

Zjawiska psychologiczne jako przedmiot psychologii

1. Charakterystyka zjawisk psychicznych. Przedmiot psychologii

Przedemną na biurku leży nieotwarty jeszcze list. Patrząc na charakter pisma, domyślam się od razu, że jest to list od mego przyjaciela, z którym razem mieliśmy wybrać się nad morze. Jestem przekonany, że pismo zawierać będzie datę jego przyjazdu. Cieszę się już z góry myślą ujrzenia przyjaciela i wspólnej naszej podróży. Ale po otwarciu listu, w miarę czytania, przekonuję się, że moja nadzieja się nie ziści. Przyjaciół donosi mi, że jest obłożnie chory i że nie może wybrać się w drogę. Ogarnia mnie niepokój, rozczarowanie i smutek. Postanawiam odwiedzić natychmiast chorego, pragnąc przyjść mu ewentualnie z pomocą.

Powyższa notatka wymienia cały szereg faktów, względnie zjawisk, które powstały „we mnie” jako reakcja na list przyjaciela, a mianowicie pewne **domysły, przekonania** i w związku z nimi na przód **radość**, potem **rozczarowanie, niepokój i smutek**, wreszcie pewne **pragnienie i postanowienie**. Wszystkie te zjawiska mają tę wspólną właściwość, iż są **bezpośrednio dostępne tylko mnie samemu, jako temu, który je przeżywa**. Mój znajomy, obecny podczas czytania przeze mnie powyższego listu, może z wyrazu mojej twarzy domyślać się tylko rodzaju moich przeżyć, nie może jednak widzieć ich wprost. O moich radościach i smutkach, o moich przekonaniach i decyzjach wiem bezpośrednio tylko ja sam. Wszyscy inni ludzie dowiadywać się mogą o nich dopiero na drodze pośredniej. Na odwrót, myśli, pragnienia i uczucia drugich ludzi nie są mi dane wprost, lecz tylko na drodze pośredniej. Wprawdzie niekiedy, patrząc na twarz człowieka, mam wrażenie, iż widzę bezpośrednio to,

czego on doznaje. Że jednak jego uczuć i myśli nie widzę wprost, lecz tylko się ich domyślam, tego najlepszym dowodem jest fakt, iż ów ktoś może wprowadzić mnie w błąd, może twarzą swą nadać taki wyraz, iż zdaje mi się, że czytam w niej pewne uczucie, a tymczasem uczucia tego u niego wcale nie ma. Po prostu, posiadając zdolność aktorską, wyprowadził mnie w pole.

Inaczej dzieje się z takimi zjawiskami, jak błyskawica, wznoszenie się samolotu, spadanie na ziemię kamienia rzuconego w górę, posuwanie się pociągu po szynach, chód człowieka, bieg konia itp. Wszystkie te zjawiska są dostępne równoczesnemu spostrzeganiu wielu osób. Ten sam wznoszący się samolot widzę ja, mój przyjaciel i cała grupa osób, które się obok nas znajdują.

Zjawiska pierwszego rodzaju, takie jak przekonanie, zwątpienie, radość, smutek, pragnienie, przypomnienie, marzenie, które są dostępne bezpośrednio tylko temu jednemu osobnikowi, który je przeżywa, nazywamy zjawiskami albo faktami **psychicznymi**. Natomiast zjawiska drugiego rodzaju, takie jak wznoszenie się samolotu, posuwanie się pociągu itd., które mogą być przedmiotem równoczesnego spostrzegania przez większą liczbę osobników, nazywamy zjawiskami **fizycznymi**.

Zjawiska psychiczne zdają się dokonywać w nas samych, niejako w naszym wnętrzu. Nazywamy je też z tego powodu naszymi stanami wewnętrznymi, podczas gdy zjawiska fizyczne umieszczamy w świecie zewnętrznym.

To, iż nikt inny nie może bezpośrednio widzieć moich przeżyć wewnętrznych, może być dla mnie częściowo wygodne. Mogę bowiem ukryć moje przeżycia przed tymi, przed którymi zwierzać się nie mam ochoty. Może to jednak być dla mnie niekiedy niewygodne i nie mile. Kocham kogoś i upewniam go, iż mam dla niego najżywsze, najtkliwsze uczucia, on jednak nie wierzy mi. Sądzi, iż mówiąc tak, udaję tylko dla pewnych celów. Mogłoby wtedy zależeć mi na tym, ażeby ów ktoś „zajrzał wprost do mojej duszy” i przekonał się o prawdziwości tego, co mówię. Wiem jednak dobrze, iż to właśnie jest niemożliwe. Konrad w *Improwizacji* Mickiewicza narzeka na to, iż „język kłamie głosowi, a głos myślom kłamie”. Idzie mu o to, iż sposób, w jaki potrafimy wyrazić nasze przeżycia wewnętrzne, jest często niedostateczny i że z tego powodu niektóre z nich muszą pozostać na zawsze tajemnicą dla drugich, nawet wtedy, gdybyśmy chcieli wyjawiać je otoczeniu.

Zjawiska psychiczne nazywane bywają także zjawiskami **podmiotowymi** (subiektywnymi), podczas gdy zjawiska fizyczne uważa się za **przedmiotowe** (obiektywne). Zjawiska psychiczne uważane są za podmiotowe z tego powodu, iż są one zawsze czyimiś przeżyciami. Musi

być zawsze ktoś, jakiś podmiot, do którego one należą. Jeżeli jest myśl, to musi być ktoś, kto myśli; jeżeli jest radość, to musi być jakiś podmiot, który się raduje. Co się tyczy zjawisk fizycznych, to i te także odnosimy niekiedy do pewnych podmiotów. Mówimy: „kula toczy się”, podobnie jak mówimy: „człowiek cieszy się”. Radość jednak zdaje się „tkwić” w człowieku, być jego „przeżyciem wewnętrznym”, czego nie możemy powiedzieć o stosunku ruchu do poruszającej się kuli.

Niekiedy, charakteryzując zjawiska psychiczne w odróżnieniu od fizycznych, twierdzi się, iż są **one pozbawione cech przestrzennych**, podczas gdy przedmioty i zjawiska fizyczne zawsze je posiadają. Każdy przedmiot fizyczny zajmuje jakieś określone miejsce w przestrzeni i wypełnia sobą pewną jej część, posiadając trzy wymiary: długość, szerokość i wysokość. Tak samo zjawiska fizyczne dokonują się w przestrzeni. Najlepiej jest to widoczne w odniesieniu do ruchu, który polega właśnie na zmianie położenia przestrzennego. Inaczej natomiast dzieje się ze zjawiskami psychicznymi. Mówimy wprawdzie o myślach człowieka, iż one są w jego „głowie”, a o uczuciach, iż są w jego „sercu”. Jest to jednak powiedzenie o charakterze przenośni, w rzeczywistości zaś myśl nie zajmuje określonego miejsca w przestrzeni, nie wypełnia też sobą żadnej jej części. To samo odnosi się do radości, smutku itd. Rozróżnienie powyższe jest na ogół słuszne, wymaga jednak pewnego zastrzeżenia. Uczucie smutku czy radości nie ma na pewno cech przestrzennych, ale o wyobrażeniu barwy, jakkolwiek jest ono zjawiskiem psychicznym, mogę powiedzieć, iż posiada ono cechy przestrzenne. Wyobrażamy bowiem sobie barwę jako wypełniającą pewną płaszczyznę. Jakkolwiek jednak wyobrażona **barwa** zajmuje pewne miejsce, nie ma sensu szukać miejsca zajmowanego przez **wyobrażenie** barwy.

Zorientowanie się, czy pewne zjawisko należy do psychicznych czy też fizycznych, jest z reguły bardzo łatwe. Pewną trudność pod tym względem zdają się jednak stanowić spostrzeżenia. Tu bowiem świat psychiczny jak gdyby zlewa się ze światem fizycznym. Trudno wydaje się na pierwszy rzut oka oddzielić **przedmiot** fizyczny od **spostrzeżenia** tego przedmiotu. Po chwili zastanowienia się jednak dochodzimy do wniosku, iż trzeba te dwie rzeczy od siebie odróżnić. Spostrzeżenie przedmiotu wymaga koniecznie, aby był podmiot (osobnik) spostrzegający; przestaje ono istnieć, kiedy ów podmiot przestanie spostrzegać. Natomiast przedmiot istnieje i wtedy, gdy go nikt nie spostrzega. Gdy kilka osób patrzy równocześnie na ten sam przedmiot, mamy tyle spostrzeżeń, ile jest osób spostrzegających, natomiast przedmiot spostrzegany jest tylko jeden. Trzeba zatem odróżnić spostrzeganie przedmiotu od niego samego. Spostrzeganie ma, jak widzieliśmy, podmiotowy cha-

rakter i wobec tego musi być zaliczone do zjawisk psychicznych, podczas gdy przedmiot sam należy do świata zewnętrznego.

Dodatkowo trzeba uprzytomnić sobie, co jest sprawą już nieco trudniejszą, iż gdy patrzymy na przedmiot fizyczny, to nie tylko samo spostrzeganie, jako pewna czynność, jest zjawiskiem psychicznym, lecz jest nim także wygląd (obraz) spostrzeganego przedmiotu. Należy zdać sobie sprawę z tego, iż chociaż przedmiot jest ciągle ten sam, wygląd jego zmienia się ze zmianą naszego stanowiska wobec tego przedmiotu i jest dla różnych osób, oglądających równocześnie ten sam przedmiot, różny. Dla tych, którzy stoją bliżej przedmiotu, wygląda on na większy, dla tych, którzy stoją dalej – na mniejszy. Widzimy zatem, iż wygląd przedmiotu zależy od podmiotu, od stanowiska, które on wobec tego przedmiotu zajmuje, podczas gdy przedmiot fizyczny sam tej zależności nie podlega. Z tego powodu zaliczamy także ów wygląd do zjawisk psychicznych.

Zjawiskami i przedmiotami fizycznymi zajmują się różne nauki tzw. przyrodnicze, jak fizyka, chemia, mineralogia itd. Niewątpliwie również i zjawiska psychiczne zasługują na to, aby je badać w sposób naukowy. **Psychologia** jest właśnie tą **nauką, która stawia sobie jako cel badanie zjawisk psychicznych**. Stara się ona zjawiska te opisywać, klasyfikować i szukać praw, które nimi rządzą.

Psychologia bywa niekiedy określana jako **nauka o duszy**. Jeżeli przez duszę rozumieć będziemy ogół zjawisk psychicznych przeżywanych przez pewną jednostkę, to określenie to nie będzie się różniło istotnie od określenia podanego wyżej. Skoro natomiast przez duszę rozumieć będziemy nie same zjawiska psychiczne, lecz ich trwałe podkład („substrat”), to zagadnienie, dotyczące istoty tego podkładu, nie należy do psychologii, lecz raczej do filozofii.

Psychologia bywa także niekiedy określana jako **nauka o świadomości**. Mówiąc o świadomości, mamy zazwyczaj na myśli fakt, iż pewne zjawiska psychiczne się dokonują. Na przykład gdy o kimś, kto mdleje, mówimy, iż traci świadomość, mamy na myśli fakt, iż zjawiska psychiczne u niego zanikają. A skoro następnie ów ktoś „wraca do świadomości” – znaczy to, iż z powrotem zaczyna widzieć, czuć, myśleć itp., czyli zjawiska psychiczne ponownie u niego występują. Gdy w ten sposób rozumiemy słowo „świadomość”, to ostatnie określenie psychologii pokrywać się będzie z określeniami poprzednimi.

Niekiedy jednak, gdy mówimy o świadomości, idzie nam nie o sam fakt istnienia zjawisk psychicznych, lecz o ich „jasność”, „wyrazistość”. Rozróżniamy w tym wypadku **stopnie** świadomości. Z tego punktu widzenia mówić można o zjawiskach psychicznych świadomych i pod-

świadomych, względnie nieświadomych. O sprawie tej mowa będzie później.

2. Źródła i metody psychologii

Skoro przedmiotem psychologii są zjawiska psychiczne, psycholog musi je jakoś poznawać. Jakie są źródła tego poznania i jakimi metodami będzie się przy tym psycholog posługiwał?

Mówiliśmy, iż zjawiska psychiczne dane są bezpośrednio tylko tej jednostce, która je przeżywa, która jest ich podmiotem. Kto zatem pragnie bezpośrednio przypatrzeć się jakiemuś zjawisku psychicznemu, musi, jak to się powiada, „wejść w siebie samego”, śledzić, co dzieje się w nim samym wtedy, gdy owo zjawisko w nim występuje. Czynność tę nazywamy **introspekcją**. Zamiast o introspekcji mówimy niekiedy o **doświadczeniu wewnętrznym**, które przeciwstawiamy doświadczeniu zewnętrznemu. Introspekcja, doświadczenie wewnętrzne jest więc jedynym sposobem bezpośredniego poznawania zjawisk psychicznych.

Metoda introspekcyjna jest przy swej ogromnej doniosłości metodą dość trudną. Wymaga ona specjalnego nastawienia uwagi, niebędącego naturalnym nastawieniem człowieka. Uwaga nasza bowiem z reguły zwraca się raczej na to, co się dzieje poza nami, aniżeli na to, co się dzieje w nas samych. Z biologicznego punktu widzenia jest to łatwo zrozumiałe. Gdyby ktoś, walcząc, zamiast zwracać swoją uwagę na ruchy przeciwnika, zaczął obserwować to, co sam przeżywa w danym momencie, to prawdopodobnie uległby w walce. Małe dzieci nie są skłonne do introspekcji; nie są też do niej zdolne. Zdolność i chęć do analizowania przeżyć własnych zjawia się u człowieka zazwyczaj dopiero w okresie dojrzewania. Psycholog musi ciągle zaprawiać się do tej sztuki.

Inna trudność metody introspekcyjnej polega na tym, iż śledzenie zjawisk psychicznych podczas ich występowania może zmienić ich charakter, a nawet zupełnie zatamować ich bieg. Kto podczas śmiechu próbuje przypatrywać się sobie samemu, przestaje się śmiać, kto podczas dokonywania zawilego rachunku w pamięci próbuje śledzić proces rachowania, łatwo się pomyli. Z tej racji psycholog często obserwuje zjawiska psychiczne nie w chwili ich przebiegu, ale dopiero później, odtwarzając je w pamięci. Mówimy w tym wypadku o **retrospekcji**. Metodę retrospekcyjną stosujemy też np. wtedy, gdy chcemy zdać sobie sprawę z naszych przeżyć w dzieciństwie.

Zjawiska psychiczne śledzić możemy wtedy, gdy one w nas samoistnie powstają, lub też możemy wywoływać je sztucznie w ściśle określonych warunkach. W tym ostatnim wypadku mówimy o **eksperymentach psychologicznych**.

Metodą introspekcyjną poznaje psycholog tylko własne przeżycia psychiczne. A w jaki sposób poznaje on przeżycia innych ludzi i ewentualnie także zwierząt? Możliwość poznania zjawisk psychicznych innych osób opiera się na tym, iż zazwyczaj **wyrażają się** one w pewien sposób. Śledzimy zatem owe sposoby wyrażania się i na tej drodze **pośredniej** wnioskujemy o samych przeżyciach.

U człowieka najbardziej znanym i najczęściej wykorzystywanym środkiem wyrażania przeżyć psychicznych jest mowa. **Wypowiedzi drugich osób o tym, co one przeżywają lub przeżywały**, są wobec tego ważnym źródłem pośredniego poznania życia psychicznego. Mogą to być równie dobrze wypowiedzi mówione, jak pisane. Mogą to być wypowiedzi przygodne, spontaniczne lub sprowokowane. Można je jednak uzyskiwać także drogą systematycznej **indagacji** (wywiadu), prowadzonej umiejętnie według z góry ułożonego planu. Ważną i trudną zarazem jest taka indagacja w odniesieniu do dzieci. Podstawą indagacji może też być specjalny eksperyment.

Kiedy, chcąc poznać przebieg pewnych zjawisk psychicznych, zwracamy się do większej liczby osób równocześnie z wieloma pytaniami systematycznie ułożonymi, mówimy o **ankiecie**. Pytania mogą być stawiane ustnie, mogą też być wypisane na odpowiednich arkuszach. Mówimy wtedy o **kwestionariuszach**. Kwestionariusze takie dają osobom, do których się zwracamy, możliwość wypowiedzenia się czy to o przeżyciach własnych, czy też o przypuszczalnych przeżyciach osób innych przez nie obserwowanych.

Wypowiedzi ludzi o ich przeżyciach znajdziemy dalej w różnego rodzaju tzw. **dokumentach psychologicznych**. Będą nimi np. **pamiętniki**, **autobiografie**, pisane przez ludzi obdarzonych zdolnością introspekcyjną. W literaturze psychologicznej często cytowane bywają jako przykłady tego rodzaju dokumentów *Wyznania* Jana Jakuba Rousseau oraz *Wyznania* św. Augustyna. Czasem autor wyznań nie mówi wprost o sobie, lecz podsuwa w swoje miejsce jakąś inną, fikcyjną osobę. Z literatury polskiej wymienimy dla przykładu Kadena-Bandrowskiego *W cieniu zapomnianej olszyny* i Zygmunta Nowakowskiego *Przylądek Dobrej Nadziei*, z literatury niemieckiej *Zielonego Henryka* Kellera, a z francuskiej *Małego Piotrusia* Anatola France'a.

Powieści, nowele i poezje mogą być traktowane jako źródło wiedzy psychologicznej tylko z dużą ostrożnością, gdyż często nie dają one

wiernego odbicia tego, co działo się istotnie lub przynajmniej mogło się dziać w psychice jakiegoś człowieka.

Przeżycia psychiczne drugich osób poznajemy dalej w ten sposób, iż śledzimy **zachowanie się (postępowanie)** tych osób. Widząc, jak ktoś jeden, przechodząc obok ubogiego, wyjmuje pieniądze z kieszeni i wręcza mu je, podczas gdy inni, nie zatrzymując się, idą dalej, domyślam się, iż w tym człowieku zbudziła się w tej chwili litość nad ubogim. Widząc, jak ktoś prędko ucieka ulicą, domyślam się, iż doznaje uczucia strachu. Śledząc zatem pewne **zewnętrzne, obiektywne formy zachowania się**, które dadzą się ściśle opisać i ewentualnie utrwalić (zdjęcie filmowe), możemy na tej drodze wysnuwać wnioski o odpowiadających tym formom przeżyciach wewnętrznych. Metoda, którą teraz poznajemy, nosi z tego względu nazwę metody **obiektywnej, przedmiotowej**. Przeciwstawiamy jej introspekcję, jako metodę **subiektywną**.

Obserwowanie zachowania się może dać pewne rezultaty psychologowi w wielu takich wypadkach, w których nie może on oczekiwać słownych wypowiedzi o przeżyciach. Tyczy się to mianowicie niemowląt i zwierząt. Tu metoda obserwacji od zewnątrz jest metodą jedyną. Rzecz jasna jednak, że także zachowanie się człowieka dorosłego, władającego mową, nieraz więcej nam o nim mówi, aniżeli jego słowa.

Przeżycia psychiczne człowieka wyrażają się dalej w jego **gestach**, oraz w jego **mimice**. Stanowią one specjalną formę zachowania się, charakteryzującą się tym, iż jest ona zazwyczaj czymś mimowolnym, niezamierzonym. Mówiąc o gestach, mamy zwykle na myśli ruchy rąk, a o mimice – zmiany spowodowane skurczem mięśni twarzy. Niektórzy psychologowie używają słowa „mimika” w szerszym znaczeniu, wliczając tu gesty, a także zmiany głosu wywołane przeżyciami (mimika głosowa).

Ruchy mimiczne, powtarzające się często, mogą zostawić na twarzy człowieka trwałe ślady (zmarszczki na czole u osób skłonnych do częstego gniewu). Mówimy wtedy o rysach **fizjonomicznych**. W szerszym znaczeniu tego słowa zaliczamy do rysów fizjonomicznych także takie cechy budowy twarzy, głowy, a nawet całego organizmu, które zdają się wskazywać na pewne właściwości psychiczne. Na przykład wydatna, nieco ku przodowi wysunięta dolna szczęka, jako rzekomy wskaźnik silnej woli, wysokie czoło, jako rzekomy wskaźnik wysokiej inteligencji itp.

Równocześnie z objawami mimicznymi występują zazwyczaj różne przejściowe zmiany w funkcjach organizmu, które tylko częściowo dostępne są zewnętrznej obserwacji bez zastosowania odpowiednich przyrządów. Przestach człowieka ujawnia się nie tylko charaktery-

stycznym mimicznym skurczem mięśni twarzowych, lecz także białością twarzy. Pochodzi to stąd, iż naczynia krwionośne podskórne kurczą się wtedy i wyciskają krew w głąb organizmu. Zmiana ta staje się przez to widoczna na zewnątrz. Trudniej dostrzegalna będzie zmiana rytmu serca (przyśpieszenie lub zwolnienie), która niewątpliwie także wtedy nastąpi, jak również zmiana w rytmie i głębokości oddechu. Jest rzeczą wiadomą, iż specjalnie przeżycia uczuciowe łączą się z tego rodzaju zmianami. Noszą one nazwę **fizjologicznych objawów** przeżyć psychicznych. Rzecz jasna, że i one mogą być śledzone w sposób obiektywny, dając w ten sposób podstawę do dalszej metody badania zjawisk psychicznych, zwanej metodą **ekspresji**. (Metodę ekspresji można oczywiście uważać za pewną odmianę metody obiektywnej).

Przeżycia psychiczne mogą znajdować swój wyraz także w różnych **wytworach**, które z tego względu stanowią ważne źródło psychologii. Przykładem posłużyć mogą wszelkiego rodzaju utwory artystyczne. W odniesieniu do dziecka cennym źródłem poznania jego psychiki są np. jego rysunki i „rzeźby” (z plasteliny). Do takich wytworów zaliczyć także trzeba pismo. Na tym ostatnim źródle opiera się, jak wiadomo, **grafologia**.

3. Gałęzie i kierunki psychologii

Ponieważ teren badań psychologii jest bardzo rozległy, wytworzyły się z czasem liczne gałęzie tej nauki, które ów teren dzielą między siebie. Dzieje się tu podobnie, jak np. z naukami przyrodniczymi, które rozpadają się na wiele nauk o węższym zakresie, a więc np. fizykę, chemię, mineralogię itp. Gałęzie psychologii można wyróżniać i przeciwstawiać sobie, wychodząc z różnych punktów widzenia. I tak naprzód psychologii **ogólnej** przeciwstawiamy różne gałęzie **specjalne**; psychologia ogólna śledzi najogólniejsze prawa psychiczne, które realizują się na wszystkich terenach życia psychicznego, natomiast poszczególne gałęzie specjalne ograniczają się do węższych terenów. Jako przykład można wymienić psychologię dziecka, psychologię okresu dojrzewania, psychologię społeczną, psychologię różnic indywidualnych, psychologię rozwojową, psychologię zwierząt.

Z innego punktu widzenia wyróżnić możemy psychologię **czystą** i psychologię **stosowaną**, do którego to podziału jest bardzo zbliżony podział psychologii na **teoretyczną** i **praktyczną**. Praktyczną nazywamy pewną gałąź psychologii wtedy, gdy rozpatruje z psychologiczne-

go punktu widzenia zagadnienia, doniosłe dla pomysłowości człowieka i społeczeństwa, usiłując dojść do pewnych praktycznych wskazówek i przepisów. Jako przykłady praktycznych gałęzi psychologii mogą posłużyć: psychologia gospodarcza, psychologia pedagogiczna (wychowawcza), kryminalna, lekarska itd.

Różne gałęzie psychologii są więc rezultatem podziału pracy. O co innego idzie natomiast, gdy mówi się o **kierunkach** psychologii. Poszczególne kierunki psychologii różnią się między sobą nie odmiennymi terenami badań, lecz odmiennością podstawowych założeń i metod.

Różnicę tę zobaczymy najlepiej, charakteryzując jeden z kierunków psychologii, który obecnie ma wielu zwolenników, a mianowicie tak zwany **behawioryzm**, zwany także psychologią **obiektywną**. Kierunek ten odrzuca introspekcję jako metodę badań psychologicznych. Zwolennicy tego kierunku, na których czele stoi amerykański psycholog Watson, kładą duży nacisk na trudności introspekcji, wspomniane przez nas już przedtem (porównaj s. 49). Głównie idzie im o to, iż rezultaty introspekcji nie mogą podlegać naukowej kontroli, skoro, jak wiemy, introspekcję stosować może każdy jedynie w stosunku do własnej osoby. Wyniki introspekcji u różnych osób nie dadzą się wobec tego ze sobą ściśle porównać. Ponadto behawioryści zwracają uwagę na fakt, iż w bardzo wielu wypadkach metoda introspekcji w ogóle nie może mieć zastosowania (małe dzieci, zwierzęta). Z tego względu proponują oni, ażeby psychologia ograniczyła się jedynie do śledzenia **zachowania się (postępowania)**, które może być badane w sposób ściśle **obiektywny**. („Zachowanie się” znaczy po angielsku „behavior” i stąd nazwa tego kierunku). Psychologowie ci określają wobec tego psychologię w sposób inny, aniżeli ten, który poprzednio podaliśmy. Dla behawiorystów **psychologia jest nauką o zachowaniu się**.

Widzimy więc, iż behawioryzm jest to specjalny kierunek psychologii, przeciwstawiający się kierunkowi określającemu psychologię jako naukę o zjawiskach psychicznych i uważającemu introspekcję za podstawową metodę psychologii (nazywanemu z tego względu **introspekcjonizmem**).

Gdybyśmy uznali za nieusprawiedliwione żądanie behawiorystów, ażeby psychologia odrzuciła **zupełnie** introspekcję, a ograniczyła się do metod wyłącznie przedmiotowych (obiektywnych), to jednak niewątpliwie behawioryści mają rację, gdy kładą nacisk na konieczność śledzenia zachowania się w jego wszystkich zewnętrznych przejawach. Często też obiektywne metody badań w psychologii nazywane bywają z tego względu metodami behawiorystycznymi.

Trzeba pamiętać, że w mowie potocznej, mówiąc o zachowaniu się, czy też postępowaniu, traktujemy je zwykle jako całość, mając na myśli oprócz zewnętrznej jego strony także towarzyszące mu wewnętrzne (psychiczne) przeżycia. W tym szerszym znaczeniu termin ten używany bywa także w wielu podręcznikach psychologii.