



## ЖИЗНЬ КАК НА ВУЛКАНЕ!

ны. Но негатив рвётся на свободу. И где же выпускать его как не дома? Найти источник раздражения всегда легко, особенно если рядом находится человек, который по

вашему мнению стерпит от вас и не такое. Но такая любовь вряд ли приведёт к чему ни будь хорошему... Тут либо психоз, либо не выходить из спорт зала, обрабатывая грушу, срывая весь негатив на ней! Так как же быть? Переехать жить в спорт зал, или посмотреть на ситуацию с другой стороны.

### Мычание ягнят...

Многие мужчины и женщины годами терпят друг друга. Засыпая и просыпаясь с мыслями обиды, не находя слов высказать всё друг другу. В итоге получают снежный ком обид и раздражений, который набирая разгон разбивает в пух и прах семейную жизнь. Может поговорить?... А с чего начать?... А почему я первый?... Порой эти мысли так и остаются мыслями. Слово не воробей, вылетит не поймаешь - учат нас

с детства. Но лучше всё таки говорить, говорить на первых парах, не устраивая разговор с усаживаниями за стол переговоров. Формулируйте свои претензии чётко и ясно, ориентируясь на партнёра не забывая слушать его. Как вы заметили у людей один рот и два уха! Не забывайте слушать! Ваш партнёр бывает и не подозревает что вам не нравится что он не закрыл бутылку с водой.

### Ваш психотип...

Как много каждый из нас слышал о разных типах характера человека. Флегматики, меланхолики, холерики, сангвиники. Всё знакомо. Но не учитываем. Каждый реагирует на ссору по разному. Будем подстраиваться? Довести флегматика не каждому под силу, когда как с холериком можно покричать вдоволь. Поэтому поставьте цель изъясняться с человеком подстраиваясь под его стиль общения, тем более до выяснения отношения у вас это как правило получалось. И всё спокойным тоном. Если конечно хотите что бы вас услышали. Но некоторые просто не могут без остренького. Если сошлись два бунтаря они так и будут

штурмовать друг друга, не забывая и про любовь. Запаситесь терпением и не пренебрегайте красивыми поступками, тогда брак продержится долго.

### Неудачники...

Многие из нас перепробовали различные стили общения. Но страх потерпеть неудачу всегда останавливает от откровенного разговора. А вдруг меня не поймут, или не услышат, или не поверят, или накричат. Да алиби всегда можно найти и отложить разговор проверяя насколько железные у вас нервы. Постарайтесь перебороть страх перед неудачей и сделайте шаг вперёд! Делайте поступки смело, освободитесь от стереотипов мышления! Действуйте, и через несколько неудач вы станете лучшим переговорщиком и личным психологом вашей половинки. Живите ярко, удивляйте друг друга, ругайтесь, миритесь, и конечно же любите.

*Diplom psychologue  
Igor Semenchuk*



Почему некоторые пары постоянно ругаются? Могли бы ведь радовать друг друга, жить в гармонии и согласии. Соседи, друзья были бы счастливы. Но ведь как кошка с собакой. Помирились бы уже, наконец., или разошлись бы и не трепали нервы друг другу и жителям соседних квартир. Все мы встречали пары которые видят смысл жизни в ссорах. Причины ссор могут быть различными, напоминающие различные исторические события, как предательство, подчинение, захват власти, бунт, революция наконец. Почему же так происходит....

### Маски, которые мы носим...

Правила поведения в обществе вынуждают нас играть различные социальные роли. На работе, учёбе, в магазине, в клубе, везде мы должны быть сдержанны и тактич-

## ПОСЛЕСЛОВИЕ

### КОГДА В ТОВАРИЩАХ СОГЛАСИЯ НЕТ ...

Отчет межгосударственного авиационного комитета о крушении самолета Ту-154, результатом которого стала гибель под Смоленском высокопоставленной польской делегации во главе с президентом Лехом Качинским, представленный Москвой польской стороне, едва не привел к очередному международному скандалу. Брат погибшего президента Ярослав, министр внутренних дел Польши Миллер и ряд других ангажированных политиков, воспользовавшись ситуацией, разразились в адрес России с обширными, явно не обоснованными претензиями. Между тем российская сторона провела расследование макси-

мально открыто и квалифицировано. Собственно, к выводам комиссии, как оказалось, у поляков претензий нет, а вот полностью признать собственную вину оказалось очень тяжело. Выложеная в интернет подробная видеорекострукция (небывалый, но вынужденный случай) однозначно показывает, что виной трагедии стали ошибки пилотов, находившихся под давлением обстоятельств и незаконно присутствующих в кабине руководителей. К счастью в Польше нашлись люди, умеющие признавать очевидные факты и после выступления премьер - министра Дональда Туска ситуация улеглась. Надолго ли?



Плохая погода и гонор начальников одинаково опасны для пилотов

## СВОБОДА И СПРАВЕДЛИВОСТЬ НЕ ЧУЖДЫ НИКОМУ



Булыжник по-прежнему оружие народа. Тунис 2011 год

Массовые народные волнения в Тунисе, который считался одной из самых благополучных мусульманских стран, привели к низложению многолетнего, «высокорейтингового» президента страны Зин эль-Абидина Бен Али. В обстановке, массовой безработицы, дорожании жизни и коррупции сотни тысяч тунисцев, преимущественно молодых, вышли на улицы и заявили о своих претензиях. Власть отреагировала традиционно, террором, но арабы показали, что справедливость и достоинство им далеко не чужды и, хотя десятки человек были

убиты, демонстранты не сдались и парализовали ненавистную большинству власть. Президент бежал в Саудовскую Аравию. Временный «Совет мудрецов», вставший во главе страны объявил новые выборы и пообещал рабочие места. Это на время разрядило обстановку, однако сами по себе события показали, что идеалы свободы и демократии приживаются и в мусульманском мире, а также то, что стабильность страны зависит от реального положения народных масс, а не от уровня пропаганды и дутых рейтингов политиков.

*Николай Албул.*