

# П О С О К А

ОНЛАЙН СПИСАНИЕ ЗА ПСИХОЛОГИЯ

МЕСЕЦ ОКТОМВРИ, 2011

БРОЙ 14



Анна Атанасова Христова - победител в конкурса "Моето възприятие за лято"

○ **АКЦЕНТИ В ТОЗИ БРОЙ:** ○

- |                    |                                 |
|--------------------|---------------------------------|
| <b>Страница 3</b>  | <b>Сурогатното майчинство</b>   |
| <b>Страница 6</b>  | <b>За слуховете</b>             |
| <b>Страница 9</b>  | <b>Природата на депресията</b>  |
| <b>Страница 11</b> | <b>Полезно</b>                  |
| <b>Страница 12</b> | <b>Ерик Ериксон</b>             |
| <b>Страница 13</b> | <b>Зрителни илюзии и вицове</b> |



Е Р У А

@ Анелиа Дудина - дизайн, материали, организация

@ Людмила Боянова - материали, организация

@ Манол Манолов - материали, организация



Нашето съвремие е период, в който ние хората сме успели да реализираме редица научни открития. Те са във всяка една област, преминавайки от инженерния гений през закономерностите на нашето съществуване, до самия живот.

Имайки в ръцете си богатството на науката ние често забравяме за границите, които трябва сами да си поставим когато използваме плодовете ѝ.

Едно от нещата, за което ние не поставяме своите граници е изкуственото възпроизвеждане... По-конкретно – сурогатното майчинство.



Какво е то? Сурогатното майчинство е метод на репродукция, при който една жена, наречена сурогатна майка износва за друга жена дете в своята утроба, като оплоденият ембрион бива поставен изкуствено. Вариант на сурогатното майчинство е друга жена да дари яйцеклетка, да износи плода и да го дари на родителите.

## Сурогатното майчинство



В културно-исторически план, проблемът за възпроизводството е поставен високо в йерархията на човешките взаимоотношения. Можем ли да наречем сурогатното майчинство „помощ за възпроизводителните функции“ на едно семейство ... ? Не мисля, този тип продължение на рода носи със себе си редица дефицити за бъдещото дете. В теоретичен, недоказан емпирично план бихме могли да твърдим, че върху детето, родено покреством този метод се оказва силно въздействие върху идентичността.

Още в пренаталното развитие се формира нашият мозък. В началото на деветата седмица след зачатие то започва да регистрира електрически импулси. На петия месец ембрионът може да движи пръстите си, да преглъща, да смуче пръстите си. До седмия месец мозъкът е нараснал значително и вече има характерните за него гънки. В началото на деветия месец детето развива своите сензорни способности, включващи способността да реагира на светлина, сладки вещества и на външния свят.

При така поднесените обстоятелства можем да твърдим, че изградената нервна система в началото на деветата седмица регистрира всичко, което ние като големи хора можем да регистрираме.

Провеждани експерименти върху бременни жени доказват въздействието от страна на майката върху детето, ето как Томас Верни описва това :



„Бременни жени са били накарани да легнат по очи за двадесет до тридесет минути върху маса под ултразвуков апарат. Онова, което д-р Рейнолд умишлено не им казал е, че когато една жена лежи по този начин, нейното дете след време също притихва и престава да се движи. Когато всяко дете се успокоявало, съобщавали на майка му, че ултразвуковият екран показва, че нейното бебе не се движи. Ужасът, който тази информация е предизвиквала, бил очакван и предумишлен. Д-р Рейнолд искал да види колко бързо страхът на майката се регистрира от детето и как то реагира, когато това стане. Във всички случаи реакцията била незабавна:

секунди след като всяка майка научавала, че детето ѝ лежи неподвижно, образът на екрана на ултразвука започвал да се движи. Никое от бебетата не било изложено на застрашаваща опасност, но веднага щом почувствало страданието на своята майка, то започвало мощно да рита. Много вероятно е част от реакцията на бебетата

## Сурогатното майчинство

... продължение от стр. 3



да се е дължала на повишаването на нивото

на адреналина при майката, причинено от ужасяващото съобщение на д-р Рейнолд, но става дума само за част от реакцията. На друго равнище тези деца са реагирали със съчувствие към болката на своите майки.”

Франк Лейк достигнал до извода, че преживяванията на майката се предават на плода чрез пъпната връв. Психофизическият опит на майката по време на бременността – всички нейни мисловни, емоционални и органични състояния се предават по биохимичен път на нероденото дете.

Емоциите, мислите и поведението на майката директно програмират бъдещето на нероденото дете. Изследванията показват, че всичко, което преживява майката, също така се преживява и от детето. Ето един пример. Скоро след зачеването на детето, бащата починал. През всичките девет месеца на бременността, майката тъжила и прекарвала дните си в дълбока депресия. Ако, както твърдим, детето преживява идентични с тези на майката състояния, то през цялото време на бременността би трябвало да бъде под смазващия натиск на депресията, на чувството за загуба и отчаяние, предадени му биохимически. Тези състояния би трябвало да се очаква да се проявят по-късно в зряла възраст. Така и станало. В детството си детето периодически изпадало в депресивни състояния, като лекарите не могли да открият

## Сурогатното майчинство

... продължение от стр. 4

причина. По време на депресиите си, детето рисуvalo пещера с умиращ в нея мъж (в пренаталната психология пещерата е символ на утробата). След рисунката малчуганът се оправял за известно време, но после пак изпадал в същото състояние. То не знаело, тоест никой не му бил казал за смъртта на баща му.

Виждаме по какъв начин пренаталното развитие се отразява върху развитието на плода. Събирайки всички тези преживявания по време на развитието на плода в сурогатната майка, можем да стигнем до твърдението, че детето ще се роди без да е изживяло обстоятелствата, свързани с майката, която ще обгрижва с внимание в следнаталното му развитие. Плодът се привързва към човека, в чиято утроба е бил в продължение на 9 месеца, непосредствено след това този човек бива заместен от друг, от който ще получава нужното нему внимание и грижа. Това би било първият конфликт, с който новороденото се сблъсква в „нашия“ свят.

Вече преживяването през изминалите 9 месеца ще бъде неговият живот, който в един момент ще бъде заместен със съвсем друг, различен живот при „новопоявилите“ се родители. Бих могъл да изкажа мнение, че новороденото не би се отнесло с доверие към заобикалящата го (постоянно сменяща се) действителност, точно поради факта, че то няма да познава що е това действителността,

коя е неговата действителност. В него винаги ще съществува конфликта между това, кое е то всъщност и кои са хората около него. Отговорът, на което би бил неизвестен.

В момент, в който то научи за начина, по който е дошъл на този свят, в зависимост от периода, в който се намира, детето би изпаднало в депресия. Това би се отразило на неговия Аз, който при всички положения няма да бъде това, което е в момента. Детето ще преживее чувството на излъганост от настоящите родители от една страна, както и чувството на изоставеност от сурогатната му майка.

Конфликтът би се задълбочил до пълно negliжиране на света, като място, на което действителни взаимоотношения не съществуват, начало на търсене на своя действителен живот и Аз.

Проблематиката на сурогатното майчинство е дълбока, но не изследвана в тази й дълбочина. За наше съжаление рискуваме в бъдеще да живеем в свят, в който психичните проблеми, в частност проблемите на идентичността, ще бъдат най-често срещаните...

**Манол Манолов**

Източник на примерите в статията:  
[www.nauka.bg](http://www.nauka.bg)

## За слуховете

*Продължава от миналия брой ...*



Съществуват много и най-различни определения за описване на слуховете. Те могат да се представят като специфично (злободневно) изказване на мнение, предавано от човек на човек, обикновено устно, без да се предоставят надеждни гаранции за достоверност. Слухът може да бъде и циркулираща форма на комуникация, чрез която хората, намирайки се в неопределена ситуация, се обединяват, като създават разумна интерпретация на тази ситуация и при това използват съвместно интелектуалните си възможности. Според Е. Морен „само разказът за измръзнало дете оправдава понятието слух“.

Т.е. слухът няма никаква почва и така слухът придобива образ на умствена болест на обществото. Слуховете са предизвикващи доверие заявления, отнасящи се към действителността и разпространявани без официално потвърждение. Слухът е и

съобщение за някои събития, все още непотвърдени, което се предава устно сред множество от хора, от едно лице на друго – той е масово явление. Слуховете са свързани също и с общественото настроение, с целите на аудиторията, те се съотнасят с информационното поле. Предаването на слуха е междуличностен процес и за него трябва да има определен информационен повод. В масовото съзнание сплетнята е слух за някой или нещо, базиран на неточни, осъзнато неверни или нарочно измислени данни. Американският социолог Шибутани определя слуховете като: „импровизирани новини, резултат от процеса на колективно обсъждане“. Според него, в основата на слуха е залегнало едно важно и двусмислено събитие. Той схваща слуха като колективна дейност, с цел да се разберат необяснените факти. Т.е. според него  $\text{Слухът} = \text{Значимост} \times \text{Двусмисленост}$  – уравнение с умножение. Слуховете могат да се класифицират по: произход, степен на опасност, експресивни характеристики, информационни характеристики, пространствени характеристики, времеви характеристики.

*Според произхода си* – могат да се разделят на спонтанни и изфабрикувани. Съобщения, които са безинтересни за аудиторията, принципно не се разпространяват, но съществува и



възможността, да се създаде т.нар. „изкуствен интерес“.

*Според степента си на опасност* – слуховете биват „лоши“ или „добри“. Има и относително безопасни такива. Те могат да бъдат позитивни (например мобилизиращи) или с деструктивен характер.

*Експресивна характеристика* – всеки слух, е зареден емоционално. Определен критерий е наречен експресивен (от лат. expressio – изразителност, сила на проявлението). Така експресивният параметър характеризира емоционалните състояния, отразявани от сюжета на слуха, както и доминиращата емоционална реакция. Определят се три вида слухове:



**слухове-желания** (отразяват надеждите, очакванията на аудиторията, обикновено са придружени от добродушно, възторжено настроение, оптимизъм; много често след такъв тип слухове се преминава от възторг и емоционален подем, към разочарование, досада или гняв; могат да

## За слуховете

... продължение от стр. 6



се експлоатират с цел манипулация); **слухове-плашила** (възникват в ситуации на социално напрежение; доминираща емоция е страхът; разпространява се заради боязливото очакване на неприятни събития и заради склонността на хората песимистично да очакват лошото; мотивите за този слух са – споделяният страх се понася по-лесно и тайна надежда за възможността плашещият сюжет да бъде опроверган); **слух-разделител** (агресивен слух, който изразява рязкото негативно отношение на група хора към обекта или субекта, който е в сюжета на слуха; възниква като канализация на негативните емоции, пренесени в някакъв сюжет; допринася за повишаване на конфликтността); **слухове-мнения** (действието на емоциите е слабо изразено или изобщо не е изразено, като на преден план излизасамото съобщение и то се отнася за конкретен обект или субект).

*Информационна характеристика* – представлява основата на слуха, която определя степента на неговата достоверност. Видове – абсолютно недостоверни слухове; недостоверни слухове, с елементи на правдоподобност; достоверни слухове, с елементи на неправдоподобност; относително близки до действителността слухове. Ако източникът на информацията е компетентен, то и слухът бива значително по-достоверен, и обратното – ако е некомпетентен или нечестен – слухът е недостоверен.

## За слуховете

... продължение от стр. 7



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!

*Пространствена характеристика – **териториално (географско) пространство** – според мащабите му, които е обхванал даденият слух, може да се посочат: локални, регионални, национални и международни нива на функциониране на слуха; **социално пространство** – по едно и също време, на една и съща територия слуховете оказват*

избирателно въздействие върху различните социални слоеве, защото голямо значение оказва характеристиката на самата аудитория.

*Времева характеристика – **актуалност** – животът на слуха се ограничава с момента на проверка на неговата достоверност, но много слухове не могат да бъдат проверени, част от тях дори продължават да се разпространяват след като официално са били опровергани; актуалността представлява времевата мярка на слуха и колко дълго може да бъде актуален той; **минало-настояще-бъдеще** – минало (събития, които са се случили от отдавна, запълват сюжетите на слуховете-легенди); настояще (слухът може да се отнася за току-що или наскоро станало събитие); бъдеще (може да се предупреждава за очаквани изменения или се отразява позитивното или негативното отношение на хората към перспективите); **бурни и латентни** – скоростта на разпространение на слуховете; бурните имат повишена значимост за аудиторията, те са едновременно актуални за всички участници в социума, а латентните могат да не се проявят дълго време, те се активизират в определени ситуации, с по-устойчив ефект са.*

*Продължение - в следващия брой...*

**Анелия Дудина**

### Помощни материали:

**Беззубцев, С.** – „Слуховете, които работят за вас“; **Капферер, Жан-Ноел,** „Слуховете – най-старото средство за информация в света“



## За възможната "телесна" природа на депресията

Продължение от брой 13...



И така, в предишния брой изяснихме, че преди всичко, човек се стреми първо да задоволи потребностите на своето тяло. Ако в древността хлябът растеше по дърветата, а мамутите се хвърляха сами в пропастта, то човекът навярно не би стигнал твърде далече от м а й м у н и т е .

Но храната е необходимо да се набавя и това е по-лесно да стане, ако се използва ума. Обаче съвременният сапиенс е отишъл в своите умотворения толкова далеч, че е престанал да счита телесните си потребности за базов смисъл на своята жизнедеятелност. И сега какво? Ние си продължаваме да си живеем, какво друго да правим. Но какво още се случва?

Ето това, че ние трябва да живеем, за да достигнем нещо в своя живот.

От тук започва пътят към болестта. Човек престава да се отъждествява със своя физически Аз и започва да интерпретира себе си предимно като сапиенс. Той е сапиенс и неговите житейски цели са сапиенски, а неговото тяло е нещо като работещо тамагочи.

То трябва да работи колкото се може повече и б е з п р о б л е м н о .

Освен това е нужно от време на време да се храни, да си почине. Но тамагочито му с тамагочи на практика все се случва да боледува. Или ще има мигрена, или язва ще хване, или ще си завъди болки в ставите, или нещо друго. Разбираемо, тогава тамагочито трябва да се лекува, за да може максимално светкавично да се върне към работа.

Глава те боли?! Ами ето ти аналгин и давай отчета на работата да си го завършиш, а и още вчера трябваше да го направиш, тамагочи такава! Клониш към заспиване? Ами ето ти кафе. Умора? Я изпий една енергийна напитка. Глад? Ами ето ти хот-дог. И работи, работи, р а б о т и и н е с п и р а й !

Преуморените коне ги убиват, нали? Нашето тяло, нашият физически "Аз" се превръща в роб. В пълния смисъл на тази дума.

Сапиенс се отнася към своето тяло така, както селянинът към кончето, което е длъжно да изпълнява за него и най-тежката работа.

Но ако някога в далечното минало смисълът от всичко това е бил в удовлетворение на потребностите на тялото, т.е. да се похапне, да се поспи, да се поседи на топло, то сега нашето тяло работи затова, за да може неговият собственик да се сдобие с нов мобилен телефон с GPRS функция и вградена камера.

## За възможната "телесна" природа на депресията

*продължение от стр. 9...*



Какво се получава? Тялото го стресираме с по-малко храна (диети, вегетарианство). Доставяме му по-малко сън. Не отделяме достатъчно време за отдих. И работим. Ние получаваме някакви пари в замяна на работата на тялото, а какво получава тялото? Тялото е стресирано от сапиенските цели, които нямат нищо общо с неговите базови потребности.

Тялото живее единствено заради самото себе си. Разумът ни е призван да помогне на човека да достигне до по-голям телесен комфорт. До повече храна. До повече топло. До повече безопасност. До по-малко труд и до по-малко физически усилия.

Но в днешни времена умът живее сам за себе си, използвайки тялото като инструмент за достигане на своите си умствени цели.

Проблемът е, че за тялото такъв живот, ръководен от ума, е съвършено безсмислен. За него вие го принуждавате към робски труд и нищо повече.

Ето защо се стига до извода, че е възможно депресията да има телесна природа.

Депресията обикновено се разбира като умствена умора. УМСТВЕНА. Подчертавам това. Наоколо човека всичко кипи, живее и се радва, а той, сдухан и нищо не му се иска. И както е известно, такова състояние може да се проточи с години.

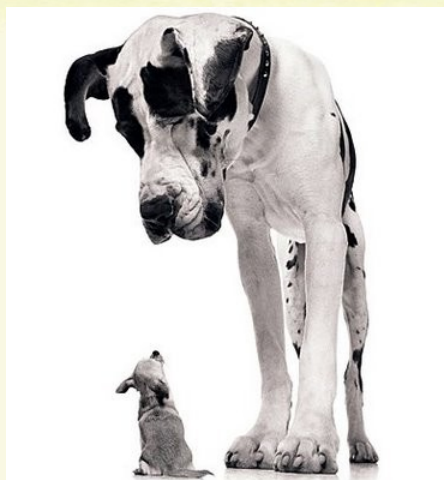
Само че, ако смисълът на живота не е изгубен от ума, а от тялото? Какво, ако нашето физическо Аз, съзирайки за себе си безсмислието да гони кариера и модни джаджи, толкова се е уморило, че иска само едно - да падне и да издъхне? Замислете се за това.

Много е вероятно истинската природа на депресията да е не умствената, а телесната.

Ако тялото става роб на ума, то като роб започва да се съобразява с всичките "трябва", "длъжно" и "задължително". Но какво може да иска един роб? Само едно - свобода. Освободете своето тяло от робския труд и вие ще можете да се върнете към здравето, към щастието и към пълноценния живот.

*По материали от чуждестранния печат*

**Превел: Л. Боянова**



## Голямо нещо е да вършим малките неща добре



Не е необходимо постоянно да се стремим към велики постижения. Всъщност велики са дори малките неща, които правим успешно и с любов в живота ни. Добре свършените малки неща ни водят към големите. Те са първите стъпки, без които не можем да направим голямата крачка след това. Не е задължително условие всъщност малките неща да водят към нещо голямо... Достатъчно е да се чувстваме добре докато ги вършим. Това само по себе си е голямо постижение. Обикновено, когато свършим нещо дребно с желание, то ни се „отблагодарява“, водейки ни към нещо по-голямо и значимо за нас.



Много често така силно се фиксираме върху мечтаните от нас големи и важни неща, че занемаряваме или съвсем преставаме да обръщаме внимание на дребните неща в живота си. Така силно желаем да изградим блестяща кариера, че сме способни да нарушим морални правила, които преди това са били ценни за нас, но вече ни се струват

незначителни на фона на останалото. Можем да забравим, че трябва да се грижим за себе си дори. Това е нещо „дребно“, което трябва да правим в ежедневието си, а не винаги остава време за това, нали? Вторачили сме се в мечтата за „идеална“ връзка, а всъщност дори не намираме достатъчно време, за да обръщаме внимание на партньора до нас. Искаме денят ни да бъде страхотен, а дори не отвърщаме на усмивката от непознатата жена на улицата, която ни поздрави сутринта. Искаме, искаме, искаме... а всъщност какво друго правим освен, че искаме? Спрете се, огледайте се и забележете дребните, но важни неща в живота си! Помилвайте ги, погрижете се за тях и ги обичайте. Заниманието с дребни неща не е губене на време, то е връзката с ключове, които служат за отваряне на много врати.

Ако вече сте се запитали кои са малките и големите неща в живота ви, то вие значи сте на път да се усъвършенствате във вършенето на малките неща добре. А това е още едно условие в живота ви, което ще го направи по-хубав!

**Анелия Дудина**

# ПОЛЕЗНО



## Ерик Ериксон (1902—1994)



умира в Харвиче (щат Масачусетс) на 12 май 1994 год.

Ерик Хомбургер Ериксон (Erik Homburger Erikson) е известен немски психолог и психоаналитик от еврейски произход. Той е известен със своята теория си за социалното развитие на човешките същества.

Ериксон е роден в датско семейство. Бил е художествено надарена натура - занимавал се е с рисуване, а също така е свирел и на китара. Водел е доста бохемски начин на живот, който в един момент го докарва във Виена, а там той се запознава с Фройд. Първоначално Ериксон е учител по рисуване. Но той записва Виенския психоаналитичен институт и го завършва.



През 1930 г. той се жени за танцьорката и художничката Джоен Моват Серсон (Joan Mowat Serson), а през 1933 г емигрирал от Виена в САЩ. През 1950 г. известният психоаналитик става жертва на преследването на марксизма в САЩ, тъй като е бил заподозрян като симпатизант на комунистите. Ериксон

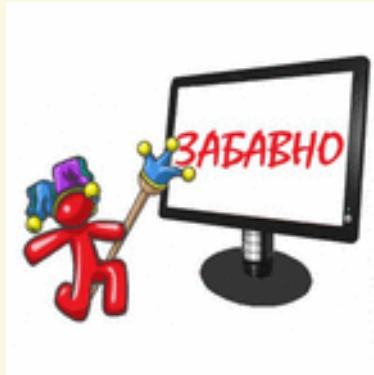
Ериксон описва жизнения цикъл на личността като съвкупност от стадии на развитие. Четири от тях напълно съвпадат с фазите на детската сексуалност, описани от Фройд. Обаче за разлика от Фройд, който разделя психическото развитие на 5 етапа, то Ериксон разделя своята схема на 8 етапа. Той преименува т.нар. "генитален стадий" в "юношество" и добавя още няколко стадия при възрастното състояние. Акцентира се върху това, че развитието на личността е постепенно и свързано с преодоляване на кризите на идентичността.

На Ериксон принадлежи и концепцията за его-психологията. В нея на егото се отделя доста голяма роля. Ериксон счита, че егото отговаря за организацията на живота, за обезпечаването на хармонията с околните, за развитието на личността. Твърди, че егото е източник на увереност в себе си и е източник на собствена идентичност.

Теорията на Ериксон е получила широко разпространение в много държави и се ползва с успех не само сред психоаналитиците, но и в сферата на педагогиката.

**Л. Боянова**

## Зрителни илюзии и вицове

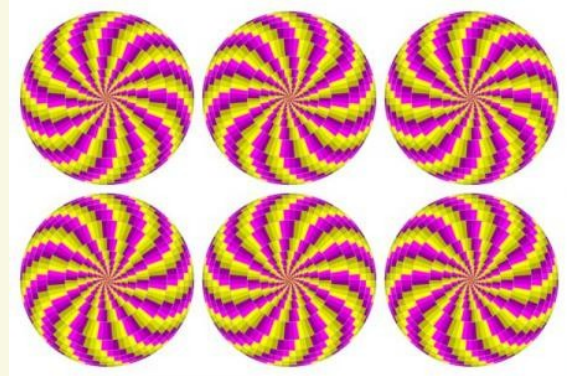


- Моят мъж си въобразява, че е кон - оплаква се възрастна жена на психиатър.
- Яде само овес и оня ден си подкова краката. Може ли да го излекувате?
- Лечението му ще изисква много време и ще бъде много скъпо.
- Няма значение. Ние имаме пари. Досега мъжът ми е спечелил три конни състезания.



Лекарят към пациента:

- Ако не пиете ще си удължите живота.
- Абсолютно вярно, докторе. Вече една седмица как не пия, а ми се струва, че е минала цяла година.



ОКТОМВРИ, 2011

## СПОДЕЛЕНЕ

В тази рубрика можете да (раз)кажете на нас и всички останали онова, което никъде другаде и на никой друг не можете. Имате история, която не можете да споделите с никого, искате да изкрещите, че обичате някого или че той ви е наранил и какво ли още не - пишете ни на e-mail: [spisanie.posoka@gmail.com](mailto:spisanie.posoka@gmail.com) и ние ще ви дадем трибуна за това! ;)

БРОЙ 14



*Е-списание за психология*  
"ПОСОКА"

**Сайт:** <http://spisanie-posoka.hit.bg/>

**E-mail:** [spisanie.posokagmail.com](mailto:spisanie.posokagmail.com)

*Страница на списанието във Facebook*

<https://www.facebook.com/pages/%D0%A1%D0%BF%D0%B8%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5-%D0%9F%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%BA%D0%B0/266155896738531?sk=wall>

*Група на списанието във Facebook*

<https://www.facebook.com/group.php?gid=145794185442938>

**Още за нас можете да научите и на:**

<http://www.psychology-bg.uzoo.com/>

<http://www.e-terapevt.com/>

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