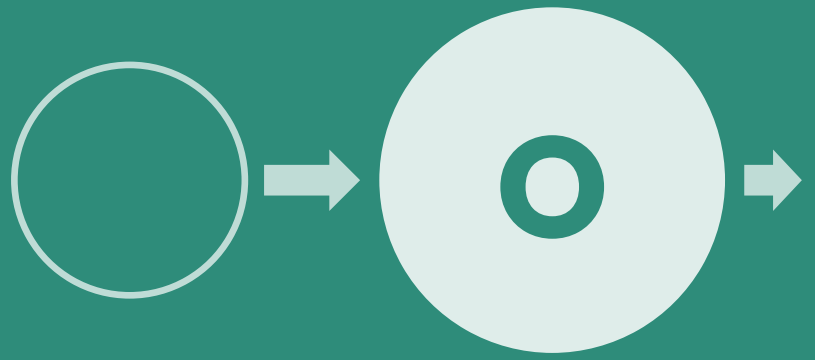
3

PSİKOLOJİ · 1. ÜNİTE · 3. konu

# Psikolojinin Yöntem ve Teknikleri



Bilimsel psikolojiyi popüler psikolojiden ayıran nedir?

# Fark konuda değil, bilgiye ulaşma yolundadır

**Ortak konu**

Uyku, mutluluk, ilişkiler hakkında herkes konuşur.

ama

**Bilimsel psikoloji**

Bilgiyi belirli basamaklardan geçen bir yöntemle üretir.

felsefesinifi.com

# Bilimsel araştırma basamaklarla ilerler

**1.** Araştırma sorusu → **2.** Gözlem → **3.** Hipotez kurma

**4.** Hipotezi test etme → **5.** Onaylanırsa sonuç çıkarılır → **6.** Sonuçlar rapor edilir

Hipotez reddedilirse gözlem basamağına geri dönülür.

felsefesinifi.com

# Deneysel yöntem neden-sonuç bağını gösterir

**Deneysel yöntem**

Araştırmacının bir değişkeni kontrollü koşullarda değiştirip başka bir değişkene etkisini ölçtüğü yöntemdir.

Tanımanın yolu: Araştırmacı bir şeyi değiştiriyor ve iki grubu karşılaştırıyorsa deneydir.

felsefesinifi.com

# Müzik zaman algısını değiştirir mi? Deneyin değişkenleri

| Kavram | Bu deneyde |
| --- | --- |
| **Bağımsız değişken**: araştırmacının değiştirdiği | Beklerken müzik dinleyip dinlememe |
| **Bağımlı değişken**: etkilenen ve ölçülen sonuç | Bekleme süresine dair tahmin |

felsefesinifi.com

# Deney ancak bir karşılaştırmayla sonuç verir

## Deney grubu

Bağımsız değişkenin uygulandığı grup: müzik dinleyerek bekleyenler

ve

## Kontrol grubu

Uygulanmayan, karşılaştırma için oluşturulan grup: müziksiz bekleyenler

felsefesinifi.com

# Sabit tutulan koşullar ve seçkisiz atama

## Sabit tutulan faktörler

Oda sıcaklığı, ışık, gürültü; bekleme süresinin herkes için aynı olması

ve

## Seçkisiz atama

Katılımcıların gruplara rastgele dağıtılması

Kontrol grubu olmadan deney olmaz: Müziğin gerçek etkisini ancak karşılaştırma gösterir.

felsefesinifi.com

# İlişkisel yöntem iki değişkenin birlikte değişip değişmediğine bakar

**İlişkisel yöntem**

Değişkenler arasındaki ilişkinin varlığını, yönünü ve gücünü sayısal olarak ortaya koyan yöntemdir.

Betimsel yöntemin bir türüdür. **Korelasyon katsayısı** (-1 ile +1 arası) ilişkinin yönünü ve gücünü gösterir.

felsefesinifi.com

# Korelasyonun üç türü vardır

| Tür | Ne olur? | Örnek |
|---|---|---|
| **Pozitif** | İkisi aynı yönde değişir | Okunan kitap arttıkça hafıza gücü artar |
| **Negatif** | Biri artarken diğeri azalır | Kahve arttıkça uyku süresi azalır |
| **Sıfır (nötr)** | Anlamlı ilişki yoktur; katsayı −0,02, +0,03 gibi | Çalışma saati ile boy uzunluğu |

felsefesinifi.com

# Korelasyon nedensellik değildir

**Dikkat**

Kahve tüketimi arttıkça uyku süresi azalıyor. Bu, kahvenin uykuyu azalttığını kanıtlamaz: İlişkisel yöntem neden-sonuç ilişkisi kurmaz.

İki değişkenin birlikte değiştiğini gösterir; "biri ötekine yol açar" demek için deney gerekir.

felsefesinifi.com

# Betimsel yöntem bir durumu olduğu hâliyle tanımlar

**Betimsel yöntem**

Bir durumu, olayı ya da olguyu olduğu hâliyle inceleyip sistemli biçimde tanımlamayı amaçlayan yöntemdir.

Psikolojinin ilk amacına, tanımlamaya hizmet eder ve beş teknik kullanır.

felsefesinifi.com

# Betimsel yöntemin beş veri toplama tekniği

| Teknik | Ne yapılır? |
|---|---|
| **Gözlem** | Davranış izlenir ve kaydedilir |
| **Görüşme** | Bireylerle doğrudan konuşulur |
| **Psikolojik test** | Özellikler standart araçlarla ölçülür |
| **Anket** | Örneklem grubuna sorular yöneltilir |
| **Vaka incelemesi** | Bir birey ya da küçük grup derinlemesine incelenir |

felsefesinifi.com

# Gözlemin iki türü vardır

## Doğal gözlem

Müdahale etmeden davranışı doğal ortamında izlemek: parkta oynayan çocuklar

ve

## Sistematik gözlem

Neyin nasıl kaydedileceğini önceden planlamak, ölçüt belirlemek

felsefesinifi.com

# Görüşmenin üç türü vardır

| Tür | Nasıl ilerler? |
|---|---|
| **Yapılandırılmış** | Hazır sorular herkese aynı sırayla sorulur |
| **Yarı yapılandırılmış** | Hazır sorulara gerektiğinde ek soru eklenir |
| **Yapılandırılmamış** | Soru listesi yoktur; sohbet gibi ilerler |

felsefesinifi.com

# Anket bir grupla bütün hakkında konuşur: evren ve örneklem

## Evren

Sonuçların genellenmek istendiği, ortak özellikler taşıyan birey ya da olayların tümü

ve

## Örneklem

Evrenden seçilen, evreni temsil eden daha küçük grup

Örneklem evreni temsil etmezse genelleme yanıltıcı olur.

felsefesinifi.com

# Vaka incelemesi derindir ama genellenemez

**Örnek**

Karar vermekte zorlanan bir birey; görüşmeler, gözlemler, yaşam öyküsü ve kişisel belgelerle üç ay boyunca incelenir.

Bulgular genellenemez; ama geniş örneklemlerle sınanacak hipotezlere kaynak olur.

felsefesinifi.com

# Üç yöntem yan yana

| Yöntem | Temel sorusu | Neden-sonuç kurar mı? |
|---|---|---|
| **Deneysel** | Neden? | Evet |
| **İlişkisel** | Birlikte değişiyor mu? | Hayır |
| **Betimsel** | Nasıl? Ne kadar? | Hayır |

felsefesinifi.com

Düşün

# "Araştırmaya göre X yapanlar daha mutlu" diye bir haber gördün. İnanmadan önce hangi soruları sorarsın?

felsefesinifi.com

