

## Psikologjia shoqërore në klinikë dhe gjykatë

Nese jeni student tipik , shpesh mund të ndiheni të dëshpëruar mendërisht-të pakënaqur nga jeta, pa kurajo, për të ardhmen, të mërzitur, me mungesë oreksi dhe energjie , ta paaftë për tu përqendruar dhe mbase pyesni veten nëse ia vlen të jetosh.

Ndër fushat e shumta të psikologjisë shoqërore të aplikuar, ekziston njëra e cila lidh parimet psikologjiko-shoqërore për depresionin me probleme të tjera si vetmia, shqetësimi dhe sëmundjet fizike.

Mendimi negativ krijon gjendje të depresuara shpirtërore shumë njerëz ndihen të depresuar kur përjetojnë strese të ashpra si humbja e vendit të punës , divorcimi , vuajtja nga traumat fizike dhe çdo gjë tjetër që e shqetëson unin apo ndjenjën e vehtes.

Njohja shoqërore dhe vetmia- Vetmia nuk duhet të ngatërrohet me të qenurit vetëm sepse disa individ edhe në mes të festave me plot njerëz ndihen të vetmuar .

Të ndihesh I vetmuar do të thotë të ndihesh I papranuar nga një grup si person I papëlqyer nga ata që të rrethojnë I paaftë për të ndarë shqetësimet personale me të tjerët ose I ndryshëm dhe I pamundur për të qenë me ata që janë rrotull teje.

Adoleshentet I përjetojnë këto ndjenja më shpesh se të rriturit. Shpesh , personat e vetmuar kanë vështirësi për t'u prezentuar, për të kryer telefonata dhe për të marrë pjesë në grupe.

Njohja shoqërore dhe shqetësimi- Kur njerëzit intervistohen për një punë, kur bëjnë një paraqitje para dëgjuesëve ose kur mbajnë një fjalim ata janë gjithmonë të shqetësuar.

Disa individë sidomos ata që janë të turpshëm dhe që vihen lehtë në siklet, ndihen të shqetësuar në çdo situatë që kërkon vlerësim dhe për këta individë shqetësimi më tepër është një tipar dhe jo një gjendje e përkohshme.

Ne jemi të shqetësuar kur motivohemi për të lënë përshtypje te të tjerët, por dyshojmë në aftësinë tonë për ta bërë këtë. Pra, vetmia ,turpi dhe depresioni e ushqejnë njëra -tjetrën.

Njohja shoqërore dhe sëmundja- Në botën e industrializuar rreth gjysma e vdekjeve janë të lidhura me sjelljen nga konsumi I cigareve, alkoolit, drogës dhe ushqimeve të dëmshme , me reagimet ndaj stresit, me mungesë ushtrimesh, mosndjekje të këshillave të mjekëve etj etj.

Dhimbja e kokës , e stomakut, bllokimii hundës, dhimbja e muskujve, frumëmarrja e shpejtuar, rrahjet e shpejta të zemrës janë simptoma që kërkojnë interpretim ashtu sikurse dallimi dhe intepretimi I ecjes së makinës kur nuk tingellon mire.

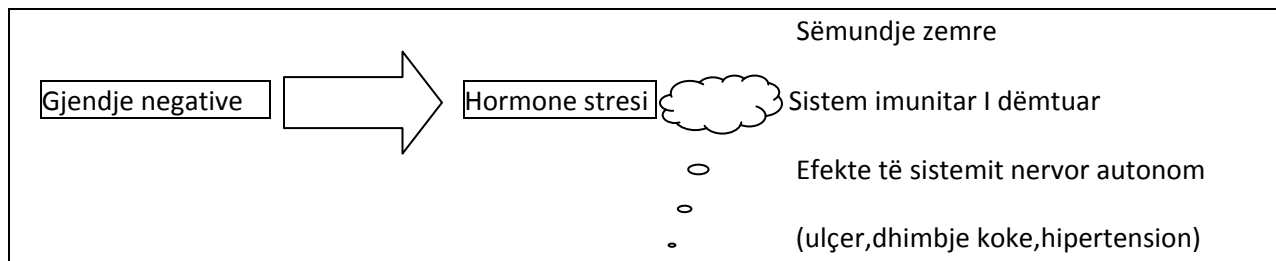
Për më tepër shenjat e para të shumë sëmundjeve përfshirë kancerin dhe sëmundjen e zemrës janë të padallueshme dhe anashkalohen lehtë.

Gjithashtu, një fenomen shoqëror mbi simptomat e shqetësimit është edhe ajo e zakoneve paramenstruale ku një burrë nëse nuk mund të shpjegojë veprimet e gruas, gjëja e parë që duhet të mendoj duhet të lidhet me gjendjen e uterusit të saj, se shoqata e psikologëve sindromën premenstruale e ka cilësuar si çrregullim premenstrual disforik PMS.

Qendra Kombëtare Amerikane për Statistikat e Shëndetit raporton për ekzistencën e dallimeve gjinore për sa i përket kërkimit të ndihmës mjekësore: Gratë raportojnë më shumë simptoma, përdorin më tepër barna dhe shkojnë 40 herë më shumë të mjeku dhe psikoterapisti.

Atëherë gratë janë më pak të turpshme për të pranuar “dobësitë” ose kanë kohë më tepër për t’u trajtuar krahas meshkujve që dijnë me mirë të mbajnë peshën dhe balancimin e sëmundjeve.

Emocionet dhe sëmundjet-



Sëmundjet e zezës janë të lidhura me një personalitet konkurrues të papërmbajtur dhe të prirur ndaj tërbimit, në gjendje stressi individët e tipit A me reagime më të larta dhe më të tërbuar sekretojnë më tepër hormone stressi, të cilët ndikojnë mbi mbylljen e mureve të artiereve të zezës.



Optimizmi dhe shëndeti- Ekzistojnë shumë histori mbi individë që marrin një kthesë për keq kur humbasin shpresën ose përmirësohen papritur kur rikthehet shpresa.

Ka raste të shumta për sëmundjen e kancerit etj. pra ndërvetëdija ndikon pozitivisht ose negativisht tek pacienti që ai të tejkaloj sëmundjen ose të përshpetoj atë.

Stresi dhe sëmundja- Një numër I madh dëshmisë zbulon se njerëzit që kanë përjetuar një eksperiencë shumë stresuese janë më të prekshëm nga sëmundjet.Stresi I lartë shkatërron sistemin imunitar, duke na lënë më të dobët ndaj infeksioneve dhe sëmundjeve.Vdekja e partnerit , stresi I përjetuar gjatë zbritjes së një avioni , si dhe tendosja për shkak të një provimi gjatë javës, janë të lidhura me mbrojtje imunitare të depresuar.

Terapia e stilit të shpjegimit- Ciklet e këqija që ruajnë depresionin, vetminë dhe turpin mund të thyhen nëpërmjet trajnimit të aftësive shoqërore , nga eksperiencat pozitive që ndryshojnë përcëptimet e vetes dhe nga ndryshimi I tipareve të mendimit negativ.Për më tepër , depresioni, vetmia,dhe turpi I përkohshëm janë përgjegje të përkryera dhe të nevojshme ndaj ngjarjeve thellësisht të mërzitshme.



Kur këto ndjenja ekzistojnë në mënyrë kronike dhe pa asnjë arsye të dukshme, atëherë ka një shkak për t'u shqetësuar lidhur me nevojën për ndryshim dhe për mendimet vetëmbrojtëse në sjellje.

Terapistët të ndihmuar nga imazhi I ekspertit, kanë për qëllim nxitjen e mendimit më të shëndetshëm nëpërmjet paraqitjes së argumenteve bindëse dhe ngritjes së problemeve.Si përfundim shëndeti dhe lumturia ndikohen jo vetëm nga njohja shoqërore por edhe nga marrëdhëniet sociale.

Njerëzit që gëzojnë marrëdhënie të ngushta dhe mbështetëse ballafaqohen me një rrezik më të vogël për t'u sëmuar ose për të vdekur para kohe.

Këto marrëdhënie I ndihmojnë njerëzit kur ballafaqohen me stresin, sidomos në rastin kur u rrëfejnë njerëzve emocionet e tyre intime dhe poashtu marrëdhëniet e ngushta e ushqejnë lumturinë. Thuhet që lumturia vie nga besimi,puna e rrjedhshme , momentet e ditës,koha e kontrolluar,të buzëqeshim sepse ngrysjta vetëm sa e shton mërzinë,fjetja dhe vetmia pas energjisë,etj etj...

Psikologjia shoqërore në gjykatë- Procedurat e sallës së gjyqit janë akuzuar në qindra eksperimente moderne,sepse sociapsikologët janë të mendimit që salla e gjyqit ofron një kontekst natyror për studimin e mënyrave sesi njerëzit krijojnë gjykime dhe faktet se parimet dhe metodat e socialpsikologjisë hedhin dritë të re në problemet e rëndësishme gjyqësore.

Eksperimentet kanë treguar së dëshmitarët dhe juristët bien pre e iluzionit se pajisjet e regjistrimit mendor të dëshmitarit punojnë të lira nga ndonjë gabim I rëndësishëm.Por, ndërsa dëshmitarët krijojnë dhe provojnë kujtimet e asaj që kanë parë, dalin gabimet.

Kërkimet kanë paraqitur mënyra për të reduktuar gabimet, si në paraqitjen e raporteve nga ana e dëshmitarit okular, ashtu edhe në përdorimin e këtyre raporteve nga ana e juristëve.

Shpesh faktet në një qështje janë kaq të qarta, sa që juristët mund të lënë mënjane prirjet e tyre dhe të japin një vendim të drejtë. Kur provat janë të dyshimta, juristët kanë prirje më të mëdha për t'i interpretuar ato sipas prirjeve të para-konceptuara dhe të kenë simpati për një të pandehur tërheqës ose që u përngjan atyre.

Kur juristët ballafaqohen me botime paraprake dhe me dëshmi të papranueshme a do ti ndejkin ata instruksionet e gjykatësit për të mos i marrur parasysh këto fakte? Në séance të stimuluar, instruksionet e gjykatësit merreshin parasysh, por nëse ato vinin pasi juristët kishin krijuar një përshtypje, një gjë e tillë nuk ndodhte.

E rëndësishme nuk është vetëm ajo që ndodh në sallën e gjyqit, por edhe ajo që ndodh mes vetë juristëve. Në krijimin e gjykimeve të tyre juristët në mënyrë individuale nën ;

1. Krijojnë një histori që shpjegon provat, 2. Marrin parasysh instruksionet e gjykatësit, 3. Krahasojnë kuptimet e tyre me vendimet e mundshme.

Në rastet e afërta, tiparet e juristëve mund të ndikojnë mbi vendimet e tyre.

Juristët që favorizojnë vendimet kapitale ose që kanë autoritet të lartë kanë prirje më të larta për të dënuar disa lloj të pandehurish. Megjithatë, ajo që ka më tepër rëndësi është personaliteti i juristëve dhe qëndrimet e tyre të përgjithshme. Më pak rëndësi ka situata dhe mënyra sesi ata reagojnë ndaj saj.

Juritë janë grupe që ndikohen nga të njëjtat ndikime që vihen re edhe mbi grupet e tjera - tiparet e ndikimit të shumicës dhe pakicës, të polarizimit të grupit dhe shkëmbimit të informacionit. Po, ashtu kërkuesit kanë ekzaminuar dhe testuar mendimet që janë përdorur në vendimet e fundit të gjykatës supreme të SHBA-së për të patur juri më të vogla dhe jo unanime.

Juritë e stimuluar nuk janë juri të vërteta, pra, duhet të jemi të kujdesshëm në përdorimet e zbulimeve laboratorike në sallat e vërteta gjyqësore. Megjithatë, si të gjitha eksperimentet psikologjike, eksperimentet me juritë e laboratorit na ndihmojnë në formulimin e teorive dhe parimeve që mund të përdoren për interpretimin e botës më të ndërlikuar të jetës së përditshme.

