

е-списание за психология

ПСИХИКА

ISSN 2603-4433

Брой 39
януари 2021



Съдържание:

СТР. 1 - ВРЕДНИ ЛИ СА ЕКРАННИТЕ УСТРОЙСТВА ЗА ДЕЦАТА?

СТР. 4 - ХИПНОЗА - КАКВО Е ТОВА

СТР. 7 - ЖЕНИТЕ ЗА МЪЖКИЯ ЧАР

СТР. 11 - КАКВО ИСКАТ ЖЕНИТЕ ОТ МЪЖА НАД 40

СТР. 14 - КОЛЕДНИ НЕВОЛИ





Все повече хора се питат: "Вредни ли са екранните устройства за децата?".

Причината за това е, че напоследък стана модерно всяка нова технология да се демонизира от определени прослойки. Особено, когато става дума за това да се предостави ли тя на децата.

Цяла поредица от хора, които имат явен страх от gsm-и, таблети и компютри, се надпреварват в хор да обясняват колко са вредни тези машинки за децата, как от тях те затъпявали, ставали едва ли не неандерталци.

Дори наскоро прочетох и безумието, че децата, ползващи екранни устройства щели да свършили в полицията след

време. Толкова е страшно да се ползват.

А новите технологии вредни ли са наистина? Има нещо вредно в цялата история и това е невежеството. То zakлеймява всичко, което не разбира.

Новите технологии са навлезли във всяка сфера и отдавна са част от живота ни. За хората, които не ги владеят до съвършенство, в бъдеще се очаква да не са в състояние да си намерят работа. Както и с езиците - вече да се говори само един чужд език почва да става недостатъчно. Затова хората масово се ориентират да поддържат на добро ниво уменията си за работа с компютри, телефони и да научат поне 2 чужди езика. Това им дава конкурентно предимство при намиране на работа и осезаемо по-добра заплата.

Отнемайки достъп до технологии на детето, се отнема и шансът за тяхното овладяване и след това и за по-добра реализация в бъдеще. Затова нека да оставим настрана страха на

Продължение от стр. 1

невежеството от новите технологии и да се съсредоточим върху това как правилно да поднесем тези технологии на децата, така че един ден те да нямат проблеми с намирането на работа. Колкото по-рано се започне с овладяването на технологиите, които ни заобикалят, толкова по-добре.

Ето няколко лесни правила, които трябва да се спазват, за да може детето да ползва екранни устройства:

1. Обяснете на детето, че всяко нещо си има своите граници, които ако се прекратят, става лошо. Ето защо е важно да контролира колко време прекарва пред компютъра, таблета, gsm-а. Помогнете на детето от рано да си изгради навик да ползва екранни устройства без да прекалява с тях. Кажете му, че на улицата мястото на телефона е в джоба, в раницата, но не и в ръката. Така ще го предпазите от това да пресече неправилно заради телефон и да пострада. След това вече идва интересната част.

2. Покажете на детето, че може да ползва екранните

устройства, за да гледа научно - образователно видео. Нека то самостоятелно да избере какво го вълнува да гледа. Може би космосът? Може би колите? Може би морето? Може би иска да разгледа някоя друга държава? Или нещо друго? Може да "посети" други места, където иначе няма как да го заведете. Дори друга планета или дъното на океана.

Може да си намери видео с упражнения за спорт, които да ползва, за да спортува. Може да учи безплатно чужди езици от специализирано видео. Няма ограничения. Така детето ще развива своя интелект.

Веднъж събудите ли любознателността, то очаквайте да придобие висок интелект, последван от хубав успех в училище. И със сигурност - добра реализация в бъдеще.

3. Не забравяйте и игрите и забавните филмчета, но научете детето да контролира колко да учи и колко да играе с технологиите. Вредно е да се ползват технологиите само

Продължение от стр. 2

за учене, но е вредно и да се използват само за безсмислени игри и забавления. Те и не са създадени основно за игри и забавления.

А напротив - игрите и забавленията са второстепенни. Най-правилното е да има баланс между ползването на технологиите за учене и за забава.

4. Обяснете на детето как да взаимодейства с интернет. Наблюдавайте го. Бъдете негов страж срещу неподходящо съдържание в интернет, но не го спирайте да се учи да борава със съдържание от там. Един ден това умение със сигурност ще послужи на Вашето дете. Дори и само защото учебниците се пишат от хора, които... Да. Сещате се за какво говоря. Интернет може да помогне и с онази част от уроците, които някои хора не са се справили да напишат кадърно.

5. Ако прецените, че нямате нужните умения, за да се справите с напътствията на детето си по отношение на технологиите, то не се притеснявайте да запишете детето си на курсове. Някои

днешни деца на 6-7 годинки започват да учат програмиране и роботика. И се справят блестящо под вещото ръководство на специалисти. Няма нито една причина, поради която и вашето дете да не е в състояние да постигне същите резултати, при подходящо напътствие и обучение в специализиран курс за деца.

Спазвайте тези правила и можете да сте спокойни, че осигурявате възможно най-доброто развитие за детето си в условията на все по-широко повсеместно навлизане на нови технологии.

Автор:

психолог Людмила Боянова

ХИПНОЗА - КАКВО Е ТОВА



Хилядолетия назад, в големи центрове на човешката цивилизация като Индия, Китай, Египет, Вавилон, Асирия и други, хипнозата е имала своята лечебна, религиозна и магическа роля.

Още от миналото за привеждане в хипноза са ползвали фиксирането на погледа, примерно в кристали (катопроманция). Може би така тръгват разказите за видяното в кристалните топки и вълшебните огледала.

Хипнозата е позната от древността и по българските земи. Известна е повече под името „баене“ и е използвана с лечебна цел, редом с билки от знахарките, за които се вярвало, че чрез баене и билки можели както да лекуват болести, така и да ги причиняват.

Основание за това, че баенето е всъщност хипноза, се открива във възвратната форма на глагола „бая“ в редица славянски езици, означаваща „отдавам се на сън“. Например в чешкия „bajistsi“ е „мечтая, отдавам се на сън, на илюзия“, а в руския език приспивната песен е „Баю, баюшки, баю...“. Също така баенето се свързва и с гадателството.

За прабългарите пък Меандър пише, че жреците им чрез бързи движения на едно място изпадали в транс и след това са можели да режат тялото си или да се изгарят, без при това да изпитват болка.

Хипнозата е започнала своя пробив в науката с изследванията на един английски хирург - J. Braid (1795-1860). Той категорично отхвърлил Месмеровата концепция за животинския магнетизъм, като доказал, че става въпрос за хипноза.

Горе-долу по онова време сред лекарите набира популярност хипнозната

анестезия (операциите масово се правили под хипноза, за да са безболезнени). За авторитета на хипнозата сред лекарите свидетелства факта, че тя е с призната лечебна стойност от Британското Медицинско Дружество от 1891 г.

Мнозина имат грешната представа, че хипнозата е състояние, подобно на съня. Но изследванията на мозъчните биотокове, които позволяват да се изучават съня и хипнозата, изясняват, че между съня и хипнозата има съществени различия. Според електроенцефалографичните показатели, човек под хипноза всъщност бодърства.

При хипнозата липсва това, което обичайно характеризира съня. Поради тази причина хипнозата и съня не трябва да се идентифицират и хипнозата - това не е просто частичен сън, а друг род състояние на мозъка.

Отличителна черта на хипнозата се явява несвойствената нито на съня, нито на бодърстването, избирателност в усвояването и преработката на получаваната информация.

Доста хипнотизатори се опитват да разделят хипнозата на стадии. Има много спорове относно това колко са последно на брой тези стадии- дават ги 3,6,9,12, че и повече стадии се изкарват. Най-удобно е хипнозата да се раздели на 3 стадия:

1-лека- Характеризира се със съвсем лека сънливост и отпускане.

2-средна-hypotaxia- тежест в тялото, трудности с говоренето и мисленето, наблюдава се спонтанна и внушена каталепсия (феномен на восъчна гъвкавост на ставите и мускулите).

3-дълбока; с възможност да се внушават халюцинации, да се докара анестезия (нечувствителност, обезчувствяване на някоя част от тялото) или огромна болка, лекуват се известно количество болести (например неврози и т.н., но е грешна представата, че с хипноза може да се лекува всичко), може и да се внушат



ХИПНОЗА - КАКВО Е ТОВА

Продължение от стр. 5

и някои болести и т.н.

Съществуват и най-различни видове хипноза, в зависимост от начините, по които се постига тя или пък целта, която обслужва. Сред по-интересните е т. нар. аблационна хипноза - тя се получава по условен път, без да е необходимо присъствието на хипнотизатор.

Друг вид хипноза, която предизвиква интерес, това е регресивната хипноза.

Някои хора имат грешната представа, че тази хипноза е доказателство за съществуването на прераждането.

При регресия към по-ранна възраст под хипноза човек може да разказва един начин как се е развило едно събитие и с какъв край, а след хипнозата - да разкаже същото събитие по друг начин с друг край. Това кара редица специалисти да се съмняват, че регресия изобщо е възможна, защото понякога се получава едно преплитане между реалност и несъзнавано желание как би трябвало да изглежда реалността и всъщност понякога надделява

несъзнаваното,

вместо

реалността.

Друга причина хипнозата да не става за доказателство, че има прераждане, това е фактът, че в състояние на хипноза могат да се предизвикват сънища с определена тематика.

Под хипноза човек може да се потопи изцяло във фантазиите си или да се идентифицира изцяло с герой от филм, пиеса, разказ. В състояние на хипноза често се разказват сънища, които очевидно са били забравени в състояние на пълно съзнание. Иначе ако даден сън по принцип се помни, под хипноза човек разказва още подробности от съня. Та поради това, "миналият живот", който може да се види под хипноза, ще е точно един предизвикан сън, но няма да бъде нищо повече от сън.

Автор:

психолог Людмила Боянова



Жените за мъжкия чар

„Естествено е, че жените са по-умните. Да сте чували някога за жена, която да си е изгубила главата заради красивите крака на някой мъж?“

Фаина Раневска

Понякога мъжкият чар се крепи само на магия. Тя пък е преходна. Затова силният пол трябва да се замисли, какво не обича жената до него и всички шансове ще бъдат на негова страна.

Грешно подбрани чорапи

Ако погледът ѝ се спре върху набраните или още по-лошо - бели чорапи, надничачи изпод прекалено късия панталон, няма какво да се лъжем - работата ви е спукана. Жените са

безмилостни и режат квитанцията дори при нищожен повод. Връщането назад е трудно и безсмислено занятие.

Съвет

Панталонът пада върху обувките с мека гънка, а чорапите стигат до средата на прасеца. Ако държите на стила, изберете сивия или черния цвят. Можете да носите и чорапи с дискретни шарки (но не и със смърфчета!).

Мръсни нокти

Слагате си ръцете на масата. Тя коварно ви пита дали не сте спукали гума по пътя. За съжаление дори нямате кола. Присъдата е прочетена. Жените са твърде чувствителни към чистотата на мъжките крайници.

Съвет

Режете ноктите си и се грижете за чистотата им. Също така подстригвайте прекалено дългите косми от веждите си, както и всичко, което стърчи от носа и ушите ви.

Продължение от стр. 7

"Виж колко съм готин"

Цяла седмица тя ви е виждала в строг костюм. Чакате уикенда, за да се облечете спортно. Два часа пот във фитнеса, гладко бръснене, скъп афършейв, за какво още да говорим!

Мускулите ви са от стомана. Отваряте гардероба и вадите тънкия и тесен черен пуловер. Натъпквате го в джинсите. Гърдите ви изпъкват. Сигурен сте, че тя ще падне от възторг. Да, но не сте прав.

Жените изобщо не си падат по напompани биячи, по „Треска в събота вечер“ и яки бицепси! Тя ви зарязва, без да й мигне окото!

Съвет

Винаги носете пуловера си върху панталона. Небрежната елегантност е ключ към сърцата на дамите.

Връзката с ключове на колана

Най-добрият приятел ви е подарил ключодържател „Ферари“, който носите на скъпия си колан. Все едно разкарвате цял комплект

инструменти, които подрънкват при най-малкото движение.

Жените не могат да търпят подобни дрънкулки и ще виждат само подскачащата кинкалория, но не и самия вас.

Съвет

Ограничете багажа, който разнасяте със себе си. Освен това според психолозите подобно поведение издава агресивен и груб характер. Ако се налага да носите много ключове със себе си, ги крийте в чанта или в специален калъф.

Сметката на две

Ресторантът е прекрасен и изобщо не е скъпо. Докосвате крака й под масата, предлагате коняк и кафе (надявате се нощта да бъде дълга!). Сервитьорът носи сметката. Набързо делите на две върху салфетка и казвате „Само по 25 лева на човек!“. Тя отдръпва крака си. Жените не обичат да си плащат сметката, когато са с мъж! Галантността никога не е била сестра на скъперничеството.

Продължение от стр. 8

Съвет

В ресторанта, в киното, в театъра... - плащайте винаги, поне първия път, никога не разрешавайте на дамата дори да си извади портмонето. Всеки разход се изживява от жените като истинска емоция. Това е важен и символичен акт, докато за мъжа сметката си е чисто и просто поредната сметка.

Чоплене в носа

Излизате от кино, тя е във възторг от филма. Сядате в колата, още на първия червен светофар природата ви взема връх и показалецът автоматично тръгва на интересно пътешествие в ноздрите ви. Току-що загубихте самоконтрол. Действахте все едно, че сте сам, бяхте груб и невъзпитан. Прекривате забрана, която са ви наложили, когато сте били дете.

Съвет

Дръжте ръцете си на волана. Ако показалецът ви засърби, насочете го към радиото. Само, ако устоявате на изкушенията, ще се превърнете в истински съблазнител на жени.

Нарцисстични наклонности

Винаги сядате пред голямо огледало. Ето защо обичате баровете и бирариите. Вместо да я гледате в очите, се усмихвате на отражението си и подреждате непокорните си кичури. С подобни маниери можете да изкарате извън нерви и най-красивата манекенка. Всяка жена ще си помисли, че сте завършен егоист. Вятърничав, непостоянен и т.н.

Съвет

Имате право на едно оглеждане дневно - сутрин. И точка. Всички виждат и знаят, че сте хубав.

Носталгия по миналото

По-силно е от вас. Постоянно се връщате назад и си умирате да говорите за жените, пресекли живота ви. В началото тя се разнежва („Най-сетне попаднах на чувствителен мъж“), но бързо ѝ омръзва. Стоп!

Съвет

Помнете, че миналото си е минало, а настоящето е

настояще. Живейте в него, ако искате да бъдете щастливи!

Шарещият поглед

Нищо не изнервя една жена повече от постоянно шарещия и опипващ поглед на мъжа до нея, ако той не е собственик на агенция за манекенки. Особено ако излизат заедно за първи път. Разбира се, вие не си давате сметка за поведението на очите си, тъй като го правите постоянно. Хоп! Ето че погледът ви се лепва за дупето на сервитьорката. Хоп! Вратът ви се извива към вратата, където се появяват три млади дами. Не се притеснявате да фиксирате и деколтето, преливащо на съседната маса... Съвсем не сте романтик - това е ясно. Но ако имате постоянна приятелка, тя със сигурност е завършена мазохистка.

Съвет

Не се обръщайте след всичко, което се движи. Или се преструвайте на полусляп, присвивайте карикатурно очи и твърдете, че не можете да различите една красавица от баба й.

Манията по електронни играчки

Тя идва да ви вземе от офиса. Вие се чудите как да й направите впечатление и се разкъсвате на четири, за да й докажете колко сте незаменим. Ръцете ви тичат по клавиатурата на компютъра. Телефонът звъни. Затваряте, водите органайзера си и програмирате бизнес-обяд. Започвате да хвалите джобния си компютър. Тя премигвава отегчено. Някога разгръщали ли сте женско списание? Да сте виждали цели страници, посветени на електрониката?

Съвет

Повечето жени са безчувствени към бижутата... на електрониката. Те не четат инструкции за експлоатация и програмиране на стереоуредби, видео и други играчки за мъже.

Запазете тази тема за приятелите си!

Автор: Маринела Младенова,
Клинична социална работа

КАКВО ИСКАТ ЖЕНИТЕ ОТ МЪЖА НАД 40



надолу. Вече сме открили и омайващите грозници.

Онова, което не приемаме, е дребничкият, посредствен, невзрачен мъж, който се мушка навсякъде, второкачественият отегчителен мъж.

Верен, но как? Ако и на 40 той все още не си оставя пяната за бръснене при нас? Непреклонни ли сме?

На 20 години искахме той да е красив, демоничен, страстен. Е, добре, имавме го такъв. Сега, на 40 години, вече знаем, че искаме нещо по-различно - единствено тихо щастие.

Едва след 35-те ставаме по-сговорчиви. И вече не се оставяме да бъдем ухажвани от първия хубавец наоколо. Очевидно имаме същите вкусове, но вече си казваме, че красотата е другаде.

Това, което днес ни завладява, е очарованието на неговото лице. Малките бръчици около очите, погледът, усмивката, здравите ръце, на които разчитаме, когато се плъзгаме

Е, да. Сексуалният самарянин, който бяга след всяка фуста, по-добре без него. Вече нямаме желание да се състезаваме с всички момичета. Но ако понякога той допуска отклонение, за което после съжалява, ние сме склонни да се направим, че нищо не знаем.

В леглото. Ако не се получи малката искра в началото, веднага стоп! На 38 години нямаме повече време за обучение, времето тече вече обратно, хоризонтът има граница. Искаме нещо хубаво веднага, нещо, което да възпламени тялото и погледа ни.

Продължение от стр. 11

„Без нас“ - на мъжете с чувство за малоценност, на тези с едипов комплекс, или които не харесват хубавата любов.

Един бунтовник на 20 години е нещо опияняващо, но днес това ни уморява. Искаме обикновена любов, дори страстта не ни заслепява повече.

Двама навсякъде - това вече е много. Сърдечните пориви, безсънните нощи - мерси, опитали сме го, затова го оставяме за мелодрамите.

На жените в зряла възраст, зажаждали за яснота и спокойствие, е нужна тиха устойчива любов, приятна за кожата ѝ, в която се чувстваме удобно.

Един мъж, с когото ни е добре в леглото, на масата, в киното, на плажа, ето това е всичко.

Ако той ни сервира шампанско, то е заради удоволствието да си поговорим, да си разкажем как е минал денят. Всъщност важно е да бъдем двама.

Не понасяме и празнодумците. На 20 години

се хранехме с мечти. Изпитвахме нужда да се извисим над реалността и доверчиво се хванахме на номера, с който той се перчеше. Сега слушаме историята на живота му без клишета, с всички наранявания и любови. И ако е Дон Жуан, добре е да ни го признае честно, можем да го разберем.

Намира ни красиви. И когато срещнем погледа му, имаме чувството, че сме лакомство, а той е един изгладнял мъж. Никога няма да ни омръзне тази лакомия. Неговите влюбени ръце, които сграбчат талията ни като че ли сме Клаудия Шифър. Той може да бъде куц и плешив, но ако ни разкраси с думи, ние ще направим от него нашия малък мъж за ежедневиия живот.

Неговите пари. Преди двадесет години бихме предпочели художник в мансарда под течащия покрив. Има моменти, когато ни е забавно да изкачваме петия етаж без асансьор. И други,

Продължение от стр. 12

когато предпочитаме асансьора. С един състоятелен човек се живее много по-лесно, отколкото с мъж, пълен с дългове. Приятно е да се живее с човек, който има здрави, чисти връзки с парите, без да бъде прахосник или скъперник...

Неговите вкусове. На младини откривахме шеметните висини с русия младеж, който четеше руски романи или обичаше водката. С времето се уморихме. Да имаме едни и същи интереси - вече е добре. Да изпадаме заедно в ентусиазъм

пред разходка с мотор или вкусно блюдо, това е вече животът ни.

Толкова приятно е това съучастничество, което ни кара да се радваме на общи усещания. То не изключва запазените лични области, които с удоволствие бихме разкрили пред другия.

Но за това имаме необходимото време.

Автор: Маринела Младенова,
Клинична социална работа





Колкото обичам коледни филми и приказки, толкова не обичам цялото суетене и приготовления по Коледа.

За мен идеалната Коледа е вкусна вечеря, чаша червено вино и филма „Коледна песен“ по Дикенс на компютъра.

Обаче съм в чужбина, живея в общежитие и празнуваме заедно с още куп колеги-съквартиранти. А те са по традициите. Според традицията на Коледа трябва да има седем постни ястия на масата. Добре, лошо няма! Ама колегите решават, че месо не може. Не било според традицията.

И нали устата ми е голяма и трудно я държа затворена. (Една приятелка все ми казва да си повтарям „Имам предни зъбки, имам предни зъбки“... Но не действа тая мантра.) Та...

Отварям си аз голямата уста и казвам, че е крайно лицемерно цял ден да ядем луканки и кюфтета, а вечерта да се правим на праведни вярващи с постно. И питам кого лъжем така: себе си или Бог?! И ме обявиха, че не вярвам в Бог.

Ами вярвам си! В много богове вярвам и в душата ми има олтар за всеки от тях, но не лицемернича!

Как да е, болшинството печели и се примирих с постна храна на връх Коледа.

Банкетът започна. Музика, танци, поздравници... Докато един от колегите не започна да разказва как навремето тормозил магарето на село и едва не го уморил, как удавил котката и още подобни, заливайки се от смях. Е, това вече не ми понесе и му казах, че е жестоко да се тормозят животни. Съответно влязохме в лют спор. Другите мълчат, понеже не искат да си развалят отношенията с колегата. Но аз обичам животните и просто няма да съм аз, ако премълча.

Малко след това се прибрах в стаята си, защото не ми понася да съм на една маса с човек, който тормози животни. Не съм веган и ям месо. Но дядовците ми, когато колежа животно на село, първо се молеха, а после благодаряха на гадинката, че дава живота си, за да се нахраним ние. Това безсмислено тормозене на животни за собствено удоволствие е жестоко и гадно. Разделяла съм се и с близки приятели заради тормоз над животни.

На другия ден колегата идва и ме пита гледам ли на карти. Отговарям, че даже ги колекционирам. Имам близо 30 различни колоди Таро. А той светва като елха с лампички и ми заявява, че съм вещица, която му е направила черна магия. Обаче той нали бил вярващ и не го хванала. И понеже съм вещица, то съм лош човек и той повече няма да общува с мен.

И като ме напуши на смях... Смях се с цяло гърло, чак сълзи ми потекоха от очите. И го питах той защото е религиозен, затова ли си позволява да тормози животни и да върши и други грехове? И като ги натрупа, какво прави? Моли се

на Бог да ги опрости и пак наново? А колегата побесня и изхвърча от стаята.

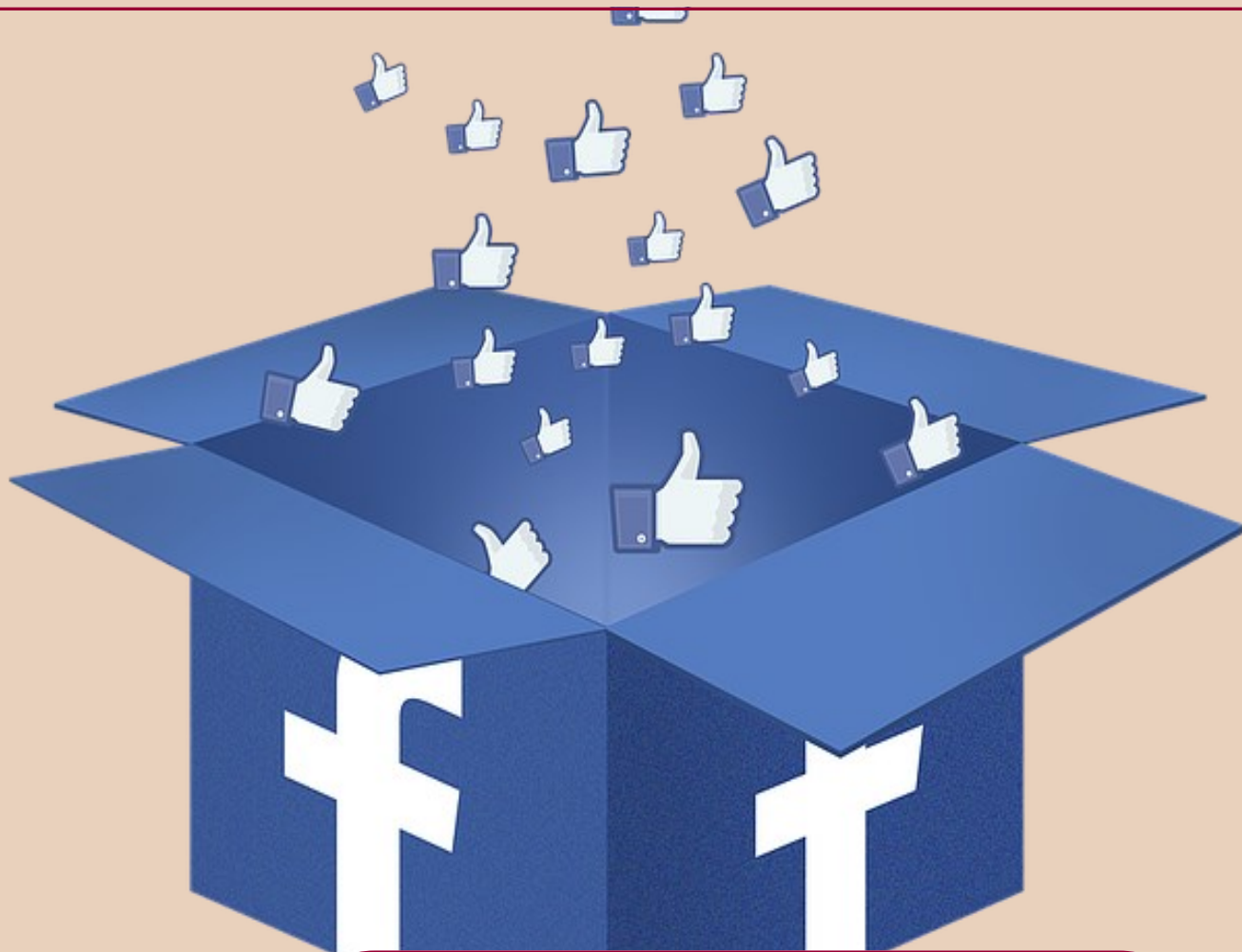
Така вече няколко дена колегата ходи и разправя на останалите колко зла вещица съм и как трябва да се пазят от мене. Аз пък използвам това да видя на кой колко му е умът в главата.

Но се замислям... Аз не съм религиозна и разчитам на съвестта си да постъпвам правилно. Той (а дали само той?) е набожен, всяка втора дума в устата му е Бог, но не спира да създава сплетни и интриги и да върши и други грехове.

И се питам кои са подобри? Атеистите, които живеят според собствената си съвест и носят отговорност за действията си или религиозните лицемери, които разчитат на Бог да им опрощава греховете?!?

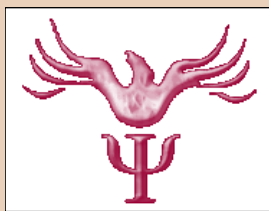
Автор: Цветана Вълчанова,
водеща семинари

ПРИСЪЕДИНЕТЕ СЕ



Към нашата Facebook група:

Психология и самоусъвършенстване:
<https://www.facebook.com/groups/psychology.bg>



Пишете ни на e-mail:
office@psihika.eu

ЕКИП, за информация: [КЛИК](#)

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 договарености, 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 (преводически, 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 CCO 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.

Издател, Гл. Редактор,

Уеб дизайн, Колумнист:

Психолог Людмила Боянова

<https://e-psiholog.eu>

boyanova@e-psiholog.eu

Редактор, Колумнист:

Психолог Мария Коева

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

mariyakoeva7@gmail.com

Редактор, Колумнист:

Водеща семинари Цветана Вълчанова

ceci.valchanova@abv.bg

Редактор, Колумнист:

Маринела Младенова, кл.соц.работа

crane666@abv.bg

Място на издаване:

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

**Последвайте
е-списание "Психика" в:**

Facebook

<https://www.facebook.com/psihika.spisanie/>

Linkedin

<https://www.linkedin.com/in/списануе-психика-3914b016b/>

Twitter

<https://twitter.com/tAHZwDvrBNik7Ix>