**ÜNİTE 1 – PSİKOLOJİ BİLİMİNİ TANIYALIM1 KONU –**

**PSİKOLOJİNİN KONUSU**

Psikoloji, eski Yunancada ruh anlamına gelen ‘psyche’ ile bilgi anlamına gelen ‘logos’ sözcüklerinden oluşmuştur. Sözcük olarak karşılığı ‘ruh bilgisi’ demektir. Organizmanın davranışlarını ve bu davranışların altında yatan zihinsel süreçleri inceleyen pozitif bir bilim dalıdır.

**Organizma (canlı):** Her canlı varlık bir organizmadır. Bu ya insan ya hayvan ya da bitkidir. Psikolojinin hayvanlar üzerinde araştırma yapması, insan davranışlarını daha iyi anlayabilmek içindir.

**Davranış:** İçten veya dıştan gelen uyarıcılara karşı organizmanın yaptığı gözlenebilen ve ölçülebilen tepkilerdir.

* **Doğrudan Gözlemlenebilen Davranışlar:** Konuşmak, oturmak
* **Dıştan Doğrudan Gözlenemeyen Ancak Herhangi Bir Yolla Ölçülebilen Zihinsel Etkinlikler:** Duygular ile düşünme, hayal kurma
* **Psikofizyolojik Tepkiler:** Kasların gerginleşmesi, utanınca yüzün kızarması

**Zihinsel süreç:** Algı, bellek, düşünce, duygu gibi duyuşsal ve bilişsel süreçleri ifade eder. Psikoloji bu süreçleri incelemekle insan zihninin nasıl işlediğini anlamaya çalışır.

**Pozitif Bilim:** Belli bir alanda bilimsel yöntemle (deney ve gözlemle) elde edilmiş düzenli ve sistemli bilgiler bütünüdür.

**PSİKOLOJİNİN BİLİM OLMA SÜRECİ**

Psikoloji uzun zaman felsefeye bağlı kalmıştır. 19. yüzyıldaki bilimsel gelişmeler bireyin psikolojik sorunlarının artmasına neden olmuştur. Böylece bu sorunları bilimsel yöntemlerle inceleyecek ve çözüm yolları bulabilecek yeni bir bilime ihtiyaç duyulmuştur. Wilhelm Wundt tarafından ilk psikoloji laboratuvarı 1879 da kurulunca psikoloji felsefenin etkisinden kurtularak pozitif bir bilim dalı olmuştur.

**PSİKOLOJİ EKOLLERİ**

Bir bilim alanında ortak görüş ya da anlayışı benimseyen bilim insanlarının oluşturduğu topluluğa ekol, ele alınan konuyu değerlendirme şekil ve tarzına ise yaklaşım denir. Yaklaşımların her biri, davranışı farklı bir yönü ile ele alarak değişik yöntemlerle açıklamaya çalışırlar.

**Yapısalcı Yaklaşım-W.Wundt:** Zihnin yapısı, bilinç denilen karmaşık yapının çözümlenmesi psikolojinin konusu olmalıdır. Davranışı, zihni oluşturan yapılar ile açıklamaya çalışmıştır. İçe bakış yöntemini kullanmıştır. Kullandığı yöntem bireyin kendi gözlemleriyle kendini değerlendirmesine dayandığı için taraflı bir yöntem olarak görülmüş ve birçok psikolog tarafından reddedilmiştir.

**İşlevselci Yaklaşım-William James, John Dewey:** İnsan zihninin işlevsel özelliklerinin organizmanın çevreye uyumundaki görevi araştırılmalıdır. Okullarda rehberlik anlayışını başlatmış, çağdaş psikolojiyi olumlu etkilemiştir. İçe bakış ve deney yöntemini kullanmıştır. Bireyin tüm davranışlarını uyum çabasına indirgediği için eleştirilmiştir.

**Davranışçı Yaklaşım- John Watson, Frederic Skinner, Edward Thorndike:** Bilinci incelemeyi anlamsız bulan, psikolojinin zihni değil insan ve hayvanların yalnızca gözlenebilir ve ölçülebilir davranışlarını ele alması gerektiğini savunan bu yaklaşım U-T psikolojisi olarak da bilinir. Deney ve gözlemi kullanmışlardır. Zihinsel süreçlerin incelenemeyeceğini ileri sürdüğü ve çevreye fazla önem verdiği için eleştirilmiştir.

**Psikodinamik Yaklaşım- Sigmund Freud:** Freud’a göre, insan davranışlarının nedenlerini açıklayabilmek için insanın bilinçaltının incelenmesi gerekir çünkü insan kişiliğinin oluşmasında belirleyici olan saldırganlık ve cinsellik güdüsü sosyalleşme sürecinde bilinçaltına bastırılmıştır. Hipnoz, telkin, serbest çağrışım, rüya analizi ve deney kullanılmıştır.

**Hümanistik (İnsancıl) Yaklaşım:** Bu yaklaşım davranışı bireyin iç dünyası ile açıklamaya çalışır. Sezgi, empatiyi kullanır. Deney yöntemi ile insan davranışlarının açıklanamayacağını savundukları için eleştirilmişlerdir.

**Bütüncül Yaklaşım- M.Wertheimer:** Bu yaklaşımı benimseyenler diğer ekollerin ‘parçacı’ yaklaşımına karşı çıkarlar. Davranış ve yaşantılarımız basit öğelerin birleşiminden oluşmaz. Davranışlar incelenirken öğeler arası ilişkiler ve etkileşimler dikkate alınmalıdır çünkü bütün parçaların toplamından ibaret değildir.

**Bilişsel Yaklaşım-Jean Piaget:** Dıştan gözlenemeyen bilişsel süreçlerin türü ve yapısıyla gözlenebilen davranışların türü ve özellikleri arasındaki ilişkiyi araştırmalıdır. Davranışların oluşumunda bilişsel süreçlere fazla ağırlık verdiğinden eleştirilmiştir.

**2 KONU – PSİKOLOJİNİN ÖLÇÜTLERİ VE AMAÇLARIPsikolojinin Ölçütler**

**Gözlenebilirlik:** Yalnızca çıplak gözle izlemeyi değil, gözün veya başka duyu organının yetersiz kaldığı durumda bazı teknolojik aygıtlardan yararlanmaktır.

**Ölçülebilirlik:** Sayısal olarak belirlene bilirliği ifade eder.

**Tekrarlanabilirlik:** Yapılan çalışmaların başka bilim insanlarınca farklı zamanlarda aynı biçim ve koşullarda yinelendiğinde mümkün olduğu kadar birbirine yakın sonuç ve gözlemler elde edilmesidir.

**Psikolojinin Amaçları**

* İnsan Davranışlarını Betimleme
* İnsan Davranışlarını Anlama ve Açıklama
* İnsan Davranışlarını Önceden Kestirebilme
* İnsan Davranışlarını Etkileyebilme ve Kontrol Etme

**3 KONU – PSİKOLOJİ ARAŞTIRMALARINDA UYGULANAN YÖNTEM VE TEKNİKLER**

**Betimleyici Ve Tanımlayıcı Yöntemler**

**Gözlem:** Bir uyarıcının etkisiyle bireyin yaşadığı duyguları kendi kendini gözlemleyip elde ettiği bilgileri araştırmacıya aktarması iç gözlem, İncelenen olayların kendi doğal ortamında, müdahalede bulunulmadan ve gözlem yapılan kişilerin haberi olmaksızın gözlemlenmesi doğal gözlem, Araştırmacının belirli teknikleri kullandığı, olayların yeri, zamanı ve koşullarının gözlemci tarafından önceden hazırlandığı gözlem biçimi sistematik gözlemdir.

**Anket(tarama) Yöntemi:** Belli kişilerin ya da grupların bir konu üzerindeki duygu, düşünce ve deneyimlerini anlamak için belli bir plana göre hazırlanmış olan soru listeleridir.

**Görüşme:** Bireyin kişiliği hakkında bilgi sahibi olmak amacıyla uygulanan ve bireyin düşünce, duygu, davranış ve tutumlarını saptamak amacıyla yüz yüze konuşmaya dayalı olan yöntemdir.

**Vak’a İncelemesi (Olay İncelemesi):** Geçmiş yaşamının ve çevrenin davranışlara nasıl etkide bulunduğunu öğrenmek amacıyla bireyin biyografisinin çıkarılmasına dayalıdır.

**Test:** Birden fazla insanın davranışlarını karşılaştırmak amacıyla uygulanan sistematik ölçme tekniğidir.

**Korelasyonel Yöntem**

İki ya da daha fazla değişken arasında bir ilişki olup olmadığını, varsa ne tür bir ilişki ve ne kadar güçlü bir ilişki olduğunu göstermeye yarayan bir yöntemdir. Değişken deyince bir araştırmada veya deneyde farklı değerler alabilen herhangi bir özellik, davranış, olgu, gözlem ya da durum anlaşılır. Korelasyonel ilişki üç tanedir:

* Bir değişkendeki artış ya da azalış diğer değişkende de artışa veya azalışa sebep oluyorsa pozitif (olumlu) korelasyon vardır. 0 ile +1 arasında değer alır.

Dikkat ile öğrenme ilişkisi(+ + )şeklindedir dikkat arttıkça öğrenme de artar

* Eğer bir değişken artarken diğeri azalıyor ya da biri azalırken diğeri artıyorsa negatif (olumsuz) korelasyon vardır. 0 ile -1 arasında değer alır.

Yorgunluk ile dikkat ilişkisi (+- )şeklindedir yorgunluk arttıkça dikkat azalır

* Değişkenler arasında hiçbir ilişki yoksa nötr korelasyon adını alır. Boy ile zeka ilişkisi 0’dır. Boy ile zeka arasında bir ilişki yoktur.

**Deneysel Yöntem**

Bir değişkenin diğer bir değişken üzerindeki etkisinin araştırılarak bir varsayımın sınandığı yöntemdir.

**Bağımsız Değişken(Neden):** İncelenen olayda araştırmacının seçtiği, olayda etkisi araştırılan etkendir.

**Bağımlı Değişken(Sonuç):** Bağımsız değişkenin etkisine bağlı olarak ortaya çıkan durumdur.

**Deney Grubu:** Koşulların değiştirildiği ve bağımsız değişkenin uygulandığı (deneyin yapıldığı)gruptur.

**Kontrol Grubu:** Koşullarına müdahale edilmeyen ve deney grubu ile karşılaştırma yapmak amacıyla oluşturulan gruptur.

**4 KONU – PSİKOLOJİDE ETİK KURALLAR**Türk psikologları derneğinin 2004 yılında kabul ettiği etik yönetmeliği, araştırma sırasında izlenmesi gereken temel ilkeleri belirtir.

**PSİKOLOJİNİN ALT DALLARI**

**Deneysel Alt Dallar**

**Deneysel Psikoloji:** Psikolojinin bu dalı öğrenme, bellek, güdü, duygu ve davranışın fizyolojik temelleri üzerinde laboratuvar çalışmaları yapar.

**Bilişsel Psikoloji:** Dikkat, düşünme, bellek, algılama, öğrenme gibi zihinsel süreçlerle ilgilenir.

**Gelişim Psikolojisi:** Bireyin doğumdan ölümüne kadar yaşa bağlı fiziksel ve zihinsel süreç ve davranış değişikliklerini inceler.

**Sosyal Psikoloji:** Sosyal bir varlık olan insanın davranışları üzerinde toplumun etkisini ve insanın grup içindeki davranışlarını inceler.

**Kişilik Psikolojisi:** Kişilik gelişimi, benlik algısı, öz saygı, kişilik gelişiminde rol oynayan faktörler gibi konuları araştırır.

**Uygulamalı Alt Dalları**

**Klinik Psikoloji:** Psikolojinin tıpta uygulanması sonucu ortaya çıkan bu alan davranış bozukluklarını tanıma, tedavi etme ve nedenlerini bilimsel olarak araştırmayı konu edinir.

**Endüstri Psikolojisi (Örgütsel Psikoloji):** Ülkemizde yeni gelişmekte olan bu uygulamalı alan, iş ortamındaki davranışlarla ilgilenir.

**Eğitim Psikolojisi:** Etkin, kalıcı öğrenme ve öğretmeyi konu edinen alandır.

**Psikolojik Danışma ve Rehberlik:** Ruh sağlığı açısından normal, ancak gelişimsel ve uyum sorunları olan bireylere hizmet verir

**Sağlık Psikolojisi:** Toplum sağlığını desteklemek ve sağlıksız davranışların azaltılmasını sağlamak üzerine çalışır..