



jointhistory.net

JOINT HISTORY LAB

Ръководство за критическо разбиране на миналото и
настоящото

Подгорица
2026.

СЪДЪРЖАНИЕ

- | | | |
|-----------|---|-------|
| 01 | Анализ на споделеното минало чрез мултиперспективен подход
САНЯ РАДОВИЧ | 1-5 |
| 02 | Значението на преподаването на противоречиви теми в часовете по история
ИГОР РАДУЛОВИЧ | 6- 9 |
| 03 | Разбиране на колективната травма
АНА МИРКОВИЧ | 10-15 |
| 04 | Емоции, идентичност и конструиране на конфликта
РАДОЕ ЦЕРОВИЧ | 16-20 |
| 05 | Разпознаване на манипулацията с миналото в медиите – уста, пълна с минало
ВЛАДАН МИЧУНОВИЧ | 21-25 |
| 06 | Кликване към миналото: как историята се оформя за дигиталната епоха
ЕНЕС ПУЧУРИЦА | 26-30 |

Д-Р САНЯ РАДОВИЧ

АНАЛИЗ НА СПОДЕЛЕНОТО МИНАЛО ЧРЕЗ МУЛТИПЕРСПЕКТИВЕН ПОДХОД

Саня Радович е историк и асистент по проекти в JHR. Тя е защитила докторска степен във Философския факултет на Белградския университет. Научната ѝ дейност е фокусирана върху Студената война, дипломатическата история, миналото на Югославия и глобалните социални процеси на XX век. Радович притежава богат преподавателски опит на всички образователни нива, а в момента изследва предизвикателствата пред обучението по история в дигиталната ера — по-конкретно как технологиите и иновативните практики могат да се интегрират в учебния процес с акцент върху мултиперспективността.



Вероятно досега не сте се сблъскали с концепцията за мултиперспективност. Вместо това историята често ви е представяна едностранчиво и линейно, единствено през погледа на вашата собствена нация. Учебниците по история са склонни да опростяват събитията, предлагайки ограничени интерпретации и обяснения. Но може ли една сложна историческа реалност да бъде разбрана наистина, ако се наблюдава само от един ъгъл, без да се вземат предвид гледните точки на другите?

В известния филм на Акира Куросава „Рашомон“ (1950) този проблем е изобразен артистично: едно събитие (престъпление) несъмнено се е случило, но ни се представят четири различни версии през погледа на свидетелите. Не можем да се доверим напълно на нито един разказ, тъй като всеки изглежда еднакво убедителен. В историята ситуацията е сходна. Дори определени факти да са неоспорими — че се е водила война или е подписан договор — тяхното значение и причини

се тълкуват различно. Това не винаги е от злонамереност, а защото събитията носят различни последици за нашия живот. Така значението на миналото често зависи от гледната точка, от която го изследваме. Личният опит, моралните ценности и социалните условия, в които живеем, неизбежно оформят и ограничават нашето разбиране. Когато използваме нацията или религията си като основна отправна точка, перспективата ни се стеснява, тъй като сме предразположени да тълкуваме всичко през интересите на собствената си общност.

Нещо повече, всеки от нас има морални и ценностни съждения, които оформят нашата перспектива, заедно с различни лични преживявания и социалните условия, в които живеем — фактори, които неизбежно влияят и ограничават нашето разбиране. Когато използваме нашата нация или религия като основна отправна точка, нашата перспектива често става по-тясна, тъй като сме предразположени да тълкуваме събитията през призмата на

предполагаемите интереси на нашата общност.

Историята обаче е мозайка от разнообразни перспективи и на всяка от тях трябва да се даде собствен глас. За да излезем от тази изолация, трябва да разчупим „умствените пейзажи“, изградени в главите ни, и да се ангажираме открито с вижданията на другите.

Нека сега разгледаме какво се случва, когато мултиперспективността е напълно изключена и историческата картина е умишлено изкривена.

Разпадането на миналото: Как съседите станаха врагове

На територията на някогашната обща държава Югославия живеяха народи, които десетилетия наред споделяха история, език и култура. В началото на 90-те години обаче започна процес на редефиниране не само на настоящето, но и на миналото. С разпада на държавата рухнаха не само политическите основи, но и общите рамки, чрез които се разбираха историческите факти.

Представете си голяма къща, в която няколко семейства са живели заедно десетилетия наред. Те са споделяли двор, работили са и са празнували заедно. Но един ден се появяват разделения — някои обитатели решават едностранно да си присвоят части от къщата. За една нощ всичко е разделено според „исторически граници“. Едни завземат стаи със сила, прогонвайки други, а трети изобщо не искат да си тръгват.

За да бъде възможна такава трансформация, пропагандата – основана на исторически фалшификации и измислени наративи – трябваше да превърне вчерашните

сънародници в исторически врагове.

Самата история не се промени; промени се начинът, по който беше възприемана. Първата стъпка в пренаписването на историята беше да се потиснат гласовете на другите и да бъдат лишени от легитимност и значимост. Последствието беше появата на конкуриращи се исторически „истини“ и засилването на привидно непримирими разлики сред различните народи. Една перспектива – перспективата на собствената нация, за която винаги се предполага, че е права – стана единствената правилна и допустима.

Така през 90-те години „нашата“ страна винаги беше представяна като жертва, докато „другият“ беше определян като извършител. Нямаше нищо по средата; светът беше сведен до бинарна логика. Това не беше случайно, защото само по този начин – чрез изключителност, която не позволяваше никакво съмнение – можеше да се постигне желаният ефект: мобилизирането на хората около идеята за омраза към другите. Когато изучавате история, често ще забележите, че не само наративът на една нация се представя като единственият възможен, но се потискат и различията в рамките на самата тази нация. В резултат на това призивите за национално единство („всички като един“) се прославят, сякаш всички мислят еднакво или преследват една и съща цел. Няма място за несъгласни гласове; напротив, несъгласието се рамкира като проблем, а тези, които поставят под въпрос доминиращия наратив, се изобразяват като изгнаници, защото нарушават монолитния образ на колективното единодушие. Но реалистично ли е, възможно ли е или дори необходимо всички да

мислят по един и същи начин? Винаги си задавайте този въпрос, когато усетите, че сте подложени на натиск да приемете позиция, оформена от пропагандата, за да се създаде илюзията, че няма алтернатива.

Мултиперспективност в действие: Мобилизация срещу съпротива

Нека сега разгледаме как мултиперспективността може да се приложи към един прост пример: войната. Уроците по история често прославят войната и призова за защита на родината, докато пропускат индивидуалните съдби от по-широката картина. Отиването на война често се представя като самоочевидно задължение, а не като личен избор. Наративите за тези, които отказват да участват, са представени в негативна светлина, а такива хора често се клеймят като предатели.

Въпреки това, защо е проблем, ако някой не желае да отиде на война? Например, какво ще стане, ако един млад мъж иска да учи, друг вече има семейство и деца и не желае да загине във война, а трети има възрастни родители, за които трябва да се грижи и които не желаят да загубят единствения си син?

Мултиперспективността в историята означава не само различни национални перспективи, но и различни легитимни различни възгледи, противопоставени на един единствен доминиращ (пропаганден) наратив, който изисква унифицирано и единодушно съгласуване.

За да разберете как изглежда това, нека разгледаме следния пример. Ще анализираме различни перспективи относно различни житейски избори и начина, по който историята се отнася към тях.

В ситуация на пропаганда, когато нямате интернет и получавате само едностранчива информация от телевизията, натискът да отидете на война е огромен. Ако някой отиде на война, но скоро осъзнае, че не иска да убива цивилни и реши да дезертира, дали това е предателство или акт на лична смелост? Нашата цел не е да определяме кой е „герой“ и кой „предател“ — това са пропагандни категории. Целта е да признаем, че онези, които са протестирали или дезертирали, също са част от историческия пейзаж. Тяхното решение е активно отказване от разрухата.

- Как държавата и обществото възприемат такива личности?
- Могат ли те да изразяват тези възгледи публично без пречки или наказания?

Следователно нашата цел е да въведем различни перспективи в диалог. Ние не се стремим да определим кой е постъпил по-добре, кой е бил прав, кой е „герой“ и кой „предател“ – това са пропагандни категории, които замъгляват сложността на обикновените животи и реалните човешки съдби.

И все пак, когато се пишат учебници по история, в тях често е вградена ясна позиция: войната е оправдана, а тези, които са имали различно мнение, са изтрети от наратива.

Ако наблюдаваме войната изключително през призмата на тези, които са се борили един срещу друг, получаваме изкривена картина, в която насилието изглежда като единственият легитимен отговор на социалните кризи и политическите конфликти. Прилагайки мултиперспективност обаче, ние признаваме, че онези, които са дезертирали или протестирали,

също са част от историческия пейзаж – другата страна на монетата. Техният избор може да се разбере като активно отказване да се участва в разрушаването както на собственото, така и на чуждото общество. Историята ни учи какво се е случило; мултиперспективността ни учи да разберем защо хората са взели различни решения – и че тези решения, когато се основават на морална отговорност и уважение към човешкия живот, притежават своя собствена историческа легитимност. Те не са насочени срещу други хора. Само по този начин – чрез цялостно изследване на сложната историческа реалност – можем напълно да разберем какво се е случило и по-важното, как да предотвратим повтарянето на подобни събития.

Историята се избира от победителите

Защо ни е мултиперспективност? Защото историята често пренебрегва гласовете на жените, децата, възрастните и малцинствените групи. Не че те не са съществували, а просто историята не им е дала глас. Често се казва, че историята се пише от победителите, но по-точно е, че тя се избира от тях. Те решават какво да остане в официалните летописи. Колко често сте чували гласовете на жени, майки, деца, възрастни хора, както и на членове на етнически, религиозни, сексуални и други малцинствени групи? Понякога изглежда сякаш цели групи от хора не съществуват в определени исторически епохи, но всъщност историята не им дава глас. Една от причините за липсата на многогласност в историята се крие в оскъдността на историческите източници: често не се е смятало за

важно да се записват преживяванията на индивиди и групи, които не са участвали равноправно в обществения живот и не са имали политическа или икономическа власт. В някои случаи гласовете на определени групи са били умишлено и систематично изтривани, за да се поддържа едностранчив наратив. Накратко, историята е селектирана памет. Често сте чували поговорката, че историята се пише от победителите, но би било по-точно да се каже, че историята се избира от победителите. Те решават какво ще остане в официалните летописи. И все пак за нас като историци все още съществува изобилен материал отвъд тези официални версии – материал, който ни позволява да реконструираме заглушените гласове и да възстановим сложността на миналото.

Това е особено вярно за модерната епоха, в която съществува изобилие от исторически източници, което прави невъзможно контролирането на едностранчивите наративи по начина, по който това е било възможно в по-ранните епохи.

Признаването на различни перспективи не означава отваряне на вратата към изопачаване на историята – не всеки може да претендира за правото на собствена „истина“. Историческата истина се основава на проверими факти; въпреки това последиците от различни исторически събития могат да варират при различните групи хора. Историческите факти трябва да се уважават – не само тези, които са ни приятни, но всички. Ако някой представя историческата истина, като разчита само на ограничено количество доказателства, това е ясен знак, че се е ангажирал с

фалшифициране на исторически събития, за да ги адаптира към собствената си интерпретация на реалността.

Илюзията за очевидното: Защо „простите истини“ са опасни

Най-ценният извод, който можете да си извадите от това ръководство, е навикът винаги да подлагате на съмнение информацията и да задавате въпроси – особено когато нещата ви изглеждат „прекалено ясни“. Ако на пръв поглед всичко звучи логично и самоочевидно, без да усещате, че в историята има и други пластове, това обикновено е сигнал за едно: поднесена ви е умишлено опростена версия, чиято цел е да прикрие далеч по-значими въпроси.

Ако се върнем към конфликтите от 90-те години (или подобни събития), същинският въпрос никога не е „Кой е прав?“, а по-скоро:

- Как изглежда това събитие през очите на „другите“?
- Защо тяхната гледна точка е важна за самите тях?
- По какъв начин манипулирането на миналото диктува днешното ми отношение към тях?

Единствено чрез анализа на споделеното ни минало от различни ъгли можем да попречим на историята отново да се превърне в оръжие.

ИГОР РАДУЛОВИЌ

ЗАЩО „ГОРЕЩИТЕ“ ТЕМИ В ЧАСОВЕТЕ ПО ИСТОРИЯ СА ПО-ВАЖНИ ОТ ВСЯКОГА?



Игор Радулович е отдаден учител по история с над десетгодишен стаж, четири от които (2021–2025) прекарва в Международното училище в Харлем, Нидерландия. От 2016 г. той е активното лице в проекти за правосъдие в преход и преодоляване на военното наследство. Радулович е съавтор на международно признатия проект „История, която още не е минало“ (Global Pluralism Award 2019). Автор е на множество наръчници за преподаване на трудните теми от 90-те години — от антивоенните движения до военните престъпления. Неговата лична мисия е иновативното образование като мост към помирението.

Питате ли се понякога защо определени събития от миналото и до днес вдигат градус на напрежението и водят до ожесточени спорове? Начинът, по който днес гледаме на случилото се преди години, до голяма степен се диктува от „опашката“, която миналото е оставило в настоящето. Точно затова много теми в училище се определят като противоречиви — те не са просто сухи дати, а носят огромен емоционален заряд и често разделят обществото на два лагера. Класически пример за такъв „препъникамък“ е колониалното минало на Европа. И до днес дебатите по темата не стихват: дали това е бил период на икономически възход за колонизираните народи, или време на жестока експлоатация и насилие? Събарянето на паметници и пренаписването на учебници са ясно доказателство, че колониализмът не е просто прашна страница от архивите, а жива рана, която все още предизвиква силни трусове в обществото. Разбира се, всяко общество има своите специфични „болни теми“, които са особено чувствителни за местната общност.

Когато миналото гради ценности

Свидетели сме на свят, в който споровете за миналото са ежедневие. Историята не се учи само за да знаем какво е било, а за да разберем кои сме днес. Точно затова класната стая не трябва да бъде място, където тези теми се метат под килима, а пространство за честен и задълбочен разговор. Изследователи от Станфордския университет подчертават, че всяка нация има своята „трудна история“, чието ехо отеква мощно в настоящето и поставя на изпитание общите ни ценности. Младите хора трябва да разберат, че различните прочити на едно събитие не са признак за слабост на обществото, а просто огледало на неговата сложност. Вижте Северна Ирландия — там десетилетните конфликти са оставили толкова дълбок отпечатък, че дори днес едни и същи събития се помнят по коренно различен начин. Този пример ни показва как историята може да налива масло в огъня на социалните разделения, ако не се научим да се справяме с нея.

За територията на бивша Югославия пример от значително по-голямо значение са войните, които се провеждат в този регион през 90-те години на миналия век. Този период силно засяга живота на поколенията, които растат в този регион днес, тъй като присъства чрез семейни истории, медии, публичен дискурс и ежедневни разговори. Следователно той се смята за една от най-противоречивите и чувствителни теми в историческото образование. Различните интерпретации на събитията от този период често предизвикват разногласия, но в същото време отварят пространство за по-дълбоко разбиране на миналото и неговото въздействие върху настоящето. Неговата сложност и чувствителност се потвърждават допълнително от резултатите от проучване от 2017 г., проведено сред учители от Западните Балкани, където учителите по история от Босна и Херцеговина, Черна гора и Сърбия ясно заявяват, че това е най-трудната за преподаване тема.

Докато размишлявате върху тези примери, е полезно да си зададете няколко въпроса:

- Защо едни и същи исторически събития се интерпретират различно?
- Как медиите, семейните разкази и вашата среда влияят на разбирането ви за миналото?
- По какви начини историята оформя ценностите и нагласите, които смятаме за важни днес?
- Дали избягването на „трудни“ теми допринася за по-доброто разбиране на миналото, или оставя място за неразбиране и предрасъдъци?

Чрез този подход към противоречивите исторически теми ще се обогатите с инструменти, които ще ви помогнат да разберете по-добре обществото, в което живеете, както и тези около вас, и по този начин ще осъзнаете своята роля в свят, който жадува за разбиране и помирение.

Противоречиви теми в постконфликтните общества

Конфликтите от 90-те години на територията на бивша Югославия все още предизвикват силни противоречия и различни интерпретации днес, въпреки че войните приключиха преди няколко десетилетия. Една от причините този период все още да присъства силно в публичното пространство е фактът, че последиците от него не са останали в миналото, а са видими в ежедневието, особено чрез преживяванията на миграция, разселване и загуба на дом.

Много от вас, които четат това, растат в среди, пряко оформени от тези миграции. Неизбежно е поне веднъж в живота си да сте се сблъскали с история за заминаване, превръщане в бежанец или завръщане. Точно тези различия в преживяванията влияят на това как се помнят, интерпретират и как се говори за войните от 90-те години.

Миграциите, последвали войните от периода, са едни от най-големите в Европа след Втората световна война. Милиони хора бяха разселени и техните съдби станаха част от по-широката картина на постконфликтното общество. Международни институции, като Международния наказателен трибунал за бивша Югославия (МНТБЮ) и неговия правен приемник,

Международен остатъчен механизъм за наказателни трибунали (МОМНТ), се занимаваха специално с този период, стремейки се да установят фактите за военните престъпления, отговорността и страданията на цивилните. Въпреки това, напук на съдебните присъди и архивите, все още съществуват различни интерпретации на миналото. Съдбите на хората, които са мигрирали през този период, са изпълнени с несигурност. Техните лични свидетелства ни дават представа за сложността на ситуацията, в която са се намирали: „Цял живот съм се местил от едно място на друго... накрая живеем между нашите собствени четири стени, без да се страхуваме, че някой ден ще дойде и ще ни каже, че трябва да си тръгнем. Сега можем да спим спокойно.“ В тези няколко изречения можем да научим повече за този период, отколкото в учебниците, които разглеждат тази тема по крайно неадекватен начин. Трябва винаги да имате предвид, че противоречията не произтичат само от непознаване на фактите, но и от начина, по който миналото е свързано с личните преживявания, идентичността и чувството за принадлежност. Когато размишлявате върху войните от 90-те години в контекста на миграциите, е полезно да си зададете няколко въпроса:

- Как миграциите и разселването влияят на начина, по който хората си спомнят войната и говорят за нея?
- Защо една и съща съдебна присъда или исторически факт може да се преживее напълно различно в различните общности?
- Как семейните истории за заминаване, загуба или завръщане оформят нагласите на младите хора днес?

- Можем ли да направим паралел между миграциите от 90-те години и съвременните миграции по света днес?

От сухата теория към истинското разбиране

Живеем в свят, който за съжаление все още е белязан от конфликти, принудителни миграции и бежански кризи. Разбирането на войните от 90-те години през призмата на миграцията помага тази тема да се разглежда не само като част от местната или регионалната история, но като част от по-широк глобален опит. По този начин противоречивите теми престават да бъдат далечни и абстрактни и се превръщат в ключ към разбирането на съвременния свят и собствената роля в него.

Разбира се, за да имате възможността да преодолеете абстрактността на противоречивите теми, трябва да сте наясно с предизвикателствата, както и с възможностите, които ви се предлагат. Първо, много е важно да имате контакт с първични източници. Работата с първични източници е безценна, тъй като ви дава пряк поглед върху събитията и преживяванията на хората. Архивните материали, предоставени от МНТБЮ и МОМНТ, предлагат множество снимки, документи и лични свидетелства, които могат да бъдат вашата отправна точка в този процес.

Ако имате възможност да се свържете с хора, които могат да ви представят своите лични преживявания, тогава имате допълнителен източник на информация, който можете да използвате. Разбира се, категорично не бива, както беше споменато в предишната глава, да забравяте за мултиперспективността, защото

трябва да разглеждаме историческите събития от множество ъгли.

Със сигурност, дискусиите и дебатите с връстници, като същевременно се зачитат различните гледни точки, могат да бъдат друг полезен метод, който да помогне да се гарантира, че противоречивите теми няма да останат абстрактни и да не ни ограничават.

Разбира се, не можем да постигнем това, ако не сме готови за саморефлексия, защото всички ние трябва да разпознаем предразсъдъците, които носим в себе си, за да можем да разберем другите.

От класната стая до реалността

Противоречивите теми не са запазени само за работа в класната стая.

Младите хора, които са постоянно под влиянието на социалните мрежи и медиите, са изложени ежедневно на различни интерпретации на миналото.

Следователно е от съществено значение да се развие у младите хора способността да се изправят критично и отговорно пред противоречията.

Следователно проактивният подход към справянето с историческите противоречия не трябва да бъде изключение, а правило. Младите хора трябва постоянно да поставят под въпрос собствените си нагласи, както и нагласите на хората около тях. Фактите трябва да се различават от интерпретациите, а емоциите трябва да се признават. Никога няма само една перспектива, така че едностранчивото мислене не води доникъде.

В крайна сметка всичко опира до културата на диалога. Да изслушаш другия не означава да предадеш своите принципи. Това е знак за зрялост — да приемеш, че сложната история няма прости отговори. Само така противоречивите теми ще спрат да ни разделят и ще се превърнат във възможност да вървим напред заедно.

ЩО Е ТО КОЛЕКТИВНА ТРАВМА И КАК ДА Я РАЗБЕРЕМ?

Ана Миркович е професор в катедра „Психология“ към Факултета по организационни изследвания „Едука“ и един от двигателите на Института за дигитални комуникации, където предава опита си в областта на стратегиите и планирането. Голяма част от професионалния ѝ път е посветена на каузата да помага на деца и родители да намерят общ език чрез открита и гравивна комуникация. Ана е и сред авторите на Наръчника по медийна и дигитална грамотност – ключово помагало, създадено да ориентира в дигиталния свят както семействата и учителите, така и представителите на бизнеса.



Случва ли ви се понякога да имате усещането, че живеем в състояние на постоянен стрес? Забелязвате ли как по-възрастните често са на нокти, изглеждат несигурни или лесно избухват, а накрая това напрежение някак неусетно се прехвърля и върху вас?

Представете си следната ситуация: отивате на семеен празник или събиране. Всички са познати лица, уж се радват да се видят, на масата се въртят обичайните разговори – училището, работата, високите цени, спортът или плановете за морето. И изведнъж, сякаш от нищото, някой подхвърля тема, свързана с миналото, политиката или някоя стара несправедливост.

Атмосферата рязко се променя. Спокойният разговор се превръща в разгорещен спор, гласовете се вдигат, а лицата се изкривяват от гняв. Личи си, че хората не просто спорят за факти – те преживяват нещо много по-дълбоко. Това, което виждате в такива моменти, често не е просто лош характер, а ехото на колективната травма, която все още не е отшумяла. И точно тогава, в разгара на веселбата,

някой отваря темата за политиката – как е било „едно време“, за войната, санкциите и дежурния въпрос „кой е виновен“. Започва се едно нищене на миналото: кой какво направил и как всичко е щяло да бъде различно, ако не беше еди-кой си.

В този миг атмосферата рязко секва. Тонът настръхва, гласовете се вдигат, някой се затваря в себе си и млъква, друг избива на нервен смях, а трети започва да реди аргументи с такава пламенност, сякаш всичко това се случва пред очите му точно в този момент. Сигурно сте забелязали как едни и същи теми се въртят в омагьосан кръг – едни и същи събития, имена и лагери.

Странното е, че макар вие изобщо да не сте били родени тогава, усещате как тази история ви засяга по някакъв невидим, почти необясним начин. В такива моменти много млади хора изпитват неудобство и объркване; идва им просто да станат от масата, да излязат от стаята и да оставят този тежък разговор зад гърба си.

Други пък изпитват дискомфорт и се чувстват притиснати до стената – сякаш са длъжни на всяка цена да

имат категорично мнение, дори когато самите те не са сигурни какво точно мислят.

Но защо тези разговори винаги са „наелектризирани“ с толкова много емоции? Защо хората палят толкова бързо и се засягат от най-малкото? Отговорът се крие в това, че доверието между нас е дълбоко накърнено – то е толкова крехко, че имаме чувството, че може да се разпадне пред очите ни във всеки един миг.

Ако понякога усещате, че носите на плещите си товар, който не можете да назовете, знайте, че не сте сами. Целта на този наръчник е да ви помогне да разгадаете един сложен феномен – колективната травма. Това не е просто болката на един човек, а преживяване, което белязва цели общества и се предава през поколенията. Войните, разпадът на държавата, бежанските вълни, загубите и безкрайната несигурност далеч не са останали в миналото. Те просто са сменили формата си – пренесли са се в семейните спорове, в новинарските емисии, в социалните мрежи и дори в учебните програми. Тези събития продължават да „дишат“ в ежедневието ни, често без дори да си даваме сметка за това.

Целта на този наръчник не е да ви диктува какво да мислите. Напротив – той ви дава инструментите, с които сами да подлагате на съмнение историите, които стигат до вас. Той е тук, за да ви помогне да разплетете нишките, които оформят собственото ви мнение, и да ви научи да гледате с други очи на миналото, на настоящето и на всичко онова, което всекидневно ни се сервира като „нормално“.

Как се ражда колективната травма?

Колективната травма не е просто сбор от личните страдания на много хора. Тя възниква тогава, когато нещо помитащо и болезнено връхлети огромна група от хора едновременно – цяла нация, общност или държава. Говорим за събития, които разтърсват самите основи на обществото: войни и кървави конфликти, масово насилие, репресии, крещящи несправедливости или години наред политическо и икономическо безвремие. В такива моменти почвата под краката на хората изчезва. Губи се изконното чувство за безопасност, а доверието – към ближния, към институциите и дори към утрешния ден – се изпарява. Най-коварното е, че дори когато тези събития официално приключат и оръжията заглъхнат, белезите от тях не изчезват. Те остават да пулсират в съзнанието на хората с десетилетия.

Как травмата се предава на тези, които не са я преживели?

Колективната травма има способността да „пътува“ във времето. Тя не се ограничава само до хората, които са били в окото на бурята. Травмата се просмуква в следващите поколения чрез семейните предания, чрез начина, по който възрастните реагират на света, и – може би най-силно – чрез мълчанието. Често най-болезнените истини се оставят неизказани под предлог, че са „неподходящи“ за децата или че са твърде тежки за споделяне. Но това мълчание не е просто липса на думи – то е осезаема празнота. Когато едно дете усеща напрежението, но не получава обяснение, в него се настанява объркване и тягостното

чувство, че нещо много важно остава скрито под повърхността. Така „неизказаното“ се превръща в невидим товар, който по-младите носят, без дори да знаят защо.

Начинът, по който миналото се преподава в училище, също налива масло в огъня на колективната травма. Когато историята се поднася едностранчиво – без право на въпроси и без пространство за различните гледни точки – у младите хора остава усещането, че съществуват само „разрешени“ и социално приемливи отговори. Вместо да гради мостове и разбирателство, този подход само засилва напрежението и насажда очакване за сляпо подчинение и конформизъм.

Медиите и социалните мрежи често се явяват като мегафон, който допълнително усилва несигурността ни. Заглавията, които умишлено търсят сензация и разпалват страх, гняв и разкол, заедно с постоянното „претопляне“ на стари конфликти, създават илюзията, че светът е едно изначално опасно място. Така хората постепенно свикват да живеят в капана на лошите новини.

Как „диша“ колективната травма в ежедневието ни?

Травмата не винаги е гръмка. Често тя се крие в „малките“ фрази, които чуваме толкова често, че сме спрели да ги забелязваме. Те се повтарят като развалена грамофонна плоча и оформят света ни. Чували ли сте някога някои от тези изречения: „Мълчи си там и не претендирай много, на теб ти е песен в сравнение с това, което ние преживяхме.“ „Вълк вълка не яде, ама човек за човека е вълк – не вярвай на никого!“

„Тук е така – нищо никога няма да се промени, колкото и да се опитваш.“

„Не стават така нещата... историята ни е научила на по-тежки уроци.“ „Гледай си своята работа, защото хората само гледат как да ти подлеят вода.“

Тези думи не са просто празни приказки. Те са невидимите архитекти, които градят представата на младите хора за тях самите, за околните и за това дали изобщо си струва да мечтаят за бъдещето си тук.

Защо е толкова важно да разплетем този възел?

Когато едно общество си затваря очите за трудното минало и отказва да го изговори честно, колективната травма не изчезва – тя просто си сменя кожата. Тя започва да отравя отношенията ни, да диктува предразсъдъците ни и да разяжда доверието помежду ни.

Да разбереш този процес означава да осъзнаеш нещо освобождаващо: много от твоите страхове, несигурности и колебания всъщност не са твой личен дефект. Те са част от един много по-голям социален механизъм, който сме наследили. Проумеем ли това, ние правим първата крачка към това да не предаваме този товар нататък.

Как изглежда колективната травма в социалните мрежи?

Всички сме попадали на вълни от напрежение в мрежата, но замисляли ли сме се какво стои зад тях? Нека разгледаме един конкретен пример за това как колективната травма „избухва“ на екрана на телефона ни. През 2025 г., на годишнината от бомбардировките на НАТО, в TikTok се появи видео с кадри на виещи сирени и разрушени сгради, придружени от краткото: „26 години. 24.03.“. Само за

Само за няколко часа под него се изля лавина от над 500 коментара. Едната група потребители веднага реагира с гняв и болка: „Това е престъпление, което не бива да се забравя!“, „Западът ни го причини“, „Още чакаме възмездие“. Веднага обаче се появи и другата страна: „Стига сте ровили в миналото“, „А запитайте ли се изобщо защо се стигна дотук?“, „Това само сее омраза“. Тонът моментално загрубя – започнаха се обиди, омаловажаване на чуждото страдание, сарказъм и откровени псувни. Главни букви, гневни емотикони, грозни думи... В един миг всякакъв опит за смислен разговор се изпари и всичко се превърна в грозна виртуална война.

Да погледнем под повърхността: Анализ на една дигитална буря Нека разнищим случилото се в това видео и коментарите под него. Това не е просто поредният спор в интернет – това е учебнически пример за това как работи колективната памет.

1. Какви емоции прозират между редовете? Ако се загледате внимателно в думите на двете страни, ще видите цяла палитра от силни чувства. Не е само гняв – има много повече:

- Гневът е най-явен – той избива в агресивните подмятания и обидите.
- Тъгата и болката се крият в разказите за загубите (лични или на обществото ни).
- Чувството за несправедливост е онова, което кара хората да пишат с главни букви.
- Страхът пък се прокрадва в предупрежденията, че историята е обречена да се повтаря и че Балканите винаги ще бъдат „барутен погреб“.

2. На видеото ли реагират хората или на това, което то символизира?

Самото клипче трае едва 30 секунди, но вълната, която предизвиква, е огромна. Ясно е, че хората не спорят за качеството на кадрите. Те реагират на символите – на семейните спомени, на историите, които са чули от родителите си като малки, на горчивината от преживяното от техния народ. Реакцията не е към конкретното съдържание, а към огромното значение, което всеки му приписва.

3. Думите, които отекват постоянно

Обърнете внимание на „дежурните“ думи в такива дискусии:

„справедливост“, „виновници“, „жертви“, „истината“, „ние“ срещу „те“.

Тези думи са сигнал, че разговорът отдавна е излязъл от рамките на фактите и се е превърнал в битка за идентичност. Веднага се оформят два лагера: едните се виждат като бранители на паметта и справедливостта, а другите вярват, че вината и отговорността трябва да се приемат, за да се продължи напред. Това остро разделение е типичен белег на колективната травма – светът се вижда само в черно и бяло, без място за нюанси.

4. А как бихте постъпили вие?

Случвало ли ви се е да попаднете на такова съдържание в TikTok или Instagram? Как реагирате в такива моменти? Подминавате ли видеото с пренебрежение или влизате с „бутонките“ в дебата? Запитайте се честно:

- Тази тема засяга ли ме лично или ме оставя хладнокръвен?
- Изпитвам ли силен порив да „поправам нечия неправда“ тук и сега?

- Бягам ли от такова съдържание, само защото не понасям конфликтите?

Този пример ни показва как социалните мрежи вадят колективната травма на повърхността. Целта ни не е да решим кой е прав. Целта е да забележим колко лесно емоциите ни помитат, как ситуацията ескалира за секунди и колко автоматично реагираме понякога. Осъзнаем ли това, вече сме направили първата крачка към по-зряло и отговорно присъствие в обществото ни.

Какво всъщност стои зад реакциите ни?

Когато наблюдаваме как хората реагират на новини или постове за болезнени събития от миналото, трябва да си дадем сметка за едно: рядко се реагира на самия факт. Повечето емоции избухват заради символите и значенията, които събитието носи – те са отзвук на стари несправедливости, наследени травми, семейни спомени или вкоренени културни вярвания.

За да не се поддавате на течението, а да анализирате трезво тези ситуации, използвайте следните инструменти:

1. Разпознаване на психологическите „защити“

- Проекция – когато прехвърляме вината изцяло върху „другите“, за да не се налага да се вглеждаме в собствените си грешки или тези на нашето общество.
- Отричане – омаловажаване на случилото се („не беше чак толкова зле“) или игнориране на чуждата болка, само и само да запазим вътрешния си мир.

- Поляризация – светкавичното разделяне на „ние“ срещу „тях“, което автоматично затваря вратата към всякакъв опит за разбиране.

Твоята задача: Докато четеш коментари, опитай се да разпознаеш тези механизми. Помислете какво всъщност се опитва да защити човекът, който пише с такава ярост.

2. Анализ на езика: Думите като „червени знамена“

Обърнете внимание на думите, които се повтарят като мантра: справедливост, история, виновници, наказание, Бог, ние, те. Тези думи са код – те разкриват кои са най-големите страхове и кои части от идентичността ни са под атака. Задача: Избери три ключови думи от дискусиата и се опитай да разтълкуваш какъв исторически опит стои зад тях.

3. Отделяне на емоцията от сухия факт

Емоциите ни са мощни, но често те не идват от самото събитие, а от начина, по който ни е разказано въпреки или в медиите. Гневът и страхът могат да бъдат „наследство“. Задача: Отбележи си изреченията, които преливат от чувства, и помисли: това реакция на новината ли е или на символа, който тя представлява?

4. Карта на разделението

Наблюдавайте как спорът се разцепва на два лагера. Има ли изобщо опит за мост или всеки просто иска да докаже, че е последна инстанция на истината? Задача: Начертай си наум (или на лист) една таблица: „Отбор Ние“ и „Отбор Те“. Запиши основните им аргументи. Това ще ти помогне да видиш модела, преди емоцията да те е дръпнала към една от страните.

5. Твоят личен компас

Преди да натиснеш бутона „Публикувай“ или да влезеш в дебата, поеми въздух. Признай пред себе си какво чувстваш. Опитай се да разбереш защо „другият“ може да е толкова убеден в своята истина. Задача: Напиши си кратка бележка: „Какви чувства събуди това в мен? Коя гледна точка ми беше най-трудно да приема и защо?“

Как да превърнем знанието в щит?

Разбирането на колективната травма е твоята ваксина срещу манипулациите. Вместо да реагираме първосигнално, ние се учим на паузата. Да „преброиш до десет“ не е клише – това е моментът, в който включваш самоконтрола си.

Механизми за самозащита в

социалните мрежи: Всеки път, когато видиш Reels или TikTok видео, което те кара да „кипнеш“, си задай тези въпроси:

- Има ли разлика между това, което се е случило, и начина, по който ми го сервират?
- Опростена ли е историята до краен предел, само за да ме вбеси или уплаши?
- Кой печели от това да се чувствам точно така в момента?
- Възможно ли е да има и друга страна, която просто не ми показват?

Тези въпроси не целят да оправдаят неправдата или да омаловажат страданието. Тяхната цел е да те направят свободен. Да развиваш критично мислене е единственият начин да не бъдеш марионетка на чужди интереси или стари травми. Използвай този наръчник като ежедневна тренировка. Всеки път,

когато се почувстваш провокиран, се връщай към него. Истината не се намира лесно – тя се изгражда с практика и будно съзнание.

ЕМОЦИИ, ИДЕНТИЧНОСТ И КОРЕНИТЕ НА КОНФЛИКТА

Радое Церович е клиничен психолог и бизнес консултант с мащабен опит в сферата на психологията, комуникациите и организационното развитие. Завършил е магистратура в Рим, а професионалният му път е мост между клиничната практика, консултирането и образованието. Той е популярен TEDx лектор и автор на задълбочени анализи. Радое е признат експерт по еволюционна психология и изграждане на доверие в групите. Автор е на книгата „Новата бизнес култура“ (Милано, 2008), в която изследва съвременните модели на лидерство.



В един град се появила група същества, които никой не очаквал. Те не дошли като завоеватели, нито търсели саморазправа – били слаби, изгубени и коренно различни. Настанили ги в периферията на града, зад висока ограда, с „разумното“ оправдание, че това е вредна, но наложителна мярка. В документите ги вписали като „субекти“, в администрацията станали „случаи“, а в ежедневните разговори на хората – просто „проблемът“.

Повечето жители на града никога не били общували с тях, но въпреки това почти всеки имал твърдо мнение. Не заради личен опит, а заради насадения наратив: „те са различни, те са потенциална опасност, те застрашават нашия ред“. В тази история нямало излишна агресия, а по-скоро сухи доводи за сигурност, процедури и необходимост. Хората не смятали, че вършат неправда; те вярвали, че действат отговорно.

Големият обрат обаче не идва чрез насилие, а чрез пречупване на гледната точка. Когато „те“ престанат да бъдат безлика маса и се превърнат в отделни личности – с лица, с гласове

и със своя страх – тогава официалната версия започва да се пропуква. Дехуманизацията (лишаването от човешки облик) рядко започва с крайности. Тя се вмъква тихо чрез езика, чрез дистанцията и чрез онова „неоспоримо“ чувство, че сме застрашени.

Разумът като слуга на емоцията

Тази история, заимствана от филма „Сектор 9“, е мощна метафора за процесите в нашето общество, особено там, където разделенията са дълбоки. Усещането за заплахата – независимо дали е реална, или само плод на въображението ни – диктува как ще тълкуваме информацията, на кого ще подадем ръка и как ще си обясним действията на околните. В такива моменти разумът не изчезва, но често започва да служи за едно-единствено нещо: да оправдава емоциите, които вече са ни завладели. Този наръчник не търси отговор на въпроса „Кой е прав?“. Нашата цел е да разберем как се раждат емоционалните реакции, свързани с нашата идентичност, и как те се

превърщат в основа за конфликти. Не става въпрос да отречем страха или да омаловажим несправедливостта, а да разнищим механизмите, които превръщат тези чувства в непреодолими стени между нас. Докато четете този пътеводител, опитайте се да го възприемате не просто като сух анализ, а като огледало. Обърнете внимание на собствените си вътрешни реакции – усещате ли съгласие, или може би съпротива и дискомфорт? Хващате ли се как автоматично се опитвате да обясните или оправдаете определено поведение? Не пренебрегвайте тези чувства. Те не са пречка, а напротив – те са живата част от процеса, който обсъждаме тук. Вашите реакции са първото доказателство за това колко дълбоко е вкоренена темата в самите нас.

От емоцията до разкола: Как се раждат лагерите „Ние“ и „Те“

В много ситуации реакцията изпреварва мисълта: информацията първо удря право в емоциите и едва след това умът започва да търси логично обяснение. Това се случва най-вече тогава, когато се почувстваме застрашени. В такъв момент погледът ни се стеснява и светът изведнъж става черно-бял: „ние“ и „те“, „безопасно“ и „опасно“. Този начин на мислене е вид защитен механизъм в несигурни времена, но той „изяжда“ пространството за диалог и нюанси. Важно е да разберем: тези реакции не са признак за лоши намерения. Проблемът идва тогава, когато приемем автоматичните си емоционални оценки за „чиста монета“. Тогава емоцията се превръща във филтър за фактите, а личната ни

принадлежност става рамка, която диктува на кого може да се вярва и на кого – не.

Разделението рядко започва с открита война. Най-често то се прокрадва тихо – чрез малки промени в езика, чрез начина, по който говорим за „другите“, чрез дистанцията и превръщането на стереотипите в нещо нормално. Разумът все още е там, но той става селективен – започва да служи за потвърждаване на това, в което вече вярваме, вместо да го подлага на съмнение. Да разбереш този механизъм е първата крачка към това да не позволиш на разговора да се подхлъзне към опасната поляризация. Днешните социални мрежи и медии действат като усилвател за тези емоции. Информацията рядко ни се поднася неутрално; тя се опакова така, че да ни вкара в режим на спешност, страх или да ни „потупа по рамото“ за съществуващите ни вярвания. Така чувствата ни се превръщат в основното сито, през което пресяваме събитията и околните.

Чувството за заплаха няма нужда от реална опасност, за да бъде опустошително – достатъчно е да звучи правдоподобно и да се повтаря до втръсване. Това ни кара да се фокусираме само върху разликите, докато всичко, което ни свързва, остава на заден план.

В общества, преживели конфликти (като нашето), тези механизми са изключително „пипливи“. Сенките на насилието и несправедливостта могат лесно да бъдат събудени. Реакциите ни днес често носят емоционалния товар на миналото, дори когато обстоятелствата са съвсем различни. Тези процеси не са само в главите ни; те се диктуват от публичния език.

Често думите, които чуваме, звучат неутрално, но под повърхността те градят стени, насаждат стереотипи и ни карат да спираме да виждаме човека в „другия“. Да разберем това не означава да си затваряме очите за истинските проблеми, а да усетим момента, в който спираме да мислим и започваме автоматично да се разделяме на лагери – процес, който в дългосрочен план само задълбочава пропастите между нас.

Анатомия на разкола: Как се произвежда разделение

В тази част от ръководството задачата ви не е да търсите „правилния отговор“, нито да заемате морално висока позиция. Напротив – каним ви съзнателно да влезете в един начин на мислене, който в реалния живот се задейства автоматично и подсъзнателно. Целта е да разпознаете „отвътре“ механизмите, които стоят зад разкола, конфликта и дехуманизацията. Представете си общество без открити конфликти. Хората живеят сравнително мирно, макар и с различни навици и ценности. Сега вие влизате в ролята на хладнокръвен, рационален комуникационен стратег. Не се интересувате от истината, справедливостта или дългосрочните последици. Вашата единствена задача е да разширите пукнатините между две групи хора и да ги превърнете в пропасти от недоверие и емоционална дистанция.

Стъпка 1: Чертане на границата

За да разделите хората и да издигнете стена между тях, ви трябва критерий. Помислете:

- Коя е онази разлика, която ги прави „други“?

- Кой детайл е достатъчно видим, за да бъде посочен с пръст?
- Как тази малка разлика може да бъде раздута до „опасна“ или „съдбоносна“?

Стъпка 2: Внушаване на страх

(Активиране на чувството за заплахата)

Целта е едната (или и двете) групи да почувстват, че нещо ценно за тях е под атака.

- Какво бихте обявили за „зложено на карта“ (ценности, сигурност, бъдещето на децата)?
- Кой вроден страх е най-лесен за „събуждане“?
- Какво ще загубят хората, ако „не вземат мерки веднага“ срещу другите?

Стъпка 3: Дехуманизация под маската на загриженост

Това е най-тънкия момент. Не използвайте псувни или призови за насилие – те плашат умерените хора. Вместо това опаковайте другата група като:

- Безотговорна (те не мислят за последиците);
- Морално низша (техните ценности са „грешни“);
- „Различна“ по тревожен начин (те просто не са като нас). Използвайте суха статистика без контекст, абстрактни метафори и обобщения, които заличават индивидуалността.

Стъпка 4: Моралното оправдание (Опаковката)

Накрая трябва да представите всичко това като нещо разумно и дори благородно.

- Как бихте обяснили, че това разделение е всъщност „защита на нашия начин на живот“?

- Към коя висша цел бихте се позовали (справедливост, ред, дълг)?
- Как бихте успокоили съвестта на „вашата“ група, така че да не изпитват вина за отчуждението?

Спри и помисли:

Преди да продължите напред, направете пауза и погледнете честно към процеса:

- Как се почувствахте, докато конструирахте тези послания?
- Появи ли се чувство на дискомфорт и в кой точно момент?
- Разпознавате ли тези модели в новините, които четете, или в политическите речи днес?

Това упражнение не е тест, нито игра. То е дисекция на реалността. Целта е да усетите как тези механизми се задвижват в собственото ви мислене, за да можете да ги разпознавате навреме в ежедневието. В следващата част ще анализираме този опит през призмата на психологията, за да разберем защо този „студен подход“ е толкова ефективен и как да изградим имунитет срещу него.

Ключовите механизми на ума

За да разберем защо реагираме по определен начин, трябва да осветим няколко психологически процеса. Те не са „дефекти“, а стандартният начин, по който човешкият мозък обработва информация, когато се почувства застрашен.

Емоцията като първичен сигнал: В повечето случаи чувствата изпреварват мисълта. Страхът, гневът или дискомфорта се появяват

мигновено. Рационалните обяснения идват по-късно – често само за да оправдаят позицията, която вече сме заели емоционално. Това ни дава измамното усещане, че сме обективни, докато всъщност просто следваме импулса си.

Капанът „Ние срещу Тях“: Когато сме под стрес, идентичността ни става щит. Склонни сме да виждаме „своите“ като многопластови и винаги прави, докато „другите“ възприемаме като еднаква, сива и проблематична маса. Това опростява света, но убива всяка възможност за истински разговор.

Езикът, който ни раздалечава:

Дехуманизацията не започва с крясъци. Тя започва тихо – с бюрократичен или технически език, който превръща хората в „случаи“, „бройки“ или „проблеми“. Този език „изключва“ емпатията ни и ни позволява да приемем несправедливости, които иначе биха ни възмутили.

Избирателно чуване (Когнитивна селекция): Когато сме емоционално нажежени, мозъкът ни работи като филтър. Приемаме с охота всичко, което потвърждава нашето мнение, и автоматично отхвърляме или омаловажаваме информацията, която го опровергава.

Моралното прикритие: Когато наречем една крайна реакция „необходима“ или „в името на сигурността“, ние снемата личната си отговорност. Моралното оправдание ни позволява да приемем за нормално поведение, което накърнява другите, защото вярваме, че служи на „повисша цел“.

От автоматичен импулс към осъзнато общуване

Целта на този наръчник не е да ви даде готови „правилни“ отговори или да изтрие емоциите ви. Емоциите са част от това да бъдеш човек. Целта е да се научим да ги разпознаваме, преди те да се превърнат в етикети и присъди. Ключът е в една проста последователност: ЕМОЦИЯ → ИДЕНТИЧНОСТ → ВЪЗПРИЯТИЕ → РЕАКЦИЯ

Ако успеем да уловим този процес, ние създаваме малко, но безценно пространство между импулса и отговора. В това пространство емоцията все още е там, но тя вече не държи кормилото на нашето поведение.

Внимавайте за тези „червени лампички“:

- Чувство за крайна неотложност („Трябва да реагирам веднага!“);
- Неистово желание да заемете страна;
- Дразнене от детайли и нюанси;
- Склонност да слагате всички под един знаменател.

Тези сигнали не означават, че грешите. Те просто означават, че емоционалният механизъм вече е зацепил.

Разпознаването им е първата крачка към свободния избор.

Твоята суперсила

В общества, белязани от конфликти, отговорното общуване не означава да бягаме от трудните теми. Означава да сме наясно с какъв език си служим и от каква емоционална позиция говорим.

Разликата между първосигналната реакция и осъзнатия отговор може да е само секунда, но последиците от нея

огромни. Не можете да спрете инстинкта си. Не можете да изключите чувството си за принадлежност. Но можете да се научите да не им предавате пълния контрол над живота си.

Ако трябва да запомните само едно нещо от целия този наръчник, нека бъде това:

- Преди да попиташ „На чия страна си?“, спри за миг и се запитай: „Какво се случва вътре в мен точно в този момент?“

В този въпрос се ражда истинската комуникация. В този въпрос започва твоята лична отговорност.

РАЗПОЗНАВАНЕ НА МЕДИЙНИТЕ МАНИПУЛАЦИИ С МИНАЛОТО: „УСТА, ПЪЛНА С ИСТОРИЯ“

Владан Мичунович Владан Мичунович е един от най-уважаваните черногорски журналисти с десетилетен опит в печатните и електронните медии. Основател и първи главен редактор на телевизия „Виести“, а по-късно и директор на националната телевизия на Черна гора (TVCG), откъдето е отстранен заради политически натиск. През годините той се утвърждава като ключова фигура в медийните реформи и обучението на млади кадри, предавайки опита си като лектор в Института за медии.



Защо миналото е „дежурна“ тема? Защо и близкото, и далечното минало не спират да бъдат водещи теми в медиите на нашия регион? Защо за историята се спори толкова страстно, до пълно изтощение и – в повечето случаи – съвсем безсмислено? На Балканите нито един исторически разказ не изглежда окончателно завършен. Войните от 90-те години и разпадането на общата държава отвориха рани, които ще тежат на региона още дълго време. В общества като нашите, преминали през смени на режими, идеологии и граници, историята се използва като оръжие в медийните, политическите и дори религиозните битки. Проблемът не е в това, че съществуват различни гледни точки. Проблемът е в пълната липса на желание да се стигне до обективната истина. По правило всеки лагер твърди, че неговата версия е единствената правилна. В тази битка: Фактите се фалшифицират или се „редактират“ според нуждите; Информацията се използва селективно – показваме само това, което ни изнася; Миналото се вади от чекмеджето, когато трябва да се

оправдае някое спорно решение в настоящето или просто за да се отклони вниманието на обществото от някой наистина голям и реален проблем.

Този материал не е тук, за да ви каже коя историческа версия е „правилната“. Неговата цел е много по-практична: да ви даде сетива за критично четене. Искаме да ви помогнем да разпознаете кога медиите използват събития отпреди 30 или 100 години, за да моделират начина, по който мислите и гласувате днес. Умението да дешифрирате тези медийни капани е най-добрата защита срещу манипулацията.

Механизмите на манипулацията: Как миналото се превръща в инструмент

Манипулацията с историята никога не е случайна. Тя е директен резултат от преплитането на политически, национални и религиозни интереси. Да разбереш тези модели е от решаващо значение, за да можеш да направиш разликата между това да си

информиран за миналото и това да бъдеш жертва на неговата инструментализация.

Вместо да бъдат трибуна за критичен прочит и преосмисляне, медиите често се превръщат в обикновени куриери на конфликтни и взаимноизключващи се истории. Тези разкази рядко търсят обективност; вместо това те са внимателно „опаковани“, за да отговорят на пристрастията и очакванията на тяхната конкретна аудитория.

През последните десетилетия, във всяка една конфликтна ситуация, бяхме свидетели на едно и също: много медии предадоха основната си мисия – търсенето на истината. Те я замениха с недостойната роля на разпространители на лъжи, чиято единствена цел е подмолното манипулиране на общественото мнение.

Как фактите се превръщат в идеологически оръжия

В публичното пространство на Черна гора и региона историята често се използва не за да разберем миналото, а за да обслужва политически цели. Един от най-крайните примери за това е инициативата за издигане на паметник на Павле Джуришич – четнически командир от Втората световна война. Този случай е „учебнически“ пример за това как историческата истина може да бъде „подрязвана“ или премълчавана, за да пасне на нуждите на деня.

Какво казват документите?

(Историческият факт)

Според архивите и утвърдената историческа наука Павле Джуришич е ръководил части, които през 1942 и

1943 г. извършват масови престъпления срещу мюсюлманското население в Северна Черна гора, Санджак и Източна Босна.

Съществуват документи, подписани от самите четнически командири (включително Джуришич), в които изрично се говори за планирано унищожаване на села и цивилни. Джуришич е сътрудничил с италианските и германските окупатори, като дори е награден от нацистите с Железен кръст.

Тези данни са достъпни в държавните архиви и не са плод на предположения, а на доказателства.

Какво ни „сервират“ медиите и политиците? (Наративът)

Въпреки фактите, днес определени политически и религиозни кръгове представят Джуришич като „велик герой“, „защитник на народа“ и „жертва на комунистическия терор“. В тази версия на историята:

- Престъпленията се премълчават или се представят като „неизбежна самозащита“.
- Колаборацията с нацистите се отрича или омаловажава.
- Емоцията надделява над фактите – целта е да се създаде образ на мъченик, който да мобилизира хората днес.

Ролята на медиите: Равностойни ли са всички мнения?

Големият проблем е, че медиите често представят тези твърдения като „друга гледна точка“. Когато едно документирано престъпление се постави на една везна с едно емоционално мнение, границата между наука и пропаганда се размива. Така публиката остава с

впечатлението, че „истината е някъде по средата“, макар доказателствата да сочат само в една посока.

Защо това е опасно?

Последиците не са само в учебниците по история. Те са в настоящето:

- Задълбочават се разделенията между различните етноси и религии.
- Убива се доверието – ако една общност героизира човека, причинил страдание на друга, диалогът става невъзможен.
- Обиждат се жертвите – посланието към техните потомци е: „Вашата болка няма значение“.

Случаят с Павле Джуришич показва, че манипулацията не изисква задължително да лъжеш откровено. Достатъчно е да извадиш факта от контекста му, да го „гарнираш“ с много емоции и да го повтаряш достатъчно дълго по телевизията. Ето защо критичното четене не е просто умение – то е въпрос на гражданска хигиена и отговорност към бъдещето.

Въпроси към читателя:

- Дава ли гореспоменатият текст пълна картина за Павле Джуришич?
- Кой решава кои исторически факти ще бъдат подчертавани и кои ще бъдат премълчавани в публичното пространство?
- Могат ли престъпленията да бъдат оправдани с „контекста на времето“ или колективното страдание?
- Къде е границата между правото на интерпретация и историческия ревизионизъм?
- Каква е отговорността на медиите, когато предават изявления, които противоречат на научно установените факти?

Как медиите „пренаписват“ историята: Механизми на манипулация

Манипулацията с миналото рядко е плод на откровени лъжи. Тя е по-скоро изкуство на подбора – изваждане на удобни детайли и „забравяне“ на неудобните факти. Ето кои са основните инструменти, с които медиите изкривяват реалността:

1. Селективно подчертаване и глорификация

Това е техниката на „розовите очила“. В текста фигури като Павле Джуришич или митрополит Йоаникий Липовац са представени единствено в положителна светлина. Манипулацията тук не е в това, което е казано, а в това, което е премълчано:

- Пропускат се документите за масови престъпления.
- Спестяват се фактите за сътрудничество с нацистките и фашистките окупатори.
- Липсват препратки към архиви или снимки. Това не е случаен пропуск, а съзнателно „изчистване“ на биографията, за да се създаде идеализиран образ.

2. Емоционализация и митологизация

Тук фактите отстъпват място на чувствата. Вместо суха статистика, медиите използват силно натоварени символи и метафори: Изрази като „пътят към Голгота“ или „герой с непобедим характер“ целят да ви трогнат, а не да ви информират. Когато историята се превърне в мит, критичното мислене „заспива“, а на негово място идва емоционалната привързаност към „нашите“ герои.

3. Реинтерпретация според „нуждите на деня“

Миналото се разглежда не в неговия оригинален контекст, а през призмата на днешните избори и протести. Фигури от Втората световна война изведнъж стават символи на съвременни политически каузи. Сложността на историята се свежда до прост избор между „нас“ и „тях“, превръщайки миналото в инструмент за политическа мобилизация.

4. Използване на епични митове

Медиите често превръщат историческите личности в легендарни герои от епос. Когато границата между история и легенда се размие, става почти невъзможно да се говори за реална историческа отговорност. Всеки опит за обективен анализ се приема като нападение срещу „националните светини“.

5. Апелиране към „грешния“ авторитет

Един от най-коварните механизми е подмяната на науката с институционален авторитет. В тези текстове църквата или политическите лидери се представят като крайни тълкуватели на историята:

- Религиозният авторитет замества историческите извори.
- Символичната власт надделява над академичния дебат. В общества, където религията е тясно свързана с идентичността, тази техника е изключително ефективна за насаждане на едностранчиви наративи.

Между факти и релативизация: Инструменти за анализ на източници

Медия, която под претекст за „изслушване на другата страна“, „плюрализъм на мненията“ или предполагаема обективност и „баланс“, предоставя платформа на събеседници, които отричат научно установени и документирани факти, извършва сериозно професионално и етично нарушение. Тази практика не представлява свобода на мнението; напротив, тя е съзнателна манипулация на обществеността, релативизиране на отговорността и опит за ретуширане – или фалшифициране – на историческите и научни истини. Обективността не означава приравняване на фактите с лъжите; тя означава отговорност към истината и обществения интерес.

Историческите наративи трябва да се четат критично, а не пасивно. Ако се научите да разпознавате манипулацията, няма да станете пленник на миналото. Ето защо, когато попаднете на текст, видео или аудио история за миналото, трябва да си зададете няколко въпроса:

Коя медия е публикувала историята?

- Особено внимание е необходимо, ако историята се появява в издание, свързано с политическа партия, религиозна организация или друг заинтересован участник.
- В какъв формат е представена историята? Публикувана ли е като коментар, колонка, историческо есе, поредица или като кратка „случайна“ новина?
- Представена ли е историята като промоционално съдържание?

Кой е авторът?

- Дали авторът е журналист, политик, историк, блогър или друга заинтересована страна?
- Притежава ли авторът професионален интегритет?
- Какъв би могъл да бъде мотивът и целта на автора?
- Има ли текстът предистория — защо точно сега се обсъжда дадено противоречиво събитие или фигура? Използват ли се исторически извори?

Разчита ли авторът на достоверни и проверими исторически извори?

- Цитирани ли са източниците за фактологичния материал?
- Източниците използвани ли са изцяло или селективно?
- От времето на историческото събитие ли са източниците, или са от по-скорошна дата?

Обърнете внимание на емоциите:

- Съдържанието предизвиква ли гняв, страх, омраза, любов, удовлетворение...?
- Каква лексика е използвана: термини като „предателство“, „вековни врагове“, „свята борба“?
- Колкото по-силни са емоциите, толкова по-слаби са фактите.

Има ли контекст историята?

- Обяснено ли е кога, защо и при какви обстоятелства се е случило нещо?
- Разглежда ли се миналото през призмата на днешните ценности?
- Без контекст всяка история може да звучи убедително.

Липсва ли нещо в текста?

- Подчертават ли се само „нашите“ жертви?

- Премълчават ли се грешките на „нашата страна“?
- Пропуснати ли са някои важни, неудобни факти?

Видео съдържанието и снимките трябва да се разглеждат внимателно:

- Видеоклиповете или документите пряко свързани ли са с историята, или са илюстрации, извадени от друго време или място?
- Обърнете внимание на надписа (легендата) под видеоматериала или снимката.
- Изображението може да бъде също толкова фалшиво и манипулативно, колкото и текстът.

КЛИК КЪМ МИНАЛОТО: КАК ИСТОРИЯТА СЕ „ПАКЕТИРА“ ЗА ДИГИТАЛНАТА ЕПОХА

Енес Пучурица е креативен стратег и експерт по социални медии, който работи на границата между визуалното изкуство, технологиите и социалната промяна. С опит в кампании за човешки права и медийна грамотност, той разработва иновативни формати, които ни учат как да разпознаваме дезинформацията и речта на омразата в дигиталното пространство.



Представете си, че историята не е дебела, прашна книга, а модерна монтажна стая. На масата пред вас лежат едни и същи „сурови кадри“: стари снимки, цитати, дати, части от видеоклипове и пожелтели вестникарски статии.

Но някой непрекъснато ги изрязва, филтрира и подрежда наново. От една и съща купчина материали може да се сглоби вдъхновяващ филм за свободата или мрачен трилър за омразата. Разликата не е в това какво се е случило, а в това какво е избрано да се покаже, какво е изтрито и в какъв ред е подредено.

Капанът на емоционалното споделяне

Една сутрин интернет се събужда пълен с „доказателства“. Във фийда ти изскача архивна снимка: лицето на млад човек, кратка биография, дати и едно изречение, което те удря право в сърцето: „Сподели, за да не бъде забравено!“.

Коментарите отдолу вече врят и кипят. Едни плачат от благодарност, други подозират измама, а трети се карат яростно. Но никой не пита: Откъде идва тази снимка?, Кой я е

публикувал?, Къде се съхранява оригиналът? Повечето хора реагират първосигнално, защото историята изисква от тях емоция преди въпроси. Социалните мрежи са проектирани така, че да ни карат да чувстваме, вместо да мислим.

Промяната започва в секундата, в която спреш. Вместо да се питаш „Харесва ли ми това?“, се запитай „Може ли да се провери?“. Вместо „Кой е прав?“, попитай „Кой е източникът?“. Този наръчник няма да ти даде готови присъди. Той ще ти даде метод. Ще те научи да разпознаваш кога историята е „опакована“ просто за да събере кликове и как да овладееш собствената си реакция, преди тя да се е превърнала в бутон „Сподели“.

Анатомия на дигиталната джунгла: От един клик до целия наратив

Дигиталните медии не са просто „интернет“. Те са жива екосистема, в която съдържанието се ражда онлайн, разпространява се светкавично чрез алгоритми и мигновено обраства с нови пластове от коментари, реакции и мемеа.

В този свят една фалшива интерпретация на миналото пътува по-бързо от своята проверка. Често едно гръмко заглавие или 15-секунден клип „надживяват“ истината, просто защото са по-удобни за споделяне. Това се случва най-вече в социалните мрежи, подкастите и затворените групи (като Viber, WhatsApp или Telegram), където емоцията е по-важна от фактите.

Важна бележка за AI: Днешните чатботове и търсачки с изкуствен интелект са страхотни помощници, но те често „халюцинират“ – измислят си дати или подреждат данните погрешно. Гледайте на тях като на асистенти, а не като на последна инстанция за истината.

Традиционни vs Дигитални медии

Докато телевизията и вестниците имат редактори и процедури (макар и те понякога да са пристрастни), дигиталният свят работи на друг принцип. Тук алгоритмите не търсят точност – те възнаграждават провокацията и ангажираността. Ако нещо те ядосва, алгоритъмът ще ти го показва по-често.

Как да разпознаем манипулацията на практика?

Манипулацията е налице, когато едно изключително сложно историческо събитие се свие до едно-единствено, плоско послание. Внимавайте за следните знаци:

- **Приравняване на несъвместими неща:** „Всички са еднакви“, „Всички са виновни“.
- **Отместване на фокуса:** Вместо да се говори за факти, се атакува идентичността („Ако не вярваш на това, значи си предател/против нас“).

- **Символични битки:** Превръщането на паметни плочи, паметници и имена на улици в единственото бойно поле на историята.

Ролята на новите технологии

Изкуственият интелект не измисля манипулацията, той просто я прави по-бърза, по-масова и по-убедителна.

- **Фабрики за съдържание:** Масово производство на постове, които заливат мрежата.
- **Дигитален ретуш:** Генериране на изображения, които изглеждат като автентични архивни снимки.
- **Deepfake (Дълбоки фалшификати):** Убедителни аудио и видео измами, при които исторически личности „казват“ неща, които никога не са изричали.
- **Светкавична локализация:** Наративите пресичат граници за секунди, като автоматично придобиват местен тон и език, за да звучат по-близо до теб.

Защо това е важно за теб?

В дигиталната ера ти не си просто читател, ти си разпространител. Всеки твой лайк или споделяне захранва алгоритъма. Разбирането на тази анатомия е първата крачка към това да спреш да бъдеш „гориво“ за чужди манипулации.

Как да разпознаем (AI) манипулация на практика

В този раздел работим с един пример, за да стане методът ясен и приложим. Целта не е да отгатнете правилния отговор, а да упражните процеса на проверка: от емоцията, през източника, до заключението.

В социалните мрежи понякога се разпространяват публикации с предполагаеми жертви на нацистки лагери чрез фотографии и кратки биографии. Броят на споделянията расте с всеки изминал час, а реакциите постепенно печелят сърцата на аудиторията.

Повечето хора ги споделят, за да не бъдат забравени жертвите и това никога повече да не се повтори.

Проблемът възниква, когато снимките са генерирани или значително променени от изкуствен интелект, без проверим източник.

Стъпка 1: Спрете. Преди да споделите или да четете коментарите, обърнете внимание каква емоция активира публикацията. Ако съдържанието ви подтиква към спешност („сподели веднага“), това е знак да забавите. Емоцията често е двигателят на вирусното разпространение, а AI съдържанието е създадено да удря емоцията преди фактите.

Стъпка 2: Изолирайте твърденията. Запишете три проверими твърдения: кой е човекът, къде/кога уж е възникнало съдържанието и откъде произхожда снимката. Ако няма дата, място или източник, това вече е първият червен флаг.

Стъпка 3: Проверете източниците и произхода. Кой публикува това? Посочва ли се архив, музей, каталог или линк? Появява ли се същото изображение по-рано в друг контекст? Разказ без източник не е документация.

Стъпка 4: Излезте извън публикацията (латерално четене). Не разчитайте само на самия пост. Потърсете ключови думи. Проверете дали релевантни институции са предупреждавали за подобни измами.

- **Стъпка 5:** Разделете снимката от историята; проверете ги независимо. Визуалната убедителност не е доказателство; ключови са производът и независимото потвърждение.
- **Стъпка 6:** Направете заключение без крайности. Използвайте три нива: потвърдено (има източници и проверка), непроверимо (няма произход или потвърждение) и измама (има анализ, че е AI/фабрикувано). Ако е непроверимо, не го споделяйте.

Бележка: В работилничен контекст методът се прилага върху конкретен пример чрез колективна дискусия. В ръководството е достатъчно да разберете последователността на проверка и да я прилагате към сходни публикации.

Ето как да превърнем тези сложни концепции в практичен „Наръчник за дигитално оцеляване“. Тук фокусът е върху това как да разпознаваме фалшивото минало, преди то да ни подведе.

Разкодиране на манипулацията: Когато „опаковката“ подменя истината

В интернет пространството победителят рядко е най-точният източник. Победител е този, който е най-убедителен и най-лесен за споделяне. Манипулацията често не е в самата лъжа, а в „опаковката“: в това какво е спестено, как заглавието рамкира историята и кои емоции се опитва да „възпламени“ у теб.

1. Ефектът на „фалшивото доказателство“

Често виждаме постове, които изглеждат архивно и звучат като

исторически факт, но нямат нито един проверим източник. Проблемът е, че паметта ни се превръща във вирусен формат – споделяме я, без да я проверяваме. Целта на този наръчник не е да обвинява тези, които споделят, а да разкрие механизма: как една фалшива снимка и малко емоция създават илюзия за авторитет.

2. AI и „произведеното“ минало

Изкуственият интелект прави създаването на „архивни“ снимки детска игра. Те изглеждат истински на пръв поглед, но се издават в детайлите. Как да познаем AI снимката?

- Дефекти по тялото: Неестествени пръсти, странни уши или очи.
- Сбъркани аксесоари: Очила, които се сливат с кожата, или нелогични детайли по дрехите.
- Фонът: Изкривени линии на сградите, повтарящи се модели (като тапети) или сенки, които падат в различни посоки.
- Трик: Ако се съмняваш, използвай „обратно търсене на изображение“ (Google Lens), за да видиш къде се е появило за първи път.

3. Емоционалният капан

Фалшивият материал е проектиран да те удари бързо и силно. Той активира шок, гняв, гордост или вина. Целта е емоцията да „изключи“ разума ти. Когато се почувстваш силно развълнуван от някой пост, спри. Рационалното обяснение, което си даваш след това, често е просто опит на ума ти да оправдае емоцията, която вече те е завладяла.

4. Факти срещу Интерпретации

За да не влезеш в лагера на „агитките“

(Ние срещу Тях), разделяй информацията на три нива:

- Факти: Кой, къде, кога и от кой архив? (Проверимо).
- Интерпретации: Какво „означават“ тези факти според автора? (Субективно).
- Ценностни оценки: Морално ли е това? (Лично мнение).

Манипулацията се случва точно в прехода от твърдението към заключението – когато някой ти каже: „Това доказва какви са ТЕ всъщност“.

•

Червени флагове (Внимание!)

Бъди нащрек, ако в публикацията:

- Липсва източник: Няма линк към архив, музей или научен каталог.
- Липсва контекст: Няма автор (фотограф), дата на заснемане или място.
- Скриншот без линк: Съдържанието циркулира само като картинка, която не води никъде.
- Призив за споделяне: Използва се емоционален език, за да те накара да действаш веднага.

Анонимни „исторически“ страници: Профилът изглежда сериозен, но никъде не споменава методология или библиография.

Дигитална самозащита – Как да прозрем добре „опакованата“ лъжа

Можете да използвате този раздел като бърза рутинна винаги когато се натъкнете на историческо твърдение онлайн. Целта е да създадете малка пауза между импулса и акта на споделяне.

Мини чек-лист

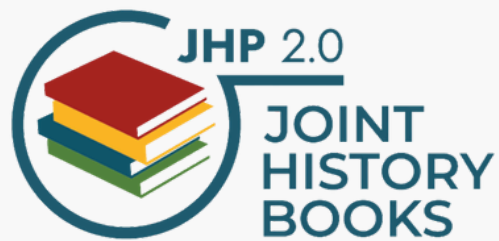
- Кой стои зад публикацията (автор/медия/страница) и каква е целта на съдържанието?
 - Кои са трите проверими твърдения и къде са доказателствата (документи, оригинални кадри, първичен източник)?
 - Какво липсва: контекст, хронология, другата страна, оригинални цитати?
 - Дали езикът е възпалителен (винаги, никога, етикетиране) и предизвиква силни емоции?
 - Разпространява ли се съдържанието вирусно чрез скрийншоти и групи, без източник?

AI може да ви помогне да формулирате въпроси, да предложи ключови думи и да предостави обобщения, но AI отговорът не е доказателство.

Доказателство е проверен източник, архив, оригинален материал или надеждна институция.

Манипулацията на миналото в дигиталните медии рядко изглежда като очевидна лъжа. По-често изглежда като красиво „опакована“ история със заглавие и наратив, които първо задействат емоциите ви, а едва след това фактите.

Вашата сила не е в това да знаете всяка дата. Вашата сила е в това да знаете как да ги проверявате.



jointhistory.net

Редактор на поредицата: Саня Радович