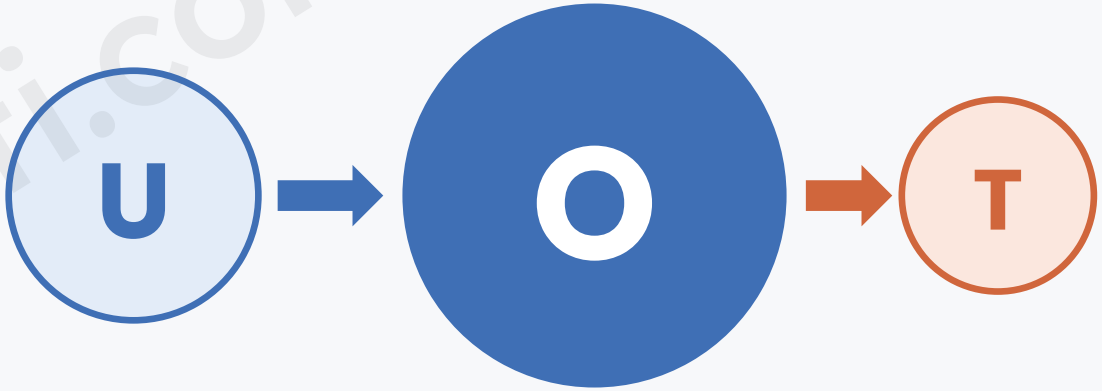
PSİKOLOJİ · 1. ÜNİTE

Psikoloji ile Tanışma



Psikolojinin ne olduğu, hangi alanlara ayrıldığı ve bilgiyi nasıl ürettiği

Mustafa DEMİR

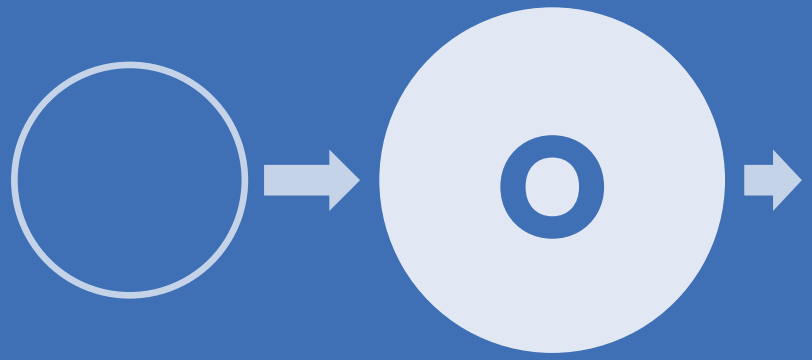
Felsefe Grubu Öğretmeni · felsefesinifi.com

felsefesinifi.com

1

PSİKOLOJİ · 1. ÜNİTE · 1. konu

Psikolojinin Tanımı, Konusu ve Amaçları



Aynı siren sesine üç öğrenci neden üç farklı tepki verir?

Bedenin günlük bir saati vardır

Sirkadiyen ritim: beynin yönettiği, yaklaşık 24 saatlik biyolojik döngü.

Saat	Vücutta olan
02.00	Büyüme hormonu en üst düzeyde
06.00	Stres hormonu kortizol artar
12.00	Kandaki hemoglobin en yüksek düzeyde
21.00	Ağrı eşiği en düşük düzeyde

felsefesinifi.com

Bedende başlayan bir değişim davranışa ulaşır

Ritmin bozulması yorgunluk, dikkat dağınıklığı ve duygu durumu değişimlerine yol açabilir.

Psikoloji sirkadiyen ritmi davranışları ve zihinsel işleyişi de etkileyen bir yapı olarak görür.

felsefesinifi.com

Psikoloji, davranışları ve zihinsel süreçleri inceleyen bilimdir

Psikoloji

Organizmanın davranışlarını ve bilişsel süreçlerini inceleyen bilim dalıdır.

Tanımın üç temel taşı var: organizma, davranış ve bilişsel süreçler.

felsefesinifi.com

Tanımın üç taşı

Organizma

Geniş anlamıyla her canlı; psikolojide insan ve merkez sinir sistemi belli ölçüde gelişmiş hayvanlar

Davranış

Uyarıcılara verilen gözlenebilir, incelenebilir, ölçülebilir tepki

Bilişsel süreçler

Düşünme, öğrenme, dikkat, hatırlama, algılama, karar verme

felsefesinifi.com

Bir olayda üç katman birlikte bulunur

Arkadaşın sınav sonucunu görünce kâğıdı buruşturup çantasına atıyor.

Katman	Bu olayda
Davranış	Kâğıdı buruşturması
Bilişsel süreç	"Bu kadar çalıştım, yine olmadı" diye düşünmesi
Biyolojik zemin	Kalbinin hızlanması, ellerinin terlemesi

felsefesinifi.com

Gözlenip ölçülemeyen şey davranış sayılmaz

Davranış

Öğrencinin ders sırasında sırasına vurması

ama

Henüz bir yorum

Bunu "sıkıldığı için" yaptığını söylemek

felsefesinifi.com

Psikolojiden önce insan ruh, nefis ve can kavramlarıyla anlaşılmaya çalışıldı

Kavram	Anlamı
Ruh	Bedeni etkin kılan canlılık ilkesi; İslam düşüncesinde anlama ve bilme yetisinin kaynağı
Nefis	İnsana canlılık ve hareket kazandıran; istek, dürtü ve ahlaki bilinci taşıyan boyut
Can	Tasavvufta Allah tarafından emanet edilmiş manevi öz; sevgi, bağlılık ve benlik bilincinin kaynağı

felsefesinifi.com

Psikoloji gözlenebilen ve ölçülebilen olandan yola çıkar

Ruh, nefis, can

İnsanın özüne dair sorular sorar.

ama

Psikoloji

Davranışı ve bilişsel süreçleri bilimsel yöntemle inceler.

Psikolojinin adındaki "psyche" Yunancada "ruh" demektir.

felsefesinifi.com

Her davranış bir uyarıcıyla başlar

Uyarıcı: tepkiye yol açan dış ya da iç etken → Organizma → **Tepki**: uyarıcının yol açtığı fizyolojik ve psikolojik değişim

Uyarıcı dışarıdan (siren, ışık) ya da içeriden (açlık, diş ağrısı) gelebilir.

felsefesinifi.com

Aynı siren, üç farklı tepki

Örnek

Yangın tatbikatında siren çalar. Bir öğrenci irkilir, bir başkası olduğu yere mıhlanır, üçüncüsü sakince sınıfı terk eder.

> Uyarıcı aynı; farkı organizmanın içinde olanlar yaratır. Psikoloji bu "O" kutusunun içini anlamaya çalışır.

felsefesinifi.com

Duyum hamdır, algı yorumlanmıştır

	Duyum	Algı
Ne olur?	Duyu organı uyarılır, uyarım beyne taşınır	Beyin veriyi düzenler ve yorumlar
Veri	Ham: bir ses dalgası	İşlenmiş: "Tehlike var"
Kişiye göre	Herkeste benzer	Kişiden kişiye değişir

felsefesinifi.com

Duyum için dört koşul gerekir

Uyarıcı kaynağı

Bir uyarıcı olmalı

Uygun ortam

Ses için hava, ışık için saydam ortam

Sağlıklı organ

Duyu organları sağlıklı olmalı

Eşik

Şiddet, algılanabilir eşikler arasında olmalı

felsefesinifi.com

Duyum ortaktır, algı kişiseldir

Örnek

Aynı sınıf fotoğrafına bakan iki öğrenciden biri "Ne kadar kalabalıkmışız" der; diğeri o gün küs olduğu arkadaşını görür.

> Algı dikkate, geçmiş deneyimlere, duygulara, inançlara, kişiliğe, zekâya, fiziksel ve toplumsal çevreye göre değişir.

felsefesinifi.com

Psikolojinin dört amacı bir zincirdir



Nedenini bilmediğin davranışı tahmin edemezsin; tahmin edemediğini kontrol edemezsin.

felsefesinifi.com

Kontrol etmek kişileri değil, koşulları düzenlemektir

Yanlış anlama

"Psikoloji insanları kontrol eder."

değil

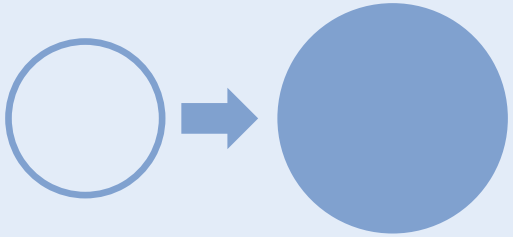
Doğrusu

Sınav kaygısı için nefes egzersizi planlamak, dikkati dağılan çocuk için ders süresini kısaltmak

felsefesinifi.com

Düşün

Son günlerde seni irkilten bir uyarıcıyı hatırla. Tepkini belirleyen uyarıcının kendisi miydi, yoksa ona yüklediğin anlam mı?



felsefesinifi.com