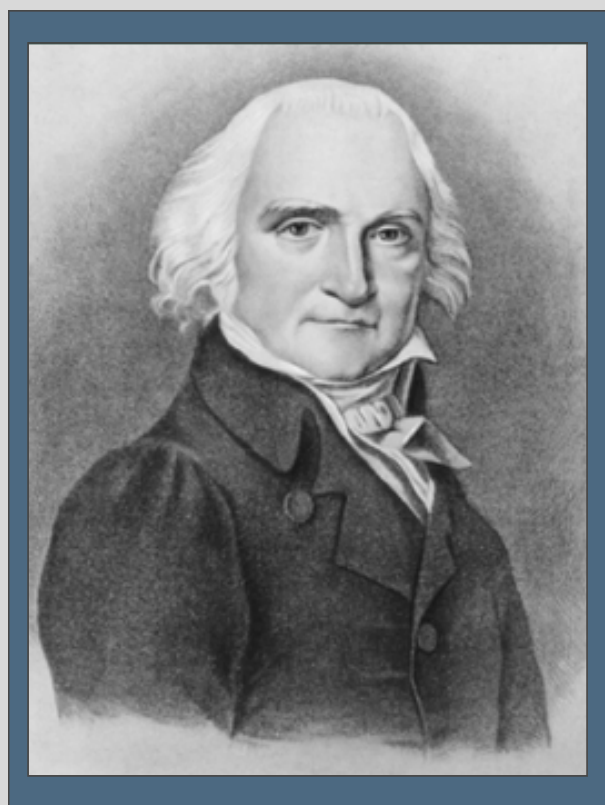


Pora Na Śniadka



Muzyczne nowości
Płytowe recenzje

Kącik literacki

Tajniki sabatów
Litha i Lammas

Psychologia

Tajniki syndromu sztokholmskiego

Kuchnie świata
Najdziwniejsze przepisy

czerwiec 2024

**REDAKTOR
NACZELNA, SKŁAD,
OKŁADKA**

Julia Kugler

**WERYFIKATOR DS.
PRAW
AUTORSKICH**

Marta Markowicz

REDAKTORZY

**Marta Markowicz
Weronika Zarzyńska
Nikoła Marszał
Nicola Lulińska
Emilia Więclaw
Zuzanna Bagińska**

OPRAWA GRAFICZNA

**Nikodem Kieniewicz
Carmen Krajczyńska
Justyna Krupicka
Kamila Skrodzka
Hanna Miwa**

OPIEKUNKA GAZETKI

p. Joanna Ciepłińska-Kowalska

SPIS TREŚCI


Syndrom sztokholmski	3
Kącik liryczny	7
Letnie brzmienia	8
Najdziwniejsze przepisy na świecie	11
Litha i Lammas tradycje sabbatów	14
Czynnikowa teoria osobowości Cattella	17

Wraz z nadchodzącymi wakacjami prezentujemy Wam ostatnie tegoroczne wydanie gazetki. Jak zawsze nie mogło zabraknąć ciekawostek z różnych dziedzin, zaczynając od muzyki, a kończąc na psychologii.

Syndrom sztokholmski

Niecodzienna sympatia

Uczucie empatii, solidaryzmu, przywiązania, a czasem wręcz miłości wobec swojego oprawcy, to podstawowe zachowania osoby zmagającej się z tzw. syndromem sztokholmskim. To niezwykle, bo paradoksalne zjawisko psychologiczne w relacji pomiędzy ofiarą a jej prześladowcą, przyciąga uwagę zarówno specjalistów, jak i laików. Jest stanem psychicznym uznawanym za nieświadomy sposób obrony, pozwalającym przetrwać trudne warunki. Dotyka on przede wszystkim osób pokrzywdzonych w wyniku porwań, gwałtów, przemocy, zarówno fizycznej, jak i psychicznej, zakładników oraz jeńców wojennych. Pojawić się może zwłaszcza w sytuacji, w której ofiara dostrzega rzeczywiste lub domniemane zagrożenie dla jej życia ze strony oprawcy, co prowadzi do silnego pobudzenia instynktu przetrwania. Rozwój syndromu sztokholmskiego zazwyczaj przebiega według określonego schematu, przy zaistnieniu kilku szczególnych uwarunkowań. W konsekwencji w ofierze narasta poczucie współczucia i przywiązania do agresora. Stan ten jest również znany w kryminologii oraz psychologii jako patologiczne przywiązanie, traumatyczna więź czy paradoksalna wdzięczność. Termin „syndrom sztokholmski” powstał w związku z napadem na bank, który miał miejsce w Kreditbanken w Sztokholmie w 1973 roku. Podczas tego zdarzenia rabusie przetrzymywali kilku zakładników przez sześć dni i pomimo traumy i niebezpieczeństwa, jakie ich spotkało, u zakładników rozwinęło się nieoczekiwane poczucie empatii i sojuszu wobec porywaczy. Po uwolnieniu bronili oni działań bandytów i odmówili zeznawania przeciwko nim. Pojęcie syndromu sztokholmskiego zostało po raz pierwszy zaobserwowane i w ten sposób nazwane w następstwie tej głośnej sprawy, która rzuciła światło na mechanizmy psychologiczne występujące w tak ekstremalnych uwarunkowaniach.



Chociaż sam termin może być stosunkowo nowy, podobne zachowania prawdopodobnie miały miejsce znacznie wcześniej, a udokumentowane przypadki sięgają nawet kilka stuleci wstecz. Należy zwrócić uwagę również na fakt, iż syndromu sztokholmskiego można doświadczyć także w relacjach koleżeńskich, związkach partnerskich oraz w pracy. Jestem pewna, że część z was była świadkiem takiej sytuacji, o ile nie doświadczyliście tego zjawiska na własnej skórze. Bowiem ofiara pozostająca w toksycznej relacji usprawiedliwia chore zachowania partnera i tłumaczy jego zachowanie zaprzeczając, że jest krzywdzona. Bardzo często również bierze na siebie całą winę za to, jak wygląda związek. Osoba pod wpływem manipulacji i narzucanej presji w pełni podporządkowuje się drugiej stronie, tym samym izolując się od innych i wypierając myśl o konieczności zakończenia toksycznej relacji. Natomiast na stopie zawodowej syndrom sztokholmski objawia się szczególnym przywiązaniem do miejsca pracy, często w obawie utraty stanowiska. Pomimo tego, że pracownik jest poniżany przez pracodawcę, jest wobec niego stosowany mobbing albo staje się ofiarą molestowania seksualnego - postanawia pozostać na stanowisku. Osoba poszkodowana godzi się na takie traktowanie, bagatelizując zachowania przełożonego, gdyż jest zależna od swojego oprawcy pod względem finansowym i czuje, że jej życie jest od niego zależne.


Ofiary pozostające w takich niezdrowych relacjach niekiedy uważają, że zasługują na to, co je spotyka i negatywnie reagują, gdy ktoś inny stara się im pomóc.





Psychologiczne tajemnice

To zjawisko objawia się u osób, które doświadczyły niewoli, porwania lub przemocy, prowadząc je do złożonych reakcji psychologicznych. Jednym z głównych zachowań związanych z tym syndromem jest rozwój poczucia współczucia i solidarności wobec sprawcy przemocy. Tę sprzeczną z intuicją reakcję można przypisać próbie poradzenia sobie przez ofiarę z traumatyczną sytuacją poprzez nawiązanie więzi z agresorem, co staje się sposobem na przeżycie. Identyfikując się z ciemniejszym, jednostki mogą wierzyć, że mają większe szanse na lepsze traktowanie lub ochronę, co stwarza fałszywe poczucie bezpieczeństwa w niepokojącym otoczeniu. Ofiary porwania lub molestowania mogą okazywać współczucie swoim oprawcom. Identyfikacja z agresorem przyjmuje postać strategii przetrwania w sytuacjach traumatycznych. Innym mechanizmem psychologicznym związanym z syndromem sztokholmskim jest dysonans poznawczy ofiary w odpowiedzi na jej niewolę. Odnosi się on do dyskomfortu psychicznego doświadczanego podczas utrzymywania sprzecznych przekonań lub postaw, takich jak odczuwanie strachu przed porywaczem przy jednoczesnym poszukiwaniu jego aprobaty. Aby złagodzić ten wewnętrzny konflikt, jednostki mogą stosować różne strategie przetrwania, takie jak: racjonalizacja zachowania porywacza, minimalizowanie powagi sytuacji, rozwijanie poczucia zależności od oprawcy w zakresie podstawowych potrzeb. Posuwając się do takich zachowań, osoby znajdujące się w potrzasku próbują odzyskać poczucie kontroli i zmniejszyć poczucie strachu i bezradności. Złożoność syndromu sztokholmskiego wykracza poza zwykłą identyfikację z napastnikiem i obejmuje głębsze procesy psychologiczne związane z przetrwaniem oraz adaptacją. W sytuacjach skrajnej traumy i braku równowagi sił, np. podczas niewoli lub długotrwałego stosowania przemocy, ofiary mogą wykazywać zachowania regresywne i przywiązanie emocjonalne do bandytów, co stanowi środek samoobrony.



Zjawisko to uwydatnia zawiłą zależność pomiędzy psychologicznymi mechanizmami obronnymi a ludzkim instynktem przetrwania w obliczu przytłaczających przeciwności losu.

Jak żyć skoro już przeżyliśmy?

Leczenie wystąpienia zespołu sztokholmskiego zależy od indywidualnych potrzeb i sytuacji każdej osoby. Może to być np. terapia poznawczo-behawioralna, która pomaga ofiarom wziąć pod uwagę negatywne wzorce myślowe i zachowania. Natomiast terapia poznawcza skupia się na identyfikacji i zmianie sposobu rozpoznania i myślenia osoby chorej. Dostępna jest także terapia psychodynamiczna polegająca na analizie emocji i doświadczenia, które towarzyszą zespołowi sztokholmskiemu.

Kluczowe znaczenie podczas leczenia ma działanie leków, ale także zrozumienie dla osoby zmagającej się z tym problemem. Stworzenie bezpiecznej przestrzeni, w której ofiary mogą podzielić się osobistym doświadczeniem, bez poczucia winy i zagrożeń przed osądzeniem, jest kluczowe dla procesu zdrowienia.

Aby skutecznie zapobiegać zespołowi sztokholmskiemu pożądane jest zastosowanie środków zabezpieczających, takich jak: edukacja społeczeństwa w celu budowania świadomości na temat syndromu sztokholmskiego; wczesne rozpoznawanie zagrożeń w sytuacjach, w których występuje ryzyko jego rozwoju; zapewnienie wsparcia i profesjonalnej pomocy ofiarom, aby pomóc im w procesie zdrowienia i kontroli nad swoim życiem. Przemyślane strategie przeciwdziałania problemowi i wczesnej kuracji mogą przyczynić się do zminimalizowania występowania skutków tego zjawiska oraz ułatwić życie osobom przechodzącym przez proces leczenia.

Bibliografia:

https://www.doz.pl/czytelnia/a17189-Syndrom_sztokholmski_na_czym_polega

<https://www.medonet.pl/psyche/psychologia,syndrom-sztokholmski---jak-sie-od-niego-uwolnic-,artykul,1723163.html>

<https://mindhealth.pl/co-leczymy/syndrom-sztokholmski>

<https://spokojwglowie.pl/syndrom-sztokholmski/>

Marta Markowicz 3a

KĄCIK LIRYCZNY

Oczami serca

W ten letni dzień choć mroźny
Okrywam się swym płaszczem.
Zakładam rękawice, a całe ciało
Drży.

Pytania w głowie stawia teoria
Zesłana z zaświatów, by zimna
Woda z modlitwą silniejsza była
Od mszy.

I szukam jeszcze szala, by
Głos mój nie uległ milczeniu.
A to ani trochę pomaga, bo ciało
Schowane w cieniu.

Cienką, jedwabną wstęgą podpływa
Strumień, który pragnie mnie napić.
On swe ciepło zmienia dla mnie,
Gdy próbuje mnie oswoić.

Zdejmuje mi ze stóp buty,
Skóra powoli staje się gładka.
Jej stwardniała osłona opadła,
Jak płatki suchego kwiatka.

Rumień opłynął moje zarysy,
Swą bielą zastąpił ubranie
I szeptem wpłynął do ucha mówiąc,
że "Zimno ustanie".

Rytuał odebrał mi zmysły
I czucie w każdym mym palcu.
Zostawił jedynie to, co jest
Pokrzepieniem człowieka.

I ono ma wskazać mi pole storczyków
I złoto droższego od nich słońca, bo
Najważniejsza jest cnota, która została
Do końca.

Weronika Zarzyńska 3a



Letnie brzmienia



WaluśKraksaKryzys - +piekło+niewo+

Jest to trzeci album studyjny artysty wydany w 2023 roku. Zdobył nagrodę w kategorii „album rocku rock” na Festiwalu Fryderyk. Gatunek przodujący na tej płycie ciężko jednoznacznie określić. Są tu elementy garage rocka, nowej fali i szeroko pojętej alternatywy. WaluśKraksaKryzys, a właściwie Sebastian Gugulski porusza w swoich tekstach tematy życia po śmierci, przemijania i zdrowia psychicznego. Tematy trudne, natomiast artyście udaje się w odpowiedni sposób ująć je w słowa, co powoduje, że warstwa liryczna albumu jest zdecydowanym atutem. Utworami wartymi uwagi są „kawałek dla Marcina P”, „COŚ NIECOŚ” i „gdybym wtedy wiedział to, co teraz wiem”. WaluśKraksaKryzys dopiero od kilku lat działa na rynku muzycznym, a już ma na koncie spore sukcesy, dlatego z pewnością warto śledzić jego twórczość.

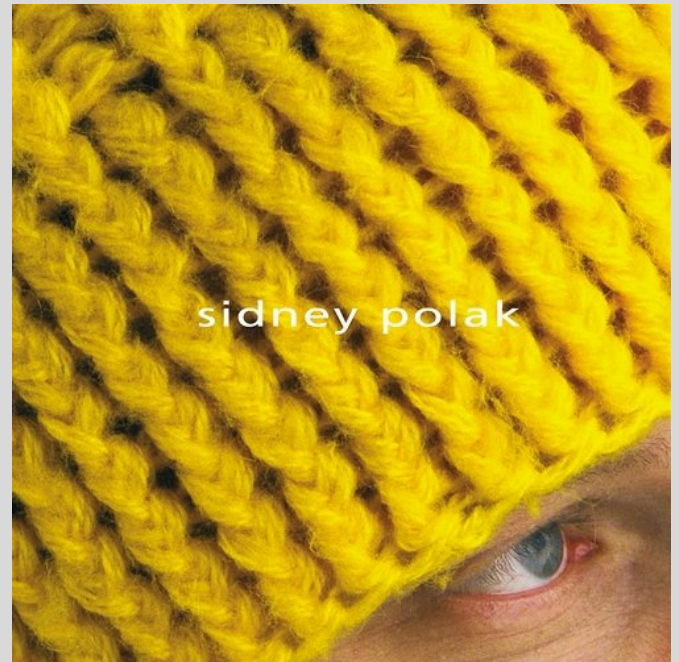
Jary Oddział Zamknięty - Lilaróż

Stosunkowo nowa pozycja, wydana we wrześniu 2021r. Jest to drugi album studyjny grupy założonej przez Krzysztofa Jaryczewskiego, byłego lidera i wokalisty Oddziału Zamkniętego. Płyta utrzymana jest w energicznym rockowym brzmieniu, natomiast nie brakuje także wolniejszych kawałków. Jednym z promujących krążek singli jest utwór „Facet”, który został nagrany ponownie w nowej aranżacji po około 40 latach od wersji demo. Kolejnymi piosenkami wartymi przesłuchania są „To nie to samo” i „Spadam”, gdzie bardziej słychać także drugiego wokalistę, Zbyszka Bieniaka. „Lilaróż” wraca w swojej prostocie do klasycznego rocka, co w wykonaniu zespołu Jary OZ bardzo dobrze się prezentuje. Z pewnością jest to album wart uwagi.



Sidney Polak – Sidney Polak

Jest to album, który pod koniec maja kończy już 20 lat. Był to debiut solowy perkusisty T.Love, Jarosława „Sidneya” Polaka. Pomimo upływu czasu płyta nadal zachowuje świeże i niekonwencjonalne brzmienie. Stylistyka longplaya utrzymuje się na pograniczu hip-hopu i reggae z elementami alternatywnego rocka. Na tym wydaniu znajdziemy m.in. hit, który w serwisie streamingowym Spotify ma już prawie 25 milionów odsłuchów pt. „Otwieram wino”.



Innymi wartymi uwagi utworami są „Radio Warszawa”, „Chomiczówka”, czy „Siedem grzechów popkultury”. Cała płyta jest zachowana w luźnym i lekkim klimacie. Zdecydowanie warta polecenia szczególnie na wakacje.

Nikola Marszał 3a

Najdziwniejsze przepisy na świecie



Zakaz żucia gumy, zakaz samodzielnej wymiany żarówki, zakaz nazywania świń "Napoleon"... To tylko trzy przykładowe i budzące absurd regulacje prawne, które obowiązują w poszczególnych krajach. Warto znać przepisy, ponieważ możemy zdziwić się, jeśli złamiemy jakiś z nich w danym państwie. Niektóre grożą tylko grzywną, lecz są przypadki, w których złamanie prawa skutkować może pozbawieniem wolności.

Kuba

Na Kubie zakazane jest przewożenie obcych osób w swoim samochodzie. Zatem możemy zapomnieć o podróżach autostopem. W tym kraju dozwolone jest tylko wożenie swoich najbliższych osób, tj. członków rodziny. Ponadto, jeśli kierowca zostanie przyłapany na przewożeniu "obcych" mu osób, to może go to kosztować nawet prawo jazdy.

Australia

Kolejny przepis, który mówi o przewożeniu czegoś w swoim samochodzie. W tym przypadku nie chodzi o ludzi, a o ziemniaki! Jeśli znajdziemy się w zachodniej części Australii, to musimy bardzo pilnować, czy przypadkiem nie transportujemy tych warzyw za dużo. Obowiązuje tam ograniczenie mówiące o tym, że w samochodzie może znajdować się do 50 kg ziemniaków. Jeżeli ktokolwiek przekroczy tę wartość, czeka go kara grzywny w wysokości 2 tysięcy dolarów. Warto też dodać, że w Australii obowiązuje zakaz wymieniania samodzielnie żarówek w swoim własnym domu. Tę czynność należy zostawić elektrykowi, który jako jedyny ma kompetencje do wymiany żarówek. Złamanie tego zakazu grozi mandatem o wysokości 10 dolarów. Wcale nie tak dużo, więc interesujące jest to, czy ktokolwiek się do tego stosuje.

Singapur

W Singapurze srogo zabroniona jest guma do żucia. Jest to spowodowane trudnościami w sprzątaniu zużytych gum, które zostały pozostawione w miejscach publicznych. Podsumowując, jeżeli wybierasz się do Singapuru, to musisz pamiętać o tym zakazie, ponieważ za wykroczenie obowiązuje kara pieniężna o wysokości 2 tysięcy dolarów!

Francja

Jeden z ciekawszych przepisów obowiązuje we Francji. Dotyczy on zakazu nazywania świń imieniem "Napoleon". Jest to spowodowane wielkim szacunkiem Francuzów wobec Napoleona Bonapartego.

Szwajcaria

Bardzo nietypowy przepis można zauważyć też w Szwajcarii. Wprowadzono tam zakaz spłukiwania wody w toalecie po godzinie 22. Stało się tak z powodu zakłócania ciszy nocnej. Na szczęście obowiązuje on tylko w blokach mieszkalnych.



Wielka Brytania

Na koniec dwa przepisy, które zadziwiły mnie najbardziej. Otóż w Wielkiej Brytanii zakazuje się spadania z wieży Blackpool Tower. Jest to rzecz, którą z pewnością chciał każdy zrobić, ale cóż, muszę was zasmucić... prawo pokrzyżowało te plany. Ostatni przepis to... zakaz umierania w parlamencie! Zatem Brytyjczycy muszą zwracać uwagę na to, gdzie umierają. Wynika to z faktu, że osobie, która umrze na terenie tego budynku, przysługuje pogrzeb na koszt państwa.

Tanzania

Bardziej rygorystyczny zakaz obowiązuje w Tanzanii. Zakazuje się tam kobietom posiadania włosów dłuższych niż 36 cm. Jest to przepis, który bardziej przeraża niż wywołuje śmiech.

W tym artykule poznaliśmy garstkę najdziwniejszych przepisów na świecie. W wielu krajach, o których nie było tutaj mowy, obowiązują jeszcze bardziej nietypowe regulacje prawne. Zatem warto znać prawo i poszerzać swoją wiedzę o nim. W szczególności, kiedy chcemy wybrać się do innego kraju, ponieważ dopiero po fakcie możemy zdać sobie sprawę z tego, że w miejscu naszego pobytu dana rzecz jest niedopuszczalna.

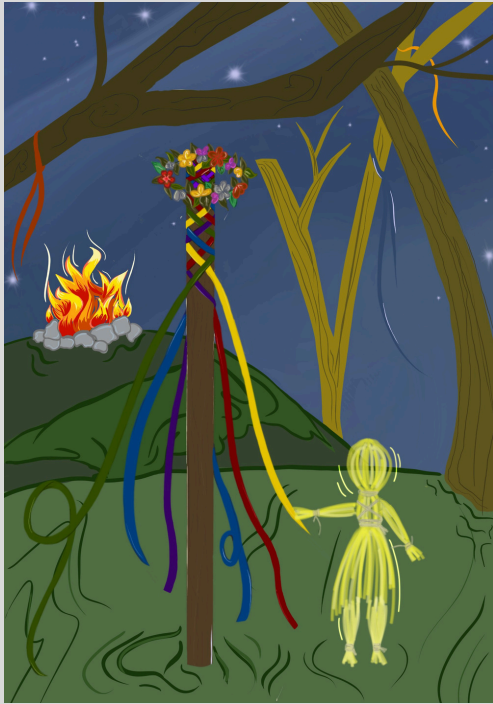
Nicola Lulińska 2a



Źródło: <https://www.spysshop.pl/blog/top-15-najbardziej-absurdalnych-przepisow-prawnych-na-swiecie/>
fbclid=IwAR20qCxl7MS613tcclUiCZTsqf9-F6GSzOIW4ldB9pE_WPNBg6MRPYN5GIA




Litha i Lammass – tradycje sabatów



Razem ze zbliżającymi się wakacjami, wielu z nas szykuje się na festiwale, koncerty i uroczystości na świeżym powietrzu. Nasi przodkowie również z niecierpliwością wyczekiwali lata, co prawda nie cieszyli się z powodu przerwy od nauki, a wykorzystywali ten czas na dziękowanie bóstwom za plony, celebrując w pełni rozwiniętą naturę i krótkie noce. Z tych powodów najcieplejsze miesiące obfitowały w uroczystości związane ze zwycięstwem słońca nad ciemnością.

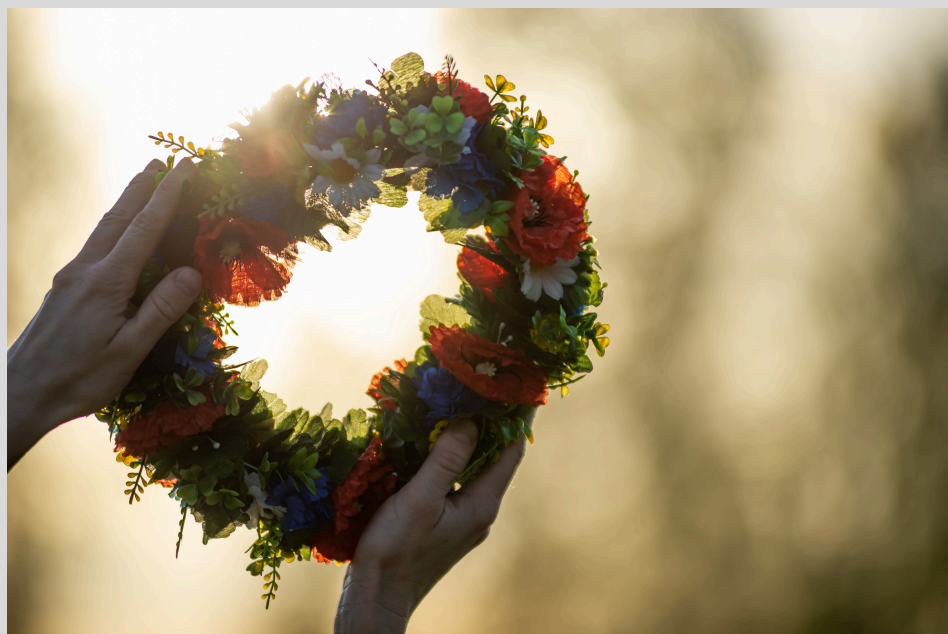
Już na początku wakacji zaczynamy od Litha, germańskiego sabatu o różnych nazwach w różnych częściach Europy (przykładowo Midsommer dla Skandynawów). Obchodzony z nocy 21 na 22 czerwca, podczas którego świętowano przesilenie letnie i pierwsze dni kalendarzowego lata. Był to szczególny dzień dla wielu dawnych kultur, w tym naszych przodków – Słowian. Na terenie dzisiejszej Polski poganie obchodzili ten dzień pod nazwą Noc Kupały, w późniejszych latach zmienioną na chrześcijańskie święto, wigilię św. Jana Chrzciciela. W trakcie sabatu ludzie sadzili i zbierali wszelkie dary natury, dekorując swoje domy gałązkami oraz wplatając kwiaty we włosy oraz grzywy koni. Rozpalano ogniska i kąpano się w jeziorach, puszczając na wodę wianki z włożoną w środek świecą. Święto kojarzyło się z młodocianą zabawą i miłością. Zakochani oświadczały sobie tego dnia składając śluby wierności, zakładając wieńce (symbolizujące ostatnie dni panieństwa) oraz skacząc nad ogniem trzymając się za ręce. Wierzono, że ci, którzy przeskoczą nad paleniskiem nie puszczając dłoni będą razem szczęśliwie do końca życia. Uroczystości trwały całą noc, podczas której śpiewano, tańczono i ucztowano.



Niezależnie od nazwy większość tradycji zawierała przypalanie lub spalenie kości w ognisku (przykładowo na wschodzie najczęściej były to czaszki konia lub byka nabite na pal o nazwie wid'ma) oraz masowe kąpiele w rzekach i jeziorach, jako że wierzono, że tej nocy złe duchy opuszczają wodę. Jednym z najważniejszych elementów Lithy były wieńce. Miały one mnóstwo znaczeń, od powiązań z kołem roku po symbolizowanie obrączek małżeńskich. Wykorzystywano je już na kilka dni przed rozpoczęciem sabatu, nalewano przez nie napoje w celu odczarowania i odtrucia, składano przysięgi przekładając dłonie przez środek, a także polewano się wodą mając je na głowie, aby oczyścić ciało i rozum z klątw i „demonicznych” myśli. To jednak nie jedyne letnie święto, drugim najpopularniejszym festiwalem (szczególnie ważnym dla Celtów) było Lammass. Ówczesne chrześcijańskie święto mające miejsce 1 sierpnia, którego nazwa pochodzi od angielskiego „loaf mass”, w dosłownym tłumaczeniu msza bochenków, czyli święcenie chleba. Dzień ten został w pewien sposób zaadaptowany przez katolików, luteranów i anglikanów, dawniej będąc sabatem Lughnasadh. Festiwal ten należy do czterech gaelickich świąt pośrednich, obchodzonych w połowie czasu między jednym przesileniem a drugim. Miał na celu uczcić początek sezonu zbiorów, celebrowany na prawie całych Wyspach Brytyjskich, również pod walijską nazwą Gwyl Awst. Sabat powstał, aby oddać cześć irlandzkiemu bogu Lugh, który był przykładem dla władców, wojowników i rzemieślników. Właśnie dlatego oddawano mu w ofierze pierwsze plony zebrane w tym sezonie z prośbą o błogosławieństwo dla obecnego władcy i jego gospodarstw. Lugh był nazywany mistrzem we wszystkich dziedzinach, dlatego święto mu przeznaczone zawierało wiele tradycji. Organizowano wyścigi konne, zawody sportowe, konkursy dla kowali oraz tkaczek w połączeniu z wielkimi ogniskami i ucztami składającymi się głównie z wypieków ku czci piekarzy. Szczególnie w Walii festiwal obfitował w dużo więcej modlitw. Nazywany również „dniem zebrań” zawierał ceremonię, podczas której druidzi zbierali plony potrzebne na zimę.

Wierzono, że energia ziół posadzonych podczas midsommer jest wtedy najsilniejsza i zbierano nawet te nierozwinięte do końca rośliny. Jednym z najważniejszych dla kapłanów ziół była bylica pospolita, popularna roślina lecznicza, która rośnie również na całym terenie Polski. Oprócz wielu zastosowań w medycynie wierzono, że palenie suszu z bylicy odstrasza demony. Używano dymu z żarzącego się zioła, aby wygonić z domu insekty, oczyścić gości ze złej energii przed przekroczeniem progu, a także chronić dom przed duchami.

Emilia Więclaw 2a



CZYNNIKOWA TEORIA OSOBOWOŚCI CATTELLA

Każdy z nas ma osobowość oraz cechy wyróżniające nas od reszty świata. W wieku nastoletnim i jako młodzi dorośli jesteśmy wciąż na etapie dalszego kształtowania się indywidualności i charakteru. Niekiedy spotykamy się z potrzebą "zaszufladkowania" siebie do skrajnie odległych od siebie określeń: "jestem ekstrawertykiem czy introwertykiem?", "wolę słuchać czy opowiadać?", "lepiej myślę, gdy jest porządek, a może gdy wokół mnie panuje chaos?".

Raymond Cattell był psychologiem XX wieku oraz jednym z pionierów badań nad osobowością. Według jego teorii, usposobienie człowieka składa się z tych samych cech, ale o innym natężeniu. Na tej podstawie stworzył kwestionariusz 16PF, czyli narzędzie pomiaru osobowości. Test złożony jest z dwóch części: a i b. W tej pierwszej części czynniki B, C, E, F, H, M, O i Q są badane poprzez 26 pytań, następnie w części B pod lupę brane są czynniki A, G, I, L, N, Qx, Q2, Q3 w postaci 10 pytań. Na ich podstawie utworzony zostaje profil osobowości. Pod literami od A do N oraz Q, Qx, Q2, Q3 kryją się 16 wymiarów osobowości zdrowej: ciepło, rozumowanie, stabilność emocjonalna, agresywność, energiczność, poczucie obowiązku, społeczna śmiałość, wrażliwość, czujność, poziom abstrakcji, prywatność, niepokój, otwartość na zmiany, niezależność, perfekcjonizm i spięcie. Przykładowo poziom ciepła ukazuje twoją życzliwość i troskę w stosunku do innych. W tym przypadku niski wynik to rezerwa, natomiast wysoki to serdeczność. Ewaluacja kwestionariusza jest ciężka, ponieważ aby otrzymać profil osobowości, należy obliczyć liczbę odpowiedzi diagnostycznych dla poszczególnych czynników zawartych w teście.

Wtedy otrzymujemy wyniki surowe. Po rozrachunku tych "suchych" wyników na porównywalne jednostki, możemy zacząć określać profil danej osoby. Jednostkami używanymi w tym zakresie są steny, czyli stopień nasilenia danego czynnika, który pokazany jest na 10-cio stopniowej skali.



Dodatkowo każdy argument z osobna ma wartość ujemną lub dodatnią w zależności czy jest poniżej albo powyżej 5 stena. Przy interpretacji bierzemy pod uwagę: nasilenie czynnika, biegun czynnika (czy jest dodatni lub ujemny), wzajemny wpływ czynników na siebie i fakt, że najbardziej nasilony czynnik nie musi być główną cechą człowieka.

Jak widać opisana przeze mnie Teoria Cattella i jego kwestionariusz jest bardzo ciekawym i zrozumiałym ujęciem usposobienia jednostki pod kątem psychologicznym. Pokazuje nam, że ludzie mają różnie rozwinięte poszczególne cechy charakteru, nigdy nie są czarno-biali, a za to są odcieniami szarości.

Zuzanna Bagińska 1a

Źródła:

<https://openstax.org/books/psychologia-polska/pages/11-6-teorie-cech>

https://bazhum.muzhp.pl/media/files/Studia_Philosophiae_Christianae/

[Studia_Philosophiae_Christianae-r1974-t10-n2/Studia_Philosophiae_Christianae-r1974-t10-n2-s167-182/Studia_Philosophiae_Christianae-r1974-t10-n2-s167-182.pdf](https://bazhum.muzhp.pl/media/files/Studia_Philosophiae_Christianae-r1974-t10-n2/Studia_Philosophiae_Christianae-r1974-t10-n2-s167-182/Studia_Philosophiae_Christianae-r1974-t10-n2-s167-182.pdf)

https://pl.wikipedia.org/wiki/Raymond_Cattell