

TRƯỜNG ĐẠI HỌC TRÀ VINH
KHOA KHOA HỌC CƠ BẢN
BỘ MÔN TÂM LÝ



TÀI LIỆU GIẢNG DẠY MÔN TÂM LÝ HỌC ĐẠI CƯƠNG

GV biên soạn: Huỳnh Minh Như Hương

Trà Vinh, tháng 04 năm 2013

Lưu hành nội bộ

MỤC LỤC

Nội dung	Trang
CHƯƠNG 1: NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG CỦA TÂM LÝ HỌC	1
<i>BÀI 1: Tâm lý học là một khoa học</i>	<i>1</i>
<i>BÀI 2: Bản chất của hiện tượng tâm lý người</i>	<i>13</i>
CHƯƠNG 2: CƠ SỞ HÌNH THÀNH TÂM LÝ NGƯỜI	24
<i>BÀI 1: Cơ sở sinh lý của tâm lý người</i>	<i>24</i>
<i>BÀI 2: Cơ sở xã hội của tâm lý người</i>	<i>33</i>
CHƯƠNG 3: SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ – Ý THỨC	42
<i>BÀI 1: Sự hình thành và phát triển tâm lý</i>	<i>42</i>
<i>BÀI 2: Sự hình thành và phát triển ý thức</i>	<i>48</i>
<i>BÀI 3: Chú ý -điều kiện hoạt động có ý thức</i>	<i>56</i>
CHƯƠNG 4: HOẠT ĐỘNG NHẬN THỨC	60
<i>BÀI 1: Nhận thức cảm tính</i>	<i>60</i>
<i>BÀI 2: Trí nhớ</i>	<i>73</i>
<i>BÀI 3: Nhận thức lý tính</i>	<i>84</i>
CHƯƠNG 5: ĐỜI SỐNG TÌNH CẢM - Ý CHÍ	95
<i>BÀI 1: Tình cảm</i>	<i>95</i>
<i>BÀI 2: Ý chí</i>	<i>104</i>
CHƯƠNG 6: SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN NHÂN CÁCH	107
<i>BÀI 1: Nhân cách và đặc điểm của nhân cách</i>	<i>113</i>
<i>BÀI 2: Cấu trúc của nhân cách</i>	<i>117</i>
<i>BÀI 3: Các yếu tố ảnh hưởng đến sự phát triển nhân cách</i>	<i>130</i>
TÀI LIỆU THAM KHẢO.....	138

CHƯƠNG 1
NHỮNG VẤN ĐỀ CHUNG CỦA TÂM LÝ HỌC

BÀI 1

TÂM LÝ HỌC LÀ MỘT KHOA HỌC

❖ **Mục tiêu học tập:** Sau khi học xong bài này, người học có thể:

- Xác định tâm lý học là một khoa học: chỉ ra đối tượng của tâm lý học, các nhiệm vụ của tâm lý học, vị trí, ý nghĩa của khoa học tâm lý trong giáo dục và trong cuộc sống của con người.
- Trình bày được hệ thống các phương pháp nghiên cứu tâm lý con người.
- 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.

I. ĐỐI TƯỢNG, NHIỆM VỤ, VỊ TRÍ, Ý NGHĨA CỦA TÂM LÝ HỌC

Để xác định một khoa học cần chỉ ra được đối tượng, nhiệm vụ, vị trí, ý nghĩa và phương pháp nghiên cứu khoa học đó.

1.1. 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 một khoa học nghiên cứu một dạng vận động của thế giới. 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, hóa sinh học, tâm lý học, ...

- Tâm lý học nghiên cứu dạng vận động chuyển tiếp từ vận động sinh vật này sang vận động xã hội, từ thế giới khách quan vào mỗi con người sinh ra hiện tượng tâm lý – với tư cách là một hiện tượng tinh thần. Hiện tượng tâm lý được nảy sinh trên não bộ do thế giới khách quan tác động vào con người và cuối cùng thể hiện ra bằng cử chỉ, hành vi, hoạt động của con người. Hiện tượng tâm lý này khác với các hiện tượng sinh lý, vật lý, ...

- Trong tác phẩm “*Phép biện chứng của tự nhiên*”, Ph. Ăngghen đã chỉ rõ: thế giới luôn luôn vận động, mỗi một khoa học nghiên cứu một dạng vận động của thế giới. 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, hóa sinh học, tâm lý học, ...

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

1.2. Nhiệm vụ của tâm lý học

- Nhiệm vụ cơ bản của tâm lý học là nghiên cứu bản chất hoạt động tâm lý, các quy luật nảy sinh và phát triển tâm lý, cơ chế diễn biến và thể hiện tâm lý,

quy luật về mối quan hệ giữa các hiện tượng tâm lý, cụ thể là nghiên cứu:

- + Những yếu tố khách quan, chủ quan đã tạo ra tâm lý người.
- + Cơ chế hình thành, biểu hiện của hoạt động tâm lý.
- + Tâm lý của con người hoạt động như thế nào?
- + Chức năng, vai trò của tâm lý đối với hoạt động của con người.
- Có thể nêu lên các nhiệm vụ cụ thể của tâm lý học như sau:
 - + Nghiên cứu bản chất của hoạt động tâm lý cả về mặt số lượng và chất lượng.
 - + Phát hiện các quy luật hình thành phát triển của tâm lý.
 - + Tìm ra cơ chế của các hiện tượng tâm lý.

Trên cơ sở các thành tựu, tâm lý học đưa ra những giải pháp hữu hiệu cho việc hình thành, phát triển tâm lý, sử dụng tâm lý trong nhân tố con người có hiệu quả nhất. Để thực hiện các nhiệm vụ nói trên, tâm lý học phải liên kết, phối hợp chặt chẽ với nhiều khoa học khác.

1.3. Vị trí của tâm lý học

- Con người là đối tượng nghiên cứu của nhiều khoa học. Mỗi bộ môn khoa học nghiên cứu một mặt nào đó của con người. Trong các khoa học nghiên cứu về con người thì tâm lý học chiếm một vị trí đặc biệt.

- Tâm lý học nằm trong quan hệ với nhiều khoa học, cụ thể là:
 - + Triết học cung cấp cơ sở lý luận và phương pháp luận chỉ đạo cho tâm lý học những nguyên tắc và phương hướng chung giải quyết những vấn đề cụ thể của mình. Ngược lại, tâm lý học đóng góp nhiều thành tựu quan trọng làm cho triết học trở nên phong phú.
 - + Tâm lý học có quan hệ chặt chẽ với khoa học tự nhiên: giải phẫu sinh lý người, hoạt động thần kinh cấp cao, đó là cơ sở tự nhiên của các hiện tượng tâm lý. Các thành tựu của sinh vật học, di truyền học, tiến hóa luận,... góp phần làm sáng tỏ sự hình thành và phát triển của tâm lý.
 - + Tâm lý học có quan hệ gắn bó hữu cơ với các khoa học xã hội – nhân

văn và ngược lại nhiều thành tựu của tâm lý học được ứng dụng trong các lĩnh vực kinh tế, xã hội, pháp luật, y học, văn hóa nghệ thuật, giáo dục, kinh doanh, du lịch, v.v ...

+ Tâm lý học là cơ sở của khoa học giáo dục. Trên cơ sở những thành tựu của tâm lý học và việc nghiên cứu các quy luật, cơ chế hình thành và phát triển tâm lý con người mà giáo dục học cần vận dụng vào việc xây dựng nội dung, phương pháp dạy học và giáo dục. Ngược lại, giáo dục học làm hiện thức hóa nội dung tâm lý cần hình thành và phát triển ở con người.

II. CÁC NGUYÊN TẮC VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU TÂM LÝ NGƯỜI

2.1. Các nguyên tắc phương pháp luận

- Nguyên tắc quyết định duy vật biện chứng

Nguyên tắc này khẳng định tâm lý có nguồn gốc là thế giới khách quan tác động vào bộ não con 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. Do đó khi nghiên cứu tâm lý người cần thấm nhuần *nguyên tắc quyết định luận duy vật biện chứng*.

- 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. Vì thế chúng 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, nghiên cứu tâm lý qua sự diễn biến, cũng như qua sản phẩm của hoạt động.

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

Các hiện tượng tâm lý không tồn tại một cách biệt lập mà chúng có quan hệ chặt chẽ với nhau, bổ sung cho nhau, chuyển hóa cho nhau, đồng thời chúng

còn chi phối và chịu sự chi phối của các hiện tượng khác.

- *Phải nghiên cứu tâm lý của một con người cụ thể, của một nhóm người cụ thể*, chứ không nghiên cứu tâm lý một cách chung chung, nghiên cứu tâm lý ở con người trừu tượng, một cộng đồng trừu tượng.

2.2. Các phương pháp nghiên cứu tâm lý

Để tiến hành nghiên cứu tâm lý có hiệu quả, điều quan trọng là xác định được một hệ thống các phương pháp nghiên cứu khách quan, phù hợp với đối tượng cần nghiên cứu. Thông thường người ta hay nói đến bốn nhóm phương pháp sau:

2.2.1. Phương pháp tổ chức việc nghiên cứu

Tổ chức việc nghiên cứu tâm lý bao gồm nhiều khâu có quan hệ chặt chẽ, từ việc chọn đối tượng nghiên cứu đảm bảo tính khách quan, có ý nghĩa về mặt khoa học và có tính chất cấp thiết phải giải quyết cho đến việc xác định mục đích việc nghiên cứu, xây dựng giả thiết khoa học, xác định nhiệm vụ nghiên cứu, lựa chọn các phương pháp nghiên cứu phù hợp; xây dựng kế hoạch nghiên cứu, tổ chức lực lượng nghiên cứu vấn đề, chuẩn bị địa bàn nghiên cứu và các phương tiện, điều kiện cần thiết phục vụ cho việc nghiên cứu có kết quả.

Việc tổ chức tốt công việc nghiên cứu từ khâu chuẩn bị cho đến khâu triển khai nghiên cứu, thu thập số liệu, xử lý số liệu, phân tích, lý giải các kết quả thu được và rút ra kết luận phụ thuộc vào mục đích nhu cầu nhiệm vụ nghiên cứu và phụ thuộc vào trình độ, năng lực của nhà nghiên cứu.

2.2.2. Phương pháp thu thập số liệu

Có nhiều phương pháp nghiên cứu tâm lý: quan sát, thực nghiệm, trắc nghiệm, trò chuyện, điều tra, nghiên cứu sản phẩm hoạt động, phân tích tiểu sử, ...

- **Phương pháp quan sát:** quan sát được dùng trong nhiều khoa học, trong đó có tâm lý học.

✚ Quan sát là loại tri giác có chủ định, nhằm xác định các đặc điểm

của đối tượng qua những biểu hiện như: hành động, cử chỉ, cách nói năng,

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

+ Phương pháp quan sát cho phép ta thu thập các tài liệu cụ thể, khách quan trong các điều kiện tự nhiên của con người, do đó có nhiều ưu điểm. Bên cạnh các ưu điểm nó cũng có những hạn chế sau: mất thời gian, tốn nhiều công sức, ...

+ Trong tâm lý học, cùng với việc quan sát khách quan, có khi cần tiến hành tự quan sát (tự thể nghiệm, tự mô tả diễn biến tâm lý của bản thân, nhưng phải tuân theo những yêu cầu khách quan, tránh suy diễn chủ quan theo kiểu “suy bụng ta ra bụng người”).

+ Muốn quan sát đạt kết quả cao cần chú ý các yêu cầu sau:

- 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.

- **Phương pháp thực nghiệm:** đây là phương pháp có nhiều hiệu quả trong nghiên cứu tâm lý.

+ Thực nghiệm là quá trình 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 về quan hệ nhân quả, tính quy luật, cơ cấu, cơ chế của chúng, có thể lặp đi lặp lại nhiều lần và đo đạc, định lượng, định tính một cách khách quan các hiện tượng cần nghiên cứu.

+ Người ta thường nói tới hai loại thực nghiệm cơ bản là thực nghiệm trong phòng thí nghiệm và thực nghiệm tự nhiên:

- Thực nghiệm trong phòng thí nghiệm: phương pháp thực nghiệm trong phòng thí nghiệm được tiến hành dưới điều kiện khống

ché một cách nghiêm khắc các ảnh hưởng bên ngoài, người làm thí nghiệm tự tạo ra những điều kiện để làm nảy sinh hay phát triển một nội dung tâm lý cần nghiên cứu, do đó có thể tiến hành nghiên cứu tương đối chủ động hơn so với quan sát và thực nghiệm tự nhiên.

➤ Thực nghiệm tự nhiên được tiến hành trong điều kiện bình thường của cuộc sống và hoạt động. Trong quá trình quan sát, nhà nghiên cứu chỉ thay đổi những yếu tố riêng rẽ của hoàn cảnh, còn trong thực nghiệm tự nhiên nhà nghiên cứu có thể chủ động gây ra các 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 những yếu tố cần thiết có khả năng giúp cho việc khai thác, tìm hiểu các nội dung cần thực nghiệm. Tùy theo mục đích và nhiệm vụ mà người ta phân biệt các thực nghiệm tự nhiên nhận định và thực nghiệm hình thành:

- Thực nghiệm nhận định: chủ yếu nêu lên thực trạng của vấn đề nghiên cứu ở một thời điểm cụ thể.
- Thực nghiệm hình thành (còn được gọi là thực nghiệm sử dụng): trong đó tiến hành các tác động giáo dục, rèn luyện nhằm hình thành một phẩm chất tâm lý nào đó ở thực nghiệm (bị thực nghiệm).

Tuy nhiên, dù thực nghiệm tiến hành trong phòng thí nghiệm hoặc trong hoàn cảnh tự nhiên cũng khó có thể khống chế hoàn toàn ảnh hưởng của các yếu tố chủ quan của người bị thực nghiệm, vì thế phải tiến hành thực nghiệm một số lần và phối hợp đồng bộ với nhiều phương pháp khác.

- **Test (trắc nghiệm):** Test là một phép thử để “đo lường” tâm lý đã được chuẩn hóa trên một số lượng người tiêu biểu.

Test trọn bộ thường bao gồm 4 phần:

- ✚ Văn bản test.
- ✚ Hướng dẫn qui trình tiến hành.

+ Hướng dẫn đánh giá.

+ Bản chuẩn hóa.

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

Test trí tuệ của Bine – Ximong.

Test trí tuệ của D. Wechsler (WISC và WAIS).

Test trí tuệ của Raven.

Test nhân cách của Ayzen, Rôsat, Muray, ...

+ Ưu điểm của test:

- 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 hóa, chuẩn hóa chỉ tiêu tâm lý cần đo.

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

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

Cần sử dụng phương pháp test như là một trong các cách chẩn đoán tâm lý của con người ở một thời điểm nhất định.

- **Phương pháp đàm thoại (trò chuyện)**

Đó là cách đặt ra các câu hỏi cho đối tượng và dựa vào trả lời của họ để trao đổi, hỏi thêm, nhằm thu thập thông tin về vấn đề cần nghiên cứu.

Có thể đàm thoại trực tiếp hoặc gián tiếp, tùy sự liên quan của đối tượng với điều ta cần biết.

Có thể nói thẳng hay đi vòng vèo.

Muốn đàm thoại thu được tài liệu tốt nên:

+ Xác định rõ mục đích, yêu cầu (vấn đề cần tìm hiểu).

✚ Tìm hiểu trước thông tin về đối tượng đàm thoại với một số đặc điểm của họ.

✚ Có một kế hoạch trước để “lái hướng” câu chuyện.

✚ Cần linh hoạt trong việc “lái hướng” này để câu chuyện vẫn giữ được logic của nó, vừa đáp ứng yêu cầu của người nghiên cứu.

- ***Phương pháp điều tra***

Là phương pháp dùng một số câu hỏi nhất loạt đặt ra cho một số lớn đối tượng nghiên cứu nhằm thu thập ý kiến chủ quan của họ về một vấn đề nào đó. Có thể trả lời viết (thường là như vậy), nhưng cũng có thể trả lời miệng và có người ghi lại.

Có thể điều tra thăm dò chung hoặc điều tra chuyên đề đi sâu vào một số khía cạnh. Câu hỏi dùng để điều tra có thể là câu hỏi đóng, tức là có nhiều đáp án sẵn để đối tượng chọn một hay hai, cũng có thể là câu hỏi mở, để họ tự do trả lời.

Dùng phương pháp này, có thể trong một thời gian ngắn thu thập được một số ý kiến của rất nhiều người nhưng là ý chủ quan. Để có tài liệu tương đối chính xác, cần soạn kỹ bản hướng dẫn điều tra viên (người sẽ phổ biến bản câu hỏi điều tra cho các đối tượng) vì nếu những người này phổ biến một cách tùy tiện thì kết quả sẽ rất sai khác nhau và mất hết giá trị khoa học.

- ***Phương pháp phân tích sản phẩm của hoạt động***

Đó là phương pháp dựa vào các kết quả, sản phẩm (vật chất, tinh thần) của hoạt động do con người làm ra để nghiên cứu các chức năng tâm lý của con người. Bởi vì trong sản phẩm do con người làm ra có chứa đựng “dấu vết” tâm lý, ý thức, nhân cách của con người. Cần chú ý rằng: các kết quả hoạt động phải được xem xét trong mối liên hệ với những điều kiện tiến hành hoạt động. Trong tâm lý học có bộ phận chuyên ngành “phát kiến học” (Oritxtic) nghiên cứu qui luật về cơ chế tâm lý của tư duy sáng tạo trong

khám phá, phát minh.

- ***Phương pháp nghiên cứu tiểu sử cá nhân***

Phương pháp này xuất phát từ chỗ, có thể nhận ra các đặc điểm tâm lý cá nhân thông qua việc phân tích tiểu sử cuộc sống của cá nhân đó, góp phần cung cấp một số tài liệu cho việc chẩn đoán tâm lý.

Tóm lại, các phương pháp nghiên cứu tâm lý người khá phong phú. Mỗi phương pháp đều có những ưu điểm và hạn chế nhất định. Muốn nghiên cứu một hiện tượng tâm lý một cách khoa học, khách quan, chính xác cần phải:

- + Sử dụng các phương pháp nghiên cứu thích hợp với vấn đề nghiên cứu.
- + Sử dụng phối hợp, đồng bộ các phương pháp nghiên cứu để đem lại kết quả khách quan, toàn diện.

2.2.3. Các phương pháp xử lý số liệu

Quan sát, điều tra, tiến hành thực nghiệm, trắc nghiệm, ... ta thu được nhiều tài liệu, số liệu cần phải xử lý để tạo thành các tham số đặc trưng có thông tin cơ động. Từ việc lượng hóa các tham số đặc trưng có thể rút ra những nhận xét khoa học, những kết luận tương ứng về bản chất, quy luật diễn biến của các chức năng tâm lý được nghiên cứu.

Thông thường người ta dùng các phương pháp xử lý số liệu theo phương pháp thống kê toán học để tính các tham số sau:

- 1) Phân phối tần số, tần suất.
- 2) Giá trị trung bình cộng.
- 3) Độ lệch trung bình, độ lệch chuẩn, trung vị, phương sai, hệ số biến thiên.
- 4) Tính các hệ số tương quan Pearson, hệ số tương quan thứ bậc Spearman.
- 5) Phương pháp biểu thị kết quả nghiên cứu bằng các sơ đồ, biểu đồ, đồ thị,

...

2.2.4. Phương pháp lý giải kết quả và rút ra kết luận

Trên cơ sở xử lý các số liệu thu được bằng các phương pháp thống kê, cần tiến hành phân tích, lý giải các kết quả thu được và rút ra kết luận khoa

học. Việc lý giải được tiến hành theo hai khía cạnh trong một chỉnh thể thống nhất, có quan hệ chặt chẽ với nhau:

- Phân tích mô tả, trình bày các số liệu thu được về mặt định lượng.
- Phân tích lý giải các kết quả về mặt định tính trên cơ sở lý luận đã xác định, chỉ rõ những đặc điểm bản chất, những biểu hiện diễn biến có tính quy luật của đối tượng nghiên cứu.
- Khái quát các nhận xét khoa học, rút ra những kết luận mang tính đặc trưng, khái quát về vấn đề được nghiên cứu.

❖ Câu hỏi (bài tập) củng cố:

Bài 1: 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?

a) “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”.

b) Hoạt động tâm lý được biểu hiện một cách khách quan qua hoạt động, ngôn ngữ, cử chỉ, điệu bộ của con người.

c) “Không được phán đoán về con người chỉ theo điều họ nói mà phải qua việc làm của họ”.

Bài 2: Dấu hiệu nào được nêu dưới đây là dấu hiệu của phương pháp quan sát, dấu hiệu nào là của phương pháp thực nghiệm?

a) Việc nghiên cứu được tiến hành trong những điều kiện tự nhiên.

b) Nhà nghiên cứu tác động chủ động, tích cực vào hiện tượng mà mình cần nghiên cứu.

c) Nghiệm thể không biết rằng mình trở thành đối tượng nghiên cứu.

d) Việc nghiên cứu được tiến hành trong các phòng thí nghiệm đặc biệt, có sử dụng các công cụ.

Bài 3: Trong những luận điểm dưới đây, hãy chọn ra những luận điểm trong đó có chứa đựng những yêu cầu sau:

- Yêu cầu của phương pháp thực nghiệm và phi thực nghiệm.
- Yêu cầu chỉ dành riêng cho phương pháp thực nghiệm.
- a) Người nghiên cứu không được can thiệp vào diễn biến của quá trình tâm lý.
- b) Bản thân người nghiên cứu phải tạo ra những điều kiện làm nảy sinh các hiện tượng tâm lý mà mình muốn nghiên cứu.
- c) Thu nhận tri thức về tâm lý không phụ thuộc vào những phản ánh chủ quan của người nghiên cứu.
- d) Nghiên cứu tâm lý căn cứ theo những thể hiện khách quan của nó.
- e) Nghiên cứu tâm lý con người trong hoạt động đích thực của nó.
- f) Nghiên cứu các nguyên nhân và điều kiện khách quan mà hiện tượng tâm lý cụ thể phụ thuộc vào chúng.
- g) Bài tập 1: 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?
- h) “Ngủ thì ai cũng như lương thiện,
Tỉnh dậy phân ra kẻ dữ hiền”.

(Nửa đêm)

BÀI 2

BẢN CHẤT CỦA HIỆN TƯỢNG TÂM LÝ NGƯỜI

❖ **Mục tiêu học tập:** Sau khi học xong bài này, người học có thể:

- Phân tích được bản chất, chức năng, phân loại các hiện tượng tâm lý.
- Vận dụng các hiểu biết về tâm lý vào việc phân tích, giải thích các hiện tượng tâm lý theo quan điểm khoa học.
- Có hứng thú học tập tâm lý học và vận dụng tâm lý học vào việc học tập, rèn luyện và trong ứng xử.

I. KHÁI NIỆM VÀ ĐẶC ĐIỂM CHUNG CỦA HIỆN TƯỢNG TÂM LÝ NGƯỜI

1.1. Khái niệm (hiện tượng) tâm lý

Trong cuộc sống hằng ngày, nhiều người vẫn thường sử dụng từ “tâm lý” để nói về lòng người như “Anh A rất tâm lý”, “Chị B trò chuyện tâm tình cởi mở”... Với ý nghĩa là anh A, chị B có hiểu biết về lòng người, về tâm tư, nguyện vọng, tính tình... của con người.

Đó là cách hiểu tâm lý ở cấp độ thông thường. Đời sống tâm lý của con người bao hàm nhiều hiện tượng tâm lý phong phú, đa dạng, phức tạp từ cảm giác, tri giác, trí nhớ, tư duy, tưởng tượng đến tình cảm, ý chí, tính khí, năng lực, lý tưởng, niềm tin...

Trong tiếng Việt, thuật ngữ “tâm lý”, “tâm hồn” đã có từ lâu.

- Trong *Từ điển Phật học* của Đoàn Trọng Cô: “Tâm” là lòng cảm động, là cái lí, ý thức, trí, cái linh của con người nói chung về vũ trụ. “Lý” được hiểu là lí lẽ về “cái tâm”

- Trong *Từ điển tiếng Việt* (1988) định nghĩa một cách tổng quát: Tâm lý là ý nghĩ, tình cảm... làm thành đời sống nội tâm, thế giới bên trong của con người.

- Theo nghĩa đời thường chữ “tâm” thường được dùng với các cụm từ: “tâm tư”, “tâm tình”, “tâm giao”, “tâm can”, “tâm địa”, “nhân tâm”, “thiện tâm”, “ác tâm”... có nghĩa như chữ “lòng” thiên về tình cảm, còn chữ “hồn” thường để diễn đạt tư tưởng, tinh thần, ý thức, ý chí,... của con người. “Tâm hồn”, “tâm lý” luôn gắn liền với thể xác.

Nhìn từ góc độ tâm lý học, tâm lý là phản ánh tồn tại khách quan. Tâm lý là tổng hòa các hình ảnh chủ quan (hình ảnh tâm lý) về tồn tại khách quan. Đó chính là thế giới nội tâm của con người.

1.2. Phân loại các hiện tượng tâm lý

Có nhiều cách phân loại hiện tượng tâm lý:

- Cách phân loại phổ biến trong các tài liệu tâm lý học là việc phân loại các hiện tượng tâm lý theo thời gian tồn tại của chúng và vị trí tương đối của chúng trong nhân cách. Theo cách chia này, các hiện tượng tâm lý có 3 loại chính:

+ 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 3 quá trình tâm lý:

+ Các quá trình nhận thức bao 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, 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 lý là những hiện tượng tâm lý 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 lý cá nhân: xu hướng, tính cách, khí chất và năng lực.

- Cũng có thể phân tâm lý thành:

+ Các hiện tượng tâm lý có ý thức.

+ Các hiện tượng tâm lý chưa được ý thức.

Chúng ta có nhiều nhận biết về các hiện tượng tâm lý có ý thức (được nhận thức hay tự giác). Còn những hiện tượng tâm lý chưa được ý thức vẫn luôn diễn ra, nhưng ta không ý thức về nó, hoặc dưới ý thức, chưa kịp ý thức, “khó lọt vào” lĩnh vực ý thức (một số bản năng vô thức, một số hành động lỡ lời, lỡ chân tay, ngủ mơ, mộng du,...) và mức độ “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 “chiếu rọi” tới.

- Người ta còn phân biệt hiện tượng tâm lý thành:

- + Những hiện tượng tâm lý sống động: thể hiện trong hành vi, hoạt động
- + Những hiện tượng tâm lý tiềm ẩn: tích đọng trong sản phẩm của hoạt động.

- Cũng có thể phân biệt các hiện tượng tâm lý của cá nhân với hiện tượng tâm lý xã hội (phong tục, tập quán, định hình xã hội, tin đồn, dư luận xã hội, tâm trạng xã hội, ...).

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

1.3. Đặc điểm chung của hiện tượng tâm lý người

- Các hiện tượng tâm lý quan hệ với nhau rất chặt chẽ. Hiện tượng này chi phối hiện kia. Ví dụ: Yêu nên tốt, ghét nên xấu...

- Các hiện tượng tâm lý rất đa dạng, phong phú, phức tạp bí ẩn và trừu tượng.

- Tâm lý là “thế giới bên trong” của con người. Nó rất gần gũi, quen thuộc nhưng cũng vô cùng hấp dẫn, kỳ diệu... Nó phức tạp bí ẩn đến mức có thời kỳ người ta cho rằng hiện tượng tâm lý là hiện tượng thần linh ta không thể hiểu và giải thích được.

- Với sự tiến bộ của khoa học kỹ thuật và sự đóng góp của nhiều nhà tư tưởng nhưng hiểu biết về tâm lý ngày càng được bổ sung, các bí ẩn về lĩnh vực tinh thần của con người ngày càng được đưa dần ra ánh sáng. Chẳng hạn các nhà khoa học đã giải thích những hiện tượng thần giao cách cảm, bí ẩn của giấc mơ tiên tri, khả năng thấu thị...

- Tâm lý là hiện tượng tinh thần, nó tồn tại trong đầu óc của ta. Nên ta không thể nghiên cứu nó một cách trực tiếp như các hiện tượng vật chất được, mà ta chỉ có thể nghiên cứu nó một cách gián tiếp thông qua những biểu hiện bên ngoài (hành vi, cử chỉ, điệu bộ, nét mặt, ngôn ngữ...).

- Tâm lý là một hiện tượng rất quen thuộc, gần gũi gắn bó với con

người. Con người trong trạng thái thức tỉnh ở bất cứ thời điểm nào đều có thể diễn ra hiện tượng tâm lý này hay hiện tượng tâm lý khác như: nhìn, nghe, suy nghĩ, nhớ lại, tưởng tượng... Trong khi co người ngủ cũng có thể diễn ra các hiện tượng tâm lý như: mơ ngủ, mộng du, thôi miên...

- Các hiện tượng tâm lý có sức mạnh vô cùng to lớn trong đời sống con người. Nó có thể làm tăng hay giảm sức mạnh vật chất và sức mạnh tinh thần. Nó có thể giúp con người làm được những điều phi thường kỳ diệu, nhưng cũng có thể làm ch con người đang bình thường khỏe mạnh trở nên yếu đuối, bạc nhược. Yếu tố tâm lý bao giờ cũng có tác động hai mặt (vừa tích cực, vừa tiêu cực), nên ta cũng cần lưu ý khi sử dụng những tác động tâm lý trong các lĩnh vực khác nhau của đời sống.

Tóm lại: Các hiện tượng tâm lý con người rất đa dạng, phong phú, luôn gắn gũi gắn bó với con người. Nó vừa cụ thể, vừa trừu tượng đan xen hòa quyện với nhau, khó có thể tách bạch một cách rạch ròi. Những hiện tượng tâm lý có vai trò và ý nghĩa to lớn đối với đời sống con người. Vì vậy, khi đánh giá sức mạnh của một người, ta không chỉ chú ý đến thể lực của người đó, mà cần xem xét người đó có khả năng ổn định tâm lý hay không? Bởi vì, chính khả năng ổn định tâm lý giúp con người tăng thêm sức mạnh để có thể giải quyết những tình huống phức tạp khác nhau. Ngược lại khả năng ổn định tâm lý kém thì khi gặp tình huống phức tạp sẽ làm cho con người trở nên yếu đuối...

II. BẢN CHẤT HIỆN TƯỢNG TÂM LÝ NGƯỜI

Tâm lý duy vật biện chứng đã khẳng định: Tâm lý là sự phản ánh của hiện thực khách quan vào não người thông qua chủ thể, tâm lý người mang tính chủ thể và mang bản chất xã hội lịch sử.

2.1. Tâm lý người là chức năng của não

Chủ nghĩa DVBC cho rằng: Vật chất có trước, tinh thần có sau, vật chất sinh ra tinh thần, sinh ra tâm lý, nhưng không phải bất cứ vật chất nào cũng có tâm lý, mà vật chất có tổ chức cao nhất đó là não bộ. Do vậy, sự phát triển tâm

lý, ý thức gắn liền với sự nảy sinh và hình thành của hệ thần kinh. Lúc đầu chỉ là những tế bào thần kinh đơn giản dần dần hệ thần kinh phát triển thành một tổ chức ngày càng cao cuối cùng thành não và vỏ não.

Mầm mống tâm lý bắt đầu xuất hiện ở loại động vật có hệ thần kinh mấu (hạch). Bởi vì, ở những động vật có hệ thần kinh hình hạch đã có khả năng tiếp nhận kích thích, phân tích các kích thích tác động vào cơ thể và truyền đạt mệnh lệnh tạo ra các phản ứng đáp lại một cách thích hợp các kích thích.

Các công trình nghiên cứu đã cho thấy mối quan hệ tương ứng giữa sự tiến hóa của hệ thần kinh và khả năng tâm lý trong tiến hóa của giống loài. Từ đó đã kết luận: Tâm lý là chức năng của não. Không có não (hay não người không bình thường) thì không có tâm lý. Nhưng não không phải là tâm lý, mà não chỉ là cơ sở vật chất, là điều kiện cần thiết để cho sự xuất hiện các hiện tượng tâm lý và tâm lý là chức năng của não, là thuộc tính đặc biệt của bộ não người hoạt động bình thường biểu hiện ở năng lực phản ánh thế giới bên ngoài.

Hệ thần kinh hoạt động theo những qui luật nhất định và những qui luật đó là cơ sở hình thành những qui luật của hoạt động tâm lý. Nhưng hoạt động của não bộ chỉ quy định hình thức diễn biến tâm lý (về cường độ, tốc độ...), còn nội dung tâm lý là do kinh nghiệm xã hội lịch sử của mỗi người thu được trong cuộc sống qui định. Thực tế cho thấy, có nhiều người có bộ não và năng lực làm việc như nhau nhưng nội dung tâm lý của họ không giống nhau, thậm chí còn đối lập nhau.

1.2. Tâm lý là sự phản ánh của HTKQ vào não thông qua chủ thể

Tâm lý người không phải tự nhiên mà có, cũng không phải do thượng đế, do trời sinh ra, cũng không phải là do não tiết ra giống như gan tiết ra mật. Mà tâm lý là sự phản ánh của hiện thực khách quan vào não người thông qua “lăng kính chủ quan” của cá nhân. V.I.Lênin nói Tâm lý là hình ảnh của chủ quan của thế giới khách quan”.

- Hiện thực khách quan: Là tất cả sự vật, hiện tượng tồn tại ngoài ý thức