

và hoạt động. Cần phải tổ chức có hiệu quả hoạt động dạy học và giáo dục, cũng như các hoạt động chủ đạo ở từng giai đoạn lứa tuổi khác nhau để hình thành, phát triển tâm lí con người...

2. Chức năng của tâm lí

Hiện thực khách quan quyết định tâm lí con người, nhưng chính tâm lí con người lại tác động trở lại hiện thực bằng tính năng động, sáng tạo của nó thông qua hoạt động, hành động, hành vi. Mỗi hoạt động, hành động của con người đều do “cái tâm lí” điều hành. Sự điều hành ấy biểu hiện qua những mặt sau:

- Tâm lí có chức năng chung là định hướng cho hoạt động, ở đây muốn nói tới vai trò động cơ, mục đích của hoạt động. Động cơ có thể là một nhu cầu được nhận thức, hứng thú, lí tưởng, niềm tin, lương tâm, danh vọng...

- Tâm lí là động lực thúc đẩy, lôi cuốn con người hoạt động, khắc phục mọi khó khăn vươn tới mục đích đã đề ra.

- Tâm lí điều khiển, kiểm tra quá trình hoạt động bằng chương trình, kế hoạch, phương pháp, phương thức tiến hành hoạt động, làm cho hoạt động của con người trở nên có ý thức, đem lại hiệu quả nhất định.

- Cuối cùng, tâm lí giúp con người điều chỉnh hoạt động cho phù hợp với mục tiêu đã xác định, đồng thời phù hợp với điều kiện và hoàn cảnh thực tế cho phép.

Nhờ có các chức năng định hướng, điều khiển, điều chỉnh nói trên mà tâm lí giúp con người không chỉ thích ứng với hoàn cảnh khách quan, mà còn nhận thức, cải tạo và sáng tạo ra thế giới. Đồng thời, chính trong quá trình đó, con người nhận thức, cải tạo chính bản thân mình.

Nhờ chức năng điều hành nói trên mà nhân tố tâm lí giữ vai trò cơ bản, có tính quyết định trong hoạt động của con người.

3. Phân loại hiện tượng tâm lí

Dựa trên căn cứ khác nhau, có nhiều cách phân loại các hiện tượng tâm lí:

3.1. Căn cứ vào thời gian tồn tại của hiện tượng tâm lí và vị trí tương đối của chúng trong nhân cách, có thể phân chia các hiện tượng tâm lí thành ba loại chính:

- Các quá trình tâm lí.

- Các trạng thái tâm lí.

- Các thuộc tính tâm lí.

+ Các quá trình tâm lí là những hiện tượng tâm lí diễn ra trong thời gian tương đối ngắn, có mở đầu, diễn biến, kết thúc tương đối rõ ràng. Người ta thường phân biệt thành ba quá trình tâm lí:

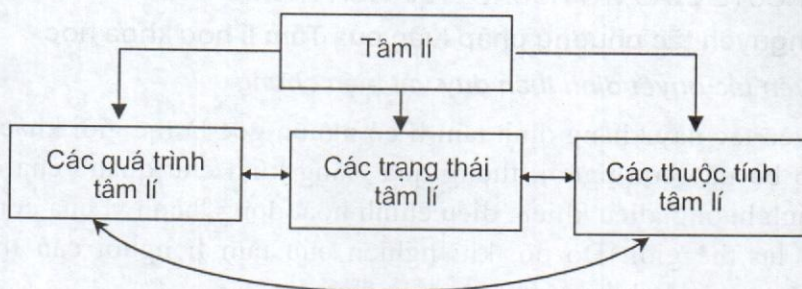
- Các quá trình nhận thức, gồm cảm giác, tri giác, trí nhớ, tưởng tượng, tư duy.
- Các quá trình cảm xúc biểu thị sự vui mừng hay tức giận, dễ chịu hay khó chịu, nhiệt tình hay thờ ơ...
- Quá trình hành động ý chí.

+ Các trạng thái tâm lí là những hiện tượng tâm lí diễn ra trong thời gian tương đối dài, việc mở đầu và kết thúc không rõ ràng, như: chú ý, tâm trạng.

+ Các thuộc tính tâm lí là những hiện tượng tâm lí tương đối ổn định, khó hình thành và khó mất đi, tạo thành những nét riêng của nhân cách. Người ta thường nói tới bốn nhóm thuộc tính tâm lí cá nhân như: xu hướng, tính cách, khí chất và năng lực.

Có thể biểu diễn mối quan hệ giữa các hiện tượng tâm lí bằng sơ đồ sau:

Sơ đồ 1: Mối quan hệ giữa các hiện tượng tâm lí



3.2. Căn cứ vào sự tham gia của ý thức, có thể phân biệt hiện tượng tâm lí thành:

- Các hiện tượng tâm lí có ý thức.
- Các hiện tượng tâm lí chưa được ý thức.

Chúng ta có nhiều nhận biết về các hiện tượng tâm lí có ý thức (được nhận thức hay tự giác). Còn những hiện tượng tâm lí chưa được ý thức vẫn luôn diễn ra, nhưng ta không ý thức về nó, hoặc dưới ý thức, chưa kịp ý thức. Một số tác giả nước ngoài còn chia ý thức thành hai mức: 1) “vô thức” là những lĩnh vực nằm ngoài ý thức, “khó lọt vào” lĩnh vực ý thức (một số bản năng vô thức,

một số hành động lỗ lờ, lỗ chân tay, ngủ mơ, mộng du...) và 2) “tiềm thức” là những hiện tượng bình thường nằm sâu trong ý thức, thỉnh thoảng trong những hoàn cảnh nhất định có thể được ý thức “chiếu rọi” tới.

3.3. Căn cứ vào mức độ thể hiện qua hoạt động và sản phẩm hoạt động, có thể phân biệt hiện tượng tâm lí thành:

- Hiện tượng tâm lí sống động: thể hiện trong hành vi hoạt động.
- Hiện tượng tâm lí tiềm tàng: tích đọng trong sản phẩm của hoạt động.

3.4. Căn cứ vào phạm vi ảnh hưởng đối với cá nhân hay xã hội, có thể phân biệt:

- Hiện tượng tâm lí cá nhân.
- Hiện tượng tâm lí xã hội (phong tục, tập quán, tin đồn, dư luận xã hội, tâm trạng xã hội, “mốt”,...)

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

III. CÁC NGUYÊN TẮC VÀ PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU TÂM LÍ HỌC

1. Các nguyên tắc phương pháp luận của Tâm lí học khoa học

1.1. Nguyên tắc quyết định luận duy vật biện chứng

Nguyên tắc này khẳng định tâm lí có nguồn gốc là thế giới khách quan tác động vào bộ não con người, thông qua “lăng kính chủ quan” của con người. Tâm lí định hướng, điều khiển, điều chỉnh hoạt động, hành vi của con người tác động trở lại thế giới. Do đó, khi nghiên cứu tâm lí người cần thấm nhuần nguyên tắc quyết định luận duy vật biện chứng.

1.2. Nguyên tắc thống nhất tâm lí, ý thức, nhân cách với hoạt động

Hoạt động là phương thức hình thành, phát triển và thể hiện tâm lí, ý thức, nhân cách. Đồng thời, tâm lí, ý thức, nhân cách là cái điều hành hoạt động. Vì thế, chúng thống nhất với nhau. Nguyên tắc này cũng khẳng định tâm lí luôn luôn vận động và phát triển. Cần phải nghiên cứu tâm lí trong sự vận động của nó, nghiên cứu tâm lí qua sự diễn biến cũng như qua sản phẩm của hoạt động.

1.3. Phải nghiên cứu các hiện tượng tâm lí trong mối liên hệ giữa chúng với nhau và trong mối liên hệ giữa chúng với các loại hiện tượng khác: Các hiện tượng tâm lí không tồn tại một cách biệt lập mà chúng có quan hệ chặt chẽ với nhau,

bổ sung cho nhau, chuyển hoá lẫn nhau, đồng thời chúng còn chi phối và chịu sự chi phối của các hiện tượng khác.

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

2. Các phương pháp nghiên cứu tâm lí

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

2.1. Phương pháp quan sát

Quan sát được dùng trong nhiều ngành khoa học, trong đó có Tâm lí học.

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

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

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

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

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

+ Xác định mục đích, nội dung, kế hoạch quan sát.

+ Chuẩn bị chu đáo về mọi mặt.

+ Tiến hành quan sát một cách cẩn thận và có hệ thống.

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

2.2. Phương pháp thực nghiệm

Đây là phương pháp có nhiều hiệu quả trong nghiên cứu tâm lí.

– Thực nghiệm là quá trình tác động vào đối tượng một cách chủ động, trong những điều kiện đã được khống chế, để gây ra ở đối tượng những biểu hiện

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

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

+ *Thực nghiệm trong phòng thí nghiệm*: Phương pháp thực nghiệm trong phòng thí nghiệm được tiến hành dưới điều kiện khống chế một cách nghiêm khắc các ảnh hưởng bên ngoài. Đồng thời, người làm thí nghiệm tự tạo ra những điều kiện để làm nảy sinh hay phát triển một nội dung tâm lí cần nghiên cứu, do đó có thể tiến hành nghiên cứu tương đối chủ động hơn so với quan sát và thực nghiệm tự nhiên.

+ *Thực nghiệm tự nhiên*: được tiến hành trong điều kiện bình thường của cuộc sống và hoạt động. Trong quá trình quan sát, nhà nghiên cứu chỉ thay đổi những yếu tố riêng rẽ của hoàn cảnh; còn trong thực nghiệm tự nhiên, nhà nghiên cứu có thể chủ động gây ra các biểu hiện và diễn biến tâm lí bằng cách khống chế một số nhân tố không cần thiết cho việc nghiên cứu, làm nổi bật những yếu tố cần thiết có khả năng giúp cho việc khai thác, tìm hiểu các nội dung cần thực nghiệm. Tùy theo mục đích và nhiệm vụ nghiên cứu mà người ta phân biệt thực nghiệm tự nhiên thành hai loại : thực nghiệm nhận định và thực nghiệm hình thành.

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

• *Thực nghiệm hình thành* (còn gọi là thực nghiệm giáo dục): Trong đó, tiến hành các tác động giáo dục, rèn luyện nhằm hình thành một phẩm chất tâm lí nào đó ở nghiệm thể (người bị thực nghiệm).

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

2.3. Test (trắc nghiệm)

– Test là một phép thử để “đo lường” tâm lí đã được chuẩn hoá trên một số lượng người đủ tiêu biểu.

Test trọn bộ thường bao gồm bốn phần:

+ Văn bản test.

+ Hướng dẫn quy trình tiến hành.

+ Hướng dẫn đánh giá.

+ Bản chuẩn hoá.

– Trong Tâm lí học đã có một hệ thống test về nhận thức, năng lực, nhân cách, chẳng hạn:

+ Test trí tuệ của Binet – Simon.

+ Test trí tuệ của Wechsler.

+ Test trí tuệ của Raven.

+ Test nhân cách của Rorschach, Murray...

– Ưu điểm cơ bản của test là:

+ Có khả năng làm cho hiện tượng tâm lí cần đo được trực tiếp bộc lộ qua hành động giải bài tập test.

+ Có khả năng tiến hành nhanh, tương đối đơn giản bằng giấy, bút, tranh vẽ.

+ Có khả năng lượng hoá, chuẩn hoá chỉ tiêu tâm lí cần đo.

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

+ Khó soạn thảo một bộ test đảm bảo tính chuẩn hoá.

+ Chủ yếu cho ta biết kết quả, ít bộc lộ quá trình suy nghĩ của nghiệm thể để đi đến kết quả.

Vì vậy, cần sử dụng phương pháp test như là một trong các cách chẩn đoán tâm lí con người ở một thời điểm nhất định.

2.4. Phương pháp đàm thoại (trò chuyện)

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

Có thể đàm thoại trực tiếp hoặc gián tiếp tùy thuộc vào sự liên quan của đối tượng với điều ta cần biết. Có thể trò chuyện thẳng hay đường vòng.

Muốn đàm thoại thu được tài liệu tốt, nên:

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

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

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

– Hết sức linh hoạt trong việc “lái hướng” này để câu chuyện vừa giữ được lôgic của nó, vừa đáp ứng yêu cầu của người nghiên cứu.

2.5. Phương pháp điều tra

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

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

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

2.6. Phương pháp phân tích sản phẩm của hoạt động

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

2.7. Phương pháp nghiên cứu tiểu sử cá nhân

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

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

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