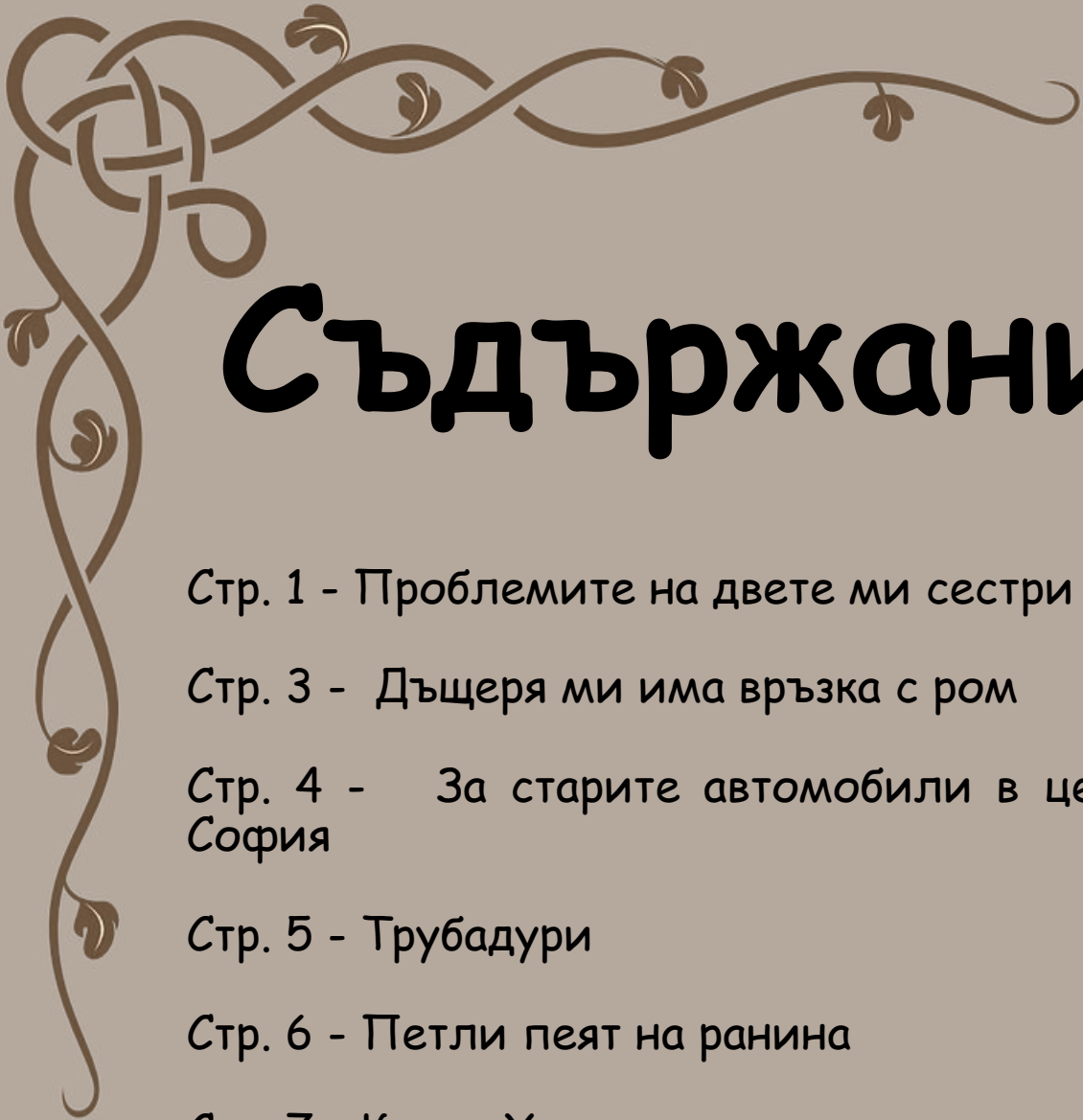


е-списание за психология

ПСИХИКА

ISSN 2603-4433

Брой 62
декември 2022



Съдържание:

Стр. 1 - Проблемите на двете ми сестри

Стр. 3 - Дъщеря ми има връзка с ром

Стр. 4 - За старите автомобили в центъра на София

Стр. 5 - Трубадури

Стр. 6 - Петли пеят на ранина

Стр. 7 - Карен Хорни



ПРОБЛЕМИТЕ НА ДВЕТЕ МИ СЕСТРИ



Писмото:

Здравейте, Мария!

Имам две сестри. Едната е на 15 г., а другата - на 19 г. Аз съм на 22 г. Малката ми сестра има дислексия. Момичето е много тъжно и все ми казва, че е болен човек и че е било грешка да се роди.

Веднъж бях с нея, помагах ѝ да чете, а тя заплака, прегърна ме и ми каза, че само се измъчва. Аз тогава я успокоих.

Обясни ми, че всичко, което се опитва да чете, изскача пред нея объркано. В училище няма приятели. Целият клас я обижда, че е болна. Веднъж на чина ѝ бяха поставили надпис: „Тук седи психично болната“.

Много ми е гадно, когато започне да се обижда. Иначе е много умна. Даже понякога ме изумява.

Другата ми сестра има големи проблем с родителите ни. Тя е в 12-ти клас и не иска да присъства на

абитуриентския бал. Майка ни и баща ни ѝ мрънкат, че трябва да отиде, а тя не желае.

По-голямата ми сестра винаги е харесвала анцуг и дънки. Гримове, лакове, рокли и поли ненавижда. Много се кара с родителите ни за това. Не иска да си купува рокля.

Предпочита да си купи игра. Тя и аз сме големи геймъри. Когато е при мен на гости в апартамента (очевидно почти всеки ден), играем и ядем.

Малката ни сестра също покрай нас се научи да играе. Отиваме в МОЛ-а да си купят, каквото поискат като подарък от мен, защото ме направиха шеф на отдел в ИТ фирма.

И отивам до тоалетната и сестрите ми бяха сами. Връщам се, и малката ми сестра плачеше, а голямата я беше прегърнала, и ги попитах какво е станало и тя ми обясни, че е видяла някакви нейни съученички, поздравила ги е, а те се били направили, че не я познават.

Тогава ми стана гадно. Потупах я по гърба и ѝ казах: „А бе, да не ти пука! Ти си по-умна и по-смела от тях“.

Изхарчихме 1000 лв. за игри, дрехи и бензин. После отидохме въкъщи.

Честно казано, имам странното чувство, че живеят при мен. Има

Продължение от стр. 1

техни дрехи и неща при мен. Даже им е готино, когато са при мен.

Гадно ми е, че малката ми сестра има ниско самочувствие и само се обижда. Тя се срамува, че има дислексия, но аз ѝ казвам, че нищо лошо няма в това и ѝ давам пример как една колежка на работното място заеква, но е много готина.

А голямата ми сестра само се кара с родителите ни за абитуриентския бал. Аз разбирам, че тя не иска и я подкрепям.

Виждам, че едната страда заради дислексията, а другата се кара с майка ни и баща ни, искам да са щастливи, но не знам как да им помогна.

Моля за съвет.

Калина

Отговорът на психолог Коева:

Здравейте, Калина!

За съжаление не са много хората, които са запознати с термина "дислексия". Въпреки богатата информация, която залива човечеството в днешни дни, недостатъчната компетентност провокира подобно поведение, което описвате - в случая към по-малката Ви сестра.

Защо не предложите на класния ѝ ръководител да информира съучениците ѝ за трудностите, които тя изпитва? Да ги запознае с причините и проявите на дислексия и нейното разграничаване от интелектуален дефицит.

Съучениците ѝ да проявяват толерантност към сестра Ви, а не да ѝ се подиграват.

А що се отнася лично към нея - психотерапията предоставя възможност за утвърждаване на силните страни на интелекта.

Ако сестра Ви е тревожна или склонна към депресивни състояния, посещенията при психотерапевт също са препоръчителни.

Относно по-голямата Ви сестра - всеки има собствен стил на обличане, в което няма нищо лошо.

Но може да ѝ кажете, че абитуриентският бал маркира края на един важен етап от нейния живот, който си заслужава да се отбележи в малко по-официална атмосфера.

Успех!

Автор:

психолог Мария Коева

ДЪЩЕРЯ МИ ИМА ВРЪЗКА С РОМ



Писмото:

Здравейте, Мария!

От 3 г. дъщеря ми има тайна връзка с ром. Преди 4 месеца ми призна.

След таен разговор с нейните приятелки, те ми казаха, че той се занимава с наркотици и е возил проститутки.

След това ѝ забраних да се вижда с него. Пробвах и с добро, и с лошо, но тя избяга с него на квартира.

Преди няколко дни ми се обади, че нямат пари да си я платят и че не иска да ходи с него в циганската махала.

Прибрах я отново вкъщи. Тя осъзнава, че не трябва да е с него. Не иска семейство и деца с него, но го била обичала и не можела да си представи да не се виждат. Много е объркана.

Как да постъпя? Тя е на 18 г., а той - на 26 г.

Лили

Отговорът на психолог Коева:

Здравейте, Лили!

Ситуацията, в която се намирате, не е никак лесна. От една страна, Вие сте майка и искате да защитите дъщеря си от опасността, в която е попаднала. От друга страна, тя е пълнолетна и има право сама да взема решения. Даже и да Ви посъветвам да потърсите за съдействие МВР, не знаей доколко това би могло да Ви помогне (освен ако не се касае за престъпления, за които Вие също сте осведомена).

Опитайте се да поговорите отново с нея, като запазите спокойствие, и я попитайте защо се е "хванала" за този мъж, какво ѝ дава той, разберете дали тя усеща, че е в опасност с него. Кажете ѝ, че тук не става въпрос за расизъм, етнически произход и прочие, а за нейната сигурност, здраве и живот. Можете да ѝ дадете примери на жени, които точно по този начин са си изпатили и са съсипали целия си живот. Прочетете заедно за подобни случаи, намерете видеа в интернет. Истината е, че докато тя сама не осъзнае ситуацията, ще е много трудно да осъзнае и рисковете, които крие тя.

Успех!

Автор:

психолог Мария Коева



Отворено писмо до "Психика":

Здравейте,

Пише Ви един редови ваш читател, живущ в София.

Карам наистина възрастен, но добре поддържан бензинов автомобил, произведен през 1994 г. Защо го карам - защото не мога да си позволя за момента друг. На редовния годишен технически преглед, след като се въведоха задължителните „еко“ стикери, ме писаха директно еко клас 1, без въобще да отчитат каквито и да е показания за CO₂, на база годината на производство на автомобила, без въобще да гледат имам, или нямам катализатор.

Ако (което няма да стане) приемат, че колите на газ (има доста такива) са по-малко замърсяващи, аз бих поставил и газова уредба.

Какво ще се постигне с това ограничение - колите, които са произведени след определена година (на база на което в моя случай определиха „еко“

категорията), ще продължат да се движат в центъра, като повечето са дизели и масово DPF филтърът е отрязан, защото нов струва колкото половината нова-стара кола, което също не се проверява на ГТП.

Предполагам сте виждали димящи „нови“ коли, но едва ли сте виждали кой „еко“ клас са.

И друго - как като карам около „нискоемисионния“ периметър допринасям да няма замърсяване? София е в котловина, всяка зима една и съща песен се пее за ФТЧ (каквито бензиновите коли не отделят с изгорелите газове, само дизелите) и колко са високи, а това всичкото идва от начина на отопление на част от кварталите на града.

Колко града в ЕС имат такива ограничения? И съответно какъв е стандартът на живот на гражданите им?

В заключение - карам много рядко в центъра на София, ползвам предимно градски транспорт. Но ми се налага 1-2 пъти месечно да го правя, понякога и по-често предвид някои обстоятелства.

Автор:

Димитър Костов



Трубадури тръгват по пътища прашни. За да поставят под съмнение темелите на света. Чрез песни. Идеи плуват в синева. Чукат деликатно по алуминиевата дограма на горните етажи. И рядко им се отваря. Защото дограмата се отваря само извътре. А идеите са извън.

Но понякога, някое дете, оставено без надзор, отваря и хваща балон. И после яде бой. Много бой, защото стават сътворител на светове. И тръгва да поставя под съмнение темелите на света.

И ако този свят е от опаковки и няма темел, налита на бой. Защото други аргументи няма. И агресията става модел на защитно поведение срещу песента на трубадурите.

Неефективна защита, два свята без обща пресечна.

И песента на славеите се просмуква в света на станиола. Става балон и чука по дограмата. И ако горните етажи са добре мебелирани, то ще се отворят извътре прозорците. И ще влезе идея и съмнение. Защото те теглят общ ярем. И станиоленият свят става с темел.

Отворете прозорците, вятъра сменя посоката. Носи се песен на славей кацнал на розов храст.

Автор:

Иван Луджов

ПЕТЛИ ПЕЯТ НА РАНИНА



Петли пеят на ранина. Теглят утрото. А то сънено, дърпа се. Но ще доходи. Защото петли пеят на ранина. Селото види в петела една манджа. Да не се затрие коляното на Венеца на творението. И в другия хвъркат свят видят манджа. А когато е приоритет плюскането, утрото трудно иде.

И въпреки селото петлите теглят заранта. Те са наясно, че селото види в тях една манджа. И че няма да бъдат щадени. Но теглят слънцето. А то, сънено, не е на кеф, дърпа се. Но петела го вплита в своята песен. Омотава го с думи и багри и когато сети своята сила, тегли яко. А хората турят на петела зърно, котва. Турят ограда, турят покрив и бодлив тел. Защото живия петел е жив фризер.

И тука е смешното. Хората правят фризер от горещото слънце. И не им се получава. В петела живее надежда. В свободата винаги живее надежда. И когато хората се опитват да турят една надежда във

фризер, то е смешно. Защото смехът е песен на петел, дето е оплел слънцето и тегли яко. А селото се мисли за град. Исква да бъде тихо. Исква да бъде чисто и никой да не смущава реда на градските селяни.

Селото закусва кроасан с изкуствено мляко. Изкуствена котка се гали в нозете на изкуствена дама. Изкуствени чувства, изкуствена трева. И един естествен петел ври в тенджерата, защото трябва да се плюска. И над всичко това слънце няма.

Петли пеят на ранина. Въпреки модерният свят, теглят заранта на едно мечтано минало несвършено. Зарадвайте се. Несвършено е. Защото има петли изкукуригали.

Автор:

Иван Луджов

КАРЕН ХОРНИ



Карен Хорни (1885 - 1952) Карен Хорни е от норвежко-датски произход. Първоначално е практикувала в Германия, но през 1932г., при вземането на властта от нацистите, тя емигрира в САЩ.

Неудовлетворена от

с родителите, а след това и при отношенията му с обществото.

Според Карен Хорни, детето, което изпитва тревога, развива множество методи за борба с чувството на липсваща сигурност и изолираност. Тя извежда три типа такива методи:

1. Стремех към сближение с хората, в което се проявява потребност от обич;
2. Стремех към дистанциране от хората, в което се проявява потребността от независимост;
3. Стремех към конфронтация с хората, в което се проявява потребността от власт;

Видната жена-психоаналитик твърди, че невротичните проблеми възникват тогава, когато човек не може да приеме и съгласува тези три аспекта в своята личност и като следствие се развива едностранчиво. Според нея проблемът може да се избегне, ако детето се възпитава в семейство, където да е заобиколено от обич, доверие, уважение и топлина и където то да се чувства в безопасност. За разлика от Фройд и Юнг, тя не възприема, че конфликтът е заложен в инстинктите и затова е неизбежен, а утвърждава, че конфликтът е резултат от социалните условия.

До края на своя жизнен път Карен Хорни провежда активна дейност. През ноември 1952 г. се обостря диагностицираното и онкологично заболяване. На 4 декември 1952 г. тя умира.

В памет на достиженията на К. Хорни на 6 май 1955 г. в Ню Йорк е открита клиника на името - The Karen Horney Clinic. Клиниката се занимава с обучение и изследвания, а също оказва и нескъпо лечение.

За вас подготви: психолог Л. Боянова

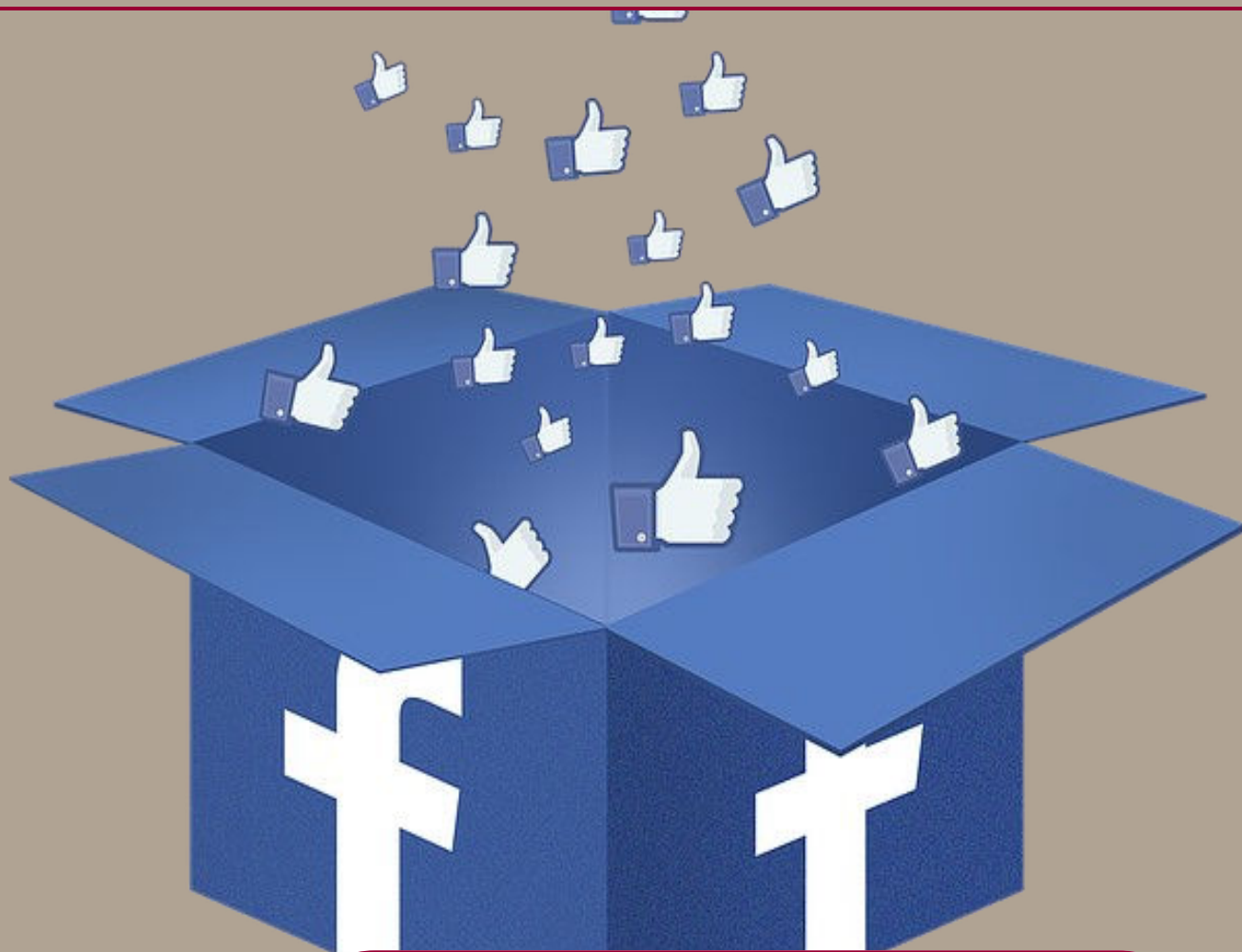
"ортодоксалната" фройдистка психоанализа, К. Хорни, заедно с други психоаналитици, основава Асоциацията за развитие на психоанализата и Американският институт за психоанализа.

Самата Хорни счита, че нейните идеи са в рамките на психоанализата, но акцентира върху тези части от теорията на Фройд, които според нея са неправилни. Така Хорни фактически основала независима психоаналитична школа, която се е ползвала със значително влияние в Америка.

Главното и различие с Фройд е, че тя считала неговия подход за твърде механичен и акцентиращ върху биологическата страна на човека, като същевременно са игнорирани социалните фактори.

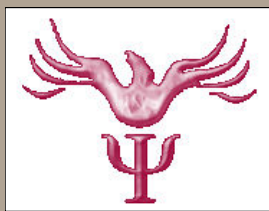
К. Хорни отправя възражения и към описанията на Фройд по отношение на женската психология, най-вече в частта, където Фройд твърди, че конфликтите в женската психика изникват поради чувство за непълноценност и завист към мъжете заради пениса им. Съгласно нейната концепция, за всички хора е свойствена "базисната тревога", възникваща в резултат от травмиращи фактори, нарушаващи целостта в чувството на безопасност на детето първоначално при отношенията му

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 (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.

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:

Цветана Вълчанова

ceci.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/>

Linkedin

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

Twitter

<https://twitter.com/tAHZwDvrBNik7Ix>