



е-списанието за психология



Психоскопа
Брой 6
Февруари 2011 г.

Посока

Е-списание за психология



Екип:

А. Боянова - организация, дизайн,
материали

А. Дудина - материали, организация

М. Манолов - материали, организация

Съдържание:

3 стр. - Всеки един човек е едновременно и ученик, и учител по отношение на другите хора

4 стр. - Човекът в 21-ви век

6 стр. - Рецидивистите

8 стр. - Човекът и неговият живот

10 стр. - Мақс Вертхаймер

11 стр. - Вицове и занимавки

*Всеки един човек е едновременно и ученик,
и учител по отношение на другите хора*

Нямате ли усещането понякога, че никой появил се в живота ви човек, не е попаднал случайно там? Не смятате ли, че има смисъл дори в появата на хора, които не одобряваме? Нищо, което се случва с нас, в нашия живот не е случайно. Било то голямата любов, която сме срещнали или пък най-големият ни враг – всички ни влияят по някакъв начин и ни карат да мислим в определена посока. Всички ние си взаимодействаме, оказваме влияние на околните и те оказват влияние върху нас. В живота ни няма добри и лоши учители. Те са просто УЧИТЕЛИ, които ни обогатяват с нещо – било то с добрия или било то с лошия си пример.

Не желаете да се сблъсквате с лош пример? Защо не? Вашата оценка спрямо него като такъв ви показва как не бива да се държите, какво не бива да говорите и вършите, как се приема дадена реакция от околните. Логично оценяте, че ако вие постъпвате както някой лош пример в живота ви, то

околните няма да го одобряват така, както вие не го одобрявате. Ако нямате възможността да направите подобна съпоставка, много по-голяма е вероятността да се поддадете на постъпки, които карат околните да се чувстват



зле и те не ги одобряват.

Никога не забравяйте обаче, че така, както околните оказват влияние върху вас, така и вие правите същото с тях. Всяко едно ваше взаимодействие с друг човек, му влияе. Той може да оцени вашия пример и да ви окачестви като добър или лош учител. Т.нар. „лоши“ учители обикновено ни натоварват, ядосват, карат ни да се чувстваме зле и понякога наистина страдаме от това, че те са такива, каквито са. Но ние

като едни прилежни ученици трябва да преминем всички уроци, които са написани в учебника на живота ни. За тях няма скала за оценяване, не се пишат нито двойки, нито шестици. За сметка на това са важни, тъй като ни обогатяват, карат ни да израстваме в личностен план, да осъвършенстваме себе си, помагат ни да преминаваме с лекота големите изпити в живота си.

И така – бъдете добри учители и старателни ученици. Внимавайте на какво учите другите и не спирайте да се учите от тях!

Анелиа Дудина



Започваме една кратка разходка в българско основно училище. Ставаме свидетели на разнообразни поведения, които обикновено ни карат да се чувстваме различни, изостанали в нашите преживявания за комбинацията на минало и настояще. Няма да изпадам в конкретности за поведенческите разлики между младите от една страна и възрастните от друга, защото, сигурен съм, всеки се е чувствал поне веднъж по горепосочения начин. Ще се опитам да дам отговор на въпроса, на какво е плод това.

За целта ще разделя поколенията на 4 групи :

- 1) Възрастни - 1920 г. - 1945 г.
- 2) Късна Зрялост - 1945 г. - 1975 г.
- 3) Ранна Зрялост - 1975 г. - 1987 г.
- 4) Млади - 1987 г.

Първо ще кажем нещо за развитието в детството. Нека използваме за това теорията на З.Фройд за трикомпонентната човешка личност :

1) То - Психичен компонент, съставен изцяло от нагоните и остава несъзнателен за целия жизнен цикъл.

2) Аз - Свързва субекта с околната среда. (8 месец - 2-3 година)

3) Свръх Аз - Представя моралните ценности, културни идеали, към които се стремим. (5-6 - 10 година)

Развитието на Аз-а започва около 8-мия месец и завършва през 2-3 година. В този период са първите и най-важни идентификации на детето, процес на приемане на нещо от другите - качества, мисли, идеали, поведение. Може да бъде подражание на по-силния, деспота, на който детето иска да прилича. Това обикновено са родителите.

Началото на развитието на Свръх Аз е около 5-6-тата година и приключва около 10-тата година. В този период интернализира морални, културни, правни ценности и идеали, които то продължава да следва през живота си.

Както виждаме основните

структури се развиват в ранната възраст на субекта. Какво наблюдаваме в България :

1) При възрастните тези структури са развити във време, което в силна степен е повлияло на несигурността на родителите им, които от своя страна са прекарвали своя рационален живот в условията на войни (балкански, световна) и две национални катастрофи. Съответно този страх, тази несигурност е предадена на следващото поколение в лицето на наречените от нас възрастни. За съжаление Възрастните също изживяват трагедията на втората световна война, което от своя страна подсилва страха. С много труд, хората са били принудени да изкарват прехраната си от рано. Виждайки позитивите на мира, негативите на бедността, последващата нова война и последвалата смяна на политическия

Човекът в 21-ви век (продължение от стр. 4)

5



строй, те не биха искали на следващото поколение да бъде предаден страхът, който те са имали, те биха искали да възпитат надеждата. Но да видим...

2) Поколението, наречено от нас „Късна зрялост“ се превръща в плод на защитата от родителите, опитващи се да ги предпазят от влиянията, на които те са били подложени. Каква е разликата? Виждаме Аз, който е оформен, като свободен такъв, но моделирането на Свръх Аз при това поколение е плод на социалистическия режим, който в голяма степен дава нужната сигурност на съществуване, но изисква от отделния човек да бъде отдаден като машина на този ред, на тези идеали, сляп за свободата, за която Азът крещи. Какво ще се опита да предаде на следващото поколение този режим? Именно принципността, идеологията, за да не се намира младият в конфликта на Азово желание за свобода срещу

Свръх Аз-ово ограничение от режима.

3) Стигаме до ранната зрялост и нейния феномен. Хората родени през този период имат възпитана именно тази Свръх Аз-ова идеология на предното поколение, която се превръща в тяхен Аз, непосредствено след това виждаме и трудността на масите с адаптацията с демократичния режим на страната. Конфликта тук е обърнат, защото Аз-ът не може да допусне до себе си голяма част от моралните, културни и правни ценности, които демокрацията носи.

4) Какво се случва с младите? Макар някои от тях родени по време на социалистическия режим, не на всички развитието на Аз-а е приключило. При тях добре възпитана е свободата на двете психични нива, но тук наяве излизат следите от желанието на родителите да предпазят децата си от скоро отминалия блок, което води след себе си редица пропуски в развитието

на ценностите. Мнозина развиват себе си с идеята, че всичко е позволено. Късните идентификации на 4-тото поколение са насочени към неподходящи хора, възпитаващи поведение на безотговорност и безнаказаност. Това от своя страна се комбинира с богатата информация, която развитите технологии предлагат и постоянно стимулиране и търсене на приетото за правилно поведение.

Въпреки липсата на конфликт в психичните структури в 4-тото поколение, ние наблюдаваме една крайност по отношение на оста свобода - липса на свобода. Тази крайност е придружена от динамичното развитие на периода, страха на родителите да предават това, на което те са били подложени и растящата междупличностна незаинтересованост.

Автор: М. Манолов

Рецидивистите

6



Питали ли сте се защо някои правонарушители повтарят своите престъпления отново и отново? Кое ги кара да повтарят своите грешки? Какви са опасностите при рецидивистите и в каква посока е прието да се работи с тях? Въпросите са много, а отговорите сякаш винаги са недостатъчни. Рецидивистите са хора по отношение, на които съществуващата в обществото система на стимули и санкции, е резистентна. Те притежават устойчива асоциална ценностна система и негативен Аз-образ. Отчуждени са от ценностите на социума и проявяват негативизъм към институциите, които осъществяват правораздавателни функции. Техните регулативни механизми са недоразвити. Те нямат социално позитивни контакти и обкръжение. Контактите им са изцяло с криминално проявени лица, което допълнително фиксира поведението им в негативна посока.

За рецидивистите е характерен т.нар. психичен инфантилизъм, който се

характеризира с ниска организация на емоциите, те не могат да отлагат удовлетворяването им, изпитват непрекъсната необходимост от промени, което говори и за липса на перспективни цели при тях, съсредоточават се върху настоящето и изопачават действителността под влияние на чувствата си. Според теза на Шварц: „Инфантилният човек през целия си живот се намира в подготовка за живота. Той не прави нищо заради самия него, а във всяка постъпка се вмъкват хетерогенни цели. Цялото поведение се състои от нападение и защита, и основният белег на това поведение е игровата съставка.” Дезаптационният проблем, който се наблюдава при тях е свързан с противоречието от съществуващи потребности от утвърждаване и самореализация, и налични средства за удовлетворяването им. В следствие на това противоречие, се поражда конфликтна ситуация, която предизвиква голямо вътрешно напрежение и

неудовлетвореност, и води до асоциално поведение.

Редица автори, които изследват рецидивистите свързват предразположеността към рецидивизиране с ниската интелигентност и увреждания, които се отразяват на цялостния процес на личностно развитие и функциониране. Други автори смятат, че рецидивистите са хора с личностово разстройство, т.е. че рецидивист се равнява на психопат.

За тях лишаването от свобода е само неприятен етап от живота им и част от риска, който който поемат заради начина им на съществуване.

Многократните им попадания в затвора стабилизират техните самооправдателни защити. Перманентният конфликт със закона, формира у рецидивистите една специфична форма за защита чрез себеоневиняване, чрез изнасяне на причините и обстоятелствата за своето

Рецидивистите

(продължение от стр. 6)

поведение, извън себе си. Самооправдателните защити имат когнитивен, емоционален и поведенчески компонент. Когнитивният компонент представя съзнанието на вина, а емоционалният е свързан с преживяването на вината. Поведенческият компонент изразява практическата активност.

Според А. Ковачев: „Рецидивистът не приема и отхвърля нравствените норми и ценности, които е засегнал с престъплението си. Поради това не съзнава собствената си вина. Субективно се счита за невинен и не чувства вина пред обществото. Поради правния си nihilism и негативизъм, той не притежава съзнание за виновност, активно се противопоставя на превъзпитателните въздействия и на администрацията в местата за лишаване от свобода, като разпространява своите норми, ценности и начин на живот“. Самооправдателните психологични защити се проявяват в няколко насоки

– като отхвърлят и не признават или омаловажават правните норми; когато считат, че тяхното престъпление се намира извън границите на тези норми; чрез отричане или намаляване на последиците от деянието; с изтъкване на юридически или други житейски последици.

Рецидивистът е слабо сензитивен към ограниченията, изискванията и програмите, в които е включен. Ако той търпи развитие в местата за лишаване от свобода, то е само по посока на структурирането на неговата престъпна кариера. Допълнителната му криминализация може да се съпровожда с алкохолизация, наркотизация, личностови и поведенчески акцентуации. Рецидивистът влияе негативно на другите лишени от свобода чрез обмен на криминален опит, чрез упражняване на модели за ефективна комуникация със служителите на полицията и на пенитенциарните заведения. Рецидивистът много активно участва в борбата за статус и за овладяване на формалните позиции, които му дават възможност да оказва влияние и да участва в разпределението на ограничените ресурси.

Рецидивистите изпитват огромни трудности, когато се отнася до адаптацията към живота на свобода. Чувстват се отчуждени, самотни, отхвърлени и изоставени. Затова в затвора се разработват програми, насочени към адаптацията им в условията за живот на свобода.

И към този тип правонарушители, както към всички останали, обществото не бива да остава безучастно, тъй като границата между спазването на норма и нейното нарушаване е тънка. Във всеки един момент, всеки от нас може да се окаже в различни роли – на потърпевш, на жертва, на страничен наблюдател или извършител, нека не го забравяме.

*Материалът е
подготвен от Анелиа
Дудина*

Човекът и неговият живот



Човекът и неговия живот – звучи толкова ясно и близко всекиму, че малцина се замислят за това, как отделяйки понятията виждаме, че човекът и животът могат да бъдат дори оксиморонна двойка.

Във всеки един живот присъства живо същество, човек в частност, който преминава през редица етапи в онтогенезата си, развива се, за да стигне до момента, в който зад него стои следата на съществуването му. Но дали във всеки човек има живот?

Това е и въпросът, който ще ни занимае, а за да отговорим ще разгледаме структурата на старостта, както и смъртта, като един естествен завършек на жизнения път.

Значителна промяна в ролята и социалния статус на човек идва от смяната на статута, следствие на промяната в човека през целия живот. Във всеки случай, хората поемат различни роли и отговорности, което обикновено носи увеличаване на неговата власт и положение. Въпреки това промените в статута след влизането в старостта носят съвсем различни последствия. Пенсионирани, овдовяване и болести, могат да доведат до загуба на енергия, отговорност и независимост. Въпреки това старостта носи със себе си палитра от предизвикателства. За да ги идентифицираме ще се спрем

на теорията на Е. Ериксън. Според нея, за да се справят с промените в старостта, хората трябва да запазят добро душевно здраве. Една от основните задачи на човешкия живот, като се започне от юношеството, е да се поддържа относително постоянна идентичност. В този случай ние разбираме идентичност като сравнително постоянен набор от общи схващания за правата на неговите или нейни физически, психологически и социални функции.

Според Сюзън Вейтбърн запазването на идентичността е тясно свързано с процеса на адаптация, описан от Ж. Пиаже. Това е включване на нови събития и променящи се обстоятелства в съществуващата “АЗ”-концепция, както и корекция на важни събития от живота, за да могат неприятностите да бъдат по-бързо усвоени. Старите хора най-успешно се адаптират към промените с поддържането на своята идентичност. Въпреки неблагоприятните условия, те биха могли да кажат: “Аз съм този, който винаги съм бил”. Миналото е доказателство, което позволява да се запази идентичността в съответствие с това, което сме били преди.

Последната фаза в човешкото развитие, според Е. Ериксън, това е цялостта срещу отчаянието. По негово мнение, старите хора разсъждават над това дали техният живот е минал според очакванията им от младостта. Когато хората си спомнят с удовлетворение своята младост знаят, че са направили всичко възможно, за да живеят пълноценно, той изпитва чувство за лична неприкосновеност. Тези, които си спомнят миналото като поредица от неудачи и пропуснати

възможности, могат да предизвикат чувството на отчаяние, което открива пътя на мъдростта. Мъдростта дава възможност на по-възрастните хора за поддържане на достойнството и почтенността на “Аз”-а в лицето на физическото разпадане, а дори и на непосредствената смърт.

Личностните промени в старостта в своята основна част са свързани със засилването на интровертността. Дори в най-късна възраст хората имат организирана система от ценности и идеи за собствената си личност. Склонни са да действат съобразно своя “Аз”. Когато става въпрос за остаряване, въпреки многото промени, които настъпват в живота, обикновено той става все по-скъп, а самочувствието на хората нараства. Друга основна разлика в личността в тази възраст е промяната на мирогледа върху света, ако в зрелостта, мисленето е било в посока “промяна” на света, то на тази възраст хората го имат за по-сложен и опасен, не смятат че са способни да го изменят спрямо тяхната воля.

Един от най-преломните моменти в старостта, това е пенсионирането. В миналото, пенсионирането е било кулминацията на една дълга и стабилна кариера, а в наши дни много от работниците не остават дълго на една работа, не работят в една фирма през цялата си трудоспособна възраст. Това често оказва отрицателно въздействие върху тяхната социална роля и икономическа ситуация след пенсиониране. Начинът, по който човек се чувства след пенсиониране, зависи до голяма

Човекът и неговият живот

(продължение от стр. 8)

степен от това дали е искал или не да прекъсне работа и дали той е трябвало да направи това под натиска на обстоятелствата, например напредналата възраст или защото е дошъл по-млад кадър, заради който той трябва да напусне. Пенсионирането, не поставя просто човек пред проблема с рязкото освобождаване на свободното време, той трябва да реши проблема за избор, за разработване на начини за поведение в новите ситуации в съответствие с новите им намерения. По принцип всеки възрастен човек изгражда своя собствена социална действителност за пенсионирането. Степента, в която хората лесно се адаптират към новата роля, зависи от редица фактори. Ако човек се отклонява от работата изведнъж, при неприятни обстоятелства или неговата идентичност е тясно свързана с работата, преходът към пенсионирането може да бъде много труден за него.

Здравето е един от най-важните фактори, определящи реакцията на хората за пенсионирането. Болните, обикновено не са готови психически да приемат новия статут, за разлика от здравословно нормалните хора, които са имали време да помислят и планират предстоящото пенсиониране.

Отношението на хората към работата, също оказва огромно влияние върху неговото чувство за пенсиониране. Проблемът като цяло става по-голям, ако пенсионираният

човек е ниско образован, няма средства и е слабо навлязъл в обществени и социални дейности. В същото време, добрите специалисти и бизнесмени може да намерят затруднения в намирането на контакти със хора на същото ниво, за да запълнят свободното си време. Това е една от причините някои хора да продължават да работят, след пенсионирането си.

Социалните отношения, както промени през старостта, касаят в една много голяма част и семейните отношения – опората, върху която мнозина осмислят своето съществуване, роля и ценности. Удовлетворението от брака, както и отношенията с децата и внуците, често променят постродителския период на човешкия живот. За възрастните (при условие, че те имат деца), в този период приключват преките родителски отговорности.

Бракът в този период води до по-спокоен живот, чувства се емоционалната подкрепа и близост. Хубав брак до дълбока старост, предизвиква по-голяма близост. Получава се разумна равнопоставеност по отношение на семейство, любов, статут, както и пари.

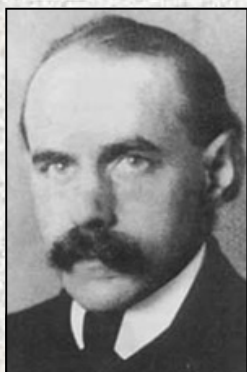
Новост в този период на развитие, е отношението към децата, промяната идва от новото, трето поколение – внуците. Ролята на баба и дядо, е една от най-приятните роли в старостта. Проучванията показват, че много баби и дядовци са

формирали добри приятелства със своите внуци. Като цяло бабите, както и дядовците получават удоволствие от собствените им роли и им придават нужната емоционална значимост. Това може да отвори нов път към семейните и лични преживявания, да даде нова посока в живота, да стане причина за собственото удовлетворение, заради дълголетието. По този начин прародителите имат специален статут в семейството. Въпреки това, в последните десетилетия, семейните връзки променят своето значение. Увеличаването на броя на разводите прави това по-сложно. За това, не е чудно, че говорим за по-близки отношения на бабите и дядовците с внуците, отколкото със собствените им деца, които са възрастни настояници. Бабите и дядовците се чувстват, като хора със специално значение, в ролята да поддържат стабилността в семейството и моралното ръководство по време на разпадането на семейните взаимоотношения.

С това, разбира се, не се изчерпват социалните и личностни промени през старостта, но нека разгледаме и проблематиката на смъртта.

Очаквайте продължение в следващия брой.

Автор: М. Манолов



Макс Вертхаймер (*Max Wertheimer*) е немски психолог. Той е един от основателите на гещалт-психологията, заедно с Курт Кофка и Волфганг Кюлер. Според гещалт-психологията психичната структура е цялостна, съответно всички нейни елементи са в постоянно взаимодействие и ако възникне промяна или напрежение в един от елементите, то се заразява цялата структура.

Вертхаймер е роден е на 15.04.1880 г. в Прага. В началото се ориентирал към изучаване на право, но две години по-късно се насочил към философията. През 1904г. защитил докторска дисертация във Вюрцбургския университет, а през 1910 г. работил в Психологическия институт към Франкфуртския университет, където се зародил интересът му към изследване на възприятията.

Изследва усещане, възприятие за движение. Така открива фи- феномена. Той формулира скорост от 67 милисекунди, при която възниква възприятие за движение, а не

единствено възприетиен образ на действащите дразнителни, които в експеримента му са две прави линии, движещи се с различна скорост. Той открива, че ако скоростта е под оптималната от 67 милисекунди, то тогава не възниква възприятие за движение, а се изгражда самостоятелен образ на двете линии. Ако скоростта силно надвишава оптималната, изследваното лице отчита действието на един дразнител, защото двата дразнителя му се сливат в един възприетиен образ. Но ако скоростта леко надвишава оптималната, то тогава има т.нар. чисто движение, при което изследваното лице осъзнава, че движението, което вижда, не е реално.

Изследванията на Вертхаймер за зрителните възприятия, водят до откриването и на някои особености на възприетиения образ по принцип:

1. Фигура и фон – когато към един обект от реалността е насочено вниманието, той се възприема максимално пълно и точно и това е фигурата. Останалите обекти, които заобикалят фигурата, не се възприемат толкова точно. Те представляват фон за фигурата. С пренасочване на вниманието се сменят позициите „фигура-фон“ и така се осигурява необходимата значима, устойчива и постоянна информация за реалността.

2. Константност на възприятието – наличие е относителна устойчивост на възприетиения образ спрямо леките промени в средата.

3. Цялостност – възприетиеният образ не търпи незавършеност, несъвършенство и ако липсва достатъчно конкретна информация, тя се допълва благодарение на индивидуалния опит.

4. Обобщеност – чрез назоваването на онова, което се възприема, то се свързва с клас, род, вид, обект като тази информация е разположена в индивидуалния опит и при наличие на несъвършенство в образа, той се допълва с общата информация за класа, вида, рода.

5. Транспозиция – връзката „психичен образ – среда“ като разположение; реакция не на отделните дразнителни, а на тяхното съотношение.

Доктрината за гещалта става основна школа в психологията по време на първата половина на 20 век и на нея се опира започналата по-късно работа по изкуствения интелект.

Материалът подготви за вас: Л. Боянова

Вицове и занимавки

Минава лекарят на визитация в психиатрията. Един пациент седи в коридора пред леген с вода и "лови риба".

- Колко шарана хвана днес? - пита докторът.
- Дай пет лева и ще ти кажа.
- Доктора дава парите.
- Ти си осмия шаран.



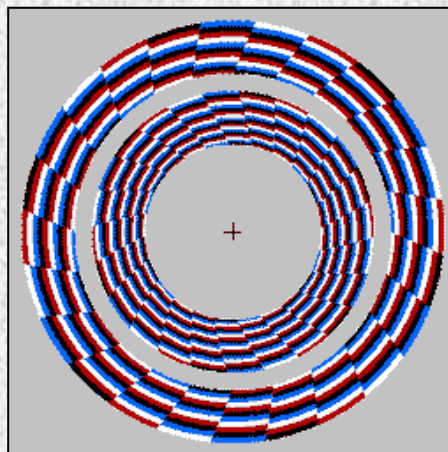
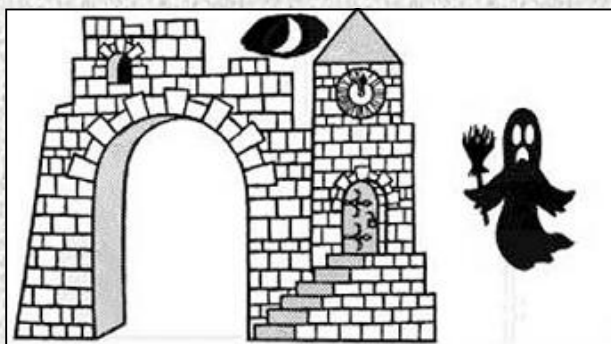
Жена на сутра пита доктора:

- Струва ми се, че мъжа ми има някакво психическо заболяване от умората. Понякога с часове го моля да ми купи нови дрехи или кола, а той нищо не чува.
- Това не е болест - отговаря докторът - това е талант.



В психиатрията:

- Докторе, болният от трета стая се обяви за Цезар и заплашва, че ще разруши Картаген.
- Сложете му усмирителна риза!
- А онзи от осма се обяви за Дон Жуан...
- На него му сложете усмирителни гащи!



Страницата подготви за Вас: А. Дудина