

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO



PHẠM MINH HẠC (Chủ biên)

TÂM LÍ HỌC

TRƯỜNG CĐCN HƯNG THUYỀN



Mã sách* 010600105*

NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC



BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

PHẠM MINH HẠC (chủ biên)
PHẠM HOÀNG GIA - TRẦN TRỌNG THỦY
NGUYỄN QUANG UẨN



TÂM LÝ HỌC

(Đã được Hội đồng thẩm định sách
của Bộ Giáo dục và Đào tạo giới thiệu làm sách
dùng chung cho các trường CĐSP toàn quốc)

(Tái bản lần thứ 4 - có sửa chữa, bổ sung)



NHÀ XUẤT BẢN GIÁO DỤC - 1998

Chương I

TÂM LÝ HỌC LÀ MỘT KHOA HỌC

I - TÂM LÝ HỌC NGHIÊN CỨU CÁI GÌ ?

1. Tâm lý là gì ?

Mọi người chúng ta ít nhiều đều quen với từ "tâm lý". Các bạn thường nhận xét "thầy X rất tâm lý", "bạn Y không tâm lý gì cả"... với ý nghĩa là họ có hay không có hiểu biết về lòng người, về tâm tư, nguyện vọng, tình cảm, thái độ, tính nết, v.v. của con người⁽¹⁾.

Hiểu như thế là đúng, nhưng chưa đủ. Chữ "tâm lý" trong khoa học, còn bao hàm cả những hiện tượng như cảm giác, trí nhớ, sự suy nghĩ, thói quen, ý chí, tài năng, lý tưởng sống, tư tưởng, nếp nhìn, nếp nghĩ, thói đời... Nói tổng quát, *tâm lý bao gồm tất cả những hiện tượng tinh thần nào vốn xảy ra trong đầu óc con người, gắn liền và điều hành mọi hành động, hoạt động của con người*. Nói hiện tượng tâm lý vốn nảy sinh ra trong "đầu óc con người" không có nghĩa là chính người ấy biết rõ tất cả các hiện tượng chủ quan đó. Có một điều rõ là : tất

(1) Theo nghĩa "đời thường" trong tiếng Việt, chữ "tâm" được đúc kết ra từ những cụm từ như : yên tâm, chủ tâm, từ tâm, ác tâm, nhẫn tâm, tâm hồn, tâm địa, tâm đắc, tâm sự, v.v., thường có nghĩa gần giống với chữ "lòng", thiên về tình cảm. Trong sử dụng sau này, chúng ta có thể mở rộng hàm nghĩa ra để cho nó tương ứng với khai niệm "tâm lý" trong khoa học.

cả các hiện tượng tâm lí, một khi đã nảy sinh ra trong đầu óc (và sau đó có thể chuyển ra ngoài, dù chủ thể có biết rõ, có ý thức về nó hay không, nó cũng tham gia điều hành mọi hành động và hoạt động của con người).

Hiện tượng tâm lí điều hành các hành động, hoạt động giúp con người hành động thích ứng và cải tạo hoàn cảnh khách quan nhằm tồn tại và phát triển. Nhưng không phải chỉ có thế ! Trong những điều kiện nhất định, những hiện tượng tâm lí có thể làm cho con người đạt được những kì tích (so với mức thông thường), ví dụ, chịu đựng những khó khăn, đau đớn đến mức kinh khủng, thậm chí thắng được cả bệnh tật và cái chết, hoặc giúp cho con người triển khai những sức mạch vật chất và tinh thần đặc biệt, làm được những điều "phi thường", v.v..⁽¹⁾ Tóm lại, các hiện tượng tâm lí đóng một vai trò quan trọng, nhiều khi rất đặc biệt trong đời sống của con người, trong quan hệ giữa con người và con người, và của xã hội loài người.

Trước đây vai trò quan trọng ấy đã được các nhà triết học, nhà tư tưởng, nhà văn hóa... và một số nhà khoa học thường quy cho tâm ý. Ta đã biết "tâm" là tâm lí, "ý" là ý thức. Vậy ý thức là gì ?

Ý thức là một từ được dùng nhiều trong cuộc sống hàng ngày. Theo nghĩa rộng, ý thức thường được dùng đồng nghĩa với những khái niệm như tinh thần, tư tưởng... Ví dụ, ý thức kỉ luật, ý thức vươn lên Đoàn, ý thức giai cấp... Nhưng thường chúng ta hay dùng từ ý thức với nghĩa hẹp. Ví dụ, khi xếp hàng ta vô tình dẫm lên chân một người khác, ta nói : "Xin lỗi, tôi vô ý !". Như thế có nghĩa là thanh minh rằng mình không có ý thức, cũng tức là không chủ ý, chủ tâm, không dự định trước, không đặt mục đích dẫm lên chân người khác. Với ý nghĩa đó, ý thức là một cấp độ đặc biệt của tâm lí con người, kết tinh những gì rõ rệt, sáng tỏ nhất, điều hành một cách tự giác, trọn vẹn nhất các hành động, hoạt động chủ yếu của con

(1) Xem thêm : Phạm Hoàng Gia. *Nói chuyện tâm lí*, Nxb. Thanh niên, Hà Nội, 1978. Phần thứ nhất và phần thứ hai.

K.K.Platônốp. *Tâm lí học lí thú*. 2 tập. Nxb. Thanh niên, Hà Nội, 1983.

MỤC LỤC

	<i>Trang</i>
<i>Chương I - TÂM LÍ LÀ MỘT KHOA HỌC</i>	
I - Tâm lí học nghiên cứu cái gì	3
1. Tâm lí là gì	3
2. Vài nét về lịch sử hình thành khoa học về tâm lí	5
II - Khoa học tâm lí	9
1. Chức năng của hiện tượng tâm lí	9
2. Bản chất của hiện tượng tâm lí	10
3. Các loại hiện tượng tâm lí	13
4. Ý thức và vô thức, ý thức và chú ý	16
III - Các ngành của khoa học tâm lí và nghề dạy học	30
1. Hệ thống các ngành và phân ngành tâm lí học hiện đại	30
2. Nghề dạy học và những ngành và phân ngành tâm lí học liên quan	30
IV - Những phương pháp nghiên cứu tâm lí học	32
1. Quan sát	33
2. Thực nghiệm	35
3. Nghiên cứu các sản phẩm hoạt động	36
4. Test (hay trắc nghiệm)	37
5. Phương pháp đàm thoại	38
6. Phương pháp điều tra	38
Câu hỏi ôn tập và xêmina	39
Bài tập thực hành	39
<i>Chương II - CƠ SỞ TỰ NHIÊN VÀ XÃ HỘI CỦA TÂM LÍ</i>	
I - Cơ sở tự nhiên của tâm lí	40
1. Tâm lí là chức năng của não	40
2. Vấn đề định khu tâm lí trong não	41
3. Phản xạ có điều kiện và tâm lí	46
4. Các quy luật hoạt động của não và tâm lí	47
5. Hệ thống tín hiệu thứ hai và tâm lí	51
II - Cái tự nhiên và cái xã hội trong tâm lí người	51

III - Hoạt động và giao lưu	55
1. Khái niệm hoạt động	56
2. Khái niệm giao lưu	58
Câu hỏi ôn tập	60

Chương III - NHÂN CÁCH VÀ CÁC GIAI ĐOẠN HÌNH THÀNH NHÂN CÁCH

I - Khái niệm nhân cách	61
1. Định nghĩa nhân cách	61
2. Cấu trúc của nhân cách	65
II - Sự hình thành nhân cách	67
1. Các nhân tố chi phối sự hình thành nhân cách	67
2. Vai trò trực tiếp quyết định của hoạt động bản thân đối với sự hình thành nhân cách	69
3. Giáo dục là tổ chức và hướng dẫn mọi hoạt động của trẻ em	69
III - Hoạt động chủ đạo và các giai đoạn cơ bản trong sự hình thành nhân cách con người	77
IV - Đặc điểm nhân cách của lứa tuổi thiếu niên	83
1. Vài nét về đặc điểm sinh lí - thần kinh và đặc điểm xã hội của thiếu niên.	83
2. Đặc điểm tâm lí và nhân cách có tính chất điển hình	83
Câu hỏi ôn tập và bài tập thực hành	97

Chương IV - HOẠT ĐỘNG NHẬN THỨC

I - Nhận thức cảm tính	99
1. Khái niệm chung về cảm giác và tri giác	99
2. Các quy luật cơ bản của cảm giác và tri giác	105
3. Các loại cảm giác và tri giác	112
4. Tính nhạy cảm và năng lực quan sát là những thuộc tính của nhân cách	115
II - Nhận thức lí tính	117
A - Tư duy	117
1. Khái niệm chung về tư duy	117
2. Đặc điểm của tư duy	119
B - Tưởng tượng	130
1. Khái niệm chung về tưởng tượng	130
2. Tưởng tượng và tư duy	131
3. Vai trò của tưởng tượng	132
4. Các loại tưởng tượng	133
5. Các cách sáng tạo hình ảnh mới trong tưởng tượng	135
III - Ngôn ngữ và hoạt động nhận thức	136

1. Khái niệm chung về ngôn ngữ	136
2. Các dạng hoạt động ngôn ngữ	137
3. Vai trò của ngôn ngữ đối với hoạt động nhận thức	138
IV - Đặc điểm hoạt động nhận thức của thiếu niên	140
Câu hỏi ôn tập	142

Chương V - MẶT TÌNH CẢM - Ý CHÍ CỦA NHÂN CÁCH

I - Tình cảm là một mặt quan trọng trong đời sống tâm lí của con người	143
1. Tình cảm là gì	143
2. Các dạng thể hiện của tình cảm và các loại tình cảm	146
3. Vai trò của tình cảm trong đời sống và trong công tác giáo dục	148
4. Những đặc điểm đặc trưng và các quy luật của đời sống tình cảm	150
II - Ý chí là hình thức tâm lí điều chỉnh hành vi tích cực nhất	155
1. Ý chí và hành động ý chí	155
2. Các phẩm chất ý chí của nhân cách	159
3. Hành động ý chí	161
4. Hành động tự động hóa - kĩ xảo và thói quen	164
III - Đặc điểm tình cảm và ý chí của thiếu niên	167
IV - Các phương pháp nghiên cứu tình cảm và ý chí	169
Câu hỏi ôn tập	171

Chương VI - TRÍ NHỚ

I - Khái niệm về trí nhớ và vai trò của nó	172
1. Định nghĩa trí nhớ	172
2. Cơ sở sinh lí của trí nhớ	174
3. Vai trò của trí nhớ	175
II - Các loại trí nhớ	176
1. Trí nhớ giống loài và trí nhớ cá thể	176
2. Trí nhớ vận động, trí nhớ cảm xúc, trí nhớ hình ảnh và trí nhớ từ ngữ - lôgic	177
3. Trí nhớ không và có chủ định	178
4. Trí nhớ ngắn hạn và dài hạn	178
5. Trí nhớ bằng mắt, bằng tai, bằng tay ...	179
III - Các quá trình cơ bản của trí nhớ và quy luật diễn biến của chúng	179
1. Quá trình ghi nhớ	179
2. Quá trình gìn giữ	181
3. Quá trình nhận lại và nhớ lại	182
4. Sự quên	182
IV - Làm thế nào để có một trí nhớ tốt ?	184
1. Làm thế nào để ghi nhớ tốt ?	184

2. Làm thế nào để giữ gìn (ôn tập) tốt ?	185
3. Làm thế nào để hồi tưởng cái đã quên ?	185
V - Đặc điểm trí nhớ của thiếu niên	185
VI - Phương pháp nghiên cứu trí nhớ	186
Câu hỏi ôn tập	187

Chương VII - TÂM LÝ HỌC VỀ HOẠT ĐỘNG DẠY - HỌC VÀ GIÁO DỤC

I - Cơ sở tâm lý học của hoạt động dạy - học	188
1. Hoạt động dạy - học và các yếu tố cơ bản của nó	188
2. Hoạt động dạy và các đặc điểm tâm lý của nó	192
3. Hoạt động học và các đặc điểm tâm lý của nó	198
4. Cơ sở tâm lý học của sự lĩnh hội tri thức, lĩnh hội các phương thức hành động và phương thức tư duy	202
II - Cơ sở tâm lý học của hoạt động giáo dục	208
1. Đạo đức và hành vi đạo đức	208
2. Những yếu tố tâm lý quy định hành vi đạo đức	214
3. Các con đường giáo dục đạo đức cho thiếu niên và những điều cần chú ý	218
Câu hỏi ôn tập	223

Chương VIII - TÂM LÝ HỌC VỀ NGƯỜI THẦY GIÁO

I - Đặc điểm lao động của người thầy giáo	224
II - Nhân cách người thầy giáo và năng lực sư phạm	228
III - Hoạt động học tập và rèn luyện của giáo sinh sư phạm với sự hình thành nhân cách của người thầy giáo	233
IV - Việc tự hoàn thiện nhân cách của người thầy giáo	235
V - Phương pháp nghiên cứu nhân cách và lao động của người thầy giáo	237
Câu hỏi ôn tập	239