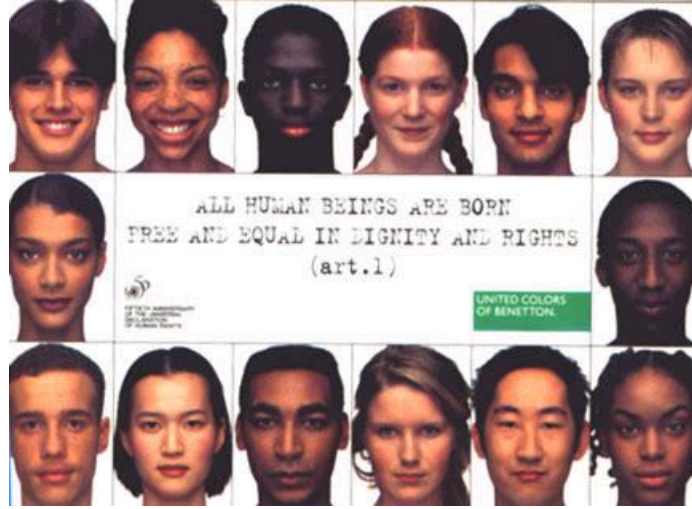


- BÖLÜM 1
- PSİKOLOJİNİN DOĞASI

- Doç. Dr. Fatma Gül Cırhinlioğlu

PSİKOLOJİNİN TANIMI



Psikoloji;

İnsan davranışının ve zihinsel süreçlerinin bilimsel olarak araştırılmasıdır. Burada anahtar kelime "bilim"dir. Dolayısıyla psikolojinin malzemesi gözlenebilen davranışlar ve gözlenemeyen kavramların standart düzenlemeler üzerindeki gözlenebilen etkileridir.

BİLİM NEDİR?

Doğa olaylarını üç temel yaklaşımla açıklamak mümkündür:

- Teolojik Açıklamalar
 - Felsefi Açıklamalar
 - Bilimsel Açıklamalar
- Evreni açıklamak için birey teolojik, felsefi ya da bilimsel açıklama yöntemlerinden birini seçer. İlk iki yöntem tümdengelimci mantık üzerine kurulmuştur. Aradığınız cevaplar felsefi sistemin ya da inanç sisteminin içinde hali hazırda vardır. Yapmanız gereken var olan kabullenmeler çerçevesinde karşılaştığınız olayları açıklamaktır. Bilimsel yaklaşımda ise hazır öneriler yoktur. Gözlemlediğiniz doğa olaylarından hareketle bir bütüne ya da kurala ulaşmaya çalışırsınız.

Bütün pozitif bilimlerin temelinde üç ana felsefi yaklaşım vardır:

- DOĞA FELSEFESİ YAKLAŞIMI
- MANTIKSAL POZİTİVİZM YAKLAŞIMI
- İŞEVURUKÇULUK YAKLAŞIMI

Doğa Felsefesi Yaklaşımı

- 16 yy'da Descartes tarafından ortaya atılmıştır. Descartes'e göre doğa olayları, felsefi ve teolojik doğma ve sayıltılar ile bunların doğal bir sonucu olan tümdengelimci mantık yerine, *görgöl yaklaşım* ve *tümevarımcı mantık* kullanılarak incelenmelidir. Doğa olayları *somut ve maddeseldir*. Doğada bir *nedensellik* ilişkisi vardır. Bilim insanının görevi bu nedenleri keşfetmektir.



René Descartes
PAR

Mantıksal Pozitivizm Yaklaşımı



- Bilim, tutarlı ve iç çelişkilerden uzak bir dizi ifade olup, bu ifadeler gözlenerek elde edilen görgül olgu ve bilgilere dayanır. Bilimsel bilgi, görgül olaylara uygulanan mantıksal analizlerin bir sonucudur. Bilim ise iç çelişkilerden uzak, mantıklı ifadelerden oluşan bir bütündür. Mantıksal analizler ise en iyi şekilde matematiksel sembol ve işlemlerle betimlenebilmektedirler. Böylece matematik pozitif bilimlere girmiş olur. Buna göre doğada her şey sayılarla ifade edilebilir. Metafizik ve doğaötesi açıklamaları reddeder.

İşevurukçuluk Yaklaşımı

Bütün gelişmiş kuramlar mantıksal ve matematiksel sembol ve işlemlerle ifade edilen soyut iddialara dayanır. Bu soyut iddiaların doğada gözlenen somut olaylarla eşleştirilmesine işevurukçuluk yada operasyonalizm

denir. Başka bir deyişle işevurukçuluk, bir kavramı onu elde etmek için kullanılan işlemler ile ifade etmektir. Böylece bilimsel ifadeler sadece gözlenebilen olaylar hakkında söylenebileceklerle kısıtlanmıştır.

Psikolojide Zihin ve Beden Problemi

- Thomas Aquinas, Platon gibi filozoflar tarafından bedensele karşı ruhsal, fiziksele karşı metafiziksel, belirleyiciliğe karşı özgür, ölümlüye karşı ölümsüz yönüyle ön plana getirilen zihin deneysel (bilimsel) yöntemle incelenebilir mi? Bu soruya yanıt öneren üç temel felsefi yaklaşımdan bahsedilebilir.

- Fizyolojik mekanizmalar yaklaşımı
- Zihinsel mekanizmalar yaklaşımı
- Psikofizik paralelcilik yaklaşımı

Fizyolojik Mekanizmalar Yaklaşımı

- Descartes'e göre beden, *somut ve maddeseldir*. Bu özelliği ile bir *doğa olayıdır*. Doğa olayları için geçerli bütün ilkeler (Newton fiziği, eylemsizlik ilkesi, yer çekimi gibi) insan bedeni içinde geçerlidir.
- Doğa olaylarını açıklamada kullanılan *mekanik ve fiziksel* kanunlar bedensel olayları da açıklayabilirler. Bedene ait olayları bilmede de görgülcü yaklaşım kullanılabilir, matematik ve deneyden yararlanılabilir. *Fizyolojinin fiziği* olarak da bilinen bu mekanikçi görüş sayesinde beden doğa bilimlerinin konusu olmuştur.

Zihinsel Mekanizmalar Yaklaşımı

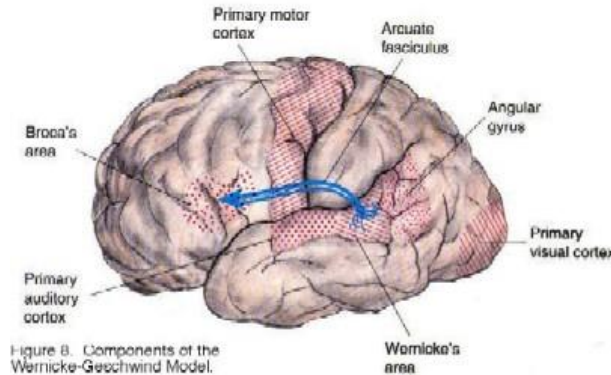
- De La Mettrie ve Cobanis gibi Fransız hekimler zihnin maddesel yönüne dikkat çekmiş ve “*zihinsel olaylar bedensel olayların bir ürünüdür*” iddiasını ortaya atmışlardır.
- Daha sonra Grall, Spurtzheim, Flourens, Brocas ve Hitzig gibi filozof ve hekimler bu görüşü daha da özelleştirerek “*zihinsel olaylar beynin bir ürünüdür*” iddiasında bulunmuşlardır. Zihinsel olaylar beynin bir ürünü ise ve beyin de somut ve maddesel olma özelliğiyle bir doğa olayı ise zihinsel olaylar da bir doğa olayıdır. Öyleyse doğa olaylarını anlamada ve açıklamada kullanılan ilke ve yöntemler zihinsel olayları açıklamada da kullanılabilir. Böylece zihinsel olaylara fizyolojik mekanizmalar ve doğa felsefesi açısından yaklaşılmaya başlandı ve bu durum beden-zihin ilişkisini monistik bir görüş içine soktu.



İkinci gruptaki araştırmacıların birinci gruptakilerden en önemli farkı bu görüşlerini işevuruk olarak tanımlamış olmalarıdır

- Broca savaşlar, iş kazaları ve benzeri durumlarda kafa travması geçirip konuşma becerisini kaybeden 1200 vakayı ömürleri boyunca izlemiş ve öldükten sonra otopsilerini yapmıştır. Her vakada aynı beyin bölgesinde çıplak gözle de fark edilebilecek açık bir hasar olduğunu belirlemiştir. Temporal alanın içinde bugün Broca alanı olarak bilinen bölgede küçük bir hasar.

- Broca'nın özellikle akıl hastaları üzerinde deneysel olarak çalıştığını Broca alanına ufak hasarlar vererek konuşma kayıplarını canlı denekler üzerinde de gözlemlediğine inanmaktadırlar.

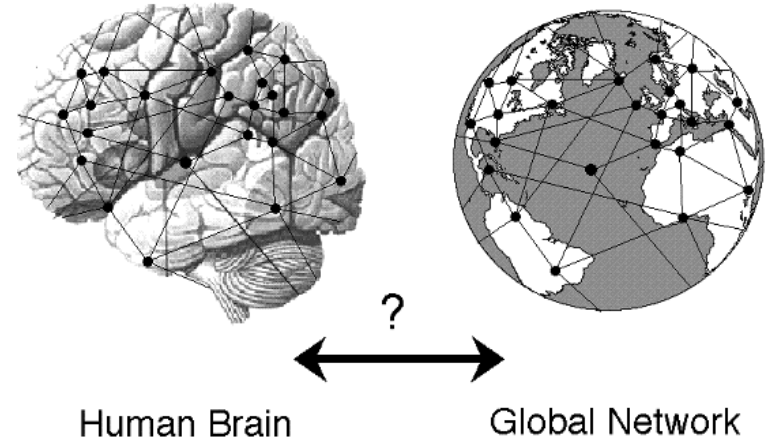


•Psikofizik Paralelcilik ve Etkileşimcilik Yaklaşımları

Bu yaklaşım ilk kez Locke, Berkeley, Hume ve Mill & Mill gibi İngiliz görgülcü ve çağrışımçıları tarafından ortaya atılmıştır. Bunlara göre beden ve zihin iki ayrı

ancak birbiriyle paralel işleyen oluşumlardır. Aynı paralel gerçeğin iki ayrı yönüdürler. Hem beden hem de zihnin varlığını sağlayan temel gerçek ise harekettir.

Zihin birbiriyle bağlantılı noktalardan oluşur. Bir nokta harekete katıldığında kendisiyle ilişkili bir başka noktayı harekete geçirir. Hareket böylece sürekliliğini korur. Aynı şey beden için de geçerlidir. Beden de birbiriyle ilişkili hareketlilikler aracılığıyla varlığını sürdürür.





Daha sonra Fechner bu görüşü işevuruk olarak destekleyici bir iddia ortaya atmıştır. Buna göre, beden ve zihin aynı gerçeğin iki ayrı yönüdür.

Bu gerçeğe içten bakıldığında zihin, dıştan bakıldığında beden görülür. Zihinsel bir olay olan duyumlarla, dış dünyanın özelliği olan uyaranlar arasında sayılarla ifade edilebilen niceliksel bir ilişki vardır. Fechner yaptığı deneylerle zihne ölçülebilir olma statüsünü kazandırmıştır.

BİLİMİN ÖLÇÜTLERİ

- Gözlenebilirlik
- Ölçülebilirlik
- İletilebilirlik
- Tekrarlanabilirlik
- Sağdanabilirlik

• Gözlenebilirlik



Bilim kapsamında ele alınan tüm öge ve süreçler gözlenebilir nitelikte olmalıdır. Bilimsel ifadeler gözlem yoluyla ulaşılan olgulara dayanmalıdır. Gözlenebilir nitelikte olmayan bir unsur pozitif bilim kapsamında ele alınamaz.

• Ölçülebilirlik



Bilim kapsamında ele alınan öge ve süreçler ölçülebilmeli, sayısal ifadelerle betimlenip özetlenebilmelidir. Görgül olay ve ilişkilere sayıların karşılık gelmesi, gözlemlerdeki farklılıkların nicel ifadelerle temsil edilebileceğinin belirlenmesi, matematik ve istatistiğin ölçümlere uygulanmasını mümkün olmuştur.

• İletilebilirlik



Bilimsel çalışma ve bilgiler ilgili kişi tarafından bilim adamlarına aktarılabilir nitelikte olmalıdır. Bilimde iletilebilirlik, aktarılmak istenenin tam olarak anlaşılmasını, ifade edilmek istenenden başkasının anlaşılmasını içerir.

• Tekrarlanabilirlik

Yapılan gözlemler ve alınan ölçümler, benzeri bir eğitimden geçmiş, aynı araç, gereç ve teknik imkanları kullanan diğer bilim adamlarınca da tekrar edilebilmelidir. Bilimsel çalışmalar, gözlem ve ölçümler başkalarınca da tekrarlanabildiğinde, kişiye bağımlı ve öznel olma durumundan uzaklaşır.



• Sağdanabilirlik



Bilim kapsamında öne sürülen hipotezlerin, olaylar arasında varolduğu iddia edilen ilişkilerin doğruluğu araştırılabilirmeli, bunlar test edilebilir nitelikte olmalıdır. Sonuçların hipotezi veya iddia edilen ilişkileri destekleyip desteklemediği gösterilebilmelidir. Kesin olmayan, mümkün olabilecek tüm sonuçları içeren ifadelerin sağdanabilmesi söz konusu olamaz.

BİLİMİN AMAÇLARI

- Betimleme
- Açıklama
- Yordama
- Kontrol etme

• Betimleme

Bilimin amaçlarından ilki, doğada tutarlı olarak meydana gelen, güvenilir olayları keşfetmek, bu olayları adlandırmak, tarif etmek, belirli özelliklerine göre sınıflandırmak ve olaylar arasındaki ilişkileri ortaya koymaktır.

- **Açıklama**

Bilim, mümkün olduğunca fazla sayıdaki değişik olguyu, en az sayıdaki ilke altında toplanmaya çalışır. Yani mevcut görgül verileri birbiriyle çelişmeyecek şekilde kapsayan kuramlar oluşturmayı amaçlar. Görgül olaylar arasındaki nedensel ilişkileri ortaya çıkarmaya çalışır.

- **Yordama**

Bilim adamı bir olayı betimledikten sonra, bulgularına ve belirlediği ilişkilere dayanarak yeni olaylarla ilgili tahminlerde bulunur.

- **Kontrol**

Belirleyici ön koşullar üzerinde değişimleme yapma yoluyla, sonuç olayla ilgili istenen bir sonuca ulaşmayı içerir.

Psikolojik Araştırma Nasıl Yapılır

- Psikolojik araştırma yürütmek,
- Hipotez geliştirmeyi ve
- Bu hipotezin bilimsel bir yöntemle test edilmesini gerektirmektedir.

- **Hipotez:** Bir araştırma projesinde ilk adımdır. Hipotez nedene ve etkiye ilişkin test edilebilir bir önermedir. Bilimsel hipotezler için en önemli kaynak genellikle bir kuram (teori) dir.
- **Kuram:** Belli bir olgu hakkında, birbiriyle ilişki içerisinde olan bir öneri gurubudur. Örneğin cinsel motivasyon ile ilgili **bir kuram** heteroseksüellik ve homoseksüelliğe yönelik genetik bir yatkınlığı öne sürmektedir. (**hipotezimiz**; ‘özdeş genlere sahip olan tek yumurta ikizlerinin genlerinin yalnızca yarısını paylaşan çift yumurta ikizlerine kıyasla aynı cinsel yönelime sahip olma olasılıkları daha fazladır’ şeklinde olabilir.
- **Başka bir kuram** bir kişinin çocukluğunda yaşadığı olayların bir bireyin cinsel yöneliminin kaynağı olduğunu vurgular.

- Bilimsellik: verilerin toplanmasında kullanılan araştırma yöntemlerinin yansız ve güvenilir olduğu anlamına gelir.

PSİKOLOJİDE ARAŞTIRMA YÖNTEMLERİ

- Doğal Gözlem
- Vaka Çalışmaları
- Anket Çalışmaları
- Korelasyonel Yöntem
- DeneySEL Yöntem
- Çok Yöntemli Araştırmalar

Doğrudan Gözlem/Doğal gözlem

İnsan ve hayvan davranışlarını laboratuvarı belirlenen koşullar altında izlemek yerine, doğal ortamlarında izleyerek bilgi toplamaktır.

- Avantajı: Davranışları günlük yaşamda oldukları halleriyle gözleme; daha çeşitli davranış gözleme imkanı sunması. Yeni araştırmalar için yeni fikirler verir.
- Dezavantajları: Gözlemci yanlılığı, tekrar tekrar ölçüm alma olanaksızlığı, sonuçların belli bir zaman, yere ve gruba özgü olması.



Dr. Jane Goodall şempanzeleri yaklaşık 30 yıl doğal ortamlarında gözlemiştir.

Vaka Çalışması

Bir yada birkaç kişinin davranışlarını gözleyerek bilgi toplama tekniğidir.

- **Avantajları:** Ayrıntılı ve boylamsal çalışma imkanı sunar, zengin fikirler ve sezgiler sağlar.
- **Dezavantajları:** Gözlemci yanlılığı, vakanın biricikliği ve tek bir kişinin davranışlarını evrene genelleme sorunu.



H.M. vakası üzerinde yıllar süren gözlemler bellek hakkında şu anki bilgilerimizin temelini atmıştır.

Anket Çalışması

Önceden belirlenmiş sorular,
dikkatlice seçilmiş bir grup insana

yüz yüze görüşmelerle yada yazılı olarak sunulur.

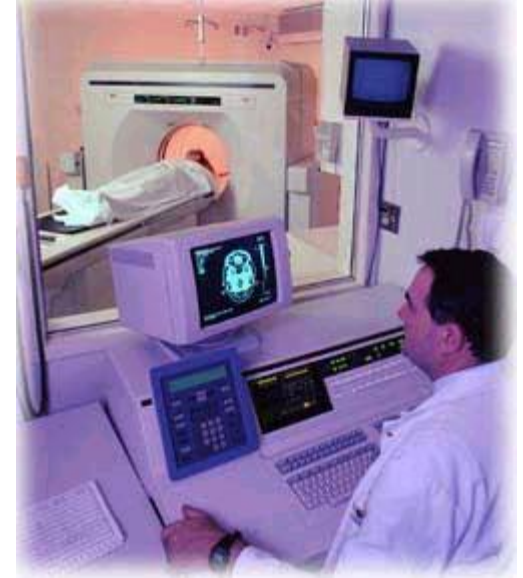
- Avantajları: Ekonomiktir, geniş bir örnekleme ulaşılabilir, çok geniş bilgi çok kısa sürede toplanabilir.
- Dezavantajları: Katılımcıların dürüstçe yanıtladıklarından emin olunamaz, soruların açık ve net olmaması durumunda farklı anlaşılabilmesi mümkündür, soruların sormadığı ama konuyla ilgili açıklamaları kaçıırır, özgün fikirleri kaçıırır.



Korelasyonel Yöntem

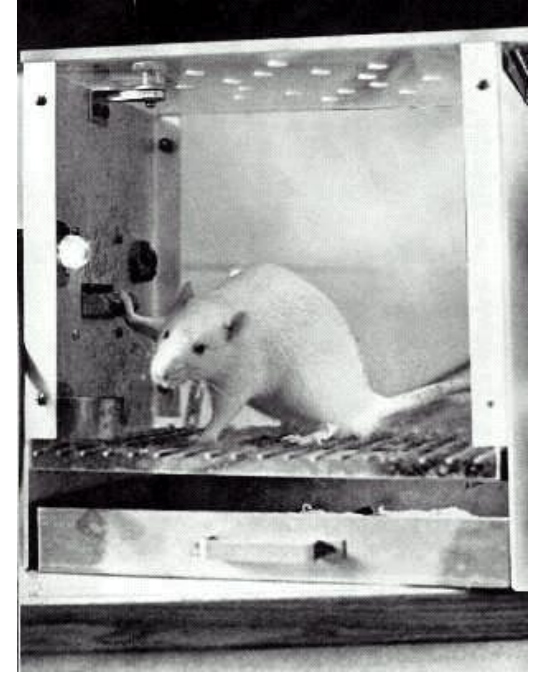
Doğada kendiliğinden varolan, araştırmacı olarak bizim denetleyemediğimiz iki olgunun birlikte varolma ve birlikte değişme açısından ilişkili olup olmadıklarını araştırır.

- Avantajları: Birlikte varolma ve değişme ilişkisini gösterebilir, betimlemenin yanı sıra olayları yordama ve kısmen kontrol olanağı verir.
- Dezavantajları: Olaylar arasındaki ilişkileri göstermesine rağmen bunların neden-sonuç ilişkisi olup olmadığını gösteremez, olayları açıklayamaz, başka etkilerin gözlenen ilişkiye bulaşıp bulaşmadığını kontrol edemez, İçgeçerliği düşük dışgeçerliği yüksektir.



Deneysel Yöntem

Tipik bilimsel yöntem deneyel yöntemdir. Deneyel yöntem etkisi incelenecek olan olgunun (bağımsız değişken) ve bu ilişkinin yer aldığı deneyel ortamın deneyci tarafından oluşturulup kontrol edildiği yöntem-dir.



- Avantajları: İki değişken arasında neden-sonuç ilişkisi gösterir, iki değişken arasındaki ilişkiyi etkileyebilecek diğer etkiler bertaraf edilir, bilimin dört amacını da gerçekleştirir.
- Dezavantajları: İndirgemeci deney koşulları çok faktörlü etkilerde bütünü görmeye engel olabilir, sonuçların genellenmesi güçleşebilir, içgeçerliği yüksek dışgeçerliği düşüktür.

Deneysel Düzen

- Değişken

- **Bağımsız değişken:** Hangi değerleri alacağı deneycinin kontrolünde olan ve incelenen ilişki içinde diğer değişkenden bağımsız olarak farklı değerler alabilen, etkisi incelenmek istenen değişkendir.
- **Bağımlı değişken:** İncelenen ilişki içinde bağımsız değişkenin etkisine bağımlı olarak değişen ve etkilenip etkilenmediği incelenmek istenen değişkendir.
- **Deney grubu:** Bağımsız değişkenin uygulandığı ve bağımlı değişken ölçümleri alınan gruptur.
- **Kontrol grubu:** Bağımsız değişkenin uygulanmadığı, ama bağımlı değişken ölçümü alınan gruptur.

- **Deneyisel Kontrol**

- Bağımlı değişken üzerinde etkisi olabilecek, bağımsız değişken haricindeki başka değişkenlerin etkisini dışarda tutmaktır.

- Literatür taraması: Belli bir konuda daha önce yapılmış olan araştırmaların bilimsel özetidir. Öyküsel tarama ve meta-analiz olmak üzere iki şekilde gerçekleşir.

PSİKOLOJİK ARAŞTIRMANIN ETİĞİ

- İNSANLARLA ARAŞTIRMA

- 1-En az risk; araştırmada beklenen riskler günlük yaşamda ortaya çıkabilecek risklerden daha fazla olmamalıdır.
- 2-Bilgilendirilmiş rıza; katılımcılar çalışmaya ait her türlü durum hakkında bilgilendirilmeli ve bu anlaşmadan sonra gönüllü olarak katılmalıdır. İstedikleri zaman çalışmadan ayrılma hakları korunmalıdır. Araştırmada geçerli sonuçlar elde edilmesini engelleyebilecek durumlarda araştırma sonunda geriye dönük bilgilendirme yapılabilir.
- 3-Mahremiyete saygı; katılımcılardan alınan bilgi saklı tutulmalıdır.

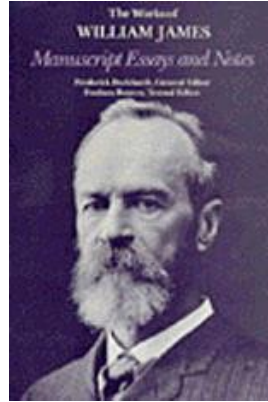
HAYVANLARLA ARAŞTIRMA

- Hayvan davranışının kendisi ilgi çekici ve çalışmaya değerdir.
- Hayvan sistemleri insan sistemleri için model oluşturabilir
- İnsanlarla çalışmanın imkansız yada etik dışı olduğu durumlarda hayvanlarla yapılan araştırmalardan bilgi alınabilir.
- Deney hayvanlarının nasıl ortamlarda yaşatılacağı ve korunacağı özel kurallarla belirlenmiştir. Hayvan üzerinde uygulanacak acı yada zarar verici prosedürlerin kazandıracağı bilginin ciddi biçimde savunulması gerekmektedir (APA yönergesi).

PSİKOLOJİNİN TARİHSEL GELİŞİMİ



Yapısalcılık
1879
(W. Wundt,
E.B. Titchener)



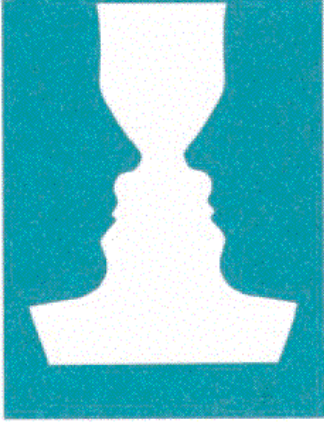
İşlevselcilik
1880'ler
(W. James)



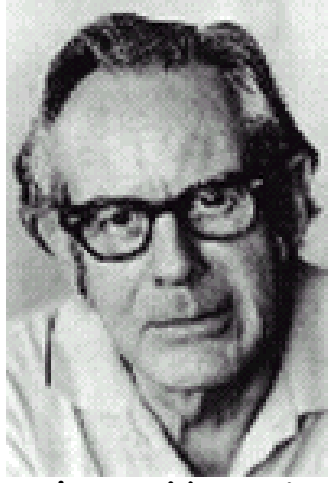
Psikodinamik Psikoloji
1900-1920
(S. Freud)



Davranışçılık
1920'ler
(J.B. Watson)



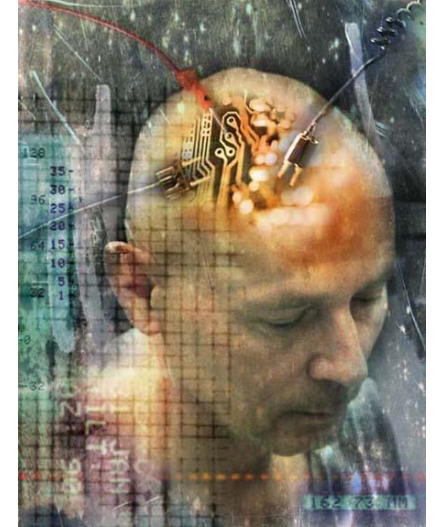
Gestalt Psikolojisi
1920'ler
(M. Wertheimer,
W. Köhler,
K. Kofka)



**Varoluşçu-Hümanistik
Psikoloji**
1940-
(R. May, R.D Laing)



Yeni Davranışçılık
1940-1980
(B.F. Skinner)



Bilisel Psikoloji
1980-2000

Yapısalcılık: Zihinsel yapıların incelenmesini ifade eder.

İşlevselcilik: Bir organizmanın çevresine adapte olabilmesi ve bu çevre içerisinde işlev gösterebilmesi için zihninin nasıl çalıştığını anlamak anlamına gelmektedir.

Davranışçılık: Bütün davranışların koşullanma sonucu oluştuğunu ve çevrenin, belli başlı alışkanlıkları pekiştirerek davranışı şekillendirdiğini ileri sürer.

- **Gestalt Psikolojisi:** Algısal deneyimlerin uyaran tarafından oluşturulan yapıya ve deneyimin organizasyonuna dayandığını ifade eder.
- **Psikanaliz:** Farkında olmadığımız duygu, tutum, dürtü, istek ve motivasyonları tanımlayan bilinçdışı kavramı kuramın merkezinde yer alır. Serbest çağrışım ve rüya analizi gibi yöntemleri kullanır.

MODERN PSİKOLOJİK PERSPEKTİFLER

- Psikolojik perpektif psikolojinin bir konularına yaklaşım tarzıdır.
- **Biyolojik Perspektif:** Davranışın ve zihinsel süreçlerin altında yatan nörobiyolojik süreçleri anlamaya yönelik bir yaklaşımdır.
- **Davranışçı perspektif:** Gözlemlenebilen davranışı koşullanma ve pekiştirme prensipleriyle açıklamaya yönelik bir yaklaşımdır.
- **Bilişsel perspektif:** Algılama, hatırlama, mantık yürütme, karar verme ve problem çözme gibi zihinsel süreçleri ve bu süreçlerin davranışla olan ilişkisini anlamaya yönelik yaklaşımdır.

MODERN PSİKOLOJİK PERSPEKTİFLER

- **Psikanalitik Perspektif:** Davranışı cinsel ve saldırgan dürtülerden oluşan bilinçdışı motivler çerçevesinde anlamaya çalışan yaklaşımdır.
- **Öznelci Perspektif:** Davranışı ve zihinsel süreçleri insanların aktif olarak ürettikleri öznel gerçeklikler çerçevesinde anlamaya çalışan yaklaşımdır.
- **NOT:** Psikoloji konularının çoğunun anlaşılabilmesi için eklektik bir yaklaşıma sahip olmak ve pekçok perspektifi bir arada irdeleyebilmek gerekmektedir.

21. YÜZYILDA PSİKOLOJİ

- **Bilişsel Nörobilim:** Zihinsel aktivitelerin beyinde nasıl meydana geldiğini ortaya koymayı amaçlar.
- **Evrimsel Psikoloji:** Psikolojik mekanizmaların genetik bir temeli olduğunu ve geçmişte atalarımızın hayatta kalma ve üreme şanslarını arttırdığını savunur.

21. YÜZYILDA PSİKOLOJİ

- **Kültürel psikoloji:** Bir bireyin yaşadığı kültürün, gelenekleri, dili ve öne sürdüğü dünya görüşüyle birlikte, bireyin zihinsel temsillerini ve psikolojik süreçlerini nasıl etkilediği ile ilgilenir.
- **Pozitif Psikoloji:** Alanın ruhsal rahatsızlıklara olan sofistike düzeyde bilimsel anlayışını, insanın gelişmesine yönelik eş değer bir sofistike düzey bilimsel anlayışla dengelenmesi ihtiyacı üzerine doğmuştur.

PSİKOLOJİNİN TEMEL ALT ALANLARI

Klinik Psk.

Endüstri Psk.

Sosyal Psk.

Gelişim Psk

Deneyssel Psk.

Fizyolojik Psk.

Bilişsel Psk.

Biyolojik Psk.

Mühendislik Psk.

Okul ve Eğitim Psk.

Psikolojiyle Karıştırılan Alanlar

- PSİKOLOG Fen-Edebiyat Fakültesi
- KLİNİK PSİKOLOG Fen-Edebiyat Fakültesi + Doktora
- PSİKIYATRİST Tıp Fakültesi + Uzmanlık
- PSİKANALİST Psikanaliz Enstitüsü
- PSİKOTERAPİST Psikolog, Psikiyatrist, Psikanalist
- PSİKOLOJİK DANIŞMAN Eğitim Fakültesi