

روانشناسی عمومی برای دانشجویان پزشکی

تألیف

دکتر زهرا سادات مشکانی

استاد گروه پزشکی اجتماعی دانشگاه علوم پزشکی تهران



نسل فردا

پیشگفتار

بدون شک یکی از برجسته‌ترین کتابهای مرجع در زمینه روانشناسی عمومی، کتاب زمینه روانشناسی تألیف هلیگارد است که با نثری بسیار شیوا توسط همکاران دانشگاهی ترجمه شده است. یازده سال تجربه تدریس روانشناسی در دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران و استفاده از کتاب مرجع فوق‌انگیزه‌ای شد تا اثر حاضر به تحریر آید.

با اینکه معتقدم هنوز اثری برتر از کتاب زمینه روانشناسی هلیگارد در کشور موجود نیست، اما تجربیات سالهای طولانی تدریس این درس، بیانگر آن است که استفاده از این کتاب برای رشته‌هایی که تنها دو واحد درس روانشناسی عمومی را میگذرانند به لحاظ حجم مطالب، کمی سنگین است. به همین علت اکثر دانشجویان رشته پزشکی با خواندن جزوه‌ای که از سخنرانی‌های کلاس تهیه می‌کنند بسنده مینمایند. کتاب حاضر برای رفع مشکل فوق‌تدوین شده است و علاوه بر این که مناسب دانشجویان رشته پزشکی و رشته‌های وابسته است، میتواند نیازهای مطالعاتی در زمینه روانشناسی عمومی رشته‌های دیگر را برآورده نماید.

فصل ۱۳ این کتاب تحت عنوان «کاربرد روانشناسی در پزشکی» اهمیت آشنایی با روانشناسی را در رشته پزشکی می‌پردازد.

دکتر زهرا سادات مشکانی

استاد گروه پزشکی اجتماعی

دانشکده پزشکی علوم پزشکی تهران

هفدهم تیر سال ۱۳۸۳

فهرست عناوین

شماره صفحه	عنوان
۹-۳۷	فصل ۱ - زمینه روان‌شناسی
	هدف‌های یادگیری فصل - موضوع و گستره علم روان‌شناسی - تعریف روان‌شناسی - مروری بر تاریخچه روان‌شناسی - روان‌شناسی معاصر و رویکردهای روان‌شناسی - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۳۸-۶۵	فصل ۲ - گام‌های پژوهش علمی
	هدف‌های یادگیری فصل - گام‌های پژوهش علمی - انواع روش‌های بررسی اندازه‌گیری در روان‌شناسی - همبستگی و ضریب همبستگی - اصول اخلاق در پژوهش - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۶۶-۸۹	فصل ۳ - رفتار و سیستم عصبی
	هدف‌های یادگیری فصل - رفتار و سیستم عصبی - اثر مواد و داروهای روانگردان بر انتقال دهنده‌های عصبی - ساختار دستگاه عصبی - کارکردهای مناطق قشری - اثر وراثت بر رفتار - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۹۰-۱۳۹	فصل ۴ - رشد روانی
	هدف‌های یادگیری فصل - رشد - روش‌های مطالعه در روان‌شناسی رشد - عوامل مؤثر بر رشد قبل از تولد - نقش توارث و محیط در رشد - زنجیره توالی و مراحل رشد - نظریه‌های رشد - روش‌های فرزندپروری - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۱۴۰-۱۷۰	فصل ۵ - احساس و ادراک
	هدف‌های یادگیری فصل - ماهیت فرایندهای حسی - آستانه‌های حسی - نظریه‌های رنگ بینی - نظریه‌های شنیداری - ادراک - تأثیر خصوصیات فردی و فرهنگ ادراک - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۱۷۳-۲۰۳	فصل ۶ - هشیاری
	هدف‌های یادگیری فصل - تعریف هشیاری - حالت‌های هشیار - دیدگاه‌های فروید در مورد سطوح آگاهی - خواب و رؤیا - اختلالات خواب - داروهای روانگردان کدکننده‌ها - محرک‌ها - داروهای توهم‌زا - مراقبه - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۲۰۴-۲۲۸	فصل ۷ - حافظه
	هدف‌های یادگیری فصل - حافظه - مراحل و انواع - حافظه کوتاه مدت - حافظه دراز مدت - راه‌های تقویت حافظه - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۲۲۹-۲۵۴	فصل ۸ - یادگیری
	هدف‌های یادگیری فصل - یادگیری - شرطی شدن کلاسیک - شرطی شدن انسان‌ها - مفهوم تقویت و انواع تقویت کننده - مقدار تقویت کننده و رنگ تقویت - پاداش و تنبیه - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.

شماره صفحه	عنوان
۲۲۵-۲۸۹	فصل ۹- انگیزش و هیجان هدف‌های یادگیری فصل - انگیزش و هیجان - سائق اولیه - انگیزه حسی - انگیزه‌های اجتماعی - سلسله مراتب مازلو - هیجان - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۲۹۰-۳۱۶	فصل ۱۰- هوش و توانایی ذهنی هدف‌های یادگیری فصل - هوش و توانایی ذهنی - نظریه‌های هوش - آزمون‌های توانایی ذهنی - ویژگی‌های آزمون‌های مناسب - عوامل مؤثر بر هوش - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۳۱۷-۳۴۸	فصل ۱۱- شخصیت هدف‌های یادگیری فصل - شخصیت - شکل‌گیری شخصیت - رویکرد صفات - رویکرد روانکاوی - رویکرد یادگیری اجتماعی - ارزیابی شخصیت - سنخ‌های شخصیتی - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۳۴۹-۳۸۸	فصل ۱۲- تعارض و بهداشت روانی هدف‌های یادگیری فصل - تعارض - ناکامی و بهداشت روانی - منابع فشار روانی - فشار روانی و تفاوت‌های شخصیتی - روش‌های مقابله با فشار روانی - وضعیت اقتصادی - اجتماعی در رویارویی با فشار روانی - منابع فشار روانی - افراد خوش سازگار - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۳۸۹-۴۱۱	فصل ۱۳- کاربرد روان‌شناسی در پزشکی هدف‌های یادگیری فصل - علوم رفتاری و پزشکی متغیرهای روانی و اجتماعی مؤثر در بیماری‌ها - عوامل زمینه‌ای - فرایندهای روانی در بیماری و درمان - متغیرهای اجتماعی - اعتقادات دارویی - خلاصه فصل - خودآزمایی - پاسخنامه.
۴۱۲-۴۲۰	مراجع

صحيح	غلط	سطر	صفحه
کمی دورتر از لکه زرد	کمی دورتر از کله زرد	۸ سطر	۱۵۰
فخضر قانون ویر را اصلاح کرده	فخضر قانون ویر را اصلاح کرده	۲ سطر	۱۶۹
شرطی شدن کالاسیک همراهی یک محرک با تقویت کننده‌ها	شرطی شدن کالاسیک همانندی یک محرک با تقویت کننده‌ها	۱۵ سطر	۲۴۵
هفدهم دیگانه <u>خروج‌گرایی</u>	هفدهم دیگانه <u>فروج‌گرایی</u>	۱۰ سطر	۲۵۸
الف) خروج‌گرایی	الف) فروگرایی	۲۲ سطر	۲۸۸
۹- خواندن و درک را دارا باشد	۹- خواندن و درک دارا باشد	۱۴ سطر	۲۸۹
اثرات فرهنگی و <u>یادگیری</u> بسنجند.	اثرات فرهنگی و <u>یادگین</u> بسنجند.	۳ سطر	۳۰۴
رویکردهای مختلف در روانشناسی را توضیح دهید.	رویکردهای مختلف در روانشناسی را توضیح دهید.	۱۸ سطر	۳۱۵
خلق و خوی <u>فرد</u> تأثیر می‌گذارد	خلق و خوی <u>خود</u> تأثیر می‌گذارد	۵ سطر	۳۱۹
در طرف دیگر از دست دادن	در طرف دیگر طرف از دست دادن	۱۰ سطر	۳۲۲
کلماتش و بی‌اعتمادی در مقابل آن <u>می‌پایند</u> .	کلماتش و بی‌اعتمادی در مقابل آن —	۱۹ سطر	۳۲۳
ضعف‌های آن نیز مورد <u>انتقاد</u> و تردیدهای فراوان	ضعف‌های آن نیز مورد <u>تقداد</u> و تردیدهای فراوان	۱۵ سطر	۳۲۵
شکل‌گیری شخصیت ادلر و <u>ایرک</u> فروم معتقدند	شکل‌گیری شخصیت ادلر و <u>دیریک</u> فروم معتقدند	۸ سطر	۳۳۱
<u>آلبرت</u> <u>بانلور</u> نیز به فرایندهای شناختی در	<u>آلبرت</u> <u>بانلور</u> نیز به فرایندهای شناختی در	۹ سطر	۳۳۱
مصاحبه‌کننده در <u>پست</u> اطلاعات	مصاحبه‌کننده در <u>پست</u> اطلاعات	۲۲ سطر	۳۳۲
در روانشناسی <u>کاربرد</u> فراوانی دارند.	در روانشناسی <u>کاربر</u> فراوانی دارند.	۵ سطر	۳۳۸
آزمون <u>اندریافت</u> موضوع و آزمون روزشاخ	آزمون <u>اندیافت</u> موضوع و آزمون روزشاخ	۵ سطر	۳۴۰
به جای <u>رائدن</u> توقف کنیم.	به جای <u>آن</u> توقف کنیم.	۱۱ سطر	۳۴۵
همه می‌توانند <u>مانعی</u> برای	همه می‌توانند <u>عاملی</u> برای	۶ سطر	۳۵۳
غیر دلخواه و یا ناخوشایند <u>دست</u>	غیر دلخواه و یا ناخوشایند <u>است</u>	۱۷ سطر	۳۵۹
مشکل نوعی واکنش دفاعی <u>ناهمشپارانه</u> را انتخاب کنیم	مشکل نوعی واکنش دفاعی <u>ناهمشپاری</u> را انتخاب کنیم	۱۷ سطر	۳۶۱
منابع فشار روانی متعددند،	منابع فشار روانی متعددند،	۱۲ سطر	۳۷۱
در برنامه آموزشی <u>نداشتمند</u>	در برنامه آموزشی <u>نداشتمند</u>	۴ سطر	۳۸۴
شخصیت <u>سرخ</u> الف ۵ برابر <u>سرخ</u> ب است	شخصیت <u>سرخ</u> الف ۵ برابر <u>تیب</u> ب است	۱۵ سطر	۴۰۰
مرگ و میر <u>در</u> بین نوزادان	مرگ و میر <u>نوزادان</u> در بین نوزادان	۱۹ سطر	۴۰۳

فصل ۱

زمینه روانشناسی

توجه

قبل از مطالعه فصل کمی فکر کنید

آیا می دانید روانشناسان چه کار می کنند؟

چگونه می توان از طریق روانشناسی به بررسی

رفتار پرداخت؟

جایگاه علم روانشناسی در بین سایر علوم

کدام است؟

چه کسانی روانشناسی علمی را شکل دادند؟

مروری بر این فصل

در سالهای ۱۸۰۰ که علوم در حال پیشرفت بودند، انسان نیز بعنوان یکی از مخلوقات مورد مطالعه قرار گرفت و حقایق زیادی در باره ماهیت انسان بدست آمد. در این فصل به طور مختصر ضمن تعریف علم روانشناسی و جایگاه آن در بین سایر علوم به تحول این علم، در روانشناسی جدید می پردازیم و رویکردهایی را که از طریق آنها می توان رفتار انسان را مطالعه کرد بررسی می کنیم.

اهداف یادگیری فصل

بعد از مطالعه این فصل انتظار می‌رود بتوانید:

- * گسترده علم روانشناسی را توضیح دهید
- * علم روانشناسی با توجه به تحول آن در تاریخ روانشناسی توضیح دهید
- * مختصری از خدمات روانشناسانی که به علمی شدن دیدگاه‌های روانشناسی کمک نموده‌اند را بیان کنید.
- * مکاتب ساخت‌گرای، کارکردگرای (روانشناسی کنشی)، روانکاوی، رفتارگرایی و گشتالت را با هم مقایسه کنید.
- * جایگاه علم روانشناسی را در بین سایر علوم مشخص کنید.
- * رویکردهای مختلف روانشناسی را با هم مقایسه کنید.

موضوع و گستره علم روانشناسی

یکی از راههای توصیف موضوع روانشناسی این است که به فعالیتهای حرفه‌ای و تخصصی روانشناسان توجه کنیم. اکثر مردم تصور می‌کنند که وظیفه روانشناسان گوش کردن به مشکلات مردم و حل آنها است. تعداد روانشناسان در دنیا بسیار است، لیکن عده بسیار کمی درگیر حل مشکلات مردم می‌شوند. گروهی از آنها با دنیای کودکان آشنا می‌شوند و زمینه رشد و تکامل کودکان را از جنبه‌های مختلف ذهنی، روانی و اجتماعی مطالعه می‌کنند. عده‌ای نیز علاقه‌مند به مسائل و موضوعات مربوط به بزرگسالان و سالمندان هستند. گروهی نیز به بررسی بزهکاری، علل و انگیزه‌های آن می‌پردازند، پژوهش در موضوعات مربوط به یادگیری، آموزش، مشکلات یادگیری، شیوه‌های یاددهی و یادگیری موثر و ابداع آزمونهای هوش مورد علاقه عده دیگری از روانشناسان است. گروهی از روانشناسان نیز آسیب‌های اجتماعی مانند تجاوز، خودکشی و قتل را مطالعه می‌کنند. عده‌ای نیز علاقه‌مند به تدریس در زمینه‌های مختلف روانشناسی در دانشگاه هستند. جدول ۱-۱ تعدادی از زمینه‌های مختلف روانشناسی را نشان می‌دهد.

همانطوریکه در جدول ۱-۱ مشاهده می‌کنید زمینه‌های فعالیت روانشناسان متعدد است. در یک تقسیم‌بندی کلی این زمینه‌ها را می‌توان به دو دسته علوم پایه^۱ و کاربردی^۲ تقسیم نمود. آندسته از زمینه‌هایی که به علوم پایه مربوط می‌شوند، مقصودشان کسب دانش برای پیشرفت علم است. زمینه کار این گروه از روانشناسان بطور مشخصی با همکارانشان که در علوم قدیمی‌تر مثل فیزیک و یا فیزیولوژی کار می‌کنند متفاوت است. بخشی از زمینه‌های مورد مطالعه در علوم پایه روانشناسی به روانشناسی تجربی مربوط است که در آن سعی می‌شود به جنبه‌هایی از ادراک فرد در مورد پدیده‌های مختلف توجه کند و به موضوعاتی مثل

¹ Basic Science

² applied science

فرایندهای یادگیری، حافظه و انگیزش نظر دارد. از زمینه‌های دیگر بررسی‌های علوم پایه در روانشناسی، روانشناسی تطبیقی^۱ است که به مطالعه تفاوت رفتاری در گونه‌های مختلف موجودات زنده می‌پردازد و الگوهای رفتاری انسان و حیوانات را با هم مقایسه می‌کند. این فهرست تعدادی از زمینه‌های تخصصی روانشناسی را در بردارد، زمینه‌های دیگر نیز وجود دارد.

روانشناسی فیزیولوژیایی^۲: بدنال کسب اطلاعات در مورد ساختار وظایف بدن و مغز انسان است و مواد و واسطه‌های شیمیایی که سلولهای مغز را تحت تاثیر قرار می‌دهند مطالعه می‌کند. تاثیر سیستم عصبی بر روی عواطف انسان نیز از جمله وظایف پژوهشی این رشته است. در میان رشته‌های دیگر روانشناسی که به پژوهشهای علوم پایه می‌پردازند می‌توان از روانشناسی رشد و شخصیت نام برد که به بررسی چگونگی رشد از جنبه‌های مختلف می‌پردازد و به شکل‌گیری شخصیت، تاثیرپذیری و تاثیرگذاری افراد بر روی یکدیگر در جریان زندگی اجتماعی اهمیت می‌دهد.

روانشناسان دیگری نیز وجود دارند که به پژوهشهای علوم پایه علاقه‌مند نیستند و بیشتر به جنبه‌های کاربردی دانش روانشناسی اهمیت می‌دهند. این گروه از روانشناسان با استفاده از دانش، سعی بر بهبود کیفیت زندگی مردم دارند و تلاش می‌کنند به آنها در رفع مشکلات کمک کنند. از قبیل روانشناسان تربیتی که سعی می‌کنند در ساخت آزمونها، ارزشیابی دانش‌آموزان، تحلیل مشکلات مربوط به یادگیری به مردم کمک کنند و همچنین از طریق مشاوره‌های تربیتی که مورد نیاز معلمان، خانواده‌ها و والدین است خدماتی ارائه کنند. روانشناسی سازمانی و صنعتی به سازمانها و مؤسسات صنعتی کمک می‌کنند نیروی انسانی مناسب را جهت کسب و کار انتخاب کنند و شرایط محیط کار را برای کارکنان طوری بهبود بخشند که محصول بیشتری در کارخانه تولید شود. روانشناسان صنعتی سعی می‌کنند مشکلات مربوط به کارکنان را در محیط کار برطرف کنند. برای مثال دیده شده است که شرایط نامساعد

¹ Comparative psychology

² Physiological psychology

محیط کار باعث بیماری ساختمان زدگی^۱ می‌شود (سر درد و التهاب چشم، گلو، بینی و پوست از علائم این بیماری هستند).

جدول ۱-۱ زمینه‌های تخصصی روانشناسی

۱۱- بالینی ^{۱۱}	۱- تربیتی ^۲
۱۲- صنعتی و سازمانی ^{۱۲}	۲- ارتش ^۳
۱۳- روانکاوی ^{۱۳}	۳- بزرگسالان و سالمندان ^۴
۱۴- محیط ^{۱۴}	۴- مهندسی ^۵
۱۵- روان داروشناسی ^{۱۵}	۵- توان بخشی ^۶
۱۶- رفتار مصرف کننده ^{۱۶}	۶- عقب ماندگی ذهنی ^۷
۱۷- آزمونهای روانشناختی ^{۱۷}	۷- تدریس ^۸
۱۸- جامعه (مشکلات و نیازها) ^{۱۸}	۸- رشد ^۹
۱۹- روانشناسی زنان ^{۱۹}	۹- شخصیت ^{۱۰}

روانشناسی مهندسی سعی می‌کنند در طراحی سیستم‌ها به طراحان کمک کنند و ماشینها را طوری طراحی کنند که انسانها به آسانی با آنها کار کنند و فاصله بین انسان و ماشین را به حداقل برسانند (در بحث ویژه این فصل فعالیتهای روانشناسی در رشته‌های مختلف خلاصه شده است).

-
- 1 Sick building syndrome
 - 2 Educational
 - 3 Military
 - 4 Adult and Aging
 - 5 Engineering
 - 6 Rehabilitation
 - 7 Mental retardation
 - 8 Experimental
 - 9 Development
 - 10 personality and social behavior
 - 11 clinical
 - 12 Industrial and organization
 - 13 Psychotherapy
 - 14 Environmental
 - 15 Psychopharmacology
 - 16 Consumer behavior
 - 17 Psychological Testing
 - 18 Community (problems and needs)
 - 19 Woman psychology

امکانات شغلی روانشناسان

چنانچه علاقه‌مند هستید بدانید روانشناسان چه می‌کنند، بطور خلاصه بعضی از زمینه‌های فعالیتهای آنها را شرح می‌دهیم. البته بیشتر مشاغل در زمینه روانشناسی نیاز به درجات علمی مانند فوق لیسانس و یا دکترا دارند که معمولاً چهار یا پنج سال بعد از اخذ لیسانس در این زمینه بطور رسمی مطالعه می‌کنند.

بحث ویژه		
روانشناسی در زندگی شما		
<p>روانشناسان بالینی و مشاوره: این گروه از روانشناسان به افرادی که مشکلات خانوادگی، ازدواج و یا مشکلات ذهنی دارند کمک می‌کنند. آنها سعی کنند که با استفاده از روشهایی که بتوانند اعتماد به نفس را زیاد می‌کند به مراجعین خود کمک کنند. این گروه از متخصصین ممکنست در سازمانهای دولتی و یا مشاغل آزاد فعالیت کنند.</p> <p>روانشناسان رشد و کودک: روانشناسان که در این زمینه فعالیت می‌کنند، دنیای کودکان را بسیار متفاوت از دیگران می‌دانند و مراحل رشد را در سنین مختلف بررسی می‌کنند. این گروه از روانشناسان ممکنست در سازمانهای تحقیقاتی و یا در مطب‌های خصوصی به کار اشتغال داشته باشند.</p> <p>روانشناسان تربیتی: این گروه از روانشناسان در نظام تربیتی مدارس فعالیت می‌کنند و وظایف متعددی دارند. عده‌ای سعی دارند به مشکلات یادگیری و تربیتی دانش آموزان کمک کنند، گروهی نیز خود را درگیر برنامه‌ریزی آموزشی و بالا بردن کیفیت آموزش در سیستم‌های آموزشی می‌کنند و گاهی نیز به عنوان مشاوران تعلیم و تربیت در نظام مدیریت مدارس فعالیت می‌کنند.</p>	<p>روانشناسان محیط روانشناسان محیطی</p> <p>در کارخانه‌ها یا در سازمانهای دولتی کار می‌کنند و وظیفه آنها مطالعه اثر محیط بر مردم است. آنها به فجایی که در اثر ازدحام جمعیت پیش می‌آید اهمیت می‌دهند و یا اثر مواد سمی را در سلامت، بهداشت و رفاه مردم مورد مطالعه قرار می‌دهند. اهمیت به طراحی محیط به منظور رفاه کارکنان یک سازمان نیز از مسائل مورد توجه آنها است.</p> <p>روانشناسان صحتی: این گروه از روانشناسان در زمینه مدیریتی فعالیت می‌کنند و سعی دارند که شرایط کار را بهبود بخشند تا محصول بیشتری در کارخانه‌ها تولید شود. عده‌ای نیز ممکنست به مشکلات کارکنان در محیط کار و یا خانواده کمک نمایند.</p> <p>روانشناسان مهندسی متخصصین این رشته سعی می‌کنند به مهندسان کمک کنند تا سیستم‌هایی که می‌سازند براحتی پاسخگوی نیاز مردم باشند و سعی می‌کنند فاصله بین انسانها و ماشینها را کوتاه کنند. برای مثال دستگاههایی که ساخته می‌شوند بیشترین کاربرد و کمترین زحمت را برای استفاده مشتریان داشته باشد.</p>	<p>روانشناسان تجربی این روانشناسان در دانشگاهها و یا کارخانجات به کار تحقیقی می‌پردازند تا بتوانند شناخت بیشتری از انسانها داشته باشند برای مثال ممکنست اثر مواد مخدر را بر رفتار فرد مطالعه کنند، و یا ممکنست اثر عوامل اجتماعی را بر سلامت فرد مورد بررسی قرار دهند. این گروه از روانشناسان بیشتر در پی آزمون فرضیه‌ها هستند تا بتوانند نظریات جدید بدست آورند و یا نظریات قبلی را قوت بخشند.</p> <p>روانشناسان اجتماعی: این روانشناسان به مطالعه تأثیر فرهنگ، قوم و جامعه بر رفتار فردی و گروهی می‌پردازند. زمانی هم خود را درگیر چگونگی رشد شخصیت و رفتار می‌کنند. کار این گروه از روانشناسان بطور نسبی با روانشناسان رشد همپوشی دارد.</p>

تعریف روانشناسی

همانطور که قبلاً بیان شد، روانشناسان در زمینه‌های مختلف فعالیت می‌کنند. گستردگی فعالیت‌های روانشناسان از یکطرف و تحولاتی که علم روانشناسی در تاریخچه کوتاه خود داشته است، تعریف روانشناسی را به گونه‌ای که بتواند همه جنبه‌های مورد نظر را در برگیرد کار مشکلی ساخته است.

نخستین دسته از روانشناسان که حوزه کار خود را مطالعه فعالیت‌های ذهنی می‌دانستند، روانشناسی را مطالعه فرآیندهای روانی تعریف کرده‌اند. ویلهلم ونت (۱۸۹۲)^۱ معتقد بود که روانشناسی باید تجربیات درونی فرد مثل احساسات، ادراکات حسی، افکار و خواسته‌ها را مطالعه کند. ویلیام جیمز (ز ۱۸۹۰)^۲ روانشناسی را دانش زندگی روانی با همه پدیده‌های آن می‌دانست و در تعریف پدیده به فعالیت‌های ذهنی غیر قابل مشاهده مانند خواسته‌ها، شناختها، استدلالها، تصمیمات و ... نظر داشت. توسعه رفتارگرایی در آغاز قرن نوزدهم بار دیگر تعریف روانشناسی را تحت تأثیر خود قرار داد و در آن تأکید خاص بر مطالعه پدیده‌های عینی و قابل اندازه‌گیری شده است. رفتارگرایان از قبیل جان واتسون^۳ روانشناسی را مطالعه علمی رفتار آشکار مانند راه رفتن، صحبت کردن و چشمک زدن می‌دانند.

توسعه روانشناسی پدیدارشناختی و روانشناسی شناختی، باعث شد که بار دیگر روانشناسی به تعریف قبلی خود یعنی مطالعه فرآیندهای ذهنی برسد.

امروزه در تعریف روانشناسی هم به پدیده‌های غیر قابل مشاهده (پنهان) و هم به پدیده‌های عینی (آشکار) توجه شده است و روانشناسی به عنوان مطالعه علمی رفتار و فرآیندهای ذهنی تعریف شده است. عده‌ای از روانشناسان مانند نورمان مان (۱۹۵۱)^۴، کنت کلارک^۵ و جرج میلر (۱۹۷۰)^۱ معتقدند که روانشناسی را می‌توان مطالعه علم رفتار تعریف

^۱ Wilhelm wundt

^۲ William james

^۳ John Watson

^۴ Norman Munn

^۵ Kenneth Clark