

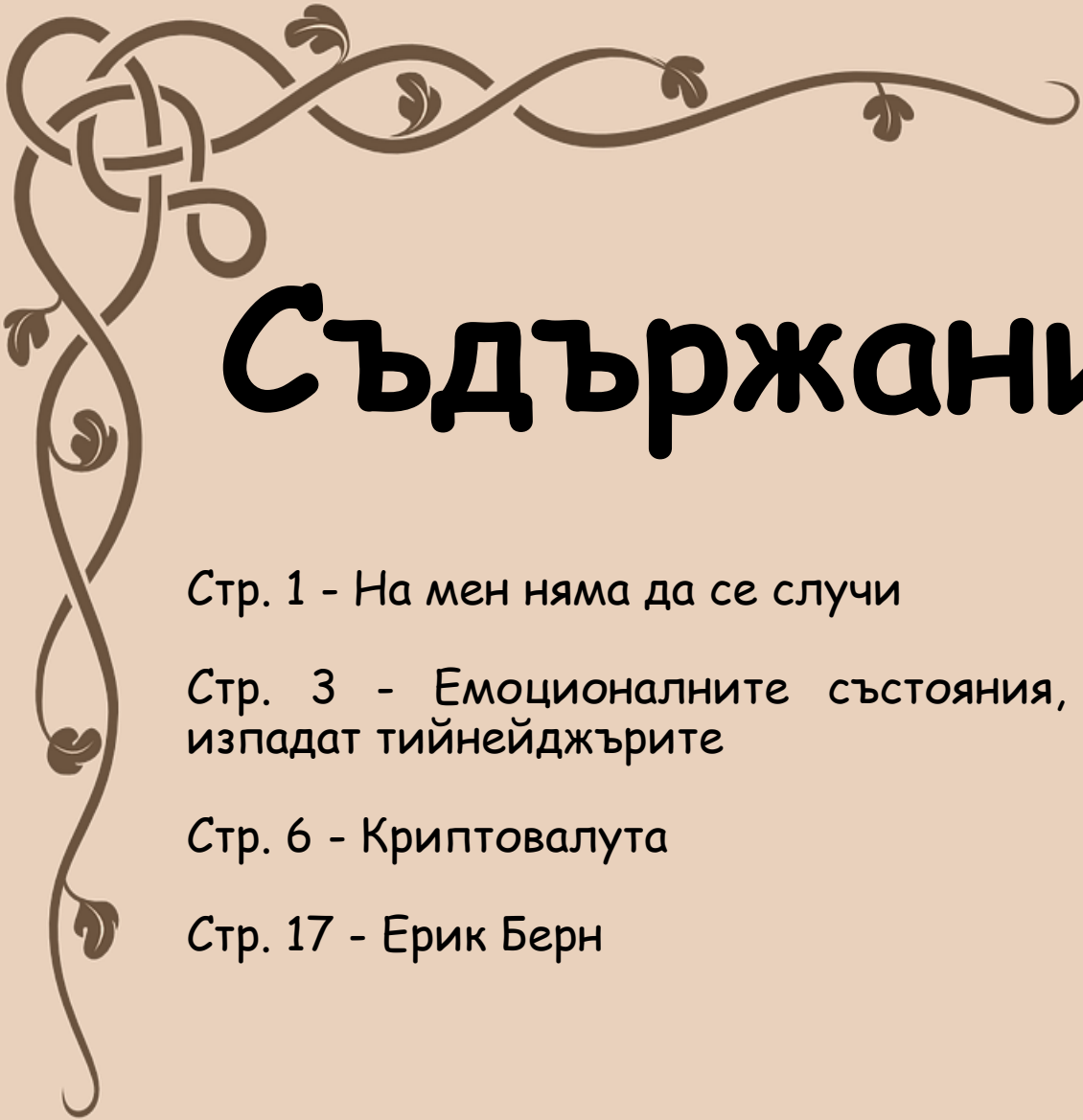
е-списание за психология

ПСИХИКА

ISSN 2603-4433



Брой 47
септември 2021



Съдържание:

Стр. 1 - На мен няма да се случи

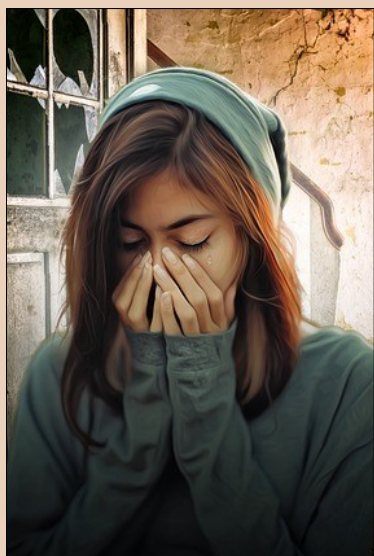
Стр. 3 - Емоционалните състояния, в които изпадат тийнейджърите

Стр. 6 - Криптовалута

Стр. 17 - Ерик Берн



НА МЕН НЯМА ДА СЕ СЛУЧИ



В една от книгите на Антъни Гидънс са публикувани няколко правила за дами, които искат да ограничат риска от изнасилване. Те са създадени от женска организация в САЩ. Реших да разкажа за тях с надеждата, че ще достигнат до колкото се може повече читателки. Списъкът е и подкрепа на тезата, че изнасилването е престъпление, влияещо върху поведението на всички жени. За мен също беше полезно да прочета всичко това и да го споделя с вас, тъй като вярвам, че „На мен няма да се случи“ не важи. Какво съветва организацията:

Да направите дома си безопасен, като ключалките, прозорците и вратите да са в

ОК състояние. Ако ви предстои преместване, да подмените бравите. Нека да светят лампите, ако живеете сами, за да направите впечатление, че е обратното. Когато отваряте вратата, умишлено казвайте например „Ще отворя, скъпи!“. Недейте да пишете първото си име на звънеца или пощенската кутия. За целта използвайте инициали. Предпазливостта е най-доброто оръжие, що се отнася до намаляване риска от изнасилване, така че не забравяйте да допускате в жилището си само мъже, които познавате. В САЩ например всеки електротехник или водопроводчик има служебна карта и може да се легитимира. В България за съжаление тези хора си влизат просто така, което не е никак ОК. Още нещо - ако живеете в блок, не влизайте сами в мазета, гаражи и т.н.

Организацията съветва да не отговаряте на неприлични телефонни обаждания. Вместо това веднага се обадете в полицията и подайте сигнал.

Ето един много хубав съвет - ако ви се наложи да излезете

Продължение от стр. 1

късно вечер, носете в ръка подходящо „оръжие“ като запалена цигара, игла за шапка, чадър, писалка, кухненска вилица, верига за ключове, четка за коса, гребен, полицейска свирка. Правилото гласи тя (последната) да НЕ е завързана около врата, а на верижка за ключове.

Никога на автостоп! И ако все пак е крайно наложително, правете го на групи и при засилен пътен трафик.

Вашият резервоар трябва да е поне до 1/4 пълен, когато шофирате. Друг съвет на женската организация е колата да се заключва винаги, когато излизате от нея, а преди да влезете, да направите една проверка на пода и задната седалка. Ако автомобилът ви се повреди, недейте да

приемате помощ от мъж - оставете капака вдигнат и изчакайте в заключената кола полицията.

Относно флирта с непознат - правилото гласи да не го правите, ако в настоящия момент сте с по-лабилна психика. При интимна среща кажете по-рано за границите на вашата сексуална дейност, за да не възникнат недоразумения по-късно.

Не се качвайте сами с мъж в асансьора - мисля, че тук всичко е ясно.

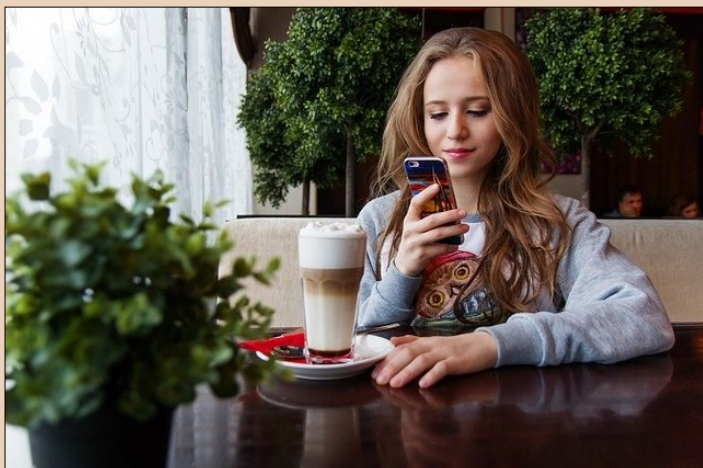
Изключително ценен съвет, който и аз си взех - ако ви нападнат, не викайте „Помощ“, а „ПОЖАР“!

Автор:

психолог Мария Коева



ЕМОЦИОНАЛНИТЕ СЪСТОЯНИЯ, В КОИТО ИЗПАДАТ ТИЙНЕЙДЖЪРИТЕ



Тийнейджърите изпадат често в по-тежки емоционални състояния и ме питат как да се справят с тях. Обикновено казват, че нямат основателни причини да се чувстват така и че се разстройват и от най-малкото нещо. Измъчват се, без да знаят защо. Обвиняват себе си, че са по-лабилни. Че, изпаднат ли в отчаяние, почти всичко губи смисъл. Някои момчета и момичета са ми споделяли, че само смяна на обстановката или нечий думи могат да ги доведат до „депресия“. Веднъж бях получила писмо от едно момиче, което пишеше, че намира опора в семейството си, но не знае какво ще прави, когато завърши и замине да учи другаде, „където ги няма мама и тате да ме успокояват“.

Тийнейджърите търсят съвет как да се справят с тревожните си мисли. Някои от тях питат и за книги, които да прочетат по въпроса. Аз вярвам, че докато човек не осъзнае причините, които са го довели до тези емоционални състояния, не си ги признае и не потърси психологическа помощ, колкото и книги да прочете, колкото и „популярна“ психология да си купи, ефектът ще е нулев. Преди няколко години бях писала точно за тази позитивна, „популярна“, психология, която е с послание: „Мисли позитивно, независимо какво става! Сложи розовите очила и недей да страдаш!“ Страданието невинаги е нещо лошо и нещо, което трябва да избягваме. В страданието си човек израства, научава по нещо за себе си, усвоява механизми за справяне с болката. Но да не се отклонявам.

Има ли конкретна ситуация, която да провокира тези емоционални състояния, в които изпадате? Изгубили ли сте важна опора в живота

или доверието в някого? Има ли дейности, които вече не обичате да правите? А защо не обърнете малко поглед назад и не се сетите за дейност, която ви доставя удоволствие, но вече не се занимавате с нея? Ще се почувствате много по-добре, когато съзнанието ви е окупирано от зареждащи емоции. Това е първата стъпка към емоционалното ви заздравяване. Срещнете се с приятели, поговорете, посетете някое забавно мероприятие.

Хубаво е да имате подкрепа от семейството си. В този контекст - взаимоотношенията в семейната среда конструктивни ли са? Имате ли конфликти с родителите си? Напълно ОК е понякога да не намирате общ език, защото, както и преди съм казвала, отношенията „родител - дете“ са много сложни през пубертета, но и това отминава. Ако желаете, можете да посетите психолог, с когото да разговаряте в реално време и пространство. Понякога има причина, която премълчавате пред себе си, и не искате да признаете за проблем, който е в основата на вашите емоционални състояния.

Помислете върху това. Насърчавам ви да сте открити със себе си, защото, ако не сте, тогава пред кого друг?

Въпросите за размисъл са много важни, когато говорим за психологическа подкрепа. Човек стига до конкретни изводи и решения с помощта на специалиста. Ролята на психолога не е да предоставя готови отговори, а да подпомага самоизрастването.

Тийнейджърската възраст е по-крехка и невинаги всичко изглежда така, както е. Какво имам предвид? Зад едно девиантно поведение например може да стоят различни фактори, които провокират детето да се държи грубо, да не зачита авторитети, да отсъства от училище, да се занимава с противообществени прояви - насилие в семейството или в училището, неразбирателство с родителите, липса на приятели или обратното - недобра приятелска среда, проблеми с гадже, злоупотреба с наркотични

Продължение от стр. 4

вещества и т.н. Така че не бива да сочим с пръст, да укоряваме, да генерализираме с думите, че детето е невъзпитано и „от него нищо няма да стане“. Много от девиантните момчета и момичета носят в себе си потенциал, който потенциал обаче никой не позволява да се разгърне (директори, учители, училищни психолози, социални работници), защото не му се занимава да ги „вкарва в правия път“. Жалко.

Пак се отклоних. Ще завърша с думата „подкрепа“ – тя трябва да върви ръка за ръка с разбирането, приемането и градивната промяна.

Автор:

психолог Мария Коева





Обща информация.

От европейския законодател, в лицето на ЕБО (Европейски Банков Орган), криптовалутите не се схващат като платежно средство, било то валута или електронни пари. Те са приети само като разменно средство, чиято същност е цифрово представяне на стойност, която не се емитира от централна банка или публична институция. Съответно не е непременно свързана с фиатни (конвенционални) пари, но се приема като платежно средство и може да се прехвърля, съхранява, търгува по електронен път.

Но какво всъщност са криптовалутите? Както се спомена по-горе, те са цифрово

представяне на стойност, служещо като средство за размяна – това е число, обозначаващо количество данни разчетни единици, които се записват в съответстващи позиции в информационен пакет на протокол за предаване на данни и някои от тях дори не се подлагат на шифроване, както и цялата останала информация за транзакциите между адресите в системата. Разновидност са на цифровата валута. Обезпечават се от децентрализирана платежна система, в която няма вътрешен или външен администратор или негов аналог. Това най-добре се онагледява при биткойн, където децентрализираното управление става с блокова верига, т.е. базата от данни на транзакциите се поддържа като разпределена и споделена между всички потребители счетоводна книга.

Тази счетоводна книга е своеобразен Регистър на транзакциите. Публичен е и е като блокова верига. Блокчейн

или блокова верига е едно и също.

Блокчейн е технологията за криптовалути. Тя се ползва за съхранение на онлайн счетоводната книга и отразява всички транзакции, извършвани с дадена криптовалута. Структурата от данни на счетоводната книга се предоставя свободно и може да се копира на всички компютри, работещи с данения софтуер, което я прави защитена от хакерски атаки. За целта всеки нов блок се проверява от регистрите на всеки потребител в блокчейн системата. Така се получава защита срещу създаването на фалшива история на транзакциите.

За да отпадне нуждата от участието на трети страни в лицето на финансовите институции, криптовалутите използват различни схеми за удостоверяване на времето на транзакциите, които са добавени към главния регистър. Те са:

-1- Схема „Доказателство за работа“ (на английски: Proof of work system - PoW): Това е първата схема, създадена за определяне на часа и времето

на транзакцията. Това е всъщност копаенето, което ще бъде разгледано по-долу в частта със сдобиване с криптовалути. За целите на копаенето се изисква наличие на скъпа специализирана техника.

Най-често използваните такива схеми са базирани на SHA-256, който е представен от биткойн, или Scrypt, който се използва от валути като лайткойн (на английски: Litecoin). Последната доминира в света на криптовалутите.

SHA-256 е криптографски алгоритъм за хеширане. Хеш функциите са предназначени за създаване на „отпечатък“ за съобщения с произволна дължина. SHA-1 е криптографска хеш функция, създадена от Агенция за национална сигурност на САЩ и публикувана от Националния институт за стандартизация в САЩ.

При хеш функцията даден текст се обръща в число, наречено хеш (дроб), хеш стойност или извлечение.

Прилагането на хеш функция се нарича хеширане.

Хеширането се прилага за сравнение на данни: ако два масива имат различни хеш стойности, то те гарантирано са различни, а ако хеш стойностите са еднакви, то и масивите вероятно са еднакви. Видовете хеш функции са:

- удостоверяващи източника;
- удостоверяващи целостта на данните;

Други хеширащи алгоритми, които се използват в схемите доказателство-за-работа включват CryptoNight, Blake, SHA-3 и X11.

-2- Схема „Доказателство за дял“ (на английски: Proof of stake - PoS): Схемата Доказателство-за-дял е метод за подsigуряване на мрежата на криптовалутите и постигане на разпределен консенсус чрез изискване към потребителите да покажат собственост за определен обем валута. Тук няма копачи, а всеки собственик на криптовалута или token може да валидира транзакции, като предоставя (to stake) криптовалутата, която притежава. В замяна на това се

получава малка лихва, средствата за която идват от малките такси (transaction fees), които се заплащат при всяка транзакция.

Различава се от схемата Доказателство-за-работа с това, че използва трудни хеширащи алгоритми за валидиране на електронните транзакции. Тази схема е силно зависима от кода на валутата и към момента няма стандартизирана нейна форма.

Някои криптовалути използват комбинирани схеми Доказателство-за-работа / Доказателство-за-дял.

Токен (token)

Токенът е единица стойност в блокчейн системата и е вид компютърен код. Токен може да бъде актив, суровина или запас, може да е дори точки за лоялни клиенти. Това го превръща в некласическа монета. Токенът не притежава собствена блокова верига. Използва се като част от стандартни модели, като например може да е част от

т.нар. Умни договори. За да се създаде токен не е необходимо да се променят кодове от даден протокол или да се формира блокчейн от нулата. Токените често биват наричани дигитални монети, но те не са такива.

Altcoin или alt-монета

Това е алтернативна монета от английски език. Altcoin се нарича всяка криптовалута, с изключение на Bitcoin.

По-известни криптовалути:

Биткойн (BTC);

Етериум, валута Етер, (ETH);

Лайткоин (LTC);

Кардано (ADA);

Стелар , валута лумен (XLM);

Полкадот (DOT);

Монеро (XMR);

Тетер (USDT);

Има и още над 11 000 други.

Форк

Всеки блокчейн е базиран на кодирани предварително правила, които са нормите на

протокола. По тях се определя дали даден нов блок е валиден или не е. Но никой не отговаря за спазването на тези норми. Процесът на промяна на правилата на протокола се нарича "форк". Идеята идва от това, че когато се променят правилата, това може да доведе до разделяне във веригата, което прилича на вилица.

Има два типа форк:

1. Софт форк. Това е надстройка на правилата, която добавя правила в допълнение към съществуващите. Представява популярен начин да се надграждат протоколи. Ъпгрейдът не нарушава съществуващите правила, което го прави по-безопасно да се изпълни.

2 - Хард форк. Това е надстройка, която нарушава оригиналните правила на протокола. Получава се верига, разделена като създаване на нова монета с променени правила, но със същата история като

оригиналната. Важно е да се изясни, че хард форка не се стреми да създаде нова монета, а има за цел само да подобри оригиналната. Когато по-голямата част от възлите решат да приемат новите правила, "форкът" може да се счита за успешен.

Е-портфейл

Е-портфейл - това е своеобразна програма за управление на криптовалутата. Е-портфейл- това е своеобразна програма за управление на криптовалутата. Сред правилата в криптовалутите има едно, което гласи: "Not your keys, not your coins", в превод - не е твоят ключ, не е твоята криптовалута. Затова тези е-портфейли са много важни. С тяхна помощ безопасно се съхраняват криптовалутите.

Ключовете при криптовалутите биват два вида - публичен и частен. Двата заедно целят да осигурят сигурност на потребителя за достъп до криптовалутата. Може да се обобщи, че личният ключ е паролата на потребителя, а публичният - неговото потребителско име. Двойката

ключове позволяват на потребителя да влезе в базата данни, където се намира криптовалутата му и да извършва различни операции.

Но когато криптовалутите се държат на борсите, то собственикът им не притежава своите частни ключове, а заедно с тях и своите криптовалути! Частният ключ принадлежи на борсите, а не на собственика на криптовалутите.

Чрез е-портфейлите или хардуерните портфейли (едно и също е) за криптовалути собственикът им на практика се превръща в лична банка за съхранение на активите си. Чрез хардуерния портфейл личните ключове се съхраняват далеч от интернет, което е защита срещу хакери.

Хардуерните портфейли съхраняват само въпросните лични ключове, а криптовалутите се съхраняват на блокчейна, до който се получава достъп с хардуерния портфейл. Частният ключ позволява удостоверяване в блокчейна и дава достъп до притежаваната криптовалута,

а също и позволяват да се подписват и потвърждават транзакции в блокчейна. Частният ключ е като цифров подпис, който се подписват блокчейн транзакциите. Невъзможно е да се подправи личния си ключ, тъй като той е уникален с масив от произволни знаци и числа, защитени от личен ПИН.

Начини за сдобиване с криптовалута:

Има 3 начина за сдобиване с криптовалута:

1. Копаене, добиване, майнинг (едно и също е): В миналото не е било така, но към днешна дата този начин за сдобиване с криптовалута чрез копаене е свързан със сериозни инвестиции в техника и технология - ASIC или друга, която често пъти друго освен копаене не е в състояние да върши.

Копаенето е процесът, чрез който транзакциите се проверяват и се добавят към публичната счетоводна книга, известна като блокова верига или блокчейн. Блокчейн или блокова верига е едно и също.

Това е метод, чрез който се съхранява информация в компютърна мрежа, който представлява непрекъснато растящ списък от компютърни записи, наречени „блокове“, които са свързани помежду си и са кодирани криптографски.

Копаенето е свързано и с възможностите за освобождаване на нови единици от дадена криптовалута. Участниците в изчисленията участват в т.нар. басейн с копачи (mining pool).

По - разбираемо обяснено, при процесът на копаене, скорошните транзакции се съставят в блокове, което представлява решаване на изчислителен пъзел. Първият компютър, който успее да го реши, поставя следващият блок в блоковата верига и от това се генерира възнаграждение. По този начин финансово се стимулира добивът и новоиздадените единици от криптовалута.

Блок за възнаграждение е количеството нови единици, освободени с всеки издаден

нов блок. Въпросният блок при всяка блокчейн система е различен.

При създаването на криптовалута може да има предварително зададено максимално количество единици, които да бъдат пуснати в обръщение. Това е така, за да се зададе стойност на криптовалутите, по аналог на задаването на стойност на ценните метали. Обобщено, копаенето представлява предоставяне на хардуерна мощност за извършване на изчислителна работа по криптиране, при която потребителите проверяват съществуващите блокове от блоковата верига и създават нови блокове с помощта на изчислителната мощ на машините си. В краен резултат при успешно преминат етап на изчисление на масив от големи числа (т.нар. хеширане) се създава обща онлайн счетоводна книга, в която са записани всички транзакции и срещу това се получава възнаграждение в конкретната криптовалута.

2. Борса за криптовалута. Това е другият вариант за

сдобиване с криптовалута. Борсите могат да са централизирани или децентрализирани.

- При централизираните борси настрещната страна по сделката е самата борса за криптовалута. Така сделката се изпълнява по-лесно и бързо. Купуването обикновено е само в двойка с друга криптовалута. Често не се поддържа работа с фиатни плащания, но не е задължително. Има и такива борси, които поддържат плащане с фиатни пари.

Идеята за централизация се отнася до използването на борсата като трета страна за подпомагане на провеждането на транзакции. Купувачите и продавачите се доверяват на борсата да се справи с активите си. Това е често срещано в банкова настройка, при която клиентът се доверява на банката да държи парите си.

- Децентрализираните борси функционират като партньорски обмени.

Активите никога не се държат от ескроу услуга и транзакциите се извършват изцяло на базата на интелигентни договори и атомни суапове.

Ескроу услуга - това е споразумение, при което доверено трето лице обменя стоки или активи между страните по сделката, като гарантира сигурност и справедлива търговия.

Интелигентни договори (още умни договори, smart contract) - това е компютърна програма, която може автоматично да изпълнява условията по даден договор, когато той отговаря на определени условия. Така се елиминира нуждата от човешка намеса при подобни решения.

Атомният суап е търговията с различни криптовалути между потребители на различни блокчейни. Транзакция се извършва с помощта на интелигентни договори и не изисква посредник или доверие между потребителите.

Протокол за обмен на атомен суап (или peer-to-peer swap) първоначално е разработен през

2012 г. от Sergio Demian Lerner. Преди това е било трудно да се търгува с различни криптовалути.

Нарича се "атомен" защото транзакциите се извършват изцяло или изобщо не се извършват. Ако някоя от страните не е в състояние да завърши своята част от транзакцията по някаква причина, то тогава тя се анулира, а средствата автоматично се връщат на техните собственици.

Има два различни начина за извършване на атомни суапове:

1. Атомен суап по веригата - търгуване директно между два блокчейна - транзакцията се извършва в рамките на блокчейна. Този метод предлага най-високо ниво на сигурност.

2. Атомен суап извън веригата - той се основава на двупосочни канали за плащане. Транзакциите са по-бързи, но по-трудни за изпълнение.

Протоколите за атомен обмен са проектирани по такъв начин, по който нито една от страните да не може да заблуди другата.

Платформа на борсите.

Всяка борса има собствено разработена платформа за търговия с криптовалути. Това е сайтът (софтуерът), през който се подават и осъществяват поръчките за сделките. Някои платформи са по-добре направени от други, като дават повече опции за потребителите си. Но основната разлика в платформите идва от това дали борсата е централизирана или децентрализирана.

Някои борси са по-сигурни от други. Влияят неща като обем на търговия, мерки за сигурност, включително срещу кражби.

Криптовалутите може да бъдат откраднати и например биткойн е бил обект на множество кражби. Има такива удари и по борсите също. По отношение на сигурността на борсите влияе включително дали се предлагат неща като KYC - познай клиента си и AML - мерки срещу пране на пари. Някои борси са регулирани от

финансови институции и това ги прави по - безопасни. Трябва да се взема и предвид, че борсите могат и да фалират.

Ливъридж - използване на привлечен капитал.

.3. Криптоброкери.

Криптоброкерът е посредник, който си начислява малка такса за търговия. Основно предимство е, че криптоброкерите са регулирани от финансовите регулатори и зад тях стоят реални компании. Предлагат богат избор на разплащателни методи - дебитни и кредитни карти, банкови преводи, е-портфейли. Основни недостатъци са често срещана спекула и че е обикновено без преки инвестиции в криптовалути.

Облагане в България на доходите от криптовалути:

1. Доходи от добиване или копаене на криптовалути.

В българското законодателство е прието, че

това са доходи от стопанска дейност като регистриран или нерегистриран едноличен търговец. Отново се декларират в годишната данъчна декларация, с акцент годишен данък върху доходите. Важно е да се отбележи, че данъчните гледат не дали има или не декларирана дейност като едноличен търговец, а действията. Ще рече, че ако са закупени оборудване и други неща, с които се извършва копаене, но това не е регистрирано по надлежния ред, то данъчните веднага ще приемат, че става въпрос за дейност с цел печалба и тя е по занятие, съответно ще почне третиране като едноличен търговец и облагаемият доход ще се определя по правилата за доходите от стопанска дейност като едноличен търговец, който е данъчна печалба, формирана по реда на ЗКПО.

2. Доходи от продажба или замяна на криптовалути.

Доходите от продажба или замяна на криптовалути по смисъла на българското законодателство са доходи от продажба на финансов актив и

трябва да се декларират в годишната данъчна декларация, във връзка с данъци върху доходите на физическите лица. Особеност е, че не се дължи авансов данък.

Правен статут на криптовалути по света:

Към момента по света съществуват над 11 000 различни криптовалути. Правният им статут в различните държави варира значително. В някои държави, например като Китай, те са забранени. В Салвадор биткойн пък вече е официално платежно средство.

А в други държави, като например в Русия, не са забранени, но има изискване да се пазарува единствено в местна валута. В САЩ ги третират като актив, а не като пари и така ги облагат с данък. С данъци криптовалути се облагат и в България.

За ЕС от значение е т.нар. Четвърта директива или Директива (ЕС) 2015/849.

В света тече дискусия за престъпления с криптовалутно-анонимни уеб престъпления, измами с ценни книжа, финансиране на тероризъм и други.

Често криптовалутите се свързват със схема на Понци, т.е. те са разглеждани като класическа Пирамида от водещи икономисти, сред които и главният икономист на Lending Tree, Тендай Капфиц, до колкото при тях се печелят пари само в резултат на останалите хора, които вложат в пирамидата след теб.

Друг недостатък им е и високата волатилност.

Волатилност, това е диапазонът и скоростта на движение на цените, като то се измерва с инструмента „стандартно отклонение“ – отклонението на актив от средната скорост. Високото ниво на волатилност означава драстична промяна на цени за кратък период от време. Кое то означава, че едно от нещата, които криптовалутите не са, това е стабилни.

Поради тези и други рискове, криптовалутите са разглеждани правно като сериозна заплаха на макроикономическо ниво.

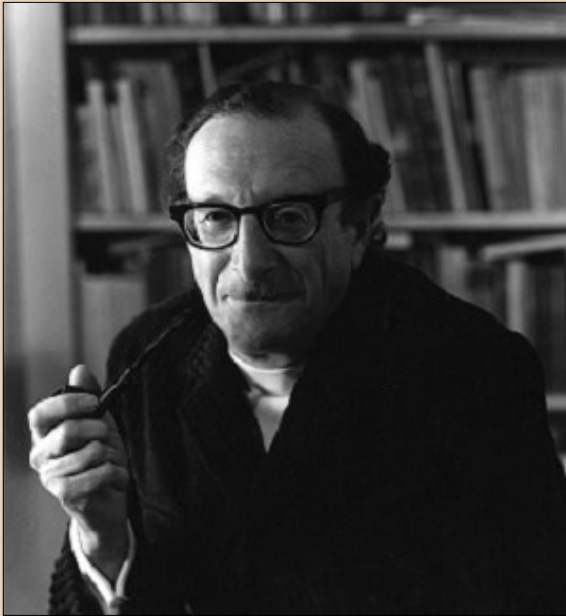
Кое то не пречи на желаещите да се потопят в тази сфера, на собствен риск. А по-ентусиастите измежду тях, дори да решат, че криптовалутите са бъдещето на парите.

В тази насока държавите не стоят безучастни и ЕК внася проектозакон на 21 юли 2021 г., който цели изискване на детайли за изпращач и получател при криптовалутите и се предполага до 2 години да има нова регулация.

За вас подготви:

Л. Боянова

(психолог и икономист)



Ерик Берн (Eric Berne) е американски психолог от руски произход. Роден е на 10 май 1910 г. в Монреал, Канада, в семейно на руски емигранти-евреи. Баща му е физик, а майка му писателка. Рожденото му име е Ерик Леонард Бернщайн, но той го сменя през 1939 г. на Ерик Берн при получаването на американско гражданство. Причината са антиеврейските настроения.

Първоначално Берн преминава подготвителен курс по медицина в университета "МакГил" в Монреал.

През 1931 г. получава степен "бакалавър" по хуманитарни

науки, а през 1935 г. и степен "доктор" по медицина и магистър по хирургия в същия университет.

След това заминава за САЩ, където получава американско гражданство и става психиатър към Инглвудската болница.

Е. Берн е известен преди всичко като автор на транзакционния анализ, представен през 1958 г. чрез книгата "Транзакционен анализ:

Нов и ефективен метод на груповата терапия". Развивайки идеите на психоанализата, общата теория и методите на лечение на нервните и психичните заболявания, Берн съсредоточава вниманието си на "транзакциите" (от англ. trans- — представка, обозначаваща движение от нещо към нещо и англ. action — действие), лежащи в основата на междуличностните отношения.

Според теорията на Бърн, в съзнанието съществуват три Аз-образ структури:

- „Аз-родител" или просто „Родител" (Р);
- „Аз-дете" или просто Дете (Д);
- Аз-възрастен или просто Възрастен (В).

Тези три състояния на личността се формират в процеса на общуване и човек ги придобива независимо от своето желание. Влизайки в контакт с околната среда, човек винаги се намира в едно от тези състояния.

Най-обикновеният процес на общуване е обмен на една транзакция и протича по следната схема:

"Стимул" събеседник №1 предизвиква "реакцията" на събеседник №2, който на свой ред отправя "стимул" към събеседник №1, т.е. винаги има "стимул", който е причина за "реакция".

По-нататъшното развитие на разговора зависи от текущото състояние на личността,

използваща транзакциите, а също и техните комбинации.

Някои видове транзакции имат в себе си скрита цел и тях Бърн нарича игри.

Ерик Бърн до своята смърт развива активна психотерапевтична практика.

Неговият живот приключва на върха на полета на научната му кариера, когато получава международно признание.

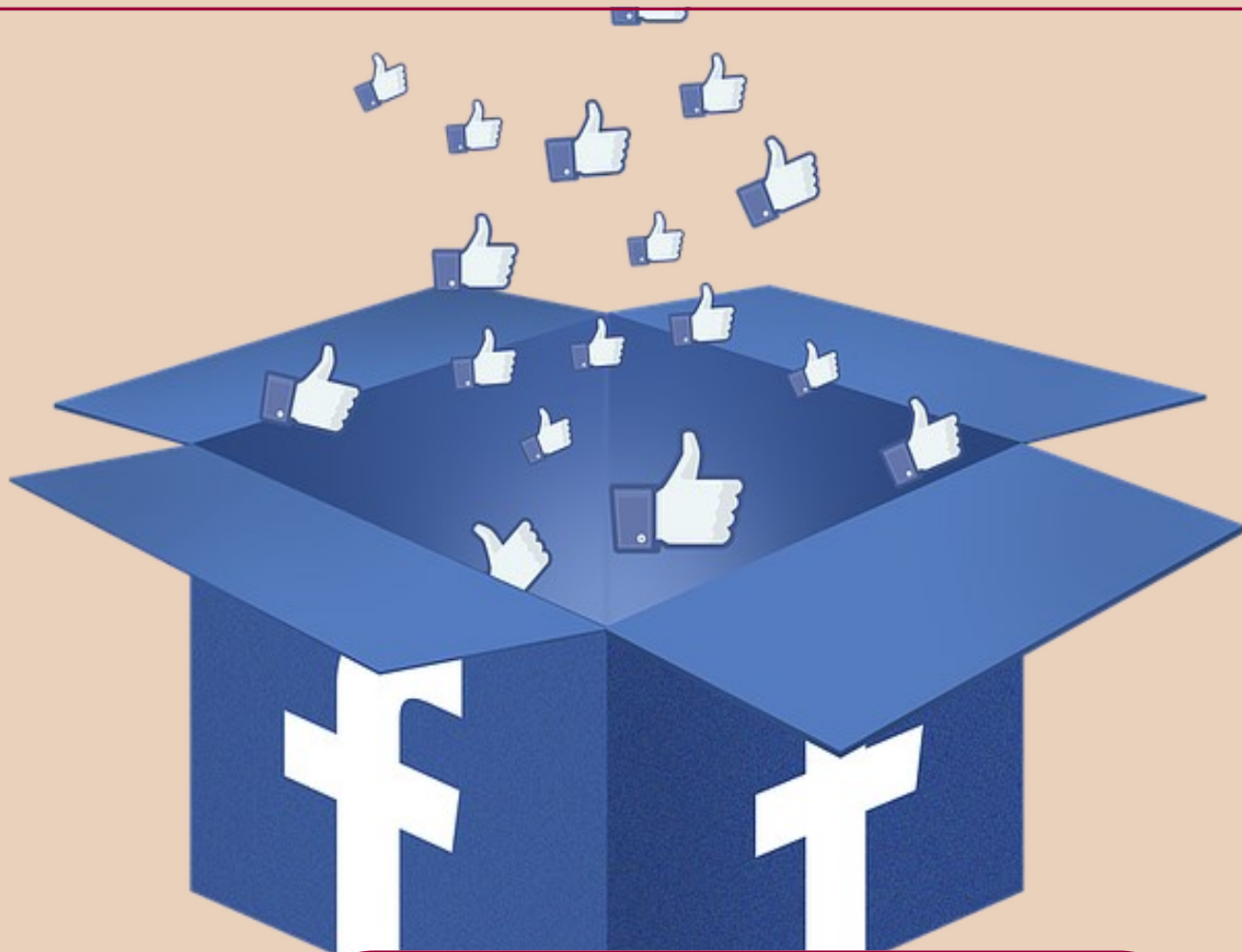
Той умира през 1970 г. от сърдечен удар.

За вас подготви:

психолог

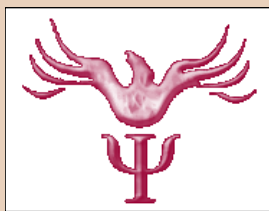
Людмила Боянова

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 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 (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

cec.valchanova@abv.bg

Място на издаване:

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

Последвайте
е-списание "Психика" в:

Facebook

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

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

Linkedin

[https://www.linkedin.com/in/списание-](https://www.linkedin.com/in/списание-психика-3914b016b/)

[психика-3914b016b/](https://www.linkedin.com/in/списание-психика-3914b016b/)

Twitter

<https://twitter.com/tAHZwDvrBNik7Ix>