PSYKOLOGIA ON IHMISTÄ TUTKIVA TIEDE

1.2 // tieteiden kenttä // psyykkinen toiminta // psykologi // osa-alueet // sovellusalueet

PSYKOLOGIA ON TIEDE, joka tutkii ihmisen toimintaa. Toiminnalla tarkoitetaan sekä ulkoisesti havaittavaa käyttäytymistä että mielensisäistä toimintaa. Ihmisen toiminta on hyvin monimuotoinen ilmiö, mikä tekee siitä toisinaan vaikeasti ymmärrettävää. Esimerkiksi ihmisten käyttäytymiseen vaikuttavat monet tekijät, kuten tilanne ja muiden ihmisten läsnäolo, eikä tietynlaiseen käyttäytymiseen löydy koskaan yksittäistä syytä. Käyttäytymisen lailla myös mielen sisäinen toiminta on monisyinen ilmiö, ja ihmisen on toisinaan vaikea ymmärtää kaikkia omassa mielessä liikkuvia tunteita ja ajatuksia.

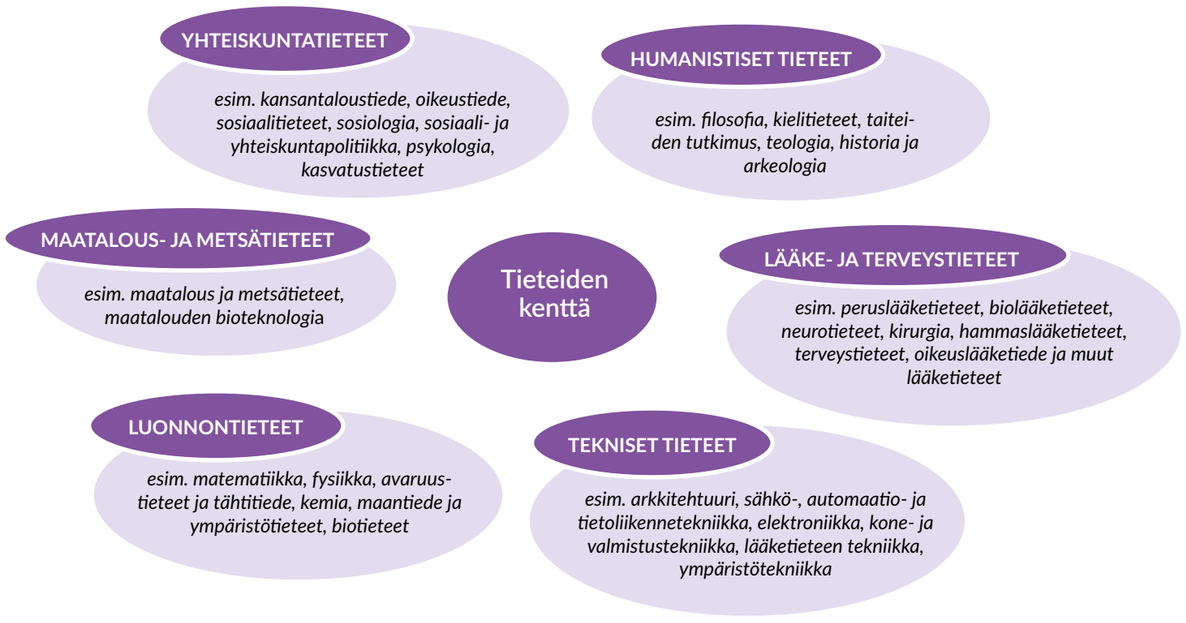
Käsitteellä **psyykkinen toiminta** tarkoitetaan ihmisen mielensisäistä toimintaa, eli mielessä liikkuvia ajatuksia, motiiveja ja tunteita. Psykologian parissa ajatellaan, että jokainen ihminen on psyykkiseltä toiminnaltaan ainutlaatuinen yksilö, joka ajattelee ja tuntee juuri hänelle tyypillisellä tavalla. Samalla ihmisten psyykkisessä toiminnassa nähdään kaikille ihmisille yhteisiä piirteitä ja ominaisuuksia. Jokaisen ihmisen mieli on ainutlaatuinen, mutta ihmismielen toimintaperiaatteita voidaan tutkia siten, että voidaan sanoa, miten ihmisen mieli yleensä toimii jossain tilanteessa. Esimerkkinä yleistettävästä tiedosta on perustunteiden ilmeneminen ihmisillä. Perustunteita ovat muun muassa ilo ja pelko. Perustunteet ilmenevät kehon reaktioissa ja ilmeissä kaikilla ihmisillä samalla tavalla, mutta tunteiden viriämisen syyt ja reaktion voimakkuus vaihtelee ihmisten välillä.

Psykologi on mielen ammattilainen

Psykologi on kouluttautunut ihmisen kehityksen, ajattelun ja psyykkisten ongelmien asiantuntijaksi. Hänen tulee olla kiinnostunut inhimillisen käyttäytymisen lainalaisuuksista ja hänellä tulee lisäksi olla kykyä paneutua ja syventyä ihmisten elämänkysymyksiin. Psykologin ammatti on ihmissuhdetyötä, jossa tarvitaan kykyä ymmärtää muiden ihmisten tunteita, hyviä vuorovaikutustaitoja ja taitoa tulla toimeen erilaisten ihmisten kanssa. Työssään psykologi kohtaa usein ristiriitoja ja eri tavoin vaikeita tilanteita ja tunteita.

Psykologin ammatin harjoittaminen edellyttää ihmissuhde- ja vuorovaikutustaitojen ohella opiskelua. Psykologi soveltaa teoreettista tietoa käytännön ongelmiin. Psykologian tutkimuskohteita ovat muun muassa aivojen toiminta, ihmisen kokemusmaailma, yksilön tyypillinen kehitys ja kehityshäiriöt, ihmisten erilaiset persoonallisuudet, henkinen hyvinvointi ja mielenterveys sekä ympäristön vaikutus ihmiseen.

59, 356–358, 332–333



Tieteiden kenttä

Sananmukaisesti psykologia tarkoittaa oppia (logos) mielestä (psykhe). Varsin pitkään kreikankielisen käsitteen suomalainen vastine oli sielutiede. Psykologian varsinaiset tieteelliset juuret ovat filosofiassa ja lääketieteessä, joiden parissa ihmiseen liittyvää tutkimusta on tehty koko länsimaisen kulttuurin historian ajan. Suomessa ensimmäinen psykologian professuuri perustettiin vuonna 1936 Jyväskylän Kasvatusopilliseen Korkeakouluun.

Tieteiden kentässä psykologian paikkaa on hankala määritellä tarkasti. Riippuen painotuksesta psykologiassa voidaan korostaa biologisia, yhteiskunnallisia tai humanistisia piirteitä. Näiden lisäksi erilaisia menetelmätieteitä (matematiikka, tilastotiede) käytetään psykologisessa tutkimuksessa. Ilmeistä on, että mikäli ihmistä ja hänen toimintaansa halutaan oppia ymmärtämään yhä paremmin, tieteiden välisiä raja-aitoja on kaadettava ja on panostettava entistä enemmän niin sanottuun monitieteiseen tutkimukseen.

Biologiset tieteet (biologia, neurologia) ovat kiinnostuneita ihmiskehon elinten toiminnasta, erilaisten hormonien vaikutuksesta ja hermoston toiminnasta, esimerkiksi aivovamman merkityksestä yksilön käyttäytymiselle. Koska ihmisen kehollisuus on kiinteässä yhteydessä hänen psyykkisiin toimintoihinsa, psykologisessa tutkimuksessa on huomioitava toiminnan biologinen ulottuvuus. Murrosikäisen käyttäytymistä on mahdotonta ymmärtää, jos ei huomioida hormonien toimintaa, ja aivovammapotilaan vaikeuksia oppia ei voida auttaa, mikäli itse vamman vaikutuksista ei ole tietoa.

Yhteiskuntatieteiden (sosiologia, sosiaalipsykologia) tutkimuksen avulla yritetään ymmärtää ihmisryhmien toimintaa tai yhteiskunnan rakenteita. Kun psykologi ottaa kantaa esimerkiksi koulukiusaamistapaukseen, niin kaikki se tieto, mikä on saatavilla ryhmän vaikutuksesta yksilön toimintaan, on ensiarvoisen tärkeää. Kaikki humanistiset tieteet (historia, uskontotiede) tarkastelevat ihmistä omasta näkökulmastaan. Psykologiatieteen kannalta kaikki ihmistutkimus on tärkeää.

Psykologian omaleimaisuus tieteiden kentässä perustuu siihen, että sen avulla voidaan luoda kokonaisymmärrystä ihmisestä ja hänen toiminnastaan. Siihen liittyy myös eräänlainen välitystehtävä eri tutkimusperinteiden kesken. Psykologia voi parhaimmillaan hyödyntää kaikkea sitä tietoa, joka koskee ihmistä.

Psykologiatiede on jakautunut osa-alueiksi. Ihmisen toiminta on niin laaja tutkimuskohde, että on ollut välttämätöntä muodostaa eräänlaisia näkökulmia, joiden kautta ihmistä on tutkittu. Kaikki psykologian osa-alueet tutkivat ihmistä, mutta omasta näkökulmastaan. Eri yliopistoissa osa-alueiden sisällöt ja nimikkeet voivat vaihdella. Kaikki perinteiset osa-alueet näkyvät myös lukion psykologian kursseissa.

Millä tavoin psykologia tieteenä eroaa luonnontieteistä, kuten kemiasta? Entä mitä yhteistä niillä voi olla? Miten psykologiatieteen luonne altistaa sen arkiajattelussa esiintyville yksinkertaistuksille? Miksi on olemassa keittiöpsykologiaa mutta ei keittiöfysiikkaa?

Psykologinen tieto perustuu empiirisiin eli kokeellisiin tutkimuksiin. Psykologisen perustutkimuksen avulla ihmisen toimintaa voidaan kuvata ja selittää. Tavoitteena on löytää yleisiä lainalaisuuksia tutkittavasta ilmiöstä ja sen esiintymisestä. Soveltavassa tutkimuksessa on tarkoitus ratkaista niitä ongelmia, jotka perustutkimus on paljastanut. Käytännössä useissa psykologisissa tutkimuksissa nämä tutkimusperinteet ovat sisäkkäin. Psykologisen tiedon muodostumista käsitellään tarkemmin luvussa 4.

Psykologiatieteen tutkimustuloksia käytetään hyväksi useissa eri yhteyksissä ja monella alalla. Psykologian eri sovellusalueet hyödyntävät uutta tutkimustietoa ihmisen mielen toiminnasta ja käyttäytymisestä. Urheilijat voivat hyötyä psyykkisestä valmennuksesta, kaupan ala soveltaa psykologista tietoa markkinoinnissa ja psykologian asiantuntemuksesta on hyötyä, kun suunnitellaan uusia koneita ja laitteita.