

**Poszukując pomocy, czy to psychologa dziecięcego, psychoterapeuty, czy też neuropsychologa, warto dowiedzieć się, czym tak naprawdę jest psychologia, jaki jest jej przedmiot zainteresowań oraz jakie cele sobie stawia jako nauka niosąca pomoc ludziom, zarówno dorosłym jak i dzieciom.**

Rozważania dotyczące natury zjawisk psychicznych towarzyszą ludzkości niemal od jej zarania. Początkowo problematyka ta znajdowała się w kręgu zainteresowań filozofów. Psychologia jako samodzielna dyscyplina naukowa wyodrębniła się dopiero na początku XX stulecia, jednak dzięki szybkiemu rozwojowi i doskonaleniu metod badawczych dynamicznie wkroczyła w różne obszary i dziedziny ludzkiej aktywności.

Czym zatem zajmuje się współczesna psychologia? Jej podstawowym przedmiotem zainteresowań, najogólniej rzecz ujmując, jest zachowanie człowieka. Jeśli bowiem psycholog zainteresowany jest tym do czego człowiek dąży, jakie są jego potrzeby i oczekiwania, jak w codziennym życiu korzysta ze swej wiedzy i doświadczenia, jak owe doświadczenia nabywa – o zainteresowany jest właśnie ludzkim zachowaniem.

Generalizując nadrzędnym celem, który zdeterminował rozwój psychologii jest obok potrzeby poznania – chęć przewidywania jak człowiek zachowa się w różnych okolicznościach. To zaś wymaga określenia zarówno warunkujących owo zachowanie czynników zewnętrznych jak i wewnętrznych (psychicznych) mechanizmów stanowiących indywidualne zasoby każdego z nas (cechy osobowości, potrzeby, motywy podejmowanych działań, realizowane cele - zarówno uświadomione jak i nieświadome).