

## ĐỀ CƯƠNG TÂM LÝ HỌC ĐẠI CƯƠNG

### **Câu 1: Đối tượng, nhiệm vụ và các phương pháp nghiên cứu cơ bản của TLH**

- Tâm lý học là khoa học về các hiện tượng tâm lý, bao gồm tất cả những hiện tượng tinh thần xảy ra trong đầu óc con người, gắn liền và điều hành mọi hoạt động, hành động của con người.
- Đối tượng của tâm lý học là các hiện tượng tâm lý, với tư cách là một hiện tượng tinh thần do thế giới khách quan tác động vào não con người sinh ra, gọi chung là các hoạt động tâm lý. Tâm lý học nghiên cứu sự hình thành, vận hành và phát triển của hoạt động tâm lý.
- Nhiệm vụ cơ bản của tâm lý học là nghiên cứu bản chất hoạt động của tâm lý, các quy luật nảy sinh và phát triển tâm lý, cơ chế diễn biến và thể hiện tâm lý, quy luật về mối quan hệ của các hiện tượng tâm lý, cụ thể :
  - + Nghiên cứu bản chất của hoạt động tâm lý cả về số lượng và chất lượng.
  - + Phát hiện ra các quy luật hình thành và phát triển tâm lý.
  - + Tìm ra cơ chế của các hiện tượng tâm lý.
- Các phương pháp nghiên cứu cơ bản của TLH gồm có:
  - + Phương pháp quan sát: xác định các đặc điểm của đối tượng qua các biểu hiện như hành động, cử chỉ, cách nói năng...
  - + Phương pháp thực nghiệm : tác động vào đối tượng một cách chủ động trong những điều kiện đã được khống chế để gây ra ở đối tượng những biểu hiện về quan hệ nhân quả, tính quy luật, cơ cấu và cơ chế của chúng.
  - + Test: một phép thử để đo lường tâm lý đã được chuẩn hóa trên một số lượng người nhất định.
  - + Phương pháp đàm thoại ( trò chuyện ) : đặt ra câu hỏi cho đối tượng và dựa vào câu trả lời của họ để trao đổi, hỏi thêm nhằm thu thập thông tin về vấn đề cần nghiên cứu.
  - + Phương pháp điều tra : dùng một số câu hỏi nhất loạt đặt ra cho một số lớn đối tượng nghiên cứu nhằm thu thập ý kiến chủ quan của họ về một vấn đề nào đó.

+ Phương pháp phân tích sản phẩm của hoạt động : dựa vào sản phẩm của hoạt động do con người làm ra để nghiên cứu các chức năng tâm lí của con người trong đó.

+ Phương pháp nghiên cứu tiểu sử cá nhân: phân tích tiểu sử cá nhân để cung cấp một số tài liệu cho việc chẩn đoán tâm lí.

***Câu 2 : Trình bày định nghĩa tâm lí người. Chứng minh tâm lí người là chức năng của não ?***

- Theo chủ nghĩa duy vật biện chứng, tâm lí người là sự phản ánh hiện thực khách quan vào não người thông qua chủ thể, tâm lí người là chức năng của não, có bản chất lịch sử xã hội.

- Tâm lí người là chức năng của não : bộ não nhận tác động của thế giới dưới dạng xung thần kinh cùng những biến đổi lí hóa ở từng noron, từng xinap, các trung khu thần kinh ở bộ phận dưới vỏ và vỏ não, làm cho não bộ hoạt động theo quy luật thần kinh tạo ra hiện tượng tâm lí người theo cơ chế phản xạ. Như vậy, tâm lí là kết quả của hệ thống chức năng những hoạt động phản xạ của não. Khi nảy sinh trên bộ não, cùng với quá trình sinh lí não, hiện tượng tâm lí thực hiện chức năng định hướng, điều chỉnh, điều khiển hành vi của con người.

***Câu 3 : Chứng minh tâm lí người là sự phản ánh của hiện thực khách quan thông qua chủ thể ?***

- Hiện thực khách quan: là những cái tồn tại xung quanh chúng ta, không phụ thuộc vào ý muốn chủ quan của con người.

- Phản ánh là việc để lại dấu vết của sự vật này lên sự vật khác khi hai vật tác động với nhau.

- Hiện thực khách quan phản ánh vào não người thông qua lăng kính chủ quan nảy sinh ra hiện tượng tâm lí. Hiện thực khách quan tác động vào hệ thần kinh, bộ não con người - tổ chức cao nhất của vật chất. Chỉ có hệ thần kinh và bộ não người mới có khả năng nhận tác động của hiện thực khách quan tạo ra trên não hình ảnh tinh thần ( hình ảnh tâm lí ). Hình ảnh tâm lí mang tính sinh động, sáng tạo và mang tính chủ thể.

- Tính chủ thể trong phản ánh tâm lí : Cùng nhận sự tác động của thế giới, về cùng một hiện thực khách quan nhưng ở những chủ thể khác nhau cho ta những hình ảnh tâm lí với những mức độ khác nhau. Cùng một hiện thực khách quan tác động để 1

chủ thể duy nhất nhưng vào thời điểm khác nhau, hoàn cảnh khác nhau và trạng thái tinh thần, cơ thể khác nhau thì mức độ biểu hiện và sắc thái tâm lí của chủ thể khác nhau.

- Nguyên nhân của sự khác nhau là do mỗi người có những đặc điểm riêng về hệ thần kinh và não bộ. Mỗi người có hoàn cảnh khác nhau, điều kiện giáo dục khác nhau và mỗi cá nhân thể hiện mức độ tích cực hoạt động, giao lưu khác nhau trong cuộc sống, vì vậy, tâm lí người này khác người kia.

Rút ra một số kết luận

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

- Tâm lí người mang tính chất chủ thể, nên trong giáo dục, quản lý con người phải chú ý đến nguyên tắc sát đối tượng.

- Tâm lí là sản phẩm của hoạt động và giao tiếp, vì thế phải tổ chức hoạt động và giao tiếp để nghiên cứu sự hình thành và phát triển tâm lí người

#### **Câu 4 : Chứng minh tâm lí người có bản chất xã hội – lịch sử**

- Tâm lí người là sự phản ánh hiện thực khách quan, là chức năng của não, là kinh nghiệm xã hội lịch sử biến thành cái riêng của mỗi con người. Tâm lí người khác xa tâm lí động vật ở chỗ : tâm lí người có bản chất xã hội và mang tính lịch sử

- Tâm lí người có nguồn gốc từ thế giới khách quan trong đó nguồn gốc xã hội là cái quyết định.

- Tâm lí người là kết quả của quá trình lĩnh hội, tiếp thu vốn kinh nghiệm xã hội của loài người thông qua nhân tố chủ đạo là giáo dục và nhân tố quyết định là hoạt động và giao tiếp.

- Tâm lí người là sản phẩm của quá trình hoạt động và giao tiếp của con người trong các mối quan hệ xã hội.

- Tâm lí người hình thành, phát triển và biến đổi cùng với sự phát triển của lịch sử cá nhân, lịch sử dân tộc và cộng đồng. Tâm lí người chịu sự chế ước bởi lịch sử của cá nhân và cộng đồng.

Rút ra kết luận :

+ Chú ý nghiên cứu môi trường xã hội, các quan hệ xã hội để hình thành và phát triển tâm lý

+ Tổ chức có hiệu quả hoạt động đa dạng ở từng giai đoạn lứa tuổi khác nhau giúp cho con người lĩnh hội nền văn hoá xã hội để hình thành và phát triển tâm lý con người.

***Câu 5 : Định nghĩa về hoạt động, phân tích cấu trúc của hoạt động theo quan niệm của các nhà Tâm lý học hoạt động ?***

\* Định nghĩa về hoạt động :

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

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

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

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

+ Quá trình đối tượng hóa ( quá trình xuất tâm ) : chủ thể chuyển năng lực của mình thành sản phẩm hoạt động hay tâm lý con người được bộc lộ, được khách quan hóa trong quá trình làm ra sản phẩm.

+ Quá trình chủ thể hóa ( quá trình nhập tâm ) : con người chuyển từ phía khách thể vào bản thân mình những quy luật, bản chất của thế giới để tạo nên tâm lý, ý thức, nhân cách của bản thân bằng cách chiếm lĩnh thế giới.

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

\* Cấu trúc của hoạt động :

- Theo quan điểm của A.N.Leonchiev cấu trúc vĩ mô của hoạt động bao gồm 6 thành tố :

Khái quát cấu trúc chung của hoạt động theo sơ đồ sau:



+ Ba thành tố của phía chủ thể thuộc vào các đơn vị thao tác của hoạt động. Ba thành tố phía khách thể tạo nên nội dung đối tượng của hoạt động.

+ Hoạt động hợp bởi các hành động, các hành động diễn ra bằng thao tác. Hoạt động luôn hướng vào động cơ và đó là mục đích chung, mục đích cuối cùng của hoạt động. Mục đích chung được cụ thể hóa bằng những mục đích cụ thể. Để thực hiện mục đích con người phải sử dụng các phương tiện. Tùy theo điều kiện, phương tiện mà con người thực hiện các thao tác để đạt được mục đích, hay nói cách khác, hoạt động thực hiện nhờ thao tác.

**Câu 6 : Định nghĩa về giao tiếp. Phân loại các hình thức giao tiếp cơ bản của con người**

\*Định nghĩa :

- Giao tiếp là mối quan hệ giữa con người với con người thể hiện qua sự tiếp xúc tâm lý giữa người và người, thông qua đó con người trao đổi thông tin với nhau về cảm xúc, tri giác lẫn nhau, ảnh hưởng tác động qua lại với nhau.

- Mối quan hệ giao tiếp của con người với con người có thể xảy ra với các hình thức cơ bản khác nhau : giao tiếp giữa cá nhân với cá nhân, cá nhân với nhóm, nhóm với nhóm, nhóm với cộng đồng...

\* Có nhiều cách để phân loại giao tiếp :

- Theo phương tiện giao tiếp : giao tiếp vật chất, phi ngôn ngữ, ngôn ngữ.

+ Giao tiếp vật chất : giao tiếp thông qua hành động với vật chất.

+ Giao tiếp phi ngôn ngữ : cử chỉ, điệu bộ, nét mặt..

+ Giao tiếp bằng ngôn ngữ : tiếng nói, chữ viết => hình thức giao tiếp đặc trưng của con người

- Theo khoảng cách : giao tiếp trực tiếp và gián tiếp

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

+ Giao tiếp gián tiếp : qua thư từ, có thể là ngoại cảm, thần giao cách cảm.

- Theo quy cách : giao tiếp chính thức và không chính thức

+ Giao tiếp chính thức : thực hiện nhiệm vụ chung theo chức trách, quy chế, thể chế.

+ Giao tiếp không chính thức : giao tiếp giữa những người hiểu biết rõ về nhau, không cậ nệ thể thức mà theo kiểu thân tình, nhằm mục đích chính là thông cảm, đồng cảm với nhau.

=> Các loại giao tiếp luôn tác động qua lại, bổ sung cho nhau làm cho mối quan hệ của con người vô cùng đa dạng và phong phú.

***Câu 7 : Phân tích vai trò của hoạt động và giao tiếp đối với sự hình thành và phát triển tâm lý người.***

**\* Vai trò của hoạt động với sự hình thành và phát triển tâm lí người :**

- Theo tâm lí học, hoạt động là phương thức tồn tại của con người trong thế giới. Hoạt động là mối quan hệ tác động qua lại của con người với thế giới từ đó tạo ra sản phẩm cho cả thế giới và con người.

- Hoạt động đóng vai trò quyết định đối với sự hình thành và phát triển của tâm lí người thông qua 2 quá trình đối tượng hóa và chủ thể hóa

+ Quá trình đối tượng hóa : chủ thể chuyển năng lực của mình thành sản phẩm hoạt động. Từ đó tâm lí người được bộc lộ, được khách quan hóa trong quá trình tạo ra sản phẩm.

+ Quá trình chủ thể hóa : thông qua hoạt động, con người tiếp thu tri thức, đúc rút ra những kinh nghiệm nhờ quá trình tác động vào đối tượng.

**=> Kết luận :**

+ Hoạt động quyết định đến sự hình thành và phát triển tâm lí người.

+ Sự hình thành và phát triển tâm lí người phụ thuộc vào hoạt động chủ đạo của từng thời kỳ.

+ Cần tổ chức nhiều hoạt động đa dạng phong phú trong cuộc sống và công việc

+ Tạo môi trường thuận lợi để con người hoạt động.

**\* Vai trò của giao tiếp đối với sự hình thành và phát triển tâm lí người :**

- *Giao tiếp là điều kiện tồn tại của cá nhân và xã hội :*

+ Nếu không có giao tiếp, con người không thể phát triển bình thường. Nếu không có giao tiếp thì không có sự tồn tại xã hội, vì xã hội luôn là một cộng đồng người có sự ràng buộc, liên kết với nhau.

+ Qua giao tiếp chúng ta có thể xác định được nhu cầu, tư tưởng, tình cảm... của đối tượng giao tiếp => chủ thể đáp ứng kịp thời, phù hợp với mục đích giao tiếp. Từ đó tạo nên các hình thức giao tiếp giữa cá nhân với cá nhân, cá nhân với nhóm, nhóm với nhóm, nhóm với cộng đồng...

VD: cô bé khi sinh ra được chó sói nuôi, đi bằng bốn chân, ăn thịt sống, sợ người, sống ở trong hang, cách cư xử giống tập tính của chó sói.

- *Giao tiếp là nhu cầu sớm nhất của con người khi tồn tại đến khi mất đi*

+ Con người cần giao tiếp để thỏa mãn những nhu cầu của bản thân. Ở đâu có con người, ở đó có sự giao tiếp giữa người với người, giao tiếp là cơ chế bên trong của sự tồn tại và phát triển của con người.

+ Giao tiếp giúp con người truyền đạt kinh nghiệm, thuyết phục, kích thích đối tượng giao tiếp hoạt động, giải quyết các vấn đề trong cuộc sống và công việc, thỏa mãn những nhu cầu, hứng thú cảm xúc tạo ra.

+ Giao tiếp giúp con người hiểu biết lẫn nhau, liên hệ và làm việc cùng nhau.

- *Thông qua giao tiếp con người gia nhập vào các mối quan hệ xã hội, lĩnh hội nền văn hóa xã hội, đạo đức, chuẩn mực xã hội.*

+ Qua giao tiếp con người điều khiển hành vi của mình cho phù hợp với chuẩn mực xã hội, phát huy những mặt tích cực và hạn chế những mặt tiêu cực.

+ Con người tiếp thu văn hóa xã hội, lịch sử và biến nó thành kinh nghiệm, vốn sống cho bản thân.

+ Nếu con người trong xã hội không giao tiếp với nhau thì xã hội sẽ không thể tiến bộ, con người cũng không thể tiến bộ lên được.

- *Thông qua giao tiếp con người hình thành năng lực tự ý thức*

+ Qua giao tiếp con người tự đánh giá bản thân trên cơ sở đánh giá của người khác và tự điều khiển hành vi của mình theo mục đích tự giác.

+ Cá nhân tự ý thức được bản thân mình, so sánh với người khác để nhận ra điểm mạnh, điểm yếu của mình, phát huy điểm mạnh và hạn chế điểm yếu của mình.

**=> Kết luận :**

+ Giao tiếp đóng vai trò quan trọng trong việc hình thành và phát triển tâm lí, nhân cách con người.

+ Cần rèn luyện các kĩ năng giao tiếp.



**Câu 8 : Định nghĩa cảm giác. Các quy luật cơ bản của cảm giác. Các ví dụ minh họa cụ thể đối với từng quy luật ?**

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

**b. Các quy luật cơ bản của cảm giác :**

*\* Quy luật ngưỡng cảm giác :*

- Ngưỡng cảm giác là giới hạn mà ở đó sự kích thích vào các giác quan gây ra được cảm giác.

- Cảm giác có 2 ngưỡng : ngưỡng cảm giác phía trên và ngưỡng cảm giác phía dưới.

+ Ngưỡng cảm giác phía dưới ( ngưỡng tuyệt đối ) là cường độ kích thích tối thiểu để gây được cảm giác.

+ Ngưỡng cảm giác phía trên là cường độ kích thích tối đa còn gây được cảm giác.

- Phạm vi giữa hai ngưỡng cảm giác trên dưới là vùng cảm giác được, trong đó có một vùng phản ánh tốt nhất

- Mỗi giác quan thích ứng với một loại kích thích nhất định và có ngưỡng xác định.

VD : Ngưỡng phía dưới của cảm giác nhìn ở ngoài là những sóng ánh sáng có bước sóng 360..m, ngưỡng phía trên là 780..m, vùng phản ánh tốt nhất của ánh sáng là những sóng ánh sáng có bước sóng 565..m.

*\* Quy luật thích ứng cảm giác*

- Để phản ánh được tốt nhất và bảo vệ hệ thần kinh, cảm giác của con người có khả năng thích ứng với kích thích. Thích ứng là khả năng thay đổi độ nhạy cảm của cảm giác cho phù hợp với sự thay đổi của cường độ kích thích : độ kích thích tăng – giảm độ nhạy cảm và ngược lại.

- Quy luật thích ứng có ở tất cả các loại cảm giác nhưng mức độ thích ứng khác nhau.

VD : Khi ta đang ở chỗ sáng ( cường độ kích thích của ánh sáng cao ) vào chỗ tối ( cường độ kích thích yếu ) thì lúc mới đầu ta không thấy gì, sau dần mới thấy rõ ( thích ứng )

*\* Quy luật tác động lẫn nhau của các cảm giác :*

- Các cảm giác không tồn tại độc lập mà luân tác động qua lại lẫn nhau. Trong sự tác động này, các cảm giác làm thay đổi tính nhạy cảm của nhau và diễn ra theo quy luật như sau : sự kích thích yếu (mạnh) lên một cơ quan phân tích này sẽ làm tăng (giảm) thêm độ nhạy cảm của một cơ quan phân tích kia.

- Sự tác động lẫn nhau của các cảm giác có thể diễn ra đồng thời hay nối tiếp trên những cảm giác cùng loại hay khác loại. Có hai loại tương phản : tương phản nối tiếp và tương phản đồng thời.

VD : - Thấy một tờ giấy trắng trên nền đen trắng hơn một tờ giấy trắng trên nền sáng => tương phản đồng thời

- Sau một kích thích lạnh thì một kích thích ấm có vẻ nóng hơn => tương phản nối tiếp.

**Câu 9: Định nghĩa về tri giác. Các quy luật cơ bản của tri giác. Ví dụ minh họa.**

**a. Định nghĩa về tri giác :**

Tri giác là một quá trình tâm lí của con người phản ánh trọn vẹn các thuộc tính bên ngoài của sự vật hiện tượng đang trực tiếp tác động vào các giác quan của con người.

**b. Các quy luật cơ bản của tri giác :**

*\* Quy luật về tính đối tượng của tri giác*

- Nói lên sự phản ánh hiện thực khách quan chân thực của tri giác, được hình thành do sự tác động của sự vật hiện tượng vào giác quan con người trong hoạt động vì những nhiệm vụ của thực tiễn.

- Là cơ sở của chức năng định hướng cho hành vi và hoạt động của con người.

VD : các chú bộ đội tri giác được chiếc xe tăng dựa vào tiếng xích xe và tiếng động cơ

*\* Quy luật về tính lựa chọn của tri giác*

- Khi ta tri giác một sự vật hiện tượng nào đó thì có nghĩa là ta tách sự vật hiện tượng đó ra khỏi bối cảnh chung và lấy nó làm đối tượng phản ánh chính của mình.
- Sự lựa chọn của tri giác không có tính chất cố định, vai trò của đối tượng và bối cảnh có thể thay đổi cho nhau.
- Có ứng dụng trong thực tế như kiến trúc, trang trí, nghệ thuật và trong dạy học.

VD: trong sách có nhiều chỗ in đậm và in nghiêng để nhấn mạnh, giáo viên dùng mực đỏ để đánh dấu chỗ sai của học sinh.

### *c. Quy luật về tính có ý nghĩa của tri giác*

- Khi tri giác sự vật và hiện tượng khả năng của tri giác cho phép con người nhận biết được cái chúng ta đang tri giác, gọi tên và xếp chúng vào một nhóm đối tượng cùng loại.
- Sở dĩ như vậy bởi tri giác gắn chặt với tư duy, ngôn ngữ, kinh nghiệm của cá nhân.

### *d. Quy luật về tính ổn định của tri giác*

- Tính ổn định của tri giác là khả năng phản ánh sự vật hiện tượng không thay đổi khi điều kiện tri giác thay đổi
- Tính ổn định cho phép con người hoạt động linh hoạt, hiệu quả trong điều kiện môi trường hoạt động luôn thay đổi.

VD : Trước mặt ta là em bé, xa hơn là ông già. Trên võng mạc ta hình ảnh đứa bé lớn hơn hình ảnh ông già nhưng ta vẫn tri giác được là ông già lớn hơn đứa bé.

### *e. Quy luật tổng giác*

- Sự phụ thuộc của hình ảnh tri giác vào kinh nghiệm, vào đời sống tâm lý, nhân cách của chủ thể tri giác gọi là tổng giác.
- Tổng giác làm cho tri giác mang tính chủ thể rõ nét.
- Để tri giác tốt đòi hỏi con người phải rèn luyện khả năng tri giác, tích lũy kinh nghiệm, hình thành thái độ tích cực...

### *f. Ảo giác*

- Là sự sai lệch về đối tượng tri giác một cách khách quan.

- Nguyên nhân : vật lí, tâm lí ( mệt mỏi ), sinh lí ( não bị tổn thương )...

VD: Các vòng tròn như nhau nhưng nếu ở giữa các vòng tròn to hơn thì tri giác dường như bé hơn khi ở giữa các vòng tròn bé hơn.

**Câu 10 : Định nghĩa tư duy. Các đặc điểm cơ bản của tư duy. Vai trò của tư duy với hoạt động nhận thức và đời sống con người.**

**a. Định nghĩa tư duy:**

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

**b. Các đặc điểm cơ bản của tư duy**

*\* Tính có vấn đề của tư duy*

- Tư duy chỉ nảy sinh khi gặp những hoàn cảnh mà bằng vốn hiểu biết cũ, phương pháp hành động cũ đã có không đủ để con người giải quyết.

- Hoàn cảnh có vấn đề phải được chủ thể nhận thức đầy đủ và chuyển thành nhiệm vụ của cá nhân mình.

- Hoàn cảnh có vấn đề phải vừa sức với chủ thể : không quá dễ cũng không quá khó.

*\* Tính gián tiếp của tư duy*

- Thể hiện trước hết ở việc con người sử dụng ngôn ngữ để tư duy

- Sử dụng những công cụ, phương tiện ( đồng hồ, máy móc, nhiệt kế...) để tư duy những thứ không thể tri giác trực tiếp được.

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

- Tính trừu tượng của tư duy là khả năng trừ xuất ( gạt bỏ ) những thuộc tính, dấu hiệu cụ thể, cá biệt không cần thiết với nhiệm vụ mà chỉ để lại những thuộc tính, quy luật cần thiết cho quá trình tư duy.

- Tính khái quát của tư duy là khả năng cho con người bao quát chung những thuộc tính, bản chất, quy luật... của một loạt đối tượng.

*\* Tư duy liên hệ chặt chẽ với ngôn ngữ*

- Tư duy của con người gắn liền với ngôn ngữ. Chúng thống nhất nhưng không đồng nhất cũng không tách rời nhau :

+ Tư duy không thể tồn tại bên ngoài ngôn ngữ.

+ Ngôn ngữ không thể có nên không dựa vào tư duy

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

- Nhận thức cảm tính là nguồn cung cấp tư liệu cho tư duy. Tư duy ảnh hưởng lại nhận thức cảm tính.

- Tư duy ảnh hưởng đến tính lựa chọn, tính ổn định, tính có nghĩa của tri giác.

### **c.Vai trò của tư duy với hoạt động nhận thức và đời sống con người**

- Tư duy mở rộng giới hạn của nhận thức, tạo ra khả năng để vượt ra ngoài giới hạn của kinh nghiệm trực tiếp do cảm giác và tri giác mang lại để đi sâu bản chất sự vật hiện tượng, tìm ra mối quan hệ có tính quy luật giữa chúng.

- Tư duy không chỉ giải quyết những nhiệm vụ trước mắt trong hiện tại mà còn có khả năng giải quyết các nhiệm vụ trong tương lai

- Tư duy cải tạo lại thông tin của nhận thức cảm tính, làm cho nó có ý nghĩa hơn cho hoạt động của con người. Nhờ tư duy con người hiểu biết sâu sắc hơn về thực tiễn và nhờ đó hành động của con người có kết quả cao hơn.

**Câu 11 : Định nghĩa tưởng tượng. Các đặc điểm cơ bản của tưởng tượng. Vai trò của tưởng tượng với hoạt động nhận thức và đời sống con người.**

#### **a.Định nghĩa tưởng tượng :**

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

#### **b.Các đặc điểm cơ bản của tưởng tượng:**

- Tưởng tượng chỉ nảy sinh trước hoàn cảnh có vấn đề, tức là những đòi hỏi mới thực tiễn chưa từng gặp, trước những nhu cầu khám phá cái mới nhưng chỉ khi tính bất định của hoàn cảnh quá lớn ( nếu rõ ràng rành mạch thì xảy ra quá trình tư duy ). Cho phép nhảy cóc qua một vài giai đoạn nào đó của tư duy mà vẫn hình dung ra được kết quả cuối cùng, tìm được lối thoát trong hoàn cảnh có vấn đề ngay cả khi

không đủ điều kiện để tư duy. Đây cũng là chỗ yếu trong giải quyết vấn đề của tưởng tượng.

- Tưởng tượng là một quá trình nhận thức được bắt đầu và thực hiện chủ yếu bằng hình ảnh, nhưng vẫn mang tính gián tiếp và khái quát cao so với trí nhớ. Biểu tượng của tưởng tượng là một hình ảnh mới được xây dựng từ những biểu tượng của trí nhớ, nó là biểu tượng của biểu tượng.
- Tưởng tượng liên hệ chặt chẽ với nhận thức cảm tính, nó sử dụng những biểu tượng của trí nhớ do nhận thức cảm tính thu lượm cung cấp.

### **c. Vai trò của tưởng tượng với hoạt động nhận thức và đời sống con người**

- Tưởng tượng có liên quan chặt chẽ với mọi hoạt động của con người. Nhờ tưởng tượng con người hình dung trước được kết quả lao động, giúp con người định hướng và thúc đẩy hoạt động.
- Tưởng tượng tạo nên các hình mẫu tươi sáng, hoàn hảo mà con người mong đợi, hướng con người đến tương lai và kích thích con người hành động để đạt được những kết quả lớn lao.
- Ảnh hưởng rõ rệt đến việc học tập, việc tiếp thu tri thức mới và phát triển nhân cách nói chung của học sinh.

### **Câu 12 : Định nghĩa trí nhớ. Quá trình cơ bản của trí nhớ. Làm thế nào để ghi nhớ và giữ gìn tài liệu một cách hiệu quả?**

**a. Định nghĩa trí nhớ :** là sự ghi lại, giữ lại và làm xuất hiện lại những gì cá nhân thu được trong hoạt động sống của mình.

#### **b. Quá trình cơ bản của trí nhớ**

\* *Quá trình ghi nhớ*

- Là một quá trình trí nhớ đưa tài liệu nào đó vào ý thức, gắn tài liệu đó với những kiến thức đã có, làm cơ sở cho quá trình giữ gìn về sau đó.
- Sự ghi nhớ diễn ra theo hai hướng : ghi nhớ không chủ định và có chủ định :
  - + Ghi nhớ không chủ định : là sự ghi nhớ không có mục đích đặt ra từ trước, thực hiện trong trường hợp nội dung của tài liệu trở thành mục đích chính của hành động, hành động lặp đi lặp lại nhiều lần dưới hình thức nào đó.

+ Ghi nhớ có chủ định : diễn ra trong hành động nhưng mục đích ghi nhớ được cá nhân tự giác đặt ra, đồng thời có sự tìm kiếm những biện pháp mang tính chất kỹ thuật để đạt mục đích ghi nhớ. Có 2 cách là ghi nhớ máy móc và ghi nhớ logic.

*\* Quá trình tái hiện*

- Sự tái hiện là một quá trình trí nhớ làm sống lại những nội dung đã ghi lại trên đây. Có 3 loại hình thức tái hiện : nhận lại, nhớ lại, hồi tưởng.

+ Nhận lại : là hình thức tái hiện khi sự tri giác đối tượng được lặp lại

+ Nhớ lại : là hình thức tái hiện không diễn ra sự tri giác đối tượng

+ Hồi tưởng : là hình thức tái hiện cần có sự cố gắng rất nhiều của trí tuệ

*\* Sự quên*

- Là không tái hiện được nội dung đã ghi nhớ trước đây vào thời điểm cần thiết

- Mức độ : quên tạm thời, quên một phần, quên hoàn toàn...

- Nguyên nhân : có thể do quá trình ghi nhớ, do quy luật ức chế của hoạt động thần kinh hoặc do không gắn được vào hoạt động hàng ngày, ít có ý nghĩa thực tiễn với cá nhân.

- Sự quên diễn ra có quy luật :

+ Trình tự quên: Quên cái tiểu tiết, vụn vặt trước, quên cái đại thể, chính yếu sau.

+ Tốc độ quên: Lúc đầu rất nhanh, sau đó giảm dần.

+ Nhịp độ quên: Phụ thuộc vào nội dung và khối lượng thông tin.

*\* Quá trình giữ gìn:*

- Là quá trình củng cố vững chắc những dấu vết đã được ghi nhận trên vỏ não.

- Hình thức giữ gìn : tiêu cực – tích cực

**c. Phương pháp ghi nhớ và giữ gìn tài liệu một cách hiệu quả**

- Tập trung cao khi ghi nhớ, có hứng thú, say mê và ý thức được tầm quan trọng của tài liệu cần ghi nhớ

- Lựa chọn loại hình ghi nhớ một cách hợp lí, phù hợp với nội dung, tính chất của tài liệu ghi nhớ.

- Phối hợp nhiều giác quan khi ghi nhớ, gắn tài liệu cần ghi nhớ với vốn kinh nghiệm của bản thân

- Thường xuyên ôn tập, tái hiện lại tài liệu : cố gắng tái hiện sơ lại toàn bộ tài liệu một lần sau đó từ từ tái hiện kĩ lại từng phần của tài liệu nhất là những phần khó sau đó tái hiện lại toàn bộ tài liệu.
- Thay đổi các phương pháp ghi nhớ ôn tập để đạt hiệu quả cao nhất.
- Chơi các trò chơi trí tuệ
- Ăn uống đầy đủ, không để bản thân bị căng thẳng, tập thể dục đều đặn hàng ngày.

**Câu 13: Định nghĩa và đặc điểm của tình cảm. Phân tích các quy luật cơ bản của tình cảm và vận dụng các quy luật trong thực tế**

**a. Định nghĩa tình cảm :**

- Tình cảm là những thái độ thể hiện sự rung cảm của con người đối với sự vật hiện tượng liên quan đến nhu cầu và động cơ của họ.

**b. Đặc điểm của tình cảm :**

- Tình cảm phản ánh hiện thực khách quan cơ bản nhất của con người và mang tính chất chủ thể sâu sắc
- Tình cảm có tính ổn định lâu dài.
- Tính nhận thức : Khi có tình cảm nào đó, con người phải nhận thức được đối tượng và nguyên nhân gây nên tình cảm và những biểu hiện tình cảm của mình . ba yếu tố nhận thức, rung động và thể hiện cảm xúc tạo nên tình cảm.
- Tính xã hội: Tình cảm hình thành trong môi trường xã hội , tình cảm mang tính xã hội chứ không phải là những phản ứng sinh lí đơn thuần.
- Tính khái quát: Tình cảm có được là do động hình hóa khái quát hoá những xúc cảm cùng loại.
- Tính ổn định: Tình cảm là thuộc tính tâm lý, là những kết cấu tâm lý ổn định , tiềm tàng của nhân cách , khó hình thành và khó mất đi.
- Tính chân thực: tình cảm phản ánh chân thực nội tâm và thái độ ngay cả khi con người cố che dấu nó bằng những động tác giả ngụy trang bên ngoài.
- Tính hai mặt : gắn liền với sự thoả mãn hay không thoả mãn nhu cầu của con người, tình cảm mang tính chất đối cực.



### c. Các quy luật của tình cảm :

- Quy luật thích ứng : nếu tình cảm cứ lặp đi lặp lại nhiều lần một cách đơn điệu thì đến một lúc nào đó sẽ có hiện tượng thích ứng => sự “chai sạn” của tình cảm. “ gần thường xa thương”
- Quy luật tương phản : sự xuất hiện hoặc suy yếu đi của một tình cảm này có thể làm tăng hoặc giảm một tình cảm khác xảy ra đồng thời hoặc nối tiếp nó.
- Quy luật pha trộn : hai tình cảm đối cực nhau xảy ra cùng một lúc nhưng không loại trừ nhau mà pha trộn vào nhau. “Giận mà thương”
- Quy luật di chuyển : chuyển tình cảm từ đối tượng này sang đối tượng khác có liên quan đến đối tượng gây nên tình cảm trước đó “ yêu nhau yêu cả đường đi ghét nhau ghét cả tông ti họ hàng”
- Quy luật lây lan : là việc lây lan tình cảm từ chủ thể này sang chủ thể khác : hiện tượng “vui lây”, “buồn lây”, “đồng cảm”...
- Quy luật về sự hình thành tình cảm : Tình cảm được hình thành từ những xúc cảm cùng loại do quá trình tổng hợp hóa, động hình hóa, khái quát hóa mà thành.

### **Câu 14: Định nghĩa ý chí. Phẩm chất cơ bản của ý chí? Ví dụ**

- Ý chí là một phẩm chất nhân cách, thể hiện năng lực thực hiện những hành động có mục đích đòi hỏi phải có sự nỗ lực khắc phục khó khăn.
- Các phẩm chất cơ bản của ý chí :
  - + Tính mục đích : là phẩm chất đặc biệt quan trọng của ý chí, cho phép con người điều chỉnh hành vi hướng vào mục đích tự giác
  - + Tính độc lập : cho phép con người quyết định và hành động theo những quan điểm và niềm tin của mình.
  - + Tính quyết đoán : khả năng đưa ra những quyết định kịp thời và dứt khoát trên cơ sở cân nhắc kĩ càng, chắc chắn.
  - + Tính kiên cường : cường độ của ý chí, cho phép con người có những quyết định đúng đắn, kịp thời trong những hoàn cảnh khó khăn để kiên trì thực hiện đến cùng mục đích đã xác định

- + Tính dũng cảm : khả năng sẵn sàng và nhanh chóng vươn tới mục đích bất chấp khó khăn và nguy hiểm cho tính mạng hay lợi ích của bản thân
- + Tính tự kiểm chế, tự chủ : khả năng kiểm soát được hành vi, làm chủ được bản thân, kìm hãm những hành động không cần thiết hoặc có hại.

**Câu 15 : Đặc điểm của thói quen và kĩ xảo. Quy luật cơ bản hình thành kĩ xảo và vận dụng từng quy luật trong thực tế**

\* *Đặc điểm của thói quen và kĩ xảo :*

- Hành động tự động hóa vốn là hành động có ý thức nhưng do được lặp đi lặp lại nhiều lần hoặc do luyện tập mà nó trở thành tự động hóa, không cần sự kiểm soát trực tiếp của ý thức vẫn thực hiện có kết quả
- Có 2 loại hành động tự động hóa là thói quen và kĩ xảo :

Kĩ xảo	Thói quen
- Hành động tự động hóa nhờ luyện tập có mục đích và có hệ thống	- Hành động tự động hóa ổn định trở thành nhu cầu của con người, hình thành bằng nhiều con đường như rèn luyện, bắt chước
- Mang tính chất kĩ thuật	- Mang tính chất nhu cầu, nếp sống
- Được đánh giá về mặt thao tác	- Được đánh giá về mặt đạo đức
- Ít gắn với tình huống	- Luôn gắn với tình huống cụ thể
- Có thể ít bền vững nếu không thường xuyên tập luyện củng cố	- Bền vững, ăn sâu vào nếp sống

\* *Quy luật hình thành kĩ xảo*

- Quy luật tiến bộ không đồng đều : trong quá trình luyện tập kĩ xảo có sự tiến bộ không đồng đều ( nhanh -> chậm dần ; chậm -> nhanh dần; tiến bộ -> thụt lùi -> tiến bộ )
- Vận dụng : khi hình thành kĩ xảo cần bình tĩnh, kiên trì, không nóng vội chủ quan để luyện tập có kết quả.

\* *Quy luật đỉnh của phương pháp luyện tập*

- Mỗi phương pháp luyện tập chỉ đem về một kết quả cao nhất có thể được gọi là “đỉnh”

- Vận dụng : vận dụng linh hoạt các phương pháp luyện tập, thường xuyên thay đổi phương pháp để đạt hiệu quả cao nhất.

\* *Quy luật tác động qua lại của kĩ xảo cũ và kĩ xảo mới*

- Kĩ xảo cũ ảnh hưởng tốt, có lợi cho việc hình thành kĩ xảo mới => sự di chuyển kĩ xảo.

- Kĩ xảo cũ ảnh hưởng không tốt, gây trở ngại khó khăn cho việc hình thành kĩ xảo mới => giao thoa kĩ xảo

- Vận dụng linh hoạt các kĩ xảo cũ và mới để đạt hiệu quả tốt nhất trong công việc và cuộc sống.

\* *Quy luật dập tắt kĩ xảo*

- Kĩ xảo đã có nhưng không được thường xuyên luyện tập củng cố có thể bị suy yếu và cuối cùng là mất đi.

- Vận dụng : chú ý ôn tập, thường xuyên củng cố kĩ xảo để giữ gìn kĩ xảo cho bản thân.

**Câu 16 : *Khái niệm về nhân cách. Các yếu tố ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển nhân cách***

**a. Khái niệm về nhân cách :** Nhân cách là sự tổ hợp những đặc điểm, những thuộc tính tâm lí của cá nhân, biểu hiện bản sắc và giá trị xã hội của con người.

**b. Các yếu tố ảnh hưởng đến sự hình thành và phát triển nhân cách**

\**Di truyền :* Là sự truyền lại từ cha mẹ đến con cái những phẩm chất và đặc điểm nhất định đã được ghi lại trong hệ thống gen.

- Di truyền tạo tiền đề quan trọng cho sự hình thành và phát triển nhân cách. Di truyền đảm bảo cho loài người tiếp tục tồn tại, tạo khả năng cho con người hoạt động có hiệu quả trong một số lĩnh vực nhất định. Những tính chất đặc trưng được di truyền chỉ đặc trưng cho những lĩnh vực hoạt động hết sức rộng rãi, bao quát

\* *Môi trường*

- Là tổ hợp toàn bộ các yếu tố tự nhiên và xã hội xung quanh con người.
- Có vai trò rất quan trọng trong việc hình thành và phát triển nhân cách con người. Nếu không có xã hội loài người thì tư chất có tính người cũng không thể nào phát triển được.
- Tính chất và mức độ ảnh hưởng của môi trường tới nhân cách của cá nhân còn tùy thuộc vào lập trường, quan điểm của cá nhân đối với ảnh hưởng đó.

*\* Giáo dục*

- Là một hiện tượng xã hội, là quá trình tác động có mục đích, có kế hoạch, ảnh hưởng tự giác chủ động đến con người đến sự hình thành và phát triển của nhân cách, tâm lý, ý thức .
- Có vai trò chủ đạo trong sự hình thành và phát triển nhân cách.
- Đóng vai trò định hướng cho nhân cách con người, uốn nắn những sai lệch về mặt nào đó so với chuẩn mực xã hội của nhân cách, tạo ra sự phát triển nhanh, mạnh, hướng về tương lai,

*\* Hoạt động*

- Nhân tố quyết định trực tiếp sự hình thành và phát triển của nhân cách
- Thông qua hoạt động, con người lĩnh hội kinh nghiệm văn hóa lịch sử xã hội để hình thành nhân cách.
- Hoạt động đề ra cho con người những yêu cầu nhất định, đòi hỏi ở con người những phẩm chất tâm lý nhất định, qua đó hình thành nên năng lực và phẩm chất nhất định ở con người.

*\* Giao tiếp :*

- Đóng vai trò cơ bản trong sự hình thành và phát triển nhân cách.
- Thông qua giao tiếp con người lĩnh hội những kinh nghiệm xã hội lịch sử của các thế hệ trước, qua đó hình thành và phát triển tâm lý, ý thức. Cũng chính trong giao tiếp con người lĩnh hội các tiêu chuẩn đạo đức, nguyên tắc các hành vi để vận dụng vào cách ứng xử cá nhân, tạo nên những nguyên tắc đạo đức hành vi cho mình.