

българско списание

ПСИХИЧНО ЗДРАВЕ



BULGARIAN JOURNAL

MENTAL HEALTH

ИЗДАТЕЛСКА КЪЩА СТЕНО

www.stenobooks.com

ISSN 2738-7550





РЕДАКЦИОННА КОЛЕГИЯ

проф. д-р **Георги Попов, д.м.н.**, главен редактор
акад. проф. д-р **Дроздстой Стоянов, д.м.н.**,
отговорен редактор
доц. д-р **Клара Докова, д.м.**
доц. д-р **Христо Хинков, д.м.**
д-р **Иво Нацов, д.м.**
д-р **Никола Марков**
д-р **Тодор Толев, д.м.**
д-р пс. **Свилен Енев**, научен секретар

EDITORIAL BOARD

Prof. Dr. **Georgi Popov**, Editor-in-Chief
Acad. Prof. Dr. **Drozdstoy Stoyanov**,
Executive Editor
Assoc. Prof. **Klara Dokova**
Assoc. Prof. **Hristo Hinkov**
Dr. **Ivo Natsov**
Dr. **Nikola Markov**
Dr. **Todor Tolev**
Dr. **Svilen Enev**, Scientific Secretary

МЕЖДУНАРОДЕН РЕДАКЦИОНЕН СЪВЕТ

проф. **Винченцо Ди Никола**
Вашингтонски университет, Президент на
Световната асоциация по социална психиатрия
проф. **Мораг Макдоналд**
Градски университет на Бирмингам
проф. **Джовани Стангелини**
Университет Киети-Пескара
проф. **Масимилиано Арагона**,
Национален институт по здраве и миграция, Рим
доц. **Жасмин Василева**
Университет на Вирджиния, САЩ

INTERNATIONAL ADVISORY BOARD

Prof. **Vincenzo Di Nicola**
IDFAPA, George Washinton University
Prof. **Morag MacDonald**
Birmingham City University
Prof. **Giovanni Stanghellini**
University of Chieti-Pescara
Dr. **Massimiliano Aragona**
National Institute of Health and Migration
Assoc. Prof. **Jasmin Vassileva**
Virginia Commonwealth University



СЪДЪРЖАНИЕ

- 4** **Интерпретативен феноменологичен анализ – същност и концепции**
Ас. Иван Попов
Interpretative phenomenological analysis-essence and concepts
Ivan Popov, PhD
- 17** **Поведение – дефиниции и нива на функциониране**
Тодор Толев, д.м.
Behavior – definitions and levels of functioning
Todor Tolev, PhD
- 46** **Перипартум депресия и тревожност по време на пандемия. Сравнителни данни за България от международно изследване**
доц. Камелия Ханчева, д-р пс.
гл. ас. Анета Атанасова, д-р пс.
Ваня Николова, д-р пс.
Peripartum depression and anxiety during Covid-19 pandemic. Comparative data for Bulgaria from international research study
Camellia Hancheva, Assoc. Prof. PhD
Aneta Atanasova, Chief Assistant PhD
Vanya Nikolova, part-time assist Prof PhD



ИНТЕРПРЕТАТИВЕН ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕН АНАЛИЗ – СЪЩНОСТ И КОНЦЕПЦИИ

Ас. Иван Попов

Катедра по социална медицина и организация на здравеопазването, Факултет по обществено здравеопазване
Медицински университет „Проф. д-р Параскев Стоянов“ – Варна

Резюме: Интерпретативният феноменологичен анализ (ИФА) е подход, който се използва за проучване на преживелищния опит, представяйки детайлно описание на това как хората преживяват и осмислят даден феномен. ИФА се стреми да схване същината и качеството на преживяването така, както се преживява от преживяващия субект. Преживелищният опит може да се определи като лично познание за света, придобито чрез директно участие в дадено събитие или явление. По своята същност подходът е феноменологичен, тъй като се проучва преживелищният опит, възприемането и осмислянето на дадено явление от страна на отделната личност, като се избягва да се обяснява или оценява това явление. Теоретичните основи на ИФА са свързани с феноменологията, херменевтиката и идиографията.

INTERPRETATIVE PHENOMENOLOGICAL ANALYSIS-ESSENCE AND CONCEPTS

Ivan Popov, PhD

Medical University-Varna

Abstract: Interpretive phenomenological analysis (IPA) is an approach used to study subjective (experiential) experience, presenting a detailed description of how people experience a phenomenon and make sense of it. IPA seeks to understand the nature of the experience as experienced by the experiencing subject. Subjective experience can be defined as personal knowledge of the world gained through direct participation in an event or phenomenon.

In its essence, the approach is phenomenological, as it studies the subjective experience, perception and understanding of a phenomenon by the individual, avoiding to explain or evaluate this phenomenon.

The theoretical foundations of IPA are related to phenomenology, hermeneutics and idiography.

Увод

Интерпретативният феноменологичен анализ (ИФА) е подход, който се използва за проучване на преживелищния опит, представяйки детайлно описание на това как хората преживяват и осмислят даден феномен. Първоначално е разработен от Джонатан Смит и негови колеги (медицински психолози) от Университета Бъркбек, Великобритания. Според Смит (2009): „като подход ИФА започна първо да се използва в психологията, основно в областта на здравната психология. След това продъл-



жи да се използва по-интензивно в клиничната, консултативната и социалната психология. Не е изненадващо, че основният „ползвател“ на ИФА е това, което може да бъде дефинирано като приложна психология или психология на реалния свят.“

Смит (2009) твърди, че основният смисъл на ИФА, който е подход „ориентиран към участниците“, е, че се ангажира с „преживелищния опит, а той може да бъде разбран чрез изследване на значението, което има за хората този опит“. Смит пише още, че „изследването се провежда по начин, който позволява този опит да бъде разказан чрез собствен, специфичен език и термини, а не посредством предварително дефинирани категории и обяснения. Това е, което прави ИФА феноменологичен и го свързва с основните идеи, споделяни от феноменолозите.“

ИФА се стреми да схване същината и качеството на преживяването така, както се преживява от преживяващия субект. Основен интерес представлява не самата структура на феномена, а неговото субективно преживяване и значение. „ИФА има скромната амбиция да улови конкретните преживявания като преживявания от отделни хора (Smith, 2009)“.

При ИФА се проучва конкретното и специфичното и се осигурява детайлно описание на всеки един отделен случай, преди да се премине към търсене на общи или различаващи се модели между тези случаи.

Теоретичните основи на ИФА са свързани с феноменологията, херменевтиката и идиографията. В този контекст, преди да обсъдим по-задълбочено същността на ИФА, първо ще отбележим някои от особеностите на феноменологията и херменевтиката като философски движения.

Феноменология

Феноменологията възниква като философско движение с основни представители Едмунд Хусерл и Мартин Хайдегер и е едно от най-влиятелните философски направления на ХХ век. Силно влияние върху Едмунд Хусерл оказват тезите на неговия учител, немския философ Франц Брентано (1838-1927). М. Хайдегер обяснява термина феноменология чрез двете му съставни части: феномен и логос. Терминът феномен означава „само по себе си – показващото се“, т.е. видимото и първичното.

Зад това обозначение (феноменология) се крие изискването към философите да се въздържат от всяко прибързано тълкуване на света и да се придържат без предразсъдъци към анализа на това, което се явява в съзнанието (Кунцман, П., Буркард, Ф., Видман, Ф., 2011). Феноменологията е по-скоро метод на изследване, отколкото съвкупност от теории (Бейкуел, 2017).

Съществуват ключови общи понятия във феноменологията, като „субективност“, „интенционалност“ (целенасоченост), „смисъл“, „значение. Феноменология буквално означава описание на феномените (Попов, Г. 2019). Думата феномен за феноменолозите има специално значение – тя обозначава всяка вещь, обект или събитие такова, каквото се явява пред възприятията ни, а не такова, каквото може да е или да не е в действителност (Бейкуел, 2017).



Феноменологичната философия има за цел „да върне философията от абстрактните метафизични спекулации, ангажирана с псевдопроблеми, към контакт с нещата такива, каквито са сами по себе си, с конкретния жизнен опит“ (Moran, 2000).

Съществуват два основни подхода към феноменологията: дескриптивна (описателна) и интерпретативна. Дескриптивната феноменология е създадена от Едмунд Хусерл, а интерпретативната от Мартин Хайдегер (Connolly, 2010). Дескриптивната философия е известна като трансцендентална феноменология и исторически предхожда във времето Хайдегер (Spinelli 2005). От своя страна интерпретативната феноменология е известна като херменевтична (Langdridge 2007; Lavery 2003) и екзистенциална феноменология (Spinelli 2005).

Основен обект на интерес от страна на феноменологията е субективната реалност, като в този контекст феноменологията се състои и в описание на преживяванията.

Херменевтика

Херменевтика традиционно се нарича теория и практика на интерпретацията на текстове, която се развива в историческата и филологическата наука от 18-ти век. През XX век херменевтиката се превръща от метод за интерпретация на текстове във философия, главно благодарение на феноменологията на Хусерл и трудовете на Мартин Хайдегер.

Херменевтиката е разбиране на опита чрез тълкуването на текст или език и може да се използва като специфична методология или допълнение към феноменологията (Webb and Pollard 2006), а оттам и като алтернативно определение на интерпретативната феноменология.

Херменевтиката е философия на разбирането, като едни от най-значимите философи с принос в тази област са Шлайермахер, Хайдегер и Гадамер.

Някои от нещата, които представляват интерес за херменевтиката, можем да формулираме по следния начин: какви са методите и целите на тълкуването само по себе си? Възможно ли е да се разкрият реалните значения и намерения на автора? Какво е отношението между контекста на създаването на текста (неговия исторически генезис в миналото) и контекста на неговото тълкуване (неговото отношение към съвременния живот)?

Двойна херменевтика

Смит (2012) пише, че разбирането на даден феномен или преживяване е процес, който протича едновременно в две посоки: 1) изследователят се опива да разбере участниците в проучването, 2) участниците от своя страна се опитват да осмислят своето преживяване. В случая изследователят участва активно в осмислянето и изграждането на значения съвместно с участниците в проучването. Този процес се нарича „двойна херменевтика“ (double hermeneutic).



Същност на ИФА

Може да дефинираме две основни и взаимосвързани цели на ИФА: 1. задълбочено да се проучи преживелищният опит относно специфичен феномен, и 2. как хората осмислят този опит.

Тази специфична цел ни помага да разберем кои явления са подходящи за проучване чрез ИФА. Например:

- Какво е усещането за самота?
- Как хората преживяват и се примиряват със смъртта на партньора си?
- Как хората вземат решение дали да се подложат на химиотерапия, или не?

По своята същност подходът е феноменологичен, тъй като се проучва преживелищният опит, възприемането и осмислянето на дадено явление от страна на отделната личност, като се избягва да се обяснява или оценява това явление. „Феноменологичното проучване описва общото значение, което има даден феномен или събитие за различни хора (Creswell, 2013)“. В същото време изследователската работа е динамичен процес, като изследователят заема активна позиция в него. Изследователят се опитва да „влезе“ в личния свят на участниците, за да разбере, по думите на Conrad's (1987) „перспективата, гледната точка на другата страна“, но това не може да стане директно и/или изцяло. Като процес достъпът до субективния свят на другия зависи, но се и усложнява от личния опит на изследователя, от друга страна, той е необходим инструмент, за да може изследователят да осмисли и интерпретира този чужд за него жизнен опит. Тук регистрираме един процес на интерпретация, който протича едновременно на две нива:

1. участниците в проучването се опитват да осмислят собствения си преживелищен опит;
2. изследователят се опитва да разбере как участниците осмислят своя собствен опит.

При ИФА изследователят се старее да разбере какво представлява явлението от гледна точка на участниците, опитвайки се (доколкото това е възможно) да заеме тяхната позиция, да осмисли и разбере тяхната гледна точка. Поради тези специфики, в сравнение с други изследователски методи, при ИФА не се формулира (и тества) хипотеза, преди да започне самото проучване. Както можем да видим от горните примери, формулираме изследователски въпроси, които не съдържат каквито и да е допускания и/или хипотези, а това, което изниква като тенденция и резултат, е извлечено от разказите на участниците относно техния преживелищен опит.

Изследователите, които използват ИФА, са наясно, че не могат да избегнат влиянието на своите собствени виждания, разбирания и концепции за света, но чрез рефлексивност те разбират и осмислят начина, по който тези фактори повлияват провеждането на проучването, анализа и интерпретирането на данните. „Важно е изследователят не да ги „игнорира“, а чрез рефлексивност да ги идентифицира и направи експлицитни (Moustakas, 1994)“.



От казаното дотук можем да изведем няколко основни аспекта на ИФА:

- Посредством ИФА получаваме достъп до преживелищния опит, до неговата същност в чиста и неподправена форма.
- ИФА разглежда хората и техния опит като обусловени от специфичен социално-исторически контекст.
- При ИФА се проучва даден феномен, без да се категоризира и обяснява неговата структура, причини и др.
- ИФА е ефективен инструмент за изследване на явления, които са сложни, двусмислени и имат силно емоционално значение.
- ИФА проучва и описва (разказва), но не обяснява, не доказва, не формулира и не тества теории и хипотези.

Основни формулировки/епистемология

ИФА използва интерпретативна феноменологична епистемология. Изследователите се стремят да разберат възприемането на света и важните за хората феномени посредством тяхното значение.

В този контекст ИФА се основава на следните предположения:

- Разбирането на субективната представа за света изисква разбиране на субективния опит.
- Изследователите разкриват и се ангажират със световите и преживелищния опит на други хора, които пребивават в специфичен социо-културален контекст.
- Изследователят се стреми чрез разказите на респондентите да разбере и осмисли техния преживелищен опит.
- Изследователите не достигат до опита на другите хора директно чрез техните истории, а посредством процеса на интерсубективното изграждане/създаване на смисъл.
- За да се ангажират с преживелищния опит на другите хора, изследователите трябва да могат чрез рефлексивност да идентифицират и осмислят собствения си опит.
- Изследователите не могат да избегнат субективното тълкуване на чуждия преживелищен опит, но трябва да са наясно относно собствената си роля в създаването на тези интерпретации, ангажирайки се да ги проверяват и потвърждават посредством вижданията на участниците в проучването.

ИФА-области на приложение

Първоначално ИФА се прилага при проучване на феномени от областта на здравната психология, но през последните години става все по-популярен метод и в други области на човешкото познание, а именно клиничната психология, културалната психология и др.



ИФА е особено надежден и ефективен подход при проучвания в областта на психичното здраве, където приносът може да бъде от различно естество, тъй като „който успее да опише преживяванията си, е в състояние поне отчасти да упражнява контрол върху тях“ (Макуилямс, 2018).

ИФА се използва при проучвания на културалните и религиозни практики и ритуали, духовния опит, социалните промени и др. ИФА се използва все по-често при проучвания в областта на образованието, здравето и хуманитарните науки.

ИФА може да бъде полезен и при проучвания на важни културални и социални явления: как различните групи конструират етническата си идентичност, какво значение приписват на социалните роли и т. н.

Някои от специфичните явления, които през годините са проучвани чрез ИФА, са следните:

- как мъжете с хомосексуална ориентация осмислят и възприемат собствения си пол и сексуалност? (Flowers, 1997)
- как хората се примиряват със смъртта на партньора си? (Golsworthy and Coyle, 1999)
- как се променя усещането за идентичност на жената по време на прехода към майчинство? (Smith, 1999)
- какво оказва влияние върху решението за спиране на лечението? (Wilson and Sperlinger, 2004)
- по какъв начин фактът, че някой е ХИВ позитивен, оказва влияние върху неговите междуличностни взаимоотношения? (Jarman, 2005)
- какво е взаимоотношението между телесния образ, пола и сексуалната ориентация (Morgan & Arcelus, 2009)
- как усещането за идентичност се повлиява при диагностициране с болестта на Алцхаймер (Clare, 2003) и др.

Основни понятия и концепции

Преживелищен опит

Това, което ИФА проучва, е преживелищният опит. Като концепция, преживелищният опит за ИФА означава да се обърне внимание на тези негови аспекти, които имат значение за хората и пораждат конкретни действия. Този начин на осмисляне на преживелищния опит е сходен с идеята на Yancher (2015), че преживелищният опит може да се разбира като „ангажирано участие“ от респондентите в дадена ситуация, а не като съдържание на нашите умове.

„Като индивиди, които участват смислено в един смислен свят, хората възприемат като значими явленията, свързани с техния личен опит. Това участие се характеризира с един вид екзистенциална загриженост относно житейските въпроси, което изгражда необходимата основа за действие, като например: вземане на решения, ангажиране с конкретни позиции и участие в културни практики.“ (Yancher, 2015).



Преживелищният опит може да се определи като лично познание за света, придобито чрез директно участие в дадено събитие или явление. Преживелищният опит се отнася до тези човешки дейности, които човек преживява непосредствено и ежедневно, без предварително да ги обмисля или обръща внимание (пре-рефлексивен опит – *ipseity*) (Marr, 2008).

При ИФА идеята да се разберат нещата, които имат значение за хората, означава да се разграничат отделните части на преживелищния опит и да се вземе решение върху коя част от него да се фокусира изследователят. Смит дава следния пример, за да илюстрира това, което той и колегите му описват като йерархия на преживяванията, вариращ от малките до неговите по-големи и всеобхватни части.

„...представете си, че в един горещ ден искате да плувате в морето. Може да не забележите малките камъчетата по земята, докато не свалите обувките и установите, че трябва, куцайки, да изминете последните няколко крачки до брега. Може да не осъзнавате, че слънцето пече много силно, докато не влезете в хладната вода. В този момент осъзнавате силата, потока на опита; обаче през повечето време вие сте „потопени“ в него (опита), без да го осъзнавате ...Сега си представете, че за вас това събитие има и друго значение: още от детските години вие сте запален плувец, но поради операция, свързана със сериозно заболяване, скоро не сте плували. Очакването, предчувствието за влизането във водата и плуването има много различни значения. Вероятно се притеснявате от белезите, които са останали от операцията, или от други телесни промени. Може би сте очаквали с нетърпение този момент, защото той се явява един вид маркер, знак за възстановяване, както и завръщане на предишния Аз. Възможно е и просто да се чудите дали ще можете отново да плувате така, както сте го правили преди. Във всеки един от тези случаи плуването за вас е *преживелищен опит*, нещо важно, което ви се случва (Smith, 2009)“.

Този пример демонстрира йерархия на преживяванията, като ние несъзнателно сме „сграбчени“ от ежедневния поток на житейските преживявания. Както Dilthey (1976) пише: „Каквото и да представлява сама по себе си отделната единица от потока на времето, тя е най-малката част, която може да се нарече преживяване. Всяка по-всеобхватна част, която се състои от отделните по-малки части на един живот, които са свързани от общ смисъл, се нарича преживелищен опит, дори когато тези отделни части биват разделени една от друга посредством прекъсващи връзката между тях събития“.

Осъзнаването на камъчетата или силата на слънцето са примери за „най-малките единици“ преживяване, които могат да бъдат проучени чрез ИФА. Интерес за изследователите, които използват ИФА обаче, е това, което Dilthey нарича „всеобхватния, цялостен преживелищен опит“, който има по-голямо значение в живота на един човек, като предчувствието, очакването, свързано с плуването в горния пример, което (плуването) от своя страна е свързано с важни събития от *миналото* и вероятно означава, че плуването е символ на възстановяване от заболяването. Когато хората имат преживяване, свързано с важно за тях събитие, те започват да разсъждават и осмислят това, което им се случва, като основната цел на ИФА е да се проучи смисълът и значението на това събитие.



Опитът е субективен, защото това, което преживяваме, е по-скоро феномен, отколкото пряката реалност. „Ние се разпростираме в света (Spinelli, 1989), свързвайки се с хора, обекти и събития в контекста на това как ги възприемаме”.

Каквото и явление да се изследва при ИФА, фокусът е върху това как това нещо е „дадено“ на отделния човек и как това, което е дадено, притежава качеството на нещо, което е уникално и само негово. Например има нещо специфично при всички тези случаи – когато сме в приятна компания, когато виждаме как слънцето изгрява над планината, усещането на болката при мигрена, плуването след дълго възстановяване, диагностицирането със сериозно заболяване и т.н. Разбирането на това преживяване от първо лице изисква да се разбере това от перспективата на конкретния индивид, който го преживява; с други думи – възприемаме участника като „експерт в преживяването“ относно феномена, който изследваме.

Значения и смисъл

Значението означава ценност или важност на някого или нещо: „Това е много важно за мен“; „За мен е важно да имам повече свободно време“. „Значенията са интерсубективни, в голяма степен културално обусловени и исторически генерирани. Значението на определено нещо зависи от контекста, в който се използва, т.е. едно и също нещо може да има различни значения в различните контексти (Попов, Г. 2019)“.

Смисъл и значение често се използват като синоними, но смисълът има по-общо понятие от значението. „Смислите реализират обичайните значения тук и сега: Нещата са важни за мен.; Този стол е нещо, на което аз мога да седна“ (Попов, Г. 2019).

„Значенията и смислите могат да се припокриват в едни области и да се разминават в други. Ако значенията са интерсубективни, в определена степен общностни, то смисълът е субективен. Едно и също значение би могло при различни хора да породи в преживяванията им различни смисли“ (Попов, Г. 2019).

Идиография

При идиографията фокусът е върху специфичното, а не върху общото и универсалното. По отношение на субективния опит идиографията се стреми да разбере специфичното и уникалното в личността, но запазвайки фокус върху нейната цялост.

ИФА използва идиографичен подход при проучване на преживелищния опит, преди да формулира по-общи и универсални твърдения, т.е. при ИФА посоката на формулиране на общ характер на явленията е от „частното към общото“ – отделните, субективни явления са тези, чрез които може да се формулира общ, универсален характер на даден феномен. В този аспект ИФА използва индуктивен подход.

На практическо ниво изследванията чрез ИФА използват идиографията посредством метода проучване на случай, който обичайно се прилага при всеки отделен респондент. Едно от предимствата при проучването на случай е, че „те ни дават уни-



калната перспектива на отделната личност относно тяхното отношение към различни феномени, които представляват интерес“ (Smith, 2009).

От друга страна, посредством проучванията на отделните случаи може да видим „централното място, което заемат определени общи явления в живота на всички отделни хора“ (Evans, 1993).

„Стремежът към подробно описание на различието и разнообразието на преживелищния опит едновременно с показването на общия споделен опит сред участниците може да предизвика известно напрежение, което да стимулира творческото мислене относно това, как и в двата случая да съхраним специфичната гледна точка.“ (Thackeray, 2015). Става дума за взаимодействието на интрапсихичните и интерпсихичните преживявания, което в най-голяма степен обогатява преживелищния опит на човека.

Един от начините да се използва по-целенасочено и пълноценно идиографията е чрез провеждането на проучвания, посредством които се изследват множество части от преживелищния опит относно явления, които демонстрират сходни във времето значения, като се проучи по-детайлно специфичният социо-исторически контекст.

Интерпретиране

При ИФА основната цел на интерпретацията е да се открие значението на феномена, който се изследва. Creswell (2013) пише: „феноменологията е не само описание, но и процес на интерпретация, при който изследователят тълкува смисъла на преживените събития и феномени“.

При интерпретирането е важно не само знанието на изследвания феномен, но също така е важно да се познава и социо-историческият контекст (времето, мястото и участниците), в който се регистрира явлението.

Един от възможните начини за интерпретация ни дава т.нар. херменевтичен кръг, при който изследователите работят с данните по динамичен и нелинеен начин, изследвайки цялото в светлината на неговите части, а отделните части в светлината на цялото, отчитайки контекстите, в които цялото и частите съществуват и си взаимодействат. Един от начините, чрез който ИФА подхожда към динамиката част/цяло, е като към набор от връзки/взаимоотношения, които могат да се използват при интерпретиране на данните:

Част	Цялото
Една дума	Цялото изречение
Един цитат	Целият текст
Конкретна част от текста	Цялото „творчество“
Интервюто	Целият изследователски проект
Един отделен епизод	Целият живот

(Smith, 2009)



Комбинирането и анализът на тези части и цялости е един от начините за извличане на значения, като от своя страна значенията могат да бъдат също проучени и потвърдени.

Според Смит (Smith, 2009) интерпретацията е сходна с процеса на търсене и откриване. В този процес изследователят търси и добива материал за възможните значения, които ще направят феномена видим и разбираем. От своя страна тези значения се изследват, анализират и сравняват както помежду си, така и с вижданията и предварителните очаквания на изследователя. Това „осветляване“ на феномена се извършва в контекста на житейския свят на конкретен човек в специфичен контекст. Този процес е част от двойната херменевтика, която ИФА използва, и може да се обобщи чрез принципа „изследователят се опитва да осмисли опита на участниците да осмислят какво се случва с тях“ (Smith, 2009). По този начин се извършва взаимодействие и синтез между интерпретирането и разбирането – от една страна, осмислянето на феномена от страна на участниците (което се извършва по време на интервюто) и осмислянето от страна на изследователя (по време на анализа).

Провеждането на ИФА включва използването, „навигирането“ между различни видове и начини на интерпретация, като един от тях е тълкуването на текстовете, свързани с преживелищния опит на участниците в изследването (Smith, 2004). Тук възможно решение ни предлага отново двойната херменевтика, която предполага, че различните нива на интерпретация се извличат посредством двоен интерпретативен подход: херменевтика на емпатията и херменевтика на съмнението (Ricoeur, 1970). Това дава възможност на изследователите да използват и двата подхода: от една страна, да подхождат с емпатия, опитвайки се да си представят и разберат какво е да бъдеш на мястото на участниците, а от друга страна – да бъдат критични към това, което се разказва и описва, търсейки смисъл и значения посредством начини, които участниците не желаят и/или не могат да използват. При емпатийния подход се получава детайлно описание на преживелищния опит, свързан с феномена, който се проучва, като изследователят се придържа основно към гледната точка на участниците. При другия подход (херменевтика на съмнението) изследователят оставя настрана това, което до момента е приел като важно, и разработва един многопластов разказ за възможните значения.

За да илюстрират подобен многопластов разказ, Eatough и Smith (Eatough, Smith, 2017) дават пример с проучване относно житейския опит на една жена с хронична болка в долната част на гърба (Osborn & Smith, 1998). В него са представени четири възможни интерпретации, които отразяват комбинирането на двата подхода – херменевтика на емпатията и херменевтика на съмнението.

По време на интервю относно нейния преживелищен опит, свързан с хроничната болка, Линда споделя:

„Мисля си, че съм най-подходяща, защото ние сме три момичета, аз съм средната по възраст и смятах, че съм най-подходяща, затова работех буквално като кон, мислех, че съм най-силната...но внезапно всичко това спря и аз не мога да свърша половината на това, което правих преди (Osborn & Smith, 1998, p. 70).“



В този случай съществуват няколко възможни интерпретации и значения, които могат да покажат какво всъщност се случва с Линда. Едното възможно тълкуване е, че Линда се сравнява със своите сестри, за да подчертае как я е променила болката. Osborn и Smith обаче продължават да разпитват и разговарят с Линда, фокусирайки се върху метафората „работя като кон“. Ясно е, че Линда никога не е била толкова силна (като кон), но описвайки себе си като такава, тя преувеличава силата, която е имала преди (в миналото), за да привлече внимание към това, колко слаба и крехка се чувства тя сега в сравнение с преди.

Както ни показва Смит (Smith, 2004) в следващия пример, изследователят може да продължи и с проучване на времевите аспекти в разказа на Линда.

Линда започва в сегашно време:

*„Мисля си, че съм най-подходяща, защото ние сме три момичета“ и
„Аз съм средната по възраст“*

Може да се предположи, че Линда има предвид себе си сега, в настоящия момент – все още са три сестри, поредността на тяхното раждане е същата, но аз съм най-подходящата?

Вероятно тя има предвид „аз бях най-подходящата“, в контраст със сегашната ситуация? Тогава тя започва да говори в минало време:

смятах, че съм най-подготвена, затова **работех** буквално като кон, **мислех**, че съм най-силната...

Това потвърждава, че Линда има предвид миналото, когато е имала повече сили, които сега е загубила. Как може да се обясни това противоречие: „Аз съм най-подходяща“, „Смятах, че съм най-подходяща“. Смит пише: „мисля си, че това е психологическа битка, конфликт, тъй като усещането за идентичност на Линда е накърнено от болките в гърба“. От една страна, Линда признава, че е изгубила усещането за един силен и автономен Аз, който сега е заменен от един отслабнал и уязвим Аз. От друга страна, Линда все още се идентифицира с предишното силно Аз, така че нейното настоящо усещане за това коя е тя отчасти е формирано от битието на това да си „най-подходящата“, което все още съществува като образ в нейното съзнание.

Можем да кажем, че в Линда се наблюдава борба между новия Аз, идентифициращ се със силната болка, и „придържането“ към стария Аз, въпреки тази болка. Тази борба е илюстрирана чрез времевите преходи/промени в текста.

Това е пример, който илюстрира как след внимателно прочитане на събраната информация от разговорите с Линда тълкуването може да поеме в различни посоки, които вероятно ще бъдат подкрепени и от други данни от нейния разказ.

Винаги разказите на хората са тези източници, посредством които интерпретираме и се стремим да осмислим и разберем преживелищния опит: „достъпът до



човешкия опит зависи от това, което ни разказват хората. Изследователят трябва да интерпретира този разказ, за да може да разбере това преживяване (Smith, 2009)“.

Интерпретативният феноменологичен анализ (ИФА) е подход, който се използва за проучване на преживелищния опит, представяйки детайлно описание на това как хората преживяват и осмислят даден феномен. ИФА се стреми да схване същината и качеството на преживяването така, както се преживява от преживяващия субект. „ИФА има скромната амбиция да улови конкретните преживявания като преживяния от отделни хора (Smith, 2009)“.

Библиография:

1. Colaizzi PF: Psychological research as a phenomenologist views it. In: King RVM (ed): Existential Phenomenological Alternatives for Psychology. New York: Oxford University Press.
2. Clare, L. (2003). Managing threats to self: Awareness in early stage Alzheimer's disease. *Social Science and Medicine*.
3. Conrad, P. (1987). The experience of illness: recent and new directions. *Research in the Sociology of Health Care*.
4. Connelly, L. M.: What is phenomenology? *MEDSURG Nursing*, 19(2) (2010).
5. Creswell, J. W. (2013). *Qualitative Inquiry and research design choosing among five approaches* (3rd Ed). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
6. Dilthey, W. (1976). *Selected Writings*. Trans. H.P. Rickman. Cambridge: Cambridge University Press.
7. Evans, M. (1993). *Reading lives: How the personal might be social*. *Sociology*.
8. Eatough, V. and Smith, J.A. (2006b). I was like a wild wild person: understanding feelings of anger using interpretative phenomenological analysis. *British Journal of Psychology*, 97.
9. Eatough, Virginia and Smith, Jonathan A. (2017) Interpretative phenomenological analysis. In: Willig, C. and Stainton-Rogers, W. (eds.) *Handbook of Qualitative Psychology 2nd Edition*. London, UK: Sage.
10. Jarman, M., Walsh, S., & De Lacey, G. (2005). Keeping safe, keeping connected: a qualitative study of HIV-positive women's experiences of partner relationships. *Psychology & Health*.
11. Laverty, S. M.: Hermeneutic phenomenology and phenomenology: a comparison of historical and methodological considerations, *International Journal of Qualitative Methods*, 2(3), (2003).
12. Langdrige, D.: *Phenomenological psychology: theory, research and method*, Pearson Education Ltd (2007).
13. Moran, D. (2000). *Introduction to Phenomenology*. London: Routledge.
14. Morgan, John & Arcelus, Jon. (2009). Body Image in Gay and Straight Men: A Qualitative Study. *European eating disorders review : the journal of the Eating Disorders Association*. 17.
15. Mapp T. Understanding phenomenology: the lived experience. *Br J Midwifery*. 2008;16.
16. Moustakas C. *Phenomenological research methods*. Thousand Oaks: Sage publications; 1994.
17. Osborn, M. and Smith, JA. (1998) The personal experience of chronic benign lower back pain: An interpretative phenomenological analysis *British Journal of Health Psychology*, 3.
18. Ricoeur, P. (1970). *Freud and Philosophy: An Essay on Interpretation*. Trans D. Savage. London: Yale University Press.
19. Richard Golsworthy & Adrian Coyle (1999) Spiritual beliefs and the search for meaning among older adults following partner loss, *Mortality*, 4:1.
20. Pope C, Mays N. *Qualitative Research: Reaching the parts other methods cannot reach: an introduction to qualitative methods in health and health services research*. BMJ. 1995.
21. Smith, J.A. (2004). Reflecting on the development of interpretative phenomenological analysis and its contribution to qualitative research in psychology. *Qualitative Research in Psychology*.
22. Smith, J.A., Flowers, P. & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis*. London: Sage.
23. Rodriguez L. and Smith JA. (2014) Finding your own place: Young Men's Experience of Early Recovery from Addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*.
24. Flowers, P., Smith, J.A., Sheeran, P. and Beail, N. (1997). Health and romance: Understanding unprotected sex in relationships between gay men. *British Journal of Health Psychology*.
25. Finlayson CS, Fu MR, Squires A, Applebaum A, Van Cleave J, O'Cearbhaill R, DeRosa AP. The Experience of Being Aware of Disease Status in Women with Recurrent Ovarian Cancer: A Phenomenological Study. *J Palliat Med*. 2019 Apr;22(4).
26. Finlay L. *Reflexivity: a practical guide for researchers in health and social sciences*. Oxford: Blackwell Science Ltd; 2003.
27. Shinebourne, P. & Smith, JA. (2011) Images of addiction and recovery: An interpretative phenomenological analysis of the experience of addiction and recovery as expressed in visual images. *Drugs: Education, Prevention & Policy*, 18.
28. Smith, J.A. (1991). Conceiving selves: a case study of changing identities during the transition to motherhood. *Journal of Language and Social Psychology*.



29. Smith, J.A. (1993). The case study. In R. Bayne and P. Nicolson (eds), *Counselling and Psychology for the Health Professionals*. London: Chapman Hall.
30. Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. Los Angeles, CA: SAGE.
31. Spinelli, E. (1989). *The Interpreted World. An Introduction to Phenomenological Psychology*. London: Sage.
32. Thackeray, L. (2015). *Sharing life with a developmentally disabled young adult: A hermeneutic phenomenological exploration of the familial experience*. Unpublished PhD. Birkbeck University of London.
33. Wilson, Mona & Sperlinger, David. (2004). Dropping out or dropping in?. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 18.
34. Yancher, S.C. (2015). Truth and disclosure in qualitative research: Implications of hermeneutic realism. *Qualitative Research in Psychology*, 12.
35. Макуилямс, Н. (2018). *Психоаналитична диагностика*. Плевен. Леге Артис.
36. Бейкуел, С. (2017). *Кафето на екзистенциалистите*. София: Изток-Запад.
37. Кунцман, П., Буркард, Ф., Видман, Ф. (2011). *Атлас Философия*. Пловдив. Летера.
38. Попов, Г. (2019). *Психопатология на комплексността*. Варна. Стено.



ПОВЕДЕНИЕ – ДЕФИНИЦИИ И НИВА НА ФУНКЦИОНИРАНЕ

Тодор Толев, д.м.

Държавна психиатрична болница „д-р Георги Кисъев“ – Раднево

Резюме. Предложен е коментар на проблеми с удовлетворителна общоприета дефиниция на поведение – въпреки нарастващата необходимост от ясно определение на този важен за науките за човека концепт. Като способ за облекчаване на тези проблеми се представя опит за йерархична типология на нива на функциониране с категориите: активност, движение, действие, дейност, поведение и социални роли.

BEHAVIOR – DEFINITIONS AND LEVELS OF FUNCTIONING

Todor Tolev, PhD

State Psychiatric Hospital "Dr Georgi Kissiov" – Radnevo

Abstract. A commentary on problems with a satisfactory generally accepted definition of behavior is proposed - despite the growing need for a clear definition of this important concept in human sciences. In order to alleviate these problems, hierarchical levels of functioning are presented, with the categories: activity, movement, action, proceeding, behavior and social roles.

Представата за човека е немислима без оценка на неговото поведение, а описанието на живите същества е невъзможно без интерпретиране на поведението им в неговата невъобразимо пъстра палитра от прояви. Поведението е израз на взаимодействие на живото създание с околната среда и е видима изява на жизнена активност, като наред с морфологичните белези, то е надежден разграничител за биологично разнообразие. Но въпреки различията, в поведението на животинските видове има явни сходства (Keijzer, 2001; Kottak, 2011; Kolb, Whishaw, 2012; Lazzeri, 2014), които са продукт на приемственост – възникнала и утвърдена в хода на еволюцията заради жаждата за оцеляване и репродукция чрез домогване до желана промяна или запазване на придобивките (Ossorio, 2006 – по Bergner, 2011). Защото знаем, че теориите за поведението са центрирани около описания на механизми, елементи и особености във взаимодействията на организма с неговото обкръжение в търсене на оптимални физиологични параметри за реализиране на потребности в рамките на еволюционните правила (Hull, 1943).

Най-общо е посочено, че „поведение е всичко, което организъмът прави – включително мислене и чувства“ (Pierce, Cheney, 2004). Ето защо още от древни времена поведението е описвано предимно от позициите на *душевност*, с доминираща *философско-религиозна насоченост*. Дори днес тази насоченост среща убежище в концепция с многовековна давност, дележаща психологията от биологичните невронауки чрез дихотомията за *разум – мозък* (Sanguineti, 2007) като антиподни дименсии на човешката психичност.



Посочва се (Sanguineti, 2007), че пътят на разкриване на *човешката същност* (humanity) е осеян с опити за себедефиниране и разгадаване на психичните феномени и представяне на наученото на ясен и понятен език, като човешкото начало интуитивно извира от вяра, че индивидът не е цялостно, унитарно явление, а е *конгломерат от части* (структури), някои от които са извън границите на осъзнатост. И по тази причина *персоналното* равнище често е надстроено със *супраперсонални* „божествени“ обяснителни технологии. От там произлизат двойствените представи за човешката природа – онова, което наричаме *душа*, може да се приеме като посредник между *персоналното* ниво в човека (и неговото тяло) и фактори от *надперсонален* (божествен) порядък, влияещи (определящи) човешкото поведение и съдба.

Ще отбележим, че такава противопоставеност (но и взаимопредполагане) между *душа* и *тяло* е налице (Sanguineti, 2007) още в прочутата Венера от Вилендорф (Venus of Willendorf) – малката фигурка на жена с преувеличени белези на женственост от преди 25000 до 30000 години – в която палеолитният творец е съчетал морфологичните атрибути на женския пол с фертилността (и майчината всеоedayност) като вектор на психична себеизява. Тази предисторическа фигурка с вероятно култово предназначение е израз на синтез между *духовното* и *телесното* начало при човека-жена – похват, който ще присъства устойчиво и в бъдещи интерпретации на човешкото поведение. А за поведението при животните добра илюстрация е скалното палеолитно изображение на бик от пещерата Ласка в Перигор от преди около 20000 години (Sanguineti, 2007) с невероятно вълнуваща одухотвореност (психичност) в бликащата мощ и грация на огромното страховито животно – което посочва корена на анимизма в религиозните култове и на съвременния антропоцентризъм при интерпретиране на животинското поведение.

Относно идеите за обособени психични компоненти бихме посочили концепта за *душа* в древен Египет (Sanguineti, 2007) като конгломерат от части – или *психични структури* по днешните термини – включващи *Sahu* (спиритуално тяло, отразяващо физическото тяло), *Ka* (независим абстракт за личност), *Ba* (душа-сърце, трансцендентен аспект за личност), *Khaibit* (сянка на индивида с памет за извършеното), *Khu* (трансцендентна съставка на духа за интелект, воля и намерения), *Sekhem* (трансцендентна витална сила) и *Ren* (името на човека). Тези архидревни египетски наименования предвещават днешния възглед за многокомпонентност с *обособени модули за психични и психосоматични функции на съвкупностите разум-тяло*, като комплекс от предпоставки за *поведение в неговите био-психо-социални насочености*. А мистично-религиозната окраска е само маска над задълбочени хилядолетни наблюдения.

Почти десет века след древните египтяни древните гърци от Бронзовата епоха – от Омир (Homer) до Калимах (Callimachus) постепенно извличат еманация за човешки постъпки от съставки на субективна душевност, впримчена в неотменима съдба под диктат на властни божества (Snell, 1896 /1982; Mansfield, 2000 – по Sanguineti, 2007). Тази представа за поведение бележи преход от позоваването на епос и митове към логиката на познания и научност. От Солон (Solon) насетне, през пре-Сократовите и пост-Сократови философи, с кулминация при Платон (Plato) и Аристотел



(Aristotle), заместването на митични тълкувания чрез образи и подобия се насочва към логичен размисъл и анализ (Snell, 1896/1982 – по Sanguineti, 2007). Дефиницията за *душа* според Аристотел включва единение на психологичните с физиологични процеси, откъдето произлиза латинският израз *здрав дух в здраво тяло* (*mens sana in corpore sano*) – с което следва да се обясни произходът на поведението чрез съчетано участие на разум и тяло, но при унитарност на разума въпреки неговия многосъставен строеж. С което Аристотел отрича Платоновата позиция, според която „разумът може да има влечение с една от своите части, ала в същото време да усеща гняв в други свои части” (Sanguineti, 2007). Тази теза бива разколебана от възгледите за интрапсихични антагонизми в някои теории на личността от XIX и XX век (Feist et al., 2018), с което прозренията на Платон получават нов подкрепителен прочит. Ала гениалното твърдение на Аристотел за съдържимите в душата (*psyche*) качества – желаниа, мнения, памет, въображение, вяра, оценка, мислене – като незаобиколими агенти и двигатели на всяка човешка постъпка – запазват и днес своето значение (Vanderwolf, 2007).

Тази важна трансформация от митологичен към логически анализ в интерпретациите на разума, бележещ подхода на древноелинските философи (Sanguineti, 2007; Leahey, 2017), има ключова роля за разбиране на човешкото поведение, но в мрака на Средновековието изниква ново дихотомично деление между *добро* и *зло*, инспирирано от християнските богослови в усърдието им да привличат поведенчески прояви от ареала на еротичността към „гравитационното поле” на *греховност* и *демонично-сатанински влияния* (Sanguineti, 2007). Такава дилема, моделираща поведенческите вектори, дори днес намира своите привърженици като същностна част в психоаналитичните идеи на Фройд, вменияващи *непристойност* на някои несъзнавани импулси (Feist et al., 2018). Рудименти на архаично митологично-магическо мислене присъстват нерядко при някои днешни вярвания за поведенчески детерминатори – например за ефектите на пълнолуние, за подредба на звездите, за намеси на свръхестествени агенти (Pierce, Cheney, 2004).

Съвременният възглед за изводимост на поведението от *разума* и *съзнанието* получава начало с Рене Декарт (Rene Descartes). Отбелязва се (Leahey, 2017), че от позициите на *дуализма между душа и тяло* Декарт постулира при човека *просто съзнание* и *себесъзнание*, с което поведението, заради участие на мислене, е по-гъвкаво от това при животните, способни само на рефлексивен поведенчески отговор – докато новите ситуации при човека са предшествани от размисли и планиране. Впрочем Декарт е твърде несигурен дали животните умеят да мислят, а ако правят това, извършват го по различен от човека начин (Gaukroger, 1995 – по Leahey, 2017). А относно езика Декарт посочва, че общуването със символна реч е уникално за хората. Влиянието на Декарт над следващите философи се свежда до подход към телесните функции на ниво рефлексии и извеждане на поведението от материалистичната наука (Vanderwolf, 2007).

Декарт не завършва произведението си *Човекът* (*L'homme*) с научния възглед за *човешка душа* поради боязън от църковни репресии – подобни спрямо съвременни-



ка му Галилей, но неговите идеи са база за философска и научна мисъл чак до Просвещението с великото послание *мисля, следователно съм* (cogito ergo sum). Това послание предлага основа за опознаване на човешката същност (Sanguineti, 2007) и създава инструмент за анализ на човешкото поведение. От тази позиция за *човешкия разум, съзнание и познание* се отправят редица важни психологични теории – за несъзнавани импулси и защити на Фройд, за колективно несъзнавано и архетип на Юнг, за комплексите за малоценност и търсещо превъзходство поведение на Адлер, за поведение, насочено към трансцендентност, идентичност и обвързаност на Фром, за поведение на справяне с кризи в развитието на Ериксон, за социокогнитивния синтез на поведение по Скинър, Бандура, Ротър и Кели, за поведение в устрем към удовлетворяване на потребности и усилия за себerealизиране на Маслоу и Роджърс (Feist et al., 2018).

Успоредно с философските размисли за *разума* като генератор на човешко поведение, в хода на вековете се натрупват прозрения, познания и идеи за *морфологичните и физиологични предпоставки* на психично функциониране. Съществуват описания на централната нервна система от древните египтяни в прочутия папирус на Едвин Смит (известен като *хирургичния папирус*) около 1700 г. пр.н.е. (Sanguineti, 2007; Feldman, Goodrich, 1999 – по Carlson, Birkett, 2017). И въпреки разпространените вярвания в древен Египет, Индия и Китай за локализация на психичните функции в сърцето, още в IV век пр.н.е. Хипократ (Hippocrates) заявява, че в мозъка е съсредоточена психичната активност на човека, а Платон (Plato) също поддържа тази идея (Sanguineti, 2007). Важни са и разсъжденията на Аристотел (Aristotle) за двигателна активност в трактата „Движенията на животните“ (Nathan et al., 2008). Едва след Гален (Claudius Galenus), с убеждението, че мозъкът е средище на перцепция и волеви движения, постепенно се натрупват данни за строежа на нервната система чрез изследвания през XVI век от Леонардо да Винчи (Leonardo Da Vinci), Везалий (Andreas Vesalius), Евстахий (Bartolomeo Eustachi) и Фалопий (Gabriele Falloppio). Изобретеният от Янсен (Zacharias Janssen) микроскоп в 1590 г. разкрива пътя за ключови открития – на Галвани (Luigi Galvani) за електрическата природа на нервния импулс, за скорост на неговото провеждане от Хелмхолц (Hermann von Helmholtz), на Харвей (William Harvey) за кръвоносната система, на Фрич (Gustav Fritsch) и Хитциг (Eduard Hitzig) за електростимулацията при мозъчни процеси, на Пуркиние (Jan Purkinje) и Кахал (Ramon Santiago y Cajal) за невронна цитология, на Флоренс (Pierre Flourens) и Пол Брока (Paul Broca) за специализирани по функция мозъчни центрове – както и други блякави открития, създали основата на съвременните невронауки (Sanguineti, 2007; Vanderwolf, 2007; Carlson, Birkett, 2017). Ще прибавим само, че въпреки привързаността към *дуализма на душа / разум и тяло*, на Декарт принадлежи въвеждането на *понятието за рефлекс*, което описва автоматичната двигателна активност (Carlson, Birkett, 2017).

Системното изследване на поведението започва в края на XIX и началото на XX век с учението за условни рефлексии на Иван Павлов и бихевиористичните парадигми на Торндайк (Edward Thorndike), Йенингс (Herbert Spencer Jennings), Уотсън (John



Broadus Watson) и Скинър (Burrhus Frederic Skinner). Поля тук има и нововъзникналата наука *етология* – с корени от Ламарк (Jean Baptiste Lamarck) и Жирап (Alfred Giard) в описания на поведението на животните – и отбелязала разцвет с откритията на Хайнрот (Oscar Heinroth), Лоренц (Konrad Lorenz) и Тинберген (Nikolaas Tinbergen) за животинските инстинкти.

Не може да отменим огромната напътстваща роля на *еволюционната теория* на Дарвин (Charles Darwin), на *сравнителната психология* на Морган (Conwy Morgan) (Cartwright, 2000), на *бихевиоралния анализ* на Скинър (Burrhus Frederic Skinner) (Skinner, 1938). Тук не бива да се пропуска и влиятелната монография *Организация на поведението; невропсихологична теория* от 1949 г. на Хеб (Donald Hebb) – за мозъчни функции и невронално-синаптични комплекси при генериране на поведение (Hebb, 2002). А теориите на Олпорт и Кетъл, на Айзенк, Коста и Маккрий асоциират поведението с влияние на вродени личностни предиспозиции (Feist et al., 2018). Самият термин *поведение* прониква в научната книжнина предимно чрез публикациите на Уотсън (John Watson) в началото на XX век (Henriques, Michalski, 2020).

Така постепенно се формира тезата за генетично-биологичния мост между невронални процеси и психологични феномени, съвместно обуславящи психичния живот на човека и неговото поведение. Ала независимо от многобройните смайващи открития, все още науката е далече от разгадаване на човешкия преживелищен свят и проекцията му в поведенчески изяви. Разделението *биологично-психично* все още е преграда за цялостна оценка на психологичните събития и трябва да напомним как Сократ, подир разказа за анатомичните открития за мускули, кости и стави като причина за телесните движения, насмешливо отвърща – „това едва ли би обяснило защо съм седнал тук с прегърбена поза и разговарям с вас“ (Pierce, Cheney, 2004). А близо 2300 години след това видният психолог и невролог Антонио Дамазио възкликва: „има мистерия в това как ментални представи възникват от невронални схеми – и това е проблем, който невробиологията не може да реши“ (Damasio, 1999 – по Sanguineti, 2007).

Този кратък исторически преглед на идеите за генеза на човешкото поведение – като продукт на *биологични механизми, подвластни или съдействащи на разума* – създава представа за сложните и често нееднопосочни събитийни вериги, произвеждащи и насочващи поведенческата активност на индивидите. Поради което дефинирането на понятието *поведение* се оказва сложно, защото дори днес всеобщо приета дефиниция за този феномен липсва – заради различните възгледи за същността на човешкото поведение (Baum, 2013). Ще коментираме само част от десетките определения, посочени в научната литература.

Отбелязва се (Levitis et al., 2009), че удовлетворителна дефиниция за поведение все още няма и е полезно преди това *да се отговори на няколко принципни въпроса*: Дали промени, свързани с развитието, могат да се определят като поведение? Дали поведението е винаги резултат на външна стимулация? Дали поведението винаги се изразява в действие, а не в бездействие? Дали всички видове поведение са винаги наблюдаеми и измерими? Дали човек може да определи на пръв поглед какво е



поведение и какво не е? Дали поведението винаги се влияе от вътрешни процеси? Дали поведението винаги допуска движение? Дали поведението се отнася до активности на индивиди, а не на групи? Дали поведението е присъщо на индивида, а не на негови органи или части? Дали поведението е отговор на външни, или и на вътрешни стимули? Дали само при животните е налице поведение, или то е свойство на всичките живи същества? Дали при човека поведение е само онова, което е под контрола на съзнанието? Дали поведението винаги се реализира само чрез мускулна активност? Тези въпроси са важни, защото са насочени към най-масови и типични събития, причислими към поведение. Но съществуват *някои озадачаващи феномени* и трудно интерпретирани прояви. Например мравки-работнички, макар да имат физиологичните възможности, се *въздържат* да снасят яйца, защото не са царици. Гъбите *всмукват* вода, за да извличат храна. Козината на зайците *става по-дебела* през зимата. Респираторните пори на растенията се *свиват*, за да се запазва вода. Растението *насочва* листата си към светлина. Човек *получава сърцебиене* при кошмарен сън. Човек се *изпотява* в помещение с горещ въздух. Плъховете *избягват* солена храна. Човек *решава да не излиза*, ако ще вали дъжд. Едноклетъчни водорасли се *насочват към вода* с повече нутритиенти. Кучето *отделя слюнка* в очакване на храна. Хамелеонът *сменя цвета си* според светлината на слънцето. Котката *отделя инсулин* при повишено ниво на кръвна захар. Ятото гъски *лети във V-формация*. Стадо зебри се *разделя през размножителния период* и сетне се събира пак. Някои растения използват *морфологични структури за улов и консумация* на азот-съдържащи организми. Дали изброените примери се включват в понятието поведение? Какви са неговите граници? Приложимо ли е това понятие при едноклетъчни и растения?

Като отправна точка при дефинирането на такова многолико явление бихме могли да използваме прословутите четири въпроса на Тинберген относно поведение при хора и животни: 1) Какви са неговите еволюционни корени и филогенетични насоки? 2) Какви са последиците от поведенческата активност за адаптация при живите организми? 3) Какви са онтогенетичните промени през индивидуалното развитие? 4) Какви са причините и механизмите (включително когнитивните и физиологични процеси), чрез които поведението реализира своите прояви? (Tinbergen, 1963 – по Levitis et al., 2009). Да се разграничават от поведение първите два въпроса (за *еволюционен произход* и за *функционални последици*), е лесно, защото посочват как поведенческите качества възникват, без да са форми на поведенческа активност. Но другите два въпроса (за *онтогенезни процеси* и *физиологични механизми* за обработка на информация) са трудни, защото включват същностни свойства на организма, които са трудно отделими от поведенческите изяви.

Посочени са (Levitis et al., 2009) и няколко дефиниции – на Tinbergen, 1955: „поведение е сума от движения, осъществени от интактно животно“; на Beck et al., 1991: „поведение е видима външна активност на животно, с която координирани сензорни, моторни и свързани с тях невронални механизми откликват на променящи се вътрешни или външни събития“; на Starr, Taggart, 1992: „поведение е отговорът спрямо външни или вътрешни стимули, включващ интегрирани сензорни, невронални, ендо-



кринни и ефекторни компоненти, който е генетично обусловен и следователно подвластен на естествения отбор, и може да се модифицира от личния опит”; на Wallace et al., 1991: „поведение е наблюдавана активност на организма; то е всичко в организма, което включва действие и /или отговор на стимулация”; на Raven, Johnson, 1989: „поведение е начинът, по който организмът реагира на стимулация”; на Davis, 1966: „поведение е всичко, което животно или растение прави”; на Grier, Burk, 1992: „поведение са наблюдаемите или достъпните за измерване мускулни и секреторни отговори, или липсата им понякога заради промените във вътрешната или външната среда на животното”. В допълнение авторите предлагат свое определение: *„поведение са вътрешно координираните отговори (действия или бездействия) на цели живи организми (поотделно или в групи) спрямо вътрешни и / или спрямо външни стимули, с изключение на отговори, обяснени по-скоро като естествени промени в хода на индивидуалното развитие”* (Levitis et al., 2009).

Във връзка с очевидно хетерогенните възгледи предлага се (Levitis et al., 2009) дефиницията да включва следните изисквания: 1) *оперативност* – за точно идентифициране на специфичните качества; 2) *същностност* – за избягване на двусмисленост и подвеждащи тълкувания; 3) *широка приложимост* – за да има полза от такава дефиниция в присъщи области на познанието и практиката; 4) *лаконичност* – за недопускане на описателни и обяснителни елементи, без полза за оперативното тълкуване. И се заявява: „Дефинициите са в известен смисъл произволни и динамични. Те отразяват консенсусната мъдрост към момента и са важни, защото са израз на текущите концептуални позиции, и са полезни, ако дават насоки в дадена дисциплина” (Levitis et al., 2009). Като най-трудната граница между поведение и не-поведение е разликата между тясно физиологични процеси и функции, изискващи отговор от целия организъм.

В аналогична насока (Lazzeri, 2014a) се подчертава, че значението на дефинициите за поведение е голямо – защото „поведението е едно от онези понятия, които заемат централно място сред обичайните интерпретативни практики – за които обикновено само мълчаливо съгласие има – но на фона на изрично разбиране на неговите характеристики; освен това то е семантично свързано с базисни категории, които са особено важни в някои области на философията – например роля при умствени концепции, изучавани във философия на разума”. В този аспект се очертават няколко способа за дефиниране: 1) Поведението като изява на активност и реактивност на организма – с което то се оказва в контраст със състоянията на организма (напр. настроения, вярвания) (Kenney, 2003/1963; White, 1968 – по Lazzeri, 2014a), тъй като „състоянията не са неща, които организъмът извършва, а по-скоро неща, в които се намира организъмът”. 2) Поведението като клас или шаблон – то е обособена съвкупност, приложима при конкретни ситуации като сбор изолирани прояви или като шаблон в различни места и различно време. 3) Поведението като групов феномен – което също може да се представи като изолиран акт или като прилагане на шаблони в различна област и в различно време – заради наблюденията за променено групово поведение на животни – например ято птици и стадо зебри, е съгласувано



пomeжду си при определени ситуации. 4) Поведението като промяна или движение на обекта – по повод привидната аналогия с подобни феномени при неживи обекти – например летяща стрела и полъх на вятъра, имат поведение в преносен смисъл, ала насочването на слънчогледа към слънчева светлина е действие, съдържащо целенасоченост, обаче случайно хвърлена от слънчогледа сянка над минаваща мравка не е целенасочен акт. И по тази причина проявите на промяна или движение са необходими, но недостатъчни условия за дефиниция на поведение заради инцидентност и непреднамереност на такива прояви (Rosenblueth, Wiener, Bigelow, 1943; Millikan, 1993; Taylor, 1964; Wright, 1976 – по Lazzeri, 2014a), докато движенията на животните имат коренно различни качества.

Съобщават се (Lazzeri, 2014a) няколко подредби за дефиниции на поведение.

При първия подход (*поведението като проява на активност и реактивност*), визираш същина на поведенческия акт и на фактори, влияещи неговия обхват – ако съдържанието по подразбиране е ясно, ново значение не следва да се търси – освен прибавяне и на телеологични изисквания в определението. Предлагат се следните видове: 1) *стипулативни дефиниции* – за предпсване на значение към нов термин или ново значение на съществуващ термин; 2) *лексикални дефиниции* – за обогатяване на речника или за избягване на двусмисленост и объркване; 3) *прецизиращи дефиниции* – за преодоляване на неясноти чрез формулиране на стриктни граници; 4) *теоретични дефиниции* – за отразяване на същности или модели чрез съответния термин; 5) *персуазивни дефиниции* – за създаване на позитивни или на негативни нагласи към подлежащи на дефиниране обекти. Най-добри са *теоретичните дефиниции*, защото те допринасят за надеждност, докато *прецизиращите* и *персуазивните дефиниции* са удобни само в специфични случаи.

При втория подход (*поведението като клас или шаблон*), насочен спрямо конкретни ситуации и / или към сходни по облика си ситуации, предложените видове дефиниции са следните: 1) *екстензионални дефиниции*, предвиждащи разширен обхват на понятието; 2) *синонимни дефиниции*, допускащи прилагане на синоними за изясняване и потвърждаване на съответното понятие; 3) *дефиниции по род и специфични разлики* – идентифициране на необходимите и достатъчни условия за приписване към съдържанието на съответното понятие; 4) *дизюнктивни дефиниции* – препоръчващи две от повече съждения, достатъчни за определяне на съответното понятие; 5) *операционални дефиниции* – определящи правилата за проверка и измерване за очертаване обхват и приложимост на съответното понятие; 6) *рекурсивни дефиниции* – в три последователни стъпки – идентифициране на състава на дефинирания набор, формулиране на условия за причастност към това множество и твърдение, че нищо друго не принадлежи към това множество – освен ако включването му не е задължено от предходните стъпки. Освен това дефинициите се определят като *номинални* (сведени до понятие / предикат) и *реални* (класове обекти на онтологично-извънезиково ниво). Често тези два вида са взаимозаменяеми (Gorskij, 1970; Robinson, 1954 – по Lazzeri, 2014a).



Формулирани са (Lazzeri, 2014a) общи препоръки към дефинициите за поведение – които не са абсолютни и неизменни, а по-скоро са свързани с конкретни определения или с техните разновидности: 1) *да не бъдат прекалено подробни* – да не включват надхвърлящи необходимия обем съставки; 2) *да не бъдат съвсем кратки* – да обхващат всички съставки на дефинираното понятие; 3) *да не бъдат кръгови определения* – да не включват обекта в набора от дефиниращи условия; 4) *да бъдат информативни* – да стимулират интуитивно разбиране на естеството на дефинираното понятие; 5) *да отразяват основните нюанси / белези на понятието* – но да бъдат съвместими с правилата относно дефиниране на съответното понятие, освен ако няма добра обосновка за извършване на концептуална ревизия.

Добавени са и определения на поведение в контекста на споменатите размисли (Lazzeri, 2014a). Например поведението е според Donahoe, Palmer, 1994, и Watson, Brown, 2011: „всякаква активност на живия организъм“; по Jessor, 1958; Maturana, 1995: „форма на взаимоотношения със средата“; по Dretske, 1988: „вътрешна цялост, проявена чрез възможност за движение“. Въпреки обявената безпристрастност, авторът не устоява на изкушението да изрази предпочитанията си към дефиницията на Millikan, 1993: „поведението е външна промяна или активност, изявена от организма или негова външна част, която има свойството на функция в биологичен смисъл, реализирана чрез промяна на околната среда или на взаимоотношението на организма с околната среда“, и още на Moore, 2008: „поведение е функционална релация (с вероятностова природа) между средата и една или няколко мускулни системи на организма, имащи отношение към неговото придвижване или разположение, при спазване на характеристиките за рефлекс, оперантност и други поведенчески параметри“.

Към вече съобщените разсъждения (Lazzeri, 2014b) се прибавя и цитираното от Millikan, 1993: „В действителност много малко от нещата, които един организъм прави, са поведение... *Правенето* е много по-общо понятие от *поведение*. За да се *направи нещо*, човек трябва просто да употребява *активен глагол*. Активните глаголи в по-голямата си част не са ангажирани с това дали описваното събитие е реализация на функция или цел“. Тоест, активните глаголи обикновено се отнасят до неща, които организмът прави. Да хвърля сенки, да привлича вниманието на хищник, да пада, да се подхлъзва и т.н. са неща, които един организъм прави. Но те обикновено не отчитат поведението. Защото няма смисъл да се казва например за приплъзване, че е нещо, извършено от организма – освен ако не е целенасочено (когато актьор го прави в контекста на пиеса). В типични случаи такива събития нямат функции или цели, ала поведенията имат“.

Посочва се (Lazzeri, 2015), че обичайният възглед за психологични явления (например емоции и настроения, пропозиционални нагласи) ги приема за вътрешни неповеденчески същности (сводими или не до мозъчни феномени), които водят до поведение. Но поведенческите екстерналистични перспективи се противопоставят на такъв възглед и има противоречия как да се тълкуват психологическите явления, които придават значение за поведението. Например множество версии на *разширен възглед за разума* са твърде различни от поведенческите гледни точки. От друга



страна, има твърдения, че психологическите феномени се състоят от явни и /или прикрити форми на поведение – като отношения с околната среда.

В подобен смисъл (Uher, 2016) се отчита липса на консенсусна дефиниция за поведение поради вариращи професионално-методологични насоки. В рамките на *трансдисциплинарно – философската парадигма за изследвания*, дефинираща психиката като съвкупност на феномени от пряка съзнавана или несъзнавана преживелищна реалност в живите организми, поведението добива три отделни дименсии: 1) *пространствена локализация* на тялото на индивида – вътрешна или външна; 2) *времева екстензия* – моментна или отдалечена и 3) *пространствена екстензия* – в аспекта на *физикалност* (пространствено разширена) или *не-физикалност* (липсват физикални свойства). Тези дименсии придават на явленията перцептивна достъпност и улесняват избора на адекватни инструменти за анализа на поведението.

Добавят се и няколко дефиниции – на Pichot, 1999: „поведение е организираната съвкупност от взаимоотношения на живото същество с неговата среда (в широкия смисъл *всички* отношения, а в тесен смисъл *само* сетивно-моторните отношения)“; на Faßnacht, 2000: „поведението включва текущи събития на организма или произлизащи от организма, които могат да бъдат възприемани отвън“; на Furr, 2009: „поведението се свежда до вербалните изказвания (без тези за психологична оценка) или до движения – потенциално достъпни за внимателни наблюдатели с нормални сензорни процеси“ (Uher, 2016).

В контекста на тази *парадигма* е предложена следната метатеоретична дефиниция: „поведение е съвкупност от външни промени или от активности, функционално медириани от други външни явления в настоящия момент“ (Uher, 2016). Така поведението се възприема като естествен способ на индивида да екстернализира информация от вътрешната си психична активност към външната среда. Дефиницията на поведение като проява на външни промени или дейности го определя като сбор от физически феномени, които могат да са нематериални, но и материални (например защитна секреция при мравки и сункс).

Във връзка с проблема при дефиниране на феномена поведение се отбелязва (Baum, 2002; 2013) необходимост от *промяна на обяснителната концепция* – и вместо предишната *молекулярна парадигма*, визираща поведението като моментни дискретни отговори под форма на класове събития, вариращи по вероятност за поява и сила на проява, да се въведе *моларна парадигма* от времево разширени модели на действие – разположени (под названието *активности*) в *гнезда от кохерентни субединици* – запазващи за организма възможността да функционира като интегрирано и неразделно цяло.

Моларната парадигма за дефиниране на поведение съдържа четири основни принципа: 1) *само цялостният организъм има поведение* – защото то е еволюционно постижение с адаптивни придобивки; 2) *поведението е целево* – защото се издирват ресурси за оцеляване и репродукция; 3) *поведението има нужда от време* – защото се свежда до продължително взаимодействие със средата – като моментната му оценка не създава представа за неговата функционалност; 4) *поведението е избор*



– защото във всеки момент то е изправено пред поне две възможности за проява. Ала хипотезата за наличие на два и повече видове поведение по едно и също време засега остава без отговор (Baum, 2013).

Дефиницията за поведение следва да се съобрази със а) изразената му комплексност; б) насоченост за рутинна употреба; в) включване и на менталните прояви в своя обхват; г) изключване на неволевите движения и д) валидно прилагане не само към човека, но и при всички животни. Като добрата дефиниция на поведение да притежава съставките: (1) *еднозначно посочен идентитет* (кой извършва поведението); (2) *мотивационен параметър* (каква е целта на това поведение); (3) *когнитивен параметър* (опознаване и разграничаване на обекти); (4) *параметър за компетентност* (доколко ефективно бива справянето); (5) *процедури и изпълнение* (сбор от всички дейности и активности); (6) *параметър за постижения и за изход* (конкретни резултати и придобивки според набеязаните цели); (7) *параметър за индивидуална специфика* (на *диспозиции* – черти, нагласи, интереси, ценности; на *ресурси* – способности, познания; на *деривати* – капацитет заради състояния, статуси) и (8) *параметър за значимост* (на пряката същност на поведенческия акт или събития „зад кадър“ – например отмъщение заради предходни нежелани събития, обучение на околните, стремежи към престижни изяви). По този начин параметричното формулиране на поведението показва – но не *ad hoc* или по смътно интуитивен начин, а в логическа концептуална форма – как много под-полета на психологията могат да бъдат интегрирани чрез техните общи, макар различни отношения към един централен и обединяващ феномен – *поведението* (Bergner, 2011).

Обединение на психологията с модели за поведенчески анализ е идеята за *трансдисциплинарна перспектива* на този наситен с нееднородни съставки феномен (Popescu, 2014). В тон с определението за поведение на Doron, Parot, 1999, като „активности на организма при взаимодействия с неговата среда“ и в разширен план, според възгледа за „тотален отговор на организма в отговор на жизнени обстоятелства, в зависимост от стимулации на околната среда и вътрешното напрежение чрез последователни движения, които са ориентирани по значим начин“, трансдисциплинарната интерпретация съчетава визия за пряко наблюдавани телесни прояви с вътрешни субективни явления, имащи отношение към поведенческия акт. По този начин постоянният сблъсък на вътрешните преживявания и образи (когнитивни, регулаторни и стимулантни механизми) и техните външни прояви, възприятията за другите или социални, културални и религиозни влияния произвежда еволюционно утвърдено адаптивно поведение, което става *мост между тяло и психика* в насока към равновесие.

Приема се (Heimlich, Ardoin, 2008), че за целите на дефиниране видовете поведение могат да се подредят в следните групи: 1) *съзнавано поведение* – изцяло в кръга на съзнаваната психична активност; 2) *рефлексивно поведение* – несъзнавано автоматизмено поведение – например дишане; 3) *интуитивно поведение* – изводимо от съответни инстинкти; 4) *научено поведение* – включващо всички практикувани навици; 5) *регулирано от правила поведение* – адресирано към значими лица или социални структури.



Дефинициите за поведение могат да бъдат съответни и на концепцията за *ToK-система* (Tree of Knowledge System / Система „Дърво на знание“) с четири измерения на *поведенческата комплексност* (Henriques, Michalski, 2020; Henriques, 2003). Чрез *първото физическо измерение (материя)* се отразява поведението (в широк смисъл) на неживите обекти (в три нива – молекули / атоми / частици) в присъща среда (поле). Чрез *второто биологично измерение (живот)* се описва поведението на живите организми (в три нива – многоклетъчни / клетки / гени) в съответната среда (екология). Чрез *третото психологично измерение (разум)* се отчита поведението на животните (в три нива – семейство-група / мозък / неврална мрежа) според присъщите условия (околна среда). Чрез *четвъртото социално измерение (култура)* се обрисова поведението на човешките същества (в три нива – семейство-общество-нация / Аз-съзнание / символни знаци) в свойствената за човека среда (общество). Тази широкообхватна (и вероятно полезна) теория създава мостове между „етажите“ на комплексност при природните обекти, посредством които човекът е представен като „частен случай“ в общоприродна *Периодична таблица за поведение* (по определението на авторите) и оттам – дефинициите за поведение следва да съответстват на „общата идея“.

Във връзка с проблемите по дефиниране на поведението, предложена е и амбициозната *Теория за производство на поведение* (BPU / Behaviour Production Units) (Aunger, Curtis, 2008). Този внушителен конструктор оповестява: „Има само три вида еволюционни функции за поведение: тези, които подобряват физиологичното състояние на организма; тези, които подобряват състоянието му по отношение на средата, и тези, които позволяват да подобри способностите си за придобиване на еволюционни ползи. Еволюцията е изобретила три начина за изпълняване на тези функции – чрез *реактивно, мотивирано и изпълнителско поведение*“. При поведение с *реактивен контрол* (многоклетъчни организми, например хидра) пусковият механизъм е *стимул*, а времевият хоризонт е кратък. При поведение с *мотивационен контрол* (гръбначни животни) пусковият механизъм е *цел* (при риби) или *стратегия* (при бозайници), а времевият хоризонт е с междинна продължителност. При поведение с *изпълнителски контрол* (примати и човек) пусковият механизъм е *обстоятелства*, а времевият хоризонт е дълъг. Според тази теория при комбиниране на съответните фактори се обособяват седем поведенчески класа: 1) *рефлекс*; 2) *инстинкт*; 3) *експлорация*; 4) *влечение*; 5) *емоция*; 6) *игра* и 7) *планиране* (Aunger, Curtis, 2008).

Дефинирането на поведение е комплексно, защото отношенията на поведенческите структури и функции не са линейни феномени с проста свързаност (Catania, 1973; Baer, 1981 – по Lattal, Chase, 2003). Детерминантите на човешкото поведение включват *социални, ситуативни и личностни съставки* (Gastil, 1961), които конструират поведенческите актове в три отделни групи (Merleau-Ponty, 1983; Low, 2012) : 1) *синкретични форми* (биологично програмирано поведение при безгръбначни и инстинктивни прояви при по-висши животни); 2) *подвижни форми* (поведение, отдалечаващо се от предходно програмираната същност) и 3) *символни форми* (поведение при човека, позволяващо приемане на различни гледни точки). Но това разграниче-



ние не бива да се приема стриктно, защото нито една форма на поведение не е изцяло вродена, нито научена и заради неволния наш антропоцентризъм когнитивният капацитет при животни и умението им да „осъзнават“ е подценен (Shettleworth, 2010; Kolb, Whishaw, 2012). А свързващо звено на животинското с човешкото поведение са еволюционно формираните общи модели (Bateson, 2017) и не е случайно, че при животни са наблюдавани аналогични на човека поведенчески стратегии (Alcock, 2001; Barnard, 2004), вариращи според фенотипна пластичност и обучаемост (Barnard, 2004; Dennett, 1996).

При по-високите такива нива се наблюдава поява на *интелигентност* въз основа на способност за *преценка и предвиждане* от страна на живия организъм – което е подстъп към изследвания в областта на изкуствения интелект (McFarland, Bösner, 1993). Интелигентността е параметър на взаимоотношения чрез поведение на организъм и среда – което е забелязано отдавна (Hull, 1943), а прояви на координирано поведение внасят яснота върху ролята на интелигентността (Bockler et al., 2017; Haviland et al., 2017).

Поведението на живите организми – и на човека в това число, е продукт на смес от инициращи, моделиращи и съпътстващи фактори – на *генетични механизми* (Clark, Grunstein, 2000) или „хардуерната съставка“ на поведенческата матрица, допълнени с *обучение и кондициониране* (Skinner, 1938; Bolling et al., 2006), доставящи „софтуерно оборудване“, под *личностния контрол и напътствия* (Feist et al., 2018; Kovacs, 2017), но чрез съдействие на *хормонални и хуморални агенти* (Carlson, Birkett, 2017; Carter, 1997) – и всичко това е обект на проверка за адаптивен успех чрез еволюционния процес (Eibl-Eibesfeldt, 1997; 2007; Brown et al., 2001; Smith, 2000). По този начин – чрез осъществяването на функции в съответното ниво на организация (Immelmann, 1980) – се формират групите поведение, които при човека очертават социалното му присъствие и реализация от предисторични времена до исторически описаните епохи.

Човешкото поведение е с дълбоки еволюционни корени, които имат своето място, щом решим да анализираме сложния ход на формиране на поведенческия репертоар на съвременния *Homo sapiens*. Имат значение и хилядолетията история, сътворили с безчет добри, но и лоши неща културалните практики – в тяхната изумително богата палитра от различия. Обаче най-важната роля на поведението е да осъществи ефикасна активност на човека – в сътрудничество или в противопоставяне, като средство за тази основна човешка задача е обликът на ролево поведение при всичките зони в социалното пространство. С право се твърди, че колкото и сложно да е човешкото поведение, колкото и мъгливи да са неговите дефиниращи рамки, то е разпознаваемо „с просто око“ – а сетне, чрез явни или прикрити присъстващи и съпътстващи механизми поведението излъчва рой послания, защото човешката природа изисква адекватно общуване със себеподобните, а емоционалните сигнали и внушения са важна съставка в поведенческия акт – за да възникне и укрепва социалната среда за човешкото функциониране.



Ясно забележимо е, че човешкото поведение не е еднородно по своя състав и тълкуванията биват множествени. Самото название добива все повече преносна употреба и търси място в извънбиологичните науки и е прието да се говори вече за поведение на нематериални обекти, на множества обекти и събития в кръга на физика, химия, икономика. Ние охотно обсъждаме поведението на полупроводници, колоидни разтвори и борсова динамика – и това е признак за многопластовост на събитията – които въпреки своите несходства имат общи белези. Такова е и биологичното обозначение за поведение. Въпреки значителните различия, то посочва *подредена насоченост* в присъщите активности като основа за функциониране.

Нека започнем оттам, че поведението на живите същества, включително и на човека – дори след обилните определения – не разполага с изчерпателна общоприета дефиниция (Baum, 2013; Bergner, 2011; Lazzeri, 2014). Затова полезна е идеята, че поради нееднаквостта в интенции, нагласи, желаниа и умения названието *поведение* се коментира по-скоро на равнище на *вариращи нива* (Vallacher, Wegner, 1985 – по Bergner, 2011) – а не само към обобщения акт в неговата целепостигаща и осъзната завършеност.

В този дух се подчертава (Lazzeri, 2014), че поведението се назовава различно – като действие и реакция на организма, като обобщена схема на изяви, като групова активност и движение или промяна в организма. Освен това при дефинирането на поведение често се смесват две нееднородни групи явления – темпорално разширени, ала с морфологична статичност телесни обекти (мускулатура) и бързопреходни физиологични феномени (мускулна контракция) (Uher, 2016), което разграничава поведенчески актове от физиологични процеси – например невротрансмитерна модулация или свойство на птиците да поддържат висока телесна температура – които не са белег за поведение извън конкретен събитиеен контекст.

Концепция за нива присъства и в спомената вече подредба (Henriques, Michalski, 2020; Henriques, 2003) на степенувани преходи от нежива към жива материя и оттам – към социални структури. Добавя се и идеята (Heimlich, Ardoin, 2008) за йерархичност в поведенческите нива – защото например мускулните контракции при дишане са субкортикални и несъзнавани, обаче целенасочените мускулни движения са предимно кортикални и съзнавани. Тук чудесно се откроява двойственото интерпретиране на феномена *поведение* – *епистемологична* натовареност в опитите за опознаване под форма на описания на видовете поведенчески прояви, но и *онтологична* задълбоченост в същностния анализ на поведението като част от Битието – посред атоми и клетки, при животни или хора (Henriques, Michalski, 2020).

Явно е, че не само биологията и феноменологията в поведението на живи организми притежават „слоеста природа“ с йерархично построени според комплексността си нива на организация. Подчертава се (McGivern, Rueger, 2010), че „Битието е устроено в слоеве с уникална йерархия, населени от различно сложни обекти, при свързаност между обитателите на съседни слоеве“. А за биологичните йерархии се сочи (Korn, 2002), че „тяхната поява, еволюция и смърт се определят с механизми на естествения отбор“, като важният и широко разпространен феномен на хомоложни



сходства в устройството на организмите е резултат на йерархични съотнесености (Striedter, Northcutt, 1991). Поради това *нивата на организация*, придобили във философски аспект тълкуванието си на „подредености на елементи, стратифицирани във взаимосвързани субсистеми, обикновено по вертикален порядък, разделими в допълнителни субсистеми” (Simon, 1962, 1996 – по Brooks, 2015) – служат за отправна точка при осмисляне на природните явления. Оказва се, че *възникването на свойства* е разпознавано единствено в рамките на преходи между нива с нарастваща комплексност, което не е монопол само на биологичните системи, но спрямо тях значението на преходите добива особено голям размер (Brooks, 2015).

Идеята за нива на организация на биологични обекти е древна и бележи началото си от антични времена (Eronen, Brooks, 2018) – като част от по-широки йерархични изображения на природни явления. Още Аристотел (Aristotle) допуска, че живите същества могат да бъдат подредени в степенувана скала от растения до човек. Това прозрение намира добър приют при философите от неоплатонизма – и получила систематизация от римлянина Плотин (Plotinus) в трактата „Енеади” (Duignan, 2020) – се трансформира през Средновековието в идея за „Великата верига на битието” (Scala Naturae) (Lovejoy, 1936 – по Eronen, Brooks, 2018) като ярък концепт за света, възпяващ съвършеното Божество с йерархичната подредба – от Бог и ангелите към хора, животни и растения. След Научната революция започват да се появяват повече класификации на природата, като най-известни са *Таксономичната система* на Линей (Carl Linnaeus) и *Йерархията на науките* на Огюст Конт (Auguste Comte).

В началото на XX век във философската и научна литература вече циркулират няколко понятия за „нива”, например идеята на Самюъл Александър (Samuel Alexander) и на Чарлз Дънбар Броуд (Charlie Dunbar Broad) за „*нива на съществуване*” (алтернативно: „Битие” или „сложност”) (Eronen, Brooks, 2018), които постепенно се сродяват със Системния подход и с възгледи на биолози от „*органистичния подход*” (Peterson, 2014; Nicholson, Gawne, 2015 – по Eronen, Brooks, 2018), и понастоящем са основната изходна дестинация за осмисляне на Битието. А в конкретния случай – и за естеството на човешкото поведение, което – както при всички неживи и живи обекти – не е лишено от „слоест строеж” на устройство.

Ето защо, за да бъдат облекчени разсъжденията за естеството на човешкото поведение в рамките на сравнения с поведението на живите същества, ще предложим типология на *нива на функциониране*, сред която и *поведението* може би ще изясни своето място.

Но нека най-напред споменем „биологичния арсенал”, чрез който живите организми с достъпни морфологични и физиологични устройства решават задачите по своето оцеляване и възпроизвеждане.

Биологията на живата материя е изложена в множество авторитетни ръководства (Scott, 2004; Biggs et al., 2007; Goodenough et al., 2009; Mader, Windelspecht, 2011; Breed, Moore, 2012; Sadava et al., 2012; Miller, Harley, 2016; Hoefnagels, 2017; Campbell et al., 2017; Carlson, Birkett, 2017; Solomon et al., 2018; Raven et al., 2019; Dugatkin, 2020). Установено е, че на базата на *четирите главни групи молекули на живота – въглехи-*



драти, липиди, протеини и нуклеинови киселини, както и на вода, с уникалните свои химични и физични свойства, а също минерални вещества и микроелементи – в хода на еволюционните процеси се формират клетки, а от тях – тъкани, органи и органични системи. Възникват живи организми в пет групи – вируси, едноклетъчни, растения, гъби и животни. При растенията тъканите са шест групи – меристемна, покривна, паренхимна, проводяща, отделителна и механична, формиращи вегетативни и размножителни органи на растението. При животните тъканите са 4 групи – съединителна, мускулна, нервна и епителна. Клетъчните тъкани изграждат органите и органичните системи на живите организми, а те определят с телесния план и форма предпоставките за тяхното функциониране. Основните органични системи при гръбначните животни са: нервна, сензорна, ендокринна, мускулоскелетна, храносмилателна, респираторна, циркулаторна, лимфна, имунна, уринарна, покривна, полова. Тези системи осъществяват предпоставките (и естеството) на поведенческите изяви в животинския свят.

Знаем, че тази информация е банално известна на колегите медици, но ние си позволяваме да я отбележим тук заради читатели извън такива среди и без осведоменост в съответната област.

И понеже е видно, че поведението се формира във функционални системи с растяща сложност и когнитивна подвластност (Shettleworth, 2010), нека опитаме да представим подредба от нива на жизнени събития, имащи отношение към многоликото явление поведение. И нека да обозначим следните нива на организираност: активност, движение, действие, дейност (постъпка), поведение, социални роли, както и развитие, което е извън поведенческия домейн. Тези нива са свързани и изводи ми едно от друго, като всяко следващо носи характеристики на предходното – и предполага чрез свойствата си последващото.

Активност е първото ниво на тази подредба. Може да се дефинира по следния начин: *Активност е организирана съвкупност от физикохимични и биохимични процеси, чрез които живият организъм реализира програмите си по оцеляване и размножаване.*

Морфологичният обхват на ниво активност ангажира живите клетки с техните съставки – ядро с хромозоми, рибозоми, везикули и вакуоли, апарат на Голджи, митохондрии и хлоропласти, центриоли, лизозоми, ендоплазматичен ретикулум с микротубули филаменти и фибри, цитоскелет, екстрацелуларен матрикс, извънклетъчни формирания и конгломерати от мембранни рецептори. Интрацелуларните и екстрацелуларни обекти и комплексите от интерцелуларен тип определят как всички живи структури в една или друга форма и до една или друга степен са свързани с процеси на активност. Което означава, че активността е функциониране на субклетъчно и клетъчно, а оттам – и на междуклетъчно и тъканно ниво.

Физиологичните параметри на ниво активност се свеждат до комплексни процеси при живите клетки с реакции от физикохимичен и биохимичен тип между органичните субстанции (въглехидрати, протеини, липиди, нуклеинови киселини), в съвместност с минерални вещества и с микроелементи. Чрез катализатори (ензими), за сметка на енергия от катаболизъм на органични или на неорганични вещества,



или от фотосинтеза, се извършва синтезиране на витално необходими субстрати, деструкция на ненужни обекти и репликация на субстанции с необходима генетична информация. Тези процеси са локализирани в клетките и в междуклетъчните пространства на съответните тъкани по присъщия за всяка от тях начин.

Примери за активност са многобройните физиологични процеси – които сами по себе си не са поведение, но го предпоставят в отдалечен план. Складирането на нутриенти във вакуоли при протисти и обзавеждането им с локомоторни флагели, цилии и власинки, трансформацията на слънчевата енергия в глюкоза от хлоропласти при растения и изграждане на целулозните им клетъчни стени, синтезирането на протеини в ендомембранните системи и на енергийно наситен аденозинтрифосфат в митохондриите при животни са прояви на активност за целите на бъдещите движения. Синаптичната стимулация, водеща до секретирание на катехоламини като активност, предизвиква контракции на мускулчета около космените фоликули и космите настръхват от страх или студ. По сходен механизъм при силно вълнение бъбречният паренхим засилва филтрацията на урина, което води до учестени позиви за уриниране. Така се обяснява и тахикардията, улесняваща встъпването в себезащитна борба или в бягство. Както и розовите бузки от срам заради засиления подстъп на кръв към иначе бледата кожа. Попадането на фотони върху ретината инициира невронални импулси, а те чрез кортикалните мозъчни зони за визуална перцепция позволяват на зрителния анализатор да следи за постъпките на човека. От нуклеиновите киселини и протеини зависи паметта, която е основа на когнитивните процеси при всички животни.

Активността не е поведение. Тя, като съставка в по-високи нива на функциониране, позволява с продуктите си възникване на поведение и е основа за поддържането му.

От предходното (абиотично) ниво са заимствани химичните процеси между атоми и молекули, а те вече не в лабораторна среда, а на територията на живи организми градят метаболизма на структурите, обуславящи възможности за по-високи нива на функциониране.

Спрямо следващото ниво (движение) активността осигурява чрез клетъчен и тъканен субстрат – ангажиран с физикохимични, биохимични и физиологични процеси – предпоставки за двигателния акт с видово специфичен облик, но при сходна метаболитна основа.

Активността като ниво на функциониране е подвластна на важни принципи в организацията на живата материя. Детайлите от хистологичния, субклетъчно-клетъчен тип са изключително разнообразни (Mader, Windelspecht, 2011; Miller, Harley, 2016; Raven et al., 2019) и са същностен обект на биологичните науки. Ала в рамките на своята пространствена и времева организация в йерархичен стил (Craver, 2001) те могат да бъдат осмислени най-добре, ако бъдат интерпретирани като *изрази на самоорганизиране* на живата материя – както е чудесно посочено от *Теорията за аутопоеза* (Maturana, Varela, 1980; Mingers, 1991; Razeto-Barry, 2012). И в такъв аспект преходът от неорганични към органични съединения, а оттам – към по-високите нива



на организация на живата материя – протича в режим на самодостатъчност, като самоподдържащи се вериги от реакции създават предпоставки за своето запазване и плавно адаптиране към средата. И постигат по синергетичен път хомеостаза чрез образуване на границите между отделните степени на комплексност посредством мрежи от обратни връзки.

Движение е второто ниво в тази подредба. Може да бъде определено по следния начин.

Движение е промяна в местоположението на живия организъм или на неговите съставки чрез стимул-активирани, генетично подвластни, метаболитно обезпечени енергийни процеси.

Морфологичният обхват на ниво движение включва субстрат в цитоплазма, власинки, флагели, псевдоподи и фибрили при едноклетъчни, модифицирани хифи при гъби, при листа и части от стебла на растения, субклетъчни хроматофори за промяна на цвят и мускулни влакна при животни, в съчетание със съединителнотъкани опорни устройства – хрущяли, кости, лигаменти, както и със секреторни жлезисти апарати. Имат роля и инициращи движенията сензори, проводящите структури за транспорт на газове и вещества, а също и хуморалните и нервни регулаторни устройства. Всички движения са обекти на генни конфигурации, чувствителни към неспецифични или специфични фактори.

Физиологичните параметри на ниво движение се изразяват при едноклетъчни, растения и гъби до отклик на стимули чрез трансформации на протеинови полимери или чрез осмотично предизвиквани цитоплазмени потоци с транслокация на субстрат. Двигателният акт при животни е чрез изотонични или изометрични съкращения на организирани в мускули клетки (миофибрили с миофиламенти от актин или миозин), с механичната подкрепа от части на опорно-двигателния апарат. Енергийното осигуряване е от аденозинтрифосфат, получен от анаеробен или аеробен метаболизъм за сметка на гликоген и миоглобин. Регулацията е от хуморално-нервни механизми, под пълен или значителен генетичен контрол.

Примери за движение от несвързан с други нива на функциониране вид са клетъчни осмотично-хидравлични транслокации и вибрираща ендоплазма при протисти, трафик на субстанции през хифи на гъби, непредизвикани еманации на летливи вещества от растения, съсухрен от суша плод, безпричинното изсъхване на корени, стебла и филизи, прословутото светкавично свиване при докосване на листенца от свенливата мимоза, потрепващо мускулно влакно или секреция на жлеза след раздразване при животни, а при хора – епилептичен гърч (с някои изключения), някои необясними телодвижения през време на сън, ларингеален спазъм, тикове, тремор, миоклонус, дискинезии, дистонии от фокален или от генерализиран тип – крампи, тортиколис на шията, блефароспазъм на клепачи. Тук се причисляват и добре познатите на невролозите патологични рефлексии, дължащи се на увреди в инервацията на мускулни групи. Изолирани движения са (може би) и неволно придвижен крайник или глава, вдигната ръка, несъзнавано променена поза, неволеви лицеизрази с неясно значение, непонятни гримаси на мимическа мускулатура, неуместни неприятни



усмивки, неподходящи привични движения, нецелесъобразно добавени движения към иначе подходящи и разумни постъпки. За някои от тези феномени се предлагат психоаналитични обяснения, но без достатъчна подкрепа с разумни доводи за каузална връзка между причина и изява в тяхната генеза.

Движението не е поведение само по себе си. То може да е самостоятелна изолирана двигателна изява или да е съставка в по-високи нива на функциониране в поведенческия акт.

От предходното ниво (активност) са заимствани метаболитните процеси, присъщи на живите организми, осъществени чрез функциониране на съответни субклетъчни и клетъчни структури в рамките на механизми, ангажирани с двигателни феномени.

Спрямо следващото ниво (действие) движението допринася конкретните двигателни прояви за включване в действия – пропульсиите при протисти, насочване на филизи при увивни растения, коварните умения на насекомоядни растения, контракциите на мускулни влакна при животни.

Движението като ниво на функциониране е основна форма на реагиране на организмите спрямо околната среда чрез собствени енергийни ресурси (Nathan et al., 2008; Jeltsch et al., 2013 – по Bielčik et al., 2019). Присъщо е не само на многоклетъчните животни – наблюдава се при едноклетъчни (Miller, Harley, 2016) и при гъби (Bielčik et al., 2019), а движенията при растенията – и особено при насекомоядните, са описвани още от Дарвин (Raven et al., 2019). Продуктите на съгласувани двигателни актове в много нива на интеграция (Immelmann, 1980) са в основата на йерархия от поведенчески модели (Vanderwolf, 2007). Движенията от всички видове, наблюдавани при животни и човеци (Goodenough et al., 2009; Dugatkin, 2020) са обект на класификации в много плоскости (Uher, 2016). Те са области на функционален анализ (Allen, 1981) като основните елементи на поведение в рамките на науката етология (Immelmann, 1980). Движенията са най-отличителната характеристика на поведение при всички групи живи същества.

Действие е третото ниво в тази подредба. Може да се предложи следното определение.

Действие е съчетание на движения и на сензорно-когнитивни процеси в живия организъм при стимул-активирана и генетично модулирана насоченост към ситуативно значима цел.

Морфологичният обхват на ниво действие включва заетите с движения органи при протисти, осмотични трансформации в специални клетки в гъби и растения, и мускули – гладки при безгръбначни и напречноабраздени при гръбначни животни, заедно с костни, хрущялни и други съединителнотъканни структури, с клетъчни или органи сензори и транспортни структури за пренос на газове и на вещества. Контролът е хуморален при растения и гъби, а при животни е от хуморални и нервни структури. Заради наличие на цел за действие се добавят и генетични целепологащи механизми от клетъчно-хуморален тип при протисти, при растения и гъби, а при животни – от когнитивни устройства в ганглии или мозък.



Физиологичните параметри на ниво действие се очертават от отговори на стимули чрез отделни съставни и съгласувани движения чрез осмотично-хидравлично придвижена биомаса при едноклетъчни, при гъби и при растения, а при животните – до мускулно произведени целеви движения от метаболитни процеси, свързани с тези движения. Нов елемент е ангажираността на сензорни, хуморални и невронални контролно-регулативни механизми с генетичните инструкции спрямо извършвани действия посредством мобилизиране на когнитивни ресурси за стартиране, конкретизиране и насочване на двигателните актове към фиксираната и времево лимитирана цел – с която се осмисля извършването на съответното действие.

Примери за действие от самостоятелен вид са фагоцитоза и таксис при едноклетъчни, тропизми и настии при растения, затваряне на капана за жертвата при насекомоядното растение *Dionaea muscipula*, при миди – рязко хлопване на черупките, захващане с щипки и максили при насекоми, промяна на цвета с разместване на хроматофори и пропульсии чрез изпомпващи вода сифони при главоноги, а при животни – с нервно-мускулни рефлексии, които не са движения, понеже носят защитни и приспособителни задачи. Тук спадат множеството действия, посочвани като рефлексии – безусловни (генетично детерминирани) и условни (след научаване). При хората безусловно рефлекторни действия са – кашляне, кихане, мигане, просълзяване, хълцане, почесване, преглъщане, повръщане, сучене при новородени, хващане, треперене от студ или страх, гримаси на гняв или погнуса, както и голям брой мускулни контракции с подвластност на различно локализираните невронални дъги. Условни рефлексии са отделяне на слюнка при вида на храна, промените в поза и поклащане на глава при разговор, както и някои прости по състав действия в резултат от кондициониращи намеси или посредством пряко влияние на социалната среда. Всички тези действия, за разлика от съставните движения, имат свои ясни предназначения – но не като отдалечена стратегия, а като пряко локализираните цели, ограничени от конкретни ситуации.

Действието не е поведение само по себе си. То може да бъде самостоятелно обособен пакет от движения или да е включено като елемент на нивото дейности, както и в рамките на поведение.

От предходното ниво (движение) са заимствани всички морфологични и физиологични апарати, присъщи на движения, заедно с хуморално-нервни и когнитивни механизми, заети с двигателни прояви, а също и с генетичните фактори, свързани с тези процеси.

Спрямо следващото ниво (дейност) действието предоставя отделни съставки под формата на разнородни актове с присъщите генетични, морфологични и физиологични качества, които са основа за изграждане на дейности чрез съгласуване на своите функционални отправления.

Действието като ниво на функциониране е важна предпоставка за адаптивни стратегии (Miller, Harley, 2016; Carlson, Birkett, 2017) – като обобщено изражение на контролирано реагиране на средови сигнали (Scratch, Suckle – по Uher, 2016). Действията са присъщи на всичките групи живи организми – защото обединяват техни-



те движения – разнообразни по вид, ала еднакви с оглед на пригодността им за полезно приложение като хомогенни комплекси от целенасочени двигателни изяви (Nathan et al., 2008) – общо назовавани от някои автори като *движения* (Allen, 1981). Тук вероятно се зараждат и *когнитивни репрезентации* (Keijzer, 2001) като инструмент за целепологане и съгласуване на действията за постигане на поведение. Тук е и ролята на аутопоетично възникналата *сплав между когниция и съзнание* (Luhmann, 1995) като ключ за разбиране на *вплетените в действия движения*, наблюдавани в широкия диапазон от организми – от микроскопичния, но „интелигентен“ *Paramecium* до *Homo sapiens*. При който, на нивото на *действие*, вече личи влиянието и на личностни детерминиращи фактори (Feist et al., 2018).

Дейност е четвъртото ниво в тази подредба. Може да получи следното определение.

Дейност е комплекс от верижно съгласувани групи действия на живия организъм при сензорно и /или когнитивно активирана, генетично повлияна насоченост към значима обща цел.

Морфологичният обхват на ниво дейност включва мотилитетно-секреторни структури на базата на полиорганелни комплекси при протисти или от полиорганни съвкупности при растения и животни под хуморална или хуморално-нервна регулация чрез генетични конструктори за модулиране на функционални отправления. Нараства ролята на устройства, осигуряващи когнитивни намеси при животни – докато при протисти и при растения интегриращите фактори са изцяло изводими от генни инструкции, под форма на молекулярни, ДНК-базирани програми за съгласуване на компонентите, съставляващи двигателни актове и действия в рамките на клетъчни и вегетативни структури за реализиране на дейности.

Физиологичните параметри на ниво дейност се определят от реакциите спрямо външни средови стимули и /или вътрешни импулси, задействащи чрез генни механизми двигателни прояви в рамките на обособени действия като резултат на метаболитни процеси в контекста на двигателните активности. Тук вече ангажираността на устройствата за реализиране на дейности е от общоорганизмен тип, без значение дали се касае за едноклетъчни или за многоклетъчни същества – растения или животни. Което означава, че са мобилизирани голяма част от органите и системите на организма в преходна по времето си заетост – докато се осъществява дейността спрямо общата цел за нейните съставни действия.

Примери за дейност от самостоятелен вид са съчетанието на таксис с фагоцитоза и последващо асимилиране на хранителни материи при протисти, съчетанието при растения на тропизми или настии с последващо цялостно реорганизиране на растителната биомаса – както е при увивния бръшлян и лозите, комплексът от улавяне на насекомо с последващо смилане на неговите полезни субстанции при широк кръг насекомоядни растения, изплитането на паяжина от хищните паяци, внезапният отскок от засада и поглъщане на плячка от ловците главоноги, предбрачните песни и танци на ухажващи птици, групов лов с обкръжаване на плячка при лъвовете, вълци, хиени и чакали. При хората изолирани дейности са ходене към работното място,



писането на домашни работи от ученици, грижите за грим и тоалет от очакващи внимание жени, нанасяне на удари от боксьори, сръчните завои по хлъзгав път от шофьори и множество съвкупности от взаимосъгласувани съзнавани или несъзнавани и автоматизирани действия, изпълващи човешките делници, които в своя надлъжен план създават предпоставките да бъдат наричани поведение. Такива дейности са в значителната си част повлияни от генетично заложили предиспозиции, от актуални нагласи и от плеяда още личностни фактори, но за разлика от поведението те са насочени към конкретни и преходни във времето цели от ситуативен тип – заради свойства на съставлящите ги действия.

Дейността все още не е поведение сама по себе си. Тя може да е самостоятелна като отчетливо изолирана изява или да се преобразува като компонент на нивото поведение.

От предходното ниво (действие) присъстват морфологично-физиологични структури и нервно-хуморални, когнитивни и генетични механизми, изграждащи съответни действия, но индивидуалните им цели са взаимно съобразени с оглед на белязване на обща за дейността цел.

Спрямо следващото ниво (поведение) дейността осигурява съставки, които чрез съгласуваната си цялост образуват поведението – като трайна характерна заетост на организма, като стил в реализацията на отделните дейности – до постигане на устойчиво и хомогенно поведение.

Дейността като ниво на функциониране е основна двигателна активност – като самостоятелна проява или като трайни и цялостни практики в рамките на поведение. Централно място в съчината на *дейността* има концепцията за *когнитивна репрезентация* (Keijzer, 2001; Bechtel, 2007) – моделираща обособяване на цел, а оттам – и на подстъпи към тази цел чрез невронално базирани когнитивни ресурси. Тази концепция освен *представа за дейност* дава и *сценарий на стратегия за постигане* с ангажиране на паметови депа и апарати с потенциал за мотивация и за планиране на конкретни цели (Keijzer, 2001; Seegelke, Schack, 2016). А при организмите без нервна система – протисти и растения, двигателните им изяви (Banchetti, Erra, 2003; Wan, Jékely, 2021; Karban, 2008; Trewavas, 2009), феноменологично сходни с дейности – вероятно ще получат достатъчни експериментални и теоретични обяснения. Тук не бива да се пропуска и ролята на аутопоетично генерираните *съчетания на когниция със съзнание* (Luhmann, 1995), които допускат *възможност за дейности* без наличие на надстояща невронална намеса.

Поведение е петото ниво в тази подредба. Може да се дефинира по следния начин.

Поведение е комплекс от взаимосвързани и съгласувани дейности на живия организъм със сензорно-когнитивна инициация и контрол под генетично влияние, насочени към базисни потребности.

Морфологичният обхват на ниво поведение включва всички видове мотилитетни и секреторни структури, присъщи на интегрираните дейности, заедно с всички клетъчно и органно базирани апарати, осигуряващи осъществяване на тези дейнос-



ти чрез съответните метаболитни, хуморални и невронални механизми, под модулация на генетично заложените предиспозиции при животни и чрез интрацелуларни генетични програми при протисти и при растения. Значението на когнитивните механизми, изводими от съответните им морфологични устройства, е нарастващо – защото следва да съгласува в пространствен и времеви аспект множеството съставни дейности в насока към осигуряване на витални потребности, което придава на поведението траен и цялостен облик.

Физиологичните параметри на ниво поведение се определят от реакции спрямо външни средови стимули под генетични инструкции при едноклетъчни и растения, а при безгръбначни и при гръбначни животни – предимно спрямо церебрално генерирани импулси, често отсрочени спрямо средови фактори. Ангажираността с поведение е общоорганизирана, с практически цялостно привличане на всички налични органи и системи в реализиране на целите на поведенческите изяви – като дори и пряко невключените в поведение органични комплекси са вплетени в съставни спрямо поведението дейности. Което означава, че дори при латентност на поведенческата система някои нейни съставки остават активни.

Примери за поведение от самостоятелен вид, необвързани с по-високи нива – например с ролево функциониране, са при протисти обединените прояви на идентификация на подходящия за храна обект с последващо инкорпориране и асимилиране, при растенията – фототропизъм с обединяване на движения и действия в стремеж към слънчева светлина, а при животните – чрез множество съгласувани действия за осигуряване на базисни потребности – например на храна и вода, на топлина и почивка, на безопасност и свързаност, на статус и одобрение, на интимност с партньор и грижи за потомство. При хората обекти на поведението са базисни нужди от два типа – заради дефицит, включващи физиологичните потребности, безопасност, любов, престиж, както и потребностите за растеж – познание, естетика, себеактуализация и трансцендентност. Видимата страна на такива поведенчески вектори са поредица от отделни дейности, а обосновка да се наричат поведение е трайната им взаимосвързаност – като всички поведенчески насоки носят в някаква степен белега на генетично обусловени предиспозиции, както и на предходен житейски опит – които в съвместност внасят индивидуалност на поведенческия профил на отделния човек. Такива поведенчески насоки – ако се окажат в контекста на ролева ситуация със съответните за нея експектации, могат да получат в някаква степен или аспект модификации – защото се превръщат в ролево поведение.

Поведението само по себе си може да се проявява като самостоятелни изяви или да е под форма на ролево поведение при животни с повишено социален начин на живот.

От предходното ниво (действие) са заимствани всички морфологични и физиологични елементи на съставните дейности, с присъщи сензорни, когнитивни и генетични механизми, както и тяхните цели – които вече ще бъдат съобразявани с базисните витални потребности.



Спрямо следващото ниво (*ролево поведение*) поведението осигурява дейностите, които в ролеви формат ще бъдат основа за съответните социални роли – с поява на статус, набор от експектации и норми – съобразно конкретната ролева ситуация.

Поведението като ниво на функциониране е основен способ на живите организми да осигуряват необходимото за съществуването си. То е форма на взаимодействие със средата и реагиране на стимули за адаптиране към условията на екологичните ниши (Miller, Harley, 2016; Campbell et al., 2017; Carlson, Birkett, 2017). Такова поведение имат протисти (Banchetti, Erra, 2003; Wan, Jékely, 2021) – с реализацията чрез генетично заложили програми за справяне с предизвикателствата на средата. То се наблюдава и при растения (Karban, 2008; Trewavas, 2009), където също е продукт на генетични инструкции – но със слаба пластичност и с бавен темп на изява. Докато при животни поведението е динамично и е ориентирано към основни витални нужди (Kenrick et al., 2010), като *аутопоетични феномени на ниво съзнание* (Luhmann, 1995) и *когнитивни репрезентации* (Keijzer, 2001; Bechtel, 2007) добиват стремително нарастваща роля, а *личностни фактори* – защити, черти, влечения, стремежи, научени умения до значима степен определят поведенческия релеф и уникалната самобитност на индивида (Feist et al., 2018).

В делничната реч се употребява често понятието *постъпка* като *действие* с относително кратка продължителност, с отчетливи начало и край. Което означава, че действието може да се представи и като поредица от постъпки, но този термин не носи препоръчително научно съдържание, защото може да се окаже валиден и за събития от нивата на *действия*, както и на *поведение*.

А относно *социалните роли* – последното, шесто ниво на функциониране, ще отсрочим тяхното коментиране, защото следва разширен анализ на този важен конструкт и на свързаните с него понятия в други наши разсъждения.

Темата с *развитие* няма да бъде обсъждана, защото морфологичните и физиологични промени, свързани с развитието на организма, не са елементи от неговото поведение (Levitis et al., 2009) – макар че границата между тези две категории е твърде неясна.

И така, нека припомним основните качества на *поведението* като свойство на живите същества: 1) то е присъщо само на цялостния организъм, 2) целенасочено е, 3) продължително е по времетраене и 4) всъщност е въпрос на избор (Baum, 2013). Природата му е реактивна към външни и вътрешни фактори и е построена в отделни нива, заради което трудно се дефинира изчерпателно и точно. В представената подредба трансформацията от жизнена *активност* към *движения* се свежда до появата на мотилитетни феномени в широкия смисъл на това понятие. А те прерастват в *действия*, когато придобият цел – а щом се обединят спрямо обща цел, вече са назовавани *действия*. Които прерастват в *поведение*, ако тази обща цел не е пряко ситуативна, а е фокусирана към базисните витални потребности. Когато поведенческите изяви са чрез партниране между индивиди в социални ситуации, възниква дефинирането им като *ролево поведение* в контекста на *социални роли*, валидни в рамките на конкретни социални общности.



Ще подчертаем, че границите между тези нива не бива да се възприемат като неумолимо строги и непреодолими. При *движенията* например целта може да бъде дискретна и трудно разпознаваема. При някои *действия* целта може да е със съмнителна стойност и оспорима разбираемост. Някои *дейности* са зародиш на *поведение*, защото целите са свързани в далечен план с базисни потребности и са дискретни съставки като суб-цели в при удовлетворяване на тези потребности. А отдиференцирането на *поведение* от *социална роля* е сложно, защото при хората и социално живеещите примати например много редки са случаите на поведенчески изяви, лишени от своята социална обвивка. Интернализацията на прескрипции и норми – така съществена в хода на социализиране на човека – повелява всеки поведенчески акт да има социално приемлива фасада. А взаимодействията между хищник и жертва при бозайници по същество са партниране с отчетливо форматиране на двигателно-когнитивните параметри – практически тъждествено на ролеви поведенчески дует. Макар в случая целите на участниците в такъв дует да са антагонистични.

Ще добавим още, че множество процеси, характеризиращи нивото *активност*, не са *поведение* – те присъстват и при *развитието* като част от онтогенезата на организма. Същевременно невъзможно е без тях да се обясни морфологично-физиологичният ресурс за *движения*. А при *движенията* липсата на цел се обяснява с това, че те са под контрол на генни конфигурации, чувствителни към неспецифични или специфични фактори. Щом инициращите фактори са неспецифични (неприсъщи), *движенията* добиват реализацията си в изолиран формат, какъвто е случаят с безцелните неволеви *движения* от неврологичен тип. Но ако инициращите фактори са специфични (присъщи), *движенията* се включват като елементи в съответните *действия*, каквато е обичайната траектория на такива двигателни актове. Ненасочените към базисни потребности *действия* нямат необходимите качества за преобразуването си в *дейности*, а оттам и в *поведение*. Но ако тяхната ситуативно значима цел почне да гравитира към някоя базисна потребност, тези *действия* бързо се трансформират в *дейности* – а ако целта, фокусирана към базисни потребности, се запази, ще възникне времева устойчивост и хомогенност на двигателните прояви, която вече е основание те да се определят като съставки на *поведението* на живия организъм.

Отбелязано бе, че въпреки усърдните усилия и множеството публикувани определения, все още задоволителна дефиниция за определение липсва. Но как да бъде иначе – щом тя е призвана да обрисова човешките изяви, а те са смайващо разнообразни по своите форми, насочености и видими проявления. От многоликата и неповторима нюансираност на човешката душевност започва неяснотата и непълнотата на опитите всички видове отправления на човешкото функциониране да се сведат до една-единствена дума – *поведение*. Която, със своята имплицитна понятност, е безусловно полезен обединител за обозначаване на човешките постъпки, ала за прецизно интерпретиране на палитрата от вектори, изразяващи насоките на човешките взаимодействия с обекти от околната среда – неживи или живи – този единствен термин е определено недостатъчен. Ето защо ние си позволяваме да се надяваме, че огромната съвкупност изяви, присъщи на човека, по-лесно ще бъдат разбрани и



описвани, ако се разположат в йерархично степенувани нива, отразяващи градация в белезите на живата материя – започвайки от *активност*, преминавайки към *движения*, а оттам – към *действия, дейности* и накрая – *поведение*. Вярно, границите между тези нива са не съвсем точни, а преходите са плавни. Но все пак вярваме, че ще е по-удачно конкретно явление да се ситуира в някое от тези нива – съобразно формулираните операционални инструкции, вместо да попадне *a priori* под юрисдикцията на единствено съществуващата възможност да се нарече *поведение*.

Първите пет нива на функциониране са валидни за всички групи живи организми независимо от огромните различия между протисти, растения, гъби и животни. Даже нивото *поведение* е общо за тях – въпреки очевидните нееднаквости на поведенческия почерк между жилавата акация и отрудения селски труженик например? Защото и при двата случая поведението подготвя достъп до базисни потребности – акацията се устремява към светлина, вода и почвени минерали поради нужда от нутриенти, а човекът от село отглежда картофи и кокошки със същата цел. Акацията постига сигурност чрез острите си бодли, а селянинът – със здрави огради, брадва и яки мускули. По-сложни са нещата с шестото ниво – *социални роли*. Дали то е монополно присъщо само на хората? Всички познаваме яркия релеф на ролята *ухажор*. Тя е безспорно присъща на човека, но се среща още и при птици, овни и жирафи. Но и някои инфузории практикуват тази роля, защото е наблюдаван предбрачен танц при едноклетъчни. Все пак, поне на мен не е известно дали съществува взаимно ухажване при фикуси, рози или праскови. Но красивите цветове на растенията не са ли инструмент за непряко ухажване – „по делегация”, чрез пчели?

Обвързването на определението за *поведение* с базисни витални потребности е полезна. Така се създава подстъп към внедряване на етични концепти спрямо феномена *поведение*. Например Омировият герой Ахил обикновено е по-малко симпатичен, защото преследва потребността от повишаване на своя престиж, докато Хектор е по-ласкаво оценяван, защото воюва за далече по-съществената потребност да гарантира сигурност на близките си. По тази причина, ако използваме терминологията за *социални роли*, Ахил ще получи ролята *воин*, докато Хектор ще бъде *герой*.

Йерархичността на поведенческите изяви не е изолирано явление, тя е елемент от принципите на устройство на природните събития и коментарите в тази насока са внушителни.

До голяма степен идеята за *йерархичност на живите системи* е отразена в концепта за „Седемте стълба на живота” (Daniel, Koshland, 2002). Съставките *програма* (организационна схема на организма), *импровизация* (отговори към промените в средата без изчезване на идентичност), *компартиментализация* (обособени структури, извършващи витални функции), *енергиен поток* (за целите на жизнения процес), *регенерация* (възстановяване на погубени части), *приспособяване* (справяне с ограниченията на средата), *обособеност* (разграничаване от околното чрез прегради или прояви) – в своята съвкупност са форми на поведение или предпоставки за поведение. Сходни са и базисните характеристики на живите същества (Raven, Johnson, 2002) – за *подреденост, сензитивност към стимули, растеж, развитие и репродукция*,



саморегулация и хомеостаза – които също са съставки или изяви на поведенчески феномени.

Органните системи на живите организми притежават съгласуваност на присъщите функции, под хуморален или нервен контрол. А спрямо поведението – като основна форма на адаптивна себеизява, функционалните отправления на органните системи са организирани в йерархично взаимосвързани нива. Такава е подредбата на структури и процеси в живата материя (Miller, 1978) и в монографията „Живите системи“ (Living Systems) са отбелязани осем основни йерархични равнища – клетка, орган, организъм, организация, общност, общество и над-национална система – които включват 20 дъщерни подсистеми – за извършване на трансформациите материя – енергия в рамките на информационния обмен при живата материя и в тон със системния строеж на Битието (Miller, 1978; Nicholson, 2013; Mistriotis, 2021).

Ще е добре, ако визията за поведение през призмата на нива на функциониране е удобна – защото е опит да се намали неяснотата относно границите на феномена и вътре в него – на негови съставки. Така дефинирането на този основен конструкт ще се облекчи с появата на множество фасетки, описващи нива на функционални изяви, а опростеният път към определения чрез операционализирани форми и степени е от полза за опознаване на човешката душевност и поведение – в делнични и в екстремни ситуации.

Книгопис:

1. Alcock J. *Animal Behavior: An Evolutionary Approach*, 7th ed. Sinauer Associates, 2001; 494 p.
2. Allen RD. Motility. *J Cell Biol.* 1981;91(3 Pt 2):148-155.
3. Aunger R, Curtis V. Kinds of behaviour. *Biology & Philosophy.* 2008 Jan; 23(3):317-345
4. Banchetti R, Erra F. The ethology of Protozoa and the "adaptive space" hypothesis: a heuristic approach to the biology of these eukaryotic, unicellular organisms. *Protistology.* 2003; 3 (1):58-68.
5. Barnard C. *Animal behavior : mechanism, development, function, and evolution.* Pearson Education Limited, 2004; 726 p.
6. Bateson P. *Behaviour, Development and Evolution.* Cambridge, UK: Open Book Publishers, 2017. 136 p.
7. Baum WM. From molecular to molar: a paradigm shift in behavior analysis. *J Exp Anal Behav.* 2002 Jul; 78(1): 95–116.
8. Baum WM. What counts as behavior? The molar multiscale view. *The Behavior Analyst.* 2013; 36: 283–293
9. Bechtel W. *Mental Mechanisms: Philosophical Perspectives on Cognitive Neuroscience.* Psychology Press. 2007; 324 p.
10. Bergner RM. What is behavior? And so what? *New Ideas in Psychology.* 2011 (29) 47–155.
11. Bielčik M, Aguilar-Trigueros CA, Lakovic M, Jeltsch F, Rillig MC. The role of active movement in fungal ecology and community assembly. *Mov Ecol.* 2019;7: 36.
12. Biggs A, Hagins WC, Lundgren L, Holliday WG, Kapicka CL. *Biology.* Glencoe/McGraw-Hill. 2007; 1206 p.
13. Bockler A, Wilkinson A, Huber L, Sebanz N. Social coordination. From ants to apes. In: Shepherd SV. Wiley-Blackwell, eds. *The Wiley Handbook of Evolutionary Neuroscience.* 2017; 592 p., eds.
14. Bolling MY, Terry CM, Kohlenberg RJ. Behavioral theories. In: Hersen M, Thomas JC. eds. *Comprehensive handbook of personality and psychopathology.* John Wiley & Sons, Inc., 2006; 482 p.
15. Brooks DS. *The Concept of Levels of Organization in the Biological Sciences (PhD Thesis).* Department of Philosophy, Bielefeld University; Submitted August 2014, Revised June 2015
16. Brown GR, Dickins TE, Sear R, Laland KN. Evolutionary accounts of human behavioural diversity. *Phil. Trans. R. Soc. B.* 2011, 366(1563):311-465
17. Campbell NA, Urry LA, Cain ML, Wasserman SA, Minorsky PV, Reece JB. *Biology: A Global Approach*, 11th ed. Pearson Education Ltd. 2017; 1512 p.
18. Carlson NR, Birkett MA. *Physiology of Behavior*, 12th ed. Pearson Education Limited. 2017; 737 p.
19. Carter CS. Hormonal influences on human behavior. In: Schmitt A, Atzwanger K, Grammer K, Schafer K., eds. *New Aspects of Human Ethology.* Plenum Press New York and London, 1997; 239 p.
20. Cartwright J. *Evolution and human behavior : Darwinian perspectives on human nature.* Aardvark Editorial, Mendhim, Suffolk, 2000; 398 p.



21. Clark WR, Grunstein M. *Are we Hardwired? The Role of Genes in Human Behavior*. Oxford University Press, Inc., 2000;322 p.
22. Craver CF. Role functions, mechanisms, and hierarchy. *Philosophy of Science*. 2001 Mar; 68(1): 53-74.
23. Daniel E., Koshland Jr. The seven pillars of life. *Science*. Mar 2002 Mar 22;295 (5563):2215-2216.
24. Dennett DC. *Darwin's Dangerous Idea: Evolution and the Meanings of Life*. Simon & Schuster; Illustrated edition, 1996; 586 p.
25. Dugatkin LA. *Principles of Animal Behavior*, 4th ed. University of Chicago Press. 2020; 593 p.
26. Duignan B. Great Chain of Being / Scala Naturae. 2020; <https://www.britannica.com/topic/Great-Chain-of-Being>.
27. Eibl-Eibesfeldt I. *Human Ethology*. Publisher: Routledge, Year: 2007; 848 p.
28. Eibl-Eibesfeldt I. Human ethology: origins and prospects of a new discipline. In: Atzwanger K, Grammer K, Schafer K, Schmitt A eds., *New Aspects of Human Ethology*. Plenum Press, New York. 1997: 1-25.
29. Eronen ML, Brooks DS. Levels of organization in biology. In: Zalta EN., ed. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Spring 2018 Edition), URL = <<https://plato.stanford.edu/archives/spr2018/entries/levels-org-biology/>>.
30. Feist J, Feist GJ, Roberts T-A. *Theories of Personality*, 9th ed. McGraw-Hill Education. 2018; 672 p.
31. Gastil RD. The determinants of human behavior. *American Anthropologist*. 1961; 63(6):1281-1291.
32. Goodenough J, McGuire B, Jakob E. *Perspectives on Animal Behavior* 3rd ed. John Wiley & Sons, Inc. 2009. 528 p.
33. Haviland WA, Prins HEL, Walrath D, McBride B. *Anthropology. The Human Challenge*, 13th ed. Thomson Learning, Inc. 2011; 735 p.
34. Hebb DO. *The Organization of Behavior: A Neuropsychological Theory*. Psychology Press. 2002. 335 p.
35. Heimlich JE, Ardoin NM. Understanding behavior to understand behavior change: a literature review. *Environmental Education Research*. 2008 June; 14(3): 215-237.
36. Henriques G. The Tree of Knowledge System and the theoretical unification of psychology. *Review of General Psychology*. 2003; 7(2):150-182.
37. Henriques G, Michalski J. Defining Behavior and its Relationship to the Science of Psychology. *Integr Psychol Behav Sci*. 2020 Jun;54(2):328-353.
38. Hoefnagels M. *Biology: Concepts and Investigations*. 4th ed. McGraw Hill. 2017; 912 p.
39. Hull CL. *Principles Of Behavior: An Introduction to Behavior Theory*. Appleton-Century-Crofts. 1943; 422 p.
40. Immelmann K. *Introduction to Ethology*. Plenum Press, New York, 1980; 237 p.
41. Karban R. Plant behaviour and communication. *Ecol Lett*. 2008 Jul;11(7):727-39.
42. Keijzer F. *Representation and Behavior*. A Bradford Book. 2001; 296 p.
43. Kenrick DT, Griskevicius V, Neuberg SL, Schaller M. Renovating the Pyramid of Needs: contemporary extensions built upon ancient foundations. *Perspect Psychol Sci*. 2010 May; 5(3): 292-314.
44. Kolb B, Whishaw IQ. *An Introduction to Brain and Behavior*, 4th ed. Worth Publishers. 2012; 688 p.
45. Korn R. Biological hierarchies, their birth, death and evolution by natural selection. *Biology & Philosophy*. 2002; 17(2):199-221
46. Kottak CP. *Anthropology: Appreciating human diversity*, 14th ed. The McGraw-Hill Companies, Inc., 2011; 648 p.
47. Kovac VB. *Basic Motivation and Human Behaviour: Control, Affiliation and Self-expression*. Palgrave Macmillan, 2016; 251 p.
48. Lattal KA, Chase PN Themes in behavior theory and philosophy. In: Lattal KA, Chase PN, eds. *Behavior Theory and Philosophy*. Springer Science+Business Media. 2003:1-12.
49. Lazzeri F. On defining behavior: Some notes. *Behavior and Philosophy*, 2014a;42: 65-82.
50. Lazzeri F. A conceptual difficulty with some definitions of behavior. In: Conte J, Mortari CA, eds. *Temas em Filosofia Contemporânea*. Florianópolis: NEL/UFSC. 2014b: 148-155.
51. Lazzeri F. On the Place of Behavior in the Analysis of Psychological Categories. *The Psychological Record*. 2015; 65:567-577.
52. Leahey TH. *A History of Psychology. From Antiquity to Modernity*, 8th ed. Routledge. 2017; 564 p.
53. Levitis DA, Lidicker WZ, Freund G. Behavioural biologists do not agree on what constitutes behaviour. *Anim Behav*. 2009 Jul 1; 78(1): 103-110.
54. Low D. Merleau-Ponty, ontology, and ethics. *Philosophy Today*. 2012; 56(1): 59-77.
55. Luhmann N. *Social Systems*. Stanford, California: Stanford University Press. 1995; 684 p.
56. Mader SS, Windelspecht M. *Human Biology*, 12th ed. McGraw-Hill Science/Engineering/Math. 2011; 675 p.
57. Maturana HR, Varela FJ. *Autopoiesis and Cognition: The Realization of the Living*. D. Reidel Publishing Company. 1980; 171 p.
58. McFarland D, Bösner T. *Intelligent behavior in animals and robots*. Cambridge, Mass.: MIT Press. 1993; 324 p.
59. McGivern P, Rueger A. Hierarchies and levels of reality. *Synthese*. 2010; 176 (3):379-397.
60. Merleau-Ponty M. *The Structure of Behavior*. Duquesne University. 1983; 284 p.
61. Miller JG. *Living Systems*. McGraw-Hill Companies, Year: 1978; 1102 p.
62. Miller SA, Harley JP. *Zoology*, 10th ed. New York: McGraw-Hill Education; 2016, 641 p.
63. Mingers J. The cognitive theories of Maturana and Varela. *Systems Practice*. 1991; 4(4): 319-338.
64. Mistriotis A. A universal model describing the structure and functions of living systems. *Commun Integr Biol*. 2021; 14(1):27-36.



65. Nathan R, Getz WM, Revilla E, Holyoak M, Kadmon R, Saltz D, Smouse PE. A movement ecology paradigm for unifying organismal movement research. *Proc Natl Acad Sci U S A*. 2008 Dec 9;105(49):19052-9.
66. Nicholson DJ. Organisms – Machines. *Studies in History and Philosophy of Biological and Biomedical Sciences*. 2013; 44(4):669-678.
67. Pierce DW, Cheney CD. *Behavior Analysis and Learning, 3rd ed*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc., 2004. 509 p.
68. Popescu G. Human behavior, from psychology to a transdisciplinary insight. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2014; 128: 442 – 446.
69. Raven P, Johnson G. *Biology, 6th ed*. New York:Mc-Graw-Hill Companies; 2002; 1239 p.
70. Razeto-Barry P. Autopoiesis 40 years later. A review and a reformulation. *Orig Life Evol Biosph* . 2012 Dec;42(6):543-67.
71. Sadava DE, Hillis DM, Heller HC. *Life: The Science of Biology, 10th ed*. W. H. Freeman. 2012; 1263 p.
72. Sanguinetti VR. *The Rosetta Stone of the Human Mind:Three languages to integrate neurobiology and psychology*. Springer. 2007; 189 p.
73. Scott G. *Essential Animal Behavior*. Blackwell Science Ltd. 2004. 2016 p.
74. Seegelke C, Schack T. Cognitive representation of human action: theory, applications, and perspectives. *Front Public Health*. 2016;4:24.
75. Shettleworth SJ. *Cognition, Evolution, and Behavior, 2nd ed*. Oxford University Press, 2010; 700 p.
76. Skinner BF. *The Behavior of Organisms*. New York, 1938; 486 p.
77. Smith EA. Three styles in the evolutionary analysis of human behavior. In: Cronk L, Chagnon N, Irons W. , eds. *Adaptation and human behavior: an anthropological perspective*. Aldine de Gruyter, Inc., New York, 2000; 512 p.
78. Solomon E, Martin C, Diana W. Martin DW, Berg LR. *Biology 11th ed*. Cengage Learning. 2018; 1408 p.
79. Striedter GF, Northcutt RG. Biological hierarchies and the concept of homology. *Brain Behav Evol* . 1991;38(4-5):177-89.
80. Trewavas A. What is plant behaviour? *Plant Cell Environ*. 2009 Jun;32(6):606-16.
81. Uher J. What is behaviour? and (when) is language behaviour? a metatheoretical definition. *Journal for the Theory of Social Behaviour*. 2016; 46 (4): pp. 475-501.
82. Vanderwolf CH. *The Evolving Brain. The Mind and the Neural Control of Behavior*. Springer Science + Business Media, LLC. 2007; 113 p.
83. Wan KY, Jékely G. Origins of eukaryotic excitability. *Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci*. 2021 Mar 15;376(1820):20190758.



ПЕРИПАРТУМ ДЕПРЕСИЯ И ТРЕВОЖНОСТ ПО ВРЕМЕ НА ПАНДЕМИЯ. СРАВНИТЕЛНИ ДАННИ ЗА БЪЛГАРИЯ ОТ МЕЖДУНАРОДНО ИЗСЛЕДВАНЕ

доц. Камелия Ханчева, д-р пс.

СУ „Св. Климент Охридски“

гл. ас. Анета Атанасова, д-р пс.

СУ „Св. Климент Охридски“

Ваня Николова, д-р пс.

СУ „Св. Климент Охридски“

Резюме: Настоящото изследване е част от международна изследователска инициатива за изучаване на перинаталното психично здраве по време и след пандемията COVID-19. В световен план COVID-19 е безпрецедентно преживяване в индивидуалния живот на всеки. Световната здравна организация (СЗО) изработи насоки за справяне с пандемията, както и за особени грижи към потенциално уязвими групи. Бременните жени и техните новородени са сред най-уязвимите групи по време на пандемията по отношение на дългосрочните ефекти върху развитието и психичното здраве. Целта на изследването е да се оценят нивата на тревожност и перипартум депресия при български майки и бременни жени. В проспективно експлораторно проучване са участвали общо 327 жени – бременни (61,7%) и майки на бебета (<6 м, 38,3%). Попълнена е анонимна онлайн анкета, включваща скрининг за депресия (Единбургска скала за постнатална депресия (EPDS) и тревожност (генерализирано тревожно разстройство (GAD7)). Резултатите показват повишени нива на тревожностно-депресивна симптоматика. Историята на предишни разстройства на настроението (лекувани или не) е важен предиктор както на генерализирана тревожност, така и на депресия по време на бременността и след това. Дискусията подчертава необходимостта да се използват данните като отправна точка за влияние и създаване на здравни политики и практики, включващи грижа и за психично здраве на бременните и майките на бебета.

Ключови думи: перинатално психично здраве, COVID-19, тревожност, депресия, Българско изследване, финансирано от ФНИ, КП-06-КОСТ/14, 16.12.2020

PERIPARTUM DEPRESSION AND ANXIETY DURING COVID-19 PANDEMIC. COMPARATIVE DATA FOR BULGARIA FROM INTERNATIONAL RESEARCH STUDY

Camellia Hancheva, Assoc. Prof. PhD

Sofia University „St. Kliment Ohridski“

Aneta Atanasova, Chief Assistant PhD

Sofia University „St. Kliment Ohridsk

Vanya Nikolova, part-time assist Prof PhD

Sofia University “St. Kliment Ochridski”

Abstract: The present study is a part of international research on Peripartum Mental Health and COVID-19 pandemic. The world pandemic situation COVID-19 is an unprecedented experience in people's individual life-span. The WHO states that pregnant women and their newborns are among the most vulnerable groups during the pandemic in regard to long term effects on development and mental health. The aim of the study is to assess the levels of anxiety and peripartum depression in Bulgarian women. In a prospective



exploratory study a total of 327 Bulgarian women – pregnant (61.7%) and mothers of babies (<6m, 38.3%) took part in an anonymous online survey. A screening for depression (the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) and anxiety (Generalized Anxiety Disorder (GAD7) was performed. The results showed elevated levels of depressive and anxious thoughts and feelings. History of previous mood disorders (treated or not) was a significant predictor of both anxiety and depression. Discussion emphasizes the importance of using current findings as a point of reference to inform local policies and mental health practices and enhance introduction of PPD screening and treatment.

Key words: perinatal mental health, COVID-19, anxiety, depression

ВЪВЕДЕНИЕ

Повече от десетилетие Световната здравна организация (СЗО, WHO, 2016) издава и актуализира Препоръки за грижа и позитивно преживяване на бременността. Признаването на бременността и периода около и след раждането за сензитивен и критичен момент в развитието и на майката и на бебето (Schore, 2011) определя изследователския интерес и предполага развитие на инициативи за широкомащабен скрининг и превенция на проблемни състояния в медицински и психологически план. Пандемията като безпрецедентно предизвикателство в жизнения цикъл на съвременните хора е особено мощен стресогенен фактор за уязвимите групи, каквито са бременните жени и майките на бебета и малки деца. Настоящата пандемия COVID-19 представлява стресор с последици, потенциално надхвърлящи перинаталния период и индивидуалното психично развитие. По отношение на здравния риск данните на СЗО сочат, че бременните не са в повишен риск от заразяване с вируса SARS-CoV-2, причиняващ COVID-19. Въпреки това има изследвания, установяващи висок риск от тежко протичане при заразяване в сравнение с небременни жени на подобна възраст, както и повишен риск от преждевременно раждане (WHO, 2022). Комплексната оценка на психосоматичните последици от пандемията върху уязвимите групи предполага изследване на широк спектър от фактори – социални, икономически, политически и здравни, с цел установяване (и евентуално компенсиране) на тяхното дългосрочно негативно влияние върху стила и качеството на живот, психичното функциониране и индивидуални преживявания на бременните жени и впоследствие майки, както и на развитието на децата, отглеждани от тях. Степента и характерът на очакваните влияния изискват систематично изучаване и анализиране. Поуката от предишни световни катаклизми е, че има спешна нужда от оценка и грижа за психичното здраве в светлината на стресовите събития, преживени по време на бременност и следродовия период (Bowlby, 1951).

Тревожно-депресивна симптоматика по време на бременността и следродилната депресия и тревожност са сред основните рискови фактори за психичното здраве и развитие на децата (Ханчева, 2016; 2019). Данни от контролирани ретроспективни и проспективни изследвания от последните три десетилетия в областта на невро-психоанализата, неврологията, психологията на развитие и теорията на привързаността категорично показват пряката зависимост на развитието на мозъчните структури



през първите две години след раждането от качеството на взаимодействието на детето с основния грижещ се и от майчините грижи (Shore, 2011; Siegel, 1999). Емоционалната връзка между бебето и грижещия се за него се явява среда за мозъчното развитие, а по-късно – основно средство за адаптация към света.

Необходимост от скрининг, оценка и интервенции при наличие на тревожно-депресивна симптоматика през перинаталния период, особено по време на световни или локални кризи, е несъмнена. Насоките за добри медико-психо-социални грижи разкриват интересен факт – че етиологията на депресивното или тревожното състояние или разстройство не засяга диагностицирането и лечението.

Международни широкомащабни епидемиологични изследвания на бременни жени и майки на бебета предоставят доказателства, че по време на здравни епидемии нивата на тревожност и депресия са очаквано завишени и остават по-високи през цялата първа година след раждането (dos Santos Oliveira et al., 2017; Layton et al., 2021). Малкото, но внимателно планирани и рандомизирани лонгитюдни изследвания категорично демонстрират нуждата от дългосрочна подкрепа и ползата от предоставената такава за майките в риск (за подробно обсъждане вж. Layton et al., 2021; Salomonsson & Sandell, 2011). Данните извън Европа затвърждават тенденцията за значително увеличаване на перинаталната депресия и тревожност след обявяването на пандемията от SARS-CoV-2 (за Китай – Wu et al., 2020) и значително повишен психологически дистрес в сравнение с подобни пред-пандемични бременни кохорти (данни за Канада, Lebel et al. 2020).

Предвид гореизложените данни и важноста да се проучи влиянието на COVID-19 върху психичното здраве на майките в Европа, се сформира работна група „Перинатално психично здраве и пандемия на COVID-19 към Акцията „Riseup-PPD“ (CA18138), като част от европейската мултидисциплинарна мрежа от експерти. Основната дейност на международната изследователска мрежа е посветена на разбирането на перипартум депресията (PPD, депресия по време на бременност и следродилна депресия), както и на адекватната диференциална диагностика, превенция или скрининг и лечение. Тук представяме част от данните за българската извадка в съпоставителен план на общите данни от изследването и с анализ, акцентиращ върху културните, социалните и националните фактори.

ДИЗАЙН НА ИЗСЛЕДВАНЕТО

Целта на изследването е да оцени, използвайки общодостъпен широкомащабен скрининг инструмент, нивата на тревожност и депресия по време на бременност и през първите 6 месеца след раждането, по време на COVID-19 пандемията и съответните ограничителни мерки. Изследването цели да се проучат връзките между различни социо-демографски фактори и преживявания на бременни и майките на малки бебета по време на COVID-19. Проверява се хипотезата, че пандемията COVID-19 е свързана с повишена перинатална тревожно-депресивна симптоматика, като степента зависи от редица индивидуални и социални фактори (Motrico et al., 2021).



Дизайнът на изследването е проспективно, анонимно, онлайн проучване. Използват се самоотчетни въпросници, въпроси от медицинската история и демографски данни. Критериите за включване в изследването са: 1) Бременна жена или биологична майка на дете на шест месеца или по-малко; 2) Възраст на майката над 18 години; 3) Респондентите да живеят в България. Критерии за изключване са: 1) Жената няма новородени деца и в момента не е бременна; 2) Майки, които са непълнолетни към момента на изследването; 3) За периода 2020–2021 г. живее извън България.

Характерът на изследването, планирано като широкомащабно, европейско изследване в период на криза, предопредели избора на инструментариум. С оглед на възможността за сравнителен анализ на данните от различните страни-участници и отчитане на социо-културните особености и състоянието на здравната система и мрежата от медицински и парамедицински грижи по време на бременност и в следродилния период на ниво цялостно проучване се пренебрегнаха евентуалните ползи от по-прецизна диагностика с полуструктурирани интервюта. Известно е, че администрирането на диагностични интервюта към големи извадки изисква много ресурси. Предпочитаният компромисен вариант предполага скрининг на депресия и тревожност посредством отчитане на процента над граничната стойност (праг за клинично проявени симптоми на депресия) (Levis et al., 2019). В някои проучвания, използващи смесена методология (самооценка и рейтингови оценки или клинични интервюта), се установява надценяване на разпространението на депресията при самооценъчни въпросници в сравнение с използването на други методи (Thombs, Kwakkenbos, Levis & Benedetti, 2018). Анонимният характер на настоящото изследване не позволява подобна комбинирана методология, но предоставената възможност за индивидуални консултации и проективно търсене на психологическа и психотерапевтична помощ беше използвана от различни жени, до които достигна информацията за изследването.

Използвани психометрични инструменти: Проведеното онлайн изследване е с ревизирана и допълнена методология COPE-IS (Thomason, Graham & VanTieghem, 2020), включваща още Единбургската скала за следродилна депресия (EPDS) (Cox, Holden & Sagovsky, 1987) и скрининг за генерализирана тревожност (Generalized Anxiety Disorder Screener, GAD-7, Spitzer et al., 2006).

Единбургската скала за следродилна депресия е широко разпространен и познат от десетилетия скрининг инструмент за оценка на разпространението на депресивната симптоматика и риск от развитие на перинатална депресия, който независимо от името на скалата се използва и по време на бременност. Десетайтемна самоотчетна скала оценява настроението и преживяванията на жените през последната седмица, което включва преживяване на тъга, безпокойства, мрачни мисли и други. Модификацията на скалата за целите на настоящото проучване е по посока на увеличаване на периода, упоменат в инструкцията като „през последните две седмици“. Отговорите се дават в четиристепенна лъкъртова скала от „никога или много рядко“ до „много често, почти всеки ден“, приписват се стойности от 0 до 3 и



балът по скалата се получава след сумиране на числовите стойности. По-високите резултати свидетелстват за по-голяма сила и изява на депресивната симптоматика. В международното изследване е избран праг 13 за идентифициране на клинично значима депресивна симптоматика. Изборът на прагова стойност в минали изследвания варира за различните популации (Gibson et al., 2009), но натрупаните данни в метаанализи, обзори и изследвания за валидизация на езикови и културни версии на EPDS сочат, че при праг 13 се постига максимална точност на диагностицирането на депресивни състояния (Cox, 2019; Levis et al., 2020; Mann et al., 2015).

Скрининг за генерализирано тревожно разстройство (GAD-7) (Spitzer, Kroenke, Williams, et al., 2006), който се основава на критерии от Диагностичния и статистически наръчник за психични разстройства (DSM-IV и DSM-IV-TR), е скалата за оценка на симптомите на тревожност, без да се специфицира популация или обстоятелства. През последното десетилетие GAD-7 се използва в различни изследвания както за оценка на резултата (outcome measure), така и след 2007 г. се препоръчва като инструмент за скрининг в следродилния период от Британската асоциация (NICE Clinical Guidelines 45, 2007). Седемте самоотчетни айтема са формулирани да оценяват тревожност, напрежение, безпокойство и раздразнителност. Скалата за отговори е идентична с предишния инструмент, високите стойности свидетелстват за засилена тревожност, като тук резултатите могат да варират от 0 до 21. Използваният в настоящото изследване праг е 10, този и по-висок бал се приема за попадащ в обхвата на клинично проявена симптоматика. Скалата GAD-7 има добри психометрични показатели (надеждност и конструкторна валидност), когато се използва при бременни и наскоро родили жени (Fairbrother et al., 2019).

Международната и българска извадка бяха заложили като брой участници предварително, с цел постигане на статистическа значимост на резултатите. Международно проучване обхваща участнички от 12, предимно европейски страни: Албания, България, Кипър, Франция, Гърция, Израел, Малта, Португалия, Сърбия, Испания, Турция, Обединеното кралство и Бразилия. Тук се използват сравнителни данни от цялото проучване, но с фокус върху спецификите на българската извадка и контекст. Размерът на Българската извадка е 538 жени, но валидните протоколи (попълнено до края на изследването) са значително по-малко. За периода юни 2020 до март 2021 година, общо 327 жени, живеещи в България – бременни (61.7%) и майки на бебета (<6 м., 38.3%). Жените (62% бременни, 38% майки на бебета под 6 м.) от над 30 населени места в страната попълниха изследването. Над една трета от извадката са жени, живеещи в столицата.



РЕЗУЛТАТИ И АНАЛИЗ

Резултатите по скрининга за перипартум депресия с Единбургската скала за следродилна депресия в българска извадка показаха повишен процент и преобладаване на депресивната симптоматика по време на пандемия COVID-19, в сравнение с подобни данни, получени през последните пет пре-пандемични години (Genova & Karabeliova, 2020, Hancheva & Rachev, непубликувани данни). При анализа на българската извадка бяха използвани два прагови показателя – бал 11 и бал 13. Според Левис и колеги праг 11 максимизира комбинираната чувствителност и специфичност, докато праг 13 е по-малко чувствителен, но с по-голяма специфичност. Използването на по-ниския праг се препоръчва, ако е важно да се избегнат фалшиво негативните резултати и да се идентифицират повече пациенти, които отговарят на диагностичните критерии (Levis et al., 2020). Най-често използваният праг е ≥ 10 и ≥ 13 за оценка на разпространението, според който в обзорен анализ се установяват разпространение сред 22.2% (95% CI: 17.5–27.8%, τ 2: 0.64, I 2: 95.5%) и 11.5% (95% CI: 8.7–15.0%, τ 2: 0.66, I 2: 96.4%) за съответно ниския и високия праг на депресивна симптоматика (Lyubenova et al., 2021). В настоящото изследване клинично изразени депресивни мисли и преживявания при жените има в 38.8% (15% високо ниво (> 10) и 23.8% много високо ниво (≥ 13) по EPDS. Ориентирането в по-широката картина е необходимо с оглед индиректното провеждане на проучването (онлайн) и анонимността, не позволяваща проследяване на случаите. Степента, в която скрининговите въпросници надценяват истинското разпространение, зависи от конкретния инструмент за скрининг на депресия и използвания граничен праг (Levis et al., 2019; Thombs et al., 2018). Насоките за диагностика и грижа за бременни и скоро родили жени категорично препоръчват при над прагови стойности при скрининга за депресия да се прецизира оценката и да се проследяват случаите. Предоставената възможност за индивидуално психологическо консултиране и терапия беше използвана от някои участници и описана в други публикации като казуистика (Ханчева, 2020; Ханчева, 2022 под печат).

Тенденцията депресивната симптоматика да е по-ясно изразена при бременните жени, отколкото при майките на бебета, участвали в изследването, не достига статистическа значимост, за да разграничи двете групи и при срезовия дизайн не може да получи еднозначна интерпретация. Сравнителни данни за България и страните, участвали в изследването, са представени в табл. 1.

Метаанализ от 2010 г., включващ 57 изследвания, и епидемиологично изследване от 2014 г. разкриват няколко рискови фактори за депресия перипартум като: страх от раждането (odds ratio [OR] = 3.8), тютюнопушене (OR = 3.25), тийнейджърска бременност (OR = 3.14), самотен родител (OR = 2.86), нисък социо-икономически статус (OR = 2.59), възраст над 40 г. (OR = 1.41). Други рискови фактори са домашното насилие (OR = 3.1), тревожност (OR = 2.7), нежелана бременност (OR = 1.41) и гестационен диабет (gestational diabetes mellitus (OR = 2.29). Най-висок риск представлява минала история на депресивно разстройство (OR = 29) (Langan & Goodbred, 2016). В



интересен обзор от 2016 г. се установява, че в една трета от случаите може да няма налични рискови фактори (Lagan & Goodbred, 2016). В настоящото изследване, поради спецификата на извадката (жени, разполагащи с устройство свързано с интернет и умения да боравят с онлайн въпросници) и периода на изследването, данните не позволяват да се оценят много от доказаните рискови фактори. По първите три (от представените по литературни данни по-горе) не са събрани данни или са изключени от извадката. Семейен статус на самотен родител имат едва 1% от респондентите в българската извадка, много нисък е и процентът на жени, посочили някакво медицинско състояние или заболяване, усложняващо бременността. Възрастта не се оказва значим предиктор на перипартум депресия в нашата извадка, но изненадващо, по-висок образователен статус е значим предиктор на повишени нива на депресивно настроение и депресивни симптоми ($F(3,319) = 3.387, p = 0.018$) с малък до среден размер на ефекта (Cohen's $d = 0.47$). Значим предиктор и по литературни данни и в българската извадка е история на предишни разстройства на настроението (по самоотчет), независимо дали са диагностицирани или не, лекувани или не. Предишни състояния са значим предиктор и на перипартум депресия и на генерализирана тревожност по време на бременността и след раждането ($F(3,322) = 11.34, p < 0.000$) и $R^2 = 0.096$.

Нивата на тревожност, установени посредством Скрининг за генерализирано тревожно разстройство при праг 10, са преобладаване на ясно, но умерено изразена клинична симптоматика в 8% (> 10) от случаите и силно изразена при 9.9% (при $GAD-7 \geq 15$). По данни от систематичен анализ преобладаване на генерализирана тревожност по време на бременност варира между 8.5–10.5%, което е 4 до 6 пъти по-високо в сравнение с общата популация (1.2–6.4%). В следродилния период се наблюдават големи вариации – от 4.4% (близо до нивата в общата популация) до 10.8% (Misri et al., 2015). В настоящото изследване отново има тенденция за по-ниски нива на тревожностна симптоматика сред майките на бебета в сравнение с бременните жени, но срезовото изследване не позволява еднозначна интерпретация. Отново относителната хомогенност на извадката по отношение на социо-икономически и семейен статус не дава възможност за оценка на влиянието на тези демографски фактори върху тревожността. Потвърждава се обаче статистически значимата разлика в нивата на тревожност според образователния статус ($F(2,321) = 8.465, p = 0.004$), със среден размер на ефекта (Cohen's $d = 0.53$).



Табл. 1. Сравнителни данни за 11 държави по Единбургската скала за следродилна депресия EPDS и Симптоматиката на генерализирана тревожност GAD-7

Държава	EPDS \geq 13 Бременни N=3492/935	EPDS \geq 13 Майки N=4131/1349	EPDS \geq 13 общо N=7623/2284	GAD-7 \geq 10 Бременни N=3496/702	GAD-7 \geq 10 Майки N=4121/1095	GAD-7 \geq 10 общо N=7617/1797
Албания	25%	17.6%	21.6%	35%	17.6%	27%
Бразилия	37%	47.2%	44.3%	34.3%	41.9%	39.5%
България	25%	22.5%	23.8%	20.5%	15%	17.9%
Великобр.	31.7%	39.3%	36.5%	21.1%	28%	25.5%
Гърция	19%	23.9%	21.6%	15.1%	25.5%	20.6%
Израел	28.6%	20.9%	23.9%	15.7%	13.2%	14.2%
Испания	26.3%	33.5%	30.4%	29.5%	33.7%	31.9%
Кипър	18.2%	22.5%	20.5%	13.6%	16.1%	14.9%
Малта	27.2%	34.2%	31.2%	18.4%	24.9%	22.1%
Португалия	24.3%	28.1%	26.1%	19.8%	22.6%	21.1%
Турция	27.9%	27.9%	30.9%	12.7%	16.3%	14.2%
Чили	34.9%	33.8%	34.2%	36%	41.5%	39.4%
Общо	26.8%	32.7%	30%	20.1%	26.6%	23.6%

Представеното изследване има ограничения, произтичащи от дизайна и специфичния период на събиране на данни. Обемът на извадката и нейната хомогенност в социо-икономически, възрастов и семеен план правят невъзможно разкриването на важни фактори по отношение на тревожно-депресивната симптоматика. Срезовият характер и анонимността на изследването също поставят някои ограничения. Планираното лонгитюдно проследяване (посредством персонален код) се провали поради много ниска активност от страна на участниците в първоначалната извадка.

ДИСКУСИЯ

Тревожно-депресивната симптоматика по време на бременност и първата година след раждането е един от онези феномени, които със самото си название се приемат като нещо средно между неизбежно бедствие, самосбъдващо се предсказание и патологичност, доказваща нормалността на майката (Ханчева, 2016). Въпреки категоричните препоръки на СЗО за диагностициране и терапия (вкл. психотерапия към медикаментозното третиране) на перипартум депресията и тревожността, практиката показва, че в световен мащаб няма ясна насока и здравна политика. От друга страна, порочната практика на пренебрегване на този проблем има доказани негативни дългосрочни последици върху физическото и психично здраве на децата. Развитието на мозъчните структури е зависимо от опита. Ранните емоционално натоварени отношения определят в качествен аспект развиващия се мозък (Green, 2003). Психичното развитие се случва и единствено възможно в отношенията. Съ-



времените невропсихологични изследвания ясно показват как развиващия се мозък на бебето минава през критични периоди, които са формиращи за определени невронни кръгове в префронталните дялове на мозъчната кора. Дали ще протече определено развитие на мозъчни сегменти или не, зависи от природата на ранните отношения с грижещата се фигура и това има значими, дългосрочни последици за емоционалното развитие. Шоър представя убедителни невропсихични доказателства, потвърждаващи хипотезата, че емоционалните отношения между детето и грижещия се са среда за мозъчното развитие и мозъчното развитие прави възможно адаптацията към средата (Schoore, 2011). Психичният живот се корени във вплътеното преживяване. Аксиоматичната сентенция на последните две десетилетия гласи: човешките отношения оформят невронните връзки, от които възниква психичното (Siegal, 1999). Емоционалната дистанцираност или отсъстващото присъствие на „мъртвата майка“ (Green, 1980/86), която физически е наблизо, но мисловно и емоционално е потънала и недостъпна за детето, няма как да донесе успокоение. Психоаналитичните описания на състоянието на майката, което е необходимо за оптималното човешко психично развитие, е наречено „първична майчина погълнатост“, изразяваща се в идентификация с бебето (Winnicott, 1975). Това състояние, наречено „нормална болест“ или „нормална лудост“, е необходимо и парадоксално – симптом за нормалност. От друга страна, майката се нуждае от целия си емоционален капацитет и самоотверженост, за да изпадне в това състояние навреме и точно за времето, което е необходимо. Ако майката е погълната от депресията си, вероятно ще превърне бебето в своя обсеция, пречейки на развитието на капацитета му за самостоятелност и постепенното му отделяне (Ханчева, 2016).

Разстройствата на настроението от тревожно-депресивния спектър по време и до една година след бременността са свързани с множество физиологични, ситуационни, социални и личностни детерминанти (Baran et al., 2021). Пандемията COVID-19 представлява значителен рисков фактор за психични разстройства, особено тревожност и депресия сред жените по време на бременност или перинатален период. Психологическите и социалните последици могат да надхвърлят границите на индивида и поколението. Бременните и майките, които по време на карантина са били физически изолирани от семейството, приятелите и общността си, са били откъснати и от основните ресурси за подкрепа, устойчивост и гъвкавост.

В обзор на клиничните насоки и препоръки относно перипартум депресията е направена оценка на наличните в Европа 11 документа (на 10 езика). Тези насоки се отнасят както до скрининг, диагностициране, лечение (фармакологично, психотерапевтично и други), така и до превенция и общи насоки. Методологично качество само на 5 (35.7%) от тези насоки е оценено като адекватно ($\geq 70\%$ според AGREE-II) (Motrico et al., 2022). Съществуването на наръчници с клинични насоки и цели институти, събиращи и анализиращи епидемиологични данни, все още не казва нищо за приложението в практиката на изработените и непрекъснато осъвременявани според новите научни данни препоръки. Но това е добра основа за адаптиране на вече съществуващата научно-изследователска методология към всеки локален, национален контекст.



Бек нарича следродилната депресия „крадец, ограбващ майчинството“ (Beck, 1999). Грижите за бременни и майки на бебета предполагат национална стратегия, психично здравни грижи и служби по места. Необходими са точни оценки на разпространението на депресията и тревожността и разбиране на тежестта на състоянието в контекста на миналата лична и семейна история, за да се въведат и следват изведените на европейско ниво насоки за диагностика, лечение и терапия на перипартум състоянията, свързани с разстройства на настроението. Необходимо е ясно разпределяне на ресурсите за здравеопазване, включващо грижата за психичното здраве и благосъстояние на бременните и майките на бебета.

Литература:

1. Ханчева, К. (2016). Тревогите на майките или за вредата на майчината депресия върху детското здраве. Практическа педиатрия, 6, 14-17. ISSN 1311-0756
2. Ханчева, К. (2019). Ментализация и ранни етапи на социо-емоционално развитие. София: Университетско издателство „Св. Климент Охридски“. ISBN 978-954-0704767-5
3. Ханчева, К. (2022 под печат). Усложнена реакция на траур при бременни жени и майки на бебета по време на пандемията Ковид-19. Сборник XI Национална конференция по психотерапия „Отстояния“. Университетско издателство „Св. Климент Охридски“.
4. Baran, J., Leszczak, J., Baran, R., Biesiadecka, A., Weres, A., Czenczek-Lewandowska, E., & Kalandyk-Osinko, K. (2021). Prenatal and Postnatal Anxiety and Depression in Mothers during the COVID-19 Pandemic. *Journal of clinical medicine*, 10(14), 3193. <https://doi.org/10.3390/jcm10143193>
5. Beck C. T. (1999). Postpartum depression. Stopping the thief that steals motherhood. *AWHONN lifelines*, 3(4), 41-44. <https://doi.org/10.1111/j.1552-6356.1999.tb01115.x>
6. Bowlby, J. (1951). Maternal care and mental health. *Bulletin of the World Health Organization*, 3, 355-533.
7. Cox, J. L., Holden, J. M., & Sagovsky, R. (1987). Detection of postnatal depression. Development of the 10-item Edinburgh Postnatal Depression Scale. *The British journal of psychiatry: the journal of mental science*, 150, 782-786. <https://doi.org/10.1192/bjp.150.6.782>
8. Cox, J. (2019). Thirty years with the Edinburgh postnatal depression scale: voices from the past and recommendations for the future. *British Journal of Psychiatry*; 891 (214), 127-9. <https://doi.org/10.1192/bjp.2018.245>.
9. Dos Santos Oliveira, S. J. G., Dos Reis, C. L., Cipolotti, R., Gurgel, R. Q., Santos, V. S., & Martins-Filho, P. R. S. (2017). Anxiety, depression, and quality of life in mothers of newborns with microcephaly and presumed congenital Zika virus infection: a follow-up study during the first year after birth. *Archives of Women's Mental Health*, 20(3), 473-475.
10. Fairbrother, N., Corbyn, B., Thordarson, D.S., Ma, A., Surm, D. (2019). Screening for perinatal anxiety disorders: room to grow. *Journal of Affective Disorder* 250, 363-370. doi: 10.1016/j.jad.2019.03.052
11. Genova, R., & Karabeliova, S. (2020). Psychological Aspects of Postnatal Depression Among Parents. *Thematic procedia of 15th Days of Applied Psychology 2019*. Nis: University of Nis.
12. Gibson, J., McKenzie-McHarg, K., Shakespeare, J., Price, J., Gray, R. (2009). A systematic review of studies validating the Edinburgh postnatal depression scale in antepartum and postpartum women. *Acta Psychiatr Scand.*, 119:350-900 64. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.2009.01363.x>
13. Green, A. (1986). The dead mother. In *On Private Madness* (pp. 142-173). London: Hogarth Press. (Оригиналът е публикуван през 1980).
14. Green, V. (2003). Emotional development biological and clinical approaches – towards integration. In V. Green (Ed.) *Emotional Development in Psychoanalysis, Attachment theory and Neuroscience* (pp. 1-22). Brunner-Routledge, Hove
15. Hancheva, C. (2020). Mother's mentalizing of the unborn – a case study. *Mentalization and clinical practice. Symposium of III National Congress of Clinical Psychology* (pp. 203-213), Sofia, PH: Steno. [in Bulgarian].
16. Hancheva, C., & Rachev, N. Assessment of efficacy of Home visiting programme on mental health of mothers and early development of children. (unpublished data)
17. Langan, R., & Goodbred, A. J. (2016). Identification and Management of Peripartum Depression. *American family physician*, 93(10), 852-858.
18. Layton, H., Owais, S., Savoy, C. D., & Van Lieshout, R. J. (2021). Depression, Anxiety, and Mother-Infant Bonding in Women Seeking Treatment for Postpartum Depression Before and During the COVID-19 Pandemic. *The Journal of clinical psychiatry*, 82(4), 21m13874. <https://doi.org/10.4088/JCP.21m13874>
19. Lebel, C., MacKinnon, A., Bagshawe, M., Tomfohr-Madsen, L., & Giesbrecht, G. (2020). Elevated depression and anxiety symptoms among pregnant individuals during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorder*, 277, 5-13. doi: 10.1016/j.jad.2020.07.126.



20. Levis, B., Negeri, Z., Sun, Y., Benedetti, A., & Thombs, B.D. (2020). Accuracy of the Edinburgh Postnatal Depression Scale (EPDS) for screening to detect major depression among pregnant and postpartum women: systematic review and meta-analysis of individual participant data, *BMJ* 2020, 371. <https://doi.org/10.1136/bmj.m4022>
21. Levis, B., Yan, X. W., He, C., Sun, Y., Benedetti, A., & Thombs, B. D. (2019). Comparison of depression prevalence estimates in meta analyses based on screening tools and rating scales versus diagnostic interviews: A meta research review. *BMC Medicine*, 17(1), 65. <https://doi.org/10.1186/s12916-019-1297-6>
22. Lyubanova, A., Neupane, D., Levis, B., Wu, Y., Sun, Y., He, C., Krishnan, A., Bhandari, P. M., Negeri, Z., Imran, M., Rice, D. B., Azar, M., Chiovitti, M. J., Saadat, N., Riehm, K. E., Boruff, J. T., Ioannidis, J. P. A., Cuijpers, P., Gilbody, S., Kloda, L. A., ... Thombs, B. D. (2021). Depression prevalence based on the Edinburgh Postnatal Depression Scale compared to Structured Clinical Interview for DSM Disorders classification: Systematic review and individual participant data meta-analysis. *International journal of methods in psychiatric research*, 30(1), e1860. <https://doi.org/10.1002/mpr.1860>
23. Mann, R., Evans, J. (2015). Screening Tools and Methods of Identifying Perinatal Depression. In: *Identifying Perinatal Depression and Anxiety*. Chichester, UK John Wiley & Sons, Ltd; 2015. p. 76–92. <https://doi.org/10.1002/9039781118509722.ch5>.
24. Mesquita, A., Costa, R., Bina, R., Cadarso-Suárez, C., Gude, F., Díaz-Louzao, C., Dikmen-Yildiz, P., Osorio, A., Mateus, V., Domínguez-Salas, S., Voursora, E., Levy, D., Alfayumi-Zeadna, S., Wilson, C.A., Contreras-García, Y., Saldivia, S., Christoforou, A., Hadjigeorgiou, E., Felice, E., Buhagiar, E., Hancheva, C., Ajaz, E., Uka, A., & Motrico, E., and Riseup-PPD-COVID-19 Group. The Impact of Governmental Responses to the COVID-19 Pandemic on Perinatal Mental Health: Evidence From 12 Countries. (Preprint with *The Lancet*, 2022). https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=4006137
25. Misri, S., Abizadeh, J., Sanders, S., & Swift, E. (2015). Perinatal Generalized Anxiety Disorder: Assessment and Treatment. *J Womens Health (Larchmt)*. 2015 Sep;24(9), 762-70. doi: 10.1089/jwh.2014.5150. Epub 2015 Jun 30. PMID: 26125602; PMCID: PMC4589308.
26. Motrico, E., Moreno-Peral, P., Uriko, K., Hancheva, C., Brekalo, M., Ajaz, E., Apter, G., Bramante, A., Conejo-Cerón, S., Christoforou, A., Dikmen-Yildiz, P., Evagorou, O., Fonseca, A., Lupattelli, A., Radoš, S. N., Al Maach, N., Rodríguez-Muñoz, M. F., Žutić, M., & Lambregtse-van den Berg, M. P. (2022). Clinical practice guidelines with recommendations for peripartum depression: A European systematic review. *Acta psychiatrica Scandinavica*, 146(4), 325–339. <https://doi.org/10.1111/acps.13478>
27. Motrico, E., Bina, R., Domínguez-Salas, S., Mateus, V., Contreras-García, Y., Carrasco-Portiño, M., Ajaz, E., Apter, G., Christoforou, A., Dikmen-Yildiz, P., Felice, E., Hancheva, C., Voursora, E., Wilson, C. A., Buhagiar, R., Cadarso-Suárez, C., Costa, R., Devouche, E., Ganho-Ávila, A., Gómez-Baya, D., ... Riseup-PPD-COVID-19 Group (2021). Impact of the Covid-19 pandemic on perinatal mental health (Riseup-PPD-COVID-19): protocol for an international prospective cohort study. *BMC public health*, 21(1), 368. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10330-w>
28. National Collaborating Centre for Mental Health. Antenatal and postnatal mental health. The NICE guideline on clinical management and service guidance [NICE Clinical Guidelines, no. 45]. London (UK): British Psychological Society and Royal College of Psychiatrists, 2007.
29. Salomonsson, B., & Sandell, R. (2011). A randomized controlled trial of mother-infant psychoanalytic treatment: I. Outcomes on self-report questionnaires and external ratings. *Infant mental health journal*, 32(2), 207–231. <https://doi.org/10.1002/imhj.20291>
30. Schore, A. (2011). The right brain implicit self lies at the core of psychoanalysis. *Psychoanalytic Dialogues*, 21, pp. 75–100.
31. Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: Toward a neurobiology of interpersonal experience*. New York, NY, US: Guilford Press
32. Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*, 166(10), 1092–1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
33. Thomason, M. E., Graham, A., Sullivan, E., & van den Heuvel, M. I. (2022). COVID-19 and Perinatal Experiences Study. <https://doi.org/10.17605/OSF.IO/UQHCV>
34. Thombs, B. D., Kwakkenbos, L., Levis, A. W., & Benedetti, A. (2018). Addressing overestimation of the prevalence of depression based on self-report screening questionnaires. *CMAJ: Canadian Medical Association Journal Journal De L'Association Medicale Canadienne*, 190(2), E44–E49. <https://doi.org/10.1503/cmaj.17069>
35. WHO Coronavirus disease (COVID-19): Pregnancy, childbirth and the postnatal period (2022). <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/coronavirus-disease-covid-19-pregnancy-and-childbirth#:~:text=Should%20pregnant%20women%20be%20tested>
36. WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience <https://www.who.int/publications/item/9789241549912>
37. Winnicott, D. W. (1975). *Through paediatrics to psycho-analysis*. London: Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
38. Wu Y, Zhang C, Liu H, Duan C, Li C, Fan J, Li H, Chen L, Xu H, Li X, Guo Y, Wang Y, Li X, Li J, Zhang T, You Y, Li H, Yang S, Tao X, Xu Y, Lao H, Wen M, Zhou Y, Wang J, Chen Y, Meng D, Zhai J, Ye Y, Zhong Q, Yang X, Zhang D, Zhang J, Wu X, Chen W, Dennis CL, Huang HF. (2020). Perinatal depressive and anxiety symptoms of pregnant women during the coronavirus disease 2019 outbreak in China. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, (2), 223-240. doi: 10.1016/j.ajog.2020.05.009.