

**TRƯỜNG ĐẠI HỌC PHẠM VĂN ĐỒNG
KHOA SƯ PHẠM XÃ HỘI**



**BÀI GIẢNG HỌC PHẦN
TÂM LÝ HỌC ĐẠI CƯƠNG**

Giảng viên: Nguyễn Văn Kính
Tổ bộ môn: Tâm lý – Giáo dục - CTĐ

Lưu hành nội bộ

Quảng Ngãi - 2013

LỜI NÓI ĐẦU

Tâm lý học đại cương là một trong những môn học đào tạo nghiệp vụ trong các trường sư phạm, trang bị cho sinh viên những kiến thức căn bản về tâm lý người, hình thành những kỹ năng nghiên cứu, tìm hiểu tâm lý và làm cơ sở cho việc nghiên cứu các học phần tiếp theo trong chương trình đào tạo: Tâm lý học dạy học, Tâm lý học giáo dục, Tâm lý học lứa tuổi, Lý luận dạy học...

Trong nhiều năm qua, các nhà nghiên cứu trong nước đã biên soạn các giáo trình Tâm lý học đại cương, phản ánh khá đầy đủ và chính xác các quan điểm hiện đại về Tâm lý học. Trên cơ sở kế thừa các tác phẩm đã xuất bản và chọn lọc, tích hợp các nội dung liên quan, phù hợp với trình độ của sinh viên, chúng tôi biên soạn bài giảng Tâm lý học đại cương nhằm tạo điều kiện thuận lợi cho họ trong việc học tập bộ môn, góp phần thực hiện mục tiêu đào tạo của nhà trường.

Bài giảng Tâm lý học đại cương gồm 7 chương: các chương 1,2,3 là các chương trình bày những khái niệm khái quát nhất mang tính phương pháp luận; các chương 4,5,6 trình bày các hoạt động tâm lý cụ thể: Nhận thức, Tình cảm, Ý chí, Trí nhớ; chương 7 trình bày vấn đề tâm lý học về người giáo viên.

Mặc dù đã rất cố gắng song chắc chắn bài giảng còn rất nhiều hạn chế, chúng tôi rất mong nhận được sự góp ý chân thành của quý đồng nghiệp.

Chương 1. TÂM LÝ HỌC LÀ MỘT KHOA HỌC

Mục tiêu: -Xác định được đối tượng, nhiệm vụ, ý nghĩa của Tâm lý học (TLH)

- Phân tích được bản chất phản ánh và xã hội - lịch sử của hiện tượng tâm lý
- Lý giải được các hiện tượng tâm lý theo quan điểm khoa học và rút ra được bài học cho việc rèn luyện bản thân và giáo dục học sinh.

1.1 Đối tượng, nhiệm vụ, vị trí, ý nghĩa của tâm lý học

1.1.1 Đối tượng của TLH

Tâm lý và tâm lý học

Thuật ngữ “tâm lý học” bắt nguồn từ tiếng Hy Lạp “psyche” nghĩa là “tinh thần, tâm hồn, hồn”; “logos” là “lời nói, lý lẽ”. Từ đó hình thành thuật ngữ “psychology” trong tiếng Anh với ý nghĩa là “Tâm lý học”.

Trong tiếng Việt, “tâm lý” được hiểu là “tư tưởng, tinh thần”, ngoài ra còn được hiểu như một tính từ để chỉ tính chất của hành vi phù hợp với những qui tắc ứng xử. Chẳng hạn “ Anh này rất tâm lý....”

Trong Tâm lý học, “tâm lý” là hiện tượng tinh thần do hiện thực khách quan tác động vào não sinh ra, gắn liền và điều khiển mọi hành vi và hoạt động của con người.

Đối tượng của TLH:

TLH nghiên cứu sự hình thành, vận hành và phát triển của hoạt động tâm lý.

1.1.2 Nhiệm vụ của TLH

TLH có nhiệm vụ nghiên cứu bản chất, các quy luật nảy sinh và phát triển của hoạt động tâm lý, mối quan hệ giữa các hiện tượng tâm lý, giữa tâm lý với hiện tượng khác... cụ thể là:

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

Trên cơ sở các thành tựu nghiên cứu, TLH đưa ra những giải pháp hữu hiệu cho việc hình thành, phát triển tâm lí, sử dụng tâm lí trong nhân tố con người có hiệu quả

nhất. Để thực hiện các nhiệm vụ trên, TLH phải liên kết phối hợp chặt chẽ với nhiều khoa học khác.

1.1.3 Vị trí, ý nghĩa của TLH

1.1.3.1 Vị trí của TLH:

TLH thuộc khoa học xã hội & nhân văn, là một trong những bộ môn khoa học chủ yếu của các khoa học nghiên cứu về con người

TLH quan hệ chặt chẽ với các ngành khoa học khác:

Với Triết học: Triết học cung cấp cơ sở lí luận và phương pháp luận cho việc nghiên cứu TLH. Ngược lại, nhiều thành tựu của TLH làm cho Triết học trở nên phong phú.

TLH có quan hệ chặt chẽ với các khoa học tự nhiên như Giải phẫu sinh lí người, Sinh lý thần kinh cấp cao, là cơ sở tự nhiên của các hiện tượng tâm lí.

TLH có quan hệ chặt chẽ với khoa học xã hội & nhân văn và ngược lại, nhiều thành tựu của TLH 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....

TLH là cơ sở của Khoa học giáo dục, trên cơ sở các thành tựu của TLH mà đề ra nội dung, phương pháp hình thức tổ chức giáo dục học sinh.

1.1.3.2 Ý nghĩa của TLH:

Việc nghiên cứu TLH có một ý nghĩa to lớn đối với đời sống và hoạt động của con người, đặc biệt là hoạt động dạy học, giáo dục của người giáo viên.

Đối với đời sống: Yếu tố con người là yếu tố hàng đầu trong sự phát triển xã hội nói chung, kinh tế nói riêng. Do vậy tâm lý học ngày càng trở thành lực lượng trực tiếp thúc đẩy sự phát triển kinh tế xã hội.

Đối với người thầy giáo: TLH cung cấp những tri thức, giúp người thầy hiểu đúng tâm lý trò, từ đó có cách giáo dục, cách dạy phù hợp, tạo ra được hiệu quả cao. Việc nghiên cứu tâm lý học còn giúp thầy tự rèn luyện mình đúng phương pháp và có cách đối nhân xử thế phù hợp.

1.2 Bản chất, chức năng, phân loại các hiện tượng tâm lý

1.2.1. Bản chất của hiện tượng tâm lý theo quan điểm duy vật biện chứng và duy vật lịch sử.

1.2.1.1 Bản chất phản ánh của tâm lý người: Tâm lí là sự phản ánh hiện thực khách quan vào não người thông qua chủ thể.

Phản ánh là thuộc tính chung của mọi sự vật hiện tượng đang vận động. Đó là sự tác động qua lại giữa hệ thống này lên hệ thống khác, kết quả để lại “dấu vết” ở cả hai hệ thống. (ví dụ: viên phấn viết lên bảng đen để lại vết phấn trên bảng và ngược lại bảng làm mòn viên phấn, để lại vết trên viên phấn...)

Sự phản ánh phụ thuộc vào tính chất của sự tác động (cường độ, phương chiều...) và bản chất của những sự vật tham gia tác động

Phản ánh diễn ra từ đơn giản đến phức tạp và có sự chuyển hóa lẫn nhau. Từ phản ánh vật lí, hóa học đến phản ánh sinh-hóa 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 hệ thần kinh, vào não bộ con người – tổ chức cao nhất của vật chất. Chỉ có hệ thần kinh và não người mới có khả năng nhận được sự tác động của hiện thực khách quan, tạo ra trên não hình ảnh tinh thần (tâm lí). Như C.Mác đã nói: “tinh thần, tư tưởng, tâm lí chẳng qua là vật chất được chuyển vào trong đầu óc, biến đổi trong đó mà có”

Sự vật, hiện tượng → giác quan, não → Hình ảnh tâm lí

Phản ánh tâm lí tạo ra hình ảnh về sự vật, hiện tượng trong hiện thực. Song hình ảnh tâm lí khác về chất so với các hình ảnh khác ở chỗ:

Hình ảnh tâm lí mang tính sinh động, sáng tạo. Ví dụ: hình ảnh cuốn sách trong đầu một người biết chữ khác với một người không biết chữ, khác với hình ảnh chết cứng trong gương; Dưới tác động của một hình ảnh, âm thanh... có thể tạo ra trong tâm lý con người hàng loạt các liên tưởng, suy tư, cảm xúc...chẳng hạn, nghe tiếng chuông chùa, không giống như máy ghi âm, trong lòng con người có thể dậy lên những cảm xúc, những suy tư về cuộc sống...

Hình ảnh tâm lí mang tính chủ thể, đậm màu sắc cá nhân: 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 (nhu cầu, xu hướng, tính khí...) vào trong hình ảnh đó, làm cho nó mang đậm màu sắc chủ quan. Tính chủ thể trong phản ánh tâm lí thể hiện ở chỗ:

Cùng một sự vật hiện tượng tác động những con người khác nhau có thể tạo ra những hình ảnh tâm lí với những mức độ, sắc thái khác nhau.

Cùng một sự vật, hiện tượng tác động vào một con người nhưng ở những thời điểm, hoàn cảnh, trạng thái tâm sinh lí khác nhau có thể tạo ra hình ảnh tâm lí khác nhau.

Chính chủ thể tâm lí là người cảm nhận, cảm nghiệm nó rõ nhất.

Vậy do đâu mà tâm lí người này khác với người kia?

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, não bộ. Mỗi người có hoàn cảnh sống riêng, điều kiện giáo dục không giống nhau, đặc biệt mỗi cá nhân thể hiện mức độ tích cực hoạt động, tích cực giao lưu khác nhau trong cuộc sống. Vì vậy, tâm lí của người này khác với người kia.

Từ luận điểm trên, ta có thể rút ra một số kết luận sơ phạm sau:

Tâm lí người có nguồn gốc là thế giới khách quan, vì thế khi nghiên cứu cũng như khi hình thành, cải tạo tâm lí người phải nghiên cứu hoàn cảnh trong đó con người sống và hoạt động.

Tâm lí 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 của mỗi người.

1.2.1.2 Bản chất xã hội – lịch sử của tâm lí người: Tâm lí người là kinh nghiệm xã hội – lịch sử đã biến thành kinh nghiệm cá nhân.

Không chỉ con người có tâm lí, mà động vật cũng có tâm lí, song tâm lí con người khác về chất so với tâm lí động vật cao cấp ở chỗ: Tâm lí con người có bản chất xã hội – lịch sử. Bản chất này thể hiện:

1.2.2. Chức năng của tâm lý.

1.2.2.1 Chức năng định hướng:

Thể hiện ở động cơ mục đích của hoạt động. Tâm lý là động lực thúc đẩy con người vượt qua khó khăn vươn tới mục đích đã đề ra. Hình ảnh tâm lý về mục đích và các yếu tố tâm lý khác giúp con người sử dụng các giác quan, cơ bắp, tri thức, kinh nghiệm chuẩn bị để thực hiện hành động.

1.2.2.2 Chức năng điều khiển, kiểm tra:

Tâm lý điều khiển, kiểm tra hoạt động bằng chương trình, kế hoạch phương pháp, phương thức tiến hành hoạt động (so sánh với tiến trình thực hiện) làm cho hoạt động trở nên có ý thức, đem lại hiệu quả nhất định.

1.2.2.3 Chức năng điều chỉnh: Tâm lý điều chỉnh hoạt động cho phù hợp với mục tiêu đã định, với hoàn cảnh cho phép.

Nhờ có chức năng tâm lý mà con người không chỉ thích ứng với hoàn cảnh mà còn cải tạo và sáng tạo ra thế giới. Chính trong quá trình đó con người nhận thức và hoàn thiện bản thân mình.

1.2.3 Phân loại hiện tượng tâm lý.

Có nhiều cách phân loại hiện tượng tâm lý, tùy thuộc vào tiêu chí phân loại

1.2.3.1 Căn cứ vào thời gian tồn tại và vị trí tương đối của hiện tượng tâm lý trong nhân cách, hiện tượng tâm lý được chia thành:

Các quá trình tâm lý: Hiện tượng tâm lý diễn ra có mở đầu, diễn biến và kết thúc rõ ràng (các quá trình nhận thức, xúc cảm...)

Các trạng thái tâm lý: Hiện tượng tâm lý diễn ra trong thời gian dài, mở đầu, kết thúc không rõ ràng (tâm trạng, chú ý...)

Các thuộc tính tâm lý: là những đặc điểm tâm lý ổn định, khó hình thành, khó mất đi (xu hướng, tính cách, khí chất...)

1.2.3.2 Căn cứ vào tính ý thức, tâm lý được chia thành:

Các hiện tượng tâm lý có ý thức. (ý thức)

Các hiện tượng tâm lý không ý thức (vô thức).

1.2.3.3 Ngoài ra người ta còn chia hiện tượng tâm lí thành: hiện tượng tâm lí cá nhân và hiện tượng tâm lí xã hội, hoặc hiện tượng tâm lí sống động và hiện tượng tâm lí tiềm tàng.

1.3 Các phương pháp nghiên cứu tâm lý

1.3.1 Phương pháp quan sát

Quan sát là loại tri giác có chủ định, có kế hoạch nhằm xác định các đặc điểm của đối tượng qua những biểu hiện như hành động, cử chỉ, nói năng...

Phân loại quan sát: Quan sát có nhiều hình thức: trực tiếp hay gián tiếp, toàn diện hay bộ phận, tự nhiên hay thực nghiệm...

Ưu điểm: Thu thập tài liệu khách quan, cụ thể.

Nhược điểm: Mất thời gian, công sức.

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

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, có hệ thống.

Ghi chép tài liệu quan sát một cách khách quan, trung thực.

1.3.2 Phương pháp đàm thoại

Là phương pháp nghiên cứu, trong đó người nghiên cứu đặt ra các câu hỏi cho đối tượng và dựa vào câu trả lời của họ nhằm thu thập thông tin về vấn đề cần nghiên cứu.

Có thể đàm thoại trực tiếp hay gián tiếp, có thể hỏi thẳng hay hỏi gián tiếp tùy sự liên quan giữa đối tượng và vấn đề cần điều tra.

Đàm thoại muốn thu được kết quả cần:

Xác định rõ MĐ, yêu cầu vấn đề cần tìm hiểu.

Tìm hiểu trước thông tin về đối tượng cần đàm thoại với một số đ điếm của họ.

Có kế hoạch chủ động trong trò chuyện để “ lái câu chuyện” theo MĐ tìm hiểu.

Cần linh hoạt, chủ động, khéo léo, tự nhiên.

1.3.3 Phương pháp điều tra

Điều tra là phương pháp dùng một số câu hỏi nhất định đặt ra cho một số đối tượng nghiên cứu nhằm thu thập ý kiến chủ quan của họ về vấn đề nào đó.

Ưu điểm: Trong thời gian ngắn có thể thu thập được lượng thông tin lớn về vấn đề cần nghiên cứu...

Nhược điểm: Độ tin cậy không cao, phụ thuộc yếu tố chủ quan của người điều tra, trả lời, câu hỏi đóng thu được thông tin hạn chế, câu hỏi mở lượng thông tin lớn, xử lý chậm...

1.3.4 Phương pháp thực nghiệm

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 cần nghiên cứu, có thể lặp đi lặp lại nhiều lần đo đạc định lượng, định tính một cách khách quan.

Thực nghiệm thường có 2 loại: Thực nghiệm trong phòng thí nghiệm và thực nghiệm tự nhiên:

Thực nghiệm trong phòng thí nghiệm được thực hiện trong điều kiện được khống chế một cách nghiêm khắc các ảnh hưởng bên ngoài, chủ động tạo ra các 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 khống chế một số nhân tố không cần thiết cho việc nghiên cứu, làm nổi bật các yếu tố cần thiết của thực nghiệm.

Người ta còn có thể phân loại thực nghiệm nhận định và thực nghiệm hình thành

Thực nghiệm nhận định chủ yếu nêu lên thực trạng của vấn đề cần nghiên cứu ở một thời điểm cụ thể.

Thực nghiệm hình thành (còn gọi là thực nghiệm giáo dục), trong đó tiến hành các hoạt động giáo dục, rèn luyện nhằm hình thành một số phẩm chất nào đó ở nghiệm thể.

1.3.5 Phương pháp trắc nghiệm (Test)

Là một phép thử để đo lường tâm lý trên một số lượng người đủ tiêu biểu.

Test có ưu điểm là: Có thể làm cho hiện tượng cần nghiên cứu trực tiếp bộc lộ qua hành động giải bài tập. Có khả năng tiến hành tương đối đơn giản bằng giấy, bút, tranh vẽ, có khả năng lượng hóa, tiêu chuẩn hóa hiện tượng tâm lý cần đo.

Nhược điểm: Trong thực tế khó soạn được một bộ test đảm bảo tính chuẩn hóa. Test chủ yếu cho ta biết kết quả, ít bộc lộ quá trình suy nghĩ của nghiệm thể để đi đến kết quả. Vì thế cần sử dụng T như một PP chẩn đoán tâm lý con người ở một thời điểm nhất định.

1.3.6 Phương pháp phân tích sản phẩm của hoạt động

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

1.3.7 Phương pháp nghiên cứu tiểu sử cá nhân.

Đó là việc thông qua nghiên cứu tiểu sử cá nhân, có thể nhận ra một số đặc điểm tâm lý của họ.

Tóm lại, các phương pháp nghiên cứu tâm lý khá phong phú, phức tạp. Mỗi phương pháp đều có ưu, nhược điểm nhất định. Muốn nghiên cứu tâm lý một cách khoa học cần phải:

Nắm vững cơ sở phương pháp luận nghiên cứu.

Lựa chọn phương pháp nghiên cứu thích hợp với vấn đề nghiên cứu.

Sử dụng phối hợp các phương pháp nghiên cứu để bổ sung cho nhau và đem lại kết quả khoa học.

CÂU HỎI ÔN TẬP

1. Phân tích bản chất phản ánh và bản chất xã hội – lịch sử của tâm lý người và rút ra những kết luận sư phạm cần thiết.
2. Trình bày các chức năng của hiện tượng tâm lý.
3. Nêu các cách phân loại hiện tượng tâm lý.

Chương 2. CƠ SỞ TỰ NHIÊN VÀ CƠ SỞ XÃ HỘI CỦA TÂM LÝ

Mục tiêu: - Nhận biết tổng quát về não bộ và các hoạt động thần kinh cùng chức năng của nó đối với tâm lý

- Phân tích được vai trò của nền văn hóa, quan hệ xã hội và đặc biệt là hoạt động và giao tiếp đối với sự hình thành, phát triển tâm lý

2.1 Cơ sở tự nhiên của tâm lý

2.1.1 Di truyền và tâm lý.

Di truyền và tâm lý:

Di truyền: Những đặc điểm sinh lý học được tái tạo của cá thể giống với thế hệ trước.

Vai trò: Di truyền ảnh hưởng đến tốc độ , đỉnh cao của sự phát triển tâm lý.

Những đặc điểm sinh học, (đặc điểm giải phẫu sinh lý, thần kinh, giác quan...) phù hợp với một lĩnh vực hoạt động nào đó sẽ giúp cho tốc độ phát triển tâm lý và sự thành công ở lĩnh vực đó mức độ cao, diễn ra thuận lợi hơn .

Sự ảnh hưởng của di truyền đến tâm lý không trực tiếp mà thông qua môi trường và giáo dục. Vì thế di truyền không quyết định mà đóng vai trò tiên đề cho sự hình thành, phát triển tâm lý.

2.1.2 Não và tâm lý

Não là cơ sở sinh lý của tất cả các hiện tượng tâm lý. Hình ảnh tâm lý được tạo thành là kết quả của sự phản ánh htkq vào trong não bộ. Do vậy những đặc điểm hoạt động của não ảnh hưởng đến chất lượng phản ánh tâm lý.

Não người hoạt động theo chức năng đồng thời có sự kết hợp hết sức linh hoạt giữa các vùng làm cơ sở cho sự phản ánh tâm lý.(Xem TLH thần kinh)

Trên não có các vùng (miền)mỗi vùng là cơ sở thần kinh cho một loại cảm giác nào đó (vùng thị giác, thính giác...)

Đối với các hoạt động tâm lý phức tạp hơn thì cơ sở thần kinh của nó là sự kết hợp giữa các vùng não.

2.1.3 Phản xạ có điều kiện và tâm lý.

Phản xạ là phản ứng của cơ thể đối với kích thích của môi trường bên ngoài cũng như bên trong của cơ thể. Phản ứng này thực hiện nhờ hệ thần kinh, qua năm phần cơ bản hợp thành cung phản xạ:

Bộ phận cảm thụ: các phân tử cảm thụ thường nằm trên da, bề mặt da, bề mặt khớp, thành mạch, bề mặt các tạng, cơ quan trong cơ thể.

Dây thần kinh hướng tâm (truyền vào): dây cảm giác hoặc dây thần kinh thực vật.

Trung tâm thần kinh

Dây thần kinh ly tâm (truyền ra): dây thần kinh vận động hoặc dây thần kinh thực vật.

Bộ phận đáp ứng là cơ hoặc tuyến

Có 2 loại phản xạ: Phản xạ không điều kiện và phản xạ có điều kiện.

Phản xạ không điều kiện

Là loại phản xạ có cung phản xạ cố định, có tính bản năng, tồn tại vĩnh viễn suốt đời và có khả năng di truyền sang đời sau. Khi có một kích thích nhất định tác động lên một bộ phận cảm thụ nhất định sẽ gây một phản ứng nhất định của cơ thể, không cần thêm một điều kiện nào khác.

Phản xạ không điều kiện có tính chất loài, trung tâm phản xạ nằm ở phần dưới vỏ não. (Ví dụ: trung tâm phản xạ gân xương, phản xạ trương lực cơ nằm ở tuỷ sống, trung tâm của phản xạ giảm áp, phản xạ hô hấp nằm ở hành não).

Phản xạ không điều kiện phụ thuộc vào tính chất của tác nhân kích thích và bộ phận nhận cảm (ví dụ: ánh sáng chiếu vào mắt gây co đồng tử nhưng tiếng động không gây co đồng tử, trong khi đó chiếu ánh sáng vào da không gây đáp ứng gì nhưng chạm tay vào lửa thì tay rút lại).

Có thể nói rằng phản xạ không điều kiện là mối liên lạc cố định, vĩnh viễn giữa cơ thể và môi trường.

Phản xạ không điều kiện là cơ sở sinh lý thần kinh của bản năng.

Phản xạ có điều kiện

Là loại phản xạ không có cung phản xạ cố định vĩnh viễn, muốn gây được phản xạ phải có những điều kiện nhất định.

Phản xạ có điều kiện là phản xạ được thành lập trong cuộc sống, sau quá trình luyện tập và phải dựa trên cơ sở của phản xạ không điều kiện, hay nói một cách khác muốn tạo phản xạ có điều kiện cần phải có tác nhân kích thích không điều kiện

Phản xạ có điều kiện có cung phản xạ phức tạp hơn.

Muốn gây được phản xạ có điều kiện phải có sự kết hợp của hai tác nhân kích thích không điều kiện và có điều kiện và tác nhân có điều kiện bao giờ cũng đi trước và trình tự này được lặp đi lặp lại nhiều lần.

Ví dụ: Kích thích ánh sáng (kích thích có điều kiện) → chó ăn (kích thích không điều kiện) → phản ứng tiết nước bọt. Lặp lại quá trình này nhiều lần thì sau đó chỉ cần: Kích thích ánh sáng → chó tiết nước bọt (phản xạ có điều kiện)

Phản xạ có điều kiện có tính chất cá thể và là phương thức thích ứng linh hoạt của cơ thể đối với môi trường.

Phản xạ có điều kiện nếu không được củng cố thì sẽ bị dập tắt.

Nhờ có phản xạ có điều kiện mà cơ thể luôn luôn thích ứng với sự thay đổi của môi trường sống.

Phản xạ có điều kiện là cơ sở thần kinh của những hoạt động tâm lý cấp cao.

Không có phản xạ thì không có hoạt động tâm lý. Đối với cảm giác thì cơ sở thần kinh là một loại phản xạ nào đấy. Đối với các hoạt động tâm lý phức tạp thì các phản xạ có điều kiện kết hợp tạo thành một hệ thống các phản xạ có điều kiện gọi là hệ thống thần kinh chức năng cơ động làm cơ sở thần kinh cho hoạt động tâm lý đó.

Số lượng các phản xạ, kiểu kết hợp các phản xạ có điều kiện trong hệ thống thần kinh chức năng cơ động tùy thuộc vào chức năng của hoạt động tâm lý mà nó làm cơ sở.

2.1.4 Hệ thống tín hiệu thứ hai và tâm lý.

Tín hiệu là một sự vật (hoặc một thuộc tính vật chất, một hiện tượng) kích thích vào giác quan của con người, làm cho con người ta tri giác được và lí giải, suy diễn tới một cái gì đó nằm ngoài sự vật ấy. (Người ta gọi là hệ thống tín hiệu I)

Ví dụ: Cái đèn đỏ trong bảng đèn tín hiệu giao thông đường bộ là một tín hiệu, bởi vì, khi nó hoạt động (sáng lên), người ta thấy nó và suy diễn tới sự cấm đoán, không được đi qua chỗ nào đó.

Vậy, một sự vật sẽ là một tín hiệu nếu nó thoả mãn các yêu cầu sau đây:

Phải là một sự vật hoặc thuộc tính vật chất được cảm nhận qua giác quan của con người, chẳng hạn: âm thanh, màu sắc, ánh sáng, hình vẽ, vật thể,...

Phải đại diện cho một cái gì đó, gọi ra cái gì đó không phải là chính nó. Tức là cái mà nó đại diện cho, không trùng với chính nó. Ví dụ: Tín hiệu đèn đỏ (cái biểu hiện) báo hiệu nội dung cấm đi (cái được biểu hiện).

Mặt khác, nó cũng sẽ chỉ là tín hiệu khi mối liên hệ giữa nó với "cái được biểu hiện" được người ta nhận thức.

Sự vật đó phải nằm trong một hệ thống tín hiệu nhất định để được xác định tư cách tín hiệu của mình cùng với các tín hiệu khác. Chẳng hạn, cái đèn đỏ vừa nói bên trên là một tín hiệu, thế nhưng, nếu tách nó ra, đưa vào chùm đèn trang trí thì nó lại không phải là tín hiệu nữa. Sở dĩ như thế là vì chỉ có nằm trong hệ thống tín hiệu đèn giao thông, nó mới có tư cách tín hiệu, được xác định cùng với đèn xanh, đèn vàng nhờ vào sự đối lập quy ước giữa chúng với nhau.

Hệ thống tín hiệu II là ngôn ngữ. Đó là hệ thống tín hiệu đặc biệt (tính phức tạp, tính võ đoán, tính đa trị... xem thêm Nguyễn Thiện Giáp . Ngôn ngữ học.net) được con người sáng tạo ra trong quá trình sống. Ngôn ngữ có chức năng thay thế cho đối tượng mà nó biểu hiện (bao gồm cả sự vật, hiện tượng, khái niệm, quan hệ... và hệ thống tín hiệu I nên được gọi là hệ thống tín hiệu II hay tín hiệu của tín hiệu)

Cơ sở thần kinh của hệ thống tín hiệu II chính là đường liên hệ thần kinh tạm thời trên vỏ não

Hệ thống tín hiệu II là công cụ của sự phản ánh tâm lý. Nhờ nó mà sự phản ánh tâm lý mang tính gián tiếp, khái quát, đi sâu vào bản chất của sự vật hiện tượng.

Hệ thống tín hiệu II là công cụ không thể thiếu được của tư duy trừu tượng.

Hai hệ thống tín hiệu có quan hệ chặt chẽ với nhau. Hệ thống tín hiệu I là cơ sở của hệ thống tín hiệu II và hệ thống tín hiệu I chịu ảnh hưởng của hệ thống tín hiệu II. Do đó trong dạy học trẻ em cần kết hợp cả ngôn ngữ lẫn hình ảnh trực quan.

2.2 Cơ sở xã hội của tâm lý.

2.2.1 Quan hệ xã hội, nền văn hóa xã hội và tâm lý.

Có nhiều quan điểm trái ngược về vai trò của xã hội đối với sự hình thành và phát triển tâm lý:

Quan điểm sinh vật hóa tâm lý: Tâm lý động vật và người thực chất có cùng một cơ chế, nhưng ở người phức tạp hơn vì con người không chỉ tồn tại trong môi trường tự nhiên mà còn tồn tại trong môi trường xã hội.

(G.Spencer – F.Skinner còn đề cập đến vai trò của ngôn ngữ.)

Quan điểm xã hội học (DuyKheim, Kanvac) coi xã hội tạo ra bản chất tâm lý người “xã hội là nguyên lý giải thích cá thể” - con người là một “tồn tại giao lưu”. Nhờ đó mà tâm lý người hình thành và phát triển, họ xem ý thức cá nhân thực chất là ý thức xã hội (hình chiếu) được hình thành qua quan hệ xã hội.

Quan điểm của chủ nghĩa duy vật- biện chứng.

Quan hệ xã hội tạo nên bản chất người

Quan hệ xã hội gồm: quan hệ sản xuất, quan hệ chính trị, quan hệ kinh tế, quan hệ người với người, đạo đức quan hệ pháp quyền...

Quy luật cơ bản chi phối sự phát triển xã hội loài người là quy luật quan hệ sản xuất phù hợp với lực lượng sản xuất, hoạt động tâm lý người chịu sự chi phối, của các quy luật xã hội trong đó giáo dục giữ vai trò chủ đạo. Chỉ có sống và hoạt động trong xã hội, con người mới thực hiện được chức năng phản ánh tâm lý cấp cao.

Cơ chế chủ yếu của sự phát triển tâm lý người là cơ chế lĩnh hội nền văn hóa xã hội. Đó là quá trình tái tạo những thuộc tính tâm lý, những năng lực của loài người thành tâm lý cá nhân.

2.2.2 Hoạt động và tâm lý.

2.2.2.1 Khái niệm chung về hoạt động:

Hoạt động là gì? Quan hệ giữa động vật và thế giới khách quan là quan hệ phụ thuộc, thụ động. Khác với động vật con người quan hệ tích cực với thế giới khách quan, không chỉ thích ứng mà còn cải tạo hoàn cảnh.

Quá trình con người dùng năng lực của mình tác động vào thế giới khách quan để tạo ra sản phẩm nhằm thỏa mãn nhu cầu của mình. Đó là quá trình đối tượng hóa, (khách thể hóa) hay gọi là quá trình xuất tâm, trong quá trình này tâm lý của con người được biểu hiện ra (trong quá trình và sản phẩm của hoạt động). Đồng thời với quá trình đó, chủ thể hoạt động tích lũy kinh nghiệm, hình thành kỹ năng cùng các phẩm chất tâm lý khác...nói cách khác là tâm lý của chủ thể được hình thành và phát triển. Quá trình đó gọi là quá trình nhập tâm. Như vậy hoạt động con người vừa tạo ra sản phẩm về phía thế giới vừa tạo ra sản phẩm (tâm lý) về phía bản thân. Nói cách khác tâm lý, ý thức, nhân cách, được biểu hiện ở hoạt động, được hình thành và phát triển bằng hoạt động.

Từ đó có thể định nghĩa:

Hoạt động là quá trình tác động qua lại giữa con người và hiện thực khách quan để tạo ra sản phẩm thỏa mãn nhu cầu của mình. Hoạt động là phương thức tồn tại của con người.

Những đặc điểm của hoạt động :

Hoạt động bao giờ cũng là hoạt động có đối tượng, đối tượng là cái con người cần làm ra, cần lĩnh hội, một mặt đối tượng tồn tại trong hoạt động, mặt khác tồn tại như là hình ảnh tâm lý về nó trong tâm lý và thúc đẩy hoạt động (động cơ)

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

Hoạt động bao giờ cũng có mục đích đó là tạo ra sản phẩm hoặc biến đổi bản thân chủ thể.

Hoạt động con người vận hành theo nguyên tắc gián tiếp, trong hoạt động con người gián tiếp tác động đến khách thể thông qua hình ảnh tâm lý của chúng ở trong đầu thông qua ngôn ngữ, công cụ lao động.

2.2.2.2 Các loại hoạt động:

Xét về phương diện phát triển cá thể có hoạt động: vui chơi, học tập, lao động, hoạt động xã hội, nghỉ ngơi.

Xét về phương diện sản phẩm:

Hoạt động thực tiễn: Hướng vào vật thể hay con người tạo ra sản phẩm vật chất là chủ yếu.

Hoạt động lý luận: Tạo ra sản phẩm tinh thần

Cách phân loại khác:

Hoạt động biến đổi

Hoạt động nhận thức

Hoạt động định hướng giá trị

Hoạt động giao tiếp

2.2.2.3 Cấu trúc của hoạt động:

A.N. Léonchiev nêu lên cấu trúc của hoạt động gồm 6 thành tố có quan hệ chặt chẽ.

Phía chủ thể: Hoạt động- hành động- thao tác (mặt kỹ thuật của hoạt động)

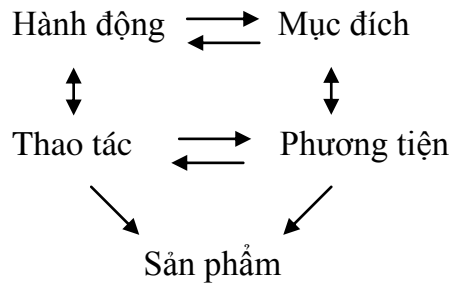
Phía đối tượng: Động cơ- mục đích-phương tiện (nội dung đối tượng của hoạt động, mặt tâm lý của hoạt động)

Dòng các hoạt động:

Chủ thể \rightleftarrows Đối tượng

Hoạt động \rightleftarrows Động cơ





Hoạt động hợp bởi các hành động (đơn vị của hoạt động), mỗi hành động được thực hiện bằng các thao tác, hoạt động hướng vào động cơ (nằm trong đối tượng) đó là mục đích chung, mục đích cuối cùng của hoạt động, mục đích chung này được cụ thể hóa thành những mục đích bộ phận mà hành động hướng vào, tùy theo điều kiện phương tiện mà hành động được thực hiện bằng những thao tác này hay những thao tác khác.

Sự tác động qua lại giữa chủ thể và đối tượng (giữa đơn vị thao tác và nội dung đối tượng) tạo ra sản phẩm hoạt động (sản phẩm cả về phía khách thể cả về phía chủ thể).

2.2.3 Giao tiếp và tâm lý.

2.2.3.1 Khái niệm giao tiếp:

Giao tiếp là sự tiếp xúc tâm lý giữa người với người, thông qua đó con người trao đổi về thông tin, về cảm xúc và ảnh hưởng qua lại tác động với nhau. Nói cách khác: Giao tiếp là hoạt động xác lập, vận hành các quan hệ người - người, hiện thực hóa các quan hệ xã hội giữa chủ thể này với chủ thể khác

Hình thức giao tiếp: Cá nhân – Cá nhân

Cá nhân - nhóm

Nhóm - cộng đồng

2.2.3.2 Các loại giao tiếp:

Theo phương tiện giao tiếp:

Giao tiếp vật chất: Giao tiếp thông qua một dạng vật chất nào đó. (tặng hoa, quà hay giao tiếp của trẻ con với người lớn: Trẻ - đồ vật – người lớn

Giao tiếp phi ngôn ngữ: Giao tiếp bằng cử chỉ, ánh mắt, nụ cười...

Giao tiếp ngôn ngữ: Giao tiếp bằng ngôn ngữ (nói, viết)

Theo khoảng cách:

Giao tiếp trực tiếp: Giao tiếp “mặt đối mặt”, các đối tượng (chủ thể) tri giác trực tiếp lẫn nhau

- Giao tiếp gián tiếp: Giao tiếp thông qua phương tiện nào đó (viết thư, gọi điện thoại...), các đối tượng (chủ thể) không thể tri giác trực tiếp lẫn nhau.

Theo quy cách:

Giao tiếp chính thức: là giao tiếp theo quy cách và nội dung xác định (giao tiếp giữa những người cùng cơ quan, cùng thực hiện nhiệm vụ chung...)

Giao tiếp không chính thức: Giao tiếp không theo một quy cách nào và không có nội dung xác định. (giao tiếp tình cảm giữa những người thân tình)

2.2.3.3 Quan hệ giữa giao tiếp và hoạt động:

Có 2 quan điểm

Giao tiếp là một dạng hoạt động đặc biệt vì giao tiếp có đầy đủ các thành tố cấu trúc như hoạt động

Giao tiếp và hoạt động là hai phạm trù đồng đẳng có quan hệ với nhau trong cuộc sống con người.

Có trường hợp: Giao tiếp là điều kiện của hoạt động

Có trường hợp: Hoạt động là điều kiện để thực hiện mối quan hệ giao tiếp.

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

Tâm lý có nguồn gốc từ bên ngoài, từ thế giới khách quan chuyển vào trong não mỗi người. Trong thế giới khách quan thì nền văn hóa xã hội, quan hệ xã hội quyết định tâm lý người.

Tâm lý người là kinh nghiệm xã hội - lịch sử chuyển thành kinh nghiệm cá nhân thông qua hoạt động và giao tiếp

Hoạt động và giao tiếp cùng mối quan hệ giữa chúng là quy luật tổng quát của sự hình thành phát triển và biểu lộ tâm lý.

CÂU HỎI ÔN TẬP

1. Trình bày vai trò của não, phản xạ, di truyền đối với sự phát triển tâm lý.
2. Hoạt động là gì? Nêu cấu trúc chung của hoạt động.
3. Giao tiếp là gì? Mối quan hệ giữa giao tiếp và hoạt động?
4. Phân tích vai trò của hoạt động và giao tiếp đối với sự hình thành, phát triển tâm lý.

Chương 3. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ, Ý THỨC

3.1 Sự hình thành và phát triển tâm lý

3.1.1 Sự hình thành tâm lý về phương diện loài.

3.1.1.1 Tiêu chuẩn xác định sự nảy sinh tâm lý:

Sự nảy sinh và phát triển tâm lý gắn liền với quá trình phát triển của sinh giới. Động vật càng ở bậc cao, hệ thần kinh càng phức tạp thì tâm lý càng phát triển.

Động vật chưa có tế bào thần kinh hoặc mạng thần kinh phân tán khắp cơ thể (nguyên sinh, bọt biển), có tính chịu kích thích: có khả năng đáp lại những kẻ trực tiếp đến sự tồn vong.

Động vật có hệ thần kinh mấu (hạch) có tính cảm ứng (nhạy cảm); có khả năng đáp lại những kích thích trực tiếp hoặc gián tiếp của môi trường, tính nhạy cảm là mầm mống đầu tiên của tâm lý, xuất hiện cách đây 600tr năm

Từ hiện tượng tâm lý đơn giản nhất này, động vật dần dần phát triển các hoạt động tâm lý phức tạp hơn.

3.1.1.2 Các thời kỳ phát triển tâm lý: xét theo 2 phương diện

Xét theo mức độ phản ánh tâm lý: loài người đã trải qua 3 thời kỳ sau:

Thời kỳ cảm giác: có ở động vật không xương sống, ở thời kỳ này động vật có khả năng trả lời từng kích thích riêng lẻ, đối với các loài phát triển cao và ở người đều có cảm giác và cảm giác ở người khác động vật.

Thời kỳ tri giác: Xuất hiện ở loài cá. Hệ thần kinh hình ống với tủy sống và vỏ não giúp động vật có khả năng đáp lại một tổ hợp các kích thích (gọi là tri giác). Từ loài lưỡng cư trở đi, tri giác đạt tới mức khá hoàn chỉnh. Ở người tri giác mang bản chất mới.(có sự tham gia của các hiện tượng tâm lý cấp cao: tư duy, ý thức...)

Thời kỳ tư duy:

Tư duy bằng tay: Có ở loài vượn người, nhờ vỏ não phát triển mạnh, loài này có khả năng dùng “2 bàn tay” để giải quyết các tình huống cụ thể trước mắt.

Tư duy bằng ngôn ngữ: Chỉ có ở con người, Nhờ tư duy ngôn ngữ mà hoạt động con người có tính mục đích, tính kế hoạch, giúp con người không chỉ nhận thức mà còn cải tạo hoàn cảnh.

Xét theo nguồn gốc nảy sinh hành vi:

Sự phát triển tâm lý trải qua 3 thời kỳ: bản năng, kỹ xảo, và hành vi trí tuệ

Thời kỳ bản năng: là hành vi mang tính bẩm sinh di truyền nhằm thỏa mãn những nhu cầu cơ thể.

Có từ loài côn trùng, bản năng con người khác về chất so với động vật (xh)

Thời kỳ kỹ xảo: Là hành vi tự tập do tập luyện mà có, kỹ xảo có tính mềm dẻo, và khả năng biến đổi lớn.

Thời kỳ hành vi trí tuệ: Là hành vi tự tạo phức tạp hơn kỹ xảo

Hành vi trí tuệ có ở vượn người nhưng chủ yếu để giải quyết những tình huống cụ thể thỏa mãn nhu cầu cơ thể, hành vi trí tuệ ở người nảy sinh trong hoạt động, nhằm nhận thức các mối quan hệ, bản chất, quy luật của sự vật, hiện tượng để thích ứng và cải tạo hoàn cảnh. Hành vi trí tuệ của người gắn liền với ngôn ngữ và là hành vi có ý thức.

3.1.2 Sự phát triển tâm lý về phương diện cá thể

3.1.2.1 Thế nào là phát triển tâm lý:

Sự phát triển tâm lý diễn qua nhiều giai đoạn, là một quá trình chuyển đổi liên tục từ cấp độ này đến cấp độ khác. Mỗi cấp độ mang một chất lượng mới và tuân theo các quy luật đặc thù.

L.X Vugotski căn cứ vào thời điểm mà sự phát triển tâm lý có đột biến để xác định thời kỳ phát triển tâm lý

A.N Leonchev lại căn cứ vào hoạt động chủ đạo vì cho rằng sự phát triển tâm lý gắn liền với sự phát triển hoạt động trong thực tiễn đời sống.

Hoạt động chủ đạo của trẻ em từ 0–1t : giao lưu cảm xúc trực tiếp với người lớn

Tuổi học sinh: Học tập

Thanh niên và người trưởng thành: Lao động và hoạt động xã hội

3.1.2.2 Các giai đoạn phát triển tâm lý theo lứa tuổi:

Giai đoạn tuổi sơ sinh và hài nhi:

Từ 0 – 2 tháng (sơ sinh)

Từ 2 – 12 tháng (hài nhi)

Giai đoạn trước tuổi học:

Từ 1 – 3 tuổi (Vườn trẻ)

Từ 3 – 6 tuổi (Mẫu giáo)

Giai đoạn tuổi đi học:

Học sinh tiểu học: 6 – 11 tuổi

Học sinh THCS : 12 – 15 tuổi

Học sinh THPT : 15 – 18 tuổi

Sinh viên : 18 – 23 tuổi

Giai đoạn tuổi trưởng thành: 24, 25 tuổi trở lên

Giai đoạn tuổi người già: 55 – 60 tuổi

3.2 Sự hình thành và phát triển ý thức

3.2.1 Bản chất và cấu trúc của ý thức.

3.2.1.1 Khái niệm ý thức.

“Ý thức” được hiểu với những ý nghĩa khác biệt tùy thuộc vào ngữ cảnh, góc độ xem xét. Chúng ta thường sử dụng “ý thức” với hai nghĩa cơ bản sau:

“ý thức” được hiểu là “ tinh thần, thái độ...” được biểu hiện bằng hành vi, cử chỉ đối với một đối tượng nào đó. Ví dụ: ý thức kỷ luật, ý thức tập thể...

Trong Tâm lý học, ý thức là cấp độ cao nhất của sự phản ánh tâm lý, ý thức chỉ có ở người.

So sánh hai hiện tượng sau: con khỉ quét nhà và một người quét nhà. Trên bình diện hành vi không có một sự khác biệt đáng kể nào nhưng xét trên bình diện tâm lý thì có sự khác biệt về chất. Trước hết, đó là sự khác nhau về tính mục đích (con người thì có còn con khỉ thì không) và cùng với nó là khả năng điều khiển, điều chỉnh hành vi cho phù hợp với mục đích. Như vậy, cùng thực hiện hành vi như nhau nhưng con

người khác với động vật ở chỗ con người hiểu và làm chủ hành vi của mình. Khả năng đó chính là ý thức.

Ý thức là khả năng con người hiểu được cái con người đã tiếp thu (phản ánh), ý thức là phản ánh của phản ánh, là tồn tại được nhận thức.

Nếu cảm giác, tri giác, tư duy... đem lại cho con người tri thức về hiện thực khách quan thì ý thức là năng lực hiểu được tri thức đó. Vì thế, ý thức có thể coi là tri thức của tri thức, hiểu biết của hiểu biết hay tồn tại được nhận thức.

Một số nhà Tâm lý học coi ý thức tựa như “con mắt thứ hai” soi vào “con mắt thứ nhất”. Điều cần lưu ý là, không phải chúng ta nhìn (bằng con mắt thứ nhất) và thu được hình ảnh tâm lý về sự vật rồi đến ý thức (con mắt thứ hai) giúp ta hiểu được hình ảnh tâm lý đó mà là một quá trình “đồng hiện”. Nghĩa là, ngay trong chính quá trình tâm lý đang diễn ra, sự tham gia của ý thức giúp ta hiểu được hình ảnh tâm lý. (chẳng hạn, động vật và con người đều nghe được tiếng nói nhưng động vật chỉ nghe được “vô âm thanh” còn con người thì hiểu được cả nội dung của nó – ý thức tạo ra và chính là nội dung ấy.

Ý thức tham gia vào tất cả các hoạt động tâm lý làm cho tâm lý người mang tính chất khác hẳn động vật, tính ý thức.

Các thuộc tính cơ bản của ý thức:

Ý thức thể hiện năng lực nhận thức cao nhất của con người về thế giới

Ý thức thể hiện thái độ con người đối với thế giới

Ý thức thể hiện năng lực điều khiển điều chỉnh hành vi của con người.

Khả năng tự ý thức

3.2.1.2 Cấu trúc của ý thức:

Ý thức có cấu trúc phức tạp bao gồm nhiều mặt là một chỉnh thể mang lại cho thế giới tâm hồn của con người một chất lượng mới. Ý thức có 3 mặt thống nhất hữu cơ với nhau, điều khiển hành động có ý thức của con người.

Mặt nhận thức:

Đây là sự nhận thức của ý thức, hiểu biết của hiểu biết. Bao gồm hai quá trình:

Nhận thức cảm tính: mang lại những tư liệu cho ý thức; cảm giác cho ta hình ảnh từng thuộc tính bên ngoài của sự vật, hiện tượng; tri giác mang lại cho ta những hình ảnh trọn vẹn bên ngoài của sự vật, hiện tượng. Những hình ảnh đó giúp chúng ta thấy được sự tồn tại thật của thế giới khách quan và đó là nội dung ban đầu và cũng là bậc sơ cấp của ý thức.

Nhận thức lý tính: mang lại cho ta hình ảnh khái quát bản chất của thực tại khách quan và mối liên hệ giữa các sự vật và hiện tượng. Đây là nội dung hết sức cơ bản của tri thức. Tri thức là hạt nhân cơ bản của ý thức. Do vậy ý thức là sự hiểu biết về thế giới khách quan.

Mặt thái độ:

Nói lên thái độ lựa chọn, thái độ cảm xúc, thái độ đánh giá của chủ thể đối với thế giới.

Mặt năng động:

Ý thức điều chỉnh, điều khiển hoạt động của con người làm cho hoạt động có ý thức. Đó là quá trình con người vận dụng những hiểu biết và tỏ thái độ của mình nhằm thích nghi, cải tạo thế giới và hoàn thiện bản thân.

3.2.2 Các cấp độ ý thức.

Căn cứ vào tính tự giác, mức độ sáng tỏ, phạm vi bao quát, người ta chia các hiện tượng tâm lý của con người làm ba cấp độ:

3.2.2.1 Cấp độ chưa ý thức(vô thức)

Vô thức là hiện tượng tâm lý 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.

Ví dụ: người bị mộng du và ngủ vờ đi trên mái nhà, người say rượu, người bị thôi miên, bị bệnh tâm thần.

Vô thức bao gồm các hiện tượng tâm lý khác nhau, như:

Các bản năng: ăn uống, tự vệ, sinh dục...

Các hiện tượng tâm lý dưới ngưỡng: trực giác, linh cảm...

Tâm thế: Hiện tượng tâm lí dưới ý thức, hướng tâm lí cần thiết cho một hoạt động nào đó: học tập, lao động, TĐTT...

Tiềm thức: Thoạt đầu là ý thức, nhưng do lặp đi lặp lại nhiều lần chuyển thành dưới ý thức: ví dụ: kĩ xảo, thói quen.

3.2.2.2 Cấp độ ý thức, tự ý thức

Cấp độ ý thức: Con người nhận thức, tỏ thái độ, có chủ tâm và dự kiến được hành vi, hành động của mình, làm cho hành vi, hành động trở nên có ý thức. Ý thức thể hiện trong chú ý, ý chí của cá nhân...

Cấp độ tự ý thức: là cấp độ phát triển cao của ý thức (bắt đầu hình thành từ tuổi lên 3). Thông thường, tự ý thức biểu hiện ở các mặt sau:

Cá nhân tự nhận thức bản thân mình, từ dáng vẻ bên ngoài đến nội dung tâm hồn, vị thế và các quan hệ xã hội.

Có thái độ đối với bản thân: tự nhận xét, tự đánh giá, tự điều chỉnh hành vi theo mục đích tự giác.

Có khả năng tự giáo dục, tự hoàn thiện mình.

3.2.2.3 Cấp độ ý thức nhóm và ý thức tập thể:

Trong mỗi quan hệ giao tiếp và hoạt động, ý thức của cá nhân sẽ phát triển dần dần đến ý thức xã hội. Ví dụ: ý thức về gia đình, dòng họ, dân tộc, nghề nghiệp... Trong cuộc sống, khi con người hành động, hoạt động với ý thức cộng đồng, ý thức tập thể, mỗi con người có thêm sức mạnh tinh thần mới mà người đó chưa bao giờ có được khi anh ta chỉ hoạt động với ý thức cá nhân riêng lẻ.

Tóm lại, ý thức có một cấu trúc nhiều thành phần, nhiều cấp độ khác nhau. Các cấp độ trong ý thức luôn tác động qua lại, chuyển hóa lẫn nhau, làm tăng tính đa dạng và sức mạnh của ý thức. Ý thức thống nhất với hoạt động, chỉ đạo, điều khiển, điều chỉnh hoạt động, làm cho hoạt động có ý thức.

3.2.3 Sự hình thành và phát triển ý thức.

3.2.3.1 Sự hình thành ý thức của con người (về phương diện loài)

F.Engels viết: “ 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 ảnh hưởng đến bộ óc con vượn, làm cho bộ óc ấy dần trở thành bộ óc của con người”.

Như vậy, lao động và ngôn ngữ là hai yếu tố tạo nên sự hình thành ý thức của con người.

Vai trò của lao động đối với sự hình thành ý thức

Trước khi lao động: Con người đưa vốn hiểu biết, năng lực trí tuệ của mình để làm ra sản phẩm trên cơ sở hình dung ra mô hình cần làm.

Trong khi lao động: Con người sử dụng công cụ lao động, tư duy để tiến hành hệ thống thao tác lao động nhằm làm ra sản phẩm lao động.

Kết thúc quá trình lao động: con người ý thức đối chiếu với sản phẩm làm ra với mô hình tâm lý của sản phẩm mà mình đã hình dung trước đó để hoàn thiện.

Như vậy ý thức được hình thành thể hiện trong suốt quá trình lao động.

Vai trò của ngôn ngữ và giao tiếp đối với sự hình thành ý thức

Nhờ có ngôn ngữ ra đời cùng với lao động mà con người có công cụ để xây dựng, hình dung ra mô hình tâm lý, về sản phẩm mục đích, hoạt động ngôn ngữ giúp con người ý thức về cách sử dụng công cụ lao động, tiến hành thao tác cũng như giúp đối chiếu, phân tích đánh giá sản phẩm.

Hoạt động lao động là hoạt động tập thể, mang tính xã hội trong lao động nhờ ngôn ngữ và giao tiếp mà con người trao đổi thông tin với nhau, phối hợp hoạt động. Nhờ ngôn ngữ giao tiếp mà con người ý thức về mình về người.

3.2.3.2 Sự hình thành ý thức, tự ý thức của cá nhân:

Ý thức cá nhân được hình thành thể hiện trong hoạt động:

Trong hoạt động con người dùng năng lực để tạo ra sản phẩm. Sản phẩm chứa đựng tâm lý, ý thức cá nhân.

Bằng hoạt động ,như trên đã phân tích, cá nhân hình thành, phát triển ý thức của mình.

Ý thức cá nhân được hình thành trong mối quan hệ với người khác, với xã hội.

Ý thức cá nhân được hình thành bằng con đường tiếp thu nền văn hóa xã hội

Ý thức cá nhân được hình thành bằng con đường tự nhận thức, tự đánh giá, tự phân tích hành vi của mình

Trong hoạt động và giao tiếp cá nhân hình thành tự ý thức trên cơ sở đối chiếu với người khác với chuẩn mực xã hội

3.2.4 Chú ý – điều kiện của hoạt động có ý thức.

3.2.4.1 Chú ý là gì?

Định nghĩa: Chú ý là sự tập trung của ý thức vào một hay một nhóm đối tượng để định hướng hoạt động, bảo đảm điều kiện thần kinh, tâm lý cần thiết cho hoạt động tiến hành có kết quả.

Vai trò: Chú ý được xem là một trạng thái tâm lí, đóng vai trò tổ chức, định hướng cho các hoạt động của con người nhằm đạt kết quả mong muốn.

3.2.4.2 Các loại chú ý

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 càng dễ gây ra chú ý không chủ định.

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

Độ hấp dẫn ưa thích: chú ý phụ thuộc vào nhu cầu, xúc cảm, hứng thú, của chủ thể. .

Chú ý không chủ định thường nhẹ nhàng, ít căng thẳng, nhưng không bền.

Chú ý có chủ định

Là loại chú ý có mục đích từ trước và có sự nỗ lực cố gắng của bản thân, vì vậy thường mang tính căng thẳng thần kinh. Chú ý có chủ định phụ thuộc chủ yếu vào việc xác định nhiệm vụ cần thiết để đạt mục đích tự giác.

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 của ý chí vẫn tập trung vào đối tượng hoạt động. Ví dụ: trong giờ học, mới đầu có thể chú ý có chủ định nhưng sau đó do sự hấp dẫn của nội dung, ta không cần sự chú ý vẫn tập trung chú ý.

Ba loại chú ý trên có liên quan mật thiết với nhau, tác động qua lại, bổ xung cho nhau, chuyển hóa lẫn nhau, giúp con người phản ánh đối tượng có kết quả.

3.2.4.3 Các thuộc tính cơ bản của chú ý:

Các thuộc tính cơ bản của chú ý có thể coi là những chỉ số để phân biệt năng lực chú ý của từng người. Gồm có:

Sức tập trung chú ý: là khả năng chỉ chú ý đến một phạm vi tương đối hẹp, cần thiết cho hoạt động lúc đó và không chú ý đến các đối tượng khác.

Số lượng các đối tượng mà chú ý hướng tới gọi là khối lượng chú ý. Khối lượng này phụ thuộc vào đặc điểm của đối tượng và nhiệm vụ hoạt động.

Có trường hợp quá tập trung vào đối tượng này mà quên đi đối tượng khác, người ta gọi đó là hiện tượng đãng trí bác học.

Sự bền vững chú ý: Đó là khả năng duy trì lâu dài của chú ý vào một hay một số đối tượng của hoạt động. Sự bền vững của chú ý được đặc trưng bởi thời gian duy trì chú ý với cường độ nhất định vào đối tượng. Ngược với sự bền vững của chú ý là sự phân tán chú ý, sự phân tán diễn ra theo chu kỳ gọi là sự dao động chú ý.

Sự phân phối chú ý: là khả năng cùng một lúc chú ý tới nhiều đối tượng hay nhiều hoạt động khác nhau một cách có chủ định. Ví dụ: người lái xe cùng lúc phải chú ý đến thao tác điều khiển xe cũng như những thay đổi của đường đi...

Thực tế chứng minh rằng, chú ý chỉ tập trung vào một số đối tượng chính, còn các đối tượng khác chỉ cần có sự chú ý tối thiểu.

Sự di chuyển chú ý: là khả năng chuyển chú ý từ đối tượng này sang đối tượng khác một cách có ý thức theo yêu cầu của hoạt động.

Kết luận: Những đặc điểm trên đây của chú ý không phải tự nhiên mà có mà chúng được hình thành trong đời sống và hoạt động của cá nhân. Chính vì vậy mỗi chúng ta cần phải rèn luyện để hình thành năng lực chú ý cho bản thân và học sinh sau này.

CÂU HỎI ÔN TẬP

1. Trình bày các thời kỳ phát triển tâm lý theo phương diện loài.
2. Ý thức là gì? Nêu ví dụ để so sánh hành vi của động vật với hành vi có ý thức ở con người.
3. Phân tích vai trò của hoạt động, ngôn ngữ và giao tiếp đối với sự hình thành ý thức của con người.
4. Chú ý là gì? Nêu các thuộc tính cơ bản của chú ý.

Chương 4. HOẠT ĐỘNG NHẬN THỨC

Mục tiêu: -Hiểu khái niệm, đặc điểm, các quy luật cơ bản của các quá trình nhận thức và mối liên hệ giữa chúng

-Đề xuất được các biện pháp nhằm nâng cao hiệu quả nhận thức

4.1 Nhận thức cảm tính

4.1.1 Khái niệm cảm giác, tri giác.

4.1.1.1 Cảm giác

. Định nghĩa: Cảm giác là một quá trình tâm lí phản ánh từng thuộc tính riêng lẻ của sự vật, hiện tượng khi chúng đang trực tiếp tác động vào các giác quan.

Đặc điểm của cảm giác:

Cảm giác là một quá trình tâm lí, nghĩa là có nảy sinh, diễn biến và kết thúc một cách rõ ràng. Khi kích thích ngừng tác động thì cảm giác ngừng tất.

Cảm giác chỉ phản ánh từng thuộc tính riêng lẻ, cụ thể của sự vật hiện tượng thông qua hoạt động của từng giác quan chứ không phản ánh được trọn vẹn, đầy đủ các thuộc tính của sự vật, hiện tượng.

Cảm giác phản ánh hiện thực khách quan một cách trực tiếp, tức là sự vật, hiện tượng phải tác động trực tiếp vào các giác quan của con người thì mới tạo ra được cảm giác.

Cảm giác của con người khác xa về chất so với cảm giác của con vật. Cảm giác ở người mang bản chất XH. Điều này thể hiện ở những điểm sau:

Cảm giác là hiện tượng tâm lí sơ đẳng nhưng không phải là duy nhất, cảm giác của con người phụ thuộc vào các quá trình nhận thức cấp cao hơn (tri giác tư duy...) và các hiện tượng tâm lí khác.

Cơ chế sinh lí của cảm giác ở người không chỉ giới hạn phụ thuộc ở hệ thống tín hiệu thứ nhất mà còn chịu sự chi phối của hệ thống tín hiệu thứ hai là ngôn ngữ.

Cảm giác của con người được phát triển mạnh mẽ và phong phú dưới ảnh hưởng của sự rèn luyện và hoạt động giáo dục.

Vai trò của cảm giác:

Là hình thức định hướng đầu tiên của con người trong hiện thực khách quan, tạo nên mối liên hệ trực tiếp giữa cơ thể và môi trường chung quanh.

Là nguồn cung cấp những nguyên vật liệu cho chính các hình thức nhận thức cao hơn. “Cảm giác là viên gạch xây nên toàn bộ lâu đài nhận thức”. Lê-nin đã viết: “Tất cả hiểu biết đều bắt nguồn từ kinh nghiệm, từ cảm giác, tri giác”. “Nếu không có cảm giác thì chúng ta không thể biết gì về những hình thức của vật chất, cũng như những hình thức của vận động”.

Cảm giác là điều kiện quan trọng để đảm bảo trạng thái hoạt động của vỏ não, nhờ đó đảm bảo hoạt động thần kinh của con người được bình thường. Các nghiên cứu đã cho thấy tình trạng “đói” cảm giác thì các chức năng sinh lí và tâm lí của con người sẽ bị rối loạn.

Cảm giác là con đường nhận thức hiện thực khách quan đặc biệt quan trọng đối với những người bị khuyết tật.

4.1.1.2 Tri giác

Định nghĩa: Tri giác là một quá trình tâm lý, phản ánh một cách trọn vẹn các đặc điểm bề ngoài của sự vật, hiện tượng trong hiện thực khách quan, khi chúng đang trực tiếp tác động vào các giác quan .

Đặc điểm của tri giác:

Những đặc điểm giống với cảm giác (đặc điểm chung của nhận thức cảm tính)

Cũng là một quá trình tâm lí, tức là có cả 3 giai đoạn: nảy sinh, diễn biến và kết thúc.

Phản ánh hiện thực khách quan một cách trực tiếp khi chúng tác động vào các giác quan của con người.

Chỉ phản ánh thuộc tính trực quan, bề ngoài của sự vật, hiện tượng

Những đặc điểm khác với cảm giác

Tri giác phản ánh một cách trọn vẹn các thuộc tính bề ngoài của sự vật, hiện tượng còn cảm giác thì chỉ phản ánh riêng lẻ từng thuộc tính. Tuy nhiên, tri giác không phải là sự cộng lại đơn giản các cảm giác mà là một cấp độ cao hơn cảm giác. Tri giác

phản ánh sự vật hiện tượng trong cấu trúc trọn vẹn nhờ hoạt động tổng hợp của não, nhờ kinh nghiệm của chủ thể phản ánh và, tất nhiên, nhờ sự vật, hiện tượng vốn mang tính trọn vẹn.

Tri giác là quá trình tích cực, gắn liền với hoạt động của con người.

Vai trò của tri giác:

Tri giác là thành phần chính của nhận thức cảm tính, cung cấp nguồn “nguyên liệu” cảm tính cho tư duy, tưởng tượng.

Nhờ phản ánh sự vật, hiện tượng một cách trọn vẹn mà tri giác giúp con người định hướng nhanh chóng, chính xác hơn trong thế giới và điều khiển hoạt động phù hợp.

Ở mức độ cao, tri giác có mục đích, có kế hoạch (quan sát), tri giác tham gia trực tiếp vào quá trình tư duy.

4.1.2 Các loại cảm giác, tri giác

4.1.2.1 Các loại cảm giác: Căn cứ vào nguồn kích thích xảy ra ở ngoài hay bên trong cơ thể, người ta chia cảm giác thành hai loại:

Những cảm giác bên ngoài:

Cảm giác nhìn (thị giác)

Cảm giác nghe (thính giác)

Cảm giác ngửi (khứu giác)

Cảm giác nếm (vị giác)

Cảm giác da (mạc giác) gồm 5 loại: cảm giác đụng chạm, cảm giác nén, cảm giác nóng, cảm giác lạnh, cảm giác đau.

Những cảm giác bên trong:

Cảm giác vận động và sờ mó (cảm giác sờ mó là sự kết hợp giữa cảm giác vận động và cảm giác đụng chạm)

Cảm giác thăng bằng

Cảm giác cơ thể

Cảm giác rung

4.1.2.2 Các loại tri giác

Dựa vào cảm giác đóng vai trò chủ yếu

Tri giác nhìn, tri giác nghe, tri giác ngửi...

Dựa vào hình thức tồn tại của đối tượng tri giác

Tri giác không gian

Tri giác thời gian

Tri giác vận động

4.1.3 Các quy luật cơ bản của cảm giác

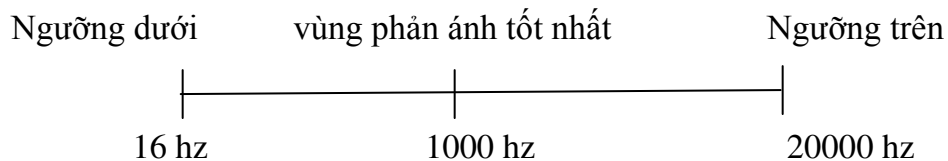
4.1.3.1 Quy luật về ngưỡng cảm giác:

Ngưỡng cảm giác: Giới hạn về cường độ của kích thích gây ra được cảm giác.

Ngưỡng cảm giác gồm hai loại:

Ngưỡng tuyệt đối phía dưới hay gọi là ngưỡng dưới: Giới hạn tối thiểu về cường độ đủ gây ra cảm giác.

Ngưỡng tuyệt đối phía trên hay gọi là ngưỡng trên: Cường độ kích thích tối đa mà ở đó còn gây ra được cảm giác.



Độ nhạy cảm: năng lực của cảm giác (tinh, nhạy, thính...)

Quy luật: Ngưỡng dưới tỉ lệ nghịch với độ nhạy cảm

Ngưỡng sai biệt: tỉ số chênh lệch tối thiểu về cường độ hoặc tính chất của 2 kích thích cùng loại đủ để ta phân biệt được 2 kích thích đó

Quy luật: Ngưỡng sai biệt tỉ lệ nghịch với độ nhạy cảm sai biệt

4.1.3.2 Quy luật về sự thích ứng của cảm giác:

Là khả năng thay đổi độ nhạy cảm của cảm giác cho phù hợp với sự thay đổi của cường độ kích thích: Khi cường độ kích thích tăng thì độ nhạy cảm giảm và ngược lại.

Mức độ thích ứng của các cảm giác khác nhau là khác nhau. Khả năng thích ứng có thể phát triển do hoạt động nghề nghiệp hoặc rèn luyện.

4.1.3.3 Quy luật về sự tác động qua lại giữa các cảm giác:

Là sự thay đổi độ nhạy cảm của cảm giác này dưới ảnh hưởng của cảm giác kia. Sự tác động đó diễn ra theo quy luật: Sự kích thích yếu lên cơ quan phân tích này sẽ là tăng độ nhạy cảm của cảm giác kia và sự kích thích mạnh lên cơ quan phân tích này làm giảm độ nhạy cảm của cảm giác kia.

Sự tác động qua lại giữa cảm giác có thể diễn ra đồng thời hay nối tiếp của các cảm giác cùng hoặc khác loại. Nếu cùng loại gọi là sự tương phản.

Sự tương phản: Đó là sự thay đổi về cường độ, chất lượng của cảm giác dưới ảnh hưởng của một cảm giác cùng loại xảy ra đồng thời hoặc nối tiếp với nó.

4.1.4 Các thuộc tính cơ bản của tri giác

4.1.4.1 Tính đối tượng của tri giác:

Tri giác là hành động nhận thức thế giới, hình ảnh tri giác là kết quả của hành động, hình ảnh ấy một mặt phản ánh đặc điểm của sự vật hiện tượng mà ta tri giác (điều này làm cho tri giác có tính đối tượng), mặt khác nó là hình ảnh chủ quan về thế giới khách quan. Ví dụ: khi xem một tấm ảnh nhiều người có thể có những cảm nhận đẹp xấu khác nhau (tính chủ quan) nhưng những đặc điểm khách quan của tấm ảnh mọi người đều phản ánh như nhau (tính đối tượng)

Nhờ mang tính đối tượng mà hình ảnh tri giác là cơ sở định hướng và điều chỉnh hành vi

4.1.4.2 Tính trọn vẹn của tri giác:

Trong quá trình tri giác, các đặc điểm, thuộc tính riêng lẻ của sự vật được phản ánh trong một kết cấu chặt chẽ, theo một cấu trúc nhất định. Sự tổng hợp này trên cơ sở hoạt động phối hợp nhiều cơ quan phân tích, hoạt động tổng hợp của vỏ não, nhờ đó tạo ra một hình ảnh trọn vẹn.

Tính trọn vẹn của tri giác phụ thuộc vào tính trọn vẹn của sự vật hiện tượng và kinh nghiệm của người tri giác.

4.1.4.3 Tính lựa chọn của tri giác:

Trong thực tiễn, cùng một lúc có rất nhiều đối tượng tác động tới giác quan, con người chỉ chọn một hay một vài đối tượng nào đó liên quan tới hoạt động để phản ánh. Quá trình tách đối tượng ra khỏi sự vật hiện tượng khác (bối cảnh) giúp tri giác phản ánh chính xác đầy đủ. Vai trò của đối tượng và bối cảnh có thể chuyển hóa cho nhau tùy thuộc vào nhiệm vụ của hoạt động.

Tính lựa chọn được ứng dụng trong nghệ thuật hoặc làm nổi bật đối tượng mong muốn.

4.1.4.4 Tính có ý nghĩa của tri giác:

Khi tri giác con người không chỉ tạo ra hình ảnh về sự vật hiện tượng mà còn gọi tên, xếp loại, chỉ ra công dụng của chúng.

Tính có ý nghĩa có quan hệ chặt chẽ với tính lựa chọn của tri giác. Càng tri giác đầy đủ các thuộc tính của sự vật thì việc gọi tên, chỉ ra công dụng càng chính xác.

Tính có ý nghĩa phụ thuộc vào kinh nghiệm, tri thức, ngôn ngữ và khả năng tư duy.

4.1.4.5 Tính ổn định của tri giác:

Khả năng tri giác về sự vật hiện tượng không đổi khi điều kiện tri giác thay đổi. Tính ổn định rất cần thiết, giúp con người định hướng trong thế giới đa dạng và biến đổi

4.1.4.6 Tổng giác:

Khi tri giác, hình ảnh tri giác không chỉ phụ thuộc vào đặc điểm của sự vật hiện tượng mà còn phụ thuộc vào những đặc điểm của chủ thể tri giác. Đó là nhu cầu hứng thú, kinh nghiệm, tình cảm. Nói cách khác, con người không chỉ tri giác bằng giác quan mà bằng tất cả tâm lý của mình

4.2 Nhận thức lý tính

4.2.1. Tư duy

4.2.1.1 Khái niệm tư duy

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

Từ định nghĩa có thể rút ra nhận xét:

Tư duy là quá trình tâm lý: có khởi đầu, diễn biến, kết thúc rõ ràng

Nội dung phản ánh: Những thuộc tính, bản chất, những mối quan hệ có tính quy luật của sự vật hiện tượng

Phương thức phản ánh: Gián tiếp, khái quát, công cụ là ngôn ngữ.

Sản phẩm của tư duy: khái niệm, phán đoán, suy lý

Đặc điểm của tư duy:

Tính có vấn đề của tư duy (Tư duy nảy sinh trong hoàn cảnh (tình huống) có vấn đề).

Tư duy chỉ xuất hiện khi gặp những hoàn cảnh, những tình huống “có vấn đề”.

Tình huống có vấn đề là tình huống xuất hiện khi con người không có khả năng giải quyết vấn đề bằng vốn hiểu biết cũ, bằng phương thức, hành động cũ buộc con người phải đi tìm phương thức hành động và cách giải quyết mới.

Muốn cho tình huống có vấn đề kích thích quá trình tư duy, cần có các điều kiện sau:

Tình huống có vấn đề phải được chủ thể tư duy nhận thức đầy đủ, biến thành nhiệm vụ tư duy của cá nhân. Nghĩa là chủ thể tư duy phải xác định được cái gì đã cho, đã biết, cái gì chưa biết, cần phải tìm.

Chủ thể tư duy có nhu cầu giải quyết vấn đề.

Chủ thể tư duy có những tri thức, kinh nghiệm đầy đủ liên quan đến việc giải quyết vấn đề.

Tính gián tiếp của tư duy:

Tính gián tiếp của tư duy được thể hiện trước hết ở chỗ con người sử dụng ngôn ngữ để tư duy. Nhờ ngôn ngữ con người sử dụng các kết quả nhận thức (khái niệm, quy luật, công thức...) của loài người vào quá trình tư duy (phân tích, tổng hợp...) để nhận thức được đặc điểm bản chất của sự vật, hiện tượng.

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

không thể trực tiếp tri giác chúng. Nhờ có tính gián tiếp mà tư duy con người còn có thể phản ánh được cả quá khứ và tương lai.

Tính trừu tượng, khái quát:

Tư duy có khả năng trừu xuất khỏi sự vật những đặc điểm, thuộc tính, quan hệ không cần thiết, giữ lại những đặc điểm cần thiết để tư duy. Khả năng đó là khả năng trừu tượng hóa

Trên cơ sở trừu tượng hóa, tư duy phản ánh được những thuộc tính chung, bản chất của nhiều sự vật hiện tượng, xếp chúng thành một nhóm, lớp, phạm trù, (tính khái quát)

Tư duy có quan hệ mật thiết với ngôn ngữ:

Ngôn ngữ là công cụ của tư duy, từ khi nhận thức vấn đề, biểu đạt thành nhiệm vụ, thực hiện các thao tác, sản phẩm của tư duy đều sử dụng ngôn ngữ làm phương tiện

Ngược lại tư duy phát triển sẽ giúp cho ngôn ngữ trong cùng lĩnh vực trở nên cô đọng, chính xác...

Ngôn ngữ quan hệ chặt chẽ với tư duy, đó là mối quan hệ giữa hình thức và nội dung. Không có ngôn ngữ thì không có tư duy logic vì không thể thực hiện các thao tác tư duy dựa vào phương thức biểu đạt được “mã hóa” (ngôn ngữ). Còn nếu không có tư duy thì ngôn ngữ sẽ không có nội dung.

Tư duy có quan hệ mật thiết với nhận thức cảm tính.

Nhận thức cảm tính là cơ sở của tư duy, nó cung cấp “nguyên liệu” cho tư duy.

Ngược lại, tư duy phát triển sẽ làm cho cảm giác, tri giác diễn ra nhanh chóng và hiệu quả hơn.

4.2.1.2 Tư duy như một quá trình, các thao tác tư duy cơ bản.

Tư duy là một quá trình gồm các thao tác cơ bản sau:

Nhận thức 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, và có nhu cầu giải quyết nó, lúc đó tình huống trở thành tình huống có vấn đề. Như vậy

tình huống có vấn đề vừa mang tính khách quan (vấn đề) vừa mang tính chủ quan (khi vấn đề được chủ thể tư duy nhận thức và có nhu cầu giải quyết)

Nhiệm vụ của giai đoạn này là xác định vấn đề và biểu đạt thành nhiệm vụ của tư duy (Nhận thức được mâu thuẫn chứa đựng trong tình huống có vấn đề, cái gì đã cho, đã biết, cái gì phải tìm, phải chứng minh). Đây là giai đoạn đầu tiên của tư duy, sự xác định rõ, cụ thể vấn đề góp phần quan trọng vào việc xác định các nhiệm vụ tư duy một cách cụ thể và do đó góp phần quan trọng vào sự thành bại của quá trình tư duy.

Xuất hiện các liên tưởng (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, việc làm xuất hiện những tri thức, kinh nghiệm có liên quan phụ thuộc vào nhiệm vụ đã xác định.

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 nên cần được sàng lọc cho phù hợp với nhiệm vụ đặt ra. Trên cơ sở sàng lọc để hình thành giả thuyết (phương án dự kiến cách giải quyết) có thể đối với nhiệm vụ tư duy.

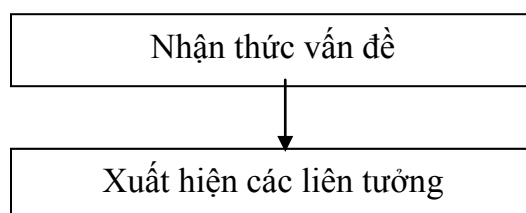
Kiểm tra giả thuyết:

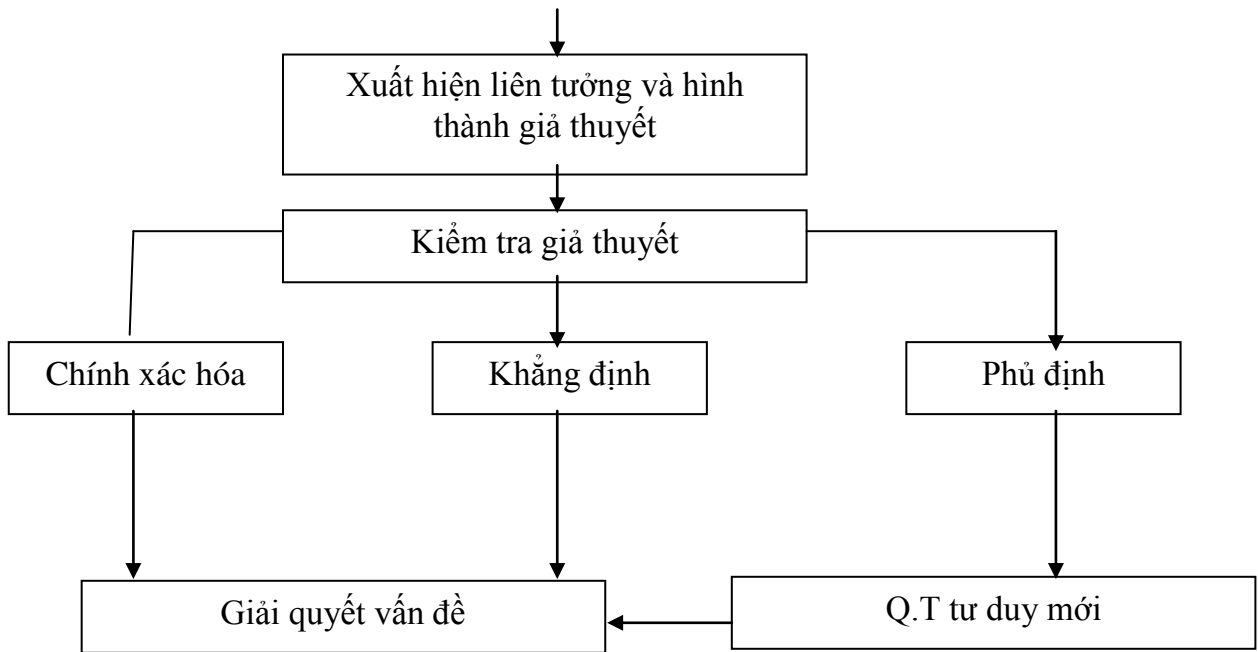
Kết quả của kiểm tra dẫn đến sự khẳng định, phủ định hay chính xác hoá giả thuyết đã nêu. Trong trường hợp giả thuyết bị phủ định thì một quá trình tư duy mới lại được bắt đầu.

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 được thực hiện nghĩa là đi đến câu trả lời cho vấn đề được đặt ra. Sau khi được giải quyết vấn đề này, lại đặt ra vấn đề mà chủ thể có nhu cầu giải quyết. Lúc đó một quá trình tư duy mới lại bắt đầu.

Sơ đồ các giai đoạn của một quá trình tư duy





4.2.1.3 Tư duy là một hành động trí tuệ:

Phân tích tư duy là một quá trình cho phép thấy được diễn biến của tư duy theo thời gian nhưng không thấy nội dung, do vậy phân tích nội dung tư duy đó chính là phân tích tư duy theo lý thuyết hoạt động.

X.LRubinstêin “Luận điểm tư duy là một quá trình sẽ hoá thành trống rỗng nếu như không xác định được thành phần của quá trình đó. Quá trình tư duy là sự phân tích tổng hợp, trừu tượng hóa, khái quát hóa” Do đó cần thiết phải xem xét tư duy trên bình diện hoạt động, tức xem xét tư duy như một hành động trí tuệ.

Cơ cấu các thao tác tạo nên tư duy tùy thuộc vào tính nhiệm vụ tư duy (đối tượng quy định hành động tức quy định cách làm ra đối tượng hoặc chiếm lĩnh nó) và cũng do vậy mà loại thao tác nào đóng vai trò chủ yếu cũng do nhiệm vụ tư duy quy định.

Tư duy diễn ra bằng cách chủ thể tư duy tiến hành những thao tác trí tuệ nhất định, nhằm giải quyết vấn đề (hoặc lĩnh hội). Có nhiều thao tác tư duy tham gia vào một quá trình cụ thể, sau đây là những thao tác cơ bản:

Phân tích, tổng hợp:

Phân tích: Dùng trí óc để chia đối tượng thành những bộ phận, những quan hệ giúp nhận thức đối tượng sâu sắc hơn.

Tổng hợp: Đưa những bộ phận của đối tượng đã phân tích thành một tổng thể giúp nhận thức đối tượng tổng quát hơn.

Phân tích là cơ sở của tổng hợp và phân tích bao giờ cũng theo hướng tổng hợp.

Trừu tượng hoá, khái quát hoá

Trừu tượng hoá: Dùng trí óc gạt bỏ những đặc điểm, quan hệ không cần thiết về một phương diện nào đó chỉ giữ lại những đặc điểm, bộ phận quan hệ cần thiết để tư duy.

Khái quát hoá: Dùng trí óc để bao quát nhiều đối tượng thành một nhóm, một lớp ... Trên cơ sở chúng có một số thuộc tính chung bản chất.

Quan hệ: Trừu tượng hoá là cơ sở của khái quát hoá và trừu tượng hoá bao giờ cũng theo hướng của khái quát hoá (theo một phương diện nào đó)

So sánh: Dùng trí óc để xác định sự giống, khác nhau giữa các sự vật hiện tượng hoặc giữa các đặc điểm, bộ phận của cùng một sự vật hiện tượng.

“So sánh là cơ sở của mọi hiểu biết và tư duy”

Hệ thống hoá dùng trí óc đưa các sự vật hiện tượng hoặc các đặc điểm, quan hệ vào thành một tổng thể cùng với mối quan hệ chặt chẽ giữa chúng (Thiết lập các quan hệ giữa các đối tượng: quan hệ thứ tự, quan hệ chức năng ...).

4.2.1.4 Các loại tư duy

Theo phương diện hình thành và phát triển tư duy.

Tư duy trực quan – hành động: Tư duy mà việc giải quyết vấn đề dựa vào hành động trực quan. Dùng giải quyết các vấn đề thực tiễn, cụ thể.

Tư duy trực quan – hình ảnh: Tư duy mà việc giải quyết vấn đề dựa vào hình ảnh của sự vật hiện tượng. Dùng giải quyết các tình huống có tính trực quan – hình ảnh

Tư duy trừu tượng (ngôn ngữ - logic): Tư duy mà việc giải quyết vấn đề dựa trên khái niệm, các mối quan hệ logic. Đây là loại cao nhất chỉ có ở người, nó gắn chặt với ngôn ngữ và lấy ngôn ngữ làm công cụ.

Theo hình thức biểu hiện và phương thức giải quyết nhiệm vụ, tư duy ở người trưởng thành chia làm ba loại:

Tư duy thực hành: Đây là loại tư duy mà nhiệm vụ được đề ra một cách trực quan, dưới hình thức cụ thể, phương thức giải quyết là những hành động thực hành.

Tư duy hình ảnh cụ thể: là loại tư duy mà nhiệm vụ được đặt ra dưới hình ảnh cụ thể và việc giải quyết nhiệm vụ cũng dựa trên những hình ảnh trực quan đã có.

Tư duy lí luận: là loại tư duy mà nhiệm vụ được đặt ra và việc giải quyết nhiệm vụ đó đòi hỏi phải sử dụng những khái niệm trừu tượng, những tri thức lí luận.

4.2.1.5 Các phẩm chất cơ bản của trí tuệ

Mức độ sâu sắc và khái quát của tư duy

Tính linh hoạt và mềm dẻo

Tính logic

Óc phê phán

Tính độc lập

4.2.2 Tưởng tượng

4.2.2.1 Khái niệm tưởng tượng

Định nghĩa: 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

Đặc điểm của tưởng tượng:

Tưởng tượng chỉ nảy sinh trước những tình huống có vấn đề (giống tư duy) nhưng chỉ khi tính bất định của hoàn cảnh quá lớn. Nghĩa là khi tình huống có vấn đề thiếu những thông tin rõ ràng, sáng tỏ, khó có thể dùng tư duy để giải quyết được. Như vậy, giá trị của tưởng tượng chính là ở chỗ tìm ra được một 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 được kết quả cuối cùng. Đây cũng là chỗ yếu trong giải quyết vấn đề của tưởng tượng. Vì chính điều đó làm cho việc giải quyết vấn đề không chặt chẽ, chính xác.

Về nội dung phản ánh: tưởng tượng tạo ra cái mới, chưa từng có trong kinh nghiệm của cá nhân và xã hội.

Về phương thức phản ánh: Tưởng tượng tạo ra hình ảnh mới từ các biểu tượng đã có (biểu tượng của trí nhớ) nhờ các phương thức hành động: chấp ghép liên hợp, nhấn mạnh, điển hình hoá, loại suy...

Về kết quả phản ánh: sản phẩm của tưởng tượng là các biểu tượng của biểu tượng. Đó là một hình ảnh mới do con người tạo ra trên cơ sở những biểu tượng của trí nhớ. Nhưng khác với biểu tượng của trí nhớ, biểu tượng của tưởng tượng là hình ảnh mới, khái quát hơn.

Tưởng tượng là một quá trình tâm lí, có nguồn gốc xã hội, được hình thành và phát triển trong lao động và do đó chỉ có ở con người.

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 cung cấp.

4.2.2.2 Vai trò của tưởng tượng

Tưởng tượng là phương thức hoạt động đặc trưng của con người. Tưởng tượng có vai trò đặc biệt quan trọng đối với cuộc sống. Cụ thể:

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 và kết quả mong đợi do tưởng tượng tạo nên. Tưởng tượng cho phép con người hình dung được kết quả trung gian và cuối cùng của lao động.

Tưởng tượng tạo nên những hình mẫu tươi sáng, 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 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 các tri thức mới, đặc biệt là đến việc giáo dục đạo đức cũng như phát triển nhân cách nói chung.

Tưởng tượng là động lực mạnh mẽ của hoạt động, đặc biệt đối với hoạt động nhận thức.

Tưởng tượng góp phần làm cho đời sống tình cảm của con người phong phú, sâu sắc.

4.2.2.3 Các loại tưởng tượng

Dựa vào tính mục đích, tưởng tượng được chia làm hai loại:

Tưởng tượng không chủ định: là loại tưởng tượng không có mục đích, không đòi hỏi sự nỗ lực ý chí

Tưởng tượng có chủ định: là loại tưởng tượng có mục đích, đòi hỏi sự nỗ lực ý chí, phục vụ cho hoạt động. Tưởng tượng có mục đích được chia làm hai loại: tưởng tượng sáng tạo và tưởng tượng tái tạo.

Tưởng tượng tái tạo là tưởng tượng mà sản phẩm chỉ mới đối với cá nhân người tưởng tượng (ví dụ: tưởng tượng một phong cảnh theo lời kể của người khác...)

Tưởng tượng sáng tạo là tưởng tượng mà sản phẩm mới đối với nhiều người (ví dụ: các tác phẩm hội họa, âm nhạc của các nghệ sĩ tài năng...)

Dựa vào tính tích cực và tính hiệu lực của tưởng tượng, người ta chia tưởng tượng thành hai loại:

Tưởng tượng tiêu cực: là loại tưởng tượng tạo ra những hình ảnh không được thực hiện trong cuộc sống, vạch ra những chương trình hành vi không thể thực hiện. Tưởng tượng tiêu cực có thể xảy ra có chủ định nhưng không gắn liền với ý chí, đó là mơ hồ. Nó thường xảy ra khi con người ở trong tình trạng không hoạt động, trong giấc ngủ, chiêm bao, trong trạng thái nửa thức, nửa ngủ, trạng thái xúc động, trạng thái bệnh lí của ý thức (ảo giác, hoang tưởng).

Tưởng tượng tiêu cực có thể xảy ra không chủ định. Điều này có thể xảy ra khi ý thức, hệ thống tín hiệu thứ hai bị suy yếu.

Tưởng tượng tích cực là loại tưởng tượng tạo ra những hình ảnh đáp ứng nhu cầu thực tế, kích thích con người hoạt động.

Ước mơ và lý tưởng là loại tưởng tượng đặc biệt

Ước mơ và lý tưởng đều phản ánh nhu cầu, nguyện vọng của con người và hướng về tương lai nhưng lý tưởng có tính tích cực và mang tính lý tính vì gắn với quan điểm sống. Lý 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. Còn ước mơ gắn với nhu cầu gần gũi, ước mơ có thể có lợi hoặc có hại tùy thuộc vào chủ thể.

4.2.2.4 Các cách sáng tạo hình ảnh mới trong tưởng tượng.

Các hình ảnh mới của tưởng tượng được tạo ra bằng nhiều cách khác nhau. Sau đây là một số cách sáng tạo cơ bản nhất:

Thay đổi kích thước, số lượng của sự vật hay thành phần của sự vật (ví dụ: hình tượng người khổng lồ, người tí hon, phật trăm tay nghìn mắt...)

Nhấn mạnh các thành phần, chi tiết, thuộc tính của sự vật. (ví dụ: hình ảnh các tranh biếm họa được sáng tác theo kiểu này).

Chắp ghép: ghép các bộ phận của nhiều sự vật, hiện tượng lại thành một hình ảnh mới (ví dụ : hình ảnh người cá, nhân sư...)

Liên hợp: Về hình thức giống như chắp ghép, nhưng khác ở chỗ, các hình ảnh bộ phận trước khi tham gia vào việc xây dựng hình ảnh mới đã có sự cải biên và nằm trong mối liên hệ mới. (ví dụ: hình ảnh xe đạp buồm, tàu điện bánh hơi, thủy phi cơ...)

Diễn hình hóa. là phương pháp tạo ra hình ảnh mới trên cơ sở tổng hợp, sáng tạo các thuộc tính điển hình là các đại diện cho hàng loạt các đối tượng (ví dụ: nhân vật điển hình trong sáng tác văn học, nghệ thuật).

Loại suy (tương tự): là phương pháp tạo ra hình ảnh mới trên cơ sở mô phỏng, bắt chước những chi tiết, bộ phận, những sự vật có thực (ví dụ: cánh tay máy).

4.2.3. Ngôn ngữ

4.2.3.1 Khái niệm ngôn ngữ

Ngôn ngữ là thứ tiếng của một tộc người, bao gồm hệ thống các ký hiệu và những quy tắc ngữ pháp nhất định.

Hoạt động ngôn ngữ là quá trình cá nhân sử dụng một thứ ngôn ngữ nào đó để giao tiếp, tư duy. Do đó, ngôn ngữ là đối tượng của Ngôn ngữ học, hoạt động ngôn ngữ là đối tượng của Tâm lý học (một số tác giả gọi đối tượng của ngôn ngữ học là ngữ ngôn, còn hoạt động ngôn ngữ là ngôn ngữ)

Các chức năng của ngôn ngữ:

Chức năng chỉ nghĩa: Con người dùng quá trình ngôn ngữ để chỉ chính bản thân sự vật, hiện tượng.

Chức năng khái quát hóa: Từ không chỉ một sự vật hiện tượng riêng lẻ mà có thể chỉ một loạt sự vật hiện tượng có chung những thuộc tính bản chất.

Chức năng thông báo: chức năng này thể hiện ở ba mặt: ngôn ngữ có chức năng thông tin, biểu cảm, thúc đẩy hành động.

Có thể nói tóm gọn lại là, ngôn ngữ có hai chức năng chính: là phương tiện giao tiếp và là công cụ tư duy.

4.2.3.2 Các dạng hoạt động ngôn ngữ

Ngôn ngữ bên ngoài.

Là thứ ngôn ngữ hướng vào người khác, nó được dùng để truyền đạt và tiếp thu tư tưởng (chức năng giao tiếp). Ngôn ngữ bên ngoài có 2 hình thức: ngôn ngữ nói và ngôn ngữ viết.

Ngôn ngữ nói: là ngôn ngữ được hướng vào người khác, được biểu đạt bằng âm thanh và tiếp thu bằng thính giác.

Ngôn ngữ viết: là ngôn ngữ được hướng vào người khác, được biểu thị bằng các kí hiệu chữ viết và được tiếp thu bằng thị giác.

Cả ngôn ngữ nói và viết đều có các hình thức đối thoại, độc thoại; trực tiếp, gián tiếp.

Ngôn ngữ bên trong: là ngôn ngữ cho mình, hướng vào chính mình, giúp con người tư duy và tự điều khiển bản thân. Vì vậy, nó không phải là phương tiện giao tiếp.

Ngôn ngữ bên trong có đặc điểm:

Không phát ra âm thanh.

Bao giờ cũng được rút gọn, cô đọng.

Tồn tại dưới dạng cảm giác vận động, do cơ chế đặc biệt của nó quy định.

Tuy khác nhau, nhưng ngôn ngữ bên ngoài và ngôn ngữ bên trong có mối quan hệ mật thiết. Ngôn ngữ bên ngoài là cái gốc của ngôn ngữ bên trong, nó xuất hiện trước. Ngôn ngữ bên trong là kết quả nội tâm hóa của ngôn ngữ bên ngoài. Theo quan điểm hiện đại thì ngôn ngữ bên trong có 2 dạng: ngôn ngữ nói bên trong và ngôn ngữ bên trong thực sự.

4.2.3.3 Vai trò của ngôn ngữ trong đời sống tâm lý của con người.

Ngôn ngữ có vai trò quan trọng đối với đời sống, nhờ có nó tham gia mà hoạt động con người có khả năng tổ chức, điều khiển, điều chỉnh theo mục đích.

Đối với hoạt động nhận thức: Ngôn ngữ tham gia vào tất cả các quá trình nhận thức với mức độ khác nhau.

Đối với nhận thức cảm tính

Đối với cảm giác:

Thay đổi ngưỡng cảm giác, tính nhạy cảm, ngôn ngữ có thể tạo ra ảo giác, ngôn ngữ giúp cảm giác diễn ra chính xác hơn

Đối với tri giác:

Ảnh hưởng đến tính đối tượng, tính trọn vẹn, tính lựa chọn, tính ý nghĩa của tri giác

Ngôn ngữ là thành phần quan trọng của năng lực quan sát

Đối với trí nhớ:

Ngôn ngữ tham gia vào các quá trình cơ bản của trí nhớ làm cho nó có tính chủ định.

Ngôn ngữ tác động đến toàn bộ quá trình và nội dung trí nhớ

Đối với hoạt động nhận thức lý tính:

Đối với tư duy:

Ngôn ngữ tham gia vào tất cả các giai đoạn của một quá trình tư duy, đặc biệt
Ngôn ngữ là công cụ không thể thiếu được của tư duy trừu tượng.

Đối với tưởng tượng:

Ngôn ngữ có vai trò to lớn trong việc hình thành, biểu đạt các hình ảnh mới và
làm cho biểu tượng của tưởng tượng có tính cấu trúc chặt chẽ.

CÂU HỎI ÔN TẬP

1. Nhận thức cảm tính là gì? phân biệt các quá trình nhận thức cảm tính và mối quan hệ giữa chúng?
2. Phân tích các giai đoạn của một quá trình tư duy và cho ví dụ cụ thể để minh họa.
3. Tưởng tượng là gì? So sánh tưởng tượng với tư duy. Nêu các cách sáng tạo hình ảnh mới trong tưởng tượng.
4. Phân tích vai trò của ngôn ngữ đối với hoạt động nhận thức

Chương 5. TÌNH CẢM – Ý CHÍ

Mục tiêu: - Hiểu khái niệm, đặc điểm, các quy luật cơ bản của tình cảm, ý chí và hành động ý chí

- Nhận diện và giải thích các biểu hiện của quy luật tình cảm
- Đề xuất các biện pháp nhằm tạo ra hoặc nâng cao tác dụng của các xúc cảm tích cực và hạn chế ảnh hưởng của xúc cảm tiêu cực.

5.1 Tình cảm

5.1.1 Khái niệm tình cảm – xúc cảm.

Trong quá trình sống, con người tác động vào thế giới khách quan, cải tạo thế giới, cải tạo xã hội nhằm phục vụ cho đời sống, đồng thời cũng cải tạo chính bản thân mình. Không những thế, con người còn tỏ thái độ của mình với thế giới. Khi nghe một bản nhạc, một bài thơ hay, chứng kiến một hoàn cảnh thương tâm con người đều có những rung động của bản thân mình.

Khi thoả mãn hay không được thoả mãn những nhu cầu của bản thân, con người có những xúc cảm tương ứng. Những hiện tượng tâm lý biểu lộ những rung động, thể hiện thái độ của con người đối với sự vật hiện tượng đó gọi là xúc cảm và tình cảm. Xúc cảm và tình cảm của con người rất phong phú và đa dạng, thể hiện qua nhiều cung bậc, cấp độ khác nhau.

5.1.1.1 Tình cảm là gì?

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.

So sánh tình cảm và nhận thức:

Giống nhau:

Đều là sự phản ánh hiện thực khách quan.

Đều có tính chủ thể và mang bản chất xã hội – lịch sử.

Khác nhau:

Mặt so sánh	Quá trình nhận thức	Xúc cảm- tình cảm
1. Đối tượng phản	- Phản ánh bản thân sự vật,	- Phản ánh mối quan hệ giữa

ánh	hiện tượng trong thế giới khách quan.	sự vật, hiện tượng với nhu cầu, động cơ.
2. Phạm vi phản ánh	- Phản ánh tất cả các sự vật hiện tượng tác động vào con người.	- Chỉ phản ánh những sự vật, hiện tượng nào liên quan đến nhu cầu.
3. Phương thức phản ánh	- Phản ánh bằng các hình ảnh, biểu tượng, khái niệm.	- Phản ánh dưới hình thức các rung cảm, trải nghiệm.
4. Tính chủ thể.	- Chưa rõ ràng, đậm nét.	- Rất sâu sắc, rõ ràng.
5. Quá trình hình thành	- Tương đối nhanh, ít phức tạp.	- Lâu dài, phức tạp.

Mối quan hệ: Tuy khác nhau nhưng giữa xúc cảm – tình cảm với nhận thức có mối quan hệ mật thiết, tác động qua lại. Thể hiện:

Nhận thức là cơ sở để nảy sinh tình cảm, nó là cái lí của tình cảm.

Tình cảm là động lực thúc đẩy con người nhận thức để tìm ra chân lí.

5.1.1.2 Xúc cảm – tình cảm

Xúc cảm và tình cảm đều phản ánh mối quan hệ giữa sự vật hiện tượng với nhu cầu, biểu thị sự rung cảm của con người nhưng ở hai mức độ khác nhau

Xúc cảm, tình cảm có những điểm khác biệt:

Xúc cảm	Tình cảm
<ul style="list-style-type: none"> - Có cả ở con người và con vật. - Là một quá trình tâm lí. - Có tính nhất thời, tình huống, đa dạng. - Luôn ở dạng hiện thực. - Thực hiện chức năng sinh vật. - Gắn với phản xạ không điều kiện, với bản năng. 	<ul style="list-style-type: none"> - Chỉ có ở con người. - Là một thuộc tính tâm lí. - Có tính xác định và ổn định. - Thường ở trạng thái tiềm tàng. - Xuất hiện sau. Thực hiện c/năng xã hội. - Gắn với phản xạ có điều kiện, với động hình, với ngôn ngữ.

Xúc cảm và tình cảm quan hệ mật thiết: Xúc cảm là cơ sở để hình thành tình cảm. Tình cảm được biểu hiện qua những xúc cảm.

5.1.2 Những đặc điểm đặc trưng của tình cảm

5.1.2.1 Tính nhận thức: Tình cảm của con người được nảy sinh trên cơ sở những xúc cảm của họ trong quá trình nhận thức đối tượng. Nói cách khác, 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, làm cho tình cảm có tính đối tượng xác định.

5.1.2.2 Tính xã hội: Tình cảm của con người 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.

5.1.2.3 Tính ổn định: Tình cảm là những thái độ ổn định của con người đối với hiện thực xung quanh và đối với bản thân, chứ không như xúc cảm (có tính tình huống, nhất thời).

5.1.2.4 Tính chân thực: Tình cảm phản ánh một cách chân thật nhất đời sống nội tâm của con người, dù có khi con người cố tình che giấu nó.

5.1.2.5 Tính đối cực (tính hai mặt): Tình cảm gắn liền với sự thỏa mãn nhu cầu của con người. Trong một hoàn cảnh nhất định, một số nhu cầu được thỏa mãn (xuất hiện xúc cảm dương tính), nhưng một số khác lại bị kìm hãm không được thỏa mãn (xúc cảm âm tính) và tương ứng với điều này là sự nảy sinh tính đối cực của tình cảm: yêu - ghét. Vui - buồn, tích cực - tiêu cực.

5.1.3 Các mức độ và các loại tình cảm.

5.1.3.1 Các mức độ của tình cảm:

Đời sống tình cảm của con người vô cùng phong phú, đa dạng. Nếu dựa vào tính ổn định, tính trọn vẹn, tính khái quát, tính có ý thức, ta có thể chia tình cảm ra làm các mức độ sau:

Màu sắc xúc cảm của cảm giác.

Màu sắc xúc cảm của cảm giác là các 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 giác nhẹ nhàng, lâng lâng dễ chịu, cảm giác về màu đỏ gây cho ta 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, mạnh mẽ, rõ rệt hơn so với màu sắc xúc cảm của cảm giác, mang tính chất khái quát hơn, chủ thể ý thức rõ rệt hơn so với màu sắc xúc cảm của cảm giác.

Người ta chia xúc cảm làm hai loại: xúc động và tâm trạng.

Xúc động, là những rung cảm mạnh, diễn ra mãnh liệt, thời gian tương đối ngắn. (ví dụ: cơn tức giận, nỗi kinh hoàng, sự tuyệt vọng...)

Xúc động thường phát sinh trong những tình huống, hoàn cảnh có ý nghĩa đặc biệt quan trọng trong đời sống của con người.

Khi có xúc động, con người thường không làm chủ được hành vi, hành động của bản thân....

Tâm trạng, là những xúc cảm diễn ra với cường độ trung bình hoặc yếu, tồn tại trong thời gian dài.

Tâm trạng biểu hiện ở hai mặt: tích cực hoặc tiêu cực. Tâm trạng được gây ra bởi nhiều nguyên nhân khác nhau: tâm lý, sinh lý, xã hội

Gần đây các nhà Tâm lý học quan tâm tới một trạng thái xúc cảm đặc biệt gọi là “stress”. Đó là những trạng thái cảm xúc nảy sinh trong những tình huống nguy hiểm, những tình huống chủ thể phải chịu đựng những nặng nhọc về thể xác, tâm lý, hoặc trong hoàn cảnh phải quyết định những hành động nhanh chóng và trọng yếu. Đối với sự nảy sinh trạng thái căng thẳng thì nhân cách của con người, kinh nghiệm và sự rèn luyện có vai trò quan trọng.

Trạng thái stress có thể ảnh hưởng tốt lẫn xấu đến hoạt động, thậm chí làm rối loạn hoàn toàn hoạt động. Vì vậy, cần phải nghiên cứu sự thích ứng của con người đối với điều kiện đó.

Tình cảm.

Tình cảm là thái độ ổn định của con người đối với hiện thực xung quanh và đối với bản thân, là thuộc tính ổn định của nhân cách. So với các mức độ nêu trên, TC 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 say mê tích cực (học tập, nghiên cứu) nhưng cũng có những say mê tiêu cực (đam mê cờ bạc, rượu chè ...)

5.1.3.2 Các loại tình cảm

Tình cảm cấp thấp

Là những tình cảm liên quan đến sự thoả mãn hay không thoả mãn những nhu cầu sinh học của cơ thể.

Tình cảm cấp cao

Là những tình cảm liên quan đến sự thoả mãn nhu cầu tinh thần.

Tình 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 con người đối với các yêu cầu đạo đức, hành vi đạo đức. (tình mẫu tử, tình bầu bạn ...)

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, nó 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, gắn với thế giới quan của họ. Ở mức độ này, tình cảm trở nên rất bền vững và ổn định, có tính khái quát cao, trở thành một nguyên tắc trong thái độ và hành vi của cá nhân.

5.1.4 Các quy luật của tình cảm.

5.1.4.1 Quy luật “lây lan” của tình cảm

Xúc cảm, tình cảm của con người có thể truyền “lây” từ người này sang người khác, theo kiểu: vui lây, buồn lây. Nền tảng của quy luật này là tính xã hội trong tình cảm của con người. Chính tình cảm tập thể, xã hội được hình thành trên cơ sở quy luật này. Một biểu hiện của quy luật này trong xã hội là hiện tượng “hoảng loạn”.

Quy luật này có ý nghĩa quan trọng trong hoạt động tập thể của con người như: học tập, lao động, chiến đấu, là cơ sở của nguyên tắc giáo dục trong tập thể và bằng tập thể.

5.1.4.2 Quy luật “thích ứng” của tình cảm.

Một xúc cảm, tình cảm nào đó được lặp đi, lặp lại nhiều lần một cách không thay đổi thì cuối cùng nó sẽ bị suy yếu đi, bị lảng xuống. Đó là hiện tượng “chai sạn” tình cảm. (ví dụ: “xa thương, gần thường”; “Bụt chùa nhà không thiêng”...)

Quy luật này được ứng dụng có hiệu quả trong cuộc sống hàng ngày nhằm hạn chế sự thích ứng đối với xúc cảm, tình cảm tích cực hoặc làm suy yếu xúc cảm, tình cảm tiêu cực (ví dụ: Để làm trẻ mắt tính nhút nhát, sợ bị gọi lên bảng thì giáo viên thường xuyên “ưu tiên” em đó hoặc sử dụng nhiều hình thức khen thưởng trách phạt để chống lại sự thích ứng làm tăng hiệu quả giáo dục).

5.1.4.3 Quy luật “trương phản” hay “cảm ứng”.

Đây là sự tác động qua lại giữa những xúc cảm âm tính và dương tính, tiêu cực và tích cực thuộc cùng một loại (cũng giống như hiện tượng trương phản trong cảm

giác). Cụ thể là: một thể nghiệm này có thể làm tăng hay giảm một thể nghiệm khác xảy ra đồng thời hay nối tiếp với nó (ví dụ khi chắm bài, sau một loạt bài kém, lúc gặp một bài khá thì giáo viên cảm thấy hài lòng hơn nhiều khi bài khá đó nằm trong một loạt các bài khá khác).

Người ta đã sử dụng quy luật này trong việc xây dựng các tình tiết, các tính cách nhân vật, hành động nhân vật trong văn học, nghệ thuật nhằm đánh trúng tâm lí của khán giả hay độc giả, thỏa mãn nhu cầu đạo đức, thẩm mỹ của họ. Trong giáo dục tư tưởng, người ta sử dụng quy luật này trong biện pháp “ôn nghèo, nhớ khổ”, “ôn cố tri tân”....

5.1.4.4 Quy luật “di chuyển” tình cảm.

Xúc cảm, tình cảm của con người có thể di chuyển từ đối tượng này sang đối tượng khác, kiểu “giận cá, chém thớt”, “vơ đũa cả nắm”.

Quy luật này nhắc nhở chúng ta phải kiểm soát thái độ cảm xúc của mình, làm cho nó có tính chọn lọc tích cực, tránh vơ đũa cả nắm,...

5.1.4.5 Quy luật “pha trộn” tình cảm.

Đó là sự kết hợp màu sắc âm tính của biểu tượng và màu sắc dương tính của nó, hơn nữa màu sắc âm tính còn là cơ sở để nảy sinh màu sắc dương tính. Tính pha trộn cho phép hai xúc cảm, tình cảm đối lập nhau có thể cùng tồn tại ở một con người, chúng không loại trừ nhau mà quy định lẫn nhau (ví dụ: cảm xúc lo âu và tự hào của võ sĩ quyền anh trước khi lên sàn đấu. Sự ghen tuông trong tình cảm vợ chồng...).

Quy luật này cho ta thấy rõ tính chất phức tạp, nhiều khi mâu thuẫn trong tình cảm con người.

5.1.4.6 Quy luật về sự hình thành tình cảm.

Tình cảm được hình thành trên cơ sở tổng hợp hóa, động hình hóa và khái quát hóa những cảm xúc cùng loại.

Điều lưu ý là trong quá trình hình thành tình cảm, sự xuất hiện xúc cảm đối cực không cùng loại với tình cảm đó (Chẳng hạn, giận hờn trong tình cảm yêu thương) với

tần suất thấp thì không ảnh hưởng, thậm chí còn có lợi cho việc hình thành tình cảm đó.

5.1.5 Vai trò của tình cảm.

Tình cảm có vai trò to lớn trong cuộc sống và trong hoạt động của con người. Tình cảm là động thúc đẩy con người hoạt động, giúp con người vượt qua những khó khăn trở ngại trong quá trình hoạt động. Sự “đói” tình cảm cũng giống như sự đói cảm giác đều có ảnh hưởng sâu sắc đến đặc điểm tâm lí và cơ thể con người.

Tình cảm là nguồn động lực mạnh mẽ kích thích con người tìm tòi chân lý. Ngược lại nhận thức là cơ sở của tình cảm, chi phối tình cảm

Tình cảm có mối quan hệ và chi phối toàn bộ các thuộc tính tâm lí của con người, tất cả biểu hiện của xu hướng nhân cách. Tình cảm là mặt 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, là nội dung giáo dục nhân cách.

5.2 Ý chí

5.2.1 Ý chí

5.2.1.1 Ý chí là gì ?

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

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

Ý chí bao gồm cả mặt năng động của trí tuệ, mặt năng động của tình cảm, đạo đức, là hình thức điều khiển, điều chỉnh hành vi tích cực nhất của con người. Giá trị chân chính của ý chí không phải chỉ ở cường độ ý chí mạnh hay yếu mà điều chủ yếu là ở nội dung đạo đức mà ý chí nỗ lực vươn tới.

5.2.1.2 Các phẩm chất ý chí của nhân cách

Tính mục đích: Là phẩm chất đặc biệt 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, vào nội dung đạo đức và tính giai cấp của nhân cách mang ý chí.

Tính độc lập: Là phẩm chất ý chí cho phép con người 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: Là khả năng đưa ra những quyết định kịp thời, dứt khoát trên cơ sở tính toán cân nhắc kỹ càng, chắc chắn. Tiền đề của tính quyết đoán là trình độ trí tuệ và sự dũng cảm. Người có tính quyết đoán luôn hành động có suy nghĩ, dũng cảm, nhanh nhạy, đúng lúc, không dao động và hoài nghi.

Tính kiên cường: Nói lên cường độ của ý chí, cho phép con người có những quyết định đúng đắn, kịp thời trong những hoàn cảnh khó khăn và kiên trì thực hiện đến cùng mục đích đã xác định.

Tính kiên cường, bền bỉ, không có nghĩa là sự lì lợm, bướng bỉnh theo đuổi mục đích một cách 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 dũng cảm: Khả năng sẵn sàng và nhanh chóng vượt tới mục đích bất chấp khó khăn nguy hiểm cho tính mạng hay lợi ích của bản thân.

Tính tự kiểm chế, tự chủ: Là khả năng và thói quen kiểm tra hành vi làm chủ của bản thân mình, kìm hãm những hành động được cho là không cần thiết hoặc có hại trong trường hợp cụ thể.

Các phẩm chất ý chí của nhân cách nói trên luôn luôn gắn bó hữu cơ với nhau và được thể hiện trong các hành động ý chí.

5.2.2 Hành động ý chí và cấu trúc của nó

5.2.2.1 Hành động ý chí là gì?

Những hành động của con người được điều chỉnh bởi ý chí gọi là hành động ý chí. Hay nói cách khác, 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.

Đặc điểm của hành động ý chí

Có sự đề ra mục đích từ trước một cách có ý thức.

Có sự đề ra phương tiện, biện pháp để đạt mục đích.

Có sự theo dõi, kiểm tra, điều khiển, điều chỉnh sự nỗ lực khắc phục khó khăn bên trong và bên ngoài trong quá trình thực hiện mục đích.

Căn cứ vào ba đặc điểm trên, người ta chia hành động ý chí làm ba loại:

Hành động ý chí đơn giản.

Hành động ý chí cấp bách.

Hành động ý chí phức tạp (điển hình): là hành động thể hiện đầy đủ ba đặc điểm trên.

5.2.2.2 Cấu trúc tâm lí của một hành động ý chí điển hình.

Mỗi hành động ý chí điển hình có thể chia làm ba giai đoạn. Đó là giai đoạn chuẩn bị, giai đoạn thực hiện, giai đoạn đánh giá kết quả hành động.

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 nhiệm vụ sau:

Đặt ra và ý thức rõ ràng mục đích của hành động. (còn gọi là giai đoạn đấu tranh động cơ để xác định mục đích hành động).

Lập kế hoạch và lựa chọn phương pháp, phương tiện hành động.

Quyết định hành động.

Giai đoạn thực hiện: Đây là giai đoạn hành động thực tiễn, nhằm biến các suy nghĩ, dự định thành hiện thực. Sự thực hiện quyết định có thể có hai hình thức:

Hành động ý chí bên ngoài

Hành động ý chí bên trong.

Nếu trong quá trình thực hiện, con người đi chệch khỏi con đường, mục đích đã định, thì họ biểu hiện sự không có ý chí. Tuy nhiên, khi hoàn cảnh bị thay đổi, nảy sinh

những điều kiện mới và việc thực hiện quyết định trước đây trở nên không hợp lí nữa, thì sự từ bỏ một cách có ý thức quyết định cũ lại là điều cần thiết.

Giai đoạn đánh giá kết quả hành động. Đây là giai đoạn diễn ra sau khi hành động ý chí được thực hiện, nhằm đối chiếu kết quả hành động với mục đích đề ra. Việc đánh giá này là cần thiết nhằm rút kinh nghiệm cho các hành động tiếp theo. Nó được thể hiện trong những phán đoán đặc biệt, tán thành, biện hộ hoặc lên án sự quyết định đã chọn và hành động đã thực hiện. Kèm theo sự đánh giá tích cực hay tiêu cực thì ở con người xuất hiện các cảm xúc tương ứng: thỏa mãn, hài lòng, vui sướng hoặc ân hận, đau khổ....

Không chỉ có cá nhân mà toàn xã hội cũng tham gia đánh giá hành động. Sự đánh giá của xã hội đối với cá nhân được thể hiện thông qua việc tuyên dương, khen thưởng hay phê bình theo những quan điểm chính trị-xã hội, đạo đức, thẩm mỹ vv...

Tóm lại, các giai đoạn trên của hành động ý chí có mối quan hệ mật thiết, tác động qua lại. Thông qua việc thực hiện hành động ý chí mà các đặc điểm tâm lí, nhân cách của con người được hình thành, bộc lộ rõ rệt và trong đó đặc biệt là các phẩm chất ý chí của con người, như: tính mục đích, tính quyết đoán, dũng cảm, tự chủ...

5.2.3 Hành động tự động hóa: kỹ xảo và thói quen.

5.2.3.1 Hành động tự động hóa là gì?

Là loại hành động mà vốn lúc đầu là hành động có ý thức, có ý chí, nhưng do được lặp đi , lặp lại hay do luyện tập mà 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

5.2.3.2 Các loại hành động tự động hóa: Kỹ xảo và thói quen

Kỹ xảo là hành động tự động hóa nhờ luyện tập mà có

Thói quen: Hành động tự động hóa ổn định trở thành nhu cầu của người (được hình thành bằng nhiều con đường: bắt chước, luyện tập...)

Giống nhau:

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 bắp thịt.

Khác nhau:

Kĩ xảo	Thói quen
<ul style="list-style-type: none"> - Mang tính chất kĩ thuật thuần túy. - Được đánh giá về mặt kĩ thuật, thao tác. - Không gắn với tình huống. - Có thể không bền vững, nếu không thường xuyên củng cố. - Hình thành chủ yếu bằng luyện tập có mục đích, có hệ thống. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mang tính nhu cầu, nếp sống. - Được đánh giá về mặt đạo đức. - Gắn với một tình huống nhất định. - Bền vững, bắt rễ sâu vào trong nếp sống, hvi cá nhân, khó thay đổi. - Hình thành bằng nhiều con đường khác nhau: tự phát, tự giác.

5.2.3.3 Các quy luật hình thành kĩ xảo:

Quy luật về sự tiến bộ không đều của kĩ xảo

Trong quá trình luyện tập, kĩ xảo có sự tiến bộ không đồng 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 trường hợp khi bắt đầu luyện tập, sự tiến bộ tạm thời lui lại sau đó tăng dần lên.

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

Quy luật đỉnh của phương pháp luyện tập:

Mỗi phương pháp luyện tập kĩ xảo chỉ đem lại một kết quả cao nhất đối với nó mà thôi. Kết quả đó gọi là “đỉnh” của phương pháp luyện tập đó. Muốn đạt được kết quả cao hơn ta 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 trong huấn luyện kỹ năng, kĩ xảo.

Quy luật về sự tác động qua lại giữa kỹ xảo cũ và KX mới:

Trong quá trình luyện tập KX mới, những KX đã có ảnh hưởng rõ rệt đến việc hình thành KX mới. Sự tác động qua lại này diễn ra theo hai chiều hướng sau:

Kỹ xảo cũ ảnh hưởng tốt, có lợi cho việc hình thành kỹ xảo mới, đó là hiện tượng “di chuyển” kỹ xảo (hay còn gọi là cộng). (Ví dụ: đã biết đánh máy chữ thủ công (máy cơ) rồi 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 phát bóng, cắt xoáy bóng bàn lúc đầu cũng được sử dụng để phát bóng hay đỡ bóng, 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 mai một, suy yếu và cuối cùng có thể bị mất hẳn (dập tắt). Ví dụ: tiếng ngoại ngữ không sử dụng thường xuyên sẽ bị mai một đi.

Quy luật này cho ta thấy rõ cần “văn ôn võ luyện” trong học tập

CÂU HỎI ÔN TẬP

1. Tình cảm là gì? So sánh tình cảm với nhận thức, tình cảm với xúc cảm.
2. Trình bày các quy luật của tình cảm và nêu những ứng dụng của chúng đối với đời sống.
3. Ý chí là gì? Vì sao nói ý chí là mặt năng động của ý thức?
4. Hành động ý chí là gì? Lấy một ví dụ cụ thể để minh họa các giai đoạn của một hành động ý chí điển hình.
5. So sánh kỹ xảo và thói quen. Nêu các quy luật hình thành kỹ xảo và rút ra kết luận sư phạm

Chương 6. TRÍ NHỚ

Mục tiêu: -Hiểu khái niệm, các quá trình cơ bản, các loại, quy luật của trí nhớ
-Biết cách rèn trí nhớ

6.1 Khái niệm trí nhớ

6.1.1 Trí nhớ là gì?

Trí nhớ là quá trình tâm lý phản ánh vốn kinh nghiệm của cá nhân bằng cách ghi nhớ, gìn giữ, nhận lại và nhớ lại những điều mà con người đã trải qua.

6.1.2 Đặc điểm phản ánh của trí nhớ.

Nội dung phản ánh. Trí nhớ phản ánh vốn kinh nghiệm cá nhân. Đó là toàn bộ những cái con người đã nhận thức, rung cảm, trải nghiệm trong quá khứ.

Phương thức phản ánh. Bằng cách ghi nhớ, giữ gìn, nhận lại, tái hiện lại những cái con người đã trải qua trong quá khứ.

Sản phẩm phản ánh: Là các biểu tượng trí nhớ.

Vì vậy, ở góc độ nhận thức, trí nhớ là giai đoạn trung gian chuyển tiếp giữa nhận thức cảm tính và nhận thức lý tính.

6.1.3 Vai trò của trí nhớ.

Trí nhớ có vai trò đặc biệt quan trọng trong đời sống và hoạt động của con người. Nhờ có trí nhớ mà con người có thể tích lũy kinh nghiệm để vận dụng vào trong cuộc sống, học tập; không có kinh nghiệm thì không có bất cứ hoạt động nào, cũng như không có sự hình thành nhân cách. I.M. Xêsenốp cho rằng: “ trí nhớ là điều kiện cơ bản của cuộc sống tâm lý”. “ là cơ sở của sự phát triển tâm lý”. Ông nhấn mạnh: “ nếu không có trí nhớ thì con người ta vĩnh viễn ở vào trạng thái của đứa trẻ sơ sinh”.

(I.M.Xêsenốp, Tuyển tập tác phẩm, T1, NXB Viện Hàn lâm KH Nga, tr 80.)

Trí nhớ đảm bảo cho sự thống nhất và toàn vẹn của nhân cách con người. Ở người bị hỏng trí nhớ, ta thấy cuộc sống hàng ngày của họ bị rối loạn, không bình thường: Họ không nhớ tên, tuổi bản thân, không biết mình đang làm gì, ở đâu?

Ngày nay, các nhà Tâm lý học xem trí nhớ không chỉ nằm trong giới hạn của hoạt động nhận thức, mà còn là một thành phần tạo nên nhân cách con người. Vì đặc

trung của nhân cách con người được hình thành dựa trên cơ sở của kinh nghiệm cá thể, mà kinh nghiệm lại do trí nhớ mang lại.

Chính vì trí nhớ có vai trò quan trọng như vậy, cho nên việc rèn luyện và phát triển trí nhớ cho bản thân và học sinh là một nhiệm vụ quan trọng đối với người giáo viên.

6.2 Các quá trình cơ bản của trí nhớ

6.2.1 Ghi nhớ.

6.2.1.1 Định nghĩa: Ghi nhớ là quá trình thu nhận thông tin, tạo “dấu vết” tương ứng với thông tin thu nhận được, đồng thời cũng là quá trình hình thành mối liên hệ giữa tài liệu cũ và mới, giữa các bộ phận của bản thân tài liệu với nhau.

6.2.1.2 Phân loại: Gồm hai loại: Ghi nhớ không chủ định và ghi nhớ có chủ định.

Ghi nhớ không chủ định: là việc ghi nhớ tài liệu một cách tự nhiên, không cần phải đặt ra mục đích nhớ.

Ghi nhớ có chủ định: là loại ghi nhớ tài liệu dựa trên mục đích đã định từ trước, nó đòi hỏi sự nỗ lực ý chí cũng như những thủ thuật và phương thức ghi nhớ xác định.

Ghi nhớ có chủ định được thực hiện bằng các phương thức: ghi nhớ máy móc, ghi nhớ ý nghĩa và học thuộc lòng

Ghi nhớ máy móc: Nhớ “nguyên xi” tài liệu dựa trên sự lặp lại nhiều lần mà không hiểu tài liệu đó

Ghi nhớ ý nghĩa: Ghi nhớ dựa trên sự thông hiểu tài liệu, nắm được logic của tài liệu, loại này gắn liền với tư duy

Hình thức điển hình của loại này là phương pháp ghi nhớ theo điểm tựa:

Chia tài liệu thành những đoạn

Đặt tên cho mỗi đoạn phù hợp với ý nghĩa (điểm tựa)

Gắn các điểm tựa thành tổng thể

Ghi nhớ có ý nghĩa là loại ghi nhớ phổ biến trong hoạt động học tập của học sinh, nó bền vững hơn ghi nhớ máy móc.

Học thuộc lòng và thuật nhớ:

Học thuộc lòng: Ghi nhớ “nguyên xi” tài liệu nhưng hiểu tài liệu ấy

Thuật nhớ: Dựa trên mối liên hệ hình thức để học thuộc lòng gọi là thuật nhớ.

6.2.2 Giữ gìn:

6.2.2.1 Định nghĩa: là quá trình củng cố vững chắc những “dấu vết” đã được hình thành trên vỏ não trong quá trình ghi nhớ.

6.2.2.2 Phân loại: có hai hình thức giữ gìn: giữ gìn tiêu cực và giữ gìn tích cực.

Giữ gìn tiêu cực là giữ gìn bằng cách lặp lại nhiều lần tài liệu một cách máy móc

Giữ gìn tích cực là giữ gìn bằng cách ôn tập có phương pháp và tích cực

6.2.3 Nhận lại và nhớ lại:

6.2.3.1 Định nghĩa:

Nhận lại là sự nhớ lại một đối tượng nào đó trong điều kiện tri giác lại đối tượng đó.

Nhớ lại là quá trình làm “sống lại” một đối tượng nào đó trong điều kiện không cần tri giác lại đối tượng đó.

6.2.3.2 Phân loại: cả nhận lại và nhớ lại đều có hai hình thức:

Nhận lại, nhớ lại không có chủ định: không mục đích, không có nỗ lực ý chí.

Nhận lại, nhớ lại có chủ định. Khi sự nhớ lại đòi hỏi phải có sự nỗ lực khắc phục khó khăn nhất định gọi là sự hồi tưởng. Khi nhớ lại các hình ảnh đã được khu trú trong không gian, thời gian nhất định gọi là hồi ức.

6.2.4 Quên và quy luật của sự quên:

6.2.4.1 Quên là gì? Quên là biểu hiện không nhận lại và nhớ lại được hoặc nhận lại, nhớ lại sai. Đó là lúc biểu tượng về sự vật hiện tượng trên vỏ não bị phai mờ hay ức chế đi.

6.2.4.2 Quên cũng có nhiều loại: quên cục bộ - toàn phần; quên tạm thời-vĩnh viễn....

6.2.4.3 Các quy luật quên.

Người ta thường quên những gì không liên quan hoặc ít liên quan đến đời sống, những gì không phù hợp hoặc ít phù hợp với nhu cầu, sở thích cá nhân.

Người ta hay quên những gì ít sử dụng thường xuyên hàng ngày.

Người ta hay quên khi gặp những kích thích mới lạ.

Sự quên diễn ra theo quy trình xác định: quên cái chi tiết, vụn vặt trước cái chính, đại thể...

Sự quên diễn ra với tốc độ không đồng đều: ở giai đoạn đầu tốc độ quên nhanh về sau giảm dần.

Về nguyên tắc, quên là hiện tượng hợp lí, hữu ích.

6.3 Trí nhớ

Tùy theo tiêu chí, người ta chia trí nhớ làm các loại khác nhau.

Nếu căn cứ vào mục đích nhớ: trí nhớ không chủ định, trí nhớ có chủ định.

Nếu căn cứ vào nội dung nhớ: trí nhớ hình ảnh, trí nhớ cảm xúc, hành động.

Nếu căn cứ vào thời gian, ta có: trí nhớ ngắn hạn, trí nhớ dài hạn.

6.4 Rèn luyện trí nhớ.

Muốn có trí nhớ tốt ta cần phải luyện tập để có một phương pháp ghi nhớ, giữ gìn và hồi tưởng tốt.

6.4.1 Làm thế nào để ghi nhớ tốt ?

- Phải lựa chọn và phối hợp các loại ghi nhớ một cách hợp lý, phù hợp với tính chất và nội dung tài liệu, mục đích, nhiệm vụ ghi nhớ.

- Phải tập trung chú ý cao độ khi ghi nhớ.

- Có tình cảm và ý thức được tầm quan trọng của tài liệu ghi nhớ.

- Phải biết phối hợp nhiều giác quan khi ghi nhớ.

6.4.2 Làm thế nào để giữ gìn (ôn tập) tốt ?

- Phải ôn tập một cách tích cực, nghĩa là dựa vào sự nhớ lại là chủ yếu.

- Phải ôn tập ngay.

- Phải ôn xen kẽ, không nên ôn nhiều tài liệu giống nhau cùng một lúc.

- Ôn tập có nghỉ ngơi.

- Cần thay đổi hình thức và phương pháp ôn tập.

6.4.3 Làm thế nào để hồi tưởng tốt ?

Cần phải đánh bại ý nghĩ cho rằng mình đã quên hết không còn nhớ một cái gì cả.

Phải kiên trì: lần thứ nhất thất bại thì tiếp tục lần thứ hai, ba...

Khi đã thất bại thì lần sau không nên xuất phát như lần trước.

Cần tích cực tư duy khi hồi tưởng.

Cần tích cực sử dụng các mối liên tưởng, nhất là liên tưởng nhân quả khi hồi tưởng.

CÂU HỎI ÔN TẬP

1. Nêu định nghĩa trí nhớ và vai trò của trí nhớ đối với đời sống cá nhân.
2. Phân tích các quá trình cơ bản của trí nhớ.
3. Làm thế nào để có trí nhớ tốt?

Chương 7. NHÂN CÁCH VÀ SỰ HÌNH THÀNH, PHÁT TRIỂN NHÂN CÁCH

7.1 Khái niệm chung về nhân cách

7.1.1 Định nghĩa nhân cách

7.1.1.1 Một số khái niệm liên quan

Con người: vừa là một thực thể tự nhiên, vừa là một thực thể xã hội. Mặt tự nhiên và mặt xã hội thống nhất với nhau tạo thành một cấu trúc chỉnh thể - con người.

Cá nhân (cá thể người): Dùng để chỉ một con người cụ thể của một cộng đồng, thành viên của một xã hội. Cá nhân cũng là một thực thể tự nhiên – xã hội, nhưng được xem xét cụ thể riêng từng người, với các đặc điểm về sinh lý, tâm lý và xã hội để phân biệt nó với cá nhân khác.

Cá tính: Dùng để chỉ cái đơn nhất, cái có một không hai, không lặp lại trong tâm lý 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 là thành viên của xã hội, là chủ thể của các mối quan hệ xã hội và hoạt động có ý thức. Nói cách khác, nhân cách là cốt cách làm người của cá nhân

7.1.1.2 Khái niệm nhân cách trong Tâm lý học.

Định nghĩa: Nhân cách là tổ hợp những đặc điểm, những thuộc tính tâm lý 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 chủ thể, một thành viên của xã hội, nói lên bộ mặt xã hội, giá trị và cốt cách làm người của mỗi cá nhân.

Nhân cách không phải là một nét, một phẩm chất tâm lý riêng lẻ mà là một cấu trúc chỉnh thể. Nói cách khác, nhân cách là tổng hợp những đặc điểm tâm lý đặc trưng với một cơ cấu xác định.

Không phải con người sinh ra là đã có nhân cách mà nhân cách được hình thành dần trong quá trình hoạt động, giao tiếp của mỗi cá nhân (trên bình diện nhân cách, con người là một thực thể tự sinh thành).

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 những đặc điểm tâm lý chung của con người Việt Nam).

7.1.2 Đặc điểm của nhân cách.

7.1.2.1 Tính thống nhất của nhân cách.

Nhân cách là một chỉnh thể thống nhất giữa phẩm chất và năng lực, giữa đức và tài của con người; giữa các cấp độ: bên trong cá nhân, cấp độ liên cá nhân và cấp độ siêu cá nhân.

7.1.2.2 Tính ổn định của nhân cách.

Nhân cách là tổ hợp những thuộc tính tâm lý tương đối ổn định, bền vững trong mỗi cá nhân, ít thay đổi trong một giai đoạn phát triển nào đó của đời người (lứa tuổi). Chính vì thế, các đặc điểm nhân cách khó hình thành và cũng khó mất đi.

Trong thực tế, từng nét nhân cách 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 vì vậy, chúng ta mới có thể dự kiến trước được hành vi của một nhân cách nào đó trong hoàn cảnh này hay hoàn cảnh khác.

7.1.2.3 Tính tích cực của nhân cách.

Nhân cách là chủ thể của hoạt động và giao tiếp nên nhân cách mang tính tích cực. Một cá nhân chỉ được xem là nhân cách khi cá nhân đó hoạt động tích cực cải tạo hiện thực và bản thân.

7.1.2.4 Tính giao tiếp của nhân cách.

Nhân cách được hình thành phát triển biểu hiện qua các mối quan hệ xã hội, đồng thời qua giao tiếp thì nhân cách mới được đánh giá. Thông qua giao tiếp con

người lĩnh hội nền văn hóa xã hội để hình thành nhân cách của mình. Đồng thời những đặc điểm của nhân cách được bộc lộ ra trong quá trình giao tiếp.

7.2 Cấu trúc của nhân cách

Cần khẳng định rằng tâm lý con người nói chung và nhân cách con người nói riêng là một hệ thống cấu trúc mang tính thống nhất. Việc phân chia nhân cách gồm những thành tố chỉ mang tính tương đối nhằm tạo điều kiện cho việc nghiên cứu sâu sắc bản chất của hoạt động tâm lý.

Quan điểm phổ biến nhất trong Tâm lý học xem nhân cách gồm bốn thành phần tố: Xu hướng, tính cách, khí chất, năng lực.

7.2.1 Xu hướng của nhân cách.

7.2.1.1 Xu hướng là gì?

Xu hướng là tổ hợp các thuộc tính tâm lý bao gồm một hệ thống động lực qui định tính tích cực hoạt động, và quy định tính lựa chọn của các thái độ của cá nhân.

Như vậy xu hướng biểu hiện rõ trong những tình huống đòi hỏi nhân cách phải lựa chọn (khi có những điều kiện bắt buộc chọn một trong những lựa chọn có thể và trong tính tích cực hoạt động thực hiện rõ sự lựa chọn ấy. (ví dụ: lựa chọn nghề nghiệp) và trong tính tích cực của cá nhân đối với những hoạt động phù hợp với xu hướng của họ.

Những đặc điểm tâm lý của xu hướng quan hệ hữu cơ, đan xen lẫn nhau, chế ước lẫn nhau.

7.2.1.2 Các mặt biểu hiện của xu hướng.

Nhu cầu:

Nhu cầu là sự đòi hỏi tất yếu mà con người cần được thỏa mãn để tồn tại và phát triển.

Các loại nhu cầu: Có thể chia làm hai loại chính

Nhu cầu vật chất (cấp thấp): gồm những nhu cầu mà đối tượng thỏa mãn là vật chất (chủ yếu là nhu cầu cơ thể): ăn, mặc, ở...

Nhu cầu tinh thần: Đối tượng thỏa mãn là tinh thần: nhu cầu nhận thức, thẩm mỹ...

Đặc điểm nhu cầu:

Nội dung của nhu cầu do những điều kiện và phương thức thỏa mãn nó quy định.(ví dụ : ở con người, nội dung của sự thỏa mãn nhu cầu không chỉ thể hiện ở đối tượng mà còn ở cách thức thỏa mãn.)

Nhu cầu có tính chu kỳ

Nhu cầu của con người khác về chất với nhu cầu của động vật, nhu cầu của con người mang bản chất xã hội.

Động vật không có nhu cầu tinh thần, những nhu cầu tinh thần hình thành phát triển trong hoạt động, trong đời sống xã hội.

Ngay cả nội dung của nhu cầu vật chất ở người cũng khác động vật do sự khác nhau về điều kiện và phương thức thỏa mãn.

Vai trò: nhu cầu là hạt nhân trong cấu trúc nhân cách, sự sắp xếp thứ bậc nhu cầu là nhân tố chủ yếu chi phối xu hướng, động lực của nhân cách.

Hứng thú:

Định nghĩa: Hứng thú là thái độ đặc biệt của cá nhân đối với đối tượng vừa có ý nghĩa trong cuộc sống, vừa có khả năng mang lại khoái cảm cho cá nhân.

Hứng thú biểu hiện ở sự tập trung chú ý cao độ, sự say mê hấp dẫn bởi nội dung của đối tượng.

Hứng thú làm nảy sinh khác vọng hành động, tăng sức làm việc, tăng hiệu quả hoạt động. Hứng thú, nhu cầu là một thành phần trong hệ thống động lực của nhân cách.

Lý tưởng:

Định nghĩa: Lý tưởng là hình ảnh mẫu mực mà cá nhân cho là tốt đẹp, lôi cuốn cá nhân vươn tới nó.

Lý tưởng vừa mang tính hiện thực, vừa mang tính lãng mạn.

Lý tưởng mang tính hiện thực vì nó được xây dựng từ những “chất liệu” có thực trong đời sống và cũng vì thế lý tưởng mang tính xã hội - lịch sử.

Lý tưởng mang tính lãng mạn: Lý tưởng là cái có thể đạt tới trong tương lai, lý tưởng đi trước cuộc sống và phản ánh xu thế phát triển của con người.

Lý tưởng là mặt biểu hiện tập trung của xu hướng vì nó chứa đựng tất cả các thành phần khác của xu hướng.

Thế giới quan:

Định nghĩa: Thế giới quan là hệ thống quan điểm về thế giới (tự nhiên, xã hội, tư duy)

Thế giới quan của cá nhân được hình thành chủ yếu trong hoạt động nhận thức, nó phụ thuộc vào vốn hiểu biết và cảm rung cảm, ý chí.

Niềm tin:

Định nghĩa: Là một phẩm chất của thế giới quan, là cái kết tinh của quan điểm, tri thức, cảm rung, ý chí được con người thể nghiệm và trở thành chân lý bên trong mỗi cá nhân.

Niềm tin tạo nên nghị lực, ý chí để hành động theo những quan điểm mà cá nhân đã chấp nhận.

Hệ thống động cơ của nhân cách:

Động cơ là sự thúc đẩy con người hoạt động, nó bắt nguồn từ nhu cầu và được hiện thực hóa khi gặp đối tượng có thể mãn nhu cầu lúc ấy con người tiến hành hoạt động.

Toàn bộ các thành phần trong xu hướng của nhân cách là các thành phần trong hệ thống động cơ của nhân cách.

Các loại động cơ:

Động cơ: Gần - Xa

Động cơ: Cá nhân - Xã hội

7.2.2 Tính cách

7.2.2.1 Tính cách là gì?

Là một hệ thống tâm lý phức hợp của cá nhân bao gồm một hệ thống thái độ của nó đối với hiện thực, thể hiện trong hệ thống hành vi cử chỉ cách nói tương ứng.

Tính cách mang tính ổn định, bền vững tính thống nhất và đồng thời cũng thể hiện tính độc đáo, riêng biệt điển hình cho mỗi cá nhân.

7.2.2.2 Cấu trúc của tính cách:

Hệ thống thái độ của cá nhân (đối với hiện thực xung quanh và bản thân)

Thái độ đối với tập thể và xã hội: Yêu nước, tinh thần hợp tác.

Thái độ đối với lao động: Yêu lao động, cần cù...

Thái độ đối với người khác: vị tha, đoàn kết, tương trợ,...

Thái độ đối với bản thân: khiêm tốn, tự trọng...

Hệ thống hành vi, cử chỉ, cách nói năng: Là sự thể hiện ra bên ngoài của hệ thống thái độ.

Người có tính cách tốt, nhất quán thì thái độ sẽ tương ứng với hành vi. Thái độ là nội dung còn hành vi là hình thức biểu hiện của tính cách, chúng có mối quan hệ hữu cơ.

7.2.3 Khí chất

7.2.3.1 Khí chất là gì? Là thuộc tính tâm lý phức hợp của cá nhân biểu hiện ở cường độ, tốc độ, nhịp độ của các hoạt động tâm lý, thể hiện sắc thái hành vi, cử chỉ cách nói năng của cá nhân.

Từ định nghĩa trên ta thấy khí chất là sắc thái biểu hiện hành vi của nhân cách

7.2.3.2 Các kiểu khí chất:

Kiểu thần kinh: Paplov dựa vào tổ hợp ba thuộc tính: cường độ; tính cân bằng; tính linh hoạt của hai quá trình thần kinh là hưng phấn và ức chế để chia thần kinh làm bốn kiểu. Tương ứng với mỗi kiểu thần kinh quy định một kiểu khí chất

Các kiểu khí chất:

Kiểu khí chất Hăng hái (kiểu thần kinh: mạnh-cân bằng- linh hoạt)

Đặc điểm:

Mặt mạnh: Nhận thức nhanh, linh hoạt, tinh thần sôi nổi, cởi mở, dễ thiết lập các quan hệ giao tiếp, dễ thích ứng với hoàn cảnh.

Mặt yếu: Không ngăn nắp, thiếu cẩn trọng, tình cảm sôi nổi nhưng không bền.

Kiểu khí chất bình thản: (kiểu thần kinh: mạnh- cân bằng- không linh hoạt)

Đặc điểm:

Mặt mạnh: Các quá trình tâm lý diễn ra chậm nhưng cân bằng, nhận thức chậm nhưng chắc, tình cảm ổn định, bền vững, rất kiên trì nhẫn nại, có ý chí. Trong tình huống quen thuộc thì hoạt động rất có hiệu quả.

Mặt yếu: Ít quan tâm đến những người xung quanh, thờ ơ với người khác, nhận thức chậm, thường kém linh hoạt, sáng tạo.

Kiểu khí chất nóng nảy (kiểu thần kinh: mạnh- không cân bằng)

Đặc điểm:

Mặt mạnh: Nhận thức tương đối nhanh, tình cảm rất sôi nổi, tính tình trung thực thẳng thắn.

Mặt yếu: Vội vàng, hấp tấp, thiếu kiên trì, tình cảm mãnh liệt nhưng không bền. Do quá trình tâm lý diễn ra theo từng cơn nên dễ bị kích động, khó kiềm chế, vì thế dễ hiểu lầm hành vi người khác dẫn đến xung đột.

Kiểu khí chất ưu tư (kiểu thần kinh yếu)

Đặc điểm:

Mặt mạnh: Rất nhạy cảm, nhất là đối với tự nhiên, thuận lợi trong hoạt động văn học nghệ thuật.

Mặt yếu: Nhận thức yếu, nhút nhát, khó hòa đồng

Mỗi kiểu khí chất có những mặt mạnh ,yếu riêng cần đề ra biện pháp giáo dục thích hợp vì dù rằng khí chất do cơ sở sinh lý thần kinh qui định nhưng sự biểu hiện của nó chịu ảnh hưởng của yếu tố xã hội và có thể biến đổi do rèn luyện và giáo dục.

7.2.4 Năng lực

7.2.4.1 Năng lực là gì? Năng lực là tổ hợp các thuộc tính tâm lý của cá nhân, phù hợp với những yêu cầu của một hoạt động nhất định, đảm bảo cho hoạt động đó có kết quả.

7.2.4.2 Các mức độ của năng lực: Căn cứ vào mức độ hoàn thành nhiệm vụ mà người ta chia năng lực thành ba mức độ.

Năng lực: Hoàn thành nhiệm vụ

Tài năng: Hoàn thành nhiệm vụ một cách sáng tạo.

Thiên tài: là mức độ cao nhất của năng lực biểu thị ở mức độ kiệt xuất, hoàn chỉnh nhất. Người ta còn dùng “thiên tài” để chỉ người có tài năng trong nhiều lĩnh vực

7.2.4.3 Các loại năng lực:

Năng lực chung: Năng lực cần thiết cho nhiều lĩnh vực hoạt động khác nhau (ví dụ: những năng lực trí tuệ, ngôn ngữ...)

Năng lực riêng biệt: (chuyên biệt, chuyên môn) Năng lực cần thiết cho một lĩnh vực hoạt động nhằm đáp ứng yêu cầu của lĩnh vực hoạt động chuyên biệt với kết quả cao.

Hai năng lực này bổ sung và hỗ trợ cho nhau.

7.2.4.4 Mối quan hệ giữa năng lực với tư chất, thiên hướng.

Năng lực với tư chất:

Tư chất: Những đặc điểm riêng về sinh học (đặc điểm giải phẫu sinh lý cơ thể, tính chất hoạt động của hệ thần kinh, cơ quan phân tích...) tạo nên sự khác biệt giữa các cá nhân.

Ngoài những đặc điểm bẩm sinh còn có những đặc điểm, yếu tố tự tạo thuộc tư chất

Quan hệ: Tư chất là điều kiện để hình thành năng lực, nó ảnh hưởng đến tốc độ và mức độ phát triển của năng lực nhưng không quyết định sự hình thành phát triển năng lực vì:

Những đặc điểm di truyền có được bảo tồn và thể hiện ở thế hệ sau hay không do hoàn cảnh quyết định

Tư chất có thể sẽ phát triển hoặc mai một do hoàn cảnh quyết định (môi trường và giáo dục)

Tư chất không quy định trước sự phát triển cho một lĩnh vực mà cho nhiều loại năng lực khác nhau.

Năng lực và thiên hướng:

Thiên hướng: Khuynh hướng của cá nhân đối với một loại hoạt động nào đó, xuất hiện sớm trong đời sống cá nhân (Từ bé đã thích vẽ, hay vẽ và vẽ đẹp đó là thiên hướng hội họa)

Quan hệ: Thiên hướng và năng lực thường đi đôi, người có thiên hướng đối với hoạt động nào đó thường có năng lực về hoạt động ấy, thiên hướng là dấu hiệu của năng lực xuất hiện sớm trong đời sống cá thể.

Năng lực với tri thức, kỹ năng, kỹ xảo:

Năng lực và tri thức, kỹ năng, kỹ xảo không đồng nhất, chúng có quan hệ mật thiết với nhau. Tri thức, kỹ năng, kỹ xảo là điều kiện cần thiết để hình thành năng lực và có năng lực làm cho việc lĩnh hội tri thức, kỹ năng, kỹ xảo tương ứng một cách dễ dàng hơn..

7.3 Các yếu tố chi phối sự hình thành và phát triển nhân cách

Nhân cách được hình thành phát triển chịu sự chi phối của nhiều yếu tố: Bẩm sinh – di truyền, môi trường, giáo dục và hoạt động cá nhân. Trong đó, giáo dục, hoạt động, giao tiếp, tập thể có vai trò quyết định.

7.3.1 Giáo dục và nhân cách:

Giáo dục: là những tác động có mục đích có kế hoạch của người giáo dục đến người được giáo dục nhằm hình thành, phát triển nhân cách người được giáo dục.

Giáo dục đóng vai trò chủ đạo đối với sự hình thành, phát triển nhân cách và được thể hiện:

Vạch ra phương hướng vì nó xác định mục đích (mẫu người cụ thể đáp ứng yêu cầu của xã hội).

Nhờ giáo dục cá nhân lĩnh hội kinh nghiệm xã hội- lịch sử để biến thành nhân cách của mình

Tạo ra sự phát triển nhanh, mạnh do tác động theo phương pháp khoa học.

Phát huy tối đa các mặt mạnh của các yếu tố: xã hội, hoàn cảnh, cơ thể, bù đắp những thiếu sót do bẩm sinh hoặc do hoàn cảnh.

7.3.2 Hoạt động và nhân cách:

Hoạt động là nhân tố quyết định trực tiếp sự hình thành phát triển nhân cách

Qua quá trình nhập tâm: nhân cách được hình thành

Qua quá trình xuất tâm: nhân cách được biểu hiện ra (xem lại chương 2)

Ở mỗi thời kỳ phát triển, nhân cách của mỗi người phụ thuộc vào hoạt động chủ đạo ở lứa tuổi đó.

Kết luận sư phạm: Muốn hình thành, phát triển hay cải tạo một đặc điểm tâm lý nào đó cần tổ chức cho học sinh tham gia vào một loại hình hoạt động phù hợp

7.3.3 Giao tiếp và nhân cách:

Cũng như hoạt động, giao tiếp là nhân tố quyết định trực tiếp sự hình thành và phát triển nhân cách (xem lại chương 2)

Giao tiếp là điều kiện của cá nhân và xã hội do đó là nhân tố cơ bản trong sự hình thành và phát triển nhân cách. Vì những lý do:

Không có giao tiếp nhân cách không được hình thành.

Thông qua giao tiếp con người lĩnh hội nền văn hóa xã hội, gia nhập các quan hệ xã hội, tạo nên bản chất người của mình đồng thời đóng góp cho xã hội (khẳng định giá trị xã hội của nhân cách)

Qua giao tiếp con người không chỉ nhận thức, cải tạo thế giới xung quanh mà còn tự nhận thức, đánh giá bản thân nghĩa là hình thành năng lực tự ý thức.

7.3.4 Tập thể và nhân cách:

Trong sự hình thành, phát triển nhân cách tập thể có vai trò rất quan trọng. Thể hiện ở chỗ:

Thông qua tập thể, con người tìm thấy vị trí xã hội của mình và thoả mãn các nhu cầu hoạt động, giao tiếp, qua đó nhân cách được hình thành, phát triển.

Tập thể là môi trường tạo điều kiện, động lực để con người thể hiện, hình thành những năng lực của bản thân.

Tập thể tác động đến nhân cách thông qua các loại hình hoạt động, qua dư luận tập thể, truyền thống, bầu không khí tâm lý tập thể... Nhờ đó, nhân cách của mỗi thành viên luôn luôn được điều chỉnh, điều khiển để phù hợp với các quan hệ xã hội mà cá nhân đó tham gia.

Đồng thời, mỗi cá nhân cũng tác động tới cộng đồng, tới xã hội, tới cá nhân khác thông qua tập thể của mình.

Vì vậy, trong giáo dục phải chú trọng đến nguyên tắc giáo dục trong tập thể và bằng tập thể.

CÂU HỎI ÔN TẬP

1. Trình bày niệm nhân cách.
2. Phân tích các thành tố cơ bản trong cấu trúc của nhân cách và mối quan hệ giữa chúng.
3. Phân tích các yếu tố ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển nhân cách.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Phạm Tất Dong – *Tâm lý học đại cương* – NXB Hà nội 1995
2. Phạm Minh Hạc (chủ biên) – *Tâm lý học* – NXB GD 1997
3. Nguyễn Quang Uẩn (chủ biên) – *Tâm lý học đại cương*- NXB ĐHSP 2004
4. Nguyễn Quang Uẩn (chủ biên) – *Tâm lý học đại cương*- NXB ĐHSP 2006 (tái bản lần thứ V)

MỤC LỤC

LỜI NÓI ĐẦU	1
Chương 1. TÂM LÝ HỌC LÀ MỘT KHOA HỌC	2
1.1 Đối tượng, nhiệm vụ, vị trí, ý nghĩa của tâm lý học	2
1.1.1 Đối tượng của TLH	2
1.1.2 Nhiệm vụ của TLH.....	2
1.1.3 Vị trí, ý nghĩa của TLH	3
1.2 Bản chất, chức năng, phân loại các hiện tượng tâm lý	3
1.2.1. Bản chất của hiện tượng tâm lý theo quan điểm duy vật biện chứng và duy vật lịch sử.....	4
1.2.2. Chức năng của tâm lý.	7
1.2.3 Phân loại hiện tượng tâm lý.....	7
1.3 Các phương pháp nghiên cứu tâm lý	8
1.3.1 Phương pháp quan sát.....	8
1.3.2 Phương pháp đàm thoại	8
1.3.3 Phương pháp điều tra.....	8
1.3.4 Phương pháp thực nghiệm.....	9
1.3.5 Phương pháp trắc nghiệm (Test)	9
1.3.6 Phương pháp phân tích sản phẩm của hoạt động	10
1.3.7 Phương pháp nghiên cứu tiêu sử cá nhân.....	10
Chương 2. CƠ SỞ TỰ NHIÊN VÀ CƠ SỞ XÃ HỘI CỦA TÂM LÝ	11
2.1 Cơ sở tự nhiên của tâm lý	11
2.1.1 Di truyền và tâm lý.....	11
2.1.2 Não và tâm lý.....	11
2.1.3 Phản xạ có điều kiện và tâm lý.....	11
2.1.4 Hệ thống tín hiệu thứ hai và tâm lý.	13
2.2 Cơ sở xã hội của tâm lý.	15
2.2.1 Quan hệ xã hội, nền văn hóa xã hội và tâm lý.....	15

2.2.2 Hoạt động và tâm lý.	16
2.2.3 Giao tiếp và tâm lý.	18
2.2.4 Tâm lý là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp.	19
Chương 3. SỰ HÌNH THÀNH VÀ PHÁT TRIỂN TÂM LÝ, Ý THỨC	21
3.1 Sự hình thành và phát triển tâm lý.....	21
3.1.1 Sự hình thành tâm lý về phương diện loài.....	21
3.1.2 Sự phát triển tâm lý về phương diện cá thể.....	22
3.2 Sự hình thành và phát triển ý thức.....	23
3.2.1 Bản chất và cấu trúc của ý thức.....	23
3.2.2 Các cấp độ ý thức.	25
3.2.3 Sự hình thành và phát triển ý thức.....	26
3.2.4 Chú ý – điều kiện của hoạt động có ý thức.	28
Chương 4. HOẠT ĐỘNG NHẬN THỨC	31
4.1 Nhận thức cảm tính.....	31
4.1.1 Khái niệm cảm giác, tri giác.....	31
4.1.2 Các loại cảm giác, tri giác	33
4.1.3 Các quy luật cơ bản của cảm giác	34
4.1.4 Các thuộc tính cơ bản của tri giác	35
4.2 Nhận thức lý tính	36
4.2.1. Tư duy.....	36
4.2.2 Tưởng tượng	42
4.2.3. Ngôn ngữ	45
Chương 5. TÌNH CẢM – Ý CHÍ	49
5.1 Tình cảm	49
5.1.1 Khái niệm tình cảm – xúc cảm.....	49
5.1.2 Những đặc điểm đặc trưng của tình cảm.....	51
5.1.3 Các mức độ và các loại tình cảm.....	51
5.1.4 Các quy luật của tình cảm.	54

5.1.5 Vai trò của tình cảm.	56
5.2 Ý chí.....	56
5.2.1 Ý chí	56
5.2.2 Hành động ý chí và cấu trúc của nó	57
5.2.3 Hành động tự động hóa: kỹ xảo và thói quen.....	59
Chương 6. TRÍ NHỚ.....	62
6.1 Khái niệm trí nhớ	62
6.1.1 Trí nhớ là gì?	62
6.1.2 Đặc điểm phản ánh của trí nhớ.	62
6.1.3 Vai trò của trí nhớ.....	62
6.2 Các quá trình cơ bản của trí nhớ	63
6.2.1 Ghi nhớ.	63
6.2.2 Giữ gìn:	64
6.2.3 Nhận lại và nhớ lại:	64
6.2.4 Quên và quy luật của sự quên:	64
6.3 Trí nhớ	65
6.4 Rèn luyện trí nhớ.	65
6.4.1 Làm thế nào để ghi nhớ tốt ?	65
6.4.2 Làm thế nào để giữ gìn (ôn tập) tốt ?	65
6.4.3 Làm thế nào để hồi tưởng tốt ?.....	65
Chương 7. NHÂN CÁCH VÀ SỰ HÌNH THÀNH, PHÁT TRIỂN.....	67
7.1 Khái niệm chung về nhân cách	67
7.1.1 Định nghĩa nhân cách	67
7.1.2 Đặc điểm của nhân cách.	68
7.2 Cấu trúc của nhân cách	69
7.2.1 Xu hướng của nhân cách.	69
7.2.2 Tính cách	71
7.2.4 Năng lực	73

7.3 Các yếu tố chi phối sự hình thành và phát triển nhân cách	75
7.3.1 Giáo dục và nhân cách:.....	75
7.3.2 Hoạt động và nhân cách:	76
7.3.3 Giao tiếp và nhân cách:	76
7.3.4 Tập thể và nhân cách:	76
TÀI LIỆU THAM KHẢO.....	77
MỤC LỤC.....	78