

Antanas Kriščiūnas „Neurozė“

p.9. K.Hornis ☺

p.10 Kritikuodami švietimo epochos ir klasikinės vokiečių filosofijos racionalizmą, jie teigia, kad pagrindinis racionalaus mąstymo bruožas esąs tas, jog jis remiasi subjekto ir objekto priešingumo principu. Dėl to tikrovė ir joje esantis žmogus racionalistui iškyla kaip mokslinio tyrimo ir praktinio manipuliavimo objektas. Toks požiūris esąs „nuasmenintas“. Egzistencialistai skelbia subjekto ir objekto vienovę. Pasak jų, kasdieniniame gyvenime žmogus ne visada suvokiąs save kaip būtį, kol neatsiduriąs ribinėje situacijoje, t.y. mirties akivaizdoje. Atrasdamas save kaip būtį, t.y. egzistenciją, žmogus igyja laisvę. Laisvas žmogus atsakąs už viską, ką padarė, ir nesiteisinąs „aplinkybėmis“.

p.12 Pasak Rodžerso, galima suformuluoti štai tokias empiriškai patikrinamas hipotezes. Viena jų teigia: **„kuo didesnė grėsmė individui „aš“, tuo neuroziškesnis jo elgesys ir labiau suvaržyti jo elgesio būdai“.**

„Kuo mažiau individas patiria grėsmės iš aplinkos, tuo didesnis jo poreikis dalyvauti kito būtyje ir tuo labiau iš tikro joje dalyvauja“.

p.15 Temperamentas (lot. saikingumas, darnumas) yra tam tikrų savybių kompleksas, apibūdinantis žmogaus emocinį gyvenimą, jo reiškimosi ir veiklos būdą. Temperamentas rodo gyvybingumą, energingumą, aktyvumą. Temperamentingas žmogus – tai judrus, gyvas, karštas ir energingas.

p.33 Emocijų centras yra giliai smegenyse, kur yra limbinė sistema su retikuliniu audiniu. Ši sistema susijusi su vegetacinės sistemos reguliacija.

p.43 Subrendusiai ir igijusiai gyvenime patirties asmenybei savaime atsiranda noras padėti kitiems žmonėms, pagyventi jų rūpesčiais.

p.45 **Nors atrodo neįtikėtina, bet užmiršimas yra laikomas svarbiausia psichikos funkcija.**

p.46 Norint gyvenime daugiau pasiekti, labai svarbu dirbti kryptingai ir planingai.

p.50 Kitų akyse mato krislą, o savosiose rąsto nepastebi.

p.51 Kuo didesnė ir absoliutesnė žmogaus neapykanta, tuo svarbiau žmogui susirūpinti savo sveikata.

p.55 H.Selje siūlė savąjį gyvenimo receptą, elgesio būdą – „altruistinį egoizmą“: „galvok apie save, bet būk reikalingas kitiems – ir susilauksi jų palankumo“.

p.71 Tobuloje visuomenėje sunkiau išgyvenamos prarastos galimybės, nors tai gali atrodyti ir paradoksalu.

p.81 Grubus ir netaktiškas sugadina viso kolektyvo darbinę nuotaiką, visiems skatina neurozę.

p.89 Stiprios nervų sistemos žmogus net ir nepalankiose sąlygose neuroze nesuserga. Silpnos nervų sistemos žmogus net ir palankiose sąlygose serga neuroze ilgai ir sunkiai.

p.92 Nusilpusi ir sensibilizuota (per daug įjautrinta) nervų sistema reaguoja į nedideles psichines traumas, kurioms anksčiau būdavo atspari. Tai labai būdinga šių laikų neurozei.

p.93 Stiprus baimės jausmas veikia visą asmenybę, jos protinę veiklą. Brandžią asmenybę pakeičia primityvi, su primityviomis reakcijomis.

p.94 Patirtas ar pažįstamas reiškinys retai sukelia baimę.

p.95 Baimė silpnėja, kai žmogus susiduria su pavojumi kaktomuša. Baimę tuomet pakeičia veiksmas – bėgimas, vikrus išsisukinėjimas, žūtbūtinė kova. **Taigi baimę galime vertinti kaip rengimąsi sutikti pavojaus objektą. Kai tas momentas ateina, baimė netenka prasmės.**

p.112 Daugiau kaip 90% lytinių sutrikimų yra psichinio pobūdžio.

p.113 O iš tikro moters meilė vyrui priklauso ne vien nuo jo potencijos, o švelnumo, dėmesio, ištikimybės.

p.118 Neurastenija (gr. Neuron – gysla, nervas, astheneia – silpnumas)

p.132 Hipokratas isterijos priežastimi laikė kraujo perteklių, plūstantį moteriai iš lytinių organų į kitas kūno vietas dėl ilgalaikio neapvaisinimo ir dėl lytinio pasitenkinimo stokos.

p.147 **Svarbiausia, kad ligoniui jo liga neteiktų jokios naudos.**

p.162 Gr. Hypochondria – viduriai.

p.163 **Sergančiojo hipochondrija bėda yra ta, kad labai rūpindamasis savo kūnu, daro jam meškos paslaugą, nes tik trikdo organizmo veiklą.**

p.169 Negalima ilgą laiką ko nors nekęsti, nes tai sukelia įtampą, išsekina nervų sistemą.

p.170 Sergantis neurozine depresija žmogus yra nepatenkintas pasaulio tvarka, nes ji neatitinka jo reikalavimų ir nesudaro jam sąlygų realizuoti savo ketinimus ir planus. Tačiau pakeisti, palenkti sau pasaulį toks žmogus nepajėgia, todėl kenčia, jį apima vidinė agresija.

p.180 Savo gyvenimą kiekvienas turi išmokti tvarkyti pats.

p.181 Psichologiniu požiūriu netinkamu elgesiu laikomas toks, kuris sukėlė neurozę.

p.182 Neuroze sergančiojo elgesys nuo normalaus skiriasi vien tuo, kad trukdo gyventi.

p.189 Užhipnotizuotajam slopinimas apima didelę galvos smegenų dalį. Būdrauja tik nedidelė smegenų dalis. Ją žodžiu veikia hipnotizuotojas.

p.195 Sergantis neuroze yra linkęs į vienumą, o kartu ir į gilinimąsi į savo liguistus išgyvenimus.

p.196 Neurozę galima laikyti sutrikusios asmenybės kova su savimi ir gyvenimo sunkumais.

**p.216 Tik vilties netekimas pražudo žmogų.**

p.223 Žmogus iš tikro gyvena tol, kol juda, veikia, tiki ateitimi, pasitiki savimi, savo likimu ir žmonėmis.

p.244 **Lengvas gyvenimas lepina žmogų, o sunkus – grūdina ir moko, suteikia jam prasmę.**