2026-2027 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI
PSİKOLOJİ DERSİ 1. DÖNEM 1. YAZILI SINAV SORULARI

Adı Soyadı: ***Sınıfı:*** ***Numarası:***

1. SENARYO

İnsanı anlama çabası, tarih boyunca farklı düşünce geleneklerinde çeşitli kavramlarla ele alınmıştır. Antik Çağ'da insanın doğası ve iç dünyası çoğunlukla ruh kavramı üzerinden tartışılırken İslam düşüncesinde ve tasavvuf geleneğinde ruh, nefis ve can gibi kavramlar öne çıkmıştır. Zamanla insanı anlama çabası, felsefi tartışmaların yanı sıra gözlem ve deneye dayalı araştırmalarla yeni bir boyut kazanmıştır. Özellikle 19. yüzyılda yaşanan gelişmelerle psikoloji, kendine özgü konusu ve yöntemleri bulunan bağımsız bir bilim dalı hâline gelmiştir.

1. **Bu tarihsel gelişmeden hareketle psikolojinin günümüzdeki bilimsel tanımını yazınız. (10 puan)**

Bir doğa kampında düzenlenen gece etkinliğinde öğrencilerden karşı tepede bulunan bir işaret lambasının ışığını takip etmeleri istenir. İlk denemede lambanın önündeki engel nedeniyle ışık görülemez. Engel kaldırıldığında ise ışık çok zayıf kaldığı için öğrenciler işareti fark etmekte zorlanır. Lambanın parlaklığı artırıldığında ışık belirginleşir ve öğrenciler işareti görmeye başlar.

2. **Bu olaydan hareketle duyumu tanımlayınız ve duyumun gerçekleşebilmesi için gerekli dört koşulu yazınız. (15 puan)**

Bir lisede öğrencilerin sınıf içi tartışmalara yeterince katılmadığını fark eden rehber öğretmen, bu durumun nedenlerini araştırmaya karar verir. Öncelikle bir ay boyunca öğrencilerin derslerde söz alma sıklığını kaydeder. Ardından öğrencilerle yaptığı görüşmelerde bazılarının yanlış cevap verme ve arkadaşları tarafından eleştirilme kaygısı taşıdığını belirler. Bu kaygıların devam etmesi durumunda öğrencilerin ilerleyen derslerde de söz almaktan kaçınabileceklerini öngörür. Son olarak öğretmenlerle iş birliği yaparak küçük grup tartışmaları ve destekleyici geri bildirim uygulamaları planlar. Böylece öğrencilerin derslere daha istekli katılabilecekleri bir ortam oluşturmaya çalışır.

3. **Rehber öğretmenin çalışmalarını psikolojinin dört temel amacıyla ilişkilendirerek tabloyu doldurunuz. (20 puan)**

Psikolojinin amaçları	Metindeki karşılığı
Tanımlama	
Açıklama	
Tahmin etme	
Kontrol etme	

Bir ilçede hizmet veren psikolojik destek ve değerlendirme merkezine farklı ihtiyaçlarla başvurular yapılmaktadır. Üniversiteye başlayacak olan Elif, ilgi ve yeteneklerine uygun bir bölüm seçmekte zorlandığı için destek istemektedir. Merkeze başvuran bir başka kişi ise uzun süredir yaşadığı yoğun kaygı nedeniyle günlük işlerini sürdürmekte güçlük çektiğini belirtmektedir. Aynı dönemde bir mahkeme, yürütülen hukuki bir süreç kapsamında bir kişinin psikolojik durumunun uzman tarafından değerlendirilmesini talep eder. Merkez yönetimi, her başvuruyu ilgili uzmanlık alanına yönlendirmeyi planlar.

4. **Metindeki üç başvurunun psikolojinin hangi alt dallarıyla ilgili olduğunu belirleyerek gerekçelerini yazınız. (15 puan)**

Başvuru	Psikolojinin alt dalı
Elif'in üniversite tercihi konusunda destek istemesi	
Yoğun kaygı nedeniyle günlük yaşamı olumsuz etkilenen kişinin başvurusu	
Mahkemenin psikolojik değerlendirme talebi	

Bir araştırmada, düzenli egzersizin öğrencilerin stres seviyeleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Aynı yaş, cinsiyet, zeka ve eğitim seviyesine sahip iki grup öğrenci belirlenmiştir. Birinci grup 8 hafta boyunca düzenli egzersiz yaparken, ikinci grup herhangi bir egzersiz programına katılmamıştır. Araştırmanın sonunda yapılan stres testi sonuçlarına göre, düzenli egzersiz yapan birinci grubun stres seviyelerinin daha düşük olduğu görülmüştür.

5. **Bu çalışmadaki bağımlı değişken, bağımsız değişken, deney grubu ve kontrol grubunu belirtiniz. (10 puan)**

Bağımsız değişken:

Bağımlı değişken:

Deney grubu:

Kontrol grubu:

11 yaşındaki Murat, bisiklet sürmeyi çok istemektedir. Ancak babası Murat'ın boyunun ve bacak kaslarının henüz bisikletin pedalını güvenle çevirip dengeyi kurabilecek biyolojik olgunluğa tam erişmediğini gözlemlemektedir. Buna rağmen babası, Murat'ın denge becerisini desteklemek için önce küçük yaşlarda denge bisikleti (pedalsız) aldırmış, kas yapısı güçlendikten ve boyu uzadıktan sonra ise parkta pratik yaparak bisiklet sürmeyi öğrenmesini sağlamıştır.

6. **Metinde geçen gelişimsel durumları dikkate alarak Murat'ın yaşadığı süreci büyüme, olgunlaşma ve hazır bulunuşluk kavramları açısından değerlendirerek açıklayınız. (10 puan)**

Bir spor kulübünde antrenör, öğrencilerinin boy uzunluklarını ve fiziksel gelişimlerini birkaç yıl boyunca düzenli olarak takip eder. Kayıtlar, bazı öğrencilerin çocukluk döneminde yavaş büyürken ergenlik döneminde belirgin bir büyüme hızlanması yaşadıklarını, aynı yaştaki bazı öğrencilerde ise bu hızlanmanın daha geç başladığını gösterir. Antrenör, bu farklılıkları daha iyi anlamak amacıyla öğrencilerin ailelerinden kalıtsal özellikleri, beslenme alışkanlıkları ve yaşam koşulları hakkında da bilgi toplar. Araştırma sonuçlarını velilerle paylaştığı bir toplantıda, velilerden biri çocuklar arasındaki farklılıkları şaşkınlıkla karşılayarak "Aynı yaştaki bütün çocukların aynı hızda büyümesi gerekmez mi?" diye sorar.

7. **Velinin görüşünü gelişimin temel ilkeleri açısından değerlendirerek neden doğru olmadığını açıklayınız. (10 puan)**

Bir aile buluşmasında Yasemin ve ablası Aylin gelecekleri hakkında konuşmaktadır. Lise öğrencisi Yasemin, hangi mesleği seçeceğine henüz karar veremediğini, ilgi alanlarını keşfetmeye ve kendi düşüncelerini oluşturmaya çalıştığını anlatır. Ablası Aylin ise üniversite eğitimini tamamlayarak çalışmaya başlamış, kendi ekonomik sorumluluklarını üstlenmiş ve hayatını nasıl sürdüreceğine ilişkin uzun vadeli kararlar almaya yönelmiştir. Anneleri, iki kardeşin farklı konulara önem vermesinin içinde bulundukları yaşam dönemleriyle ilişkili olabileceğini düşünür.

8. **Yasemin ve Aylin'in bulundukları gelişim dönemlerini belirleyerek bu dönemlerin temel gelişim görevlerini karşılaştırınız. (10 puan)**

BAŞARILAR DİLERİM

Erdal AYDEMİR
Felsefe Grubu Öğretmeni

CEVAPLAR

İnsanı anlama çabası, tarih boyunca farklı düşünce geleneklerinde çeşitli kavramlarla ele alınmıştır. Antik Çağ'da insanın doğası ve iç dünyası çoğunlukla ruh kavramı üzerinden tartışılırken İslam düşüncesinde ve tasavvuf geleneğinde ruh, nefis ve can gibi kavramlar öne çıkmıştır. Zamanla insanı anlama çabası, felsefi tartışmaların yanı sıra gözlem ve deneye dayalı araştırmalarla yeni bir boyut kazanmıştır. Özellikle 19. yüzyılda yaşanan gelişmelerle psikoloji, kendine özgü konusu ve yöntemleri bulunan bağımsız bir bilim dalı hâline gelmiştir.

1. **Bu tarihsel gelişmeden hareketle psikolojinin günümüzdeki bilimsel tanımını yazınız. (10 puan)**

Psikoloji, organizmanın davranışlarını ve bilişsel süreçlerini bilimsel yöntemlerle inceleyen bilim dalıdır.

Bir doğa kampında düzenlenen gece etkinliğinde öğrencilerden karşı tepede bulunan bir işaret lambasının ışığını takip etmeleri istenir. İlk denemede lambanın önündeki engel nedeniyle ışık görülemez. Engel kaldırıldığında ise ışık çok zayıf kaldığı için öğrenciler işareti fark etmekte zorlanır. Lambanın parlaklığı artırıldığında ışık belirginleşir ve öğrenciler işareti görmeye başlar.

2. **Bu olaydan hareketle duyumu tanımlayınız ve duyumun gerçekleşebilmesi için gerekli dört koşulu yazınız. (15 puan)**

Duyum: İç ve dış uyarıcıların duyu organları aracılığıyla alınıp beyne iletildiği fizyolojik süreçtir.

Duyumun gerçekleşebilmesi için gerekli koşullar:

1. Uyarıcı bulunmalıdır: Işık, ses, ısı, koku gibi bir uyarıcı kaynağı olmalıdır.
2. Uyarıcıyı iletecek uygun ortam bulunmalıdır: Uyarıcı, ilgili duyu organına ulaşabilmelidir.
3. Duyu organları sağlıklı çalışmalıdır: Uyarıcıyı alacak duyu organı ve ilgili sinirsel yapılar işlevlerini yerine getirebilmelidir.
4. Uyarıcının şiddeti duyum eşikleri arasında olmalıdır: Uyarıcı algılanabilecek düzeyde olmalı; duyu sisteminin işleyebileceği sınırları aşmamalıdır.

Bir lisede öğrencilerin sınıf içi tartışmalara yeterince katılmadığını fark eden rehber öğretmen, bu durumun nedenlerini araştırmaya karar verir. Öncelikle bir ay boyunca öğrencilerin derslerde söz alma sıklığını kaydeder. Ardından öğrencilerle yaptığı görüşmelerde bazılarının yanlış cevap verme ve arkadaşları tarafından eleştirilme kaygısı taşıdığını belirler. Bu kaygıların devam etmesi durumunda öğrencilerin ilerleyen derslerde de söz almaktan kaçınabileceklerini öngörür. Son olarak öğretmenlerle iş birliği yaparak küçük grup tartışmaları ve destekleyici geri bildirim uygulamaları planlar. Böylece öğrencilerin derslere daha istekli katılabilecekleri bir ortam oluşturmaya çalışır.

3. **Rehber öğretmenin çalışmalarını psikolojinin dört temel amacıyla ilişkilendirerek tabloyu doldurunuz. (20 puan)**

Amaç	Metindeki karşılığı
Tanımlama	Öğrencilerin derslerde söz alma sıklığının gözlenmesi ve kaydedilmesi.
Açıklama	Katılımın düşük olmasında yanlış cevap verme ve eleştirilme kaygısının etkili olabileceğinin belirlenmesi.
Tahmin etme	Benzer kaygılar devam ederse öğrencilerin sonraki derslerde de söz almaktan kaçınabileceklerinin öngörülmesi.
Kontrol etme	Küçük grup tartışmaları ve destekleyici geri bildirimlerle öğrencilerin derslere katılımını artıracak koşulların düzenlenmesi.

Bir ilçede hizmet veren psikolojik destek ve değerlendirme merkezine farklı ihtiyaçlarla başvurular yapılmaktadır. Üniversiteye başlayacak olan Elif, ilgi ve yeteneklerine uygun bir bölüm seçmekte zorlandığı için destek istemektedir. Merkeze başvuran bir başka kişi ise uzun süredir yaşadığı yoğun kaygı nedeniyle günlük işlerini sürdürmekte güçlük çektiğini belirtmektedir. Aynı dönemde bir mahkeme, yürütülen hukuki bir süreç kapsamında bir kişinin psikolojik durumunun uzman tarafından değerlendirilmesini talep eder. Merkez yönetimi, her başvuruyu ilgili uzmanlık alanına yönlendirmeyi planlar.

4. **Metindeki üç başvurunun psikolojinin hangi alt dallarıyla ilgili olduğunu belirleyerek gerekçelerini yazınız. (15 puan)**

Başvuru	Alt dal
Elif'in başvurusu	Danışmanlık psikolojisi
Yoğun kaygı yaşayan kişinin başvurusu	Klinik psikoloji
Mahkemenin değerlendirme talebi	Adli psikoloji

Bir araştırmada, düzenli egzersizin öğrencilerin stres seviyeleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Aynı yaş, cinsiyet, zeka ve eğitim seviyesine sahip iki grup öğrenci belirlenmiştir. Birinci grup 8 hafta boyunca düzenli egzersiz yaparken, ikinci grup herhangi bir egzersiz programına katılmamıştır. Araştırmanın sonunda yapılan stres testi sonuçlarına göre, düzenli egzersiz yapan birinci grubun stres seviyelerinin daha düşük olduğu görülmüştür.

5. **Bu çalışmadaki bağımlı değişken, bağımsız değişken, deney grubu ve kontrol grubunu belirtiniz. (10 puan)**

Bağımsız değişken:	**Düzenli egzersiz yapma durumu**
Bağımlı değişken:	**Stres seviyeleri**
Deney grubu:	**Düzenli egzersiz yapan grup**
Kontrol grubu:	**Egzersiz yapmayan grup**

11 yaşındaki Murat, bisiklet sürmeyi çok istemektedir. Ancak babası Murat'ın boyunun ve bacak kaslarının henüz bisikletin pedalını güvenle çevirip dengeyi kurabilecek biyolojik olgunluğa tam erişmediğini gözlemlemektedir. Buna rağmen babası, Murat'ın denge becerisini desteklemek için önce küçük yaşlarda denge bisikleti (pedalsız) aldırmış, kas yapısı güçlendikten ve boyu uzadıktan sonra ise parkta pratik yaparak bisiklet sürmeyi öğrenmesini sağlamıştır.

6. **Metinde geçen gelişimsel durumları dikkate alarak Murat'ın yaşadığı süreci büyüme, olgunlaşma ve hazır bulunuşluk kavramları açısından değerlendirerek açıklayınız. (10 puan)**

Büyüme: Murat'ın boyunun uzamasıdır (Fiziksel/nicel artış).
Olgunlaşma: Bacak kaslarının bisikletin pedalını çevirebilecek biyolojik kapasiteye ulaşmasıdır.
Hazır Bulunuşluk: Murat'ın sadece fiziksel olarak değil, pedalsız bisiklet sayesinde edindiği ön deneyimle bisiklet sürmeyi öğrenmeye tam olarak elverişli hâle gelmesidir.

Bir spor kulübünde antrenör, öğrencilerinin boy uzunluklarını ve fiziksel gelişimlerini birkaç yıl boyunca düzenli olarak takip eder. Kayıtlar, bazı öğrencilerin çocukluk döneminde yavaş büyürken ergenlik döneminde belirgin bir büyüme hızlanması yaşadıklarını, aynı yaştaki bazı öğrencilerde ise bu hızlanmanın daha geç başladığını gösterir. Antrenör, bu farklılıkları daha iyi anlamak amacıyla öğrencilerin ailelerinden kalıtsal özellikleri, beslenme alışkanlıkları ve yaşam koşulları hakkında da bilgi toplar. Araştırma sonuçlarını velilerle paylaştığı bir toplantıda, velilerden biri çocuklar arasındaki farklılıkları şaşkınlıkla karşılayarak "Aynı yaştaki bütün çocukların aynı hızda büyümesi gerekmez mi?" diye sorar.

7. **Velinin görüşünü gelişimin temel ilkeleri açısından değerlendirerek neden doğru olmadığını açıklayınız. (10 puan)**

Velinin görüşü gelişimin temel ilkeleriyle çelişmektedir. Çünkü:
1. Gelişim hızı her dönemde aynı değildir: Bireylerin gelişimi yaşam boyunca aynı hızda gerçekleşmez. Özellikle bebeklik ve ergenlik gibi dönemlerde bazı gelişim alanlarında hızlanmalar görülebilir.
2. Gelişimde bireysel farklılıklar vardır: Aynı yaştaki bireyler gelişimsel değişimleri farklı zamanlarda ve farklı hızlarda yaşayabilirler.
3. Gelişim kalıtım ve çevrenin etkileşimiyle gerçekleşir: Kalıtsal özelliklerin yanı sıra beslenme, sağlık ve yaşam koşulları gibi çevresel etkenler de gelişim üzerinde rol oynar.
Sonuç: Bireylerin aynı yaşta olmaları, gelişimlerinin aynı hızda ve aynı biçimde gerçekleşeceği anlamına gelmez.

Bir aile buluşmasında Yasemin ve ablası Aylin gelecekleri hakkında konuşmaktadır. Lise öğrencisi Yasemin, hangi mesleği seçeceğine henüz karar veremediğini, ilgi alanlarını keşfetmeye ve kendi düşüncelerini oluşturmaya çalıştığını anlatır. Ablası Aylin ise üniversite eğitimini tamamlayarak çalışmaya başlamış, kendi ekonomik sorumluluklarını üstlenmiş ve hayatını nasıl sürdüreceğine ilişkin uzun vadeli kararlar almaya yönelmiştir. Anneleri, iki kardeşin farklı konulara önem vermesinin içinde bulundukları yaşam dönemleriyle ilişkili olabileceğini düşünür.

8. **Yasemin ve Aylin'in bulundukları gelişim dönemlerini belirleyerek bu dönemlerin temel gelişim görevlerini karşılaştırınız. (10 puan)**

Yasemin – Ergenlik dönemi: Bireyin kimliğini oluşturmaya, ilgi ve yeteneklerini tanımaya, kişisel değerlerini geliştirmeye ve gelecekte üstleneceği rollere hazırlanmaya başladığı dönemdir. Yasemin'in kendini tanımaya ve meslek seçimini belirlemeye çalışması bu dönemin gelişim görevleriyle ilişkilidir.

Aylin – İlk yetişkinlik dönemi: Bireyin ekonomik bağımsızlık kazanma, meslek edinme, yakın ilişkiler kurma ve yaşamına ilişkin sorumluluklar üstlenme gibi görevlerinin öne çıktığı dönemdir. Aylin'in çalışmaya başlaması ve yaşamına ilişkin uzun vadeli kararlar alması bu döneme örnektir.
Temel farklılık: Ergenlikte kimlik oluşturma ve yetişkin yaşamına hazırlanma öne çıkarken ilk yetişkinlikte bağımsız bir yaşam kurma ve yetişkin rollerinin sorumluluklarını üstlenme belirginleşir.