

ĐẠI HỌC ĐÀ NẴNG
TRƯỜNG ĐẠI HỌC SƯ PHẠM

TÂM LÝ HỌC
ỨNG DỤNG
TRONG QUẢN LÝ
TÀI LIỆU DẠY HỌC

PGS.TS. LÊ QUANG SƠN
4/19/2017

TÂM LÝ HỌC ỨNG DỤNG TRONG QUẢN LÝ

NỘI DUNG	tr
MỤC LỤC	1
Chương 1. Tâm lý học là một khoa học	2
1. Sự hình thành tâm lý học	2
2. Đối tượng, nhiệm vụ nghiên cứu của tâm lý học	5
3. Các phương pháp và nguyên tắc nghiên cứu của tâm lý học	9
4. Những cách tiếp cận trong nghiên cứu tâm lý hiện đại	14
5. Một số lĩnh vực nghề nghiệp chính trong tâm lý học	16
6. Một số ngành khoa học có liên quan mật thiết đến tâm lý học	22
Chương 2. Con người trong hoạt động quản lý	24
1. Hoạt động quản lý	24
2. Những yếu tố tâm lý của quản lý con người	35
3. Những vấn đề tâm lý trong công tác sử dụng cán bộ	46
Chương 3. Tâm lý học về xây dựng động cơ làm việc cho người lao động	54
1. Nhu cầu và động cơ (hành vi tự động hóa Taylor cũng là cách tạo động cơ)	54
2. Các lý thuyết tâm lý học về tạo động cơ làm việc cho người lao động	61
Chương 4. Nhóm và tập thể người lao động	75
1. Nhóm và tập thể	75
2. Xây dựng nhóm và tập thể	80
3. Ứng xử với các hiện tượng tâm lý xã hội trong nhóm và tập thể	83
Chương 5. Nhân cách nhà quản lý	96
1. Vấn đề nhân cách nhà quản lý trong tâm lý học	96
2. Những vai trò của nhà quản lý, lãnh đạo	97
3. Những phẩm chất và năng lực của nhà quản lý, lãnh đạo	100
4. Xây dựng phong cách lãnh đạo và quản lý	120
5. Xây dựng uy tín quản lý, lãnh đạo	129
TÀI LIỆU THAM KHẢO	138

Chương 1.

TÂM LÝ HỌC LÀ MỘT KHOA HỌC

Các nội dung chính

1. Sự hình thành tâm lý học
2. Đối tượng, nhiệm vụ nghiên cứu của tâm lý học
3. Các phương pháp và nguyên tắc nghiên cứu của tâm lý học
4. Những cách tiếp cận trong nghiên cứu tâm lý hiện đại
5. Một số lĩnh vực nghề nghiệp chính trong Tâm lý học
6. Một số ngành khoa học có liên quan mật thiết đến tâm lý học

1. Sự hình thành tâm lý học

Những thành tựu khoa học gần đây cho thấy con người hiện đại (người Neandertal) xuất hiện cách đây khoảng 100.000 năm¹. Về hình thái và tổ chức cơ thể con người đó giống với chúng ta ngày nay. Từ khi xuất hiện con người không ngừng khám phá thế giới xung quanh và khám phá chính bản thân mình. Và những tri thức đầu tiên về thế giới tinh thần của con người, có lẽ, xuất hiện khi con người bắt đầu nhận ra rằng nó khác biệt so với tất cả những gì xung quanh nó.

Những lý giải về thế giới tinh thần của con người đã bắt đầu xuất hiện trong các nền văn minh cổ đại ở phương Đông cũng như ở phương Tây. Cuối thiên niên kỷ IV TCN trong sách “Thần học Memphis” của Ai Cập cổ đại đã viết rằng Chúa Ptakh sáng tạo mọi sự vật: “Chúa tạo ra khả năng nhìn của mắt, nghe của tai, hơi thở của mũi nhằm thông báo cho tim (cơ quan trung tâm của linh hồn)”. Người Ai Cập cổ đại đã lý giải quan hệ “ngoại biên – trung tâm”: ngoại biên gồm các cơ quan mắt, tai, mũi...; trung tâm – tim, ý thức (tâm lý), cho lời nói xuất phát từ tim. Họ đã nỗ lực tìm hiểu nguyên nhân của các hiện tượng đơn lẻ khi cho vai trò quan trọng thuộc về tuần hoàn: máu và không khí.

Từ thế kỷ XV trước Công nguyên, trong tập kinh Upanishad² người Ấn Độ cổ đã cố gắng lý giải bản tính con người. Upanishad cho rằng tinh thần thế giới (Brahman) là căn nguyên sáng tạo ra tất cả, là bản chất nội tại của vũ trụ và muôn vật. Tinh thần thế giới (Đại ngã) biểu hiện trong con người là linh hồn (gọi là Atman), hay cái ngã, cái tôi, Tiểu ngã. Upanishad cũng đề cập đến sự nhận thức của con người khi chia nhận thức thành hai trình độ: hạ trí – tri thức về những sự vật hiện tượng cụ thể và thượng trí – sự nhận thức vượt qua thế giới hữu hình.

¹ Trái đất có tuổi khoảng 5 tỷ năm, đại dương – 2 tỷ năm, sự sống – 1,5 đến 2 tỷ năm, cơ thể đơn bào – 1 tỷ năm, cơ thể đa bào – 600 triệu năm, động vật có xương sống – 320-210 triệu năm, họ khí - 59 triệu năm, người vượn Otrapitec – 1 triệu năm, người vượn Bắc Kinh – 700-500 ngàn năm.

² Upanishad là một trong các tập của Veda – tác phẩm văn học bao gồm những tập thơ phản ánh sinh hoạt và tín ngưỡng của người Ấn Độ thời kỳ Veda bắt đầu từ tk. XV TCN – khi dân du mục Arya ở phía bắc Ấn Độ tràn vào khu vực của người bản địa Dravida

Phật giáo nhìn nhận con người là sự kết hợp các yếu tố được gọi là Dharma (Pháp). Khi con người xuất hiện tức lúc đó đã đủ nhân duyên để các yếu tố (ngũ uẩn – sắc, thọ, tưởng, hành, thức) kết hợp lại theo một trình tự nhất định. Khi hết duyên các yếu tố lại tan rã ra, và lúc đó cái chết sẽ đến.

Thế kỷ VI TCN Khổng Tử (551-479 TCN) đã bàn đến bản chất con người và con đường rèn luyện, phát huy bản chất đích thực của con người. Con người, theo Khổng Tử, có bản chất tốt đẹp, nhưng bị cuộc đời làm cho tha hóa. Ông đã xây dựng học thuyết giáo dục để trả lại cho con người bản chất tốt đẹp vốn có.

Ở phương Tây, Heraclit (530-470 TCN) người Hy Lạp, đã chú ý đến mối quan hệ của con người với chính bản thân mình. Ông khẳng định “con người có thuộc tính nhận thức chính mình và suy nghĩ”. Hướng suy nghĩ này đã được kế tục trong suốt lịch sử phát triển của tâm lý học. Heraclit coi tự nhiên là một thể vật chất thống nhất, trọn vẹn, có sự sống; không tách rời “hồn” và vũ trụ. “Mọi vật là những hình thể của lửa, khởi đầu lửa trong cơ thể là tâm lý – Psyché”; “Người chồng say không biết đi đâu là do tâm lý của nó bị ướt”.

Democrit (460-370 TCN), một nhà tư tưởng Hy Lạp khác, nhìn nhận “linh hồn” là một dạng của vật thể, mang tính chất của cơ thể, do các “nguyên tử lửa” – các hạt tròn, nhỏ, vận động theo tốc độ nhanh nhất trong cơ thể, tạo ra. Ông cũng thừa nhận sự phức tạp, phong phú của đời sống tinh thần của con người: “Đi hết mọi nẻo đường chẳng thấy hết phạm vi của tâm hồn – quy luật của nó thật sâu sắc vô cùng”.

Platon (427-347 TCN) coi tâm lý là cội nguồn của mọi sự tồn tại trên đời, lấy tâm hồn làm nguyên lý chủ đạo trong đời sống con người, coi tự ý thức là khả năng duy nhất giúp ta hiểu được ta.

Một trong những đỉnh cao của tư duy khoa học cổ đại về tâm lý con người là cuốn “Bàn về tâm hồn” của Aristotle (384-322). Trong cuốn sách này Aristotle khẳng định vị trí của tâm lý học (“phải đặt tâm lý học lên một trong những vị trí hàng đầu”), nhìn nhận vai trò chủ thể của con người đối với tâm hồn (“nên nói: con người thông cảm, học tập, suy nghĩ bằng tâm hồn”). Aristotle xác định “tâm hồn” là những hiện tượng tâm lý có thực, những hiện tượng này cùng với cơ thể tạo thành tồn tại sống. Ông nhìn nhận thế giới tâm lý như một cấu trúc tập hợp xung quanh ý chí và ước muốn, đồng thời cũng nhấn mạnh vai trò của trí tuệ trong đời sống con người.

Sự phát triển của các tư tưởng tâm lý học trong các thế kỷ tiếp theo được đánh dấu bởi các công trình nghiên cứu công phu của hàng loạt các tác giả. Có thể kể đến Ibn-Xina (980-1037), Ibn-Al-Haixam (965-1039), Ibn-Roshd (1126-1198) ở Arab thời Trung cổ; Phoma Akvinxki (1225-1274), Roger Bacon (1214-1292), Duns Scot (1265-1308), William Okkam (1300-1349) thời Trung cổ ở Châu Âu, Pompanattzi (1462-1525), Telezio (1509-1588), Homes Pereira (1500-1560), Hoan Uarte (1529-1592), Vezalia (1514-1564) thời Phục hưng, Decartes (1596-1650); Hobbs (1588-1679), Spinoza, Leibnits, J.Lock ở thế kỷ XVII, Cristian Volf (1679-1754), Tomas Rid (1710-1796), Lametri (1709-1751), Gelvetzzi (1715-1771), Didro (1713-1784),

Cabanis (1757-1808), Radishev (1749-1802), Vicô (1668-1744), Monteskiơ (1689-1755), Condorse (1743-1794), Iogan Gerder (1744-1803) ở thế kỷ XVIII, Ch.Bell (1774-1842), F.Gall (1758-1828), Flúan (1794-1867), Gerbart (1774-1841) nửa đầu thế kỷ XIX. Những công trình nghiên cứu của các tác giả này đã tạo lập được một khối lượng đồ sộ các tri thức khoa học về tâm lý con người, phát triển các học thuyết về tâm hồn và cho phép tâm lý học dần thoát ra ngoài khuôn khổ của Triết học và Y học, đặt nền móng cho sự ra đời của tâm lý học như một khoa học độc lập về sau.

Thế kỷ XIX giữ một vị trí đặc biệt trong lịch sử tâm lý học. Chính sự phát triển của các khoa học liên quan đã tạo tiền đề cho sự nảy sinh tâm lý học với tư cách một khoa học độc lập. Trước hết phải kể đến những tiền đề triết học³ trong Thực chứng luận của Ogust Kont (1798-1857), Chủ nghĩa phi lý và Ý chí luận của A.Shopengauer (1788-1860), Chủ nghĩa duy vật tâm thường (thông tục) Đức với các tên tuổi như Fost (1817-1895); Moleshott (1822-1893); Bukhner (1824-1899); Sholbe (1819-1873), Học thuyết duy vật của các nhà dân chủ cách mạng Nga như V.G.Belinxkij (1811-1848); A.I.Gertsen (1812-1870); N.A.Dobraljubov (1836-1861); Ternushepxkij (1828-1889), Học thuyết biện chứng của G.F.Hegel (1770-1831). Những tiền đề khoa học tự nhiên cho sự ra đời của tâm lý học như một khoa học độc lập là Tâm lý học liên tưởng của J.Mill (1806-1873), Học thuyết phản xạ với vai trò điều khiển của tâm lý của E.Pjluger (1829-1910), Tâm sinh lý học các giác quan của H.Helmholzer (1821-1894) và I.Muller (1801-1858), Tâm vật lý học của G. Fesner (1801-1887) và E. Veber (1795-1878), nghiên cứu thời gian phản ứng của Helmholtz và F. Donders (1818-1889). Cũng phải kể đến ảnh hưởng của Thuyết tiến hóa của C.Darwin (1809-1882), Tâm lý học phát sinh của F.Galton (1822-1911), Tâm thần học của Sacco (1825-1893).

Năm 1879 tại Đại học Tổng hợp Lai-Xich, Đức, V.Wundt (1832-1920) sáng lập ra phòng thí nghiệm tâm lý học đầu tiên trên thế giới và một năm sau phòng thí nghiệm này trở thành Viện tâm lý học đầu tiên trên thế giới, xuất bản Tạp chí tâm lý học đầu tiên. Sự kiện này đánh dấu một bước trưởng thành quan trọng của tâm lý học: 1) khẳng định được đối tượng nghiên cứu; 2) hình thành đội ngũ nghiên cứu; 3) hình thành phương pháp nghiên cứu; 4) xây dựng được các phương tiện nghiên cứu; 5) phổ biến thông tin khoa học; 6) khẳng định ý nghĩa lý luận và thực tiễn của các công trình nghiên cứu. Các nhà nghiên cứu lịch sử tâm lý học sau này thống nhất lấy năm 1879 làm thời điểm ra đời của tâm lý học như một khoa học độc lập.

Hướng nghiên cứu của V.Wundt sau này được phát triển với tên gọi là chủ nghĩa cấu trúc và được phát triển mạnh ở Mỹ trong suốt nửa thế kỷ sau đó. Cùng với chủ nghĩa cấu trúc hàng loạt các hướng nghiên cứu khác cũng được định hình. Đó là Thuyết chức năng, Thuyết hành vi ở Mỹ, Phân tâm học ở Viên, Thuyết phản xạ ở Nga, Thuyết văn hóa xã hội ở Liên Xô... Vào những năm 30 của thế kỷ XX một trào

³ Có một điều đáng tiếc cho tâm lý học là vào thời điểm này Học thuyết của C.Marx hoặc là không được các nhà tâm lý học biết đến hoặc là không được chấp nhận do nền tảng tư tưởng.

lưu mới của tâm lý học ra đời với việc định hướng vào chủ nghĩa Marx. Trào lưu này đầu tiên xuất hiện ở Liên-Xô và gắn liền với tên tuổi của L.X.Vygotski (1896-1934), X.L.Rubinstein (1902-1960), A.N.Leontiev (1903-1979), A.R.Luria (1902-1977)... Trào lưu tâm lý học này lấy triết học Mac-Lenin làm cơ sở phương pháp luận, hướng đến xây dựng nền tâm lý học lịch sử người. Trong nghiên cứu các nhà tâm lý học lấy hoạt động làm khái niệm then chốt, làm mô hình lý giải, điều khiển, hình thành tâm lý; coi tâm lý là sự phản ánh thế giới khách quan vào não thông qua hoạt động. Tâm lý học được nhìn nhận là khoa học về cơ chế nảy sinh, hình thành và vận hành của thế giới tâm lý. Trào lưu này về sau được thừa nhận rộng rãi trên thế giới và được biết với tên gọi Tâm lý học mác-xít hay Tâm lý học hoạt động.

Trong hệ thống tri thức khoa học của nhân loại ngày nay tâm lý học có vị trí của một khoa học độc lập. Tâm lý học hiện đại có cấu trúc phức tạp bao gồm các lĩnh vực nền tảng như Tâm lý học đại cương, Tâm lý học sai biệt, Lịch sử tâm lý học, Tâm lý học phát triển, Tâm lý học nhân cách, Tâm-sinh lý học và các chuyên ngành ứng dụng như Tâm lý học xã hội, Tâm lý học sư phạm, Tâm lý học kỹ sư, Tâm lý học trị liệu... với nhiệm vụ thực tiễn trung tâm là nhân văn hóa tồn tại người.

Ở Việt Nam, những tư tưởng tâm lý học tiền khoa học có thể tìm thấy trong hàng loạt tư tưởng đạo đức, tôn giáo hay giáo dục dân gian, trong ca dao, tục ngữ... Tâm lý học khoa học xuất hiện muộn hơn rất nhiều. Tâm lý học lúc đầu chỉ xuất hiện với tính cách một môn học trong trường trung học chuyên khoa (trường Trung học phổ thông ngày nay) và trường Cao đẳng sư phạm thời Pháp thuộc. Chương trình và sách giáo khoa lúc đó thể hiện nền tâm lý học nhị nguyên, duy tâm, nội quan. Tinh thần này cũng là chủ đạo trong các sách giáo khoa xuất bản ở miền Nam Việt Nam trước 1975. Nền tâm lý học ngày nay của Việt Nam được xây dựng trên cơ sở học tập nền tâm lý học xô-viết, Tâm lý học mác-xít. Viên gạch đầu tiên của nền tâm lý học mới là Tổ tâm lý học thuộc trường Đại học Sư phạm Hà Nội, hình thành năm 1958. Sau hơn 50 năm phát triển tâm lý học Việt Nam đã có những thành tựu đáng kể đóng góp vào sự nghiệp cách mạng của đất nước, dần dần hình thành rõ nét hơn với tư cách một bộ phận của nền khoa học dân tộc.

2. Đối tượng, nhiệm vụ nghiên cứu của tâm lý học

Tâm lý là toàn bộ những hiện tượng tinh thần nảy sinh và diễn biến ở trong não tạo nên nội tâm ở mỗi con người.

Tâm lý thuộc về tinh thần chứ không phải là vật chất. Vì vậy, chúng ta không thể cảm, nắm, không thể thấy một cách trực tiếp được. Tuy nhiên, chúng ta vẫn có thể hiểu được đặc điểm tâm lý của người khác thông qua hành vi của họ.

Như vậy, “Con vật có tâm lý hay không?”. Cũng giống như con người, con vật cũng có tâm lý. Tuy nhiên, tâm lý con vật không phát triển như tâm lý con người.

Theo tiếng Latinh, “Psyche” có nghĩa là “linh hồn”, “tinh thần”. “Logos” là “học thuyết”, “khoa học”. Tâm lý học (Psychology) có nghĩa là khoa học về tâm hồn.

Như vậy, chúng ta có thể hiểu một cách ngắn gọn, *Tâm lý học là khoa học nghiên cứu về hành vi và những quá trình tinh thần.*

Tâm lý học có một điểm khác biệt lớn so với các khoa học khác. Đó là, với tư cách hệ thống những tri thức được kiểm nghiệm, chỉ một số người, chủ yếu là những người nghiên cứu chuyên sâu tâm lý học, biết về nó. Đồng thời, với tư cách hệ thống những hiện tượng trong cuộc sống thực của con người, hầu như ai cũng quen thuộc với tâm lý học. Ai cũng có thể tự nhận ra hay nhận ra ở người khác các hiện tượng tâm lý cơ bản như cảm giác, trí nhớ, biểu tượng, cảm xúc...

Thuật ngữ tâm lý học xuất hiện khá muộn trong lịch sử phát triển của tâm lý học – chỉ vào thế kỷ XVI. Đầu tiên nó được dùng để chỉ một khoa học đặc biệt chuyên nghiên cứu các hiện tượng tinh thần hay các hiện tượng tâm lý, tức các hiện tượng mà con người có thể dễ dàng nhận ra trong ý thức của mình nhờ tự quan sát. Sau này, trong thế kỷ XVII-XIX lĩnh vực nghiên cứu của các nhà tâm lý học được mở rộng ra, bao gồm cả các quá trình tâm lý mà con người không ý thức được (các quá trình vô thức) và hoạt động của con người. Sang thế kỷ XX các nghiên cứu tâm lý học đã vượt ra ngoài khuôn khổ những hiện tượng mà tâm lý học trong hàng thế kỷ đã tập trung vào. Tên gọi tâm lý học với nghĩa ban đầu là khoa học nghiên cứu các hiện tượng ý thức chủ quan, được cảm nhận và trải nghiệm trực tiếp bởi con người đã trở nên quá hẹp. Tuy nhiên theo truyền thống nghiên cứu hàng ngàn năm tên gọi tâm lý học vẫn được giữ lại cho đến ngày nay.

Bắt đầu từ thế kỷ XIX tâm lý học đã trở thành một khoa học độc lập, một khoa học thực nghiệm. Vậy đối tượng nghiên cứu của tâm lý học hiện đại là gì? Tâm lý học, trước hết, nghiên cứu *tâm lý* con người và động vật, bao gồm nhiều loại hiện tượng chủ quan.

Thông qua cảm giác, tri giác, trí nhớ, tư duy, tưởng tượng, ngôn ngữ... con người nhận biết thế giới. Do đó, các hiện tượng tâm lý này được gọi là các quá trình nhận thức. Những hiện tượng khác điều khiển giao tiếp, hành vi của con người – chúng được gọi là các thuộc tính tâm lý và trạng thái tâm lý – đó là nhu cầu, động cơ, mục đích, ý chí, tình cảm, năng lực... Các quá trình tâm lý thường diễn ra trong thời gian tương đối ngắn, có mở đầu, diễn biến, kết thúc tương đối rõ ràng. Các trạng thái tâm lý diễn ra trong thời gian tương đối dài, mở đầu và kết thúc không rõ ràng, thường làm nền cho các hiện tượng tâm lý khác. Các thuộc tính tâm lý tương đối ổn định, bền vững, tạo thành những nét riêng của nhân cách và biểu hiện ra ngoài thông qua các quá trình và trạng thái tâm lý. Ngoài ra, tâm lý học còn nghiên cứu giao tiếp và hành vi của con người, sự phụ thuộc của giao tiếp và hành vi vào các hiện tượng tâm lý, và ngược lại sự phụ thuộc của quá trình hình thành các hiện tượng tâm lý vào giao tiếp và hành vi.

Con người không chỉ nhận thức thế giới, nó sống và hành động trong thế giới, sáng tạo ra các sản phẩm vật chất và tinh thần thỏa mãn các nhu cầu của nó và của xã

hội, thực hiện các hành vi khác nhau. Để hiểu và lý giải hành vi của con người tâm lý học sử dụng khái niệm *nhân cách*.

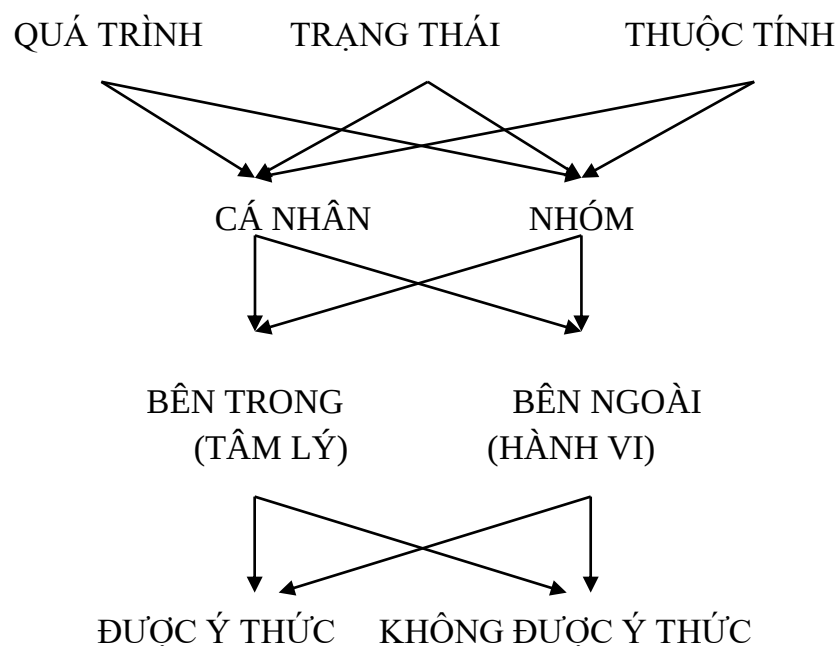
Khó có thể hiểu các quá trình, trạng thái, thuộc tính tâm lý đặc biệt là các biểu hiện bậc cao của chúng nếu không xem xét chúng trong mối quan hệ với điều kiện sống của con người, với cách mà con người tổ chức sự tương tác với tự nhiên và xã hội. *Giao tiếp và hoạt động*, do đó cũng là đối tượng nghiên cứu của tâm lý học.

Các quá trình, thuộc tính, trạng thái tâm lý của con người, hoạt động và giao tiếp của con người được phân tách để nghiên cứu, tuy nhiên trên thực tế chúng liên hệ chặt chẽ với nhau tạo thành một thể thống nhất gọi là *hoạt động sống* của con người.

Trong khi nghiên cứu tâm lý và hành vi của con người các nhà nghiên cứu tìm kiếm sự lý giải, một mặt, trong bản chất sinh học của con người, mặt khác, trong vốn kinh nghiệm cá nhân, và ở mặt thứ ba – trong các quy luật xã hội. Ở mặt thứ ba này các nghiên cứu tập trung vào sự phụ thuộc của tâm lý và hành vi vào địa vị của con người trong xã hội, hệ thống xã hội đang tồn tại, phương pháp giáo dục, các quan hệ cụ thể của con người với những người khác, vai trò xã hội của cá nhân, loại hình hoạt động mà cá nhân trực tiếp tham gia.

Ngoài các hiện tượng tâm lý cá nhân, tâm lý học còn nghiên cứu mối quan hệ giữa con người trong các cộng đồng khác nhau – nhóm lớn và nhóm nhỏ, trong các tập thể.

Có thể tóm tắt phạm vi các hiện tượng mà tâm lý học hiện đại nghiên cứu trong sơ đồ dưới đây (xem sơ đồ 1).



Sơ đồ 1. Các loại hiện tượng tâm lý cơ bản được nghiên cứu trong tâm lý học hiện đại

Sơ đồ 1 thể hiện những khái niệm cơ bản sử dụng để xác định các hiện tượng được nghiên cứu trong tâm lý học. Các hiện tượng này được liệt kê trong bảng 1. Trong bảng này có thể thấy nhiều hiện tượng khó có thể chỉ xếp vào một ô duy nhất. Chúng có thể là hiện tượng cá nhân hoặc nhóm, có thể là quá trình hay trạng thái. Do vậy, một số hiện tượng sẽ lặp lại ở các ô trong bảng.

Bảng 1. Các khái niệm và hiện tượng tâm lý
được nghiên cứu trong tâm lý học hiện đại

stt	Loại hiện tượng	Khái niệm biểu đạt hiện tượng tâm lý
1	Các quá trình: cá nhân, bên trong (tâm lý)	Tri giác, tưởng tượng, ghi nhớ, tái hiện, quên, tâm vận động, insight, nội quan, tạo động cơ, tư duy, học, khái quát, cảm giác, trí nhớ, nhân cách hóa, ôn lại, biểu tượng hóa, thích nghi, quyết định, phản tỉnh, lời nói, tự tích cực hóa, tự kỷ ám thị, tự quan sát, tự kiểm tra, tự xác định, sáng tạo, nhận biết, suy đoán, lĩnh hội.
2	Các trạng thái: cá nhân, bên trong (tâm lý)	Thích ứng, xúc động, ham muốn, chú ý, kích động, ảo giác, thôi miên, mong muốn, hứng thú, tình yêu, buồn rầu, ý định, sự căng thẳng, tâm trạng, hình ảnh, chú ý, nhu cầu, đam mê, thiên hướng, tự chủ, tự tích cực, stress, ngượng, lo sợ, tin tưởng, mệt mỏi, mức kỳ vọng.
3	Các thuộc tính: cá nhân, bên trong (tâm lý)	Ảo ảnh, tính ổn định, ý chí, tư chất, tính cá thể, mặc cảm, nhân cách, sự thiên phú, thành kiến, khả năng làm việc, sự quyết đoán, lương tâm, tính bình thản, tính cách.
4	Các quá trình: cá nhân, bên ngoài (hành vi)	Hành động, hoạt động, cử chỉ, trò chơi, imprinting, nét mặt, kỹ xảo, bắt chước, hành vi, phản ứng, luyện tập
5	Các trạng thái: cá nhân, bên ngoài (hành vi)	Sẵn sàng, hứng thú, định hướng
6	Các thuộc tính: cá nhân, bên ngoài (hành vi)	Uy tín, tính bền bỉ, tính tổ chức, yêu lao động, tính cách, tính quá khích, trọng danh dự, vị kỷ.
7	Các quá trình: nhóm, bên trong	Đồng nhất, giao lưu, tuân thủ, tri giác liên nhân cách, quan hệ liên nhân cách, hình thành chuẩn mực nhóm.
8	Các trạng thái: nhóm, bên trong	Mâu thuẫn, đoàn kết, phân nhóm, không khí tâm lý.
9	Các thuộc tính: nhóm, bên trong	Hòa hợp, kiểu lãnh đạo, cạnh tranh, hợp tác, hiệu quả hoạt động nhóm
10	Các quá trình:	Các quan hệ liên nhóm

	nhóm, bên ngoài	
11	Các trạng thái: nhóm, bên ngoài	Hoảng loạn, tính mở, đóng của nhóm
12	Các thuộc tính: nhóm, bên ngoài	Tính tổ chức

Nhiệm vụ nghiên cứu của Tâm lý học

- Quan sát và phát hiện những hành vi và các quá trình tinh thần của con người.
- Mô tả một cách khách quan những hành vi các quá trình tinh thần của con người như những gì nó vốn có.
- Nghiên cứu, tìm hiểu quy luật nảy sinh, hình thành, phát triển và giải thích những hành vi và các quá trình tinh thần của con người mang tính khoa học. Ứng dụng các thành quả nghiên cứu được vào các lĩnh vực của đời sống xã hội, thúc đẩy sự phát triển.
- Dự đoán, dự báo những hành vi và các quá trình tinh thần của con người sẽ mang lại hệ quả như thế nào, ảnh hưởng như thế nào đến cá nhân và xã hội ở hiện tại cũng như trong tương lai.
- Đưa ra các giải pháp hữu hiệu để điều chỉnh, kiểm soát, hạn chế những ảnh hưởng tiêu cực đồng thời phát huy những tác động tích cực của hành vi và các quá trình tinh thần của con người.

Tâm lý học là một khoa học có liên quan rất nhiều đến các ngành khoa học khác. Để thực hiện được các nhiệm vụ trên, Tâm lý học cần phải kết hợp chặt chẽ với các khoa học khác có liên quan.

3. Các phương pháp và nguyên tắc nghiên cứu của tâm lý học

Phương pháp nghiên cứu khoa học là những cách thức mà nhà khoa học sử dụng để thu thập những chứng cứ đáng tin cậy cho việc xây dựng các học thuyết và đưa ra các chỉ dẫn thực tiễn. Sức mạnh của khoa học phụ thuộc nhiều vào sự hoàn thiện của các phương pháp nghiên cứu. Đối với tâm lý học, để nghiên cứu những hiện tượng vô cùng phức tạp và đa dạng, các nhà khoa học trong hàng thế kỷ đã sáng tạo và thích ứng phương pháp của nhiều khoa học khác nhau. Đó là phương pháp của triết học và xã hội học, toán học và vật lý học, sinh học và y học, sinh lý học và lịch sử, tin học và điều khiển học...

Trước giữa thế kỷ XIX phương pháp chủ yếu của tâm lý học là tự quan sát (nội quan), tư biện, quan sát. Các kết luận khoa học do vậy mang nặng tính chủ quan. Nhờ việc sử dụng các phương pháp của khoa học tự nhiên và khoa học chính xác vào nửa sau của thế kỷ XIX tâm lý học đã tách ra thành một khoa học độc lập và phát triển mạnh mẽ. Ngày nay xu thế chung của sự phát triển các phương pháp của tâm lý học là toán học hóa và kỹ thuật hóa đan xen với việc sử dụng các phương pháp truyền thống.

Người ta phân biệt các phương pháp tổ chức nghiên cứu và các phương pháp thu thập dữ kiện thực tế. Các phương pháp tổ chức nghiên cứu bao gồm: 1) phương pháp bổ dọc – dùng nghiên cứu ảnh hưởng của các điều kiện khác nhau lên một loại hiện tượng tâm lý, bảo đảm tốt nhất nguyên tắc phát triển; 2) phương pháp cắt ngang-so sánh – sử dụng để nghiên cứu nhiều khách thể cùng một lúc; và 3) phương pháp phức hợp, liên ngành dùng nghiên cứu các hiện tượng đặc biệt phức tạp, đòi hỏi sự hợp tác của nhiều ngành khoa học. Các phương pháp thu thập tài liệu thực tế là nhóm phương pháp đặc biệt quan trọng đối với sự phát triển của khoa học tâm lý. Các phương pháp này và những biến thể của nó được thể hiện ở bảng 2.

Quan sát là tri giác có chủ định nhằm xác định các đặc điểm của đối tượng qua những biểu hiện bên ngoài của nó. Trong nghiên cứu tâm lý học nhà nghiên cứu có thể quan sát ngôn ngữ, cử chỉ, hành vi, nét mặt... của người khác để từ đó đưa ra các nhận định. Tự quan sát được sử dụng khi nhà nghiên cứu muốn xem xét hiện tượng ở hình thức trải nghiệm trực tiếp. Quan sát tự do không đòi hỏi một chương trình và trình tự đặt trước, có thể thay đổi khách thể và tính chất quan sát tùy thuộc vào nhà nghiên cứu. Quan sát tiêu chuẩn, ngược lại, được tiến hành theo trình tự nghiêm ngặt được xác định từ trước. Trong quan sát tham dự (thường sử dụng trong tâm lý học sư phạm và tâm lý học xã hội) nhà nghiên cứu đóng vai trò của một thành viên tham gia trực tiếp vào quá trình hay sự kiện mà anh ta nghiên cứu. Quan sát không tham dự không đòi hỏi nhà nghiên cứu tham gia vào sự kiện. Ưu thế lớn nhất của quan sát là cho phép thu thập được tài liệu khách quan, cụ thể trong các điều kiện tự nhiên của hành vi của con người. Tuy nhiên các dữ kiện thu thập được có thể bị ảnh hưởng mạnh bởi quan điểm chủ quan của nhà nghiên cứu. Do vậy, các dữ kiện thu thập bằng quan sát luôn cần được kiểm tra về độ tin cậy và tính chân thực.

Bảng 2. Các phương pháp thu thập tài liệu thực tế

stt	Phương pháp cơ bản	Các biến thể của phương pháp chính
1	Quan sát	Bên ngoài (từ bên ngoài) Bên trong (tự quan sát) Tự do Tiêu chuẩn Tham dự Không tham dự
2	Điều tra	Nói Viết Tự do Tiêu chuẩn
3	Test (trắc nghiệm)	Test-bản khai Test-bài tập (ảnh) Test phóng ngoại (ảnh)
4		Tự nhiên

	Thực nghiệm	nhận định hình thành Trong phòng thí nghiệm
5	Mô hình hóa	Toán học Logich Kỹ thuật Cybernetics
6	Phân tích sản phẩm hoạt động	
7	Nghiên cứu tiểu sử cá nhân	

Điều tra là phương pháp nghiên cứu xây dựng trên việc thu thập và phân tích các chỉ báo bằng lời, tức là dựa trên việc nêu và trả lời các câu hỏi. Điều tra có một số biến thể. Điều tra nói sử dụng khi nhà nghiên cứu muốn quan sát hành vi và phản ứng của người trả lời. Điều tra nói cho phép nghiên cứu sâu tâm lý con người nhưng đòi hỏi nhà nghiên cứu phải được đào tạo chuyên sâu. Ngoài ra, các kết quả thu được phụ thuộc nhiều vào nhà nghiên cứu, vào người trả lời và khung cảnh tiến hành điều tra. Điều tra viết cho phép tiến hành với một số lượng lớn khách thể. Hình thức phổ biến nhất của điều tra viết là trung cầu ý kiến. Tuy nhiên điều tra viết lại không thu thập được dữ kiện về phản ứng của người trả lời. Điều tra tự do (viết và nói) không giới hạn danh mục các câu hỏi, thứ tự và phương án trả lời các câu hỏi. Nó cho phép thay đổi chiến thuật nghiên cứu. Điều tra tiêu chuẩn, ngược lại, giới hạn về danh mục các câu hỏi, thứ tự và phương án trả lời các câu hỏi. Điều tra tiêu chuẩn, đặc biệt điều tra tiêu chuẩn viết, tiết kiệm về thời gian và kinh phí hơn so với điều tra tự do.

Trắc nghiệm là phương pháp chuyên biệt hóa của nghiên cứu chẩn đoán tâm lý. Trắc nghiệm, về bản chất, là một phép đo đã được chuẩn hóa dùng xác định sự có mặt hay không của một thuộc tính nhất định của hiện tượng cần nghiên cứu. Trắc nghiệm cho phép thu thập được những đặc tính định lượng và định tính chính xác của hiện tượng. Việc sử dụng trắc nghiệm đòi hỏi phải tuân thủ nghiêm ngặt quy trình thu thập và xử lý số liệu, quy trình lý giải dữ kiện thực tế. Sử dụng trắc nghiệm có thể nghiên cứu và so sánh tâm lý của những người khác nhau, đưa ra các đánh giá sai biệt và so sánh. Trắc nghiệm có một số biến thể chính là trắc nghiệm bài tập, trắc nghiệm bản khai và trắc nghiệm phóng ngoại. Ưu điểm cơ bản của trắc nghiệm là tiến hành nhanh, tương đối đơn giản, có khả năng lượng hóa và chuẩn hóa chỉ tiêu tâm lý cần đo. Tuy nhiên trắc nghiệm chủ yếu cho ta biết kết quả, ít bộc lộ quá trình đi đến kết quả, và rất khó khăn khi soạn thảo một bộ trắc nghiệm tiêu chuẩn.

Thực nghiệm là phương pháp nghiên cứu trong đó nhà nghiên cứu tác động vào đối tượng một cách chủ động, trong những điều kiện đã được khống chế, để gây ra và thu thập ở đối tượng những biểu hiện về quan hệ nhân quả, tính quy luật, cơ cấu, cơ chế của chúng. Ưu điểm lớn nhất của phương pháp thực nghiệm là nó cho phép khẳng

định quan hệ nhân quả giữa các hiện tượng được nghiên cứu, lý giải một cách khoa học nguồn gốc và sự phát triển của hiện tượng. Tuy nhiên, để thực hiện được một thực nghiệm tâm lý học theo đúng những yêu cầu khoa học nghiêm ngặt là một điều không dễ dàng, chưa kể, do những lý do về đạo đức và luật pháp, không phải mọi vấn đề có thể đem ra thực nghiệm. Người ta phân biệt hai dạng thực nghiệm chính – thực nghiệm tự nhiên và thực nghiệm trong phòng thí nghiệm. Hai dạng này khác nhau ở chỗ việc nghiên cứu được tiến hành trong những điều kiện gần hay khác lạ (nhân tạo) so với hiện thực. Ưu thế của thực nghiệm tự nhiên là ở tính gần gũi hiện thực còn ưu thế của thực nghiệm trong phòng thí nghiệm là sự chính xác. Thực nghiệm còn được phân loại thành thực nghiệm nhận định và thực nghiệm hình thành – tùy theo mục đích của chúng.

Mô hình hóa với tư cách phương pháp nghiên cứu được sử dụng khi việc nghiên cứu bằng các phương pháp thông thường như quan sát, điều tra, thực nghiệm... khó hoặc không thể thực hiện được. Khi đó người ta sẽ xây dựng mô hình nhân tạo của hiện tượng cần nghiên cứu với các phương diện và tính chất tương đồng với hiện tượng thực. Việc nghiên cứu được thực hiện trên mô hình nhân tạo này. Mô hình có thể là mô hình kỹ thuật, mô hình logic, mô hình toán hay mô hình điều khiển học. Ngày nay với sự phát triển mạnh mẽ của công nghệ thông tin và máy tính các mô hình điều khiển học đang trở nên phổ biến trong việc nghiên cứu tâm lý con người.

Phân tích sản phẩm hoạt động là phương pháp dựa vào các kết quả, sản phẩm (vật chất hay tinh thần) của hoạt động của con người để nghiên cứu về tâm người làm ra sản phẩm đó. Những sản phẩm hoạt động có thể là tranh vẽ, các bộ sưu tập, bài viết... Trong sản phẩm hoạt động của con người luôn chứa đựng “vết tích” của tâm lý, ý thức, nhân cách – nó phản ánh tâm tư, tình cảm, đam mê, khả năng và những tố chất... của con người. Phân tích sản phẩm hoạt động có thể làm “sống lại” những yếu tố tâm lý “lắng đọng” trong sản phẩm ấy. Tuy nhiên, khi sử dụng phương pháp này cần lưu ý – các kết quả hoạt động phải được xem xét trong mối liên hệ với những điều kiện tiến hành hoạt động. Việc phân tích phải chú trọng đến không chỉ sản phẩm mà còn cả quá trình làm ra sản phẩm. Đồng thời, hoạt động mà sản phẩm của nó được đưa ra nghiên cứu, phải là loại hình hoạt động đặc trưng đối với hiện tượng tâm lý định xem xét.

Nghiên cứu tiểu sử cá nhân là phương pháp thu thập dữ kiện thực tế dựa trên việc phân tích tiểu sử cá nhân – toàn bộ cuộc sống của con người từ khi sinh ra. Việc nghiên cứu còn có thể được tiến hành ở những giai đoạn sớm hơn – liên quan đến tiểu sử gia đình, dòng họ. Cách nghiên cứu này đã thể hiện nhiều ưu thế trong việc nghiên cứu hành vi trong những hoàn cảnh sống thực. Ưu điểm của phương pháp này là ở chỗ nó cho phép tính đến toàn bộ tính phức tạp và đôi khi mâu thuẫn của những nét cá biệt của cá nhân, và chính đây là điểm khác biệt với các phương pháp nghiên cứu khác. Thêm nữa, phương pháp này là duy nhất thích hợp cho việc nghiên cứu những biểu hiện đặc thù của một hiện tượng nào đó. Nhược điểm chủ yếu của phương pháp

nguyên cứu này là ở chỗ nhà nghiên cứu không bao giờ có thể hoàn toàn tin tưởng được rằng sự tương quan mình xác lập có mang tính nhân-quả không, bởi lẽ nhà nghiên cứu không thể kiểm soát được những yếu tố mà ảnh hưởng của nó đến sự kiện được quan sát hay kết quả của nó là hoàn toàn có thể, và do đó luôn tồn tại sắc xuất rằng trong thực tế nguyên nhân của hiện tượng là hoàn toàn khác cái mà nhà nghiên cứu nghĩ. Thứ hai, do lẽ trong cách tiếp cận này chỉ có một cá nhân được nghiên cứu nên khả năng đưa ra những kết luận khái quát bị hạn chế.

Tâm lý học cũng sử dụng rộng rãi các phương pháp xử lý và phân tích dữ kiện thực tế thu thập được. Đó là các phương pháp thống kê toán học, và các phương pháp phân tích định tính.

Nghiên cứu khoa học nói chung, nghiên cứu tâm lý học nói riêng, đòi hỏi việc tuân thủ nghiêm ngặt quy trình nghiên cứu. Các giai đoạn tiến hành một nghiên cứu tâm lý học bao gồm các bước: 1) chuẩn bị - xác định đối tượng, nghiên cứu tài liệu, xây dựng giả thuyết; 2) xây dựng phương pháp nghiên cứu – phương pháp tổ chức, thu thập tài liệu, phương tiện, điều kiện tiến hành; 3) thu thập số liệu; và 4) phân tích kết quả.

Các phương pháp nghiên cứu của tâm lý học rất phong phú. Mỗi phương pháp có những thế mạnh và hạn chế nhất định. Để việc nghiên cứu đảm bảo tính khách quan và chân thực đòi hỏi phải sử dụng các phương pháp thích hợp với vấn đề nghiên cứu, sử dụng đồng bộ, phối hợp các phương pháp để đảm bảo nghiên cứu khách quan và toàn diện. Thông thường, trong một nghiên cứu tâm lý học người ta không bao giờ chỉ sử dụng duy nhất một phương pháp, mà luôn sử dụng một loạt các phương pháp khác nhau nhằm bổ sung cho nhau cũng như kiểm chứng độ tin cậy lẫn nhau.

Những nguyên tắc cơ bản khi nghiên cứu tâm lý

Nguyên tắc phát triển: Tâm lý của con người luôn phát triển không ngừng. Mỗi giai đoạn phát triển, trong những tình huống, hoàn cảnh khác nhau thì tâm lý của con người cũng khác nhau. Kết quả nghiên cứu chỉ đúng tương đối tại thời điểm nghiên cứu. Vì thế, khi nghiên cứu tâm lý con người phải có cái nhìn xuyên suốt qua các giai đoạn phát triển và cân trọng khi đưa ra một kết luận về đặc điểm tâm lý của một cá nhân hay nhóm người.

Nguyên tắc biện chứng: Tâm lý học nghiên cứu về hành vi và các quá trình tinh thần. Tuy nhiên, khi nghiên cứu tâm lý cần có cái nhìn biện chứng

Nguyên tắc về mối liên hệ: Những hiện tượng tâm lý có mối liên hệ với nhau và có liên quan đến các hiện tượng khác. Vì thế, khi nghiên cứu tâm lý cần đặt những hiện tượng tâm lý trong mối liên hệ giữa chúng với nhau và giữa chúng với các hiện tượng khác.

Nguyên tắc cụ thể: Nghiên cứu tâm lý là nghiên cứu từng cá nhân, nhóm người với những vấn đề, những hiện tượng tâm lý cụ thể, rõ ràng, tránh nghiên cứu theo hướng chung chung, khái quát, mơ hồ.

Nguyên tắc hệ thống: Nhân cách của một cá nhân là tổ hợp các thuộc tính, đặc điểm tâm lý mang tính thống nhất. Vì thế khi nghiên cứu tâm lý con người cần phải có cái nhìn hệ thống.

4. Những cách tiếp cận trong nghiên cứu tâm lý hiện đại

Cách tiếp cận hành vi

Tiếp cận hành vi là một trong những nỗ lực rất lớn của các nhà tâm lý học trên thế giới vào đầu thế kỷ XX nhằm khắc phục tính chủ quan khi nghiên cứu Tâm lý học. Trường phái Tâm lý học hành vi được ra đời tại Mỹ. Những tác giả tiêu biểu của cách tiếp cận này là E.L.Thorndike, J.Watson, E.C.Tolman, K.L.Hull, B.F.Skinner, A.Bandura...

Theo các nhà Tâm lý học hành vi thì đối tượng nghiên cứu của Tâm lý học là hành vi chứ không phải là ý thức. Hành vi là yếu tố ảnh hưởng rất lớn đến đời sống tâm lý của con người, hành vi cũng bộc lộ đời sống nội tâm của con người. Vì thế cách tiếp cận này có tên là “hành vi”. Phương pháp nghiên cứu của cách tiếp cận này là quan sát và thực nghiệm khách quan chứ không phải là nội quan. John Waston đã từng tuyên bố *“Hãy cho tôi một tá trẻ em khỏe mạnh, phát triển bình thường và thế giới của riêng tôi, trong đó tôi có thể chăm sóc chúng và tôi cam đoan rằng khi chọn một cách ngẫu nhiên một đứa trẻ, tôi có thể biến nó thành một chuyên gia bất cứ lĩnh vực nào-một bác sĩ, một luật sư, một thương gia hay thậm chí một kẻ trộm cắp hạ đẳng-không phụ thuộc vào tư chất và năng lực của nó, vào nghề nghiệp và chủng tộc của cha ông nó”*.

Theo các nhà Tâm lý học hành vi thì hành vi được hiểu là tổng số các cử động bên ngoài được nảy sinh nhằm đáp ứng một kích thích nào đó, theo công thức “S – R” (Stimulation-Reaction). Những cử động này thực hiện chức năng thích nghi với môi trường chung quanh. Vì thế, con người có thể điều khiển, kiểm soát và hình thành hành vi theo phương pháp “thử-sai”.

Có thể nói, các nhà Tâm lý học hành vi đã tiến bộ hơn trước vì họ xem hành vi do ngoại cảnh quyết định, có thể quan sát được, nghiên cứu một cách khách quan, từ đó có thể điều khiển hành vi theo phương pháp “thử - sai”. Tuy nhiên, hạn chế của cách tiếp cận này là xem xét hành vi một cách cơ học, máy móc dẫn đến hệ quả là đánh đồng hành vi của con người với hành vi của con vật, đồng nhất tâm lý con người với tâm lý con vật, đồng nhất phản ứng với nội dung tâm lý bên trong làm mất tính chủ thể, tính xã hội của tâm lý người.

Cách tiếp cận Phân tâm học

Với các nhà Tâm lý học Macxit thì ý thức đóng vai trò quan trọng và quyết định đối với sự phát triển tâm lý của con người. Tuy nhiên, Sigmund Freud - một bác sĩ tâm thần người Áo thì cho rằng, ý thức không phải là yếu tố quyết định, cái quyết định và chi phối phần lớn đời sống tâm lý của con người đó là vô thức. Về sau, Carl Jung còn đề cập đến vai trò của vô thức tập thể đối với sự phát triển tâm lý của con

người. Những thành tựu nghiên cứu của trường phái này ảnh hưởng không nhỏ đến ngành Tâm lý học hiện đại nói chung và lĩnh vực Tâm lý trị liệu nói riêng đó là: vai trò của vô thức, bộ máy tâm thần (tảng băng tâm trí), hành vi sai lệch, giấc mơ và sự phát triển tâm lý tính dục, cơ chế phòng vệ... Các tác giả tiêu biểu của cách tiếp cận này là: Sigmund Freud, Carl Jung, Alfred Adler, Anna Freud, E.Ericson...

Mặc dầu bị đánh giá, chỉ trích từ nhiều phía vì phương pháp nghiên cứu mang tính chủ quan, nhấn mạnh đến vai trò của tính dục đối với sự phát triển tâm lý của con người nhưng trường phái Phân tâm học đã có những đóng góp đáng kể cho nền Tâm lý học của nhân loại. Ngày nay, nhiều khái niệm mà S.Freud đã đề cập đã được thừa nhận về mặt khoa học, trị liệu tâm lý theo cách tiếp cận Phân tâm hiện đang là phương pháp chủ yếu trong y học và tâm lý học lâm sàng trên thế giới.

Cách tiếp cận nhân văn

Tâm lý học nhân văn được Carl Roger và Abraham Maslow đề xướng. Theo các nhà Tâm lý học nhân văn thì bản chất con người cơ bản là tốt (nhân chỉ sơ tính bản thiện), có lòng vị tha và có tiềm năng sáng tạo. Tâm lý học phải giúp con người phát huy bản ngã đích thực, tiềm năng vốn có của mình. Xuất phát từ quan điểm trên, Carl Roger đã đề xuất phương pháp tham vấn/trị liệu lấy thân chủ làm trọng tâm. Trong khi đó, Abraham Maslow đã đề cập đến hệ thống thứ bậc về nhu cầu của con người.

Có thể nói, Tâm lý học nhân văn đã một lần nữa cho thế giới nhìn nhận về bản chất tốt đẹp, tích cực về con người. Tuy nhiên, hạn chế của trường phái này là đã chú ý quá nhiều đến tính nhân văn trừu tượng ở con người, không thấy được tính nhân văn có trong hoạt động sống và các mối quan hệ xã hội, tách con người ra khỏi các mối quan hệ xã hội.

Cách tiếp cận nhận thức

Tâm lý học nhận thức xem hoạt động nhận thức là đối tượng nghiên cứu. Các nhà Tâm lý học nhận thức nghiên cứu yếu tố nhận thức của con người trong mối quan hệ với môi trường, với cơ thể và não bộ. Đại diện tiêu biểu của trường phái này Jean Piaget - nhà Tâm lý Thụy Sĩ. Paulprieux đã từng nói, *“từ đây cho tới cuối thế kỷ, tôi e rằng tâm lý học thế giới chỉ việc khai thác riêng các ý tưởng của J.Piaget thì cũng không làm sao hết được”* cho thấy sự đóng góp của trường phái này nói chung và J.Piaget nói riêng cho nền Tâm lý học thế giới là rất lớn, đặc biệt là sự đóng góp cho lĩnh vực Tâm lý học phát triển. Những khái niệm như: đồng hóa, điều ứng, thích nghi, thao tác trí khôn... ngày nay trở thành những cụm từ quen thuộc trong giới tâm lý học là những khái niệm mà J.Piaget đã đề cập.

Cách tiếp cận Gestalt (cấu trúc)

Tâm lý học Gestalt do bộ ba M.Wertheimer, K.Koffka và W.Kohler sáng lập ra tại Đức. Gestalt theo tiếng Đức có nghĩa là toàn vẹn, cấu trúc, hình thái. Vì thế, Tâm lý học Gestalt còn được gọi là Tâm lý học cấu trúc hay Tâm lý học hình thái. Theo các nhà Tâm lý học Gestalt, đối tượng của Tâm lý học phải là “tồn tại những mối quan

hệ” hay nói cách khác đó là “những chỉnh thể trọn vẹn”, “cái xảy ra” (hành vi) được quyết định bởi các quy luật cấu trúc bên trong của chỉnh thể trọn vẹn đó. Một tổ chức hoàn chỉnh không thể lấy ra được cái bộ phận, vì tính chất của cái bộ phận không mang trong nó tính chất của cái hoàn chỉnh. Một tổ chức hoàn chỉnh không phải đơn giản là tổng cộng các bộ phận, các yếu tố tạo thành.

Tóm lại, Tâm lý học Gestalt cho rằng đặc trưng của một hiện tượng tâm lý là tính trọn vẹn, tổng thể, có cấu trúc hoàn chỉnh và có tổ chức. Bộ 3 các nhà Tâm lý học của Đức đã tập trung nghiên cứu về tri giác và các quy luật của tri giác, tư duy sự bùng hiểu, hành vi trí tuệ của người và động vật...

Cách tiếp cận hoạt động

Dòng phái Tâm lý học hoạt động do các nhà tâm lý học Liên Xô (cũ) như: L.X.Vugotxki, X.L Rubinstein, A.N Leonchev cùng với nhiều nhà tâm lý của Đức, Pháp, Bungari sáng lập. Tâm lý học hoạt động lấy Triết học Mác-Lênin làm cơ sở lý luận và phương pháp luận. Các nhà Tâm lý học hoạt động cho rằng, tâm lý là sự phản ánh hiện thực khác quan vào não người. Tâm lý người có cơ sở tự nhiên và cơ sở xã hội, được hình thành trong hoạt động, giao tiếp và trong các mối quan hệ xã hội. Vì thế, tâm lý người mang bản chất xã hội và mang tính lịch sử, là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp.

5. Một số lĩnh vực nghề nghiệp chính trong Tâm lý học

Các lĩnh vực nghề nghiệp trong Tâm lý học trên thế giới rất phong phú và đa dạng. Những lĩnh vực được đề cập sau đây là những lĩnh vực chính đã tồn tại và đang tiếp tục phát triển ở các nước trên thế giới:

Lĩnh vực Tâm lý học lâm sàng (Clinical Psychology)

Các nhà tâm lý học lâm sàng làm công việc khám và điều trị các rối loạn cảm xúc và rối loạn tâm thần. Tuy nhiên, một số nhà tâm lý học lâm sàng cũng làm công tác nghiên cứu. Các nhà tâm lý học lâm sàng có thể làm việc ở các học viện, bệnh viện, trung tâm chăm sóc sức khỏe tâm thần cộng đồng hoặc hành nghề tư. Các nhà tâm lý học lâm sàng thường hành nghề chuyên sâu vào một vấn đề, rối loạn hay bệnh. Cử nhân và thạc sĩ tâm lý không được phép hành nghề độc lập nhưng họ có thể làm việc dưới sự hướng dẫn và giám sát của các chuyên gia có học vị tiến sĩ.

Lĩnh vực Tâm lý học cộng đồng (Community Psychology)

Các nhà tâm lý học cộng đồng quan tâm đến những hành vi trong đời sống hàng ngày trong môi trường gia đình, khu dân cư, công sở. Công việc chính của các nhà tâm lý học cộng đồng là tìm hiểu những nhân tố tạo ra những hành vi bình thường và bất bình thường trong những môi trường ấy. Các nhà tâm lý học còn chăm sóc sức khỏe tinh thần của người dân trong cộng đồng và ngăn chặn những rối loạn. Các nhà tâm lý học lâm sàng hướng đến đối tượng là những người bị các rối loạn trong khi đó các nhà tâm lý học cộng đồng tập trung vào những đối tượng không bị rối loạn nhưng có nguy cơ bị rối loạn.

Lĩnh vực Tâm lý học tham vấn (Counseling Psychology)

Các nhà tham vấn tâm lý giúp đỡ thân chủ tháo gỡ, ra quyết định, ứng phó với những áp lực trong cuộc sống. Các nhà tham vấn tâm lý thường làm việc với những thân chủ kém thích nghi với cá nhân hay nhóm, tham vấn các vấn đề thực thể có căn nguyên tâm lý, đào tạo những người tốt nghiệp hành nghề và rèn luyện các kỹ năng tham vấn tâm lý, giúp học sinh/sinh viên giảm lo lắng thái quá trước kỳ thi.

Các nhà tham vấn tâm lý thường làm việc ở các học viện. Ngày nay các nhà tham vấn tâm lý có xu hướng làm việc trong các trung tâm chăm sóc sức khỏe tâm thần, bệnh viện, bệnh viện quân y và các phòng khám tư nhân.

Lĩnh vực Tâm lý học phát triển (Developmental Psychology)

Các nhà tâm lý học phát triển nghiên cứu sự phát triển về mặt tâm lý của con người từ lúc sơ sinh cho đến tuổi già. Các nhà tâm lý học phát triển mô tả, đo lường, giải thích những thay đổi về hành vi liên quan đến độ tuổi, sự phát triển cảm xúc, những đặc trưng tâm lý của từng lứa tuổi và sự phát triển tâm lý bất bình thường. Nhiều nhà tâm lý học phát triển có học vị tiến sĩ làm việc trong các học viện, nghiên cứu các đề tài khoa học, làm cố vấn chương trình cho các trung tâm chăm sóc sức khỏe, trường học, bệnh viện, các phòng khám nhi hoặc chăm sóc sức khỏe tâm lý cho trẻ em và gia đình. Ngoài ra, các nhà tâm lý học phát triển còn quan tâm đến vấn đề lão hóa và làm việc trong những chương trình có đối tượng là người già.

Lĩnh vực Tâm lý học giáo dục (Educational Psychology)

Các nhà tâm lý học giáo dục nghiên cứu vấn đề học tập của con người, thiết kế các tài liệu, phương pháp để hỗ trợ cho người học ở mọi lứa tuổi. Nhiều nhà tâm lý học giáo dục làm việc trong môi trường đại học, một số khác nghiên cứu cơ bản về những đề tài liên quan đến vấn đề học tập như: đọc, viết, toán học, khoa học. Những nhà tâm lý giáo dục tiến hành thực hiện các đề tài nghiên cứu trong trường học, cơ quan giáo dục quốc gia và địa phương. Ngoài ra, các nhà tâm lý giáo dục còn làm việc cho các cơ quan trong chính phủ hay trong lĩnh vực kinh doanh để thiết kế và thực thi các chương trình huấn luyện.

Các nhà tâm lý học giáo dục thường làm việc trong môi trường giáo dục và học viện và phải có học vị tiến sĩ. Ngày nay, các nhà tâm lý học giáo dục cũng làm việc trong môi trường quân đội và doanh nghiệp để thiết kế, đánh giá hệ thống, giảng dạy những kỹ năng phức tạp, đánh giá các chính sách và các vấn đề xã hội.

Lĩnh vực Tâm lý học thực nghiệm (Experimental Psychology)

Nhà tâm lý học thực nghiệm là chức danh dùng để chỉ cho một nhóm các nhà tâm lý học nghiên cứu và giảng dạy về những tiến trình hành vi cơ bản. Những tiến trình này bao gồm: học tập, nhận thức, năng lực con người, động cơ, trí nhớ, ngôn ngữ, tư duy, giao tiếp và các quá trình sinh lý cơ bản của hành vi như: ăn uống, đọc hiểu và giải quyết vấn đề. Các nhà tâm lý học thực nghiệm nghiên cứu về những quá trình cơ bản của con người như: ghi nhớ, lưu trữ, nhớ lại, thể hiện và áp dụng kiến

thức. Ngoài ra, các nhà tâm lý học thực nghiệm cũng nghiên cứu trên động vật để hiểu hơn về hành vi của con người và đôi khi đó cũng là sở thích của họ.

Hầu hết các nhà tâm lý học thực nghiệm làm việc tại các học viện, giảng dạy, hướng dẫn và giám sát sinh viên nghiên cứu đề tài để tiến hành nghiên cứu những đề tài của họ. Ngoài ra, các nhà tâm lý học thực nghiệm cũng làm việc tại các viện nghiên cứu, ngành kinh tế, ngành công nghiệp và làm việc cho chính phủ. Đây là lĩnh vực nhanh biến đổi vì thế các nhà tâm lý học thực nghiệm phải có học vị tiến sĩ.

Lĩnh vực Tâm lý học tổ chức/công nghiệp (Industrial-Organizational Psychology)

Các nhà tâm lý học tổ chức/công nghiệp nghiên cứu mối quan hệ giữa con người và công việc cụ thể là cấu trúc và sự thay đổi của tổ chức, năng suất lao động của công nhân, sự hài lòng về công việc, tuyển chọn, luân chuyển, huấn luyện và phát triển nguồn nhân lực, mối quan hệ giữa con người và máy móc. Các nhà tâm lý học tổ chức/công nghiệp có nhiệm vụ nghiên cứu, phát triển (giải thích và ứng dụng những kết quả nghiên cứu vào công việc) và giải quyết vấn đề.

Các nhà tâm lý học tổ chức/công nghiệp làm việc trong lĩnh vực kinh doanh, công nghiệp, chính phủ và đại học. Một số các nhà tâm lý học tổ chức/công nghiệp làm công tác tư vấn quản lý. Trong môi trường kinh doanh, công nghiệp hay chính phủ, các nhà tâm lý học công nghiệp/tổ chức có thể thiết kế công việc theo dây chuyền, đề xuất những thay đổi để giảm tính đơn điệu trong công việc và tăng cường trách nhiệm cho công nhân, đưa ra những khuyến cáo với các phương pháp quản lý, tìm nhân viên có năng lực quản lý, thiết kế những chương trình về phúc lợi cho người lao động, chuẩn bị cho người lao động nghỉ hưu.

Những nhà tâm lý học tổ chức/công nghiệp phải có bằng thạc sĩ hoặc tiến sĩ. Những người có học vị thạc sĩ thường làm việc trong môi trường kinh doanh, công nghiệp và làm việc cho chính phủ. Những người có học vị tiến sĩ thường làm việc trong môi trường học viện và các công ty tư vấn độc lập.

Các nhà tâm lý học tiêu dùng là những người quan tâm đến nhu cầu tiêu dùng và phản ứng của họ với các sản phẩm hay dịch vụ của công ty. Họ nghiên cứu sở thích của người tiêu dùng về thiết kế mẫu mã bao bì, các chương trình quảng cáo, các thương hiệu trên tivi để phát triển chiến lược tiếp thị sản phẩm. Ngoài ra, họ còn cố gắng cải thiện những đòi hỏi về chất lượng và độ an toàn của sản phẩm để giúp người tiêu dùng ra quyết định tiêu dùng sản phẩm.

Các nhà tâm lý học kỹ thuật nghiên cứu phương pháp cải thiện sự tương tác giữa con người và môi trường làm việc bao gồm công việc và bối cảnh họ làm việc. Các nhà tâm lý học kỹ thuật thiết kế những hệ thống đòi hỏi sự tương tác giữa con người và máy móc, thiết kế các chương trình trợ giúp để huấn luyện con người sử dụng những hệ thống này.

Lĩnh vực Tâm lý học thần kinh (Neuro-Psychology)

Các nhà tâm lý học thần kinh nghiên cứu mối quan hệ giữa cơ thể và hành vi, mối quan hệ giữa cơ chế sinh học cụ thể trong não bộ và hành vi, mối quan hệ giữa

cấu trúc não bộ với chức năng và những thay đổi về vật lý, hóa học xuất hiện trong cơ thể khi chúng ta trải qua những cảm xúc khác nhau.

Các nhà tâm lý học lâm sàng thần kinh làm việc trong các khoa thần kinh học, khoa giải phẫu thần kinh, khoa tâm thần và nhi khoa trong bệnh viện hay phòng khám. Ngoài ra, các nhà tâm lý học thần kinh cũng làm việc trong môi trường học viện để tiến hành những nghiên cứu và huấn luyện những nhà thần kinh học và các bác sĩ khác. Để hành nghề tâm lý học thần kinh đòi hỏi phải có học vị tiến sĩ và nhiều vị trí bắt buộc phải có trình độ sau tiến sĩ.

Lĩnh vực Tâm lý học định hướng và đo lường (Psychometries and Quantitative Psychology)

Các nhà tâm lý học định hướng và đo lường nghiên cứu những phương pháp lĩnh hội và ứng dụng Tâm lý học, chuẩn hóa các trắc nghiệm trí thông minh, nhân cách, thái độ hay xây dựng những bộ trắc nghiệm mới. Những trắc nghiệm này có thể được sử dụng trong môi trường học đường, tham vấn, trong công nghiệp và kinh doanh. Các nhà tâm lý học định lượng có thể hỗ trợ người nghiên cứu tâm lý học và các lĩnh vực khác thiết kế và đọc kết quả trắc nghiệm.

Các nhà tâm lý học định lượng và đo lường được đào tạo bài bản về toán học, lập trình máy tính, thống kê và công nghệ. Những người có học vị tiến sĩ có thể làm việc tại các trường đại học, các công ty trắc nghiệm, các công ty nghiên cứu tư nhân và các cơ quan của chính phủ. Những người có học vị thạc sĩ thường làm việc cho các công ty trắc nghiệm và các công ty nghiên cứu tư nhân.

Lĩnh vực Tâm lý học học đường (School Psychology)

Các nhà tâm lý học đường giúp đỡ các nhà giáo dục đẩy mạnh sự phát triển tri thức, xã hội và cảm xúc của học sinh, xây dựng những môi trường thuận lợi cho việc học và sức khỏe tâm thần. Họ có thể đánh giá và thiết kế chương trình cho những học sinh cá biệt hay giải quyết những vấn đề nảy sinh trong lớp học. Đôi khi, các nhà tâm lý học đường cũng tham vấn cho giáo viên để ngăn chặn những vấn đề rắc rối, tham khảo ý kiến của các bậc phụ huynh và giáo viên để giúp các em học sinh, tham vấn với ban giám hiệu về những vấn đề giáo dục và tâm lý.

Lĩnh vực Tâm lý học xã hội (Social Psychology)

Các nhà tâm lý học xã hội nghiên cứu cách thức tương tác của con người với nhau và tìm hiểu sự ảnh hưởng của môi trường xã hội đối với cá nhân. Các nhà tâm lý học xã hội nghiên cứu cả cá nhân và nhóm, những hành vi có thể quan sát hay những suy nghĩ thầm kín. Những nội dung mà các nhà tâm lý học xã hội thường nghiên cứu là: các lý thuyết về nhân cách, sự hình thành và thay đổi thái độ, sự tương tác giữa người với người như tình yêu, tình bạn, định kiến, bạo lực, động cơ nhóm và xung đột, điều tra những quy luật ngầm của hành vi phát triển trong nhóm và làm thế nào để các quy luật này điều chỉnh hành vi trong nhóm.

Các nhà tâm lý học xã hội làm việc trong môi trường học viện và ngày càng được mở rộng sang những lĩnh vực khác.