

Брой 46

м. Август, 2014г.

ПОСОКА





Сектите

В този брой ще опишем начините, по които действат ръководителите и членовете на секта, с цел – убеждаване и привличане на нови членове към организацията. В следващите броеве на Е-списание за психология „Посока“, ще опишем и какво въздействие се оказва върху психиката на членовете в сектата, какви могат да бъдат последствията от членуването в нея, какво да направим, за да спрем членуването си в секта, как да постъпим ако наш близък е член на подобна организация.

Нека първо да дефинираме думата „секта“ - тя идва от латинската дума *secta*, която означава организирана религиозна група или организация, която представлява малка религиозна група от хора, отделила се от официалната църква, напълно отричаща или изопачаваща установените от нея догми. В повечето от европейските езици и думата „секта“ има негативно значение и тя се използва в смисъла на **опасна** религиозна секта. Често се използва и думата „култ“ за

описанието на подобна организация.

В последните години тези организации стават все по-настъпателни и агресивни. Въпреки битуващото мнение, че лабилни емоционално и несигурни в себе си хора стават техни жертви, все по-често социално активни и дори скептични хора, също засвидетелстват присъствие и отдаденост към подобни организации. Истината е, че никой не е застрахован от това да бъде подведен и въвлечен в „истината“, която проповядват

подобни организации. Особено, когато не сме се интересували достатъчно по темата и не умеем да разпознаваме характерните им методи за убеждаване и манипулация.

Как действат хората, които изпълняват своята „мисия“, за да ви привлекат към тяхната общност? Имайте предвид, че тези хора не са случайни – те са обучени добре, готови са да изпълнят своята мисия на всяка цена и трудно биха се отказали от това, те са запознати много

добре с психологията на човека, с използването на различни манипулативни техники и стратегии. И въпреки това, те не правят нещата с магическа пръчка – убедете се сами в това как се случва привличането на нови членове към сектата. То е поэтапно и включва следните последователни изказвания и действия:

- Хората, които имат мисията да ви убедят да станете член на организацията, винаги са много дружелюбни към вас в началото. Те показват всячески,

Сектите



че ви разбират много добре, че са склонни да ви съчувстват, дори биха предложили помощта си, ако имате проблем, който не успявате да разрешите сам/а. Не спират и до предложението за помощ – реално ви оказват съдействие и подкрепа (морална или дори ф и н а н с о в а) . Разказват ви за ситуации, в които са помагали и на други хора досега – това не е нещо ново за тях, тъй като те са праведни и добри. Вършат добри дела в името на нещо (обикновено това е Господ или това, в което вярват и изповядват), не

очакват възмездие и за тях е удоволствие, че могат да бъдат полезни за някого. Така печелят доверието ви, а това е един от най-важните етапи, за да продължат с вменяването на убежденията си. Ако са се справили добре на този етап, следващите ще се получат лесно и сякаш от самосебе си.

- На по-късен етап са склонни да ви обещаят, че те знаят как да постигнете вашите мечти, за които разбира се сами сте им споделили докато сте разговаряли. Те са от малцината, които са разбрали коя е „истината“, а именно там се крие ключът за щастлив живот и постигане на мечтите. Тъй като сте им много симпатични, те ще споделят това с вас,

за да постигнете щастлив живот и спокойствие на духа.

- След това ви предлагат нещо бесплатно – курс, обучение, групови беседи, брошурки, книги (тяхната Библия), записи върху дигитални носители, списания и т.н. Още от този момент те казват на вашия мозък: „Чувствай се длъжен/длъжна към нас, защото ние сме ти дали нещо безвъзмездно, защото искаме най-доброто за теб, но ти ще бъдеш наш длъжник заради това!“ Имайте предвид, че това е подсъзнателно психологическо усещане за дълг, за което дори не си даваме сметка, че изпитваме!

- Следващ етап е да ограничат времето ви, за да не се занимавате с други

странични дейности, да не се срещате с различни хора – в притовен случай, това би могло да ви даде друга гледна точка и да ви разколебае от тяхната гледна точка. Те не ви забраняват да се занимавате с други неща, но ограничаването се получава по естествен начин – имате множество и н т е р е с н а литература, която са ви дали и искате да прочетете, трябва да прослушате няколко записа, да се подготвите за следващата среща, която предстои с групата (тези срещи са под формата на беседи и обикновено се провеждат периодично – поне два или три пъти в седмицата) и т.н. Целта е да не се позволява наличието на време, в което човек да остава

Сектите



насаме със себе си (без тяхната литература). Ако ви зададат въпрос, обикновено не се оставя много време, в което да вземете решение – казва ви се, че поради някаква причина, трябва бързо да решите.

- Запознавайки ви с останалите членове на сектата – вие виждате срещу себе си усмихнати и смирени хора, които поне привидно, изглеждат истински щастливи. Така подсъзнателно ви убеждават в това, че именно там е мястото, на което можете да

постигнете своето щастие и вие също.

- Имайте предвид, че всички в общността ще ви обграждат с любов, дружелюбие и интерес. Важно за тях е да им разказвате какво се случва в живота ви – само така ще могат да контролират вас и живота ви на по-късен етап. Целта им е да научат и най-малките подробности, свързани с ежедневието ви, с отношенията с партньора и децата ви (ако имате такива), с родителите, близките и приятелите.

- Време е да започнат и да предявяват различни искания към вас, които обаче ще ви се струват съвсем в реда на нещата, тъй като доверието ви вече е спечелено и вие сте

почти убеден/а в каузата на групата. Вероятно ще ви убеждават да (не) носите определени дрехи, да се храните по определен начин (да предпочитате нископротеинови храни), лишаване от продължителен сън, повече активност и по-малко почивка... Всички тези фактори имат своето рационално обяснение, те не са измислени случайно – има секти, в които хората се мотивират да се обличат добре, за да бъдат представителни, когато „таргетира“ други хора за включването им в общността, има и такива, където се проповядва, че е добре човек да не робува на материалното и няма необходимост от скъпи и луксозни дрехи (добре е средствата, предназначени за

тях, да бъдат вложени като дарение в организацията); мозъкът ни се храни с протеин, а целта в случая е вашето мислене да бъде ограничено; лишаването от сън също води до понижена критичност и липса на енергия.

- Започват да осъществяват контрол над мислите ви – често не се налага да мислите по даден въпрос, защото организацията го прави вместо вас. Контролират емоциите ви също така (в следващите броеве на списанието ще обсъдим по-подробно на кои емоции влияят и по какъв начин). Контролират информацията, до която достигате – важно е да не се поддавате на



Сектите



„изкушенията“ от медии, хора и материали, които опровергават техните проповеди и не затвърждават ценностите на общността.

- Ако се почувствате недобре (физически или емоционално) и споделите с тях за това, те вероятно ще обяснят това с „пречистване от зли сили“, с „процес на преминаването ви към по-високо енергийно ниво“ и т.н. В повечето случаи хората от сектата трябва да бъдат убедени, че е необходимо да се отърват от нещо, което притежават и то ги спира да бъдат щастливи –

например „отровен ум“, „прекалено голямо его“ или нещо друго подобно. Т.е. вината за нещастията им е само в тях самите и хората от сектата ще им покажат как да се променят. Те ще ви покажат как да се изживявате като „богоизбран“ и „простветен“.

- Ако случайно се усъмните в някои техни думи или действия, те веднага ще ви оборят с констатацията, че се оповават само и единствено на Библията (или друга свещена книга), според която е така.

- В подобни общности много често се залага на музика, пеене, танци, мантри и/или дишане. Целта е да се осъществяват повторяеми действия, които да доведат човек до транс и хипноза – така дори

подсъзнателно се променят и вменият разни убеждения и ценности на човека.

- В този етап, хората от сектата вече имат правото и възможността да изискват от вас безпрекословно подчинение и го правят. Индивидуалност вече отдавна нямате, но за сметка на това, се превръщате в „пионка“, която изпълнява мисии, задачи, разпространявате трактати, търсите потенциални съмишленици, но усещате себе си като част от общност. С други думи – живеете чужд, но „праведен“ живот, заради страх, вина, принуда, навик...

- Хората от сектата почти никога не ви говорят лоши неща за вашите роднини и близки, но говорят за тях снизходително.

Например: „Те са невежи и просто не разбират смисъла на Истината.“, „Много жалко – те ще отидат в Ада, само защото не проумяват кое е истинското в живота.“, „Загуба на време е да разговаряш с тях – не виждаш ли, че те просто не те разбират?!“ и т.н. Целта е човек да бъде отделен от близките и семейството си, за да разчита само на хората от групата.

- В определен момент бивате мотивирани и насърчавани да признавате колко „лоши“ сте били преди, в сранение със сега. Така все повече и повече се убеждавате в това как тази общност ви носи само позитиви и сте задължени да ги следавте. Убеждават ви, че вие сте избрани и имате важна мисия, която

Сектите



сте длъжни да следвате. Всякакви други отклонения

биха ви върнали към стария „лош“ живот.

- Ако решите да напуснете сектата, те ще намерят начин да ви задържат – през изнудване, чувство на вина, дълг или страх. Характерни реплики в подобни

моменти могат да бъдат: „Точно преди да се случи нещо прекрасно, ти решавах да си тръгнеш?!“, „Щом искаш да се върнеш към предишния си нищожен живот – давай!“ и т.н.

- Абсолютно всичко, което се

случва в живота ви, трябва да бъде подчинено на каузата, която изпълнявате.

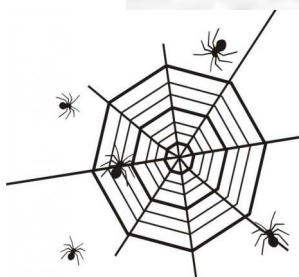
Следва продължение...

Автор:

Анелия Дудина

/психолог/

Ние виждаме това, от което ни е страх



Внимание, паяк! Дали животното е дебело и отвратително или малко и безвредно? Според описанията на лица,

които се страхуват от паяци, животните обикновено изглеждат по-големи, по-впечатляващи и заплашващи, отколкото при хора, които не се страхуват. Дали всичко е просто въображение? Изследователи от Ото - Зелц института

за приложна психология към университета в Манхайм показаха, че хората с Арахнофобия (страх от членестоноги, предимно паякообразни) виждат своето обкръжение действително по различен начин, отколкото здравите хора.

"С нашето проучване ние можем да докажем, че фобийните стимули контролират визуалната обработка в мозъка. Така че при показанията на пациентите не става дума нито за преувеличение, нито за въображение", обяснява Георг

Ние виждаме това, от което ни е страх



Алперс, професор по клинична и биологична психология и психотерапия в университета в Манхайм.

При изследването си Алперс, заедно с психоложката Антие Гердес, тестват по 20 души с паякофобия и такива, които не се страхуват от паяци. За тази цел, те работят по метода на т.нар. бинокулярно съперничество, при който чрез стереоскоп, съответно на лявото и дясното око, се

проектират едновременно две различни изображения. В експеримента, това е образ на паяк или цвете с двоен, с неутрален образ на геометрична фигура. "Не е възможно постоянно да се възприемат две различни изображения едновременно. Вие се намирате в една битка, мозъкът решава в полза на едното изображение - без съзнателно да може да му се повлияе", обяснява Алперс. Докато едното изображение временно доминира, другото се подтиска и остава недостъпно за възприемане.

Накратко, то не се вижда.

Резултатът е ясен: хората със страх виждат образа на паяк по-рано, по-дълго и по този начин по-доминиращо вярно, отколкото здравите индивиди. В половината от възпроизвежданията хората с фобии виждат първо изображението на паяк. Това се случва два пъти по-често, отколкото при здрави индивиди. Освен това средно те го виждат по-дълго. Във варианта с изображението на цвете, при имащите тревожност и тези без тревожност, няма значителни разлики във възприятието.

Учените обясняват резултатите с емоционалното значение на паяците за пациентите. "В Инстанцията в мозъка, където се взима решение, кой образ да бъде съзнателно възприет, изглежда голяма роля играят емоциите като например страхът.", казва Гердес. "При хората с фобия, образът на паяк печели по-бързо и по-често битката срещу възприятието на неутралния образ."

Майнхамското изследване е първото изследователско проучване, което показва, че различните групи пациенти, виждат съответни



Ние виждаме това, от което ни е страх



характеристики на света по различен начин. "Всички пациенти получават същите изображения прожектирани върху ретината. В зависимост от това,

какво значение имат те за него, се обработват по различен начин в перцептивния апарат. Едно феноменално изпълнение на мозъка.", казва професор Алперс.

Тази констатация е от значение също за терапевтичната практика. Гердес добавя: "Нашите открития могат да

помогнат на терапевтите да прилагат по-добро разбиране към това заболяване. Пациентите не преувеличават, когато разказват за това колко заплашително те възприемат паяците. В нашето проучване ние показахме: Когато човек се страхува от нещо, то това оставя

в него различно възприятие".

*Източник:
Университет в
Майнхайм чрез IDW*

**Превод от немски
език:**

Катерина Михайлова

*/студент по
психология/*

Свобода и/или сигурност



Свободата и сигурността са две от основните

човешки потребности и никой от нас не е избегнал това да бъде подвластен на тях. Ние имаме нуждата да бъдем свободни, да разполагаме със себе си и времето си

както намерим за добре, да правим избори и да не се съобразяваме с чуждото мнение. Имаме нужда и от сигурност – да знаем, че няма изневиделица да се появи

животозастрашаваща опасност или изведнъж да изгубим всичко, което сме градили. Нерядко, обаче се оказва, че животът ни е построен по такъв начин, че това са два

Свобода и/или сигурност



взаимоизключващи се стремежа. Често свободата е за сметка на липсата на сигурност и обратно – за сигурността се заплаща със собствената свобода.

Исторически погледнато хората винаги са се борили за свободата си и наистина човечеството търпи развитие в това отношение. Робовладелчеството, тоталната власт на религиозните канони и авторитарните режими в по-голямата част от света са останали в миналото. Не

можем да кажем, че днес живеем в пълна свобода, тъй като парите и консуматорството са това, което сега ни ограничава, но днешният човек като цяло има много по-вече възможности и свобода за действие от този, живял преди сто, двеста или петстотин години. Същевременно сякаш се забелязва една противоречива тенденция – колкото хората стават по-свободни, толкова повече те се плашат от собствената си свобода и се стремят да избягат от нея. Най-драстичният пример за това е „страхът от свободата“ при осъдените, прекарвали дълго време зад решетките. Нерядко това довежда и до самоубийство.

Хората се страхуват да бъдат свободни. С голямата свобода идва и голямата отговорност, идва и липсата на сигурност. Затова съществуват множество модели, които представляват опит да се разреши този вечен конфликт, но те са деструктивни и патологични по своята същност.

Единият модел – това е тоталният конформизъм. Всеки човек проявява в някаква степен социално желателно поведение, но тук говорим за тотално пренебрегване на своята собствена личност и живеене изцяло в служба на другите. Конформистите

нямат свое собствено мнение или ако имат, те с готовност го пренебрегват и изпълняват желанията на околните. Зад всичко това се крие страхът, че ако не бъдат подчинявани, те няма да бъдат приети от другия, ще бъдат отхвърлени, ще изгубят сигурността и ще са отчуждени. Това като цяло са хора, които не са развили способността да отстояват себе си, като същевременно продължават да

Свобода и/или сигурност

бъдат част от групата, липсва способността за балансиране между асертивност и учтивост.

Другият модел – това е вписването в структури, които са авторитарни и са от садо-мазохситичен тип. Примери за такива са военните, политическите, някои големи компании. Характерното за тях е строго определената йерархия, при която всеки си има шеф и подчинени. Така всеки член на групата бива мачкан и управляван от своя началник, а той от своя страна се държи така спрямо служителите си. С колкото и деструктивизъм да е изпълнена една такава институция,

тя носи сигурност – всичко е ясно и точно, всичко е подредено, всеки знае какво да прави и как да се държи. Те се явяват особено примамливи са за „натрапливия“ тип личности, които се стремят именно към сигурност чрез подредба на всичко и всички около себе си. Свободата, спонтанността – това са качества, които са омаловажавани от натрапливите.

Друг модел е деструктивизма, разрушителността към всичко и всички около себе си. Агресията винаги е реакция на страха. Човек е враждебен и напада понеже се страхува. Страхът, който носи свободата, страхът,

че ако си себе си ще бъдеш отхвърлен, пренебрегнат и изключен от групата води човека към деструкцията. Тъй като той непрекъснато очаква да бъде нападнат действа на принципа „по-добре да удариш пръв“. Така парадоксално заради собствената си агресивност той е изключен от обществото, което допълнително засилва неговите убеждения.

И трите модела са обединени от една обща характеристика и това е именно – липсата на баланс. Когато човек не намира средата между двете крайности на един конфликт – каквито са свободата и сигурността – той е

склонен да изпада в деструктивно поведение, което му носи единствено проблеми. Именно в намирането на баланса между двете ние можем да изградим работещо и удовлетворяващо ни поведение. Трябва да отбележим, обаче че „болестта“ на отделния индивид отразява тази на цялото общество, понеже ние и днес продължаваме да живеем в една реалност, която сякаш не позволява да комбинираш свободата и сигурността.

Автор:

Иван Алексиев

/студент по психология/

Тази и други статии от автора можете да намерите на адрес:

www.psychoplex.wordpress.com

Къде започват и къде свършват нормата и отклонението?



Социалната оценка за това дали едно поведение е отклоняващо се или не, се определя от степента на функциониране на създадени, в дадена общност от хора, правила на поведение. Тези правила се обозначават като социални норми.

Терминът норма има латински произход и в съдържанието си носи разбирането за правило, мяра, допустима граница или предел на нещото. Нормообразуването е естествен процес в човешкото развитие, тъй като е критерий за това,

доколко това развитие е адекватно на изискванията, поставени от общността. Всички норми са исторически обусловени, тъй като в различните общности съществуват различни критерии за оценка на това кое се възприема за нормално и кое не. Интересен е фактът обаче, че всяка социална общност не приема или санкционира всичко онова, което излиза от така нареченото нормално, т.е. съзнателно общността и всеки неин член отделят различното, отклоняващото се, от приетата норма. Променят се самите съдържания на нормите, критериите за тяхната оценка, а не самите те.

От дълбока

древност до сега, социалните норми се разделят на културни, религиозни, морални, правови. Това разделение предполага съотнасяне на всяко поведенческо действие към някои от тези норми.

В зависимост от степента на оценяване, поведението се определя като обществено опасно и не толкова обществено опасно. Така някои от поведенческите прояви на хората се определят като отклоняващи се например от моралните норми, но не се разглеждат като девиации. Например: споровете, караниците, конфликтите, които са съпътствани с използването на обиди и непристойни

действия, не се разглеждат като отклоняваща се форма на поведение, защото нарушават единствено морално – етичните взаимоотношения между хората. В подобни случаи, носителят на подобни действия се изолира от общността или човек ограничава контактите си с него. Но това не влияе върху социалните отношения като цяло. Единствено се формира негативна нагласа към него и той се определя като „лош“, „невъзпитан“ или „неморален“ човек. Това е следствие от факта, че толерансът към подобен тип поведение във всички исторически епохи е голям и моралните норми на поведение се формират в детето още от най-ранна

Къде започват и къде свършват нормата и отклонението?



възраст. До голяма степен толерансът към тези норми зависи от социо-културните традиции и исторически отношения, които влияят върху колективното безсъзнателно оценъчно отношение на хората. В основата на негативната нагласа стоят стереотипните социални оценки и се регламентира от морално-ценностните оценки на хората.

Моралните норми са неписаните правила на уважение на повъзрастните, по-неможещите и по-

малките. Те носят в себе си заряда на позитивното възприемане на другия човек и желанието да бъде показано неговото значение за индивида. Те се предават от поколение на поколение и са в основата на традициите и обичаите.

Социо-културните и религиозните норми са актуални за всяка отделна социална общност. За разлика от моралните, те нямат общочовешки характер, независимо, че също се проявяват като неписани правила на поведение. Те живеят в различните ритуали и семейни и национални традиции. Тяхното нарушаване се санкционира от тази общност, за която те са актуални. Така

на пример, прелюбодейците преди години не са били заравяни след смъртта си в общите селски гробища, а извън тях (хората, които не са спазвали семейните традиции или традициите на дадено населено място са били изгонвани от него).

Социо-културните традиции са тези, които регламентират спазването или неспазването на социалните норми, независимо, че санкциониращата им функция е ограничена.

В исторически план, правовите норми се появяват най-късно, поради което тяхната значимост за функционирането на общността се смята като най-обективна. Правовите норми (законали, разпоредби, правилници) регламентират поведението на

хората от гледна точка на тяхното равнопоставено присъствие в общността. Те са общовалидни за всички хора и не се влияят от пола и възрастта. Обективният показател за нарушението на правовите норми е реализирането на действия и постъпки, които са в противоречие на правата и задълженията на всеки гражданин. Установено е, че лицата, които демонстрират неспазване на другите видове социални норми, не уважават значимостта на правовите.

В психологията на девиантното поведение, тези норми се регламентират, чрез Закона за борба с противообществените прояви на



Къде започват и къде свършват нормата и отклонението?

малолетни и непълнолетни, като санкциите включват интервенции, ориентирани към формиране на другите видове социални норми. Функционирането на всички социални норми създава устойчивост на социалната система. Когато това не се случва, настъпва така наречената „аномия“ (състояние на обществото, при което действащите норми не функционират, а нови още не се създадени). Това е основание, в подобни социални ситуации превез да вземат отклоняващите се норми на поведение. Между социалните норми и личността съществува пряка зависимост – колкото тя познава по-задълбочено съдържанието им, толкова повече е в

състояние да приеме или отхвърли тяхната значимост за нея. За това, отклоняващата се форма на поведение се възприема като устойчива, тогава, когато личността не е многократно нарушава социалните норми и това прави съзнателно. В този смисъл, девиантното поведение по отношение на социалните норми се разглежда като устойчиво, стереотипно и личността, която го реализира:

1. съзнателно се стреми да демонстрира неприемане на нормите или да омаловажи тяхната значимост за себе си;
2. социалните норми, най-вече моралните и социо-културните, оценява

като ограничителни и смята, че тяхното нарушаване разширява обхвата на нейната лична свобода на избор;

3. нарушаването на социалните норми може да бъде плод на липсата на информираност за тяхната значимост за общността от девиантната личност.

4. противопоставянето на социалните норми в периода на пубертета и ранното юношество се свързва с желанието на младия човек да се доближи до света на възрастния, да приема неговите действия безкритично;

5. нарушението на социалната норма за някои личности се свързва с невъзможността им да се справят с личностните си проблеми и девиацията е формата, чрез която

прехвърлят проблемите си върху други хора или системи от отношения.

6. неспазването на нормата може да се свърже и с желанието на човек да „изпробва“ своя авантюристичен дух, за да може да оцени степента на своите възможности за повишаване на самоуважението си;

6. неспазването на социалната норма от личността е гарант за затруднение в нейната социална адаптация;

7. личността с девиантно поведение, отхвърляйки или пренебрегвайки социалните норми, показва своето желание за доминиране над социална ситуация, в която се чувства дискомфортно.

Славомир Славов

/психолог/

Неудобна любов

„Любовта е толкова голяма сила, че може да бъде надмината само от летенето.“

...продължение от миналия брой...

ВЛЮБЕНА СЪМ В ПО-ВЪЗРАСТЕН МЪЖ

Зависи колко по-възрастен е той. И каква е твоята възраст. Ако ти си на 15 например и си влюбена в 30-годишен, те съветвам да върнеш няколко крачки назад и да се замислиш ще може ли тази връзка да просъществува? Той пада ли си по нещата, които ти харесваш? Слуша ли Justin Bieber? Излиза ли му се на дискотека всяка петък вечер? Обажда ли се на родителите си, за да му дадат джобни? Мисли ли вече за семейство и деца? По-големите мъже са по-привлекателни,

защото имат повече опит с жените, отколкото някое момче на твоята възраст. Както се казва, те са "врили и кипели" и знаят много добре как да се държат със срещуположния пол, какво точно да им кажат, за да ги омаят, как да изглеждат обещаващи господа, на които може винаги да разчиташ в трудни моменти. И, разбира се, знаят какво точно да ти кажат, за да им повярваш, че ти си любовта на живота им и че не искат само секс от теб. А истината е някъде другаде... Хубаво е да знаеш, че по-възрастните мъже, които се захласват по лолитки и търсят само тяхната компания, често са хора, които не

успяват да създадат пълноценна връзка с жени на тяхната възраст. И защото не успяват, знаят, че по-малките момичета са им в кърпа вързани и затова се насочват именно към тях. Често тези мъже не са пораснали до толкова, доколкото да могат да създадат семейство, да се грижат за съпругата и децата си, да бъдат отговорни в брака. Някои от тях желаят да са вечни ергени. Не забравяй и че много от тях може да се окажат съвсем обикновени перверзници, които така да те оплетат в мрежите си, че не дай си Боже да се окажеш в трафика на хора или да блудстват с теб! Така че бъди много внимателна и поеми

отговорност за живота си! Разбира се, има много положителни примери за връзки с по-голяма разлика във възрастта между партньорите, но те по-скоро са рядкост и са настъпили тогава, когато момичето е било например на 25 години, а той - на 35. В този случай разликата във възрастта не е малка, да, но момиче на 25 години има много по-близък натрупан житейски опит с мъж на 35. И двамата вече са завършили училище, работят, усъвършенстват се в професията си, съвсем естествено може да мислят и за семейство и деца. Така че изживей тийнгодините си пълноценно и жизнелюбиващо

Неудобна любов

Teenager World



вместо да гониш вятърни мелници.

ВЛЮБЕНА СЪМ В ХОМОСЕКСУАЛЕН

Наистина трудна ситуация! Тъй като в днешно време темата за хомосексуалността не е толкова скрита и покрита, както е било едно време, сега, хората, които харесват собствения си пол, могат по-свободно да афишират и споделят за сексуалността си. Както знаеш, хомосексуалността е романтично и сексуално

привличане между представители на един и същ пол. Често се оказва, че нашият най-добър приятел или съученик е привлечен от момчета. Разбира се - това не значи, че именно ние няма да сме тези, които да усетим привличане КЪМ него. Но за съжаление (или не) никой не може да промени сексуалната си ориентация. Както ти харесваш момчета и за нищо на света не би погледнала момиче, така пък той харесва собствения си пол. В това няма нищо ненормално или извратено. По-скоро се опитай да го запазиш като своя най-добър приятел например (или какъвто е за теб в

случая), вместо и тук да гониш вятърни мелници. Приеми, че това е той и няма сила на Земята, която да го накара да бъде с момиче. Ако за теб той наистина е най-добър приятел или момче, към което изпитваш симпатии, би трябвало да искаш да бъде щастлив и да му е "удобно" в любовта. Да, разбирам те, не е честно и може би си мислиш защо точно на теб се случва (макар че звучи леко драматично :)), но обърни нещата в своя полза - намерила си най-верния приятел на една жена - този хомосексуална ориентация, който никога няма да поиска нещо повече от нея, а само приятелство. Тези момчета са

много чувствителни и са добър детектор на състоянията на жената до себе си. Така че това не го прави по-малко способен да бъде до теб тогава, когато имаш нужда. Оцени тези негови качества и го запази в сърцето си.

ВЛЮБЕНА СЪМ В БРАТ СИ

Да имаш силна връзка с брат си е най-хубавото нещо. Често той може да бъде и твоят най-добър приятел. С разликата обаче, че тук трябва да засветят много червени лампички, ако си усетила, че започваш да се влюбваш в него. Не забравяй, че вие сте СЕМЕЙСТВО. Ако му споделиш за чувствата си, вероятно ще

Неудобна любов

Teenager World



п о д х о д и с
разбиране, тъй като
все пак си му
сестра. Но едва ли
ще ти отвърне на
тях. Любовните
връзки, които се
зараждат между
брат и сестра, са
много сложни и не
са препоръчителни.
Вие сте роднини и
рано или късно
родителите ви ще
разберат какво се
случва. Те самите

ще ви забранят да
имате каквито и да
били интимни
отношения помежду
си и е по-вероятно
след такъв скандал с
брат ти да се
отдалечите,
отколкото да имате
шанса отново да се
върнете в графата
"брат и сестра".
Добре и да имате
връзка, никога не е
сигурно, че тя ще
завърши с щастлив
край. Помисли
какво би могло да се
случи, когато
чувствата се изпарят
и брат ти например
поиска да доведе
новата си приятелка
на вечеря вкъщи?
Ще можеш ли да
седиш на една маса

с тях? Ще можеш ли
да си събереш
багажа и да си
тръгнеш? От своята
къща? Ще можете ли
отново да си
споделяте за
любовните си
връзки? И за всичко
останало? Даже и да
се обичате наистина
много, запомни, че
връзките между брат
и сестра не са
законни и нямате
право да сключите
брак и да имате
деца. Децата ще
бъдат с психични и/
или физически
отклонения, защото
са плод от
кръвосмешение. Ще
дойде момент, в
който самите вие ще

съжалявате горчиво
защо сте се поддали
на всичко това. Ти си
щастливка, че имаш
брат, така че запази
хубавите ви
отношения и се
огледай за момче, с
което ще имаш
бъдеще!

*...продължава в
следващия брой...*

Автор:

Мария Коева

/психолог/

"Посока"

Защо да избира Fulbright?

Аз-ът на бъдещите психолози

Магистърски и докторски програми

Магистърските програми са обикновено двугодишни, но има и едногодишни програми, например по право. В най-общия случай за придобиване на магистърска степен трябва да се изучават от шест до осем предмета в допълнение към защитата на проект. Докторските програми обикновено изискват пет-седем години на обучение след придобиване на бакалавърска степен. Докторските програми са по-кратки за студенти, които вече имат магистърска степен. Докторската програма включва написването и защитата на дисертация,

основаваща се на оригинални научни изследвания. За разлика от бакалавърските програми студентите в магистърски и докторски програми започват специализирано обучение от първия учебен ден. Научните изследвания са в центъра на повечето магистърски и докторски програми в американските колежи и университети. От университетските преподаватели в САЩ се очаква да извършват оригинални научни проучвания в съответната академична област в допълнение към преподавателските и административни задължения. По-голямата част от научно-

изследователската дейност в САЩ се финансира от различни агенции на американското правителство. Университетските преподаватели кандидатстват в тези агенции за финансиране на научно-изследователските им проекти. Част от парите за научни изследвания те използват за заплати на изследователите, които наемат, някои от които са студенти в докторските и магистърските програми.

Кандидатстване за прием и стипендии в магистърски и докторски програми

Чуждестранните студенти и в частност студентите от Източна Европа кандидатстват наравно с американските студенти за прием и

финансова помощ в университетите в САЩ, като представят резултати от американските стандартизирани тестове TOEFL и GMAT (за специалностите по бизнес администрация, маркетинг и мениджмънт) или GRE (за всички останали специалности).

Придобиването на магистърска или докторска степен в американски университет е свързано с големи парични разходи. Типичната магистърска програма в добър университет в САЩ струва от \$40 000 до \$100 000.

Съществуват различни възможности за финансиране на образованието в

Защо да избира Fulbright?

Аз-ът на бъдещите психолози

САЩ. По данни на Института за международно образование (IIE) основният източник за финансиране на близо 40% от всички чуждестранни студенти в магистърските и докторски програми на американските университети са самите университети.

Над 1 700 университета в САЩ предлагат магистърски и докторски програми в разнообразни академични области. Повечето големи университети, които имат докторски програми, осъществяват богата

научно-изследователска дейност. Един престижен факултет би могъл да харчи годишно по няколко милиона долара за научни изследвания. Това се отнася особено за факултетите по инженерство, биология, химия, физика, медицина и някои други области с търговско значение за частната индустрия или държавните агенции. Изследванията се правят от студентите в докторските и магистърските програми под ръководството на отделни професори или при по-големи

проекти под ръководството на група професори.

Преподавателите, ползващи се с добра репутация, биха могли да ръководят научни проекти, в които включват десетки докторанти, а понякога дори и студенти в бакалавърски програми. Тези преподаватели имат най-силно влияние при вземане на решенията за прием и предоставяне на финансова помощ. За да бъде получена финансова помощ не е достатъчно само да се попълнят апликационните форми. Кандидатстването за финансова помощ

За да бъде получена финансова помощ не е достатъчно само да се попълнят апликационните форми. Кандидатстването за финансова помощ започва с проучването, откриването и установяването на контакт с тези преподаватели в докторската или магистърската програма, чиито научни интереси и текущи проекти в най-голяма степен съответстват на вашите академични постижения и цели.

**Материала
подготви:
Мария Коева
/психолог/**



Щастието и любовта



Другарите на блудавата ситуация между мъжа и жената и се постараха да чуят какво си говорят те... Дочуха, че господинът казва:

- О, вие прелестна госпожице, колко съм щастлив, че ми позволихте да направя този жест за вас... Но той е толкова ограничен, защото на земята няма нещо по-съвършено от вас, което да заслужава да стои в ръцете ви... За това, приемете тази роза като символ на чувствата ми към вас... – рече мъжът.

- Вие, господине, толкова сте галантен... Успяхте да докоснете сърцето ми с жеста си, но разумът ми казва, че не мога да бъда с вас... – разочаровано отвърна дамата.

- Но, госпожице, аз тъй ви обожавам, и съм готов за вас на всичко, само позволете ми да бъда част от вашия живот... – тъжно отговори господинът.

- Вие грешно ме разбирате, аз обичам вашата душа, обичам вашето старание и личност, но външно сякаш ние с вас не сме един за друг... Вие правите всичко за мен, а аз за вас почти нищо... Моля ви, не страдайте... Разочарован, господинът си тръгна от там... Сякаш някой ведно със стрелата на

любовта бе забил тази и на болката. За него всичко загуби смисъл... А той се бе старал толкова дълго, за да бъде с тази прекрасна дама.

Щастието тихичко започна да хлипа, след като двамата души се разделиха:

- Ах, как всичко изгледаше свършено между тях... Как с щастие дамата прие подаръка и как трепета от това изгря на лицето на господина... А изведнъж всичко се срина... Така очаквах да дам светлина в душите на тези двама души, а за тях изборът беше мрак... Тъжно е, Грехове... Отново отиваме до там, че не събднатите очакванията са най-силният генератор на разочарованията.

Ох, Грехове... Дамата избра вас...

Разкажете ми какво се случи с господина?

Приятелите в един тон започнаха:

- Същата вечер този добър човек се прибра твърде умислен... Истината е, че във фантазията си той продължаваше да бъде с дамата, която обичаше, но само „фантазно“, без наистина да е с него. Не му даваше мира въпросът, как се чувства със същия човек... Дали е наранен, дали е щастлив когато е с него и каквото и да е от двете му даваше само противоречия... Защо си го причиняваше? Всичко, което искаше понякога, е просто да ги няма въпросите, да има само отговори, но пък те не винаги го удовлетворяваха. По-скоро всичко идва, когато има фантазията, когато

Щастието и любовта



има надеждата... А надеждата, от своя страна, увеличава агонията, увеличава я по един елегантен начин, защото хем му се иска да е по начина, по който си представя, хем знае, че няма да е точно така, но предпочита да вярва, пред това да продължи напред. – *з а в ъ р ш и х а* Греховете.

- *Добре, другари, но какво искаше този господин, след като получи отрицателния отговор, как продължи той, какво направи за себе си?*

- Отговорът на въпроса му „Какво

искам“ беше – „Искам връзка“, отговорът отсреща, както видя, беше отрицателен и макар така, той продължаваше да рови... Рови в своите рани, защото по някакъв начин му е приятно да го прави или защото това би имало някакво положително следствие? Ние знаем, че мнозина правят точно това, но това не е отговор...

- Ако правилно ви разбирам, Грехове, то от тук мога да изходя с въпроса към хората, кое е правилното? Тегобата си я има, тя не ги прави щастливи... Но пък го има и елемента, в който им е приятно да прекарват време с наранителя... Когато желанието за нещо е по-силно от обстоятелствата, които съпътстват същото, обикновено

людето правят глупости... Глупости, от които са потърпевши. Как може това да се промени – не може. А ако това прави наслаждението от преживяването по-силно? Каква е гаранцията за преживяване тогава? – попита Щастието.

Греховете не искаха да отговарят на сухо, затова заведоха техния познат в стаята на момчето и кротко се настаниха в единия ъгъл. Те го гледаха как продължава да страда, как се измъчваше:

- *Ах, каква ли може да е следващата ми стъпка, как мога да спечеля сърцето на моята дама... Тя каза, че не мога, а дали наистина е така... Нали уж нямамо невъзможни неща... Трябва да измисля нещо, каквото и да е то...*

– *през сълзи каза човекът.*

С е д м и н а т а п р и я т е л и започнаха:

- *Както виждаш нещастieto се изживява, когато то вече е отминало – нещастieto беше, когато това момче получи отговора „Не“... Сега обаче е изживяването... Истината е, че в момента няма причина за усещания с отрицателен знак, защото изборът да продължи бе негов. Х а - х а . . .*

Противоречието е там, че когато той беше с човека, единственото, за което мислеше е, че никога не е искал да го срещне... Чисто егоистично – да, защото той му даваше много...

- *Какво му е давало толкова, след като той не може да е с нея? – запита Щастието.*

- *Думата е „уроци“,*

Щастието и любовта



миличък. Сигурно и той дава нещо там, но не е безусловно. Сякаш той се страхува, че ще дойде моментът, в

който всичко ще „гръмне“ или ще изчезне. Той си задава постоянно въпроси от какво може да се лиши, за да бъде с този човек – мислеше си, че от доста неща, почти всичко... Обаче и това не бе точно така, защото преди дни, същото момче, искаше да предпочете бирата пред времето със същия човек...

Магия, наричаше той моментите, които можеше да именува с „щастие“, всяка минута, когато беше с човека, магия е и когато виждаше усмивката, чуваше смеха, гласа и прочие на този същия човек.

- *А, как се случва така, че той нарича д а д е н и преживявания магия, след като той не е бил*

наистина с този човек, той просто е имал надежди, очаквания, някаква вяра, но не и някаква връзка с действителната връзка?

Автор:

Манол Манолов

/психолог/

Въпрос към специалиста

Можете да се възползвате от инициативата ни и безплатно да получите отговор от психолог на свой въпрос, който ще бъде публикуван на страниците на списание "Посока". Не е нужно да ни казвате кой сте, откъде сте и с какво се занимавате, достатъчно е да ни напишете какво Ви притеснява. Съответно ще получите насоки от специалист, относно вариантите за действие от Ваша страна. Психологът не предлага готови решения, той Ви помага сами да намерите най-доброто решение на проблемите си!

Лични сайтове за връзка с

членовете на екипа

Людмила Боянова:

<http://e-psiolog.eu/>

Аелиа Дудина:

<http://slance20.ovo.bg/>

Мария Коева:

<http://mariyakoeva.weebly.com/>

Свилен Иванов:

<http://www.si-programming.com/>

Ψ
ПОСОКА

Безплатно издание на онлайн
списание за психология

Пишете ни на e-mail:
spisanie.posoka@gmail.com

ОТКРИЙТЕ НИ В ИНТЕРНЕТ

ОФИЦИАЛНА СТРАНИЦА НА СПИСАНИЕТО

<http://www.spisanie-posoka.tk/>

НАМЕРЕТЕ НИ ВЪВ FACEBOOK

<http://facebookgroup-spisanieposoka.tk>

- група на списанието

<http://facebookpage-spisanieposoka.tk>

- страница на списанието

НАМЕРЕТЕ НИ В GOOGLE+

<https://plus.google.com/u/0/b/117903894211434500761/>



PSIHOLOZI.COM

www.psiholozi.com

**Достоверен източник на информация
при намиране на психолог или
психотерапевт**