

Stravovi i fobii (makedonski)

Vrsta: Seminarski | Broj strana: 13

Содржина:

Вовед.....	1
Главен дел.....	3
Реални и нереални стравови.....	3
Адекватни стравови.....	3
Страв, паника, ужас.....	5
Фобии.....	6
Анксиозност и нејзина појава.....	7
Трема.....	9
Заклучок.....	11
Користена литература.....	12

Вовед

Стравовите и фобиите се нашето секојдневие колку и да сакаме тоа да го негираме. Доколку би можеле да одиме против нашите генетски предиспозиции за чувствата на страв, паника и ужас, би живееле поквалитетно, би биле посамоуверени и пред се похрабри. Темата за стравовите и фобиите е актуелна и интересна за проучување и истражување.

Причините се развојот на науката, природните и технолошки катаклизми, јакнење на терористичката опасност и други фактори. Десет проценти од населението барем еднаш во животот доживеале паничен страв, а тие кои страдаат од фобии се 3-4 проценти.

На второ место по зачестеност се социјалните фобии. Луѓето се плашат од гужва или неможат долго да се наоѓаат во некое опкружување. Им се причинува дека постојано ги гледаат, па и со осуда. Доаѓа до тоа да не можат да јадат во присуство на други луѓе, не можат дури ни да излезат на улица, плашејќи се дека ќе бидат загрозени.

Причина за такви стравови може да биде и ТВ програмата. Ерата на гламурот, која ги зазема екраните, ги тера луѓето да посакуваат скапи работи и раѓа комплекс на пониска вредност. Многу е важно да се биде успешен, да се има висока куповна моќ. Дури и рекламите отворено ги експлоатираат стравовите. На пример, реклама за дезодоранс која крајно лошо покажува дека човек кој мириса на пот изгледа како свиња и на луѓето до кои дошла таква информација делува така што тие почнуваат да се срамат.

Во современото опшество интернет контактите многу силно ги стимулираат социјалните стравови. Тој кој страда од социјални фобии може со години да не излегува од дома. Религиозните луѓе помалку се склонени на фобии. Надежта и вербата во бога прави човекот да биде помирен, не дозволуваат фантазијата да оди до недоглед.

Страв од височин, летање со авион, затворен простор, автомобили, музика, самотија, број 8, 13, дури и од римскиот папа- бројот на разни фобии достигнува неколку стотици и е во постојан пораст во современиот свет.

Осознавајќи ги своите стравови и фобии, нивната реална и иреална природа мислам дека ќе ме зајакне како личност и ќе ја зголеми мојата самодоверба.

Главен дел

Чувствата на вознемиреност, стрес и анксиозност, доживевани во присуство на “опасност” или самата помисла на можноста од опасноста се нарекува СТРАВ. Стравот е вознемирувачка емоција што буди возбуда од согледаната закана. Таа е основен механизам на преживување која се случува како реакција на одредена дразба, како што е болката или заканата од опасност. Некои психолози, како што се Џон Б. Вотсон, Роберт Плутчик и Пол Екман сугерираат дека стравот им припаѓа на мала група на основни или вродени емоции. Оваа група, исто така, вклучува такви емоции како што се радост, тага и гнев. Стравот треба да се разлукува од другите емоционални

состојби на анксиозност, што обично се случува без надворешна закана. Покрај тоа, стравот е поврзан со специфични однесувања на бегство и избегнување, додека пак анксиозноста е резултат на заканите што се сметаат за неконтролирани и неизбежни. Вреди да се напомене дека стравот речиси секогаш се однесува на идни настани, како на пример влошување на состојбата или продолжување на состојба која е неприфатлива. Страв, исто така, би можело да биде инстант реакција на нешто што се случува во моментот.

----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE PREUZETI NA SAJTU. -----

www.maturskiradovi.net

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: maturskiradovi.net@gmail.com