mọi sự phân loại hoạt động chỉ có tính chất tương đối và các loại hoạt động của con người có quan hệ gắn bó, mật thiết với nhau.

2. Giao tiếp và tâm lý

2.1 Khái niệm

Giao tiếp là mối quan hệ giữa con người với con người, thể hiện sự tiếp xúc tâm lí giữa người và 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. Nói cách khác, giao tiếp là quá trình xác lập và vận hành các quan hệ người - người, hiện thực hoá các quan hệ xã hội giữa chủ thể này với chủ thể khác.

2.2 Chức năng của giao tiếp

❖ *Chức năng thông tin*

Qua giao tiếp, con người trao đổi, truyền đạt tri thức, kinh nghiệm với nhau. Mỗi cá nhân vừa là nguồn phát thông tin vừa là nơi tiếp nhận thông tin.

Thu nhận và xử lý thông tin là một con đường quan trọng để phát triển nhân cách.

❖ *Chức năng cảm xúc*

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

❖ *Chức năng nhận thức lẫn nhau và đánh giá lẫn nhau*

Trong giao tiếp, mỗi chủ thể tự bộc lộ quan điểm, tư tưởng, thái độ, thói quen... của mình, do đó các chủ thể có thể nhận thức được về nhau, làm cơ sở đánh giá lẫn nhau. Điều quan trọng hơn là trên cơ sở so sánh với người khác và ý kiến đánh giá của người khác, mỗi chủ thể có thể tự đánh giá được về bản thân mình.

❖ *Chức năng điều chỉnh hành vi*

Trên cơ sở nhận thức lẫn nhau, đánh giá lẫn nhau và tự đánh giá được bản thân, trong giao tiếp, mỗi chủ thể có khả năng tự điều chỉnh hành vi của mình cũng như có thể tác động đến động cơ, mục đích, quá trình ra quyết định và hành động của chủ thể khác.

❖ *Chức năng phối hợp hoạt động*

Nhờ có quá trình giao tiếp, con người có thể phối hợp hoạt động để cùng nhau giải quyết nhiệm vụ nào đó nhằm đạt tới mục tiêu chung. Đây là một chức năng giao tiếp phục vụ các nhu cầu chung của xã hội hay của một nhóm người.

Tóm lại, giao tiếp là quá trình quan hệ, tác động qua lại giữa con người và con người, trong đó con người trao đổi thông tin, cảm xúc, nhận thức, đánh giá và điều chỉnh hành vi lẫn nhau, đồng thời tự điều chỉnh hành vi của mình với chủ thể khác.

2.3 Các loại giao tiếp

Có nhiều cách phân loại giao tiếp:

a) Căn cứ vào phương tiện giao tiếp

Có ba loại giao tiếp sau:

Giao tiếp bằng ngôn ngữ (tiếng nói, chữ viết): Đây là hình thức giao tiếp đặc trưng của con người, bằng cách sử dụng những tín hiệu chung là từ, ngữ.

Giao tiếp bằng tín hiệu phi ngôn ngữ: Giao tiếp bằng cử chỉ, nét mặt, điệu bộ... Sự kết hợp giữa các động tác khác nhau có thể thể hiện sắc thái khác nhau.

Giao tiếp vật chất: Giao tiếp thông qua hành động với vật thể.

b) Căn cứ vào khoảng cách

Có thể có hai loại giao tiếp cơ bản:

Giao tiếp trực tiếp: Giao tiếp mặt đối mặt, các chủ thể trực tiếp phát và nhận tín hiệu của nhau.

Giao tiếp gián tiếp: Giao tiếp qua thư từ, phương tiện kĩ thuật hoặc có khi qua ngoại cảm, thần giao cách cảm...

c) Căn cứ vào quy cách giao tiếp

Có thể chia thành hai loại:

Giao tiếp chính thức: Giao tiếp diễn ra theo quy định, thể chế, chức trách. Các chủ thể phải tuân thủ một số yêu cầu xác định. Ví dụ: giao tiếp giữa giáo viên và học sinh, giao tiếp giữa các nguyên thủ quốc gia...

Giao tiếp không chính thức: Giao tiếp không bị ràng buộc bởi các nghi thức mà dựa vào tính tự nguyện, tự giác, phụ thuộc vào nhu cầu, hứng thú, cảm xúc... của các chủ thể. Ví dụ: giao tiếp giữa các cá nhân trên một chuyến xe, cùng xem đá bóng...

3. Tâm lý là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp

3.1 Quan hệ giao tiếp và hoạt động

Nhiều nhà tâm lí học cho rằng giao tiếp như là một dạng đặc biệt của hoạt động. Xét về mặt cấu trúc, giao tiếp có cấu trúc chung của hoạt động. Giao tiếp cũng diễn ra bằng các hành động và với các thao tác cụ thể, sử dụng các phương tiện khác nhau nhằm đạt được những mục đích xác định, thoả mãn nhu cầu cụ thể, tức là được thúc đẩy bởi động cơ. Hơn nữa, giao tiếp có các đặc điểm cơ bản của một hoạt động: có chủ thể, có đối tượng...Giao tiếp cũng là một dạng hoạt động.

Một số nhà tâm lí học khác cho rằng, giao tiếp và hoạt động là hai phạm trù đồng đẳng, phản ánh hai loại quan hệ của con người với thế giới. Hoạt động được hiểu là quan hệ với đối tượng là vật thể, giao tiếp là quan hệ với con người. Trong cuộc sống, hoạt động và giao tiếp có quan hệ qua lại với nhau:

Có trường hợp, giao tiếp là điều kiện của một hoạt động khác. Ví dụ: Trong lao động sản xuất, giao tiếp là điều kiện để con người phối hợp với nhau nhằm thực hiện một hoạt động chung.

Có trường hợp, hoạt động là điều kiện để thực hiện mối quan hệ giao tiếp giữa con người với con người. Điển hình là trong giao tiếp vật chất, giao tiếp phi ngôn ngữ, các

hành động, cử chỉ, điệu bộ là điều kiện thực hiện việc trao đổi thông tin, cảm xúc. Ví dụ như các diễn viên múa, diễn viên kịch giao tiếp với khán giả...

Có thể nói giao tiếp và hoạt động là hai mặt không thể thiếu của cuộc sống con người, có vai trò quan trọng trong quá trình hình thành và phát triển tâm lí, nhân cách con người.

3.2 Tâm lí là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp

Chủ nghĩa duy vật biện chứng đã khẳng định: Tâm lí con người có nguồn gốc từ bên ngoài, từ thế giới khách quan chuyển vào não người. Trong thế giới đó, các quan hệ xã hội, nền văn hoá xã hội là cái quyết định tâm lí người.

Bằng hoạt động và giao tiếp, con người với tư cách là chủ thể tiếp thu các kinh nghiệm xã hội lịch sử, biến nó thành tâm lí, nhân cách. Nói cách khác, tâm lí là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp. Hoạt động và giao tiếp, mối quan hệ giữa chúng là quy luật tổng quát hình thành và biểu lộ tâm lí người.

CÂU HỎI, BÀI TẬP

Câu hỏi

1. Phản xạ là gì? Phản xạ không điều kiện và phản xạ có điều kiện?
2. Trình bày các quy luật của hoạt động thần kinh cấp cao? Cho ví dụ?
3. Phân biệt tín hiệu thứ nhất và tín hiệu thứ hai. Đối với các hoạt động tâm lý hệ thống tín hiệu nào quan trọng hơn và tại sao?
4. Hãy liệt kê những phản xạ có điều kiện trong cuộc sống hàng ngày của bạn sau đó phân tích, so sánh nó với những phản xạ không điều kiện. Từ đó hãy lý giải vì sao nói phản xạ có điều kiện là cơ sở của hiện tượng tâm lý.
5. Theo nguyên tắc ở nhà trường thì học sinh phải tiếp tục công việc học tập cho tới khi nào giáo viên nói: “ Giờ học đã kết thúc. Các em có thể ra chơi”, ngay cả nếu trống có đánh sớm đi nữa. Nhưng thường là trống hết giờ vừa mới điểm là học sinh đã có ngay hưng phấn vận động, chúng ngừng ngay công việc và chạy ngay ra sân.
Cơ chế sinh lý – thần kinh nào là cơ sở cho hiện tượng trên?
6. Chọn câu trả lời bạn cho là đúng nhất. Theo bạn đâu là phản xạ có điều kiện?
 - a. Người Ấn độ thường hay ăn trưa vào lúc 13 giờ trong ngày
 - b. Cảm giác đói bụng thèm ăn

- c. Khi đi ra đường phụ nữ hay che mặt lại
 - d. Khi ăn tất cả động vật đều tiết dịch vị
 - e. Khi bị la mắng người ta thường tức giận
7. Phân tích khái niệm, các đặc điểm và cấu trúc của hoạt động. Lấy một hoạt động cụ thể làm ví dụ phân tích các đặc điểm và cấu trúc của hoạt động đó.
8. Phân tích khái niệm và các loại giao tiếp.
9. Tại sao nói: Tâm lí là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp?
10. Bạn hãy cho biết những trường hợp nào trong số các trường hợp sau đây là giao lưu:
- a) Hai em học sinh đang nói chuyện với nhau.
 - b) Con khi đầu đàn đang hú gọi các con khỉ khác trong đàn của mình.
 - c) Hai con khỉ đang bắt chấy cho nhau.
 - d) Một em bé đang đùa giỡn với con mèo.
 - e) Người chiến sĩ biên phòng đang điều khiển con chó làm nhiệm vụ tuần tra.
 - f) Hai vệ tinh nhân tạo đang phát và thu tín hiệu của nhau.
 - g) Một em bé đang bấm nút điều khiển máy vô tuyến truyền hình từ xa, lựa chọn các chương trình khác nhau.
11. Trong các ví dụ dưới đây cái nào thuộc về cử động cái nào thuộc về hành động?
- a) Để dừng xe lại người tài xế đã nhả côn và giậm phanh. Để giảm tốc độ, họ cũng nhả côn và giậm phanh.
 - b) Để soạn bài, thầy giáo phải viết. Muốn giảng bài trên lớp, thầy giáo cũng phải viết.

Bài tập:

Bài tập 1: Hãy giải thích tại sao những trẻ nhỏ, mặc dù được nuôi dưỡng rất đầy đủ và vệ sinh, nhưng không được giao tiếp đầy đủ về số lượng và phong phú về nội dung với các trẻ khác, thì sự phát triển thần kinh và tâm lí thường bị trì trệ, bị mắc chứng gọi là bệnh "do nằm viện" (hospitalism)?

Bài tập 2: Tâm lí của con người khác một cách cơ bản tâm lí của động vật ở chỗ, con người tạo ra cho mình một thế giới các đối tượng ổn định, còn con vật nằm trong một thế giới các sự vật ngẫu nhiên. Nếu đưa cho con khỉ một cái kính, cái búa hay một vật gì khác mà con người sử dụng, thì nó sẽ thao tác với các thứ ấy như là những vật thể. Ngay

cả khi con khỉ bắt chước con người, học được cách đeo kính hay đập búa, thì nó cũng không phải là hành động với đồ vật.

Tại sao không thể gọi thao tác của con khỉ là hành động với đồ vật (hành động có đối tượng)? Những thao tác đó khác với hành động với đồ vật của con người ở chỗ nào?

Bài tập 3: Ở Đức năm 1825, có đăng tin về Kaxpa Haode ngay từ nhỏ đã bị nhốt trong hầm kín và anh ta sống ở đó rất nhiều năm, chỉ ăn những thứ người ta ném xuống. Về mặt thể lực anh ta yếu hơn những đứa trẻ được thú vật nuôi, nhưng về trí tuệ thì không khác gì đứa trẻ được thú vật nuôi.

Phân tích tri thức tâm lý học thể hiện trong trường hợp trên. Giải thích tại sao?

CHƯƠNG 3: SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ Ý THỨC

MỤC TIÊU

Kiến thức: Trang bị cho sinh viên những hiểu biết cơ bản về sự nảy sinh và hình thành tâm lý về phương diện loài người; sự hình thành phát triển tâm lý ý thức.

Kỹ năng: Vận dụng có hiệu quả các kiến thức đã học vào trong cuộc sống.

Thái độ: Hình thành ở sinh viên thái độ nghiêm túc khi tiếp thu các kiến thức liên quan đến môn học.

I. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ

1. Sự nảy sinh và hình thành phát triển tâm lý về phương diện loài Từ động vật bậc cao chưa có ý thức phát triển thành người có ý thức

1.1 Tiêu chuẩn xác định sự nảy sinh tâm lý

Sự nảy sinh và phát triển tâm lý gắn với sự sống. Sự sống ra đời cách đây khoảng 2500 triệu năm với hình thức đầu tiên là giọt prôtít. Từ hình thức đơn giản ấy phát triển thành sinh vật. Thế giới sinh vật bắt đầu từ đây với đặc trưng khác hẳn với thế giới vô sinh là có tính chịu kích thích.

Tính chịu kích thích là khả năng đáp lại các tác động của ngoại giới có ảnh hưởng trực tiếp đến sự tồn tại và phát triển của cơ thể.

Tính chịu kích thích là cơ sở cho sự phản ánh tâm lý nảy sinh. Tính chịu kích thích có ở những sinh vật chưa có tế bào thần kinh hoặc mạng thần kinh phân tán khắp cơ thể.

Ví dụ: Cơ thể đơn bào do có tính chịu kích thích nên vận động di chuyển về phía ánh sáng hoặc nhiệt độ cao hơn.

Tính chịu kích thích phát triển lên một giai đoạn cao hơn đó là tính cảm ứng.

Tính cảm ứng là năng lực đáp lại những kích thích những kích thích có ảnh hưởng trực tiếp và gián tiếp đến sự tồn tại của cơ thể.

Ví dụ: ếch phản ứng với kích thích gián tiếp thông qua màu vàng hoa mướp, nhện giăng lưới bắt mồi, con cóc vỗ đớp que diêm có hình thù giống như con sâu mà nó quen ăn, que diêm gỗ chỉ báo hiệu tín hiệu cho con cóc về một thức ăn quen thuộc.

Tính nhạy cảm được coi là mầm mống tâm lý đầu tiên xuất hiện cách đây 600 triệu năm xuất hiện ở sinh vật có hệ thần kinh hạch (Ong, giun).

1.2 Các thời kỳ phát triển tâm lý

Khi nghiên cứu các thời kỳ phát triển tâm lý của loài người có thể xét theo hai phương diện:

- Xét theo mức độ phản ánh thì tâm lý của loài người đã trải qua 3 thời kỳ sau: cảm giác, tri giác, tư duy (bằng tay và ngôn ngữ).

+ *Thời kỳ cảm giác*: đây là thời kỳ đầu tiên của phản ánh tâm lý có ở động vật không xương sống. Ở thời kỳ này con vật chỉ có khả năng trả lời từng kích thích riêng lẻ. Các động vật ở các bậc thang tiến hóa cao hơn và ở loài người đều có thời kỳ cảm giác, nhưng cảm giác ở con người khác xa về chất so với cảm giác của loài vật. Trên cơ sở cảm giác mà xuất hiện các thời kỳ phản ánh tâm lý cao hơn là tri giác và tư duy.

+ *Thời kỳ tri giác*: thời kỳ tri giác bắt đầu xuất hiện ở loài cá. Hệ thần kinh hình ống với tủy sống và vỏ não giúp động vật (từ loài cá trở đi) có khả năng đáp lại một tổ hợp các kích thích ngoại giới, chứ không đáp lại từng kích thích riêng lẻ. Khả năng phản ánh mới này gọi là tri giác. Từ loại lưỡng cư, bò sát, loài chim đến động vật có vú, tri giác đạt tới mức độ khá hoàn chỉnh. Đến mức ở cấp độ người thì tri giác hoàn toàn mang một chất lượng mới (con mắt, cái mũi, lỗ tai người có “hồn”, có “thần”).

+ *Thời kỳ tư duy*:

Tư duy bằng tay: ở loài vượn Oxytralopithec, cách đây khoảng 10 triệu năm, vỏ não phát triển trùn lên các phần khác của não, con vật đã biết dùng 2 “bàn tay” để sờ mó, lắp ráp, giải quyết các tình huống cụ thể trước mặt, có nghĩa là con vật đã có tư duy bằng tay, tư duy cụ thể.

Tư duy bằng ngôn ngữ: đây là loại tư duy có một chất lượng hoàn toàn mới, nảy sinh khi loài người xuất hiện và chỉ có ở người, giúp con người nhận thức được bản chất, quy luật của thế giới. Nhờ tư duy ngôn ngữ mà hoạt động của con người có tính mục đích, tính kế hoạch cao nhất, hoàn chỉnh nhất, giúp con người không chỉ nhận thức, cải tạo thế giới mà còn nhận thức và sáng tạo ra chính bản thân mình.

- Xét theo nguồn gốc nảy sinh của hành vi thì tâm lý trải qua 3 thời kỳ: bản năng, kỹ xảo, trí tuệ.

+ *Thời kỳ bản năng*:

Từ loài côn trùng trở đi bắt đầu có bản năng. Bản năng là hành vi bẩm sinh, mang tính di truyền, có cơ sở là những phản xạ không điều kiện (ví dụ: vẹt con nở ra đã biết bơi). Bản năng nhằm thỏa mãn các nhu cầu có tính thuần túy cơ thể. Ở các động vật có xương sống và người cũng có bản năng: bản năng dinh dưỡng, bản năng tự vệ, bản

năng sinh dục. Những bản năng con người khác xa về chất so với bản năng của con vật: “Bản năng của con người là bản năng có ý thức” (C. Mác), bản năng của con người có sự tham gia của tư duy, lý trí, mang tính xã hội và mang đặc điểm lịch sử loài người.

+ *Thời kỳ kỹ xảo*

Xuất hiện sau bản năng, trên cơ sở luyện tập, kỹ xảo là một hành vi mới do cá nhân tự tạo. Hành vi kỹ xảo được lặp đi lặp lại nhiều lần trở thành định hình trong não động vật, nhưng so với bản năng, hành vi kỹ xảo có tính mềm dẻo và khả năng biến đổi lớn.

+ *Thời kỳ hành vi trí tuệ*

Hành vi trí tuệ là kết quả của luyện tập, do cá thể tự tạo trong đời sống của nó. Hành vi trí tuệ ở Vượn người chủ yếu nhằm vào giải quyết các tình huống cụ thể có liên quan tới việc thỏa mãn các nhu cầu sinh vật của cơ thể. Hành vi trí tuệ của con người sinh ra trong hoạt động, nhằm nhận thức bản chất, các mối quan hệ có tính quy luật, nhằm thích ứng và cải tạo thực tế khách quan. Hành vi trí tuệ của con người gắn liền với ngôn ngữ, là hành vi có ý thức

2. Sự phát triển tâm lý theo phương diện cá thể

Sự phát triển tâm lý về phương diện cá thể là một quá trình chuyển đổi liên tục từ cấp độ này sang cấp độ khác. Ở mỗi cấp độ lứa tuổi, sự phát triển tâm lý đạt tới chất lượng mới và diễn ra theo một quy luật đặc thù.

Các giai đoạn phát triển tâm lý cá thể:

+ *Giai đoạn tuổi sơ sinh và hài nhi*: Từ 0 đến 12 tháng

+ *Giai đoạn trước tuổi học*

- Thời kỳ vườn trẻ (1 đến 3 tuổi)

- Thời kỳ mẫu giáo (3 đến 6 tuổi)

+ *Giai đoạn tuổi đi học*

✓ Thời kỳ đầu tuổi học (nhi đồng hoặc học sinh Tiểu học, từ 6 đến 11 tuổi)

✓ Thời kỳ giữa tuổi học (thiếu niên hoặc Trung học cơ sở từ 12 đến 15 tuổi)

✓ Thời kỳ cuối tuổi học (tuổi thanh niên hoặc Trung học phổ thông từ 15 đến 18 tuổi).

II. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN Ý THỨC

1. Khái niệm chung về ý thức

1.1 Ý thức là gì?

Trong quá trình tiến hoá của sinh vật, mốc phân biệt rõ ràng nhất giữa con vật và con người là ý thức. Ý thức là một cấp độ phản ánh tâm lí đặc trưng, cao cấp, chỉ có ở người.

Một quá trình nhận thức nào đó tạo ra trong não một hình ảnh tâm lí, nhờ có ngôn ngữ, chính hình ảnh tâm lí đó được khách quan hoá và trở thành đối tượng để ta tiếp tục phản ánh, làm cho kết quả phản ánh sâu sắc hơn, chất lượng hơn, tinh vi hơn. Quá trình phản ánh cấp hai như vậy được gọi là ý thức. Vì thế, có thể hiểu ý thức là phản ánh của phản ánh.

Nếu cảm giác, tri giác, tư duy... mang lại cho con người những tri thức về thế giới khách quan thì ý thức là năng lực hiểu biết tri thức đó. Vì vậy, cũng có thể nói ý thức là tri thức của tri thức, là hiểu biết của hiểu biết.

Như vậy, *ý thức là hình thức phản ánh tâm lí cao nhất chỉ có ở người, là sự phản ánh bằng ngôn ngữ những gì con người đã tiếp thu được trong quá trình quan hệ qua lại với thế giới khách quan.*

1.2 Cấu trúc của ý thức

Ý thức là một chỉnh thể mang lại chất lượng mới cho thế giới nội tâm của con người. Nó bao gồm ba thành phần (ba mặt) liên kết, thống nhất hữu cơ với nhau: mặt nhận thức, mặt thái độ và mặt năng động của ý thức.

Mặt nhận thức của ý thức

Các quá trình nhận thức cảm tính mang lại những tài liệu đầu tiên cho ý thức, đó là những hình ảnh trực quan, sinh động về thực tại khách quan.

Quá trình nhận thức lí tính mang lại cho con người hình ảnh khái quát bản chất về thực tại khách quan và các mối liên hệ có tính quy luật của các sự vật, hiện tượng, tạo ra nội dung cơ bản của ý thức, là hạt nhân của ý thức. Bản thân các thao tác tư duy: so sánh, phân tích, tổng hợp... cũng là thao tác của ý thức.

Mặt thái độ của ý thức

Khi phản ánh thế giới khách quan ở cấp độ ý thức, con người luôn thể hiện thái độ của mình (thái độ cảm xúc, thái độ đánh giá, thái độ lựa chọn) đối với đối tượng. Thái độ được hình thành trên cơ sở nhận thức thế giới.

Mặt năng động của ý thức

Ý thức tạo cho con người có khả năng dự kiến trước hoạt động, điều khiển, điều chỉnh hoạt động nhằm thích nghi và cải tạo thế giới khách quan, đồng thời cải tạo cả bản thân. Mặt khác, ý thức nảy sinh và phát triển trong hoạt động. Cấu trúc của hoạt động quy định cấu trúc của ý thức. Quá trình xác định mục đích là điều kiện để có ý thức, động cơ, mục đích có ảnh hưởng quyết định đối với kết quả của quá trình nhận thức. Vì thế, nhu cầu, hứng thú, động cơ, ý chí...đều có vị trí nhất định trong cấu trúc ý thức.

2. Các cấp độ ý thức

Các hiện tượng tâm lí định hướng, điều khiển, điều chỉnh các hành vi và hoạt động của con người ở các mức độ khác nhau.

Căn cứ vào tính tự giác, mức độ sáng tỏ và phạm vi bao quát của chúng, người ta phân chia các hiện tượng tâm lí của con người thành ba cấp độ:

- ✓ Cấp độ chưa ý thức.
- ✓ Cấp độ ý thức và tự ý thức.
- ✓ Cấp độ ý thức nhóm và ý thức tập thể.

2.1 Cấp độ chưa ý thức

Trong cuộc sống, cùng với các hiện tượng tâm lí có ý thức, con người thường gặp những hiện tượng tâm lí chưa có ý thức chi phối hoạt động của mình. Ví dụ: Người bị mộng du vừa ngủ vừa đi trên mái nhà; người say rượu nói ra những điều không có ý thức; người bị thôi miên, bị bệnh tâm thần thường có những hành động không ý thức, tức là bản thân họ không hề nhận thức được mình đang làm gì. Hiện tượng tâm lí không ý thức, chưa nhận thức được, trong tâm lí học gọi là vô thức.

- Vô thức là hiện tượng tâm lí ở tầng bậc chưa ý thức, nơi mà ý thức không thực hiện chức năng của mình. Vô thức điều khiển những hành vi mang tính bản năng, không chủ định và tính không nhận thức được của con người, vô thức có các đặc điểm sau:

- ✓ Con người không nhận thức được các hiện tượng tâm lí, hành vi, cảm nghĩ của mình.
- ✓ Con người không thể đánh giá, kiểm soát được về hành vi, ngôn ngữ, cách cư xử của mình. Vô thức không kèm theo sự dự kiến trước, không có chủ định.
- ✓ Sự xuất hiện hành vi vô thức thường bất ngờ, đột ngột, xảy ra trong thời gian ngắn.

✓ Hình ảnh tâm lí trong vô thức có thể của cả quá khứ, hiện tại và tương lai nhưng chúng liên kết với nhau không theo quy luật hiện thực.

- Vô thức bao gồm nhiều hiện tượng tâm lí khác nhau của tầng bậc không (chưa) ý thức:

Vô thức ở tầng bản năng, vô thức (bản năng dinh dưỡng, tự vệ, sinh dục) tiềm tàng ở tầng sâu, dưới ý thức, mang tính bẩm sinh, di truyền. Vô thức còn bao gồm cả các hiện tượng tâm lí dưới ngưỡng ý thức (tiền ý thức). Ví dụ: cảm thấy thích một cái gì đó nhưng không hiểu vì sao; hiện tượng tâm thế - khuynh hướng sẵn sàng chờ đón, tiếp nhận một điều gì đó, ảnh hưởng đến tính linh hoạt và tính ổn định của hoạt động (tâm thế yêu đương của thanh niên, tâm thế nghỉ ngơi của người già...).

Có những hiện tượng tâm lí vốn là có ý thức nhưng do lặp đi lặp lại nhiều lần chuyển thành dưới ý thức - đó là tiềm thức. Tiềm thức là một dạng tiềm tàng, sâu lắng của ý thức, của con người tới mức chủ thể không nhận thức rõ được nguyên nhân.

2.2 Cấp độ ý thức, tự ý thức

Ở cấp độ ý thức như đã nói ở trên, con người nhận thức, tổ thái độ có chủ tâm và dự kiến trước hành vi của mình, từ đó có thể kiểm soát và làm chủ hành vi - hành vi trở nên có ý thức.

Ý thức có những đặc điểm sau:

✓ Các hiện tượng tâm lí có ý thức đều được chủ thể nhận thức: Chủ thể biết rõ mình đang làm gì, nghĩ gì. Vì thế, nhiều khi “có ý thức” đồng nghĩa với có hiểu biết, có tri thức.

✓ Ý thức bao hàm thái độ của chủ thể đối với đối tượng đã được nhận thức. Thái độ đó là động cơ của hành vi có ý thức.

✓ Ý thức được thể hiện ở tính có chủ tâm và dự kiến trước hành vi. Đặc điểm này phân biệt bản chất hành động của con người với hành vi của con vật.

Tự ý thức là mức độ phát triển cao của ý thức. Tự ý thức là ý thức về mình, có nghĩa là khi bản thân trở thành đối tượng “mở xẻ”, phân tích, lí giải...thì lúc đó, con người đang tự ý thức. Tự ý thức bắt đầu xuất hiện ở tuổi lên ba. Thông thường, tự ý thức biểu hiện ở những đặc điểm sau:

✓ Chủ thể tự nhận thức về bản thân mình từ bên ngoài đến nội dung tâm hồn, đến vị thế và các quan hệ xã hội, trên cơ sở đó tự nhận xét, tự đánh giá.

✓ Chủ thể có thái độ rõ ràng đối với bản thân.

- ✓ Chủ thể tự điều chỉnh, điều khiển hành vi theo mục đích tự giác.
- ✓ Chủ thể có khả năng tự giáo dục, tự hoàn thiện mình.

2.3 Cấp độ ý thức nhóm và ý thức tập thể

Trong hoạt động và giao tiếp xã hội, ý thức cá nhân sẽ phát triển dần dần đến ý thức xã hội (ý thức nhóm, ý thức tập thể, ý thức cộng đồng). Ví dụ: ý thức về gia đình, về dòng họ, về nghề nghiệp, về dân tộc... Ở cấp độ này, con người xử sự không đơn thuần trên nhu cầu, hứng thú, thị hiếu, quan điểm... của cá nhân mình mà xuất phát từ lợi ích, danh dự của nhóm, tập thể, cộng đồng. Hành động với ý thức nhóm, ý thức tập thể và ý thức cộng đồng, con người có thêm sức mạnh tinh thần mới, dễ dàng hoà nhập với cộng đồng, cùng cộng đồng phát triển.

Tóm lại, các cấp độ khác nhau của ý thức luôn tác động lẫn nhau, chuyển hoá và bổ sung cho nhau làm tăng tính đa dạng và sức mạnh của ý thức. Sự phát triển của ý thức từ cấp độ thấp đến cấp độ cao là dấu hiệu quan trọng nhất của sự phát triển nhân cách.

3. Sự hình thành và phát triển ý thức cá nhân

Khi nghiên cứu về sự hình thành và phát triển ý thức, người ta thường đề cập tới hai phương diện: phương diện loài người và phương diện cá nhân, về phương diện loài người, các tác giả kinh điển của chủ nghĩa Mác đã chỉ rõ: Trước hết là lao động, sau lao động và đồng thời với lao động là ngôn ngữ, đó là hai động lực chủ yếu đã biến bộ não vượt thành bộ óc người, biến tâm lí động vật thành ý thức.

3.1 Hình thành trong hoạt động và thể hiện trong sản phẩm hoạt động của cá nhân

Hoạt động nói chung đòi hỏi cá nhân phải nhận thức được nhiệm vụ, các phương thức, điều kiện và kết quả hành động. Đó chính là yếu tố khách quan thúc đẩy sự phát triển khả năng xây dựng mục đích và kế hoạch hoạt động của con người. Trong hoạt động, cá nhân đem vốn kinh nghiệm, năng lực... của mình thể hiện trong quá trình làm ra sản phẩm. Sản phẩm hoạt động luôn luôn chứa đựng một bộ mặt tâm lí, ý thức của người làm ra nó. Vì thế qua sản phẩm, cá nhân “nhìn thấy” được chính mình, nhận thức được vai trò xã hội của mình, từ đó có khả năng tự đánh giá, tự điều chỉnh, điều khiển hành vi.

Như vậy, trong hoạt động và bằng hoạt động, cá nhân hình thành ý thức về thế giới xung quanh và về bản thân mình.

3.2 Hình thành trong sự giao tiếp với người khác, với xã hội

Trong giao tiếp, cá nhân được truyền đạt và tiếp nhận thông tin. Trên cơ sở nhận thức người khác, đối chiếu mình với người khác, với chuẩn mực đạo đức xã hội, cá nhân tự nhận thức, tự đánh giá và điều khiển hành vi của mình. Chính nhờ sự giao tiếp trong xã hội, cá nhân hình thành ý thức về người khác và về bản thân mình. C. Mác và Ph. Ăngghen đã viết: “Sự phát triển của một cá thể phụ thuộc vào sự phát triển của nhiều cá thể khác mà nó đã giao tiếp trực tiếp hay gián tiếp”.

3.3 Hình thành bằng con đường tiếp thu nền văn hoá xã hội, ý thức xã hội

Tri thức là hạt nhân của ý thức. Nền văn hoá xã hội, ý thức xã hội là tri thức của loài người đã tích lũy được. Nó là nền tảng của ý thức cá nhân. Thông qua các hình thức hoạt động đa dạng, bằng con đường giáo dục, dạy học và giao tiếp xã hội, cá nhân tiếp thu các giá trị xã hội, các chuẩn mực xã hội để hình thành ý thức cá nhân.

3.4 Hình thành bằng con đường tự nhận thức, tự đánh giá, tự phân tích hành vi của bản thân

Trong quá trình hoạt động, giao tiếp xã hội, trên cơ sở đối chiếu mình với người khác, với chuẩn mực xã hội, cá nhân hình thành ý thức về bản thân (ý thức bản ngã - tự ý thức), từ đó cá nhân có khả năng tự giáo dục - tự hoàn thiện mình theo yêu cầu của xã hội.

III. CHÚ Ý

1. Khái niệm về chú ý

1.1. Chú ý là gì?

Môi trường xung quanh luôn có vô vàn sự vật tác động đến con người. Con người không thể tiếp nhận và xử lý chính xác tất cả mà chỉ thực hiện được một số quan hệ nào đó. Vì vậy, ý thức của con người phải lựa chọn và tập trung vào quan hệ nào đó, đối tượng hay thuộc tính nào đó của đối tượng để hoạt động có kết quả. Hiện tượng đó gọi là chú ý.

Chú ý là sự tập trung của ý thức vào một hay một nhóm sự vật hiện tượng để định hướng hoạt động, đảm bảo điều kiện thần kinh - tâm lý cần thiết cho hoạt động tiến hành có hiệu quả.

Chú ý được xem như là một trạng thái tâm lý “đi kèm” với các hoạt động tâm lý khác, giúp cho hoạt động đó đạt kết quả.

Ví dụ: Chú ý đi kèm với hoạt động nhận thức: chăm chú nhìn, lắng tai nghe, tập trung suy nghĩ... Đối tượng của chú ý là đối tượng của hoạt động mà nó đi kèm. Vì thế, chú ý được coi là “cái nền”, “cái phong”, là điều kiện của hoạt động có ý thức, chú ý được ví như cánh cửa duy nhất mà qua đó những gì của thế giới khách quan nhập vào tâm hồn con người.

1.2 Các loại chú ý

Có ba loại chú ý cơ bản của con người: Chú ý không chủ định, chú ý có chủ định và chú ý sau chủ định.

Chú ý không chủ định: là loại chú ý không có mục đích đặt ra từ trước, không cần sự nỗ lực, cố gắng của bản thân. Chú ý không chủ định chủ yếu do tác động bên ngoài gây ra và phụ thuộc vào đặc điểm của kích thích như:

- ✓ Độ mới lạ của kích thích: Kích thích càng mới lạ, mang tính bất ngờ, càng dễ gây ra chú ý không chủ định. Cường độ kích thích: Cường độ kích thích càng mạnh thì càng dễ gây ra chú ý không chủ định.

- ✓ Tính tương phản của kích thích: Những kích thích có sự khác biệt rõ nét về hình dạng, độ lớn, màu sắc, thời gian tác động... đều gây ra chú ý không chủ định.

- ✓ Độ hấp dẫn, ưa thích: Chú ý còn phụ thuộc vào nhu cầu, xúc cảm, hứng thú của chủ thể. Những gì liên quan đến việc thoả mãn nhu cầu, phù hợp với hứng thú đều dễ gây ra chú ý không chủ định.

Chú ý có chủ định: là loại chú ý có mục đích định trước và có sự nỗ lực, cố gắng của bản thân. Chú ý có chủ định phụ thuộc chủ yếu vào việc xác định nhiệm vụ cần thực hiện để đạt mục đích tự giác, nó không phụ thuộc vào các đặc điểm của kích thích.

Để duy trì chú ý có chủ định, cần có một số điều kiện cần thiết:

- ✓ Về khách quan: Tạo ra hoàn cảnh tốt, yên tĩnh, thuận lợi cho công việc. Loại bỏ hoặc giảm bớt tối đa những kích thích không liên quan tới nhiệm vụ.

- ✓ Về chủ quan: Phải xác định mục đích rõ ràng, dự kiến được những khó khăn và cố gắng nỗ lực để vượt qua. Mặt khác, phải tổ chức tốt các hành động để đảm bảo hoạt động có kết quả. Chính quá trình hoạt động và kết quả hoạt động cũng là điều kiện duy trì chú ý có chủ định.

Chú ý sau chủ định: là loại chú ý vốn là chú ý có chủ định, nhưng sau đó do hứng thú với hoạt động mà chủ thể không cần nỗ lực nhưng ý chí vẫn tập trung vào đối tượng hoạt động. Ví dụ: Trong giờ học, ban đầu có thể chú ý có chủ định; nhưng sau đó do sự

hấp dẫn của nội dung, ta không cần sự cố gắng vẫn tập trung chú ý. Như vậy, chú ý có chủ định đã chuyển thành chú ý sau chủ định.

2. Các thuộc tính cơ bản của chú ý

2.1 Sức tập trung của chú ý

Là khả năng chú ý một phạm vi đối tượng tương đối hẹp cần thiết cho hoạt động. Số lượng các đối tượng mà chú ý hướng tới gọi là khối lượng chú ý. Khối lượng chú ý phụ thuộc vào đặc điểm đối tượng cũng như nhiệm vụ và đặc điểm của hoạt động. Nếu không tập trung chú ý sẽ khó có thể hoàn thành nhiệm vụ. Tập trung chú ý cao độ có thể dẫn tới hiện tượng đãng trí.

2.2 Sự bền vững của chú ý

Đó là khả năng duy trì lâu dài chú ý vào một hay một số đối tượng của hoạt động. Ngược lại với sự bền vững là sự phân tán chú ý. Phân tán chú ý diễn ra theo chu kì có xen kẽ của sự bền vững chú ý gọi là sự dao động của chú ý.

2.3 Sự phân phối chú ý

Là khả năng cùng một lúc chú ý đến nhiều đối tượng hay nhiều hoạt động khác nhau một cách có chủ định. Ví dụ: Người lái xe cùng lúc phải chú ý tới các thao tác điều khiển xe cũng như những thay đổi của đường đi, những chướng ngại... Điều kiện để có thể phân phối chú ý là: Trong những hoạt động cùng tiến hành một lúc phải có những hoạt động quen thuộc. Chú ý được dành tối thiểu cho hoạt động quen thuộc và phần lớn dành cho hoạt động mới.

2.4 Sự di chuyển chú ý

Là khả năng chuyển chú ý từ đối tượng này sang đối tượng khác theo yêu cầu của hoạt động. Di chuyển chú ý dễ dàng khi đối tượng mới hấp dẫn hơn, do đã hoàn thành nhiệm vụ trước đây, đặc biệt là do đối tượng mới quan trọng hơn, ý nghĩa hơn.

Những thuộc tính cơ bản của chú ý có quan hệ bổ sung cho nhau và được hình thành, phát triển trong hoạt động, tạo thành những phẩm chất tâm lí cá nhân. Mỗi thuộc tính của chú ý có thể giữ vai trò tích cực hay không tùy thuộc vào việc biết sử dụng từng thuộc tính hay phối hợp các thuộc tính theo yêu cầu của hoạt động.

CÂU HỎI VÀ BÀI TẬP

Câu hỏi

1. Tâm lý của con người được hình thành và phát triển như thế nào?
2. Ý thức là gì?
3. Ý thức được hình thành và phát triển như thế nào?
4. Vô thức là gì?
5. Vì sao nói chú ý là điều kiện của hoạt động có ý thức?
6. Trình bày các thuộc tính cơ bản của chú ý?

Bài tập

Bài tập 1:

Sáng 1/3/2021, Anh Nguyễn Ngọc Mạnh (31 tuổi) người đã đỡ bé gái rơi từ tầng 12A chung cư 60B Nguyễn Huy Tưởng. Anh Mạnh kể, chiều qua 28/2, anh đang ngồi trong ô tô dưới sảnh chờ khách, thì nghe thấy một tiếng kêu cứu của trẻ nhỏ. Ban đầu anh chỉ nghĩ là “em bé nào đó quấy nên bị bố mẹ mắng”. Khoảng một phút sau khi nghe tiếng bé kêu, anh thấy nhiều người khác hô hoán thất thanh nên bật cửa kính xuống hẳn để nhìn ra xung quanh. Khi ngó lên tòa nhà đối diện, anh hoảng hồn vì “em bé đang đưa ở tầng 12 sắp rơi”. Không kịp suy nghĩ, anh vội vàng mở cửa xe, chạy băng qua quảng đường khoảng 30m, rồi trèo lên bức tường rào cao hơn 2m bao quanh chung cư, hướng tới vị trí em bé có thể rơi xuống. Anh đã cứu sống được cháu bé. Nhiều phóng viên đã phỏng vấn về hành động dũng cảm của anh, anh nói rằng anh cứ nghĩ bé đó cũng giống như con mình, ai nhìn thấy cảnh tượng đó cũng sẽ hành động như tôi. Đó là một việc làm hết sức bình thường.

Dưới góc độ tâm lý học hãy bình luận sự việc trên?

Bài tập 2: Chuyện kể rằng, ông Phạm Ngũ Lão, một tướng giỏi thời Trần khi còn hàn vi, ngồi đan sọt bên lề đường, mãi suy nghĩ đến mức mà không nghe thấy tiếng reo hò của đoàn quân hộ tống Hưng Đạo Vương Trần Quốc Tuấn, tới lúc lính đâm giáo vào đùi, chảy máu ra ông mới biết.

1. Thuộc tính nào thể hiện trong câu chuyện trên?
2. Rút ra ý nghĩa thực tiễn gì cho hoạt động học tập của mình?

Bài tập 3: Con khi được huấn luyện, hoặc do bất chước, có thể cầm chổi quét nhà, cầm búa đập vỡ gạch, hoặc đeo kính lên mắt...

- a. Những hành động đó của con khi về bản chất có khác với những việc làm tương tự của con người hay không?
- b. Tại sao lại như vậy?

Bài tập 4: Phân tích hành vi của động vật và xác định kiểu hành vi của chúng trong các ví dụ sau:

- a. Người ta đặt 2 quả trứng gà lôi rừng vào ổ con gà lôi vàng. Khi trứng nở, người ta đặt gà lôi vàng (mái) bên các gà con đó để gà mẹ chăm sóc con của mình. Sau một lúc, gà mẹ đã chú ý đến sự khác biệt nào đó ở đầu con gà rừng, nó hướng về con gà lôi rừng và định mổ. Những rồi điều đó đã không xảy ra, gà mẹ lại quần quýt với các con gà con.
- b. Ngày nay, người ta có thể dạy cá heo đánh bóng rổ, nhảy qua vòng, kéo ván cho người lướt...Không có một động vật nào, trừ khi hình người, có thể nhanh chóng tiếp thu những hành động như vậy được.
- c. Trên một cái bàn thấp, đặt trước mặt con khỉ Lônhi (tên riêng của khỉ), người ta đặt một số đồ vật có hình dạng khác nhau, giống hệt như những đồ vật mà người làm thực nghiệm cầm trên tay. Người làm thực nghiệm giơ ra một đồ vật nào đó, sau đấy, con vật phải chọn trong số các đồ vật trên bàn một đồ vật giống hệt với cái mà người làm thực nghiệm giơ ra, và đưa cho người thực nghiệm. Điều quan trọng là, con khỉ Lônhi “tự giác” sử dụng những hành động đã thu được trong thí nghiệm vào cả những trường hợp nằm ngoài điều kiện thí nghiệm.

Bài tập 5: Hãy giải thích cơ chế sinh lý của những hiện tượng dưới đây. Những hiện tượng đó được gọi là gì?

- a. Thầy dạy toán lôi cuốn sự chú ý của học sinh một cách mạnh mẽ đến nỗi không một em nào nghe thấy tiếng chuông báo hết giờ học cả.
- b. Nhạc sĩ Beethoven một lần vào quán ăn, trong khi chờ bồi bàn liền nảy sinh cảm hứng, ông vội mở sổ tay cầm cúi ghi nốt nhạc. Sáng tác xong, ông đòi thanh toán tiền ăn, rồi quán một cách “no nê”, tuy trong bụng lép kẹp.
- c. Newton có thói quen tự nấu ăn sáng, có lần mãi suy nghĩ mà ông đã luộc chiếc đồng hồ trong xoong, mà tay vẫn cầm quả trứng sống.

CHƯƠNG 4. HOẠT ĐỘNG NHẬN THỨC

MỤC TIÊU

Kiến thức: Trang bị cho sinh viên những hiểu biết cơ bản cảm giác, tri giác, tư duy, tưởng tượng và nắm được các quy luật, đặc điểm của nhận thức cảm tính và nhận thức lý tính.

Kỹ năng: Vận dụng có hiệu quả các đặc điểm, quy luật của nhận thức cảm tính và nhận thức lý tính vào trong cuộc sống.

Thái độ: Hình thành ở sinh viên thái độ nghiêm túc khi tiếp thu các kiến thức liên quan đến môn học.

I. NHẬN THỨC CẢM TÍNH

1. Cảm giác

1.1 Cảm giác là gì ?

Một số ví dụ về cảm giác: Tay đụng vào một vật nhọn thấy đau, sờ vào nước đá thấy lạnh; Để một vật tròn trên tay, nhắm mắt lại cảm thấy vật đó là tròn, nhẵn; Mùa đông gió thổi vào da cảm thấy lạnh buốt; Cắn quả ớt thấy cay; Đi qua bờ kênh cảm thấy mùi bốc lên rất khó chịu.

Vậy, *Cảm giác là một quá trình tâm lý phản ánh thuộc tính riêng lẻ của sự vật hiện tượng khi chúng đang tác động trực tiếp vào các giác quan của ta.*

1.2 Đặc điểm của cảm giác

- Cảm giác là quá trình tâm lý (có nảy sinh, diễn biến và kết thúc). Kích thích gây ra cảm giác là bản thân các sự vật, hiện tượng trong hiện thực khách quan và các trạng thái tâm lý trong mỗi con người.

- Cảm giác phản ánh một cách riêng lẻ từng thuộc tính của sự vật, hiện tượng chứ không phản ánh được trọn vẹn các thuộc tính của sự vật, hiện tượng.

- Cảm giác chỉ phản ánh hiện thực khách quan một cách trực tiếp, tức là khi sự vật, hiện tượng trực tiếp tác động vào giác quan thì mới tạo ra cảm giác.

- Cảm giác có ở cả động vật và người, nhưng cảm giác ở người khác với cảm giác ở con vật. Cảm giác ở người có bản chất xã hội. Bản chất xã hội của cảm giác ở người được biểu hiện không chỉ ở đối tượng phản ánh của nó (gồm cả những sản phẩm do con người sáng tạo ra), mà còn ở cơ chế sinh lý của nó (không giới hạn ở hệ thống tín hiệu thứ nhất mà có sự tham gia của hệ thống tín hiệu thứ hai) và đặc biệt là ở chỗ cảm giác của người được phát triển mạnh dưới ảnh hưởng của hoạt động và giáo dục.

1.3 Các quy luật cơ bản của cảm giác

a) Quy luật về ngưỡng của cảm giác

Không phải mọi kích thích nào cũng gây ra cảm giác: kích thích yếu hay quá mạnh đều không gây ra cảm giác. Giới hạn của cường độ mà ở đó kích thích gây ra cảm giác thì gọi là ngưỡng của cảm giác.

Có hai loại ngưỡng:

- ✓ Ngưỡng tuyệt đối phía trên là cường độ kích thích tối đa vẫn gây cho ta cảm giác.
- ✓ Ngưỡng tuyệt đối phía dưới là cường độ kích thích tối thiểu đủ gây cho ta cảm giác (còn gọi là ngưỡng tuyệt đối), nó tỷ lệ nghịch với độ nhạy cảm của cảm giác.

Trong phạm vi giữa ngưỡng dưới và ngưỡng trên là vùng cảm giác được trong đó có một vùng phản ánh tốt nhất.

Chẳng hạn đối với cảm giác nhìn ngưỡng dưới của mắt là những sóng ánh sáng có bước sóng 390 milimicron và ngưỡng trên 780 milimicron, vùng phản ánh tốt nhất 565 milimicron của cảm giác nghe là 1000 hec.

- ✓ Ngưỡng sai biệt: Đó là mức độ chênh lệch tối thiểu về cường độ hoặc tính chất của hai kích thích đủ để cho ta phân biệt hai kích thích đó. Ngưỡng sai biệt là một hằng số. Cảm giác thị giác là 1/100, thính giác là 1/10.

Ví dụ: Một vật nặng 1kg, phải thêm vào ít nhất là 34 gam nữa thì mới gây cảm giác về sự biến đổi trọng lượng của nó.

b) Quy luật về sự thích ứng của cảm giác

Để đảm bảo cho sự phản ánh được tốt nhất và đảm bảo cho hệ thần kinh khỏi bị huỷ hoại, cảm giác của con người có khả năng thích ứng với kích thích. Đó là khả năng thay đổi độ nhạy cảm cho phù hợp với cường độ kích thích.

Có nhiều kiểu thích ứng của cảm giác:

- ✓ Cảm giác hoàn toàn mất đi khi quá trình kích thích kéo dài.

Ví dụ: Ít ai có cảm giác về sức nặng của đồng hồ đeo tay, kính đeo ở mắt, quần áo mặc trên người.

- ✓ Khi cường độ kích thích tăng thì giảm độ nhạy cảm.

Ví dụ: Từ chỗ tối bước qua chỗ sáng, phải qua một thời gian đợi cho tính nhạy cảm của thị giác phân tích giảm xuống ta mới phân biệt được các vật chung quanh. Người lái máy bay bị đèn chiếu dọi vào mắt ít nhất cũng qua từ 3 đến 6 giây mới giảm được sự nhạy cảm để nhìn rõ con số trên đồng hồ.

✓ Khi cường độ kích thích giảm thì độ nhạy cảm tăng.

Ví dụ: Từ nơi sáng bước vào bóng tối.

Mức độ thích ứng của các loại cảm giác khác nhau là không giống nhau. Khả năng thích ứng của các cảm giác là do rèn luyện.

c) Quy luật về sự tác động qua lại giữa các cảm giác

Sự tác động qua lại giữa các cảm giác là sự thay đổi tính nhạy cảm của một cảm giác này dưới ảnh hưởng của cảm giác kia. Sự tác động qua lại đó diễn ra theo một quy luật chung như sau: sự kích thích yếu lên một cảm giác này sẽ làm tăng độ nhạy cảm của cảm giác kia. Sự kích thích mạnh lên một cảm giác này sẽ làm giảm độ nhạy cảm của cảm giác kia.

Ví dụ: Những âm thanh nhẹ làm tăng thêm tính nhạy cảm nhìn; Lúc bệnh ăn gì cũng không cảm thấy ngon.

Sự tác động qua lại giữa các cảm giác có thể diễn ra đồng thời hay nối tiếp giữa các cảm giác cùng loại hay khác loại.

Ví dụ: Sau một kích thích lạnh thì một kích thích ấm sẽ có vẻ nóng hơn (Đó là tương phản nối tiếp).

2.Tri giác

2.1 Tri giác là gì ?

Tri giác là quá trình tâm lý phản ánh một cách trọn vẹn các thuộc tính của sự vật hiện tượng khi chúng trực tiếp tác động vào các giác quan của ta.

2.2 Đặc điểm của tri giác

- Cũng như cảm giác, tri giác là quá trình tâm lý và cũng phản ánh các thuộc tính bề ngoài của sự vật, hiện tượng một cách trực tiếp.

- Tri giác phản ánh sự vật, hiện tượng một cách trọn vẹn. Sản phẩm của tri giác là một hình ảnh hoàn chỉnh về sự vật hiện tượng. Cho nên, trên cơ sở kinh nghiệm, hiểu biết của mình, chỉ cần tri giác một số thành phần riêng lẻ của sự vật, hiện tượng, con người vẫn tạo nên được hình ảnh trọn vẹn về chúng. Tính trọn vẹn của tri giác là do tính trọn vẹn khách quan của bản thân sự vật, hiện tượng qui định và dựa trên cơ sở của sự phối hợp hoạt động của nhiều cơ quan phân tích.

- Tri giác phản ánh sự vật, hiện tượng theo những cấu trúc nhất định. Cấu trúc này không phải là tổng số các cảm giác, mà là sự khái quát đã được trừu xuất từ các cảm giác đó trong mối liên hệ qua lại giữa các thành phần ở một khoảng thời gian nào đó

(ví dụ: nghe ngôn ngữ mà hiểu được). Cho nên, sự phản ánh này không phải có sẵn từ trước mà nó diễn ra trong quá trình tri giác. Đó chính là tính kết cấu của tri giác.

- Tri giác là quá trình tích cực, tự giác, gắn liền với hoạt động của con người. Tâm lý học đã chứng minh được rằng, tri giác là một hành động tích cực hướng vào giải quyết một nhiệm vụ nhận thức cụ thể nào đó trong sự kết hợp chặt chẽ của các yếu tố cảm giác và vận động.

2.3 Các loại tri giác

Phân loại theo cơ quan phân tích nào giữ vai trò chính trong số các cơ quan tham gia vào quá trình tri giác ta có :

- Tri giác nhìn
- Tri giác nghe
- Tri giác sờ mó

Phân loại theo đối tượng phản ánh ta có:

- Tri giác không gian: là tri giác về hình dáng, độ lớn, vị trí, độ xa và phương hướng của các sự vật đang tồn tại trong không gian, tri giác này giữ vai trò quan trọng trong sự tác động qua lại của con người với môi trường xung quanh, nó là điều kiện để con người định hướng trong môi trường.

- Tri giác thời gian: Loại tri giác này cho biết độ dài lâu, tốc độ, nhịp điệu và tính liên tục khách quan của các hiện tượng trong hiện thực. Nhờ tri giác thời gian mà những biến đổi xảy ra trong thế giới chung quanh được phản ánh.

Trong tri giác thời gian cũng có những ảo giác, nghĩa là những sai lầm trong việc nhận xét độ ngắn dài của kho thời gian, chẳng hạn khi chúng ta bận nhiều công việc, hoặc trạng thái phấn khởi thì thời gian hình như đi nhanh hơn, rút ngắn lại. Trái lại những lúc nhàn rỗi hoặc trong trạng thái chờ đợi hoặc buồn bực thì chúng ta cảm thấy thời gian như đi chậm lại.

- Tri giác vận động: là sự phản ánh những thay đổi về vị trí các sự vật trong không gian, loại này cho ta biết phương hướng, tốc độ, thời gian chuyển động của đối tượng tri giác.

- Tri giác con người (tri giác xã hội): Là quá trình nhận thức lẫn nhau của con người trong điều kiện giao lưu trực tiếp. Đây là loại tri giác đặc biệt vì đối tượng tri giác cũng là con người. quá trình này bao gồm tất cả các mức độ của sự phản ánh tâm lý từ cảm giác cho đến tư duy.

2.4 Các quy luật của tri giác

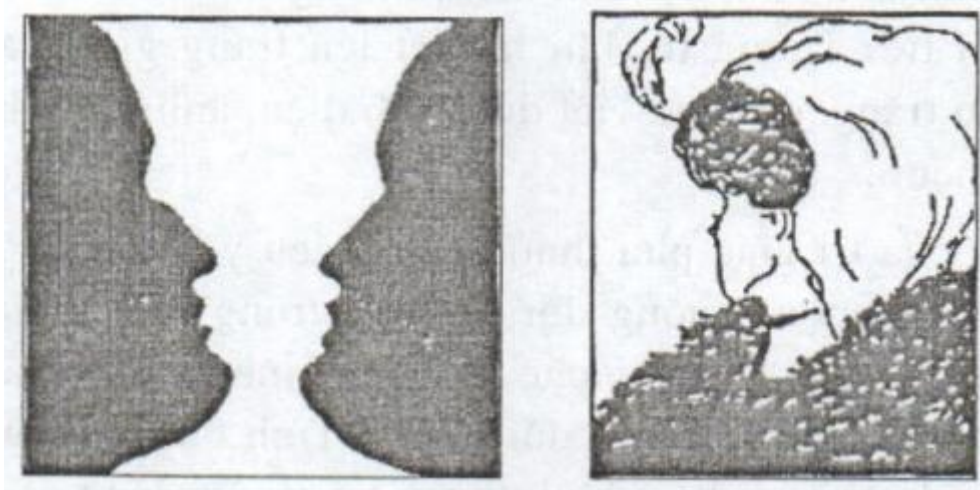
a) Quy luật về tính đối tượng của tri giác

Hình ảnh trực quan mà tri giác đem lại bao giờ cũng thuộc về một sự vật, hiện tượng của thế giới bên ngoài. Hình ảnh ấy một mặt phản ánh đặc điểm của đối tượng mà ta tri giác, mặt khác là hình ảnh chủ quan về thế giới khách quan. Nghĩa là con người khi tạo ra hình ảnh tri giác phải sử dụng một tổ hợp các hoạt động của các cơ quan phân tích, đồng thời chủ thể đem sự hiểu biết của mình về sự vật, hiện tượng đang tri giác để “tách” các đặc điểm của sự vật, đưa chúng vào hình ảnh của sự vật, hiện tượng. Nhờ mang tính đối tượng mà hình ảnh tri giác là cơ sở định hướng và điều chỉnh hành vi, hoạt động của con người.

b) Quy luật về tính lựa chọn của tri giác

Trong tính lựa chọn chứa đựng tính tích cực của tri giác: Tri giác là quá trình tách đối tượng ra khỏi bối cảnh. Vì vậy, những sự vật (hay thuộc tính của sự vật) nào càng được phân biệt với bối cảnh thì càng được tri giác dễ dàng, đầy đủ hơn. Sự lựa chọn trong tri giác không có tính chất cố định, vai trò của đối tượng và bối cảnh có thể giao hoán cho nhau. Có vô vàn sự vật, hiện tượng tác động vào con người. Tri giác của con người không thể đồng thời phản ánh tất cả các sự vật, hiện tượng đang trực tiếp tác động, mà chỉ tách ra một số tác động trong vô vàn những tác động ấy để tri giác một đối tượng nào đó. Đặc điểm này nói lên tính lựa chọn của tri giác.

Sự tri giác những bức tranh hai nghĩa nói lên điều đó (Xem hình).



Quy luật này được ứng dụng nhiều trong trang trí, bố cục, trong dạy học, thay đổi kiểu chữ, màu mực khi viết bảng, minh hoạ...

c) Quy luật về tính ý nghĩa của tri giác

Các hình ảnh của tri giác luôn luôn có một ý nghĩa nhất định. Khi tri giác một sự vật, hiện tượng, bằng kinh nghiệm và vốn hiểu biết của mình, con người gọi được tên sự vật, hiện tượng đó (Nó là cái gì?) và xếp nó vào một nhóm, một loại nhất định. Ngay cả khi tri giác một sự vật hiện tượng không quen biết, ta vẫn cố gắng ghi nhận trong đó một cái gì đó giống với các đối tượng mà ta đã quen biết hoặc xếp nó vào một loại sự vật hiện tượng đã biết, gần gũi nhất đối với nó.

Trong quá trình tổ chức hoạt động học tập cho học sinh, giáo viên cần phải tính đến quy luật này. Tài liệu trực quan chỉ được quan sát một cách đầy đủ, sâu sắc khi giới thiệu những tài liệu đã được kèm theo những lời chỉ dẫn. Việc gọi tên đầy đủ, chính xác các sự vật, hiện tượng mới mẻ khi tổ chức cho học sinh quan sát là rất cần thiết.

d) Quy luật về tính ổn định của tri giác

Điều kiện tri giác một sự vật, hiện tượng nào đó của chúng ta có thể thay đổi (độ chiếu sáng, vị trí trong không gian, khoảng cách tới người tri giác...), song chúng ta vẫn tri giác được sự vật hiện tượng đó như là sự vật, hiện tượng ổn định về hình dáng, kích thước, màu sắc...Hiện tượng này nói lên tính ổn định của tri giác.

Tính ổn định của tri giác là khả năng phản ánh sự vật, hiện tượng không thay đổi khi điều kiện tri giác thay đổi. Ví dụ: Trước mặt ta là một em bé, xa hơn, phía sau em bé là một chàng thanh niên. Trên võng mạc, mặc dù hình ảnh em bé lớn hơn hình ảnh chàng thanh niên, nhưng ta vẫn cảm thấy chàng thanh niên lớn hơn đứa trẻ. Tương tự, khi ta viết lên trang giấy, ta luôn cảm thấy trang giấy có màu trắng, dù là ta viết dưới ánh điện, ánh trăng hay ánh đèn dầu, lúc trời tối nhá nhem...

Tính ổn định của tri giác phụ thuộc vào nhiều yếu tố: Trước hết là do cấu trúc của sự vật, hiện tượng tương đối ổn định trong một thời gian, thời điểm nhất định. Nhưng chủ yếu là do cơ chế tự điều chỉnh của hệ thần kinh cũng như vốn kinh nghiệm của con người về đối tượng. Tính ổn định của tri giác không phải là cái bẩm sinh, mà nó được hình thành trong đời sống cá thể, là điều kiện cần thiết của hoạt động thực tiễn của con người. Tuy nhiên, khi tri giác, cần khắc phục cái nhìn phiến diện, tĩnh tại về thế giới.

e) Quy luật tổng giác

Ngoài tính chất, đặc điểm của vật kích thích, tri giác của con người còn phụ thuộc vào bản thân chủ thể tri giác như: nhu cầu, hứng thú, tình cảm, mục đích, động cơ...(ví dụ: “Yêu nhau củ ấu cũng tròn”).

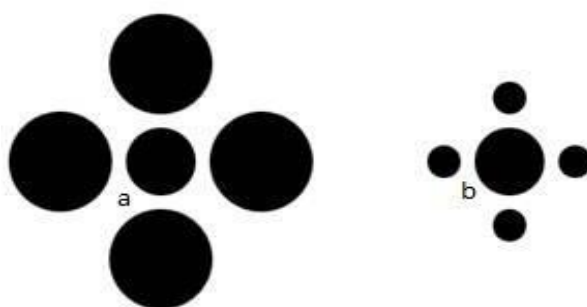
Sự phụ thuộc của tri giác vào nội dung đời sống tâm lí con người, Vào đặc điểm nhân cách của họ được gọi là hiện tượng tổng giác. Điều đó chứng tỏ rằng ta có thể điều khiển được tri giác. Do vậy, trong quá trình dạy học và giáo dục, chúng ta phải tính đến kinh nghiệm, vốn hiểu biết, xu hướng, hứng thú, tâm lí của học sinh...;đồng thời việc cung cấp tri thức kinh nghiệm, giáo dục niềm tin, nhu cầu...cho họ sẽ làm cho sự tri giác của họ tinh tế, nhạy bén hơn.

f) Ảo giác

Ảo giác là tri giác không đúng, bị sai lệch, tạo ra hình ảnh về đối tượng, hiện tượng không có thật. Những hiện tượng này tuy không nhiều, song nó có tính quy luật.

Người ta vận dụng ảo giác vào trong kiến trúc, hội hoạ, trang trí, trang phục...để phục vụ.

Ảo giác về tương phản. Ví dụ: Các vòng tròn như nhau nhưng nằm giữa các vòng tròn to hơn thì tri giác dường như bé hơn. Hai đường tròn a, b thực tế bằng nhau, nhưng dường như a nhỏ hơn b vì những đường tròn xung quanh a và b tạo nên sự tương phản (xem hình).



II. NHẬN THỨC LÝ TÍNH

1. Khái niệm về tư duy

Tư duy là một quá trình tâm lí 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.

2. Bản chất xã hội của tư duy

Cũng như mọi hiện tượng tâm lí khác, tư duy của con người mang bản chất xã hội. Bản chất xã hội của tư duy được thể hiện ở những mặt sau đây:

✓ Mọi hành động tư duy đều dựa vào kinh nghiệm mà các thế hệ trước đã tích lũy được, tức là dựa vào kết quả hoạt động nhận thức mà xã hội loài người đã đạt được ở trình độ phát triển lịch sử lúc đó.

✓ Tư duy sử dụng vốn từ ngữ do các thế hệ trước sáng tạo ra với tư cách là phương tiện biểu đạt, khái quát và gìn giữ các kết quả hoạt động nhận thức của loài người.

✓ Quá trình tư duy được thúc đẩy bởi nhu cầu của xã hội, nghĩa là ý nghĩ của con người được hướng vào việc giải quyết các nhiệm vụ cấp thiết, nóng hổi nhất của giai đoạn lịch sử đương đại.

✓ Bề rộng của sự khái quát, chiều sâu của việc phát hiện ra bản chất các sự vật, hiện tượng được quy định không chỉ bởi những khả năng của cá nhân, mà còn bởi kết quả hoạt động nhận thức mà loài người đã đạt được và trí tuệ của nhiều người. Hay nói cách khác, tư duy mang tính tập thể.

Như vậy, tư duy của mỗi người được hình thành và phát triển trong quá trình hoạt động nhận thức tích cực của bản thân người đó, nhưng nội dung và tính chất của tư duy được quy định bởi trình độ nhận thức chung, tồn tại trong một giai đoạn phát triển xã hội lúc đó. Tư duy là sản phẩm của sự phát triển xã hội - lịch sử.

3. Đặc điểm của tư duy

Thuộc mức độ nhận thức cao - nhận thức lí tính, tư duy có những đặc điểm mới về chất so với cảm giác, tri giác. Tư duy có những đặc điểm cơ bản sau:

✓ *Tính “có vấn đề” của tư duy*

Không phải bất cứ hoàn cảnh nào tư duy cũng xuất hiện. Trên thực tế, tư duy chỉ xuất hiện khi gặp những hoàn cảnh, những tình huống “có vấn đề”. Tức là những tình huống chứa đựng một mục đích, một vấn đề mới mà những hiểu biết cũ, phương pháp hành động cũ, tuy còn cần thiết song không đủ sức giải quyết. Muốn giải quyết vấn đề mới đó, để đạt được mục đích mới đó, con người phải tìm cách thức giải quyết mới, tức là con người phải tư duy.

Hoàn cảnh (tình huống) có vấn đề kích thích con người tư duy. Song vấn đề chỉ trở thành tình huống “có vấn đề” khi con người nhận thức được (ý thức được) tình huống có vấn đề, nhận thức được mâu thuẫn chứa đựng trong vấn đề, chủ thể phải có nhu cầu giải quyết và phải có những tri thức cần thiết liên quan tới vấn đề. Chỉ có trên cơ sở đó tư duy mới xuất hiện.

Do vậy, trong dạy học cũng như trong công tác giáo dục cần phải đưa học sinh vào “hoàn cảnh có vấn đề” và hướng dẫn các em tự giải quyết vấn đề thì mới phát huy được tính tích cực nhận thức của các em.

✓ *Tính gián tiếp của tư duy*

Ở mức độ nhận thức cảm tính, con người phản ánh trực tiếp sự vật, hiện tượng bằng giác quan của mình, trên cơ sở đó có hình ảnh cảm tính về sự vật, hiện tượng. Đến mức độ tư duy, con người không nhận thức thế giới một cách trực tiếp mà có khả năng nhận thức nó một cách gián tiếp.

Tính gián tiếp của tư duy được thể hiện trước hết ở việc con người sử dụng ngôn ngữ để tư duy. Nhờ có ngôn ngữ mà con người sử dụng các kết quả nhận thức (quy tắc, công thức, quy luật, khái niệm...) vào quá trình tư duy (phân tích, tổng hợp, so sánh, khái quát...) để nhận thức được cái bên trong, bản chất của sự vật, hiện tượng.

Tính gián tiếp của tư duy còn được thể hiện là: Trong quá trình tư duy, con người sử dụng những công cụ, phương tiện (như đồng hồ, nhiệt kế, máy móc...) để nhận thức những đối tượng mà không thể trực tiếp tri giác chúng.

Nhờ có tính gián tiếp mà tư duy đã mở rộng không giới hạn những khả năng nhận thức của con người, con người không chỉ phản ánh những gì diễn ra trong hiện tại mà còn phản ánh được cả quá khứ và tương lai.

✓ *Tính trừu tượng và khái quát của tư duy*

Khác với nhận thức cảm tính, tư duy không phản ánh sự vật, hiện tượng một cách cụ thể và riêng lẻ. Tư duy có khả năng trừu xuất khỏi sự vật, hiện tượng những thuộc tính, những dấu hiệu cá biệt, cụ thể, chỉ giữ lại những thuộc tính bản chất, chung cho nhiều sự vật và hiện tượng. Trên cơ sở đó mà khái quát những sự vật, hiện tượng riêng lẻ, nhưng có những thuộc tính bản chất chung thành một nhóm, một loại, một phạm trù. Nói cách khác, tư duy mang tính trừu tượng và khái quát. Ví dụ, khi nghĩ tới “cái ghế” là cái ghế nói chung chứ không chỉ một cái ghế cụ thể (to hay nhỏ, bằng gỗ hay song mây...).

Nhờ có tính trừu tượng và khái quát của tư duy mà con người không chỉ giải quyết được những nhiệm vụ hiện tại, mà còn có thể giải quyết được những nhiệm vụ của tương lai. Nhờ có tính khái quát, tư duy trong khi giải quyết nhiệm vụ cụ thể vẫn có thể xếp nó vào một nhóm, một loại, một phạm trù để có những quy tắc, phương pháp giải quyết tương tự.

✓ *Tư duy quan hệ chặt chẽ với ngôn ngữ*

Sở dĩ tư duy mang tính “có vấn đề”, tính gián tiếp, tính trừu tượng và khái quát vì nó gắn chặt với ngôn ngữ. Tư duy và ngôn ngữ có mối quan hệ mật thiết với nhau. Nếu không có ngôn ngữ thì quá trình tư duy ở con người không thể diễn ra được, đồng thời các sản phẩm của tư duy (những khái niệm, phán đoán...) cũng không được chủ thể và người khác tiếp nhận.

Ngôn ngữ cố định lại các kết quả của tư duy, là vỏ vật chất của tư duy và là phương tiện biểu đạt kết quả tư duy, do đó có thể khách quan hoá kết quả tư duy cho người khác và cho bản thân chủ thể tư duy. Ngược lại, nếu không có tư duy (với những sản phẩm của nó) thì ngôn ngữ chỉ là những chuỗi âm thanh vô nghĩa. Tuy nhiên, ngôn ngữ không phải là tư duy, ngôn ngữ chỉ là phương tiện của tư duy.

✓ *Tư duy có mối quan hệ mật thiết với nhận thức cảm tính*

Mặc dù ở mức độ nhận thức cao hơn (phản ánh cái bản chất bên trong, mối quan hệ có tính quy luật), nhưng tư duy phải dựa vào nhận thức cảm tính. Tư duy thường bắt đầu từ nhận thức cảm tính, trên cơ sở nhận thức cảm tính mà nảy sinh “tình huống có vấn đề”. Nhận thức cảm tính là một khâu của mối liên hệ trực tiếp giữa tư duy với hiện thực, là cơ sở, chất liệu của những khái quát hiện thực theo một nhóm, lớp, phạm trù mang tính quy luật trong quá trình tư duy.

S.L. Rubinshtejn - nhà tâm lý học Xô viết đã khẳng định: “Nội dung cảm tính bao giờ cũng có trong tư duy trừu tượng, tựa hồ như làm thành chỗ dựa cho tư duy.

Ngược lại, tư duy và những kết quả của nó ảnh hưởng mạnh mẽ, chi phối khả năng phản ánh của nhận thức cảm tính: làm cho khả năng cảm giác của con người tinh vi, nhạy bén hơn; làm cho tri giác của con người mang tính lựa chọn, tính ý nghĩa. Chính vì lẽ đó, Ph. Ăngghen cho rằng: “Nhập vào với con mắt của chúng ta chẳng những có các cảm giác khác mà còn có cả hoạt động tư duy của ta nữa.

Từ những đặc điểm trên đây của tư duy, ta có thể rút ra những kết luận cần thiết trong công tác giảng dạy và giáo dục của người giáo viên như sau:

✓ Phải coi trọng việc phát triển tư duy cho học sinh. Bởi lẽ, không có khả năng tư duy, học sinh không học tập và rèn luyện được. Muốn kích thích học sinh tư duy thì phải đưa các em vào “tình huống có vấn đề” và tổ chức cho học sinh độc lập, sáng tạo giải quyết “tình huống có vấn đề”.

✓ Việc phát triển tư duy phải được tiến hành song song và thông qua truyền thụ tri thức. Mọi tri thức đều mang tính khái quát, nếu không tư duy thì không thực sự tiếp thu, lại không vận dụng được những tri thức đó.

✓ Việc phát triển tư duy phải gắn với việc trau dồi ngôn ngữ. Bởi lẽ có nắm vững ngôn ngữ thì học sinh mới có phương tiện để tư duy có hiệu quả. Đây là nhiệm vụ chung của các nhà giáo dục.

✓ Việc phát triển tư duy phải gắn liền với việc rèn luyện cảm giác, tri giác, năng lực quan sát và trí nhớ cho học sinh. Bởi thiếu những tài liệu cảm tính thì tư duy không thể diễn ra được.

4. Các giai đoạn của quá trình tư duy

Mỗi hành động tư duy là một quá trình giải quyết một nhiệm vụ nào đó nảy sinh trong quá trình nhận thức hay trong hoạt động thực tiễn.

Từ khi chủ thể gặp “tình huống có vấn đề”, nhận thức được vấn đề (nhiệm vụ cần giải quyết) đến khi giải quyết được vấn đề là một quá trình bao gồm nhiều giai đoạn. Đó là các giai đoạn sau:

- *Xác định vấn đề và biểu đạt vấn đề*

Tình huống là một điều kiện quan trọng của tư duy, song bản thân nó không làm nảy sinh tư duy. Tư duy chỉ nảy sinh khi con người nhận thức được tình huống (lúc đó, tình huống trở thành “có vấn đề”, tức là con người xác định được nhiệm vụ tư duy) và biểu đạt được nó.

Tình huống có vấn đề chứa đựng các mâu thuẫn khác nhau (giữa cái đã biết với cái chưa biết, giữa cái đã có với cái chưa có...). Đó là mặt khách quan của tình huống có vấn đề. Tuy nhiên, tình huống có vấn đề mang tính chủ quan rõ rệt. Cùng một hoàn cảnh (tình huống) như nhau, trước người này có thể nảy sinh vấn đề khi họ nhìn thấy mâu thuẫn nào đó, còn ở người khác vấn đề lại không được nảy sinh, điều này phụ thuộc vào kiến thức và nhu cầu của cá nhân. Con người càng có nhiều kinh nghiệm trong một lĩnh vực nào đó, càng dễ dàng nhìn ra một cách đầy đủ mâu thuẫn, tức là càng xác định rõ những vấn đề đòi hỏi họ giải quyết. Có thể nói, tình huống có vấn đề là sự sát nhập giữa yếu tố khách quan và yếu tố chủ quan. Chính vấn đề cần giải quyết được xác định này quyết định toàn bộ các khâu sau đó của quá trình tư duy, quyết định chiến lược tư duy. Đây là giai đoạn đầu tiên, rất quan trọng của quá trình tư duy.

- *Huy động các tri thức, kinh nghiệm*

Khi đã xác định được nhiệm vụ cần giải quyết, chủ thể tư duy huy động các tri thức, kinh nghiệm liên quan đến vấn đề cần giải quyết đó, nghĩa là xuất hiện các liên tưởng. Việc làm xuất hiện những tri thức, kinh nghiệm có liên quan phụ thuộc vào nhiệm vụ đã xác định (đúng hướng hay lạc hướng là do nhiệm vụ xác định chính xác hay không).

- *Sàng lọc các liên tưởng và hình thành giả thuyết*

Các tri thức, kinh nghiệm và liên tưởng xuất hiện thoạt đầu mang tính chất rộng rãi, bao trùm, chưa khu biệt nên cần được sàng lọc cho phù hợp với nhiệm vụ đặt ra. Ví dụ: Sau khi đọc đề bài thi, xác định được nhiệm vụ cần giải quyết, thoạt đầu học sinh liên tưởng đến những phần, những chương hoặc những bài có liên quan đến đề bài. Sau đó, các em gạn lọc dần, khu biệt những tri thức trong từng bài, từng chương đã học có liên quan trực tiếp đến vấn đề phải giải quyết.

Trên cơ sở sàng lọc đó mà hình thành giả thuyết, tức là một phương án, dự kiến cách giải quyết có thể có đối với nhiệm vụ tư duy. Chính sự đa dạng và độ biến dạng rộng của các giả thuyết cho phép xem xét cùng một sự vật, hiện tượng từ nhiều hướng khác nhau, trong các hệ thống liên hệ, quan hệ khác nhau, tìm ra được con đường giải quyết nhiệm vụ đúng đắn và tiết kiệm nhất.

- *Kiểm tra giả thuyết*

Sự đa dạng của các giả thuyết không phải là mục đích tự thân nên phải kiểm tra xem giả thuyết nào tương ứng với điều kiện và vấn đề đặt ra. Kết quả của sự kiểm tra sẽ dẫn đến sự khẳng định, phủ định hay chính xác hoá giả thuyết đã nêu. Trong trường hợp giả thuyết bị phủ định thì một quá trình tư duy mới lại được bắt đầu từ đầu.

Trong quá trình kiểm tra giả thuyết, có thể ta lại nhìn nhận cũng nhiệm vụ đó nhưng trong một hệ thống quan hệ, liên hệ khác và do đó có thể phát hiện ra nhiệm vụ mới còn chưa được giải quyết.

- *Giải quyết nhiệm vụ*

Đây là khâu cuối cùng của một quá trình tư duy. Khi giả thuyết đã được kiểm tra và khẳng định thì nó sẽ được thực hiện, nghĩa là đi đến câu trả lời cho vấn đề được đặt ra. Cũng có khi, sau khi giải quyết vấn đề này, lại đặt ra một vấn đề mà chủ thể có nhu cầu giải quyết. Lúc đó, một quá trình tư duy mới lại bắt đầu.

Trong quá trình giải quyết nhiệm vụ, con người thường gặp nhiều khó khăn do nhiều nguyên nhân. Có ba nguyên nhân thường gặp là:

- ✧ Chủ thể không nhận thấy một số dữ kiện của bài toán (nhiệm vụ).

✧ Chủ thể đưa thêm vào bài toán một điều kiện thừa.

✧ Tính chất khuôn sáo, cứng nhắc của tư duy.

5. Các thao tác của tư duy

Tính giai đoạn của quá trình tư duy chỉ phản ánh được mặt bên ngoài, cấu trúc bên ngoài của tư duy, còn nội dung bên trong mỗi giai đoạn của quá trình tư duy lại là một quá trình phức tạp, diễn ra trên cơ sở của những thao tác tư duy đặc biệt (thao tác trí tuệ hay thao tác trí óc).

Xét về bản chất, tư duy là một quá trình cá nhân thực hiện các thao tác trí tuệ để giải quyết vấn đề hay nhiệm vụ đặt ra. Cá nhân có tư duy hay không chính là ở chỗ họ có tiến hành các thao tác tư duy trong đầu mình hay không. Do vậy, các nhà tâm lí học còn gọi các thao tác tư duy là những quy luật bên trong (quy luật nội tại) của tư duy.

✓ Phân tích - tổng hợp

Phân tích là quá trình dùng trí óc để phân tích đối tượng nhận thức thành những “bộ phận”, những thuộc tính, những mối liên hệ và quan hệ giữa chúng để nhận thức đối tượng sâu sắc hơn.

Tổng hợp là quá trình dùng trí óc để hợp nhất những “bộ phận”, những thuộc tính, những thành phần đã được phân tích, nhờ phân tích thành một chỉnh thể. Phân tích và tổng hợp có quan hệ qua lại mật thiết với nhau, bổ sung cho nhau tạo thành sự thống nhất không tách rời được: phân tích là cơ sở của tổng hợp (được tiến hành theo hướng tổng hợp), tổng hợp diễn ra trên cơ sở phân tích.

✓ So sánh

So sánh là quá trình dùng trí óc để xác định sự giống nhau hay khác nhau, sự đồng nhất hay không đồng nhất, sự bằng nhau hay không bằng nhau giữa các đối tượng nhận thức (sự vật, hiện tượng). Thao tác so sánh liên quan chặt chẽ với thao tác phân tích - tổng hợp. Ở lứa tuổi mẫu giáo, nhi đồng, so sánh là một con đường cơ bản để trẻ nhận thức thế giới, gọi tên được sự vật, hiện tượng (bởi những dấu hiệu đặc trưng, khác với các sự vật, hiện tượng khác).

✓ Trừu tượng hoá và khái quát hoá

Trừu tượng hoá quá trình là dùng trí óc để gạt bỏ những mặt, những thuộc tính, những mối liên hệ, quan hệ thứ yếu, không cần thiết về phương diện nào đó và chỉ giữ lại những yếu tố cần thiết để tư duy.

Khái quát hoá là quá trình dùng trí óc để bao quát nhiều đối tượng khác nhau thành một nhóm, một loại theo những thuộc tính, những mối liên hệ, quan hệ chung nhất định. Những thuộc tính chung này bao gồm hai loại: những thuộc tính giống nhau và những thuộc tính chung bản chất.

Trừu tượng hoá và khái quát hoá có mối quan hệ mật thiết với nhau, chi phối và bổ sung cho nhau, giống như mối quan hệ giữa phân tích và tổng hợp nhưng ở mức độ cao hơn.

Trên đây là những thao tác tư duy cơ bản. Khi xem xét chúng trong một hành động tư duy cụ thể cần chú ý các điểm sau:

- Các thao tác tư duy có mối quan hệ mật thiết với nhau, thống nhất với nhau theo một hướng nhất định, do nhiệm vụ tư duy quy định.
- Trong thực tế, các thao tác tư duy đan chéo nhau chứ không theo trình tự máy móc nêu trên.
- Tuỳ theo nhiệm vụ và điều kiện tư duy, không nhất thiết trong hành động tư duy nào cũng phải thực hiện tất cả các thao tác trên.

2. Tưởng tượng

2.1 Khái niệm về tưởng tượng

Tưởng tượng là một quá trình tâm lý phản ánh những cái chưa từng có trong kinh nghiệm của cá nhân bằng cách xây dựng những hình ảnh mới trên cơ sở những biểu tượng đã có.

2.2 Đặc điểm của tưởng tượng

- Tưởng tượng chỉ nảy sinh khi con người đứng trước một hoàn cảnh có vấn đề, những đòi hỏi thực tế mà con người phải giải quyết. Giá trị của tưởng tượng chính là ở chỗ tìm được lối thoát trong hoàn cảnh có vấn đề nhưng không đủ điều kiện tư duy để giải quyết.
- Tưởng tượng mang tính gián tiếp cao hơn so với trí nhớ. Biểu tượng của tưởng tượng là một hình ảnh mới được xây dựng từ những biểu tượng của trí nhớ – nó là biểu tượng của biểu tượng.
- Tưởng tượng liên hệ chặt chẽ với nhận thức cảm tính, nó sử dụng những biểu tượng của trí nhớ do nhận thức cảm tính thu lượm, cung cấp.
- Về nội dung phản ánh: thì tưởng tượng phản ánh những cái mới, cái chưa từng có trong kinh nghiệm cá nhân hoặc của xã hội.

- Về phương thức phản ánh: tưởng tượng tạo ra cái mới từ các biểu tượng đã có và được thực hiện chủ yếu dưới hình ảnh cụ thể.

- Tưởng tượng là một quá trình tâm lý có nguồn gốc xã hội được hình thành và phát triển trong lao động nên chỉ có ở con người.

2.3 Vai trò của tưởng tượng

Tưởng tượng có vai trò rất lớn trong hoạt động lao động và trong đời sống của con người. Cụ thể là:

- Tưởng tượng cần thiết cho bất kì hoạt động nào của con người. Sự khác nhau cơ bản giữa lao động của con người và hoạt động bản năng của con vật chính là ở biểu tượng về kết quả mong đợi do tưởng tượng tạo nên. Ý nghĩa quan trọng nhất của tưởng tượng là cho phép con người hình dung ra được kết quả cuối cùng của lao động trước khi bắt đầu lao động và quá trình đi đến kết quả đó. Tưởng tượng là điều kiện của sáng tạo.

- Tưởng tượng cho phép con người vượt qua cái cũ, hình dung ra cái mới trong tương lai. Tưởng tượng tạo nên những hình mẫu tươi sáng, rực rỡ, chói lọi, hoàn hảo mà con người mong đợi và vươn tới (lí tưởng); nó nâng con người lên trên hiện thực, làm nhẹ bớt những nặng nề, khó khăn của cuộc sống, hướng con người về phía tương lai, kích thích con người hành động để đạt được những kết quả lớn lao.

- Tưởng tượng có ảnh hưởng rõ rệt đến việc học tập của học sinh, đến việc tiếp thu và thể hiện tri thức mới, đặc biệt là việc giáo dục đạo đức, cũng như việc phát triển nhân cách nói chung cho học sinh.

2.4 Các loại tưởng tượng

Căn cứ vào tính tích cực và tính hiệu lực của tưởng tượng, người ta chia tưởng tượng thành: tưởng tượng tích cực và tưởng tượng tiêu cực, ước mơ và lí tưởng.

➤ *Tưởng tượng tích cực và tưởng tượng tiêu cực*

- Tưởng tượng tích cực là loại tưởng tượng tạo ra những hình ảnh nhằm đáp ứng nhu cầu, kích thích tính tích cực thực tế của con người. Tưởng tượng tích cực gồm hai loại: tưởng tượng tái tạo và tưởng tượng sáng tạo.

✓ Tưởng tượng tái tạo là quá trình tạo ra những hình ảnh mới đối với cá nhân người tưởng tượng, dựa trên sự mô tả của người khác, của sách vở, tài liệu. Ví dụ: Học sinh tưởng tượng ra được những điều thầy (cô) giáo mô tả trên lớp hoặc được trình bày trong sách giáo khoa.

✓ Tưởng tượng sáng tạo là quá trình xây dựng hình ảnh mới chưa có trong kinh nghiệm cá nhân, cũng như kinh nghiệm xã hội. Tính chất mới mẻ, độc đáo và có giá trị là đặc điểm nổi bật của loại tưởng tượng này. Đây là mặt không thể thiếu được của mọi hoạt động sáng tạo (trong nghiên cứu khoa học, hoạt động nghệ thuật....)

- Tưởng tượng tiêu cực là loại tưởng tượng tạo ra những hình ảnh không được thể hiện trong cuộc sống, vạch ra những chương trình hành vi không được thực hiện, tưởng tượng chỉ để mà tưởng tượng, được thay thế cho hoạt động... Tưởng tượng tiêu cực có thể xảy ra có chủ định, nhưng không gắn liền với ý chí thể hiện hình ảnh tưởng tượng trong cuộc sống. Người ta còn gọi loại tưởng tượng này là sự mơ mộng. Đây là một hiện tượng thường có ở con người. Song, nếu nó trở thành chủ yếu thì lại là một sự lệch lạc của phát triển nhân cách. Tưởng tượng tiêu cực có thể xảy ra không chủ định. Điều này chủ yếu xảy ra khi ý thức, hệ thống tín hiệu thứ hai bị suy yếu, khi con người ở tình trạng không hoạt động, ngủ chiêm bao, trong trạng thái xúc động hay rối loạn bệnh lý của ý thức (ảo giác, hoang tưởng).

➤ *Ước mơ và lí tưởng*

- Ước mơ đây là những loại tưởng tượng hướng về tương lai, biểu hiện những mong muốn, ước ao của con người.

Ước mơ có điểm giống tưởng tượng sáng tạo ở chỗ nó cũng là quá trình tạo ra hình ảnh mới, nhưng khác với tưởng tượng sáng tạo ở chỗ nó không hướng vào hoạt động thực tại.

+ Có hai loại ước mơ: ước mơ có lợi (thúc đẩy cá nhân vươn lên, biến ước mơ thành hiện thực) và ước mơ có hại (không dựa vào những khả năng thực tế) - còn gọi là mộng tưởng, hoài tưởng (có thể làm cá nhân thất vọng, chán nản).

- Lí tưởng có tính tích cực và hiện thực cao hơn ước mơ. Lí tưởng là một hình ảnh mẫu mực, chói lọi, rực sáng, cụ thể, hấp dẫn của tương lai mong muốn. Nó trở thành động cơ mạnh mẽ thúc đẩy con người vươn tới tương lai.

2.5 Các cách sáng tạo mới trong tưởng tượng

Hình ảnh của tưởng tượng được tạo ra bằng nhiều cách khác nhau. Dưới đây là một số cách cơ bản:

✓ Thay đổi kích thước, số lượng (của sự vật hay một phần của sự vật): hình tượng người khổng lồ, người tí hon, Phật trăm mắt, trăm tay là những hình ảnh của tưởng tượng được tạo ra bằng cách này. Nhấn mạnh một thuộc tính, một bộ phận nào đó của

đối tượng: Đó là cách tạo hình ảnh mới bằng việc nhấn mạnh, hoặc đưa lên hàng đầu một phẩm chất nào đó, một mối quan hệ nào đó của một vài sự vật, hiện tượng này với các sự vật, hiện tượng khác. Một biến dạng của phương pháp này là sự cường điệu một sự vật, hiện tượng nào đó. Tranh biếm họa là một ví dụ về sự cường điệu.

✓ Chắp ghép: Đây là phương pháp ghép các bộ phận của nhiều sự vật, hiện tượng khác nhau thành một hình ảnh mới. Ví dụ, hình ảnh con rồng châu Á, hình ảnh nữ thần đầu người mình cá (nàng tiên cá)... Ở đây, các bộ phận hình thành hình ảnh mới không bị thay đổi, chế biến mà chỉ được ghép lại với nhau một cách giản đơn nhưng phải tuân theo quy luật xác định.

✓ Liên hợp: Đây là cách tạo ra hình ảnh mới bằng việc liên hợp các bộ phận của nhiều sự vật khác nhau. Mặc dù cũng kết dính các bộ phận của nhiều sự vật khác nhau, song trong hình ảnh mới được tạo ra bằng cách này, các bộ phận đã bị cải biến, sắp xếp trong những tương quan mới. Cách tưởng tượng này là một sự tổng hợp mang tính sáng tạo rõ rệt. Nó thường được sử dụng trong sáng tác văn học nghệ thuật và trong sáng chế kĩ thuật. Ví dụ: Xe điện bánh hơi là kết quả của sự liên hợp ô tô với tàu điện.

✓ Diễn hình hoá: Đây là cách tạo ra hình ảnh mới phức tạp nhất mà những thuộc tính diễn hình, những đặc điểm diễn hình của nhân cách như là đại diện của một giai cấp, một nhóm xã hội được biểu hiện trong hình ảnh mới này. Phương pháp này được dùng nhiều trong sáng tạo văn học, nghệ thuật, trong điêu khắc... Yếu tố mấu chốt của phương pháp diễn hình hoá là sự tổng hợp sáng tạo mang tính chất khái quát những thuộc tính và đặc điểm cá biệt, diễn hình của nhân cách.

✓ Loại suy (tương tự): Đây là cách tạo ra những hình ảnh mới trên cơ sở mô phỏng, bắt chước những chi tiết, những bộ phận, những sự vật có thực.

Từ buổi bình minh của loài người, tổ tiên ta đã sáng chế ra những công cụ lao động từ phép loại suy (tương tự) thao tác chỉ đôi bàn tay với những công cụ sẽ được sáng chế ra.

2.6 Mối quan hệ giữa tư duy và tưởng tượng

Tư duy và tưởng tượng đều thuộc nấc thang nhận thức lí tính. Do vậy, chúng có những điểm giống nhau, có những điểm khác nhau và có quan hệ mật thiết với nhau.

➤ Những điểm giống nhau

Tư duy và tưởng tượng đều nảy sinh khi con người rơi vào “hoàn cảnh có vấn đề” mà bằng cảm giác, tri giác thuần túy con người không giải quyết được.

Về phương thức phản ánh, tư duy và tưởng tượng đều phản ánh hiện thực khách quan một cách gián tiếp, mang tính khái quát qua lăng kính chủ quan của cá nhân. Trong quá trình phản ánh hiện thực khách quan, tư duy và tưởng tượng đều sử dụng ngôn ngữ và lấy tài liệu cảm tính làm cơ sở, chất liệu để giải quyết vấn đề đặt ra và lấy thực tiễn làm tiêu chuẩn chân lí.

Về kết quả phản ánh, cả tư duy và tưởng tượng đều cho ta một cái mới, chưa hề có trong kinh nghiệm của cá nhân hoặc của xã hội. Mặc dù những cái mới đó (khái niệm hoặc biểu tượng) đều được xây dựng trên cơ sở của những cái đã có.

➤ *Những điểm khác nhau*

Mặc dù chi nảy sinh khi gặp “tình huống (hoàn cảnh) có vấn đề” song tư duy thường xảy ra khi “tình huống có vấn đề” với những dữ kiện, tài liệu rõ ràng, sáng tỏ. Còn tưởng tượng thường xảy ra khi “tình huống có vấn đề” với những dữ kiện, tài liệu không rõ ràng, thiếu sáng tỏ (tức là tính bất định của hoàn cảnh quá lớn).

Tư duy và tưởng tượng đều phản ánh cái mới, cái chưa biết một cách gián tiếp, mang tính khái quát, song theo chiến lược khác nhau. Tưởng tượng phản ánh cái mới, cái chưa biết bằng cách xây dựng nên những hình ảnh mới trên cơ sở những biểu tượng đã có. Tư duy vạch ra những thuộc tính bản chất, những mối quan hệ có tính quy luật của hàng loạt sự vật hiện tượng trên cơ sở những khái niệm.

Nếu kết quả của tư duy là những khái niệm, những phán đoán về thế giới, thì kết quả của tưởng tượng là những biểu tượng về thế giới, những biểu tượng đó là cái mới, mang tính sáng tạo.

➤ *Mối quan hệ giữa tư duy và tưởng tượng*

Nằm trong nấc thang nhận thức lí tính, tư duy và tưởng tượng có mối quan hệ chặt chẽ, bổ sung cho nhau khi giải quyết một tình huống có vấn đề.

Khi con người đứng trước một tình huống có vấn đề, thường có hai hệ thống phản ánh được diễn ra: một hệ thống được diễn ra trên cơ sở các hình ảnh, một hệ thống được diễn ra bởi hệ thống khái niệm. Hai hệ thống này thường diễn ra đồng thời. Bởi vì, hai hệ thống (hình ảnh và khái niệm) có liên quan chặt chẽ với nhau. Chẳng hạn, sự lựa chọn một phương thức hoạt động được thực hiện bằng những phán đoán lôgic gắn liền với những biểu tượng về một phương án hoạt động sẽ được thực hiện như thế nào.

Như trên đã trình bày, tưởng tượng thường xảy ra khi tính bất định của hoàn cảnh quá lớn. Nghĩa là khi tình huống, hoàn cảnh có vấn đề thiếu những thông tin rõ ràng,

sáng tỏ, khó có thể dùng tư duy để giải quyết được. Như vậy, tưởng tượng đã tìm ra được lối thoát trong hoàn cảnh có vấn đề khi tư duy bế tắc; tưởng tượng cho phép ta “nhảy cóc” qua một vài giai đoạn nào đó của tư duy mà vẫn cứ hình dung và đạt được kết quả cuối cùng. Ngược lại, nhờ có tư duy mà tưởng tượng của con người mang tính khách quan, hiện thực hơn; giảm bớt sự bất hợp lí, thiếu chính xác, thiếu chặt chẽ vốn là điểm yếu của quá trình tưởng tượng.

CÂU HỎI, BÀI TẬP

Câu hỏi:

1. Nêu và phân tích khái niệm cảm giác. Tại sao nói cảm giác mang bản chất xã hội lịch sử?
2. Trình bày các quy luật của cảm giác. Việc nghiên cứu các quy luật đó có ý nghĩa như thế nào trong dạy học ?
3. So sánh cảm giác và tri giác.
4. Vai trò của nhận thức cảm tính trong dạy học.
5. Hãy trình bày khái niệm và đặc điểm của tư duy. Một quá trình tư duy có những thao tác nào?
6. Tại sao tưởng tượng được xếp vào mức độ nhận thức lý tính?
7. So sánh sự giống và khác nhau, mối quan hệ của hai quá trình tư duy và tưởng tượng.
8. So sánh sự giống và khác nhau, mối quan hệ giữa nhận thức cảm tính và nhận thức lý tính.
9. Hãy đánh dấu (v) vào những mệnh đề chỉ đúng với cảm giác và dấu (x) vào những mệnh đề chỉ đúng với tri giác.:
 - a) Phản ánh của chủ thể đối với thế giới bên ngoài.
 - b) Sự phản ánh từng thuộc tính riêng lẻ bên ngoài của sự vật, hiện tượng.
 - c) Kết quả của sự hoạt động phối hợp của một loạt các cơ quan phân tích.
 - d) Nguồn khởi đầu của mọi hiểu biết về thế giới.
 - e) Sự phản ánh trọn vẹn các thuộc tính bên ngoài của sự vật, hiện tượng.
 - f) Kết quả hoạt động của từng cơ quan phân tích.
 - g) Thiết lập mối liên hệ tâm lý giữa cơ thể với môi trường.
 - h) Hình ảnh của nó là vật điều chỉnh các hoạt động.
 - i) Chỉ phản ánh khi sự vật, hiện tượng đang tác động vào các giác quan.

j) Đưa một sự vật cụ thể vào một phạm trù sự vật nhất định.

Bài tập

Bài tập 1: Khi nói về sự khác nhau giữa con người và con vật, Ph. Ăngghen đã viết: “Chim đại bàng nhìn thấy xa hơn người rất nhiều, nhưng các vật mắt người nhìn thấy được nhiều hơn mắt đại bàng rất nhiều”.

Sự ưu việt của các cơ quan cảm giác ở con người được cắt nghĩa bởi cái gì?

Bài tập 2: Hãy tìm ra trong các ví dụ dưới đây, những ví dụ nào mô tả sự thể hiện các cảm giác? Tại sao?

1. Một em bé gái 4 tuổi đi đến tấm lịch để bàn. Khi chỉ vào số bé nói: “Chị Giang ký tên chỗ này. Sau đó, trong các số 16, 26 bé lại tìm ra số 6 và lại nói: “Chị Giang ký ở đây nữa, cả đây nữa”.
2. Ở nhà trẻ, các cháu được chơi lô tô trên các tấm bìa nhỏ có vẽ 10 đồ vật. Các cháu phải tìm trên tấm bìa của mình hình vẽ của một đồ vật nào đó mà cô giáo đưa ra.
3. Ở nhà trẻ, người ta đưa cho các cháu một số đồ vật có hình dáng giống nhau nhưng màu sắc khác nhau. Sau đó giơ lên một cái có màu xanh dương, rồi bảo các cháu tìm các vật giống như thế.
4. Trong một lớp mẫu giáo, người ta tiến hành một lớp học như sau: đưa cho các cháu 5 con lắc có hình dáng giống nhau, nhưng âm thanh khác nhau. Từng cháu sẽ lắng nghe âm thanh của một con lắc nào đó và tìm ra đúng con lắc có âm thanh đó.
5. Giáo viên cho học sinh lớp 1 hai số 5 và 3. Một học sinh trả lời: “5 không bằng 3, 5 lớn hơn 3 hai đơn vị, 3 nhỏ hơn 5 hai đơn vị”.
6. Học sinh đang chăm chú làm bài kiểm tra. Bỗng ở ngoài cửa sổ có tiếng còi ô tô vang lên. Nhiều học sinh đã dừng bút lại.

Bài tập 3: Khi nghiên cứu khả năng nghe các âm cao, người ta phát hiện ra rằng, độ nhạy cảm với những khác biệt nhỏ về độ cao ở các nhạc công pianô và vi ô lông là không giống nhau.

1. Độ nhạy cảm ở người nào cao hơn?
2. Giải thích điều đó như thế nào?
3. Quy luật nào của cảm giác được thể hiện trong mỗi ví dụ dưới đây?

Bài tập 4: Mỗi sự kiện dưới đây thuộc về quá trình nhận thức cảm tính nào? Hãy lựa chọn câu trả lời đúng và lý giải sự khác nhau đó.

- a. Khi đưa sự vật ra cho xem với thời gian $0.005s$, thì học sinh nói: “có cái gì đó lướt qua trút mắt”.
- b. Nếu đưa sự vật đưa ra trong $0.05s$, thì học sinh nhận xét: “nhìn thấy một cái gì đó sang sáng”.
- c. Nếu cho xem sự vật trong $0.5s$, thì học sinh nhận ra hình dạng của sự vật.

CHƯƠNG 5: TRÍ NHỚ

MỤC TIÊU

Kiến thức: Trình bày và phân định được các loại trí nhớ. Trình bày được các quá trình của trí nhớ: ghi nhớ, giữ gìn, tái hiện và quên. Giải thích được vai trò của trí nhớ.

Kỹ năng: Sử dụng được một công cụ để nghiên cứu trí nhớ của mình và người khác. Sử dụng được ít nhất một biện pháp rèn luyện trí nhớ.

Thái độ: Hứng thú đối với việc quan sát, nghiên cứu các biểu hiện trí nhớ của mình và người khác. Quan tâm đến việc rèn luyện trí nhớ cho mình và cho học sinh.

I. KHÁI NIỆM CHUNG VỀ TRÍ NHỚ

1. Trí nhớ là gì

Trí nhớ là một quá trình tâm lí phản ánh những kinh nghiệm đã có của cá nhân dưới hình thức biểu tượng, bao gồm sự ghi nhớ, giữ gìn và tái tạo sau đó ở trong óc cái mà con người đã cảm giác, tri giác, xúc cảm, hành động hay suy nghĩ trước đây.

Nếu cảm giác, tri giác chỉ phản ánh được sự vật, hiện tượng đang trực tiếp tác động vào giác quan thì trí nhớ phản ánh các sự vật, hiện tượng đã tác động vào con người trước đây mà không cần sự tác động của chúng trong hiện tại.

Sản phẩm của trí nhớ là biểu tượng. Đó là những hình ảnh của sự vật, hiện tượng nảy sinh trong óc con người khi không có sự tác động trực tiếp của chúng vào giác quan của con người.

Biểu tượng khác với hình ảnh (hình tượng) của tri giác ở chỗ: Nó phản ánh sự vật, hiện tượng một cách khái quát hơn. Tuy nhiên, tính khái quát và trừu tượng của biểu tượng trí nhớ ít hơn biểu tượng của tưởng tượng.

2 Vai trò của trí nhớ

Trí nhớ là quá trình tâm lí có liên quan chặt chẽ với toàn bộ đời sống tâm lí con người. Không có trí nhớ thì không có kinh nghiệm, không có kinh nghiệm thì không thể có bất cứ một hoạt động nào, không thể có ý thức bản ngã, do đó cũng không thể hình thành nhân cách được. I.M. Sechenov - nhà sinh lí học Nga đã viết một cách dí dỏm rằng: Nếu không có trí nhớ thì con người mãi mãi ở tình trạng của một đứa trẻ sơ sinh.

Trí nhớ là điều kiện không thể thiếu được để con người có đời sống tâm lí bình thường. Trí nhớ cũng là điều kiện để con người có và phát triển được các chức năng tâm lí bậc cao, để con người tích lũy kinh nghiệm và sử dụng vốn kinh nghiệm trong cuộc sống và hoạt động, đáp ứng ngày càng cao những yêu cầu của cá nhân và xã hội.

Đối với nhân thức, trí nhớ có vai trò đặc biệt to lớn, nó giữ lại các kết quả của quá trình nhận thức, nhờ đó con người có thể học tập và phát triển trí tuệ của mình.

Việc rèn luyện trí nhớ cho học sinh là một trong những nhiệm vụ quan trọng của công tác trí dục lẫn đức dục trong nhà trường. Vì vậy, V.I. Lênin đã nói: “Người ta chỉ có thể trở thành người cộng sản khi biết làm giàu trí óc của mình bằng sự hiểu biết tất cả những kho tàng tri thức mà nhân loại đã tạo ra.”

3. Cơ sở sinh lí của trí nhớ

Trí nhớ là một quá trình rất phức tạp. Việc nghiên cứu trí nhớ nói chung và cơ sở sinh lí của trí nhớ nói riêng được nhiều nhà khoa học quan tâm.

Học thuyết Pavlov về những quy luật hoạt động thần kinh cấp cao cho rằng, phản xạ có điều kiện là cơ sở sinh lí học của sự ghi nhớ. Sự củng cố, bảo vệ đường liên hệ thần kinh tạm thời là cơ sở sinh lí của sự giữ gìn và tái hiện. Tất cả những quá trình này gắn chặt và phụ thuộc vào mục đích của hành động.

Sự giải thích những quá trình trí nhớ theo quan điểm vật lí cũng được xem là một lí thuyết sinh lí học của trí nhớ. Theo quan điểm này, những kích thích để lại những dấu vết mang tính chất vật lí (như những thay đổi về điện và về cơ trên các xinap - nơi nối liền giữa hai noron thần kinh). Do đó, sự diễn biến có tính chất lặp lại của kích thích được thực hiện dễ dàng trên con đường đã vạch ra.

Ngày nay, những cơ chế của sự giữ gìn tài liệu trong trí nhớ được nghiên cứu sâu hơn. Trước hết là những thay đổi phân tử trong các noron được đặc biệt quan tâm. Người ta thấy rằng, những kích thích xuất phát từ noron hoặc được dẫn vào những nhánh của noron hoặc quay trở lại thân noron. Bằng cách đó, những noron này được nạp thêm năng lượng. Một số nhà khoa học coi đây là cơ sở sinh lí của sự tích lũy dấu vết và là bước trung gian từ trí nhớ ngắn hạn sang trí nhớ dài hạn.

Tóm lại, trí nhớ là một quá trình phức tạp. Cho đến nay chưa có một lí thuyết thống nhất về cơ chế của trí nhớ. Mỗi lí thuyết trên đây đã giải quyết được một góc độ (tâm lí, sinh lí thần kinh, sinh hoá) của cơ chế trí nhớ.

4. Một số quan điểm tâm lí học về sự hình thành trí nhớ

Trên bình diện tâm lí học cũng có nhiều quan điểm khác nhau về trí nhớ: quan điểm của Thuyết liên tưởng, quan điểm của Tâm lí học Gestal, quan điểm của Tâm lí học hiện đại.

4.1 Thuyết liên tưởng về trí nhớ

Thuyết liên tưởng coi sự liên tưởng là nguyên tắc quan trọng nhất của sự hình thành trí nhớ nói riêng và sự hình thành tất cả các hiện tượng tâm lí nói chung. Theo quan điểm này, sự xuất hiện của một hình ảnh tâm lí trên vỏ não bao giờ cũng diễn ra đồng thời hoặc kế tiếp với một hiện tượng tâm lí khác theo quy luật liên tưởng (sự liên tưởng gần nhau về không gian, thời gian, sự liên tưởng tương tự về nội dung - hình thức, sự liên tưởng đối lập và sự liên tưởng lôgíc).

Ví dụ:

*“Ăn trái gấc nhớ trái dưa da diết
Tắm vũng nước trong nhớ biển biếc bao la.”
(Bài ca chim Chơ-rao, Thu Bồn)*

Như vậy, quan điểm này mới dừng lại ở sự mô tả những điều kiện bên ngoài của sự xuất hiện những ấn tượng đồng thời. Nói cách khác, quan điểm này mới nhìn thấy những sự kiện, hiện tượng chứ chưa lí giải được một cách khoa học về sự hình thành trí nhớ. Trong Tâm lí học, việc mô tả các sự kiện, hiện tượng như trên là cần thiết, song thật là sai lầm khi giải thích đó là những mối quan hệ nhân - quả.

4.2 Tâm lí học Gestal về trí nhớ

Đối lập với thuyết liên tưởng, những nhà tâm lí học Gestal cho rằng, mỗi đối tượng có một cấu trúc thống nhất các yếu tố cấu thành (chứ không phải phép cộng những bộ phận riêng lẻ của nó như các nhà liên tưởng quan niệm). Cấu trúc này là cơ sở tạo nên trong bán cầu đại não một cấu trúc tương tự của những dấu vết, và do đó trí nhớ được hình thành. Tâm lí học Gestal coi nguyên tắc tính trọn vẹn của những hình ảnh như một quy luật (gọi là Quy luật Gestal).

Tất nhiên, cấu trúc vật chất là cái cơ bản để ghi nhớ, song cấu trúc này chỉ được phát hiện nhờ hoạt động của cá nhân. Do đó, tách tính trọn vẹn của hình ảnh ra khỏi hoạt động thì quan điểm Gestal vẫn không vượt xa được quan điểm Tâm lí học liên tưởng.

Tâm lí học hiện đại coi hoạt động của cá nhân quyết định sự hình thành tâm lí nói chung và trí nhớ nói riêng. Theo quan điểm này, sự ghi lại, giữ gìn và tái hiện được quy định bởi vị trí, vai trò và đặc điểm của tài liệu đối với hoạt động của cá nhân. Những quá trình đó (ghi nhớ, giữ gìn và tái hiện) có hiệu quả nhất khi tài liệu trở thành mục đích của hành động.

Như vậy, sự hình thành những mối quan hệ giữa những biểu tượng riêng lẻ không chỉ được quy định bởi tính chất của tài liệu mà chủ yếu bởi mục đích ghi nhớ tài liệu đó của cá nhân.

II. CÁC LOẠI TRÍ NHỚ

Trí nhớ gắn liền với hoạt động và toàn bộ cuộc sống của con người. Do vậy, trí nhớ của con người rất phong phú và đa dạng. Có nhiều căn cứ để phân loại trí nhớ:

- ✓ Dựa vào tính tích cực nổi bật nhất trong một hoạt động nào đó, có thể phân chia thành: trí nhớ vận động; trí nhớ xúc cảm; trí nhớ hình ảnh và trí nhớ từ ngữ - logic.

- ✓ Dựa vào tính mục đích của hoạt động, có trí nhớ không chủ định và trí nhớ có chủ định.

- ✓ Dựa vào mức độ kéo dài của sự giữ gìn tài liệu đối với hoạt động, có trí nhớ ngắn hạn và trí nhớ dài hạn.

- ✓ Dựa vào tính ưu thế, chủ đạo của giác quan nào đó trong trí nhớ, có trí nhớ bằng mắt, trí nhớ bằng tai, trí nhớ bằng tay, trí nhớ bằng mũi...

1. Dựa vào tính tích cực nổi bật nhất trong một hoạt động nào đó có các loại trí nhớ sau

1.1 Trí nhớ vận động

Trí nhớ vận động là trí nhớ về những quá trình vận động ít nhiều mang tính chất tổ hợp. Tuỳ thuộc vào lĩnh vực con người thường xuyên hoạt động mà loại trí nhớ vận động này hay trí nhớ vận động kia phát triển mạnh mẽ. Loại trí nhớ này có vai trò đặc biệt quan trọng để hình thành kĩ xảo trong lao động chân tay. Nếu không có trí nhớ vận động, con người sẽ luôn luôn phải học lại (như mới gặp lần đầu) những thao tác chân tay của mỗi hành động. Tốc độ hình thành nhanh và mức độ bền vững cao của những kĩ xảo lao động chân tay được xem là tiêu chí để đánh giá trí nhớ vận động tốt. Sự “khéo chân khéo tay”, những “bàn tay vàng”... là những dấu hiệu của trí nhớ vận động tốt.

1.2 Trí nhớ xúc cảm

Trí nhớ xúc cảm là trí nhớ về những xúc cảm, tình cảm diễn ra trong hoạt động trước đây. Những xúc cảm, tình cảm được giữ lại trong trí nhớ sẽ bộc lộ (sống lại) như là những tín hiệu đặc biệt hoặc thúc đẩy con người hoạt động, hoặc nhắc nhở họ những phương thức hành vi trước đây đã gây ra những xúc cảm, tình cảm đó. Sự tái mặt đi hay đỏ mặt lên khi nhớ đến một kỉ niệm cũ là do ảnh hưởng của trí nhớ này. Trí nhớ xúc cảm

có vai trò đặc biệt quan trọng để cá nhân cảm nhận được giá trị thẩm mỹ, đạo đức trong hành vi, cử chỉ, lời nói và trong nghệ thuật.

1.3 Trí nhớ hình ảnh

Trí nhớ hình ảnh là trí nhớ về một ấn tượng của các sự vật, hiện tượng mà trước đây đã tác động vào giác quan của con người. Dựa vào các cơ quan cảm giác tham gia vào các quá trình của trí nhớ mà trí nhớ hình ảnh được chia thành: trí nhớ nghe, trí nhớ nhìn... (Dựa vào ưu thế, chủ đạo của giác quan nào trong quá trình ghi nhớ, nhận lại và nhớ lại). Vai trò của mỗi loại trí nhớ hình ảnh cũng rất khác nhau đối với mỗi người. Ví dụ: Đối với người làm nghề nấu ăn, trí nhớ mùi vị trở nên rất quan trọng; với người nghệ sĩ, trí nhớ nghe, nhìn lại quan trọng hơn. Đặc biệt là người mù thì trí nhớ xúc giác, vị giác, khứu giác rất quan trọng, nó “bù trừ” cho sự khiếm thị của họ.

1.4 Trí nhớ từ ngữ - lô gíc

Trí nhớ từ ngữ - lô gíc là trí nhớ về những mối quan hệ, liên hệ mà nội dung được tạo nên bởi ý nghĩ, tư tưởng của con người, nó có cơ sở sinh lí là hệ thống tín hiệu thứ hai (ngôn ngữ). Do vậy, trí nhớ từ ngữ - lô gíc là loại trí nhớ đặc trưng cho con người. Loại trí nhớ này phát triển trên cơ sở sự phát triển của trí nhớ vận động, trí nhớ xúc cảm, trí nhớ hình ảnh; đồng thời, ngày càng giữ vị trí trung tâm và ảnh hưởng trở lại các loại trí nhớ này. Trí nhớ từ ngữ - lô gíc giữ vai trò đặc biệt quan trọng trong hoạt động nhận thức của học sinh.

2. Dựa vào tính mục đích của hoạt động

2.1 Trí nhớ không chủ định

Trí nhớ không chủ định là loại trí nhớ mà trong đó việc ghi nhớ, giữ gìn và tái hiện một cái gì đó được thực hiện một cách tự nhiên, không có mục đích đặt ra từ trước.

Trí nhớ không chủ định giữ vai trò quan trọng trong cuộc sống con người. Nhờ nó mà con người thu được nhiều kinh nghiệm sống có giá trị nhưng ít tốn năng lượng thần kinh.

2.2 Trí nhớ có chủ định

Trí nhớ có chủ định là loại trí nhớ mà trong đó sự ghi nhớ, giữ gìn và tái hiện đối tượng diễn ra theo mục đích đặt ra từ trước. Để ghi nhớ có chủ định đạt hiệu quả, người ta thường dùng những biện pháp có tính kĩ thuật (lập đề cương, xây dựng dàn ý...).

Trí nhớ có chủ định xuất hiện sau trí nhớ không chủ định trong đời sống cá thể nhưng ngày càng tham gia nhiều vào quá trình tiếp thu tri thức. Trong hoạt động cũng

như trong cuộc sống hằng ngày, hai loại trí nhớ này đan xen vào nhau, hỗ trợ nhau trong việc ghi nhớ, giữ gìn, tái hiện tri thức, tình cảm và kỹ năng hành động.

3. Trí nhớ ngắn hạn và trí nhớ dài hạn

3.1 Trí nhớ ngắn hạn

Trí nhớ ngắn hạn (hay còn gọi là trí nhớ tức thời) là loại trí nhớ mà sự ghi nhớ (tạo vết), giữ gìn (củng cố vết) và tái hiện diễn ra ngắn ngủi, chốc lát. Lúc đó, người ta thường nói: “Tôi còn đang nhìn thấy nó trước mắt tôi”; “Nó còn đang vang lên trong tai tôi”(như là đang còn tri giác vậy).

Quá trình này còn chưa ổn định, nhưng có ý nghĩa rất lớn trong việc tiếp thu kinh nghiệm. Đây là một dạng đặc biệt của sự ghi nhớ, của sự tích lũy và tái hiện thông tin, đồng thời là cơ sở của trí nhớ dài hạn.

3.2 Trí nhớ dài hạn

Trí nhớ dài hạn là loại trí nhớ mà sự ghi nhớ, giữ gìn và tái hiện thông tin được kéo dài sau nhiều lần lặp lại và do vậy, thông tin được giữ lại dài lâu trong trí nhớ.

Loại trí nhớ dài hạn rất cần thiết trong việc tích lũy tri thức. Để trí nhớ này có chất lượng tốt, cá nhân cần luyện tập để củng cố, tái hiện nhiều lần với những biện pháp, cách thức khác nhau.

Tất cả các loại trí nhớ trên đây đều có mối liên hệ, quan hệ qua lại với nhau, bởi các tiêu chuẩn phân loại trên đều liên quan đến các mặt khác nhau trong hoạt động của con người, các mặt này không biểu hiện một cách riêng lẻ mà thành một thể thống nhất. Thậm chí, ngay các loại trí nhớ trong một tiêu chuẩn để phân loại cũng có liên hệ qua lại với nhau. Ví dụ: Trí nhớ ngắn hạn là cơ sở của trí nhớ dài hạn; trí nhớ từ ngữ - lô gíc được hình thành trên cơ sở của trí nhớ vận động, trí nhớ xúc cảm, trí nhớ hình ảnh và ảnh hưởng trở lại các loại trí nhớ này.

III. CÁC QUÁ TRÌNH CƠ BẢN CỦA TRÍ NHỚ

1. Quá trình ghi nhớ

Ghi nhớ là giai đoạn đầu tiên của một hoạt động nhớ. Đó là quá trình tạo nên dấu vết (“ấn tượng”) của đối tượng trên vỏ não, đồng thời cũng là quá trình gắn đối tượng đó với những kiến thức đã có. Quá trình ghi nhớ rất cần thiết để tiếp thu tri thức, tích lũy kinh nghiệm.

Hiệu quả của việc ghi nhớ phụ thuộc không chỉ vào nội dung, tính chất của tài liệu nhớ mà còn phụ thuộc chủ yếu vào động cơ, mục đích, phương thức hành động của cá

nhân. Nhiều công trình nghiên cứu về mối quan hệ giữa sự ghi nhớ và hoạt động đã khẳng định rằng, sự ghi nhớ một tài liệu nào đó là kết quả của hành động với tài liệu đó, đồng thời nó là điều kiện, phương tiện để thực hiện các hành động tiếp theo.

Có nhiều hình thức ghi nhớ. Căn cứ vào mục đích ghi nhớ, người ta chia ghi nhớ thành ghi nhớ không chủ định và ghi nhớ có chủ định.

✓ Ghi nhớ không chủ định: là sự ghi nhớ không có mục đích đặt ra từ trước, không đòi hỏi phải nỗ lực ý chí hoặc không dùng một thủ thuật nào để ghi nhớ, tài liệu được ghi nhớ một cách tự nhiên. Tuy nhiên, không phải mọi sự kiện, hiện tượng đều được ghi nhớ một cách không chủ định như nhau. Mức độ ghi nhớ phụ thuộc vào sự hấp dẫn của nội dung tài liệu. Nếu nội dung tài liệu có khả năng tạo ra sự tập trung chú ý cao độ hay một xúc cảm mạnh mẽ thì sự ghi nhớ sẽ đạt hiệu quả cao. Do vậy, trong dạy học, nếu giáo viên tạo ra được ở học sinh động cơ học tập đúng đắn, có hứng thú sâu sắc đối với môn học thì học sinh sẽ dễ dàng ghi nhớ tài liệu một cách không chủ định, việc học tập trở nên nhẹ nhàng, hấp dẫn.

✓ Ghi nhớ có chủ định: là loại ghi nhớ theo một mục đích đặt ra từ trước, đòi hỏi sự nỗ lực ý chí nhất định và cần có những thủ thuật, phương pháp nhất định để đạt được mục đích ghi nhớ.

Hiệu quả của ghi nhớ có chủ định phụ thuộc rất nhiều vào động cơ, mục đích ghi nhớ. Trong ghi nhớ có chủ định, việc sử dụng phương pháp hợp lí là một điều kiện rất quan trọng để đạt hiệu quả cao. Thông thường có hai cách ghi nhớ có chủ định: ghi nhớ máy móc và ghi nhớ ý nghĩa.

+ Ghi nhớ máy móc: là loại ghi nhớ dựa trên sự lặp đi lặp lại nhiều lần một cách đơn giản, tạo ra mối liên hệ bề ngoài giữa các phần của tài liệu ghi nhớ, không cần thông hiểu nội dung tài liệu. Cách ghi nhớ này thường tìm mọi cách dựa vào trí nhớ tất cả những gì có trong tài liệu một cách chính xác và chi tiết. Nhưng do không dựa trên sự thông hiểu nội dung tài liệu nên trong trí nhớ chứa toàn tài liệu không liên quan gì với nhau. “Học vẹt” là một biểu hiện cụ thể của cách ghi nhớ này, trí nhớ có thể được chất đầy tài liệu nhưng không có ích.

Ghi nhớ máy móc thường dẫn đến sự ghi nhớ một cách hình thức, tốn nhiều thời gian, khi quên khó có thể hồi tưởng được. Tuy nhiên, trong cuộc sống, ghi nhớ máy móc có lúc lại cần thiết, nhất là khi ghi nhớ tài liệu không có nội dung khái quát như số nhà, số điện thoại, ngày tháng năm sinh,...

+ Ghi nhớ ý nghĩa: là loại ghi nhớ dựa trên sự thông hiểu nội dung của tài liệu, trên sự nhận thức được mối liên hệ lô gíc giữa các bộ phận của tài liệu đó. Tức là ghi nhớ tài liệu trên cơ sở hiểu bản chất của nó. Ở đây, quá trình ghi nhớ gắn liền với quá trình tư duy và tưởng tượng nhằm nắm lấy lô gíc nội tại (bản chất) của tài liệu. Do vậy, người ta còn gọi ghi nhớ ý nghĩa là ghi nhớ lô gíc.

Ghi nhớ ý nghĩa là loại ghi nhớ chủ yếu trong hoạt động nhận thức, nó đảm bảo cho sự lĩnh hội tri thức một cách sâu sắc, bền vững. Loại ghi nhớ này tốn ít thời gian hơn ghi nhớ máy móc, nhưng lại tiêu hao năng lượng thần kinh nhiều hơn.

2. Quá trình giữ gìn

Giữ gìn là quá trình củng cố vững chắc những dấu vết hình thành trên vỏ não trong quá trình ghi nhớ. Nếu không có sự giữ gìn (củng cố) thì không thể nhớ bền, nhớ chính xác được. Do vậy, “văn ôn võ luyện” là rất cần thiết để gìn giữ tài liệu trong trí óc. Có hai hình thức giữ gìn: tiêu cực và tích cực.

✓ Giữ gìn tiêu cực: là loại giữ gìn dựa trên sự tái hiện lặp đi lặp lại nhiều lần một cách gián đoạn tài liệu cần nhớ thông qua những mối liên hệ bề ngoài giữa các phần tài liệu nhớ đó.

✓ Giữ gìn tích cực: là sự giữ gìn được thực hiện bằng cách tái hiện trong óc tài liệu đã ghi nhớ mà không cần phải tri giác tài liệu đó.

3. Quá trình tái hiện

Tái hiện là một quá trình trí nhớ làm sống lại những nội dung đã ghi nhớ và giữ gìn. Quá trình này có thể diễn ra dễ dàng (“tự động”) hoặc rất khó khăn (phải nỗ lực nhiều). Tài liệu thường được tái hiện dưới ba hình thức: nhận lại, nhớ lại và hồi tưởng.

✓ Nhận lại: là hình thức tái hiện khi sự tri giác đối tượng được lặp lại. Sự nhận lại cũng có thể không đầy đủ và do đó không xác định (ví dụ: Khi ta gặp một người mà ta biết chắc đó là người quen, nhưng ngay lúc đó ta không thể nhớ tên người đó là gì; hoặc ta nhận ra người quen, biết tên người đó, nhưng lại không nhớ ra đã làm quen vào lúc nào, ở đâu). Do vậy, không nên lấy nhận lại làm tiêu chuẩn đánh giá trí nhớ con người. Trong nhận lại đôi khi đòi hỏi những quá trình rất phức tạp để đạt tới một kết quả xác định (chẳng hạn, phải dựa vào một đối tượng đã biết để tưởng tượng lại những cái có liên quan, dần dần ta nhớ chính xác cái ta cần), ở đây, sự nhận lại chuyển sang sự nhớ lại.

✓ Nhớ lại: là hình thức tái hiện không diễn ra sự tri giác đối tượng. Đó là khả năng làm sống lại hình ảnh của sự vật, hiện tượng đã được ghi nhớ trước đây. Nhớ lại không diễn ra tự nó, mà bao giờ cũng có nguyên nhân, theo quy luật liên tưởng, mang tính lô gíc chặt chẽ và có chủ định. Nhớ lại thường có hai dạng: không chủ định và có chủ định. Nhớ lại không chủ định: là sự nhớ lại một cách tự nhiên (chợt nhớ hay sức nhớ) một điều gì đó, khi gặp một hoàn cảnh cụ thể, không cần phải xác định nhiệm vụ cần nhớ lại. Nhớ lại có chủ định: là nhớ lại một cách tự giác, đòi hỏi phải có một sự cố gắng nhất định, chịu sự chi phối của nhiệm vụ nhớ lại, đôi khi phải có sự cố gắng rất nhiều mới có thể nhớ lại được những điều cần thiết. Một sự tái hiện như vậy được gọi là hồi tưởng.

✓ Hồi tưởng là hình thức tái hiện đòi hỏi sự cố gắng rất nhiều của trí tuệ. Đây là một hành động trí tuệ phức tạp, kết quả của nó phụ thuộc vào việc cá nhân ý thức rõ ràng, chính xác đến mức nào nội dung của nhiệm vụ tái hiện. Trong sự hồi tưởng, những ấn tượng trước đây không được tái hiện một cách máy móc, mà thường được sắp xếp khác đi, gắn liền với những sự kiện mới.

4. Sự quên

Không phải mọi dấu vết, ấn tượng trong não của con người đều được giữ gìn và làm sống lại một cách như nhau, nghĩa là trong trí nhớ của con người có hiện tượng quên.

Quên là không tái hiện được nội dung đã ghi nhớ trước đây vào thời điểm nhất định.

Quên cũng có nhiều mức độ: quên hoàn toàn (không nhớ lại, không nhận lại được), quên cục bộ (không nhớ lại, nhưng nhận lại được). Nhưng ngay cả quên hoàn toàn cũng không có nghĩa là các dấu vết ghi nhớ đã hoàn toàn mất đi, không để lại dấu vết nào. Trong thực tế, nó vẫn còn lại dấu vết nhất định trên vỏ não, chỉ có điều con người không làm cho nó sống lại khi cần thiết mà thôi.

Ngoài ra còn có hiện tượng quên tạm thời, nghĩa là trong thời gian dài không thể nào nhớ lại được, nhưng trong một lúc nào đó đột nhiên nhớ lại được. Đó là hiện tượng sức nhớ.

Quên cũng có nhiều nguyên nhân. Có thể do quá trình ghi nhớ, có thể do các quy luật ức chế hoạt động thần kinh (ức chế ngược, ức chế xuôi, ức chế tới hạn) trong quá trình ghi nhớ và do không gắn được vào hoạt động hằng ngày, không phù hợp với nhu cầu, hứng thú, sở thích cá nhân hoặc ít có ý nghĩa thực tiễn đối với cá nhân.

Sự quên cũng diễn ra theo những quy luật nhất định:

✓ Quên diễn ra theo trình tự: quên cái tiểu tiết, vụn vặt trước, quên cái đại thể, chính yếu sau.

✓ Quên diễn ra không đều: ở giai đoạn đầu tốc độ lớn, sau đó giảm dần.

✓ Về nguyên tắc, quên là một hiện tượng hợp lí, hữu ích. Qua nghiên cứu, người ta đã chứng minh được rằng, quên không hoàn toàn là dấu hiệu của một trí nhớ kém, mà ngược lại, nó là yếu tố quan trọng để trí nhớ hoạt động có hiệu quả.

IV. LÀM THẾ NÀO ĐỂ CÓ TRÍ NHỚ TỐT

Muốn có trí nhớ tốt, phải luyện tập thường xuyên để nâng cao khả năng ghi nhớ, giữ gìn và tái hiện tài liệu nhớ.

1. Làm thế nào để ghi nhớ tốt?

Phải tập trung chú ý cao khi ghi nhớ, có hứng thú, say mê với tài liệu ghi nhớ, ý thức được tầm quan trọng của tài liệu ghi nhớ và xác định được tâm thế ghi nhớ lâu dài đối với tài liệu.

Phải lựa chọn và phối hợp các loại ghi nhớ một cách hợp lí nhất, phù hợp với tính chất và nội dung của tài liệu, với nhiệm vụ và mục đích ghi nhớ. Trong hoạt động học tập, ghi nhớ lô gíc là hình thức tốt nhất. Để ghi nhớ tốt tài liệu học tập, người học phải lập dàn ý cho tài liệu học tập, tức là phát hiện những đơn vị lô gíc cấu tạo nên tài liệu đó. Dàn ý này được xem là điểm tựa để ôn tập (củng cố) và tái hiện tài liệu khi cần thiết.

Phải biết phối hợp nhiều giác quan để ghi nhớ, phải sử dụng các thao tác trí tuệ để ghi nhớ tài liệu và gắn tài liệu ghi nhớ với vốn kinh nghiệm của bản thân.

2. Làm thế nào để giữ gìn tốt?

Phải ôn tập một cách tích cực, nghĩa là ôn tập bằng cách tái hiện là chủ yếu. Việc tái hiện tài liệu có thể tiến hành theo trình tự sau:

- ✓ Cố gắng tái hiện toàn bộ tài liệu một lần.
- ✓ Tiếp đó, tái hiện từng phần, đặc biệt là những phần khó.
- ✓ Sau đó, lại tái hiện toàn bộ tài liệu.
- ✓ Phân chia tài liệu thành những nhóm yếu tố cơ bản của nó.
- ✓ Xác định mối liên hệ trong mỗi nhóm.
- ✓ Xây dựng cấu trúc lô gíc của tài liệu dựa trên mối liên hệ giữa các nhóm.
- ✓ Phải ôn tập ngay, không để lâu sau khi ghi nhớ tài liệu
- ✓ Phải ôn tập xen kẽ, không nên ôn tập liên tục một môn học.

- ✓ Ôn tập phải có nghỉ ngơi, không nên ôn tập liên tục trong một thời gian dài.
- ✓ Cần thay đổi các hình thức và phương pháp ôn tập.

3. Làm thế nào để hồi tưởng cái đã quên?

Về nguyên tắc, mọi sự việc, hiện tượng tác động vào não đều có thể tái hiện sau tác động.

- ✓ Quên không phải là mất tất cả, cần phải lạc quan tin tưởng rằng: Nếu cố gắng, ta sẽ hồi tưởng lại được.
- ✓ Phải kiên trì hồi tưởng.
- ✓ Khi đã hồi tưởng sai, thì lần hồi tưởng tiếp theo không nên lặp lại cách thức, biện pháp đã làm mà cần phải tìm ra biện pháp, cách thức mới.
- ✓ Cần đối chiếu, so sánh với những hồi ức có liên quan trực tiếp với nội dung tài liệu mà ta cần nhớ lại.
- ✓ Cần sử dụng sự kiểm tra của tư duy, của trí tưởng tượng về quá trình hồi tưởng và kết quả hồi tưởng.
- ✓ Có thể sử dụng sự liên tưởng, nhất là liên tưởng nhân - quả để hồi tưởng vấn đề gì đó.

CÂU HỎI VÀ BÀI TẬP

Câu hỏi:

1. Dưới đây là những đặc điểm của trí nhớ. Hãy chọn xem những đặc điểm nào phù hợp với đặc điểm trí nhớ của con người và những đặc điểm nào phù hợp với đặc điểm trí nhớ của máy?
 - a) Toàn bộ khối lượng thông tin trong tài liệu không khi nào được ghi nhớ một cách nguyên vẹn.
 - b) Các quá trình tri giác, gìn giữ, xử lý thông tin được thực hiện nhờ những biến đổi hóa – điện trong các hợp chất protein.
 - c) Toàn bộ khối lượng tài liệu có thể được ghi nhớ nguyên vẹn.
 - d) Các quá trình tri giác, gìn giữ, xử lý thông tin đều mang tính chất chọn lọc.
 - e) Ghi nhớ thông tin không được tiêu chuẩn hóa.
 - f) Ghi nhớ thông tin được tiêu chuẩn hóa một cách chặt chẽ.

2. Có một lần, một diễn viên đột ngột phải thay thế cho đồng nghiệp của mình và trong suốt cả ngày hôm đó, anh ta phải học thuộc vai diễn của bạn. Trong thời gian thực hiện vở diễn, anh ta thủ vai một cách hoàn hảo, nhưng sau khi diễn thì anh ta nhanh chóng quên hết vai diễn đã học thuộc, không còn nhớ một tí gì. Loại trí nhớ nào đã diễn ra ở người diễn viên đó?

3. Hãy hoàn thành bảng sau:

Loại trí nhớ	Ví dụ

Bài tập

1. Người ta đưa ra cho học sinh một số mệnh đề, mỗi mệnh đề tuân theo một quy tắc ngữ pháp nhất định và yêu cầu học sinh hãy xác định xem mỗi mệnh đề phù hợp với quy tắc ngữ pháp nào. Sau đó học sinh phải tự mình ra những ví dụ theo những quy tắc ngữ pháp đó. Người ta không yêu cầu học sinh phải nhớ các mệnh đề đó, nhưng ngày hôm sau lại yêu cầu học sinh phải nhớ lại các mệnh đề mà họ đã đưa ra và những mệnh đề mà học sinh đã tự nghĩ ra.

Theo bạn, học sinh nhớ được những mệnh đề nào tốt hơn? Tại sao? Có thể rút ra kết luận thực tiễn gì từ nghiên cứu trên?

2. Có hai học sinh bắt đầu học thuộc lòng một mẫu chuyện.

Ôi! Dài làm sao? Ngồi xuống đây! Nào hãy ngồi xuống đây! – Một em nói. Có gì mà dài! Học thuộc nhanh thôi! – Em kia trả lời.

Hãy xác định xem học sinh nào ghi nhớ câu chuyện tốt hơn nếu năng lực ghi nhớ của chúng đều nhau? Vì sao?

3. Người ta nghiên cứu quá trình ghi nhớ của học sinh. Trong trường hợp thứ nhất, bài khóa được đọc lại lần lượt 3 lần một cách đơn giản. Trong trường hợp thứ hai, học sinh tìm hiểu đề cương bài khóa và đọc bài khóa 1 lần. Trường hợp thứ ba – sau khi đọc 1 lần, học sinh phải tự lập đề cương bài khóa. Trong cả 3 trường hợp, người ta

không đặt ra nhiệm vụ ghi nhớ bài khóa. Kết quả là, hiệu quả ghi nhớ trong mỗi trường hợp không giống nhau.

a) Trong trường hợp nào thì việc ghi nhớ có hiệu quả nhất và trường hợp nào kém hiệu quả nhất?

b) Điều đó được giải thích bằng quy luật nào?

4. Người ta yêu cầu ghi nhớ nội dung một bài khóa bằng cách đọc lại lần lượt 4 lần, còn một nhóm khác đọc lại 2 lần. Kết quả là, sự đầy đủ và bền vững của việc ghi nhớ ở hai nhóm là không giống nhau.

Hãy chỉ ra nhóm nào có sự ghi nhớ đầy đủ và bền vững tốt hơn? Vì sao?

5. Đánh dấu (x) vào những mệnh đề chỉ đúng với trí nhớ:

a) Các quá trình tri giác, giữ gìn, xử lý thông tin được thực hiện nhờ những biến đổi hóa điện – trong các hợp chất protein.

b) Biểu tượng của nó có mang tính sáng tạo.

c) Sản phẩm phản ánh vừa mang tính trực quan, vừa mang tính khái quát.

d) Phản ánh sự vật, hiện tượng khi chúng không còn tác động trực tiếp vào giác quan.

e) Sản phẩm là biểu tượng.

f) Biểu tượng của nó được tạo ra từ các hình ảnh thu được từ tri giác.

g) Có sản phẩm là “biểu tượng của biểu tượng”.

h) Có sử dụng ngôn ngữ.

6. Dưới đây mô tả những hành động đặc trưng cho các quá trình khác nhau của trí nhớ (ghi nhớ, giữ gìn, nhớ lại và nhận lại). Hãy xác định xem quá trình nào được thể hiện trong một hành động được mô tả:

a) Một khách bộ hành, sau khi ngắm kỹ một người khác, đã mừng rỡ đến gặp người này:

- Cậu! Cậu đấy a!

- Xin lỗi! Hình như tôi chưa được biết anh. Chúng ta đã gặp nhau ở đâu rồi nhỉ?

- Hãy thử nhớ xem, năm nào? Ở thành phố nào?

- À! Cậu là ...

b) Một học sinh đang trả lời câu hỏi về bộ môn lịch sử được ra từ tuần trước, và đã nhớ lại được 70% nội dung trong sách giáo khoa. Sau một tháng, trả lời cũng được câu hỏi đó em đó chỉ nhớ được 45% nội dung trong sách giáo khoa.

c) Trong một buổi thi đọc thuộc lòng các bài thơ, một học sinh rất lâu không nhớ được đoạn thơ cuối cùng. Khi giáo viên nhắc cho từ đầu của đoạn thơ, em đã đọc được đoạn thơ này.

7. Hãy xác định loại ghi nhớ nào có trong các thực nghiệm sau và dự đoán kết quả ghi nhớ của các nhóm. Từ đó, rút ra các kết luận sự phạm cần thiết trong tổ chức việc ghi nhớ cho học sinh.

a) Trong thực nghiệm, người ta đã đọc cùng một mẫu chuyện như nhau cho hai nhóm học sinh. Nhóm thứ nhất được giao nhiệm vụ: hãy kể lại mẫu chuyện càng đầy đủ bao nhiêu càng tốt bấy nhiêu. Nhóm thứ hai không được giao nhiệm vụ đặc biệt nào cả.

b) Ở một thực nghiệm khác, người ta yêu cầu hai nhóm học sinh cùng đọc để nhớ một đoạn tài liệu học tập. Nhóm thứ nhất được lưu ý: đọc lần lượt một số lần cho đến thuộc. Nhóm thứ hai được lưu ý: lập dàn ý để nhớ đoạn tài liệu học tập đó.

CHƯƠNG 6. TÌNH CẢM VÀ Ý CHÍ

MỤC TIÊU

Kiến thức: Trang bị cho sinh viên những hiểu biết cơ bản về khái niệm tình cảm, đặc điểm, quy luật, hành động ý chí, hành động tự động hóa.

Kỹ năng: Vận dụng có hiệu quả các kiến thức đã học vào trong cuộc sống.

Thái độ: Hình thành ở sinh viên thái độ nghiêm túc khi tiếp thu các kiến thức liên quan đến môn học.

I. TÌNH CẢM

1. Khái niệm tình cảm

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.

2. Các mức độ của tình cảm

Tình cảm của con người phong phú đa dạng cả về nội dung lẫn hình thức biểu hiện. Xét từ thấp đến cao, đời sống tình cảm của con người có thể phân biệt theo mức độ dưới đây.

- Màu sắc xúc cảm của cảm giác:

Là mức độ thấp nhất của tình cảm, màu sắc xúc cảm là một sắc thái cảm xúc đi kèm theo quá trình cảm giác nào đó. Ví dụ như cảm giác về màu xanh da trời gây cho ta cảm xúc khoan khoái, nhẹ nhõm, dễ chịu; cảm giác màu đỏ gây cho ta cảm xúc rạo rực,...

Màu sắc xúc cảm của cảm giác mang tính cụ thể, nhất thời, không mạnh mẽ và gắn liền với một cảm giác nhất định, không được chủ thể ý thức một cách rõ ràng, đầy đủ.

- Xúc cảm:

Xúc cảm là những rung cảm xảy ra nhanh chóng, mạnh mẽ và rõ rệt hơn so với màu sắc xúc cảm của cảm giác. Xúc cảm mang tính khái quát hơn và được chủ thể ý thức phần nào rõ rệt hơn so với màu sắc xúc cảm.

+ Xúc động và tâm trạng:

Xúc động và tâm trạng là hai mặt phản ánh của xúc cảm, do cường độ, tính ổn định và tính cao hay thấp của xúc cảm quy định.

Xúc động là một dạng của xúc cảm có cường độ rất mạnh, xảy ra trong một thời gian ngắn và khi xảy ra thì con người thường không làm chủ được bản thân, không ý thức được hậu quả hành động của mình.

Tâm trạng là một dạng xúc cảm có cường độ vừa phải hoặc tương đối yếu được tồn tại trong khoảng thời gian tương đối lâu dài. Tâm trạng là một trạng thái xúc cảm bao trùm lên toàn bộ hoạt động của con người, gây ảnh hưởng rõ rệt đến toàn bộ hành vi của con người trong một thời gian khá dài. Stress là trạng thái căng thẳng đặc biệt của xúc cảm. Trạng thái căng thẳng của xúc cảm có thể gây ảnh hưởng tốt hoặc ảnh hưởng xấu đến hoạt động của con người.

- Tình cảm

Tình cảm là thái độ ổn định của con người đối với hiện thực xung quanh và đối với bản thân cũng chính là thuộc tính ổn định của nhân cách. Tình cảm có tính khái quát và ổn định hơn xúc cảm, được chủ thể ý thức một cách rõ ràng.

Trong tình cảm có một loại đặc biệt đó là sự say mê, loại này có cường độ rất mạnh, thời gian tồn tại lâu dài và được chủ thể ý thức rõ ràng. Sự say mê của con người có hai loại: say mê tích cực (say mê học tập, nghiên cứu, ...) và say mê tiêu cực (còn gọi là đam mê, như đam mê cờ bạc, rượu chè, ...).

Phân biệt giữa xúc cảm và tình cảm

Xúc cảm	Tình cảm
Có cả ở con người và con vật	Chỉ có ở con người
Là một quá trình tâm lý	Là thuộc tính tâm lý
Có tính chất nhất thời, tình huống và đa dạng	Có tính chất ổn định
Luôn luôn ở trạng thái hiện thực	Thường ở trạng thái tiềm tàng
Xuất hiện trước	Xuất hiện sau
Thực hiện chức năng sinh vật (giúp	Thực hiện chức năng xã hội (giúp

con người định hướng và thích nghi với môi trường bên ngoài với tư cách là một cá thể Gắn liền với phản xạ không điều kiện	con người định hướng và thích nghi với xã hội với tư cách là một nhân cách) Gắn liền với phản xạ có điều kiện
---	--

3. Những đặc điểm của tình cảm

- Tính nhận thức: Tình cảm được nảy sinh trên cơ sở những xúc cảm của con người trong quá trình nhận thức đối tượng. Hay nói cách khác, yếu tố nhận thức, rung động và phản ứng cảm xúc là ba yếu tố làm nảy sinh tình cảm. Trong đó, nhận thức được xem là “cái lí” của tình cảm, nó làm cho tình cảm có tính đối tượng xác định.

- Tính xã hội: Tình cảm chỉ có ở con người, nó mang tính xã hội, thực hiện chức năng xã hội và được hình thành trong môi trường xã hội, chứ không phải là những phản ứng sinh lí đơn thuần.

- Tính ổn định: Nếu xúc cảm là thái độ nhất thời, có tính tình huống, thì tình cảm là những thái độ ổn định của con người đối với hiện thực xung quanh và đối với bản thân. Chính vì vậy, tình cảm là một thuộc tính tâm lí, một đặc trưng quan trọng của nhân cách con người.

- Tính chân thực: Tính chân thực của tình cảm được thể hiện là: Tình cảm phản ánh chính xác nội tâm thực của con người, ngay cả khi con người cố che giấu (ngụy trang) bằng những “động tác giả” (vờ như không buồn, nhưng thực ra buồn đến nẫu ruột).

- Tính đối cực (tính hai mặt): Tính đối cực của tình cảm gắn liền với sự thoả mãn nhu cầu của con người. Trong một hoàn cảnh nhất định, một số nhu cầu được thoả mãn, còn một số nhu cầu lại bị kìm hãm hoặc không được thoả mãn - tương ứng với điều đó, tình cảm của con người được phát triển và mang tính đối cực: Yêu - ghét; vui - buồn; tích cực - tiêu cực.

4. Vai trò của tình cảm

Tình cảm có vai trò vô cùng to lớn trong cuộc sống và hoạt động của con người. Tình cảm thúc đẩy con người hoạt động, giúp con người vượt qua những khó khăn, trở

ngại gặp phải trong quá trình hoạt động. Sự thành công của mọi công việc phụ thuộc không nhỏ vào thái độ của con người đối với công việc đó.

Đối với nhận thức, tình cảm là nguồn động lực mạnh mẽ kích thích con người tìm tòi chân lí. Ngược lại, nhận thức là cơ sở của tình cảm, chi phối tình cảm. Có thể nói, nhận thức và tình cảm là hai mặt của một vấn đề nhân sinh quan thống nhất của con người.

Với hành động, tình cảm nảy sinh và biểu hiện trong hành động, đồng thời tình cảm là một trong những động lực thúc đẩy con người hành động.

Tình cảm có mối quan hệ và chi phối toàn bộ các thuộc tính tâm lí của nhân cách. Trước hết, tình cảm chi phối tất cả các biểu hiện của xu hướng nhân cách (nhu cầu, hứng thú, lí tưởng, niềm tin); tình cảm là nhân lõi của tính cách; là điều kiện và động lực để hình thành năng lực; là yếu tố có quan hệ qua lại với khí chất con người. Do vậy, trong công tác giáo dục, tình cảm vừa được xem là điều kiện, phương tiện giáo dục, vừa được xem là nội dung giáo dục nhân cách.

5. Các mức độ và các loại tình cảm

5.1 Các mức độ tình cảm

Tình cảm của con người đa dạng về cả nội dung lẫn hình thức biểu hiện. Xét từ thấp đến cao, đời sống tình cảm của con người có những mức độ sau:

- Màu sắc xúc cảm của cảm giác

Đây là mức độ thấp nhất của tình cảm. Nó là một sắc thái cảm xúc đi kèm theo quá trình cảm giác nào đó. Ví dụ: Cảm giác về màu xanh da trời gây cho ta một cảm xúc khoan khoái, nhẹ nhõm, dễ chịu. Cảm giác về màu đỏ gây cho ta một cảm xúc rạo rực.

Màu sắc xúc cảm của cảm giác mang tính chất cụ thể, nhất thời, không mạnh mẽ, gắn liền với một cảm giác nhất định và không được chủ thể ý thức một cách rõ ràng, đầy đủ.

- Xúc cảm

Đó là những rung cảm xảy ra nhanh chóng, nhưng mạnh mẽ và rõ rệt hơn so với màu sắc xúc cảm của cảm giác. Nó mang tính chất khái quát hơn và được chủ thể ý thức ít nhiều rõ rệt hơn so với màu sắc xúc cảm của cảm giác.

Xúc cảm phản ánh ý nghĩa của các hiện tượng, tình huống liên quan tới nhu cầu, động cơ của con người dưới hình thức các trải nghiệm trực tiếp (hài lòng, sợ hãi, lo lắng...). Xúc cảm là một trong những cơ chế điều chỉnh bên trong của hoạt động hướng tới việc thoả mãn nhu cầu cấp thiết của chủ thể.

Tuỳ theo cường độ, tính ổn định và tính ý thức cao hay thấp, có thể chia xúc cảm thành hai loại: xúc động và tâm trạng.

Xúc động là một dạng của xúc cảm có cường độ rất mạnh, xảy ra trong một thời gian ngắn và khi xảy ra, con người thường không làm chủ được bản thân, không ý thức được hậu quả hành động của mình. Tâm trạng là một dạng xúc cảm có cường độ vừa phải hoặc tương đối yếu, tồn tại trong khoảng thời gian tương đối lâu dài.

Tâm trạng là một trạng thái xúc cảm bao trùm lên toàn bộ hoạt động của con người, ảnh hưởng rõ rệt đến toàn bộ hành vi của con người trong một thời gian khá dài.

- Tình cảm

Đó là thái độ ổn định của con người đối với hiện thực xung quanh và đối với bản thân, nó là thuộc tính tâm lý ổn định của nhân cách. So với các mức độ nêu trên, tình cảm có tính khái quát hơn, ổn định hơn và được chủ thể ý thức một cách rõ ràng hơn.

Trong tình cảm có một loại đặc biệt, có cường độ rất mạnh, thời gian tồn tại lâu dài và được ý thức rõ ràng - Đó là sự say mê. Có những say mê tích cực (say mê học tập, nghiên cứu), có những say mê tiêu cực (còn gọi là đam mê: đam mê cờ bạc, rượu chè...).

5.2. Các loại tình cảm

Căn cứ vào đối tượng thoả mãn nhu cầu, người ta chia tình cảm thành hai nhóm: tình cảm cấp thấp và tình cảm cấp cao.

Tình cảm cấp thấp

Đó là những tình cảm liên quan đến sự thoả mãn hay không thoả mãn những nhu cầu cơ thể (nhu cầu sinh học). Tình cảm cấp thấp có ý nghĩa quan trọng: báo hiệu về trạng thái sinh lý của cơ thể.

Tình cảm cấp cao

Đó là những tình cảm liên quan đến sự thoả mãn nhu cầu tinh thần. Tình cảm cấp cao gồm có tình cảm đạo đức, tình cảm trí tuệ, tình cảm thẩm mỹ, tình cảm hoạt động và tình cảm mang tính chất thế giới quan.

Tình cảm đạo đức là loại tình cảm liên quan đến sự thoả mãn hay không thoả mãn nhu cầu đạo đức của con người. Nó biểu hiện thái độ của con người đối với các yêu cầu đạo đức, hành vi đạo đức (như tình mẫu tử, tình bầu bạn, tình huynh đệ, tình cảm nhóm xã hội...).

Tình cảm trí tuệ là những tình cảm nảy sinh trong quá trình hoạt động trí óc, liên quan đến sự thoả mãn hay không thoả mãn nhu cầu nhận thức của con người. Tình cảm trí tuệ được biểu hiện ở sự ham hiểu biết, óc hoài nghi khoa học, sự nhạy cảm với cái mới...

Tình cảm thẩm mỹ là những tình cảm liên quan đến nhu cầu thẩm mỹ, nhu cầu về cái đẹp. Nó biểu hiện thái độ thẩm mỹ của con người đối với hiện thực xung quanh và ảnh hưởng lớn đến sự đánh giá cái đẹp, thị hiếu thẩm mỹ của cá nhân.

Tình cảm hoạt động là sự thể hiện thái độ của con người đối với một hoạt động nào đó, liên quan đến sự thoả mãn hay không thoả mãn nhu cầu thực hiện hoạt động đó. Tình cảm mang tính chất thế giới quan là mức độ cao nhất của tình cảm con người. Ở mức độ này, tình cảm trở nên rất bền vững và ổn định, có tính khái quát cao, có tính tự giác và tính ý thức cao, trở thành một nguyên tắc trong thái độ và hành vi của cá nhân (Ví dụ: tình thần yêu nước, tình thần tương thân tương ái...).

6. Các quy luật của tình cảm

6.1 Quy luật “thích ứng”

Nghĩa là một tình cảm nào đó cứ lặp đi lặp lại nhiều lần một cách đơn điệu thì đến một lúc nào đấy sẽ trở nên “chai sạn” (thích ứng). Hiện tượng “gần thường xa thương” chính là biểu hiện của quy luật này.

Trong giáo dục, quy luật này được ứng dụng một cách hiệu quả. Chẳng hạn: Ở Trung Quốc, Nhật Bản, người ta đưa trẻ vào các tình huống khó khăn (trong tầm kiểm soát của người lớn) để trẻ làm quen và rèn luyện ý chí, vượt qua khó khăn, vượt qua sự sợ hãi, vượt qua chính mình. Trong cuộc sống hằng ngày, để phát triển tình cảm tốt đẹp, mỗi

người luôn biết làm mới bản thân mình: trong quan hệ vợ chồng, mỗi người luôn là “ẩn số” của người kia, luôn có những khám phá mới về đối tượng của mình...

6.2 Quy luật “cảm ứng” (hay “tương phản”)

Trong quá trình hình thành hoặc biểu hiện tình cảm, sự xuất hiện hay suy yếu đi của một tình cảm này có thể làm tăng hoặc giảm một tình cảm khác xảy ra đồng thời hoặc nối tiếp nó. Đó là hiện tượng “cảm ứng” (hay “tương phản”) trong tình cảm.

Ví dụ: Khi chấm bài, sau một loạt bài kém, gặp một bài khá, giáo viên thấy hài lòng hơn nhiều so với trường hợp bài khá ấy nằm trong một loạt bài khá đã gặp trước đó. Vận dụng quy luật này, trong văn học nghệ thuật thường xây dựng các tình tiết, tính cách nhân vật mang tính tương phản (chính diện, phản diện) để làm hấp dẫn và thỏa mãn nhu cầu thẩm mỹ và đạo đức của độc giả.

6.3 Quy luật “pha trộn”

Trong cuộc sống tâm lí của mỗi cá nhân, nhiều khi hai tình cảm đối lập nhau xảy ra cùng một lúc, nhưng không loại trừ nhau, mà “pha trộn” vào nhau.

Ví dụ: “giận mà thương”, “thương mà giận”, sự “ghen tuông” trong tình yêu; “thương cho roi cho vọt”... cũng đều do quy luật này tạo nên. Những tình cảm phức tạp trái ngược nhau ở con người xuất hiện do sự đa dạng của nhu cầu của con người, do tính đa diện của bản thân các sự vật, hiện tượng - chúng vừa lôi cuốn vừa đe dọa, gây ra tình cảm tích cực và tiêu cực. Qua đây, chúng ta thấy được tính phức tạp của tình cảm và có thể vận dụng để giải thích các hiện tượng lưỡng cực trong tình cảm của con người.

6.4 Quy luật “di chuyển”

Tình cảm của con người có thể “di chuyển” từ đối tượng này sang đối tượng khác: “giận cá chém thớt”, “vơ đũa cả nắm” hay “Yêu nhau yêu cả đường đi, Ghét nhau ghét cả tông chi họ hàng” (Ca dao) là những biểu hiện của quy luật “di chuyển” tình cảm. Hiểu biết quy luật này, chúng ta cần chú ý kiểm soát thái độ cảm xúc của mình, làm cho nó mang tính chọn lọc, một mặt, tránh “vơ đũa cả nắm”, mặt khác, tránh tình cảm tràn lan, không biên giới.

6.5 Quy luật “lây lan”

Tình cảm của con người có thể truyền, “lây” từ người này sang người khác. Hiện tượng “vui lây”, “buồn lây”, “đồng cảm”... là những biểu hiện của quy luật “lây lan” tình cảm.

Nền tảng của quy luật này là tính xã hội trong tình cảm của con người. Tuy nhiên, việc “lây lan” tình cảm từ chủ thể này sang chủ thể khác không phải là con đường chủ yếu để hình thành tình cảm. Trong hoạt động giáo dục, quy luật này là cơ sở của việc “giáo dục trong tập thể, bằng tập thể, thông qua tập thể”.

3.6 Quy luật về sự hình thành tình cảm

Xúc cảm là cơ sở của tình cảm. Tình cảm được hình thành do quá trình tổng hợp hoá, động hình hoá, khái quát hoá những xúc cảm đồng loại (cùng một phạm trù, một phạm vi đối tượng)... Ví dụ: Tình cảm của con cái đối với cha mẹ là xúc cảm (dương tính) thường xuyên xuất hiện do liên tục được cha mẹ thoả mãn nhu cầu, dần dần được tổng hợp hoá, động hình hoá, khái quát hoá mà thành.

Tình cảm được xây dựng từ những xúc cảm, nhưng khi đã được hình thành thì tình cảm lại thể hiện qua các xúc cảm đa dạng và chi phối các xúc cảm. Cùng một tình cảm có thể được hiện thực hoá trong các xúc cảm khác nhau (Ví dụ: Tình yêu làm nảy sinh một phổ rộng các xúc cảm như niềm vui, sự tức giận, nỗi buồn...). Tình cảm quy định nội dung và động thái các phản ứng xúc cảm mang tính chất tình hướng (Ví dụ: Mức độ tình cảm “thân”, “sợ” trong tình bạn quyết định phản ứng cảm xúc trong quan hệ bạn bè).

II. Ý CHÍ

1. Khái niệm ý chí

1.1 Ý chí là gì?

Ý chí là mặt năng động của ý thức, biểu hiện ở năng lực thực hiện những hành động có mục đích, đòi hỏi phải có sự nỗ lực khắc phục khó khăn.

Ý chí là một phẩm chất tâm lí của cá nhân, một thuộc tính tâm lí của nhân cách. Ta thường nói người này có ý chí, người kia thiếu ý chí...

Là một hiện tượng tâm lí, ý chí cũng là sự phản ánh hiện thực khách quan của não. Ý chí phản ánh mục đích của hành động, mục đích hành động do các điều kiện của hiện

thực khách quan quy định. Như vậy, ý chí phản ánh hiện thực khách quan dưới hình thức các mục đích của hành động.

Ý chí được xem là mặt năng động của ý thức, mặt biểu hiện cụ thể của ý thức trong thực tiễn, bởi vì ở đó con người tự giác được mục đích của hành động, đấu tranh động cơ, lựa chọn được các biện pháp vượt qua mọi trở ngại, khó khăn để thực hiện đến cùng mục đích đề ra.

Ý thức là hình thức tâm lí điều khiển, điều chỉnh hành vi tích cực nhất của con người, vì trong ý chí có cả mặt năng động của trí tuệ lẫn mặt năng động của tình cảm, đạo đức. Giá trị chân chính của ý chí không phải chỉ ở cường độ mạnh yếu, mà điều chủ yếu là ở nội dung đạo đức của ý chí.

1.2 Các phẩm chất ý chí của nhân cách

Trong quá trình thực hiện những hành động có ý chí, những phẩm chất ý chí của con người được hình thành. Những phẩm chất này vừa đặc trưng cho cá nhân với tư cách là một nhân cách, vừa có ý nghĩa to lớn cho đời sống và lao động của họ. Có những phẩm chất ý chí làm cho con người trở nên tích cực hơn, có những phẩm chất ý chí giúp con người kìm hãm hành động của mình khi cần thiết.

Dưới đây là một số phẩm chất ý chí cơ bản của nhân cách.

✓ Tính mục đích

Đây là một phẩm chất rất quan trọng của ý chí, giúp con người điều chỉnh hành vi hướng vào mục đích tự giác. Tính mục đích của ý chí phụ thuộc vào thế giới quan, nội dung đạo đức và tính giai cấp của nhân cách mang ý chí.

✓ Tính độc lập

Đó là phẩm chất ý chí cho phép con người có khả năng quyết định và thực hiện hành động theo những quan điểm và niềm tin của mình, không bị chi phối bởi những tác động bên ngoài.

Tuy nhiên, tính độc lập của ý chí không có nghĩa là sự bảo thủ, bướng bỉnh, chống lại sự ảnh hưởng từ bên ngoài, bất luận đúng hay sai.

✓ Tính quyết đoán

Đó là khả năng đưa ra những quyết định kịp thời, dứt khoát trên cơ sở tính toán, cân nhắc kỹ càng, chắc chắn. Con người quyết đoán là con người tin tưởng vững vàng rằng mình phải làm như thế này, mà không thể làm như thế khác được. Tiền đề của tính quyết đoán là trình độ trí tuệ và sự dũng cảm. Người quyết đoán luôn luôn hành động có suy nghĩ, dũng cảm, nhanh nhạy, đúng lúc, không dao động và hoài nghi.

✓ *Tính bền bỉ (kiên trì)*

Phẩm chất bền bỉ của ý chí được thể hiện ở sự khắc phục những khó khăn, trở ngại khách quan và chủ quan để đạt được mục đích đã đề ra.

Tính bền bỉ không có nghĩa là sự lì lợm, bướng bỉnh theo đuổi mục đích mù quáng, mà là sự theo đuổi mục đích đã được ý thức rõ ràng với sự năng động của trí tuệ và tình cảm trong quá trình thực hiện mục đích.

✓ *Tính tự chủ*

Đó là khả năng và thói quen kiểm tra hành vi làm chủ bản thân, kìm hãm những hoạt động cho là không cần thiết hoặc có hại trong những trường hợp cụ thể.

Các phẩm chất ý chí của nhân cách nói trên luôn luôn gắn bó hữu cơ với nhau, hỗ trợ cho nhau, tạo nên ý chí cao của con người. Các phẩm chất ý chí được thể hiện trong các hành động ý chí.

2. Hành động ý chí

2.1. Hành động ý chí là gì?

Hành động ý chí là hành động có ý thức, có chủ tâm, đòi hỏi nỗ lực khắc phục khó khăn, thực hiện đến cùng mục đích đã đề ra.

Hành động ý chí có những đặc điểm cơ bản sau:

✓ Hành động ý chí chỉ xuất hiện khi gặp khó khăn, trở ngại; vì vậy ý chí là sự phản ánh hiện thực khách quan. Nguồn gốc kích thích hành động ý chí không phải là cường độ vật lí của kích thích mà là cơ chế động cơ hoá hành động, trong đó chủ thể nhận thức ý nghĩa của kích thích để từ đó quyết định có hành động hay không.

✓ Hành động ý chí luôn có mục đích được chủ thể ý thức một cách rõ ràng.

✓ Hành động ý chí bao giờ cũng có sự lựa chọn phương tiện và biện pháp tiến hành để đạt được mục đích.

✓ Hành động ý chí luôn có sự điều khiển, điều chỉnh, kiểm tra của ý thức, luôn có sự nỗ lực khắc phục khó khăn, trở ngại, thực hiện đến cùng mục đích đề ra.

✓ Hành động ý chí có cơ chế tâm lí phức tạp bao gồm: hành động được gián tiếp hoá bởi chương trình trí tuệ bên trong - cái thực hiện chức năng điều khiển có ý thức, và chương trình trí tuệ bên trong ấy tổ chức tất cả các động cơ hiện có thành hệ thống thứ bậc, trong đó mục đích đặt trước là động cơ chủ đạo.

2.2. Cấu trúc của hành động ý chí

Một hành động ý chí điển hình thường có ba giai đoạn (thành phần) sau đây:

Giai đoạn chuẩn bị: Đây là giai đoạn hành động trí tuệ, giai đoạn suy nghĩ, cân nhắc các khả năng khác nhau. Giai đoạn này gồm các khâu:

✓ Xác định mục đích, hình thành động cơ: Trong giai đoạn này, con người ý thức một cách rõ ràng mục đích hành động của mình, đấu tranh động cơ để chọn lấy một mục đích, động cơ nổi bật. Việc đấu tranh động cơ còn được diễn ra trong suốt quá trình hoạt động.

✓ Lập kế hoạch hành động để đạt được mục đích với những phương tiện và biện pháp cụ thể.

✓ Quyết định hành động.

Giai đoạn thực hiện hành động: Việc chuyển từ quyết định hành động đến việc thực hiện hành động là sự thay đổi về chất, vì đó là sự chuyển biến từ ý thức, nguyện vọng thành hiện thực; từ bình diện tinh thần sang bình diện vật chất. Sự thực hiện quyết định có thể diễn ra dưới hai hình thức:

✓ Hình thức hành động bên ngoài.

✓ Hành động ý chí bên trong (hay kìm hãm các hành động bên ngoài).

Trong quá trình thực hiện hành động có thể gặp những khó khăn trở ngại, đòi hỏi phải nỗ lực ý chí vượt qua, nhằm thực hiện đến cùng mục đích đã định.

Có hai loại khó khăn trở ngại: khó khăn trở ngại bên trong (chủ quan) và khó khăn, trở ngại bên ngoài (khách quan). Ý chí thể hiện tập trung và rõ ràng khi nó khắc phục các khó khăn, đạt mục đích đề ra bằng sự nỗ lực của bản thân.

Giai đoạn đánh giá kết quả của hành động: Trong quá trình hành động, con người luôn luôn đối chiếu, đánh giá kết quả với mục đích đề ra. Khi kết quả phù hợp với mục đích thì hành động kết thúc, con người cảm thấy thoả mãn, hài lòng. Sự đánh giá kết quả hành động có thể trở thành sự kích thích và động cơ đối với hành động tiếp theo, giúp con người có những cố gắng mới để có những thành công mới.

Ba giai đoạn trên đây của hành động ý chí có liên quan mật thiết với nhau, tiếp nối nhau và bổ sung cho nhau. Tuy nhiên, trong điều kiện thực tế nhất định, có hành động ý chí rút gọn, tức là không nhất thiết đầy đủ các giai đoạn trên.

3. Hành động tự động hóa, kĩ xảo và thói quen

Hành động ý chí là hành động đặc trưng của con người. Tuy nhiên, hoạt động của con người không chỉ bao gồm toàn những hành động ý chí. Bên cạnh hành động ý chí, con người còn có một loại hành động phối hợp, hỗ trợ cho hành động ý chí. Đó là hành động tự động hoá.

3.1. Hành động tự động hoá là gì?

Hành động tự động hoá là hành động mà ban đầu vốn là hành động có ý thức, có ý chí, nhưng do lặp lại nhiều lần hoặc do luyện tập nên về sau trở thành tự động, nghĩa là không cần có sự kiểm soát trực tiếp của ý thức mà vẫn được thực hiện có kết quả.

Ví dụ: Khi mới tập đánh máy thì việc đánh máy là một hành động có ý thức, thị giác của ta vừa tập trung vào bàn phím, vừa tập trung vào màn hình. Khi đã thành thạo rồi, ta không cần phải nhìn vào bàn phím, màn hình nữa mà mọi thao tác vẫn diễn ra một cách chính xác, nghĩa là hành động đã trở nên tự động hoá.

Có hai loại hành động tự động hoá: Kĩ xảo và thói quen. Kĩ xảo là hành động tự động hoá được hình thành một cách có ý thức, nghĩa là hành động tự động hoá nhờ luyện tập. Còn thói quen là loại hành động tự động hoá ổn định, trở thành nhu cầu của con người.

Hành động kĩ xảo có những đặc điểm sau:

✓ Không có sự kiểm soát thường xuyên của ý thức, không cần sự kiểm tra bằng thị giác.

✓ Động tác mang tính chất khái quát, nhuần nhuyễn, không có động tác thừa, kết quả cao, ít tổn kém năng lượng thần kinh và cơ bắp.

✓ Thói quen cũng là một hành động tự động hoá, song nó có nhiều điểm khác với kĩ xảo.

Kĩ xảo	Thói quen
<p>Mang tính chất kĩ thuật</p> <p>Ít gắn với tình huống</p> <p>Có thể bị mai một nếu không thường xuyên luyện tập, củng cố</p> <p>Con đường hình thành chủ yếu của kĩ xảo là luyện tập có mục đích và có hệ thống</p> <p>Được đánh giá về mặt kĩ thuật thao tác, có kĩ xảo mới, tiến bộ, có kĩ xảo cũ, lỗi thời</p>	<p>Mang tính chất nhu cầu, nếp sống</p> <p>Luôn gắn với tình huống cụ thể</p> <p>Bền vững, ăn sâu vào nếp sống</p> <p>Hình thành bằng nhiều con đường khác nhau, kể cả con đường tự phát</p> <p>Được đánh giá về mặt đạo đức, có thói quen tốt, thói quen xấu, có thói quen có lợi, có thói quen có hại</p>

3.2 Sự hình thành kĩ xảo và thói quen

a. Sự hình thành kĩ xảo

Kĩ xảo được hình thành nhờ luyện tập, nghĩa là do sự lặp lại một cách có mục đích, có hệ thống các thao tác, dẫn đến sự củng cố và hoàn thiện hành động (hành động trở nên khái quát, thuần thực...). Quá trình luyện tập để hình thành kĩ xảo diễn ra theo các quy luật sau:

Quy luật về sự tiến bộ không đều của kĩ xảo.

Trong quá trình luyện tập, kĩ xảo có sự tiến bộ không đều:

- ✓ Có loại kĩ xảo khi mới luyện tập thì tiến bộ nhanh, sau đó chậm dần.
- ✓ Có loại kĩ xảo khi mới luyện tập thì tiến bộ chậm, nhưng đến một giai đoạn nhất định nó lại tăng nhanh.

✓ Có nhiều trường hợp, khi bắt đầu luyện tập, sự tiến bộ tạm thời lùi lại, sau đó tăng dần.

Nắm được quy luật này, khi hình thành kỹ xảo cần kiên trì, không nóng vội, không chủ quan để luyện tập có kết quả.

Quy luật “đỉnh” của phương pháp luyện tập

Mỗi phương pháp luyện tập kỹ xảo chỉ đem lại một kết quả cao nhất có thể có đối với nó mà thôi. Kết quả đó gọi là “đỉnh” của phương pháp luyện tập đó. Muốn đạt được kết quả cao hơn, cần phải thay đổi phương pháp luyện tập (để có “đỉnh” cao hơn).

Quy luật này cho ta thấy rõ sự cần thiết phải thường xuyên thay đổi phương pháp giảng dạy, học tập và công tác.

Quy luật về sự tác động qua lại giữa kỹ xảo đã có và kỹ xảo mới

Trong quá trình luyện tập kỹ xảo mới, những kỹ xảo đã có ảnh hưởng rõ rệt đến việc hình thành kỹ xảo mới. Sự ảnh hưởng này diễn ra theo hai chiều hướng sau:

✓ Kỹ xảo cũ ảnh hưởng tốt, có lợi cho việc hình thành kỹ xảo mới, làm cho kỹ xảo mới hình thành nhanh hơn, dễ dàng hơn, bền vững hơn. Đó là hiện tượng di chuyển (hay còn gọi là cộng) kỹ xảo. Ví dụ: Khi đã biết đánh máy chữ thủ công (máy cơ) thì việc soạn thảo văn bản bằng máy vi tính dễ dàng hơn.

✓ Kỹ xảo cũ ảnh hưởng xấu, gây trở ngại cho việc hình thành kỹ xảo mới, đó là hiện tượng “giao thoa” kỹ xảo. Ví dụ: Một người chơi bóng bàn giỏi, khi chuyển sang chơi cầu lông, những động tác giao bóng, cắt xoáy bóng bàn lúc đầu cũng được sử dụng để giao cầu, đỡ cầu. Điều đó làm cho việc chơi cầu lông khó khăn hơn.

Do đó, khi luyện tập hình thành kỹ xảo mới cho học sinh, ta cần tìm hiểu và tính đến các kỹ xảo đã có ở học sinh.

Quy luật dập tắt kỹ xảo

Một kỹ xảo được hình thành nếu không luyện tập, củng cố và sử dụng thường xuyên thì sẽ bị suy yếu và cuối cùng có thể bị mất hẳn (bị dập tắt). Ví dụ: Một người chơi bóng bàn giỏi, nhưng không luyện tập, củng cố thường xuyên, thì những kỹ năng, kỹ xảo trong việc thực hiện các thao tác chơi bóng sẽ bị mai một đi.

Ngoài ra, chúng ta còn thấy có sự dập tắt kỹ xảo tạm thời, khi con người có những xúc động mạnh mẽ, khi bị mệt mỏi.

Quy luật này cho ta thấy rõ việc “văn ôn võ luyện” có tầm quan trọng như thế nào.

b. Sự hình thành thói quen

Thói quen được hình thành bằng nhiều con đường khác nhau: Lặp đi lặp lại các cử động, hành động (ví dụ: tập thể dục buổi sáng); bắt chước (ví dụ: Trẻ bắt chước người lớn hút thuốc lá); giáo dục và tự giáo dục.

Bằng con đường giáo dục và tự giáo dục, thói quen hình thành một cách có mục đích. Đây là con đường chủ yếu để hình thành thói quen tốt cho học sinh. Muốn hình thành thói quen một cách hiệu quả, cần chú ý các điều kiện cơ bản sau:

- ✓ Làm cho học sinh tin tưởng vào sự cần thiết phải có thói quen ấy.
- ✓ Tổ chức các điều kiện thuận lợi cho việc hình thành thói quen.
- ✓ Phải có sự tự giác của học sinh đối với việc thực hiện các hành động cần chuyển thành thói quen.
- ✓ củng cố những thói quen tốt đang hình thành bằng những xúc cảm dương tính ở học sinh thông qua sự khích lệ, động viên kịp thời của giáo viên.

CÂU HỎI, BÀI TẬP

Câu hỏi

1. Phân tích khái niệm tình cảm. So sánh tình cảm với xúc cảm.
2. Phân tích các đặc điểm của tình cảm con người.
3. Hãy nêu và phân tích các quy luật của tình cảm, từ đó rút ra ý nghĩa trong nghề dạy học.
4. Nêu vai trò và ý nghĩa của tình cảm đối với cuộc sống của con người và đối với các hiện tượng tâm lý khác.
5. Phân tích khái niệm ý chí.
6. Vai trò của ý chí đối với cuộc sống, hoạt động và nhân cách của con người.
7. Phân tích các phẩm chất của ý chí.
8. Thế nào là hành động tự động hóa? Sự khác nhau giữa kỹ xảo và thói quen.

9. Hãy phân biệt trong số những đặc điểm dưới đây, đặc điểm nào là của tình cảm, đặc điểm nào là của xúc cảm?

- a. Là một quá trình tâm lý.
- b. Có tính chất nhất thời, đa dạng.
- c. Chỉ có ở người.
- d. Là một thuộc tính tâm lý.
- đ. Ở dạng tiềm tàng.
- e. Ở trạng thái hiện thực.
- g. Có cả ở người lẫn động vật.
- h. Ổn định và xác định.

10. Những cơ chế sinh lý nào của tình cảm và xúc cảm được thể hiện trong các ví dụ dưới đây?

- a. Một học sinh K, ở trong một tâm trạng rất tốt. Kế hoạch hành động vạch ra từ trước đã gặp những điều kiện thuận lợi và đã được thực hiện.
- b. Các thầy thuốc nhận xét rằng: sau khi về hưu ở nhiều người nảy sinh trạng thái trầm cảm liên quan đến sự làm quen với chế độ sống mới, nhẹ nhàng hơn, thông thường trạng thái sức khỏe của cơ thể bị giảm sút.

Bài tập

Bài tập 1: Trong một công trình nghiên cứu khoa học về phẩm chất của ý chí, người ta đã đặt câu hỏi: Người như thế nào thì được gọi là người vững vàng (kiên định)? Người như thế nào thì được gọi là người độc lập? Một số đối tượng đã gọi người vững vàng là người “trong khi tranh cãi không bao giờ nhượng bộ ai cả”, “không bao giờ nghe người khác, luôn làm theo ý mình”, “không quan tâm tới lời khuyên của bạn bè”; còn người độc lập là người “sống theo ý mình, không phải nghe lời ai cả”.

Sai lầm của câu trả lời trên là ở chỗ nào?

Bài tập 2: Ở tất cả mọi lớp, đặc biệt là các lớp lớn, đều có những học sinh muốn tự giáo dục ý chí của mình và các phẩm chất ý chí của tính cách. Nhưng không phải tất cả các em

này đều biết rằng, muốn như vậy thì cần phải làm gì, và các em đã sử dụng thủ thuật không đúng hay những bài tập giả tạo, tách rời khỏi đời sống.

Với tư cách là giáo viên, bạn sẽ bắt đầu công tác với các em này từ cái gì? Bạn sẽ hướng dẫn các em các phương pháp và các thủ thuật tự giáo dục ý chí nào?

Bài tập 3: Hãy cho biết những phẩm chất ý chí nào được mô tả trong các thí dụ sau đây:

1. Bất cứ công việc nào A cũng làm đến cùng. Chưa bao giờ em không làm bài tập mà cô giáo cho về nhà. Sức học của em ở mức trung bình, nhưng ngồi học và làm việc cho đến khi nào xong mới thôi. Đối với những công việc khác, A cũng như vậy. Có lần, các bạn trong lớp quyết định ghi chép kết quả theo dõi thời tiết hàng ngày. Sau một tháng, nhiều bạn đã bỏ dở công việc này, nhưng A đã ghi chép kết quả theo dõi thời tiết trong suốt cả năm học, mặc dù không phải lúc nào A cũng thích làm công việc này.

2. Một công chức tại một công sở thực hiện một công việc vừa sức, không có sự giúp đỡ và kiểm tra thường xuyên của người khác, biết tìm việc cho mình và tổ chức hoạt động của mình, biết rút lui ý kiến của mình chứ không tỏ ra bướng bỉnh trong trường hợp mình không đúng; biết sử dụng các thói quen hành động độc lập đã được hình thành vào những điều kiện mới, nhưng cùng một loại hành động.

Bài tập 3:

1. Hãy đánh dấu “x” vào bên cạnh những đặc điểm của hành động ý chí mà bạn cho là đúng.

Một hành động ý chí là một hành động:

- a) Có mục đích;
- b) Mới mẻ, khác thường;
- c) Chính xác, hợp lý;
- d) Có sự khắc phục khó khăn;
- e) Có sự lựa chọn phương tiện, biện pháp;
- f) Tự động hóa;
- g) Cả a, d và e

2. Đoạn trích dưới đây Phùng Văn Bằng đang ở giai đoạn nào trong hành động ý chí.

- a) Hình thành mục đích;

b) Đấu tranh động cơ;

c) Quyết định;

d) Thực hiện

“Đừng anh đừng nhận anh ạ. Anh vừa bảo anh không nhận cũng được cơ mà. Bằng lấy bàn tay to và thô của mình chải chải mớ tóc rối bời của vợ.

- Thôi, đừng khóc nữa. Đi gác đèn có làm sao đâu mà em khóc góm thế này.

Miệng nói vậy, nhưng thực ra chính Bằng cũng thấy buồn không kém gì vợ. Đúng như lời nói: Bằng có thể từ chối, vì nếu vậy thì đây cũng chỉ là mới lần đầu tiên Bằng từ chối công tác của Đảng giao cho. Bằng mới cưới vợ được hai tháng. Hai tháng trời, quan hệ vợ chồng biết bao nhiêu ràng buộc và hạnh phúc.

Bằng an ủi, động viên vợ và cũng tự động viên mình. Anh không ngờ mình lại chuyển công tác một cách đột ngột như vậy. Khi đồng chí bí thư Đoàn và đồng chí cán bộ tổ chức báo cho anh tin ấy, anh lặng người:

- Các đồng chí quyết định rồi à?

Đồng chí bí thư Đoàn lắc đầu:

- Chưa quyết định hẳn đâu. Còn tùy ở cậu.

Bằng im lặng một lúc:

- Các đồng chí cho tôi hai ngày suy nghĩ. Bây giờ tôi chưa trả lời ngay được đâu”.

(Sống giữa những người anh hùng)

Bài tập 4

Dưới đây là những ví dụ về hành động ý chí. Hãy phân tích các hành động đó, chỉ ra những động cơ đã dẫn trẻ đến các hành động đó, và hãy vạch ra những giai đoạn nào của hành động ý chí được thể hiện trong các trường hợp đó.

a) Học sinh B là thành viên của Ban biên tập báo tường. Các bạn đã báo cho em biết là 5h chiều nay em phải đến lớp để cùng các bạn chuẩn bị cho số báo mới. Một bạn khác của B là L đã rủ B tham gia đội bóng của phường để thi đấu với phường bạn cũng vào 5h chiều nay. B đã suy tính hồi lâu: đến lớp làm báo hay đi đá bóng? Cuối cùng em đã quyết định đến lớp làm báo cùng các bạn.

b) Trong một đám thiếu niên đang tụ tập ở sân khu tập thể G, một thiếu niên lớn đang hút thuốc lá, và em bắt đầu chìa thuốc ra mời các em khác. Một vài em, mặc dù đã có đần đo nhưng đã cầm thuốc hút. Em thiếu niên lớn đó đã nói với các em từ chối không hút thuốc như sau: “Sợ à! Thế mà cũng đòi là đàn ông!”. Chịu ảnh hưởng của những lời chế giễu đó và của áp lực xung quanh, các thiếu niên này cũng phân vân. Nhưng rồi một em trong số này đã chống lại “Sợ cái gì cơ chứ”. Cuộc tán công bị ngừng lại và nỗi băn khoăn cầm hay không cầm thuốc, cũng biến mất.

Bài tập 5:

Dưới đây là những ví dụ khác nhau về tình cảm. Hãy xác định xem những tình cảm nào thuộc về tình cảm trí tuệ, tình cảm đạo đức, tình cảm thẩm mỹ? Tại sao?

Ngạc nhiên	Tính khôi hài
Tình bạn	Lòng tin
Yêu thích cái đẹp	Sự công tâm
Sự khâm phục	Tình cảm bi lụy
Tình cảm trách nhiệm	Sự hoài nghi
Sự mĩa mai	Sự xấu hổ.
Tính tàn ác	Tính ghen tị
Tình cảm vui nhộn	Lòng trắc ẩn

Bài 4: Các hiện tượng sau nói lên quy luật nào của tình cảm?

- “Nắng mưa thì giếng nắng đầy
Anh nắng đi lại, mẹ thầy nắng thương”
- “Yêu nhau yêu cả đường đi Ghét nhau ghét cả tông chi họ hàng”
- “Một con ngựa đau, cả tàu bỏ cỏ”
- “Ngọt bùi nhớ lúc đắng cay”
- “Thương cho roi cho vọt”

CHƯƠNG 6: NHÂN CÁCH VÀ SỰ HÌNH THÀNH NHÂN CÁCH

MỤC TIÊU

Kiến thức: Trang bị cho sinh viên những hiểu biết cơ bản khái niệm, đặc điểm, cấu trúc tâm lý của nhân cách, các kiểu nhân cách; các thuộc tính cơ bản của nhân cách; các yếu tố chi phối sự hình thành và phát triển nhân cách.

Kỹ năng: Vận dụng có hiệu quả các kiến thức đã học vào trong cuộc sống.

Thái độ: Hình thành ở sinh viên thái độ nghiêm túc khi tiếp thu các kiến thức liên quan đến môn học.

I. KHÁI NIỆM CHUNG VỀ NHÂN CÁCH

1. Nhân cách là gì?

1.1 Khái niệm con người, cá nhân, cá tính, chủ thể, nhân cách

Con người: vừa là thực thể tự nhiên, vừa là thực thể xã hội. Bằng thân thể, máu thịt và bộ não của mình, con người thuộc về thế giới tự nhiên, tuân theo các quy luật tự nhiên. Mặt khác, con người vừa là chủ thể, vừa là khách thể trong các mối quan hệ xã hội. Vì thế, sự phát triển của con người còn chịu sự chi phối của các quy luật xã hội. Mặt tự nhiên và mặt xã hội thống nhất với nhau tạo thành một cấu trúc chỉnh thể - con người.

Cá nhân: là thuật ngữ dùng để chỉ một con người với tư cách đại diện cho loài người, là thành viên của xã hội loài người. Theo nghĩa đó, một người là nam hay nữ, trẻ thơ hay cụ già, người dân bình thường hay cán bộ lãnh đạo đều là cá nhân. Mỗi cá nhân là sự phân biệt với người khác, với cộng đồng.

Cá tính: là thuật ngữ dùng để chỉ cái đơn nhất, cái độc đáo trong tâm lý hoặc sinh lý của cá thể động vật hoặc cá thể người (cá nhân).

Chủ thể: Khi cá nhân thực hiện một cách có ý thức, có mục đích một hoạt động hay một quan hệ xã hội thì cá nhân đó được coi là chủ thể.

Nhân cách: Khái niệm nhân cách chỉ bao hàm phần xã hội - tâm lý của cá nhân với tư cách thành viên của xã hội, là chủ thể của các mối quan hệ xã hội và hoạt động có ý thức.

1.2 Khái niệm nhân cách trong Tâm lý học

Nhân cách là một khái niệm rộng và phức tạp của Tâm lí học. Ở mỗi góc độ khác nhau, các tác giả có những quan điểm, quan niệm khác nhau về nhân cách.

a. Một số quan niệm sai lầm về nhân cách

Quan niệm sinh vật hoá nhân cách: coi bản chất nhân cách nằm trong các đặc điểm hình thể (Krcst Chmev), ở góc mặt (C. Lombroso), ở thể trạng (Sheldon), ở bản năng vô thức (S. Freud)...

Quan điểm xã hội học hoá nhân cách: lấy các quan hệ xã hội (gia đình, họ hàng, làng xóm,...) để thay thế một cách đơn giản, máy móc các thuộc tính của cá nhân đó.

Trong số những quan niệm trên, có quan niệm chỉ chú ý đến cái chung, bỏ qua cái riêng trong nhân cách, đồng nhất nhân cách với con người. Ngược lại, một số quan niệm chỉ chú ý tính đơn nhất, có một không hai của nhân cách.

b. Quan niệm khoa học về nhân cách

Các nhà tâm lí học cho rằng khái niệm nhân cách là một phạm trù xã hội, có bản chất xã hội - lịch sử, nghĩa là nội dung của nhân cách là nội dung của những điều kiện lịch sử cụ thể của xã hội được chuyển vào trong mỗi con người. Có thể nêu lên một số định nghĩa nhân cách như sau:

- “Nhân cách là một cá nhân có ý thức, chiếm một vị trí nhất định trong xã hội và đang thực hiện một vai trò xã hội nhất định.” (A.G. Covaliov).
- “Nhân cách là con người với tư cách là kẻ mang toàn bộ thuộc tính về phẩm chất tâm lí, quy định hình thức hoạt động và hành vi có ý nghĩa xã hội.” (E.v. Sorokhova).
- “Nhân cách là cá thể hoá ý thức xã hội.” (V.s. Mukhina).

Từ những điều trình bày ở trên, có thể nêu lên một định nghĩa về nhân cách như sau:
Nhân cách là tổ hợp những đặc điểm, những thuộc tính tâm lí của cá nhân quy định bản sắc và giá trị xã hội của con người.

Trước hết, nhân cách không phải là tất cả các đặc điểm cá thể của con người mà chỉ bao hàm những đặc điểm quy định con người như là một thành viên của xã hội, nói lên bộ mặt tâm lí xã hội, giá trị và cốt cách làm người của mỗi cá nhân.

Nhân cách không phải là một nét, một phẩm chất tâm lí riêng lẻ mà là một cấu tạo tâm lí mới. Nói cách khác, nhân cách là tổng hợp những đặc điểm tâm lí đặc trưng với

một cơ cấu xác định. Do đó, không phải con người sinh ra là đã có nhân cách. Nhân cách được hình thành dần trong quá trình tham gia các mối quan hệ của con người.

Nhân cách quy định bản sắc, cái riêng của cá nhân trong sự thống nhất biện chứng với cái chung, cái phổ biến của cộng đồng mà cá nhân đó là đại biểu.

Ví dụ: Mỗi sinh viên Việt Nam đều là nhân cách duy nhất với tất cả những đặc điểm riêng biệt của mình, song đều có cái chung của con người Việt Nam là tình yêu xóm làng, quê hương, đất nước của mình.

Nhân cách biểu hiện trên ba cấp độ: cấp độ bên trong cá nhân, cấp độ liên cá nhân và cấp độ siêu cá nhân.

Ở cấp độ thứ nhất: nhân cách được thể hiện dưới dạng cá nhân, ở tính không đồng nhất, ở sự khác biệt với mọi người, với cái chung. Chính vì vậy, giá trị nhân cách ở cấp độ này là tính tích cực của nó trong việc khắc phục những hạn chế của hoàn cảnh và những hạn chế của bản thân. Có thể nói, phân tích nhân cách ở cấp độ bên trong cá nhân là xem xét nhân cách từ bên trong bản thân như một đại diện của toàn xã hội.

Ở cấp độ thứ hai: nhân cách được thể hiện trong các mối quan hệ, liên hệ với nhân cách khác. Nhân cách nằm trong mối quan hệ liên nhân cách, tạo nên đặc trưng của mỗi nhân cách. Giá trị của nhân cách ở cấp độ này được thể hiện trong các hành vi ứng xử xã hội của chủ thể. Như vậy, phân tích nhân cách ở cấp độ liên cá nhân là đã tách nhân cách ra thành các mức độ trong nhóm của nó (trong giai cấp, trong nhóm, trong tập thể).

Ở cấp độ cao nhất: cấp độ siêu nhân cách, nhân cách được xem xét như là một chủ thể đang tích cực hoạt động và gây ra những biến đổi ở người khác, ở cấp độ này, giá trị nhân cách được xác định ở những hành động và hoạt động của nhân cách này có ảnh hưởng như thế nào tới những nhân cách khác.

2. Các đặc điểm cơ bản của nhân cách

2.1 Tính thống nhất của nhân cách

Nhân cách là một cấu trúc tâm lí, tức là một chính thể thống nhất các thuộc tính, đặc điểm tâm lí xã hội, thống nhất giữa phẩm chất và năng lực, giữa đức và tài. Các phần tử tạo nên nhân cách liên hệ hữu cơ với nhau làm cho nhân cách mang tính trọn vẹn S.L. Rubinshtejn đã nhấn mạnh: “Khi giải quyết bất cứ hiện tượng tâm lí nào, nhân cách nổi

lên như một tổng thể liên kết thống nhất của các điều kiện bên trong và tất cả các điều kiện bên ngoài đều bị khúc xạ”.

Tính thống nhất của nhân cách còn thể hiện ở sự thống nhất giữa ba cấp độ: cấp độ bên trong cá nhân, cấp độ liên cá nhân và cấp độ siêu cá nhân. Đó chính là sự thống nhất giữa tâm lí, ý thức với hoạt động, giao tiếp của nhân cách.

2.2 Tính ổn định của nhân cách

Những thuộc tính tâm lí là những hiện tượng tâm lí tương đối ổn định và bền vững. Nhân cách là tổ hợp những thuộc tính tâm lí tạo thành bộ mặt tâm lí xã hội của cá nhân, phần nào nói lên bản chất xã hội của họ. Vì thế, các đặc điểm nhân cách cũng như cấu trúc nhân cách khó hình thành và cũng khó mất đi. Trong thực tế, từng nét nhân cách (cá tính, phẩm chất) có thể thay đổi trong quá trình sống của con người, nhưng nhìn một cách tổng thể thì chúng vẫn tạo thành một cấu trúc trọn vẹn, tương đối ổn định. Chính nhờ vậy, chúng ta mới có thể dự kiến trước được hành vi của một nhân cách nào đó trong tình huống, hoàn cảnh này hay khác.

2.3 Tính tích cực của nhân cách

Nhân cách là chủ thể của hoạt động và giao tiếp, là sản phẩm xã hội. Vì thế, tính tích cực là một thuộc tính của nhân cách.

Tính tích cực của nhân cách được biểu hiện trước tiên ở việc xác định một cách tự giác mục đích hoạt động, tiếp đó là sự chủ động tự giác thực hiện các hoạt động, giao tiếp nhằm hiện thực hoá mục đích, ở đây, nhân cách bộc lộ khả năng tự điều chỉnh và chịu sự điều chỉnh của xã hội. Đó cũng là biểu hiện tính tích cực của nhân cách. Tùy theo mức độ và loại hình hoạt động mà mục đích của nó được nhân cách xác định là nhận thức hay cải tạo thế giới, nhận thức hay cải tạo chính bản thân mình. Giá trị đích thực của nhân cách, chức năng xã hội và cốt cách làm người của cá nhân thể hiện rõ nét tính tích cực của nhân cách.

Tính tích cực của nhân cách cũng biểu hiện rõ trong quá trình thoả mãn các nhu cầu của nó. Không chỉ thoả mãn với các đối tượng có sẵn, con người luôn luôn sáng tạo ra các đối tượng mới, các phương thức thoả mãn mới những nhu cầu ngày càng cao của họ.

Quá trình đó luôn là quá trình hoạt động có mục đích tự giác, trong đó con người làm chủ được những hình thức hoạt động của mình.

Trong giáo dục và dạy học với đối tượng là học sinh - những nhân cách đang hình thành và phát triển, cần chú trọng phát huy tính tích cực học tập của các em.

2.4 Tính giao lưu của nhân cách

Nhân cách chỉ có thể hình thành, phát triển, tồn tại và thể hiện trong hoạt động và trong mối quan hệ giao lưu với những nhân cách khác. Nhu cầu giao lưu (giao tiếp) được xem như là một nhu cầu bẩm sinh của con người. Thông qua quan hệ giao tiếp với người khác, con người gia nhập các quan hệ xã hội, lĩnh hội các chuẩn mực đạo đức và hệ thống giá trị xã hội. Đồng thời, cũng qua giao tiếp mà con người được đánh giá, được nhìn nhận theo quan hệ xã hội. Điều quan trọng là qua giao tiếp, con người còn đóng góp các giá trị nhân cách của mình cho người khác, cho xã hội. Giao tiếp chính là điều kiện để nhân cách biểu hiện cả ba cấp độ của mình.

Đặc điểm này của nhân cách là cơ sở của nguyên tắc “giáo dục trong tập thể, bằng tập thể” do A.s. Makarenko xây dựng.

3.Cấu trúc của nhân cách

A.G. Covaliov cho rằng, trong cấu trúc nhân cách bao gồm: các quá trình tâm lí, các trạng thái tâm lí và các thuộc tính tâm lí cá nhân.

Quan điểm coi nhân cách bao gồm ba lĩnh vực cơ bản: nhận thức (bao gồm cả tri thức và năng lực trí tuệ), tình cảm (rung cảm, thái độ) và ý chí (phẩm chất ý chí, kĩ năng, kĩ xảo, thói quen).

K.K. Platonov cho rằng nhân cách gồm bốn tiểu cấu trúc sau:

- ✓ Tiểu cấu trúc có nguồn gốc sinh học: bao gồm khí chất, giới tính, lứa tuổi và cả những đặc điểm bệnh lí.
- ✓ Tiểu cấu trúc các đặc điểm của các quá trình tâm lí: các phẩm chất trí tuệ, trí nhớ, ý chí, đặc điểm của xúc cảm,...
- ✓ Tiểu cấu trúc về vốn kinh nghiệm: tri thức, kĩ năng, kĩ xảo, thói quen,...
- ✓ Tiểu cấu trúc xu hướng nhân cách: nhu cầu, hứng thú, lí tưởng, thế giới quan, niềm tin,...

Quan điểm coi cấu trúc nhân cách bao gồm hai mặt thống nhất với nhau là đức và tài (phẩm chất và năng lực) có thể được tóm tắt như sau:

✓ *Phẩm chất (đức)*

Phẩm chất xã hội (đạo đức, chính trị): thế giới quan, lí tưởng, niềm tin, lập trường,...

Phẩm chất cá nhân (đạo đức, tư cách): các nết, đức tính, các thói, tật,...

Phẩm chất ý chí: tính mục đích, tính tự chủ, tính kỉ luật, tính quả quyết, tính phê phán.

Cung cách ứng xử: tác phong, lễ tiết, tính khí.

✓ *Năng lực (tài)*

Năng lực xã hội hoá: khả năng thích ứng, hoà nhập, tính mềm dẻo, cơ động, linh hoạt trong cuộc sống.

Năng lực chủ thể hoá: khả năng thể hiện tính độc đáo, đặc sắc, cái riêng, cái bản lĩnh của cá nhân.

Năng lực hành động: khả năng hành động có mục đích, chủ động, tích cực, có hiệu quả.

Năng lực giao tiếp: khả năng thiết lập và duy trì mối quan hệ với người khác.

Gần đây, trong một số tài liệu Tâm lí học, các tác giả trong nước xem nhân cách bao gồm bốn khối (bốn bộ phận) sau:

✓ Xu hướng nhân cách.

✓ Những khả năng của nhân cách.

✓ Phong cách hành vi của nhân cách.

✓ Hệ thống “cái tôi” (cấu tạo tự ý thức) - hệ thống điều khiển, điều chỉnh hành vi của nhân cách.

Quan điểm khá phổ biến xưa nay coi nhân cách gồm bốn thuộc tính tâm lí phức hợp, điển hình của cá nhân: xu hướng, tính cách, khí chất và năng lực.

Tóm lại, cấu trúc nhân cách khá phức tạp, nhiều mặt. Tất cả mọi thành tố của nhân cách có mối quan hệ qua lại và chế ước lẫn nhau, tạo nên một chỉnh thể tương đối ổn định nhưng cũng có tính cơ động. Điều đó cho phép con người vừa biểu hiện phong cách, bản

chất của mình, vừa mềm dẻo, linh hoạt trong hoạt động và giao tiếp phù hợp với các điều kiện khác nhau.

II. CÁC THUỘC TÍNH TÂM LÝ CỦA NHÂN CÁCH

1. Xu hướng nhân cách và động cơ của nhân cách

1.1 Xu hướng nhân cách

Là một thuộc tính tâm lý phức hợp của cá nhân, bao gồm một hệ thống động cơ quy định tính tích cực hoạt động của cá nhân và quy định sự lựa chọn thái độ của nó.

Xu hướng nhân cách thường biểu hiện ở một số mặt chủ yếu: nhu cầu, hứng thú, lí tưởng, thế giới quan, niềm tin,...

Nhu cầu: là sự đòi hỏi tất yếu mà con người thấy cần thoả mãn để tồn tại và phát triển.

Nhu cầu của con người có những đặc điểm cơ bản sau:

Nhu cầu bao giờ cũng có đối tượng. Khi nào nhu cầu gặp đối tượng có khả năng thoả mãn nó thì lúc đó nhu cầu trở thành động cơ thúc đẩy con người hoạt động nhằm tới đối tượng.

Nội dung của nhu cầu do những điều kiện và phương thức thoả mãn nó quy định.

Nhu cầu có tính chu kì.

Nhu cầu của con người khác xa về chất so với nhu cầu của con vật: nhu cầu của con người mang bản chất xã hội.

Nhu cầu của con người rất đa dạng: nhu cầu vật chất gắn liền với sự tồn tại của cơ thể như: nhu cầu ăn, ở, mặc...; nhu cầu tinh thần bao gồm: nhu cầu nhận thức, nhu cầu thẩm mĩ, nhu cầu giao tiếp và nhu cầu hoạt động xã hội.

Hứng thú: là thái độ đặc biệt của cá nhân đối với đối tượng nào đó, vừa có ý nghĩa đối với cuộc sống, vừa có khả năng mang lại khoái cảm cho cá nhân trong quá trình hoạt động.

Hứng thú biểu hiện ở sự tập trung cao độ, ở sự say mê, ở bề rộng và chiều sâu của hứng thú. Hứng thú nảy sinh chủ yếu do tính hấp dẫn về mặt cảm xúc của nội dung hoạt động.

Hứng thú làm nảy sinh khát vọng hành động, tăng sức làm việc, đặc biệt là tăng tính tự giác, tích cực trong hoạt động, và vì vậy hứng thú làm tăng hiệu quả hoạt động. Cùng với nhu cầu, hứng thú là một thành phần trong hệ thống động cơ của nhân cách.

Lí tưởng: là một mục tiêu cao đẹp, một hình ảnh mẫu mực, tương đối hoàn chỉnh, có sức lôi cuốn con người vươn tới nó.

Lí tưởng khác với ước mơ ở điểm: Trong lí tưởng chứa đựng mặt nhận thức sâu sắc của chủ thể về các điều kiện chủ quan và khách quan để vươn tới lí tưởng, đồng thời chủ thể có tình cảm mãnh liệt đối với hình ảnh mẫu mực của mình. Chính vì thế, lí tưởng có sức mạnh lôi cuốn toàn bộ cuộc sống con người vào các hoạt động vươn tới lí tưởng của mình. Tuy vậy, ước mơ có thể là cơ sở cho sự hình thành lí tưởng cao đẹp sau này.

Lí tưởng vừa có tính hiện thực, vừa có tính lãng mạn. Có tính hiện thực vì lí tưởng bao giờ cũng được xây dựng từ nhiều “chất liệu” có thực trong đời sống. Song lí tưởng lại là hình ảnh mẫu mực chưa có trong hiện thực, là cái chỉ có thể đạt được trong tương lai. Lí tưởng phản ánh xu thế phát triển của con người.

Lí tưởng mang tính lịch sử và giai cấp. Ví dụ: Lí tưởng của người nông dân trong xã hội phong kiến khác với lí tưởng của người nông dân sống dưới chế độ xã hội chủ nghĩa; lí tưởng của các nhà tư bản khác với lí tưởng của người cộng sản.

Lí tưởng là biểu hiện tập trung nhất của xu hướng nhân cách, nó có chức năng xác định mục tiêu, điều khiển toàn bộ hoạt động của con người, trực tiếp chi phối sự hình thành và phát triển tâm lí cá nhân.

Thế giới quan: là hệ thống các quan điểm về tự nhiên, xã hội và bản thân, xác định phương châm hành động của con người. Thế giới quan khoa học là thế giới quan duy vật biện chứng mang tính khoa học, tính nhất quán cao.

Niềm tin: là một sản phẩm của thế giới quan, là kết tinh các quan điểm, tri thức, rung cảm, ý chí được con người thể nghiệm, trở thành chân lí bền vững trong mỗi cá nhân. Niềm tin tạo cho con người nghị lực, ý chí để hành động theo quan điểm của mình, là lẽ sống của con người.

1.2 Động cơ của nhân cách

Vấn đề động cơ là vấn đề trung tâm trong cấu trúc nhân cách. A.N. Leonchiev cho rằng: “Sự hình thành nhân cách của con người biểu hiện về mặt tâm lí học trong sự phát triển về mặt động cơ của nhân cách”.

Động cơ theo nghĩa rộng nhất được hiểu là cái thúc đẩy con người hoạt động nhằm thoả mãn nhu cầu, là cái làm nảy sinh tính tích cực và quy định xu hướng của tính tích cực đó. Động cơ là động lực kích thích trực tiếp, là nguyên nhân trực tiếp của hành vi.

Quan điểm duy lí coi nguồn gốc động cơ được tìm thấy trong tư duy, các động cơ đi từ ý thức.

Các nhà tâm lí học Xô viết quan niệm động cơ là sự phản ánh nhu cầu. Những đối tượng đáp ứng nhu cầu này hay nhu cầu khác tồn tại trong hiện thực khách quan, một khi chúng bộc lộ ra, được chủ thể nhận biết (ý thức được) sẽ thúc đẩy, hướng dẫn con người hoạt động. Nói khác đi, khi nhu cầu gặp đối tượng có khả năng thoả mãn thì trở thành động cơ hoạt động. Động cơ là sự biểu hiện chủ quan của nhu cầu. S.L. Rubinshtejn cho rằng: “Động cơ là sự quy định về mặt chủ quan hành vi của con người bởi thế giới. Sự quy định này được thể hiện gián tiếp bằng quá trình phản ánh động cơ đó”.

Nhìn chung, các nhà tâm lí học đều thống nhất rằng, trong nhân cách có hệ thống các động cơ được sắp xếp theo thứ bậc. Thứ bậc này không phải là bất biến mà có tính cơ động, mềm dẻo, có thể thay đổi, tùy theo các điều kiện cụ thể. Hoạt động của con người có thể có nhiều động cơ thúc đẩy, song bao giờ cũng có động cơ chiếm ưu thế - động cơ có sức thúc đẩy mạnh nhất quyết định hoạt động của cá nhân.

Toàn bộ các thành phần (các mặt biểu hiện) của xu hướng nhân cách như: nhu cầu, hứng thú, lí tưởng, niềm tin... là các thành phần trong hệ thống động cơ của nhân cách, là động lực trực tiếp của hành vi.

Có nhiều cách phân loại động cơ:

- ✓ Động cơ ham thích và động cơ nghĩa vụ.
- ✓ Động cơ quá trình và động cơ kết quả.
- ✓ Động cơ gần và động cơ xa.
- ✓ Động cơ cá nhân, động cơ xã hội, động cơ công việc.
- ✓ Động cơ bên ngoài và động cơ bên trong.

- ✓ Động cơ tạo ý và động cơ kích thích...

Các loại động cơ, các thành phần trong hệ thống động cơ có quan hệ chi phối lẫn nhau. Tùy theo sự khác nhau về nội dung, tính chất cũng như vị trí của chúng trong cấu trúc mà sự tác động thúc đẩy của chúng đối với hoạt động của chủ thể là khác nhau và dẫn đến kết quả hoạt động khác nhau.

2. Tính cách

2.1 Tính cách là gì?

Tính cách là một thuộc tính tâm lí phức hợp của cá nhân, bao gồm một hệ thống thái độ của nó đối với hiện thực và thể hiện trong hệ thống hành vi, cử chỉ, cách nói năng tương ứng.

Trong cuộc sống hằng ngày, ta thường dùng các từ “tính tình”, “tính nết”, “tư cách” để chỉ tính cách. Những nét tính cách tốt thường được gọi là “đặc tính”, “lòng”, “tinh thần”... Những nét tính cách xấu thường được gọi là “thói”, “tật”...

Tính cách mang tính ổn định và bền vững, tính thống nhất và đồng thời cũng mang tính độc đáo, riêng biệt, điển hình cho mỗi cá nhân. Vì thế, tính cách của cá nhân là sự thống nhất giữa cái chung và cái riêng, cái điển hình và cái cá biệt. Tính cách của cá nhân chịu sự chế ước của xã hội.

2.2 Cấu trúc của tính cách

Tính cách có cấu trúc rất phức tạp, bao gồm: hệ thống thái độ và hệ thống hành vi, cử chỉ, cách nói năng tương ứng.

Hệ thống thái độ của cá nhân bao gồm bốn mặt sau đây:

- ✓ Thái độ đối với tập thể và xã hội, thể hiện qua nhiều nét tính cách như: lòng yêu nước, yêu chủ nghĩa xã hội, thái độ chính trị, tinh thần đổi mới, tinh thần hợp tác cộng đồng,...

- ✓ Thái độ đối với lao động, thể hiện ở những nét tính cách cụ thể như: lòng yêu lao động, cần cù, sáng tạo, lao động có kỉ luật, tiết kiệm, đem lại năng suất cao,...

- ✓ Thái độ đối với mọi người, thể hiện ở những nét tính cách như: lòng yêu thương con người theo tinh thần nhân đạo, quý trọng con người, có tinh thần đoàn kết, tương trợ, tính cởi mở, tính chân thành, thẳng thắn, công bằng,...

✓ Thái độ đối với bản thân, thể hiện ở những nét tính cách như: tính khiêm tốn, lòng tự trọng, tinh thần tự phê bình,...

Hệ thống hành vi, cử chỉ, cách nói năng của cá nhân: Đây là sự thể hiện cụ thể ra bên ngoài của hệ thống thái độ nói trên. Hệ thống hành vi, cử chỉ, cách nói năng rất đa dạng, chịu sự chi phối của hệ thống thái độ. Người có tính cách tốt, nhất quán thì hệ thống thái độ sẽ tương ứng với hệ thống hành vi, cử chỉ, cách nói năng. Trong đó, thái độ là mặt nội dung, mặt chỉ đạo; còn hành vi, cử chỉ, cách nói năng là hình thức biểu hiện của tính cách, chúng không tách rời nhau mà thống nhất hữu cơ với nhau.

Tính cách có quan hệ chặt chẽ với các thuộc tính, các phẩm chất khác của nhân cách như: xu hướng, khí chất, tình cảm, ý chí, kỹ xảo, thói quen và vốn sống của cá nhân.

3. Khí chất

3.1 Khí chất là gì?

Khí chất là thuộc tính tâm lý phức hợp của cá nhân, biểu hiện cường độ, tiến độ và nhịp độ của các hoạt động tâm lý, thể hiện sắc thái của hành vi, cử chỉ, cách nói năng của cá nhân.

Khí chất có cơ sở sinh lý là các kiểu thần kinh, quy định nhịp độ, tiến độ của các hoạt động tâm lý. Do đó là nguyên nhân gây ra sự khác biệt rõ rệt trong những đặc điểm bên ngoài của hành vi con người. Tuy nhiên, khí chất mang bản chất xã hội.

Khí chất không tiền định các giá trị đạo đức - xã hội của nhân cách. Những người có khí chất hoàn toàn khác nhau có thể có cùng một giá trị đạo đức và ngược lại.

Khí chất không tiền định những nét tính cách của cá nhân. Khí chất là nền tảng tự nhiên của tính cách. Trong một mức độ đáng kể, khí chất quy định hình thức thể hiện của tính cách và ảnh hưởng đến mức độ dễ dàng hay khó khăn trong việc hình thành các nét tính cách.

Khí chất không tiền định trình độ năng lực của nhân cách. Những người khác nhau về khí chất vẫn có thể có mức độ phát triển năng lực như nhau và ngược lại.

Như vậy, khí chất không tiền định các thuộc tính phức hợp của nhân cách, song các đặc điểm về động thái trong sự thể hiện của tất cả các thuộc tính nhân cách đều phụ thuộc vào khí chất ở một mức độ nhất định.

3.2 Các kiểu khí chất

Các kiểu khí chất và cơ sở sinh lí của chúng

Kiểu khí chất là sự kết hợp khác nhau của những thuộc tính khí chất có quan hệ qua lại với nhau một cách có quy luật. Ngay từ thời cổ đại, Hippocrates (460 - 356 TCN) - danh y người Hi Lạp đã cho rằng, con người có bốn kiểu khí chất và do sự chiếm ưu thế của một trong bốn chất nước trong cơ thể quy định nên.

Chất nước chiếm ưu thế

Máu (ở tim, có đặc tính nóng)

Nước nhờn (ở não, có đặc tính khô ráo)

Mật vàng (ở gan, có đặc tính khô ráo)

Mật đen (ở dạ dày, có đặc tính ẩm ướt)

Kiểu khí chất tương ứng

Hăng hái

Bình thản

Nóng nảy

Ưu tư

Ngày nay, cách giải thích của Hippocrates không còn phù hợp nữa nhưng những tên gọi của kiểu khí chất vẫn được sử dụng. I.p. Pavlov đã chứng minh rằng sự kết hợp giữa ba thuộc tính: cường độ, tính cân bằng và tính linh hoạt của hai quá trình thần kinh cơ bản là hưng phấn và ức chế tạo ra bốn kiểu thần kinh cơ bản làm cơ sở cho bốn kiểu khí chất.

Đặc điểm chủ yếu của mỗi loại khí chất

Kiểu khí chất hăng hái: Người thuộc kiểu khí chất này thường là người hoạt bát, vui vẻ, yêu đời, năng động, ham hiểu biết; cảm xúc không sâu, dễ hình thành và dễ thay đổi; nhận thức nhanh nhưng cũng hay quên; tâm hồn hướng ngoại, cởi mở, dễ thích nghi với môi trường mới.

Kiểu khí chất bình thản: Người thuộc kiểu khí chất này thường là người chậm chạp, điềm tĩnh, chắc chắn, kiên trì, ưa sự ngăn nắp, trật tự, khả năng kiềm chế tốt, nhận thức chậm nhưng chắc chắn, tình cảm khó hình thành nhưng sâu sắc, không ưa cãi cọ và

không thích ba hoa, có tính ì khi khởi động hoạt động, khó thích nghi đối với môi trường mới.

Kiểu khí chất nóng nảy: Người có kiểu khí chất này thường có đặc điểm là hành động nhanh, mạnh, hào hứng, nhiệt tình, hay có tính gay gắt, nóng nảy, mệnh lệnh quyết đoán, dễ bị kích động, thẳng thắn, chân tình, khả năng kiềm chế thấp,...

Kiểu khí chất ưu tư: Người có kiểu khí chất này thường có biểu hiện: hoạt động chậm chạp, chóng mệt mỏi, luôn hoài nghi, lo lắng, thiếu tự tin, hay u sầu, buồn bã, xúc cảm khó nảy sinh nhưng rất sâu sắc, có cường độ mạnh và bền vững. Với kiểu khí chất này, con người thường có sự nhạy bén, tinh tế về cảm xúc, giàu ấn tượng; trong quan hệ thường mềm mỏng, tế nhị, nhã nhặn, chu đáo và vị tha, họ thường hay sống với nội tâm của mình (hướng nội), đặc biệt là khó thích nghi với môi trường mới.

Tóm lại, mỗi kiểu khí chất trên đều có mặt mạnh, mặt yếu riêng. Trên thực tế thường gặp ở một người có những nét của kiểu khí chất nào đó chiếm ưu thế, nhưng đồng thời lại có những nét riêng lẻ nào đó thuộc kiểu khí chất khác. Ngoài ra, còn có những kiểu khí chất trung gian bao gồm nhiều đặc tính của cả bốn kiểu khí chất trên. Mặc dù khí chất có cơ sở là kiểu thần kinh nhưng khí chất vẫn chịu sự chi phối của các đặc điểm xã hội, biến đổi do rèn luyện và giáo dục.

4. Năng lực

4.1 Năng lực là gì?

Năng lực là tổ hợp các thuộc tính đặc đáo của cá nhân phù hợp với những yêu cầu của một hoạt động nhất định, đảm bảo cho hoạt động đó có kết quả tốt.

Năng lực không phải là một thuộc tính tâm lý xuất sắc nào đó mà là tổ hợp các thuộc tính tâm lý của cá nhân. Năng lực vừa là tiền đề, vừa là kết quả của hoạt động.

Năng lực là điều kiện cho hoạt động đạt kết quả, nhưng đồng thời năng lực cũng phát triển ngay trong chính hoạt động ấy.

Năng lực là sản phẩm của lịch sử. Sự phân công và chuyên môn hoá lao động đã dẫn đến sự phân hoá và chuyên môn hoá năng lực người. Mặt khác, mỗi khi nền văn minh nhân loại giành được những thành tựu mới thì lại xuất hiện ở con người những năng lực mới và những năng lực đã có trước đây song bây giờ chứa đựng một nội dung mới.

4.2 Các mức độ năng lực

Dựa vào tốc độ tiến hành và chất lượng sản phẩm hoạt động, người ta phân biệt ba mức độ phát triển của năng lực: năng lực, tài năng, thiên tài.

Năng lực: là một mức độ nhất định của khả năng con người, biểu thị khả năng hoàn thành có kết quả một hoạt động nào đó (tốc độ và chất lượng hoạt động ở mức trung bình, nhiều người có thể đạt tới).

Tài năng: là mức độ năng lực cao hơn, biểu thị sự hoàn thành một cách sáng tạo một hoạt động nào đó.

Thiên tài: là mức độ cao nhất của năng lực, biểu thị ở mức kiệt xuất, hoàn chỉnh nhất trong hoạt động của những vĩ nhân trong lịch sử nhân loại.

4.3 Phân loại năng lực

Năng lực có thể chia làm hai loại: năng lực chung và năng lực chuyên biệt.

Năng lực chung: là năng lực cần thiết cho nhiều lĩnh vực hoạt động khác nhau. Ví dụ: Năng lực học tập, năng lực giao tiếp... là điều kiện cần thiết giúp cho nhiều lĩnh vực hoạt động có kết quả.

Năng lực chuyên biệt (năng lực chuyên môn): là sự kết hợp độc đáo các thuộc tính chuyên biệt đáp ứng yêu cầu của một lĩnh vực hoạt động chuyên môn và là điều kiện cho hoạt động này đạt kết quả tốt. Chẳng hạn như: năng lực toán học, năng lực thơ văn, năng lực hội họa, năng lực âm nhạc, năng lực sư phạm,...

Hai loại năng lực chung và năng lực chuyên biệt luôn bổ sung, hỗ trợ cho nhau.

4.4 Mối quan hệ giữa năng lực và tư chất, năng lực và thiên hướng, năng lực và tri thức, kĩ năng, kĩ xảo

a. Năng lực và tư chất

Tư chất là những đặc điểm riêng của cá nhân về giải phẫu sinh lí bẩm sinh của bộ não, của hệ thần kinh, của cơ quan phân tích, cơ quan vận động tạo ra sự khác biệt giữa con người với nhau.

Tư chất là cơ sở vật chất của sự phát triển năng lực. Tư chất có ảnh hưởng tới tốc độ, chiều hướng và đỉnh cao phát triển năng lực.

Tuy vậy, không thể suy ra trực tiếp rằng năng lực khác nhau là do tư chất khác nhau quyết định. Các đặc điểm bẩm sinh, di truyền có được bảo tồn và thể hiện ở thế hệ sau hay không và thể hiện ở mức độ nào, điều đó hoàn toàn do hoàn cảnh sống quyết định. Như vậy, tư chất là một trong những điều kiện hình thành năng lực, nhưng tư chất không quy định trước sự phát triển của năng lực. Trên cơ sở của tư chất nào đó, có thể hình thành những năng lực rất khác nhau. Ví dụ: Cùng thuộc kiểu thần kinh yếu, người này hình thành năng lực kỹ thuật, người kia lại hình thành năng lực văn học... Có thể kết luận rằng: Dựa trên điều kiện xuất phát là tư chất, sự hình thành năng lực là quá trình hoạt động tích cực của cá nhân trong những điều kiện xã hội thuận lợi.

b. Năng lực và thiên hướng

Khuyến hướng của cá nhân đối với một hoạt động nào đó được gọi là thiên hướng.

Thiên hướng về một loại hoạt động nào đó và năng lực đối với hoạt động ấy thường ăn khớp và cùng phát triển với nhau. Thiên hướng mãnh liệt của con người đối với một loại hoạt động nào đó có thể coi là dấu hiệu của những năng lực đang hình thành.

c. Năng lực và tri thức, kỹ năng, kỹ xảo

Tri thức, kỹ năng, kỹ xảo có quan hệ mật thiết với năng lực nhưng không đồng nhất với năng lực. Tri thức, kỹ năng, kỹ xảo trong một lĩnh vực nào đó là điều kiện cần thiết để có năng lực trong lĩnh vực ấy. Ví dụ: Không thể có những năng lực toán nếu không có tri thức toán... Ngược lại, năng lực góp phần làm cho việc tiếp thu tri thức, hình thành kỹ năng, kỹ xảo tương ứng với lĩnh vực của năng lực đó được dễ dàng và nhanh chóng hơn.

Như vậy, giữa năng lực và tri thức, kỹ năng, kỹ xảo có sự thống nhất biện chứng. Một người có năng lực trong một lĩnh vực nào đấy có nghĩa là người ấy đã có tri thức, kỹ năng, kỹ xảo nhất định của lĩnh vực này. Nhưng khi có tri thức, kỹ năng, kỹ xảo thuộc một lĩnh vực nào đó không nhất thiết là sẽ có được năng lực về lĩnh vực đó. Hình thành năng lực là một quá trình phức tạp, bao gồm trong đó quá trình tiếp thu tri thức. Bản thân quá trình hình thành năng lực là một thành tố của quá trình mang tính chất chỉnh thể và trọn vẹn nhưng rất phức tạp của sự phát triển nhân cách trong hoạt động và bằng hoạt động.

III. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN NHÂN CÁCH

1. Các yếu tố chi phối sự hình thành và phát triển nhân cách

Nhân cách không có sẵn bằng cách bộc lộ dần các bản năng nguyên thủy, mà nhân cách là các cấu tạo tâm lí mới được hình thành trong quá trình sống - giao tiếp, vui chơi, học tập, lao động,...A.N. Leonchiev đã chỉ ra rằng: Nhân cách con người không phải được đẻ ra mà là được hình thành. Quá trình hình thành nhân cách chịu sự chi phối của nhiều yếu tố: yếu tố bẩm sinh - di truyền, môi trường tự nhiên và hoàn cảnh xã hội, giáo dục, hoạt động cá nhân... Mỗi yếu tố đều có vai trò nhất định. Song với tính cách là phương thức, là con đường, giáo dục, hoạt động, giao tiếp và tập thể có vai trò quyết định trong quá trình hình thành và phát triển nhân cách con người.

1.1 Giáo dục và nhân cách

Giáo dục là một hoạt động đặc trưng của xã hội, là quá trình tác động tự giác, chủ động đến con người nhằm hình thành và phát triển nhân cách con người theo yêu cầu của xã hội. Theo nghĩa rộng, giáo dục là toàn bộ tác động của gia đình, nhà trường, xã hội bao gồm cả dạy học và các tác động khác đến con người. Theo nghĩa hẹp, giáo dục được hiểu là quá trình tác động đến tư tưởng, đạo đức, hành vi của con người.

Trong quá trình hình thành và phát triển nhân cách, giáo dục giữ vai trò chủ đạo, điều đó được thể hiện như sau:

Giáo dục vạch ra phương hướng cho sự hình thành và phát triển nhân cách. Giáo dục là quá trình tác động có mục tiêu xác định, hình thành một mẫu người cụ thể cho xã hội - một mô hình nhân cách phát triển đáp ứng những yêu cầu của cuộc sống.

Thông qua giáo dục, mỗi cá nhân lĩnh hội được nền văn hoá xã hội, lịch sử đã được tinh lọc và hệ thống hoá (qua các nội dung giáo dục) để tạo nên nhân cách của mình.

Với mục đích hình thành và phát triển nhân cách, giáo dục tác động tới con người một cách hiệu quả nhất, vì nó dựa trên các thành tựu của nghiên cứu khoa học: các quy luật nhận thức, quy luật tâm lí xã hội,...

Giáo dục có thể phát huy tối đa các mặt mạnh của các yếu tố khác chi phối sự hình thành và phát triển nhân cách như các yếu tố thể chất (bẩm sinh di truyền), yếu tố hoàn

cảnh sống, yếu tố xã hội, đồng thời bù đắp cho những thiếu hụt, hạn chế do các yếu tố kể trên gây ra (như: khuyết tật, bị bệnh hoặc có những hoàn cảnh không thuận lợi...).

Giáo dục có thể uốn nắn những sai lệch nhân cách, làm cho nó phát triển theo mong muốn của xã hội (giáo dục lại).

Giáo dục giữ vai trò chủ đạo trong sự hình thành và phát triển nhân cách, song không nên tuyệt đối hoá vai trò của giáo dục, giáo dục không phải là vạn năng. Cần phải tiến hành giáo dục trong mối quan hệ hữu cơ với việc tổ chức hoạt động, tổ chức quan hệ giao tiếp, hoạt động cùng nhau trong các mối quan hệ xã hội, quan hệ nhóm và tập thể. Giáo dục không tách rời tự giáo dục, tự rèn luyện, tự hoàn thiện nhân cách của mỗi cá nhân.

1.2 Hoạt động và nhân cách

Mọi tác động của giáo dục đều là vô nghĩa nếu thiếu hoạt động của cá nhân. Vì vậy, hoạt động của cá nhân là nhân tố quyết định trực tiếp sự hình thành và phát triển nhân cách. Hoạt động của con người luôn có tính mục đích, tính xã hội, được thực hiện bằng những thao tác và công cụ nhất định. Vì vậy, mỗi loại hoạt động đều yêu cầu ở con người những phẩm chất và năng lực nhất định. Quá trình tham gia hoạt động làm cho con người hình thành và phát triển những phẩm chất và năng lực đó. Từ đó, nhân cách của con người cũng được hình thành và phát triển.

Thông qua hai quá trình xuất tâm (đối tượng hoá) và nhập tâm (chủ thể hoá) trong hoạt động, con người một mặt lĩnh hội được những kinh nghiệm xã hội, lịch sử để hình thành nhân cách, một mặt xuất tâm lực lượng bản chất vào xã hội, “tạo nên sự đại diện nhân cách” của mình ở người khác, trong xã hội.

Tóm lại, hoạt động có vai trò quyết định trực tiếp sự hình thành và phát triển nhân cách. Vì vậy, trong công tác giáo dục cần chú ý việc tổ chức hoạt động sao cho phong phú, hấp dẫn cả về mặt nội dung lẫn hình thức để lôi cuốn cá nhân tham gia tích cực, tự giác. Đặc biệt, cần chú ý tổ chức tốt hoạt động chủ đạo ở mỗi lứa tuổi, vì hoạt động ấy quyết định sự hình thành các cấu trúc tâm lí - nhân cách đặc trưng của lứa tuổi đó.

1.3 Giao tiếp và nhân cách

Cùng với hoạt động, giao tiếp là một con đường quan trọng trong việc hình thành và phát triển nhân cách.

Giao tiếp là điều kiện tồn tại của xã hội loài người. Không thể có xã hội nếu không có giao tiếp vì xã hội là một cộng đồng người. Đối với cá nhân, giao tiếp là điều kiện tồn tại và là một nhân tố phát triển tâm lí, nhân cách của họ. C. Mác đã chỉ ra rằng: “Sự phát triển của một cá nhân được quy định bởi sự phát triển của tất cả các cá nhân khác mà nó giao tiếp một cách trực tiếp hay gián tiếp với họ”. Bởi lẽ ở mỗi con người đều chứa đựng những kinh nghiệm xã hội - lịch sử. Trong quá trình giao tiếp, mỗi cá nhân sẽ được lĩnh hội những kinh nghiệm ấy để tồn tại và phát triển.

Không chỉ là điều kiện cho sự phát triển, giao tiếp còn là con đường hình thành nhân cách con người. Bằng giao tiếp, con người gia nhập vào các quan hệ xã hội, lĩnh hội nền văn hoá xã hội, các chuẩn mực xã hội và “tổng hoà các quan hệ xã hội” thành bản chất con người. Đồng thời, thông qua giao tiếp, con người đóng góp tài lực của mình vào kho tàng chung của nhân loại, của xã hội.

Trong giao tiếp, con người không chỉ nhận thức được người khác, nhận thức các quan hệ xã hội, mà còn nhận thức được chính bản thân mình, tự đối chiếu, so sánh mình với người khác, với chuẩn mực xã hội, tự đánh giá bản thân mình để hình thành một thái độ giá trị - cảm xúc đối với bản thân. Nói cách khác, qua giao tiếp, con người hình thành năng lực tự ý thức - một thành phần quan trọng trong nhân cách.

Tóm lại, giao tiếp là hình thức đặc trưng cho mối quan hệ người - người, là một yếu tố cơ bản của sự hình thành và phát triển tâm lí, ý thức, nhân cách. Song mọi hoạt động và giao tiếp của con người chỉ có thể diễn ra trong cộng đồng, trong nhóm và tập thể.

1.4 Tập thể và nhân cách

Nhân cách con người được hình thành và phát triển trong môi trường xã hội. Môi trường xã hội cụ thể là các nhóm mà cá nhân là thành viên, đó là: gia đình, làng xóm, khu phố, cộng đồng, tập thể. Gia đình là nhóm cơ sở, là cái nôi đầu tiên mà nhân cách con người hình thành từ ấu thơ. Đây cũng là hình thức nhóm có sớm nhất trong lịch sử loài người. Tiếp theo đó, con người là thành viên của các nhóm theo tên gọi khác nhau: nhóm

chính thức, nhóm không chính thức, nhóm lớn, nhóm nhỏ, nhóm chuẩn mực và nhóm quy chiếu... Các nhóm có thể đạt tới trình độ phát triển cao nhất được gọi là tập thể. Tập thể là một nhóm người, một bộ phận của xã hội được thống nhất lại theo những mục đích chung phục tùng các mục đích của xã hội.

Tập thể có vai trò rất lớn trong sự hình thành và phát triển nhân cách. Trước hết, tập thể giúp con người tìm thấy chỗ đứng của mình và thoả mãn nhu cầu hoạt động, giao tiếp vốn là những nhu cầu cơ bản và xuất hiện rất sớm ở con người. Vì vậy, hoạt động tập thể là điều kiện, đồng thời là phương thức thể hiện và hình thành những năng khiếu, năng lực và các phẩm chất trong nhân cách. Tập thể tác động đến nhân cách qua hoạt động cùng nhau, qua dư luận tập thể, truyền thống tập thể, bầu không khí tâm lý tập thể. Nhờ vậy, nhân cách của mỗi thành viên liên tục được điều chỉnh, điều khiển cũng như phải thay đổi để phù hợp với các quan hệ xã hội mà nó tham gia. Ngược lại, mỗi cá nhân tác động tới cộng đồng, xã hội, tới cá nhân khác thông qua tập thể của mình. Chính vì thế, trong giáo dục, người ta thường vận dụng nguyên tắc giáo dục trong tập thể và bằng tập thể.

Tóm lại, bốn yếu tố: giáo dục, hoạt động, giao tiếp và tập thể tác động đan xen vào nhau, bổ sung, hỗ trợ cho nhau trong việc hình thành và phát triển nhân cách.

2. Sự hoàn thiện nhân cách

Cá nhân hoạt động và giao tiếp trong các mối quan hệ xã hội dưới tác động chủ đạo của giáo dục sẽ hình thành một cấu trúc nhân cách tương đối ổn định. Trong cuộc sống, nhân cách tiếp tục biến đổi và hoàn thiện dần thông qua việc cá nhân tự ý thức, tự rèn luyện, tự giáo dục, tự hoàn thiện nhân cách của mình ở trình độ phát triển cao hơn, đáp ứng yêu cầu ngày càng cao của cuộc sống, của xã hội. Thậm chí, ngay cả khi nhân cách trong một thời điểm nào đó có thể bị phân li hoặc bị suy thoái, cá nhân vẫn có khả năng tự điều chỉnh, tự rèn luyện nhân cách phù hợp với chuẩn mực xã hội. Để tự hoàn thiện nhân cách, mỗi cá nhân phải tự nhận thức được bản thân, có viễn cảnh về cuộc sống tương lai, phải có các phẩm chất ý chí (kiên trì, dũng cảm...) và cần được sự giúp đỡ của tập thể, được dư luận tập thể ủng hộ. Hoàn thiện nhân cách vừa là nhu cầu của cá nhân, vừa là yêu cầu khách quan của xã hội.

3. Những sai lệch trong sự phát triển nhân cách

Phát triển nhân cách là quá trình cá thể hoá ý thức xã hội. Đó là quá trình cá nhân tiếp thu, lĩnh hội nền văn hoá xã hội để trở thành những phẩm chất và năng lực người. Tuy nhiên, trong quá trình này, không phải không có những sai lệch nhất định. Những sai lệch đó được biểu hiện ra bên ngoài bằng những hành vi lệch chuẩn.

3.1 Chuẩn mực của hành vi

Các góc độ xem xét chuẩn mực hành vi

Có ít nhất ba góc độ để xem xét chuẩn mực hành vi:

✓ Chuẩn mực xét về mặt thống kê: Đại đa số các thành viên trong cộng đồng có hành vi tương tự nhau trong các hoàn cảnh xác định nào đó thì hành vi đó được xem xét như là chuẩn mực. Những hành vi nào khác như vậy thì được coi là lệch chuẩn.

✓ Chuẩn mực hướng dẫn hay quy ước do cộng đồng hay do xã hội đặt ra: Loại chuẩn mực này được đưa ra trên cơ sở những yêu cầu chung của cộng đồng đối với từng thành viên (pháp luật, đạo đức, truyền thống...). Những hành vi nào khác với hướng dẫn, quy định thì được coi là hành vi lệch chuẩn.

✓ Chuẩn mực chức năng: Loại chuẩn mực này được xác định ở mỗi cá nhân. Mỗi cá nhân khi hành động đều đặt ra mục đích cho hành động của mình. Vì vậy, một hành vi được xem là hợp chuẩn khi hành vi đó phù hợp với mục đích đặt ra. Còn hành vi không phù hợp với mục đích đặt ra là hành vi lệch chuẩn.

Như vậy, sự hợp chuẩn hay lệch chuẩn của một hành vi không phải do cá nhân phán xét mà phải xem xét xem có được môi trường chấp nhận hay không.

Các mức độ sai lệch hành vi

Có hai mức độ sai lệch hành vi:

✓ Sai lệch ở mức độ thấp và chỉ ở một số hành vi: Cá nhân có những hành vi không bình thường nhưng không ảnh hưởng tới hoạt động chung của cộng đồng, đến đời sống cá nhân và gia đình họ. Mức độ này chưa có gì trầm trọng, mọi người xung quanh vẫn có thể chấp nhận được tuy họ không thật thoải mái.

✓ Sai lệch ở mức độ cao và ở hầu hết các hành vi của cá nhân, từ hành vi trong sinh hoạt đến lao động sản xuất, vui chơi giải trí...: Những hành vi sai lệch ở mức độ này ảnh

hưởng đến đời sống cá nhân họ và hoạt động chung của cộng đồng. Sai lệch ở mức này thường là các rối loạn hành vi bệnh lí, cần có sự chẩn đoán và chữa trị của y tế.

3.2 Phân loại các sai lệch hành vi và cách khắc phục

Căn cứ vào mức độ nhận thức và chấp nhận chuẩn mực đạo đức, có thể chia làm hai loại sai lệch hành vi:

Sai lệch thụ động: Những sai lệch hành vi do cá nhân không nhận thức đầy đủ hoặc nhận thức sai các chuẩn mực đạo đức xã hội.

Ví dụ: Người quá cẩn thận đến nhà ai mời uống nước cũng không dám uống vì sợ bị mắc bệnh truyền nhiễm. Cách khắc phục: Với những người có hành vi sai lệch đó không hiểu biết đầy đủ về chuẩn mực, cần cung cấp thêm kiến thức về chuẩn mực đạo đức cho họ. Đối với những người do hiểu sai chuẩn mực hoặc chưa chấp nhận chuẩn mực, cần có sự thuyết phục từ từ để họ hiểu đúng chuẩn mực, từ đó sẽ tự điều chỉnh hành vi cho phù hợp. Đối với người bước đầu có biểu hiện bệnh lí, cần có thời gian và sự tiếp xúc nhiều để họ nhận thấy sự khác thường trong hành vi của mình, từ đó họ có hướng khắc phục.

Sai lệch chủ động: Những sai lệch hành vi do cá nhân cố ý làm khác đi so với người khác và so với chuẩn mực đạo đức xã hội. Ở đây, cá nhân có thể nhận thức được yêu cầu của chuẩn mực đạo đức nhưng vẫn cố làm theo ý mình, mặc dù biết là không phù hợp. Nguyên nhân là do cá nhân không kiềm chế nổi nhu cầu của mình, do ý thức tuân theo chuẩn mực còn yếu hoặc do chuẩn mực của thể chế xã hội chưa nghiêm. Cách khắc phục: Đối với loại sai lệch hành vi chủ động, cần có sự giáo dục thường xuyên của cộng đồng: dư luận lên án, sự trừng phạt của cộng đồng, tích cực ngăn ngừa sự sai lệch hành vi bằng cách tạo ra môi trường cộng đồng đoàn kết, trong sạch, không có cơ hội cho các hành vi sai lệch xuất hiện.

Tóm lại, sự sai lệch hành vi gây nên hậu quả xấu cho xã hội và cho bản thân cá nhân. Nó có thể gây thiệt hại về kinh tế, làm mất trật tự xã hội, tổn thương tâm lí tinh thần và thể xác, suy thoái nhân cách. Vì thế, cần tăng cường giáo dục hành vi cho con người ngay từ nhỏ, chú trọng ngăn ngừa các hành vi sai lệch và trừng phạt đích đáng các hành vi sai lệch cố ý nghiêm trọng.

CÂU HỎI, BÀI TẬP

Câu hỏi

1. Phân tích các biểu hiện của xu hướng nhân cách.
2. Nhân cách là gì? Nêu cấu trúc của nhân cách.
3. Trình bày đặc điểm các loại khí chất con người. Lấy ví dụ minh họa.
4. Hãy phân biệt khái niệm nhân cách với các khái niệm con người, cá nhân, cá tính.
5. Phân tích các đặc điểm cơ bản của nhân cách.
6. Phân tích các yếu tố chi phối sự hình thành và phát triển nhân cách.

Bài tập

Bài tập 1: Hãy xác định xem những đặc điểm nào được kể dưới đây là đặc trưng cho một cá thể, những đặc điểm nào là đặc trưng cho một nhân cách? Lí giải tại sao?

Tận tâm, thô lỗ, tốc độ phản ứng vận động cao, tốc độ lĩnh hội các kĩ xảo cao, khiêm tốn, ngay thật, mềm mỏng, bướng bỉnh, hay phản ứng, ít nhạy cảm với sự đánh giá của xã hội linh hoạt, nhịp độ hoạt động nhanh.

Bài tập 2: Hãy xác định xem những đặc điểm nào dưới đây là chỉ về cá thể, những đặc điểm nào đặc trưng cho một nhân cách

Thô lỗ, tận tâm, phản ứng vận động mạnh, tốc độ lĩnh hội các kĩ xảo cao, ngay thật, khiêm tốn, mềm mỏng, bướng bỉnh hay phản ứng, ít nhạy cảm với sự đánh giá của xã hội, linh hoạt, nhịp độ hoạt động nhanh.

Bài tập 3: Có những quan điểm khác nhau về mối tương quan giữa cái sinh vật và cái xã hội trong cấu trúc của nhân cách.

a. Nhân cách được hình thành bởi xã hội, còn những đặc điểm sinh học của con người thì không có ảnh hưởng quan trọng đến quá trình đó.

b. Nhân cách do những nhân tố di truyền, sinh vật quyết định, không xã hội nào có thể làm thay đổi cái mà tự nhiên đã đặt sẵn trong con người.

c. Nhân cách là một hiện tượng phát triển về xã hội của con người, quá trình hình thành và phát triển phức tạp của nhân cách là do sự thống nhất giữa cái sinh vật và cái xã hội qui định. Trong quá trình đó, các yếu tố sinh vật bộc lộ như là tiền đề

tự nhiên, còn các yếu tố xã hội bộc lộ như là động lực của sự phát triển tâm lý người và sự hình thành nhân cách của họ.

Hãy khoanh tròn vào một quan điểm mà bạn cho là đúng. Và giải thích vì sao?

Bài tập 4: Trong những đặc điểm sau đây, đặc điểm nào thuộc về khí chất, thuộc về xu hướng, thuộc về tính cách và thuộc về năng lực?

Khiêm tốn, tài năng, cẩn thận, nhút nhát, nóng nảy, ưu tư, có niềm tin, vẽ giỏi, hát hay, dễ thích nghi với môi trường mới, say mê nghề nghiệp, tính yêu cầu cao, hứng thú học tập.

Bài tập 5: Hãy xác định những nét tính cách nào dưới đây thể hiện:

- a. Thái độ đối với người khác.
- b. Thái độ đối với lao động.
- c. Thái độ đối với bản thân.

Tình cảm trách nhiệm

Lòng trung thực

Lòng nhân ái

Tính khiêm tốn

Tính ích kỷ

Tính sáng tạo

Tính lười biếng

Tính cẩn thận

Tính kín đáo

Tính quảng giao

Tính hoang phí

Tính tự cao

Bài tập 6: Hãy chỉ ra những luận điểm nào trong các luận điểm dưới đây là đúng đắn hơn cả trong việc cắt nghĩa khái niệm “tính cách” và hãy luận chứng cho câu trả lời của mình.

- a. Những nét tính cách thể hiện trong bất kỳ hoàn cảnh và điều kiện nào.
- b. Những nét tính cách chỉ thể hiện trong những hoàn cảnh điển hình với chúng mà thôi.
- c. Các nét tính cách không phải là gì khác ngoài thái độ của con người đối với những mặt xác định của hiện thực.
- d. Trong tính cách thể hiện cả thái độ của con người, lẫn các phương thức hành động mà nhờ chúng các thái độ của họ được thực hiện.

e. Tính cách mang tính độc đáo và cá biệt.

f. Các nét tính cách là điển hình về mặt xã hội và độc đáo về mặt cá nhân.

Bài tập 7: Căn cứ vào các dấu hiệu tâm lý dưới đây, hãy xác định xem loại khí chất nào được nói đến trong mỗi trường hợp?

a. Một con người năng động, hoạt bát, muốn thay đổi các ấn tượng thường xuyên, dễ dàng thích ứng với những điều kiện thay đổi của đời sống.

b. Một con người chậm chạp, ôn hòa, có những nguyện vọng và tâm trạng ổn định, ít biểu lộ tâm trạng ra bên ngoài.

c. Một con người nhanh nhẹn, bông bột, sôi nổi, say mê với công việc, nhưng thiếu ôn hòa, tâm trạng thay đổi mạnh mẽ, đột ngột.

d. Một con người nhạy cảm, dễ có cảm xúc sâu sắc với những sự kiện không đáng kể nhưng lại phản ứng với những người xung quanh một cách yếu đuối, rầu rĩ.

Bài tập 8: Những đặc điểm nào dưới đây của hành vi là do khí chất qui định?

a. Một cháu bé thường hay bắt chuyện trước, dễ dàng làm quen với người lạ.

b. Một học sinh chỉ nghe giảng chăm chú khi giáo viên thông báo một điều gì lý thú.

c. Ngay cả khi hiểu bài, học sinh vẫn luôn luôn cảm thấy không tin tưởng, hoài nghi.

d. Một thiếu niên nôn nóng ngay sau khi bị người khác phê phán, đặc biệt nếu điều đó chạm đến lòng tự ái của em đó.

e. Một học sinh say mê lắp ráp đài bán dẫn, mọi thời gian rỗi em đều dành cho việc lắp ráp hoàn thiện chiếc đài đó.

Bài tập 9: Các ví dụ dưới đây nói về các năng lực, kỹ xảo hoặc tri thức của con người.

Hãy chỉ ra những dấu hiệu đặc trưng cho năng lực và xác định xem những trường hợp nào nói về năng lực?

a. Chiều dài cánh tay của võ sĩ.

b. Nguyện vọng muốn có công việc làm thường xuyên, khuynh hướng lao động.

- c. Óc quan sát thể hiện ở chỗ: con người có thể nhìn thấy một cách có hệ thống nhiều điều quan trọng đối với công tác, ở trong các sự vật hiện tượng hay bộ mặt của con người.
- d. Lực cơ của tay.
- e. Một học sinh trình bày rất tốt một bài thơ đã được luyện tập với thầy giáo.
- f. Một người ghi nhớ nhanh chóng được hình dáng, màu sắc, độ lớn của sự vật.
- g. Một người nhanh chóng nắm được các cử động, tư thế, hành động mới.
- q. Một học sinh kể lại rất hay một bài học đã thuộc lòng.
- k. Tính yêu cầu cao.
- l. Một người phân biệt rất giỏi các mùi và ghi nhớ chúng một cách chính xác.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Nguyễn Ngọc Bích. 1998. *Tâm lý học nhân cách*. NXB Giáo dục.
- Lê Thị Bùng (Chủ biên). 2008. *Các thuộc tính tâm lý điển hình của nhân cách*. NXB Đại học sư phạm Hà Nội.
- Burger, J. M. 2009. Replicating Milgram: Would people still obey today? *American Psychologist*, 64, 1–11.
- Burger, J. M., & Shelton, M. 2011. Changing everyday health behaviors through descriptive norm manipulations. *Social Influence*, 6, 69–77.
- APA. 2013. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, Fifth Edition (5th ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Barch, D. M., & Ceaser, A. E. 2012. Cognition in schizophrenia: Core psychological and neural mechanisms. *Trends in Cognitive Science*, 16, 27–34.
- Barch, D. M., & Dowd, E. C. 2010. Goal representations and motivational drive in schizophrenia: The role of prefrontal-striatal interactions. *Schizophrenia Bulletin*, 36(5), 919–934. doi: sbq068 [pii] 10.1093/schbul/sbq068
- Baron, R.A. 1995. *Psychology*. New Delhi. Prentice Hall of India.
- Barch, D. M., Carter, C. S., & Cohen, J. D. 2003. Context processing deficit in schizophrenia: Diagnostic specificity, 4-week course, and relationships to clinical symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 112, 132–143.
- Barch, D. M., Carter, C. S., Macdonald, A., Sabb, F. W., Noll, D. C., & Cohen, J. D. 1999. Prefrontal cortex and context processing in medication-naïve first-episode patients with schizophrenia. *Schizophrenia Research*, 36(1–3), 217–218.
- In collaboration with the Ethiopia Public Health Training Initiative, The Carter Center, the Ethiopia Ministry of Health, and the Ethiopia Ministry of Education. 2005. *General Psychology*.
- Đỗ Thị Châu. 2005. *Tình huống tâm lý học lứa tuổi và Tâm lý học sư phạm*. NXB Giáo dục Hà Nội
- Hồ Ngọc Đại. 2010. *Nghiệp vụ sư phạm*. NXB Giáo dục Việt Nam.

- Hồ Ngọc Đại. 2000. *Tâm lý học dạy học*. NXB Đại học Quốc gia.
- Phạm Minh Hạc. 2003. *Một số công trình tâm lý học A.N.Leonchiev*. NXB Giáo dục.
- Phạm Minh Hạc. 2013. *Từ điển bách khoa Tâm lý học - Giáo dục học Việt Nam*. NXB Giáo dục Việt Nam.
- Lê Thị Hân và Huỳnh Văn Sơn. 2018. *Giáo trình tâm lý học đại cương*. NXB Đại học sư phạm TP.HCM.
- Bùi Văn Huệ. 2000. *Giáo trình tâm lý học*. NXB Đại học Quốc gia Hà Nội.
- Nguyễn Văn Lũy - Lê Quang Sơn. 2009. *Từ điển tâm lý học*. NXB Giáo dục Việt Nam.
- Leonchiev A.A. (k.n). *Hoạt động và giao tiếp*. Bản dịch của Viện Khoa học Giáo dục
- Nguyễn Bá Minh. 2008. *Giáo trình nhập môn khoa học giao tiếp*. NXB Đại học sư phạm.
- Đặng Thanh Nga (Chủ biên). 2019. *Giáo trình tâm lý học đại cương*. NXB Công an nhân dân, Hà nội.
- Nguyễn Thị Kim Ngân (Chủ biên). 2014. *Giáo trình tâm lý học đại cương*. NXB Hồng Đức.
- Nguyễn Kim Quý - Nguyễn Xuân Thúc. 2003. *Tình huống tâm lý học*. NXB Lao động.
- Tori Kearns - Deborah. 2015. *General Psychology: An Introduction*. Publisher: University System of Georgia.
- Tara Elgin Holley. William Morrow Co. 1997. *My Mother's Keeper: A daughter's memoir of growing up in the shadow of schizophrenia*.
- Nguyễn Xuân Thúc. 2006. *Giáo trình tâm lý học đại cương*. NXB Đại học sư phạm.
- Trần Trọng Thủy. 1990. *Bài tập thực hành tâm lý học*. NXB Giáo dục.
- Nguyễn Quang Uẩn. 2012. *Giáo trình tâm lý học đại cương*. NXB Đại học sư phạm.
- Nguyễn Quang Uẩn (Chủ biên). 2007. *Giáo trình tâm lý học đại cương*, NXB Đại học sư phạm, Hà Nội.