

е-списание за психология

ПСИХИКА



Брой 20

юни 2019

ISSN 2603-4433

Съдържание:

Стр. 1 - Как се обработва визуалната информация (продължение от брой 19)

Стр. 3 - Изкуството на флиртуването /за жени/

Стр. 5 - Привет от слънчева Чехия!

Стр. 8 - По следите на абитуриентите - аборигени в България

Стр. 10 - За уличните кучета в България



Как се обработва визуалната информация



Допълнително изследване на теориите за убеждаване и обработване на информация води до Теорията на ефектите на контекста и корекцията на отношението, която разглежда дали след като възгледите бъдат сформирани, биват подложени на допълнително осмисляне или корекция (Gilbert, 1991). Контекстуалната и друга неважна информация може да повлияе върху преценките, въпреки че в повечето случаи е в съгласие с първоначалната преценка. Както казват Майерс-Леви и Малавия, има три условия, които трябва да бъдат изпълнени, за да се предприеме корекция на преценката: първо, лицето трябва да осъзнава, че несъществена информация може да е оказала влияние върху първоначалното му заключение относно убедителното съобщение. Второ, лицето трябва да идентифицира „една „наивна история“, която да обясни защо, как и до каква степен пристрастната информация може да е оказала влияние“. На трето място, аудиторията

трябва да е склонна да генерира допълнителен когнитивен отговор. Ако тези условия не са изпълнени, приетите преценки остават непроменени, докато ако условията са изпълнени, хората ще се опитат да пренебрегнат ефектите, които влияят на тяхното мнение/преценка относно съобщението. Тази теория е много по-приложима към процеса на убеждаване, тъй като тя признава, че дори след като една преценка е била направена, благоприятна или неблагоприятна за дадено съобщение, тя все още е много гъвкава.

Как изображенията предизвикват емоции

Психологичните изследвания показват, че образите предизвикват по-емоционални реакции, докато писмените съобщения предизвикват по-аналитични отговори (Chaudhuri and Buck). Това, разбира се, е прекалено опростена интерпретация. Някои визуални съобщения са много рационални (диаграми и графики, други визуални средства за статистическа презентация), а думите също могат да предизвикват емоционални реакции.

Как се обработва визуалната информация

Образните и конкретните думи предизвикват емоционални реакции повече от неконкретни и необразни думи (Campos, Marcos, & Gonzales). Читателите си изграждат мислен образ, докато четат разказвателен или описателен текст. Неврологичните изследвания показват, че при четене на описателен текст в мозъка се активират същите части, както при обработване на визуален образ (Howard et al; Rebotier, Sinatra). В психологичните изследвания информация, която е емоционално интересна и конкретна, се нарича „ярка информация“ (Nisbett and Ross). Тази яркост се представя на степени; най-яркият тип информация би било самото преживяване; по-малко ярка информация би бил абстрактния, безличен, език или статистика. Ярката информация предизвиква по-емоционални реакции, отколкото неярката и сякаш е по-убедителна (Campos et al). Съзнанието предпочита да стига до решенията по най-бързия и най-краткия път. Образите предлагат кратък път до крайната точка на взимане на решение и могат да подтикнат читателя да вземе сравнително бързо решение, като до голяма степен игнорира по-аналитичната, абстрактна информация. Според много психолози емоциите са когнитивна

реакция към някакъв външен стимул (Dillard and Peck). Разпознаването на потенциална опасност може да предизвика редица психологически реакции като например повишаване на адреналина и сърцебиенето или изправяне на косата, потене, др. Мозъкът ни разпознава тези реакции и ги тълкува като един вид емоция (гняв, страх, тъга, радост). Тези физически реакции, които се приемат за емоции, като цяло се считат за еволюционни адаптации, които ни помагат да се справяме бързо и решително с опасни ситуации. Емоционалната реакция ни насочва вниманието към приближаващата опасност и ни помага да реагираме бързо, без да губим време за анализ на ситуацията и оценка на цялата информация, която евентуално може да ни бъде полезна. Един конкретен анализ на ситуацията би отнел прекалено много време, за да се елиминира или избегне опасността. Когато видим изображение, представляващо опасност за нас, еволюционната реакция се проявява и ни налага да вземем бързо решение.

Превод от английски език:

психолог Мария Коева

Рубрика: "Самоусъвършенстване"

Изкуството на флиртуването /за жени/



Флиртуването е умение, което трябва да притежава всяка жена. Чрез него вие показвате привличането си към вашия обект на желание. Но знаете ли как да подходите към мъжа, когото харесвате? Представям ви този малък наръчник, който ще ви помогне да усвоите едни от най-важните тънкости във флирта.

- Бъдете естествени.

Повярвайте, фалшивото си личи отдалече! Не преигравайте и не преувеличавайте с кокетството, защото всичко може да завърши комично, а вие не искате това, нали? Поставете акцент върху положителните си черти и се отдайте на момента.

- Облечете се по начин, който ви кара да се чувствате удобно.

Можете да изглеждате неописуемо на високи токчета

например, но преди да си сложите тези или други аксесоари, помислете дали ще се чувствате удобно с тях. Не е особено хубава идея през цялото време да ви стягат дрехите или да усещате рани по ходилата си.

- Използвайте положителния език на тялото.

Бъдете по-близо до него, разкръстосайте ръце, погледнете го в очите. В някой удобен момент можете леко да го докоснете по рамото или ръката, докато си говорите. Да, може би се срамувате и ви се вижда мисия невъзможна, но си кажете: "Голяма работа! Това е просто бързо невинно докосване." Нещо повече - това може да засили чувството на интимност между вас двамата. Един хитър начин е да сравните размера на ръцете ви. Усмихнете се и за момент преплетете пръсти.

- Направете му комплимент за нещо, което ви е харесало в него или което е направил.

Бъдете искрени! Не бъдете ласкателни само защото искате да му се харесате на всяка цена или просто за да поддържате разговора.

Рубрика: "Самоусъвършенстване"

Продължение от стр. 3

Изкуството на флиртуването /за жени/

- И не на последно място: не изневерявайте на себе си, чувствата и принципите си! Запомнете, че ако мъжът, което харесвате, не отвърне на чувствата ви, не е последен на Земята. Отдайте се на положителни емоции, а любовта много скоро ще почука на вратата ви.

А ето и отговори на някои от въпросите, които си задавате, когато харесате някого:

Как да привлече погледа му?

Когато го видите близо около себе си или срещу вашата маса в ресторанта, задържайте погледа си върху него за няколко секунди. По този начин имате възможност очите ви да се срещнат, когато той се огледа наоколо или извърне глава към вашата посока. При всички положения обаче не го наблюдавайте непрекъснато, само и само, за да ви забележи, защото рискувате да се превърнете в „странното момиче, което ме гледа доста съмнително“.

Как да започна разговор с него така, че да не забележи притеснението ми?

Всичко зависи от вас - дали сте уверени в себе си; дали можете да контролирате трептенето на гласа си, макар и когато сте притеснени, и много други неща. Съветвам ви да

говорите спокойно и уверено, сякаш той е някой ваш познат или приятел. Не издигайте на пиедестал разговора между вас като най-важното нещо, а просто се отдайте на момента.

Как да разбера дали се интересува от мен и е необвързан?

Ако по време на вашия разговор ви покани да седнете на неговата маса или ви предложи да танцувате, значи, че наистина си е паднал по вас. Ако поиска да си размените телефоните и да си уговорите среща на някое по-спокойно място, също значи, че има интерес към вас. Внимавайте обаче! Преценете добре дали ситуацията е безопасна, за да не роните сълзи след това. Мъжът, с когото сте се запознали, може да се окаже със съвсем други намерения - например да иска само секс без обвързване или да си търси просто развлечение за нощта.

Автор: психолог Мария Коева

Привет от слънчева Чехия!



Съжалявам, че в предния брой не успях да се включа, но пътувах и започнах работа в страна на която не зная езика. Сега ще опитам да компенсирам.

Обичам страната си и никога не съм и помисляла да я напускам, но... Когато разходите по лечение станаха повече от приходите, а заемите станаха непосилни, реших, че трябва да променя нещо в живота си и да оправя бъркотията, в която се бях озовала.

По съвет на приятели се замислих за работа в чужбина. В Англия и Германия заплащането е по-добро, но не знаех езика, докато в Чехия езикът е славянски и за мен по-лесен за научаване. Привлече ме и добрата им социална и здравна

политика. И така, събрахме със син ми малко багаж и потеглихме.

Пътувахме с автобус през Румъния. Впечатли ме колко красива страна е, но това, което ме изуми, е пълните със живот села. Дворовете пълни с добитък, млади хора и деца по улиците, двама овчари бяха подкарвали над 300 овце в едно от селата, през които минахме. Гледах и си припомнях как през моето детство бързахме да свърши учебната година, за да отидем на село и да се забавляваме цяло лято. А сега... Сега в България селата са пусти и само малкото останали старци очакват децата им да ги посетят на някой празник.

Пристигнахме в Чехия, близки ни бяха уговорили работа през агентура. Координатора ни посрещна, настани ни в общежитие и след два дена започнахме работа.

Вече втори месец съм тук и не мога да се нагледам на ред и красота. И понеже съм българка, не мога и да не правя сравнения, които уви, са все в наш ущърб.

При приватизацията ние си разпродадохме и закрихме заводите, а чехите са привлекли

Рубрика: “Нещата от живота”

Продължение от стр. 5

Привет от слънчева Чехия!

чужди инвеститори предимно от Италия и Германия и са ги направили печеливши. Ние рушим всичко старо, къщи, паметници на културата, казарми, а чехите реставрират и надграждат.

Живея я Млада Болеслав, град на около 50 км от Прага. Ходя по улиците и съм очарована как умело са съчетани стари и нови сгради. Къщи и блокове са в свежи цветове, все едно вървиш през цветна градина. Между блоковите пространства са целите в зеленина, катерушки за децата, люлки и пейки и си нямат вандали, които да ги потрошат.

Една вечер се прибираме със син ми от работа и на булеварда виждаме как колите спират, а не виждаме някой да пресича. Позагледах се и разбрах – колите спрели, за да може да премине таралеж. Целият град е пълен с таралежи, зайци, катерички и лалугери, които са много социални, понеже хората ги хранят. А в парка има река, която е толкова чиста, че се вижда рибата в нея и диви зеленоглави патици идват да похапнат риба и хляб, когато има кой да ги почерпи.

Така и не видях бездомни кучета и котки и попитах близките си, които са в Чехия вече 5-та година, защо.

Отговорът беше, че за бездомните животни има приюти и хората си осиновяват кучета и котки от там. И наистина, като позагледах кучетата, които се разхождаха на каишки със стопаните си не видях много породисти. Повечето бяха осиновени улични кучета. Имат си закон за защита на животните хората и си го спазват.

А у дома последно четох, че ще ме глобят 500 лева, ако нахраня бездомно животно. Ще ме глобят защото съм проявила човечност?!?

Къде е сега Таисий да му кажа защо някак без да искам започвам да се срамувам, че съм българка?

Звучи крайно и грубо, но най-големите садисти и серийни убийци за започнали със жестокост към животните. И какво да си помисля за хората издали закон, който не позволява да нахраниш гладно животно?

Но нека се върна към темата за Чехия.

Започнахме работа със сина ми, подписахме договори, направиха ни подробен инструктаж за безопасност на

Привет от слънчева Чехия!

труда, пожарна охрана и т.н. Нещо, което в България се пренебрегва и се свежда само до подпис в документите за инструктаж.

Седмица след като почнах ми се наложи да посетя Бърза Помощ. Тъй като картата удостоверяваща, че съм здравно осигурена, още не беше готова трябваше да заплатя услугата и лекарствата, но дежурната лекарка ми каза да запазя фактурите и при получаване на картата да посетя здравна каса, където ще ми осребрят фактурите. Направо зяпнах...

В последствие разбрах, че получавайки здравната карта и намирайки си личен лекар, прегледите ми ще са безплатни и повечето от лекарствата- също.

И понеже съм с онкологично заболяване попитах как стоят нещата с туморни маркери, други изследвания и лекарства. Оказа се, че всичко ще ми е безплатно. А у дома при все, че на хартия онко болните се лекуват безплатно, туморните маркери и лекарствата извън болничното лечение и терапиите се заплащат и струват скъпо.

Колкото до работата. Работа в завод за ел. инсталации на автомобили. Работата не е тежка, но се иска бързина и прецизност. И ако

работиш, ти плащат добре, ако се опитваш да се скатаваш, те заменят с някой, на който му се работи.

Вече втори месец съм тук и ми харесва все повече. Липсва ми България с всичката си красота, липсват ми приятелите и близките ми, но тук живея спокойно и без лишения.

Автор:

водеща семинари

Цветана Вълчанова



Рубрика: "Нещата от живота"

По следите на абитуриентите - аборигени в България



Разбира се, безспорно е, че не всички абитуриенти са аборигени. Но в днешния материал ще се обърне внимание само на онези от тях, чието умствено развитие не е успяло да достигне нивата на съвременната цивилизация. А причината е съвсем конкретна. Време е за балове. Тък те са демонстрация. Така е. Демонстрация са, но на какво ли?

Оставям на страна дългата върволица от някои девойки, които изглеждат не точно като девойки. Всъщност и не може да се разбере как изглеждат в действителност. До степен да се промъква изкушението да бъдат кандидатираны за рекордите на Гинес по носене на огромен килограмаж грим (с или без съответните кожни алергии). Подминавам скъпите автомобили,

взети на заем за 1 вечер от стринката на братовчеда на лелята, който заел успешно возилото на шефа си. С малко тапи за уши, иначе отпадналата отдавна от мода чалга, дънеща безумно (отново пак така за 1 вечер), също ще получи подобаващо пренебрежение.

И да си дойдем на... На паркинга. Нямам предвид паркинга пред някой блок, където единствените свидетели са разочарованите от гледката комшии. А паркинга пред голям столичен магазин, където групата абитуриенти-аборигени са се събрали демонстративно, за да демонстрират каквото и колкото си могат. Така е, всички трябва да ги видят, все пак са рядък вид (надявам се де). А на редките видове им се полага да предизвикват човешкото любопитство. Събралото се множество се конкурираше успешно с коя да е развалена плоча и на 279 465 път, когато: "И някой каза, 1,2,3...12 УУУУУЕЕЕЕЕЕ!" всъщност с прискърбие се установява, че развалената плоча би се предала и преустановила безсмисленото повторението много по-бързо от тях.

Рубрика: “Нещата от живота”

Продължение от стр. 8

По следите на абитуриентите - аборигени в България

Абитуриентите - аборигени не просто искаха да бъдат оглеждани и чувани. Не. Това е крайно недостатъчно за тях. Те особено много държаха и да бъдат и...

Подушени!

За целта спретната групичка също тъй демонстративно запали една гума.

До скоро действието беше приоритет на един друг рядък вид, който се слави със своето зле завършено (ако има такъв късмет) основно образование.

И въпросното действие се извършваше не точно на онова, което се предполага да е демонстрация на един уважаващ себе си бал. Но светът е пълен с чудеса. И ако някой абитуриент-абориген е твърдо решил, че желае и да бъде подушен, то нима има сила на този свят, която да му попречи да одими целия паркинг с гъст, трудно прогледен и вонящ неприятно дим? Не, нали?!

Като че ли демонстрацията на абитуриентите - аборигени няма да може да се опише в целия нейн блясък. Понеже става дума за само един паркинг. Пред само един голям магазин.

А България е... Тя е някак малко по-голяма. За средно статистическия български гражданин остава само да следи за поредна година фотографите, наддаващи за това чия снимка е уловила най-кичозния момент, най-голямото из-аборигенчване и най... Списъкът може да бъде продължен доста.

За бала като демонстрация на нещо друго дали остана място?

И има ли изобщо нещо смислено, което евентуално биха могли да демонстрират на един такъв важен момент, какъвто е балът, едни лица, чийто интелект стига само до там да запалят гума на паркинг?

Тук науката психология изглежда дори не смее да направи предположение.

Автор:

психолог Людмила Боянова

За уличните кучета в България



Ето каква е общата картина

Цяла поредица спомени за неприятни новини, свързани с уличните кучета, ми изплуват в главата. Проблемът е огромен и от години стои нерешен. Както се казва, отдавна е излезнал от всякакъв контрол. Спомените за зловещите новини се надпреварват кой да е пръв. Може би ето този. На мъж, който редовно хранил кучета. Докато накрая не влезе в новините с това, че същите тези кучета, които хранил така редовно, накрая го бяха изяли и него самия. Той завършил мъртъв. Явно кучетата, които е хранил, не са били негови приятели всъщност.

Следват кошмарните новини за изядени живи 2-3 годишни деца, завършило със смъртта им. После причиняващите жива болка и искрено

възмущение думи на онази възрастна жена от село Лисец, на която бездомни кучата, хранени от комшиите на бабата, изяли краката, оставяйки я БЕЗ КРАКА буквално, като притеклите се на помощ не могли да я отърват от жестокото нападение на озверелите песове... Думите, които пострадалата каза, винаги ще помня:

"Крака никога няма да имам - само тая количка ще е!... Ако си имам аз крака, ще взема една пушка и направо ще ида да ги убия! Аз ще ги убия - дето ме ядоха..."

Новините за кървавите набези на помярите над хората са толкова много, че няма да ми стигне мястото да ги опиша всичките. В същото време воят на фалшиви природозащитници като че ли успява да заглуши реалността и спешната нужда от нови закони. Такива, които са адекватни на създалата се ситуация. А тя е, че в страната са плъзнали огромно количество опасни и агресивни улични кучета. Те съставляват пряка заплаха за живота и здравето на всеки българин. Включително на онези, които ги хранят.

За уличните кучета в България

Особено опасно е, когато уличните кучета са хранени от магазини за закуски, хранителни магазини и ресторанти. В такива случаи често се заформя огромна глудница от псета. Като правило - с агресивен водач. И причината да пиша настоящите редове е точно тази. До нас има магазинче за закуски. Излишната непродадена стока поне няколко пъти на ден се мятат на уличните кучета. Съответно се насъбират песове на глутница, понеже храната е осигурена. И да. Водачът на тази глудница, е агресивно куче. То редовно се опитва да предизвика катастрофа с рязкото си изскачане на пътното платно, за да се покаже колко е можещо да лае колите, които току що са направили завой. По него тръгва и останалата кучешка шайка. Стандартен вид кучешко геройство. Само това, че колите не се движат бързо, за сега, спасява да няма жертви.

На спирката до същия този път, чакат хора. На един от чакащите автобуса мъже, му стърчи най-обикновена кърпа от джоба на панталона. Това озлоби кучето-алфа, все едно е дошъл краят на света. То се опита да нападне този мъж, а по него и още няколко кучета подеха веднага и без да се замислят инициативата. Само фактът, че мъжът

запази хладнокръвие и бързо се ориентира, че причината за агресията е кърпата и веднага я прибра, го спаси от нахапване.

Тези кучета обаче имаха и с какво още да ме изненадат. Те бяха агресивни не само спрямо коли и хора. Агресивни са и по между си. Конкуренция или нещо подобно. Едно от кучетата явно скоро е посещавало онова одобрено от фалшивите природозащитници място, на което са му поставили "обица" с маркировка на ухото. Горкото животно беше повалено от останалите песове, които упорито се опитваха да му оглозгат ухото заради тази "обица". Гледката как пред очите ми ще разкъсат ухото на това куче определено не ми понесе. А уж не съм от хората с най-слаби нерви.

Агресията на уличните кучета е видимата заплаха. Но има и още една заплаха, която идва от тях. Тя е по-невидима. Докато не стане късно. И лекарите не се произнесат. Става дума за болестите, които кучетата могат да предадат на човека. Списъкът е дълъг, затова ще се огранича само до три от болестите.

За уличните кучета в България

Кучешка тения (ехинококоза)

България е на първо място в ЕС по заболяемост от кучешка тения. Скрытият период, при който не личи нищо, може да продължи от 6 месеца до 10 години. Симптомите на тази тения при хора са кашлица, болка и тежест при ребрата в дясно. Основно поразени са черният дроб, белият дроб. Кучешката тения спомага за образуването на множество кисти по тялото, които могат да седят с години и да са в различни размери. Лечението е оперативно (често с няколко операции и 6 месеца представяне на болничен лист на работодателя, а може и повече, в зависимост колко засегнат е организма) и медикаментозно.

Бяс

Кучето, което е преносител, може да няма симптоми на болестта, а само да я предава на човек. След това бързо се проявяват нервни смущения, силни болки и потене, увеличено слюноотделяне. При неразпознаване на проблем, вирусът, причинител на бяса, води до енцефалит. Следват парализи, довеждащи от усложнения до смърт.

Микоза

Уличните кучета пренасят огромен брой гъбични заболявания, които са

заразни и за човека. Надали има нужда да обяснявам какво са гъбичните заболявания. Рекламите по телевизията показват достатъчно хора с разранени ръце и крака, пожълтели разпадащи се нокти. Гъбичните заболявания са упорити, а лечението им е скъпоструващо. Противно на рекламните става с две намазвания с чудодееен лак. Понякога лечението може да продължи година и повече.

След всичкото това защо в България има толкова много улични кучета?

Защо броят им не се контролира? Вървейки по улиците, човек остава с неприятното усещане, че уличните кучета отдавна са на брой повече, отколкото са хората. А както се посочи по-горе- това е опасно за здравето и живота на хората.

Защо като в нормалните държави, тук няма приюти, които веднъж взели животно от улицата, го задържат, а не го връщат обратно на улицата? Все пак не е работа на милосърдни хора от добро сърце да хранят кучетата, нали? А и самите кучета какъв живот да имат на улицата? Там те просто са осъдени да умират на

За уличните кучета в България

БАВНА и ЖЕСТОКА смърт. Болестите не прощават. Колите ги газят. Агресивни хора ги бият. Междувременно същите тези улични кучета пренасят заразите, хапят и убиват хора. Не е добре нито за кучетата, нито за хората, да има улични кучета.

Защо агресивните кучета не се евтаназират? Би трябвало. Даже на спомен, има такъв закон. Но на практика сме свидетели, че това не се случва. А последиците са такива, че пред тях бледнее и най-страшният филм на ужасите, създаван някога.

Отговорът, който е най-близо до ума е, че видим ли, изглежда че има едни пари за усвояване. И докато кранчето не спре, в България ще бъде умишлено поддържан този ад, на който всички ние сме свидетели всеки ден и който е еднакво лош и за хората, и за уличните кучета.

Автор:

психолог Людмила Боянова





Защита на авторските права в "Психика"

1. "Психика" се ползва от защитата на сега действащия [Закон за авторското право и сродните му права](#), а така също и на международните договорености, по които България е страна.
2. Препубликуването на публикувани в "Психика" материали (или на части от тях) е възможно само след договаряне с техните автори или с издателя (Людмила Боянова). В този случай е задължително да се укаже конкретен автор и че материалът е от е-списание "Психика" и да се постави активна хипервръзка (<https://e-psiholog.eu>).
3. Никаква част от материалите в "Психика" не може да бъде използвана за комерсиални цели.
4. Авторските права на публикуваните в "Психика", както и сродните им права (преводчески, съставителски, права за преработка и др.) принадлежат на лицата, които са ги създали (съгласно чл. 5, 9, 11, 12 от Закона за авторското право и сродните му права).
5. Използват се снимки с CC0 Creative Commons (безплатни за търговска употреба, при които не се изисква признание на авторството) и неограничени от лиценз. При възникнали проблеми, моля незабавно се свържете с нас!
6. Достъпът до публикувани произведения може да бъде спиран само по инициатива на "Психика" при получаване на неопровержими доказателства за плагиатство, нанасяне на ущърб на трети лица и др. закононарушения, които не са били известни на редакцията към момента на публикуването им.
7. Никой от "Психика" не носи отговорност за действия на трети "лица", както и за допуснати вреди, нереализирана печалба и т.н.

ЕКИП:

Издател, Гл. Редактор,

Уеб дизайн, Колумнист:

Психолог Людмила Боянова

<https://e-psiholog.eu>

boyanova@e-psiholog.eu

Редактор, Колумнист:

Психолог Мария Коева

<https://koeva-psychologist.blogspot.com>

mariyakoeva7@gmail.com

Редактор, Колумнист:

Водеща семинари Цветана Вълчанова

cecivalchanova@abv.bg

Място на издаване:

България, гр. София, бул. П. Дертлиев 4

Последвайте
е-списание "Психика" в:

Facebook

[https://www.facebook.com/](https://www.facebook.com/psihika.spisanie/)

[psihika.spisanie/](https://www.facebook.com/psihika.spisanie/)

LinkedIn

[https://www.linkedin.com/in/cnucanie-](https://www.linkedin.com/in/cnucanie-psihika-3914b016b/)

[psihika-3914b016b/](https://www.linkedin.com/in/cnucanie-psihika-3914b016b/)

Twitter

<https://twitter.com/tAHZwDvrBNik7lx>