

Алексей Тихомиров

Психосамозащита



Алексей Юрьевич Тихомиров

Психосамозащита

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=18575415

ISBN 9785447480677

Аннотация

Эта книга посвящена вопросам самозащиты от психологических нападений – хамства, оскорблений, манипуляций и тому подобного. В ней описываются некоторые из наиболее распространенных видов психологических нападений и способы защиты от них. Помимо этого, данная книга содержит много другой полезной и интересной информации на заданную тему...

Содержание

Глава 1. Психологические удары	5
Введение	5
Виды психологических нападений	8
Дистанции психологического боя	14
«Одиночное плавание»	18
Уязвимые точки «психологического тела»	22
Психоудары в пах	26
Конец ознакомительного фрагмента.	28

Психосамозащита

Алексей Юрьевич
Тихомиров

Иллюстратор Алексей Юрьевич Тихомиров

© Алексей Юрьевич Тихомиров, 2017

© Алексей Юрьевич Тихомиров, иллюстрации, 2017

ISBN 978-5-4474-8067-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Глава 1. Психологические удары

Введение

Психологические удары – хамство, оскорбления и тому подобное – выводят получившего их человека из психологического равновесия, приводят в замешательство, отнимают жизненную силу, вызывают слабость и боль, сопоставимую с физической. Каждый человек когда-либо подвергался агрессии, или тонкому негативному воздействию, которое его «пробило» и привело к психической травме. Последняя могла быть столь сильной, что человек даже по прошествии долгого времени никак не мог избавиться от ее последствий. Чтобы быть счастливым, гармоничным и позитивно настроенным человеком, надо уметь защищаться от психологических ударов и их последствий, предупреждать любую агрессию против себя и быстро гасить последствия пропущенных в свое личное пространство ударов. Только так можно защитить свое счастье, гармонию и позитив.

Психологическое нападение – это вторжение на чужую личную территорию без разрешения и согласия уязвленной стороны. Сюда можно отнести: попытки влезть вам в душу, задавая неудобные вопросы, навязывание кем-то несвойственной вам программы действий, или направления воли.

Негативно заряженные люди и силы также непрерывно атакуют и духовную сферу человека, искушая его совесть и нарушая способность к распознаванию истины и заблуждений. Подобное вторжение, в любых формах, по сути, является насилием.

В результате нападения у жертвы теряется психологическое равновесие, наступает бессилие, раздражение, депрессия. Человек чувствует ослабление воли и веры в себя, неприятное влияние и давление на свою персону. Иногда последствия такого нападения ощущаются не сразу, а через некоторое время, оставляя после себя неизгладимый след – отпечаток в сознании и душевный шрам. Чем сильнее нападение, тем более глубокий след и шрам оно оставляет.

Состояние поведенческой, энергетической и духовной войны, в которой находится большинство людей, порождено их глубокой неудовлетворенностью собой и жизнью. Из неудовлетворенности рождается агрессия, желание морально уничтожить обидчика и отшвырнуть в сторону конкурента. Огромное количество людей переполнено раздражением и злобой, часто возникающими без видимой причины, просто в силу перегрузки и неудовлетворенности. Энергия злобы и гнева ядовита, поэтому те, кто долго носят ее в своей душе, подавляя раздражение, часто болеют. По этой причине люди, не умеющие сохранять равновесие и спокойно реагировать на жизненные препятствия, не допуская гнева, стараются побыстрее избавиться от неприят-

ных эмоций, выплескивая их на окружающих – из своего внутреннего мира в чужой.

Другой причиной нападения является нетерпение, возникающее у многих, когда они встречаются с сопротивлением своим планам со стороны людей и обстоятельств. Желание немедленно получить результат побуждает их требовать от партнера по общению, или ситуации немедленного удовлетворения своих желаний. Малейшее препятствие вызывает у таких людей ярость и желание сбросить ее на того, кто, по их мнению, мешает получить желаемое, или просто попался под горячую руку. Нетерпеливому агрессору трудно остановить свой гневный импульс, идущий изнутри. Он не желает соблюдать принятые в обществе правила общения и высказывать свою претензию в корректной форме, смягчающей гневный импульс и превращающей возможное нападение в обычную фразу.

Другим фактором, побуждающим одних людей нападать на других, является слабость потенциальной жертвы. Многие агрессоров слабость оппонента не смягчает, а наоборот – побуждает к активным действиям, направленным на его уничтожение. Таких агрессоров не умиротворить своим смиренным видом.

Виды психологических нападений

Психологическое нападение (удар, толчок...) представляет собой любое отрицательное воздействие на человека со стороны агрессора, в результате которого теряется равновесие, наступает бессилие, раздражение, депрессия, ослабляется воля и вера в себя, ощущается постороннее негативное влияние и давление. Нападение может выражаться в словах, в умолчании, в поступках, во взглядах, в жестах, в движениях и других действиях, выводящих жертву из себя и влияющих на нее нужным для нападающего образом. Перечислим действия со стороны агрессора, которые могут восприниматься нами как психологические удары: **оскорбления, угрозы, запугивание, запреты, давление чужой воли, насмешки, ирония, унижения, навязывание нежелательного действия, втягивание в нежелательное общение или ситуацию, обман, ложь, блеф, манипуляция, внушение нежелательной программы, негативное влияние, холодное отстранение, дистанцирование, обесценивание личности, внезапный разрыв отношений, неприятная агрессивная критика, необоснованное обвинение, навешивание ярлыков, психологическое заражение отрицательной эмоцией, клевета, шантаж, предательство...**

Любое из этих отрицательных воздействий может вызвать

у жертвы массу отрицательных эмоций: заставить сердце учащенно биться, дрожать, краснеть, путаться в выражениях, произносить смущенные и неубедительные фразы, отказываться от своих слов и планов, даже согласиться на унижение. Психоудары и толчки снижают самооценку, притупляют волю, принуждают человека менять позицию, усиливают сомнения в себе. Это происходит по причине кратковременного или долговременного разрушения механизмов, обеспечивающих целостность личности (лишают психологического равновесия). Сильные психоудары никогда не бывают чисто психологическими – в них всегда присутствует энергетический заряд той или иной силы. Когда она велика, то психоудар, выраженный словом или поступком, превращается в психоэнергетическое нападение. Если же вложенная в агрессивные слова энергия слаба, то подобный удар может не достигнуть цели. Он не деформирует психоэнергетическую оболочку и не пробивает ауру жертвы нападения. В то же время любое оскорбление и насмешка, в которые вложена мощная сила, вполне способны разрушить энергетическую целостность человека.

Первый тип психоударов включает в себя все нападения эмоционального характера – это психоудары, предполагающие активный выброс агрессивной энергии (вспышки гнева и раздражения, наезды, обвинения, брань и ругань, хамство, оскорбления, насмешки). Другой вид эмоциональных психоударов наносится как бы исподтишка – нападаю-

щий при этом нередко выступает в одежде жертвы: жалуется на жизнь, просит, чтобы его вывели из состояния депрессии, ноет, ищет сочувствия, заражает эмоцией уныния, одним словом – проявляет себя как энерговампира, выпивающий чужую силу. Эмоциональные психоудары, при их большой силе и количестве, разрушительно влияют не только на сиюминутное настроение человека, но и на его личность в целом. Они могут деформировать личность, отравить человека разрушительными психическими ядами. В немалой степени они воздействуют и на самооценку человека, снижая ее и лишая личность привычной уверенности.

Второй тип ударов основан на давлении, которое агрессор оказывает на свою жертву, с целью добиться от нее стратегических или тактических уступок, либо подавить ее волю. К таким психологическим приемам относятся: ультиматумы, шантаж, угрозы, приказы, внушения. Иногда волевое давление сочетается с воздействием на сознание, усыпления центра бодрствования и введением человека в состояние своеобразного транса, открывающего его психику, сознание и подсознание для внедрения любых программ, выгодных агрессору.

Третий тип психоударов носит ментальный характер. Его цель – сбить человека с толку, затемнить его понимание, навязать ему выгодные для агрессора выводы. Обман, ложь, блеф, сокрытие важной информации или, напротив, навязывание ему ненужной информации; переубеждение, основан-

ное на деформации здоровой логики и серьезном искажении истины – вот главные виды подобных ударов. Такие нападения не всегда ощущаются человеком, как резкий и болезненный удар. Амортизирующая оболочка лжи призвана смягчить болевой шок и спрятать яд за внешне привлекательной формой.

Общение предполагает непрерывный обмен «поглаживаниями» – информационными сообщениями, мыслями, переживаниями; эмоциональными сигналами, говорящими о симпатии или антипатии. Когда же одним из общающихся вместо поглаживания наносится психоудар, то волевой центр второго человека становится в позицию жертвы, которая должна уступить, уйти с дороги и сжаться. При удачном попадании такой психоудар: – нарушает в жертве чувство связи с центром собственной личности; – выводит из психологического равновесия; – вызывает сознательные чувства агрессивной или депрессивной окраски, заставляя отождествляться с ними; – затемняет разум; – парализует способность давать достойный ответ на угрозу; – создает психофизиологический (мышечный) или психологический (эмоциональный) зажим, нарушающий гармоничные энергопотоки; – изменяет траекторию устремления воли жертвы; – вызывает ступор в общении и действиях; – растворяет чувство целостности личности, вводя в нее неподконтрольную агрессивно заряженную программу; – разбивает душевные силы и так далее.

Психологические агрессоры наносят по окружающим людям психоудары разных типов. **Вербальный удар** – выражение негативных чувств через ссору, крик, визг, либо через словесные обращения к другим лицам, содержащие угрозы, проклятия и ругань. **Косвенный удар** – использование окольным путем направленных против других лиц сплетен, шуток и проявление ненаправленных, неупорядоченных взрывов ярости в крике, топанье ногами и т. п. **Удар раздражения** – склонность к раздражению, готовность при малейшем возбуждении излиться во вспыльчивости, резкости, грубости. **Удар негативизма** – оппозиционная форма поведения, направленная обычно против авторитета и руководства, которая может нарастать от пассивного сопротивления до активных действий против требований, правил, законов. **Удар обиды** – проявления зависти и ненависти к окружающим, обусловленные чувством гнева, недовольства кем-то (или всем миром) за действительные или мнимые страдания. **Удар «чувство вины»** – отношение и действия по отношению к себе (аутоагрессия) и окружающим, проистекающее и возможного убеждения человеком самого себя в том, что он «плохой», поступает нехорошо: вредно, злобно или бессовестно. Этот удар применяется агрессором либо для самобичевания, либо для бичевания и клеймения окружающих.

Лучший подарок для агрессора – смущение или ответная агрессия. Не стоит делать психологическому врагу та-

ких подарков. Прежде следует определить, чем вызвана данная агрессия. Она может быть причиной раздражительности, неумения управлять своими эмоциями и выражать их приемлемым для окружающих способом. Оно связано с психологической невежественностью, безграмотностью, неумением видеть ситуацию общения со стороны. Другой причиной может быть чувство собственной неполноценности и неверие в свою способность избавиться от нее. Чувствуя собственную ничтожность, такой человек не уважает себя. Не уважая себя, он не может уважать и других, общаться с ними по-человечески. Еще одна причина – невыплеснутая агрессия. Враждебность часто обусловлена изолированностью от окружающих, ощущением угрозы, идущей из внешнего мира и неспособностью освободиться от душевной боли. Такая агрессия является не признаком силы, а скорее свидетельством отчаянья. Разве будет довольный собой и своей жизнью человек кричать и оскорблять других?

Самыми надежными союзниками в межличностных отношениях являются спокойствие, раскрепощенность, отсутствие лишнего напряжения. Они отражают любые направленные в человека негативные воздействия. Когда враг обнаруживает, что напряженности и скованности нет, или их не удастся усилить, то его атаки начинают ослабевать и сходят на нет.

Дистанции психологического боя

Во все исторические времена личностная территория человека была священна и неприкосновенна. Когда человек застаёт чужака в своей квартире, он сразу принимает меры, чтобы изгнать захватчика со своей территории. Однако личностная территория – это не только личное помещение, комната или квартира. Попробуйте на пустынной улице приблизиться и идти рядом с незнакомым человеком или расспросить малознакомого человека о подробностях его личной жизни. Ответной реакцией будет отпор и негодование, потому что такие действия являются ничем иным, как вторжением в индивидуальное пространство человека. Данная функция защиты может быть отключена, когда человек едет в переполненном транспорте, стоит в очереди, живет в общежитии и т. п. Во всех остальных случаях человек может и обязан защищать его от любого посягательства «извне». Если по каким-то причинам он этого не делает, то этот механизм разрушается вместе с психикой человека.

Согласно психологии, у человека существует три психологические территориальные зоны. Каждая из них имеет свою степень запрета: кого-то человек впускает только в самую отдаленную от него зону, кого-то пропускает в более близкую, а кого-то – подпускает к себе вплотную. «Интимная зона» психологического пространства примерно равна расстоянию

от локтя до запястья. «Личностная зона» примерно равна вытянутой вперед руке. «Социальная зона» – до 3 метров от тела человека.

В **«социальную зону»** человек впускает почти всех людей, кроме тех, кого терпеть не может. Если неприятель окажется в этой зоне, да еще будет пытаться вторгнуться в «личностную зону», человек начнет испытывать дискомфорт, попытается увеличить дистанцию или начнет злиться. При длительном нахождении в таких условиях у него могут появиться симптомы стресса, нервозности и агрессивности.

В **«личностную зону»** человек спокойно впускает своих родственников, знакомых, коллег, с которыми у него доброжелательные и ровные отношения, потому что испытывает к ним положительные эмоции. Незнакомцев и людей, с которыми у него формальные отношения, человек ни за что туда не пустит, в противном случае он начнет испытывать душевный дискомфорт и беспокойство. В числе этих людей могут быть и родственники, с которыми у человека «натянутые отношения», коллеги и сослуживцы, которых он недолюбливает. Любое длительное вторжение «захватчиков» в эту зону приводит к расстройству нервной системы и появлению симптома хронической усталости.

В **«интимную зону»** человек добровольно впускает только тех, к кому испытывает сильные положительные чувства, симпатию или любовь. Это могут быть родители, дети, жена, друг, любовница и тому подобное. Иногда он может добро-

вольно впускать сюда людей, к которым не испытывает таких чувств. Это может происходить во время праздничных поздравлений или официальных церемоний – «по протоколу».

Короче говоря, чем больше индивиду нравится человек, чем больше он ему доверяет, тем ближе подходит к нему при разговоре. Если же он впускает в свою «интимную зону» людей, которым не доверяет, то дает им возможность воспользоваться этой оплошностью. Мошенники и манипуляторы всегда стремятся быстро войти в эту зону, а затем, находясь в ней, начать свою психологическую атаку. Необходимо помнить, что если кто-то входит в ваше «интимное пространство», то вы представляете для него интерес. Нужно понять причины этого вторжения и, в случае необходимости, уметь себя защитить. Причин «вторжения» может быть несколько: симпатия, интерес к вашим словам при разговоре, либо враждебность и агрессия по отношению к вам. Часто человек, сам того не желая, пропускает «захватчиков» – разных, порой незнакомых людей – в свои «зоны психологического комфорта», отчего потом и страдает. Люди, которые являются «захватчиками» по жизни, прекрасно знают механизмы личных манипуляций, умеют быстро из обычного человека сделать «жертву», знают «маски», которыми пользуются люди при общении и умеют быстро их менять, чтобы нажать на ту или иную «кнопку управления человеком».

Подпуская кого-то вплотную к себе, человек как бы «берет на борт» посторонних, которые могут вести себя как

мирные пассажиры, а могут и агрессивно – как пираты и террористы. Ни в коем случае нельзя допускать посторонних в «рулевую рубку», чтобы не сбивали ваш корабль с верного курса. Если же вы это позволяете, то вы – потенциальная жертва манипуляции.

«Оди́ночное плавание»

По мнению большинства людей, одиночество – страшная вещь. Перспектива остаться одному, без друзей, любимых, родственников, пугает большинство людей. Остаться без чужого внимания, душевного сопереживания, поддержки родных, общественного признания, умереть безвестным и незамеченным – это ли не кошмар?

В нашем обществе, построенном на принципе социальной соревновательности, остаться в одиночестве – значит проиграть. Общество заботится о том, чтобы проигравших не было, поощряя способы расширения и укрепления социальных контактов. Праздники, развлекательные мероприятия, спортивные мероприятия, социальные программы, телевидение, интернет, – все это призвано собирать людей вместе, создавая иллюзию общности.

Всех людей переполняют тревоги. Как бы хорошо они не устроились в жизни, это не дает гарантии умиротворения. За внешними успехами обычно скрываются внутренние провалы и поражения. Душевные проблемы не принимаются во внимание, ведь более важными считаются социальные свершения – творческие, профессиональные, политические. Психологическая сфера остается за кадром и отступает на второй план. Следствие этого – постоянное внутреннее напряжение, недовольство собой и своей жизнью, недоволь-

ство поступками и их отсутствием, боль потерь и упущенных возможностей, отсутствие смысла и понимания своего пути в жизни. Все это создает внутри человека персональный ад. В одиночестве все демоны этого ада напоминают о себе. Поэтому людям нужны внешние раздражители для отвлечения от внутренних переживаний – дружеские попойки, праздники, культурные мероприятия, работа и прочее, чем мы любим занимать свое время. Внутренне беспокойство и неуверенность в себе заставляют нас строить свои «социальные сети» и занимать свое свободное время занятиями, создающими ощущение осмысленности существования.

Сказками о любви, дружбе, понимании вскармливают детей, превращая для них эти понятия в основной критерий личного счастья. Нас учат верить в настоящую дружбу, вторую половинку, родственную душу и что это избавит нас от одиночества. Но от последнего нельзя избавиться с помощью других людей. Человек неизбежно одинок. Самый лучший друг, близкий и родной человек, при всем желании не сможет разделить его мир. На свете нет человека, который бы его понял и услышал – это иллюзия и самообман. Каждый человек целиком и полностью одинок в своем собственном изолированном мире. Все люди видят мир по-разному. Родственные души – это лишь люди, удачно помогающие человеку спрятаться от проблем – отражения его невротизма и попытка побега из тюрьмы, которой он считает свою жизнь. Вместо того, чтобы признать свою уникальность, лю-

ди продолжают желать невозможного – общности и единения с другими людьми.

Осознание своего одиночества – это не трагедия, а повод отказаться от иллюзий и перестать цепляться за других людей. Это дает чувство внутренней свободы – не надо искать чужого понимания, доказывать свою правоту, чувствовать вину за непонимание своих близких. Отношения с людьми отнимают много сил. Постоянно приходится кого-то из себя изображать, быть хорошим, воспитанным, или наоборот – изображать недовольство, требовать внимания, манипулировать – все эти игры возможны лишь, когда есть надежда на чужую оценку и понимание. Когда вы не верите чужим мнениям о себе, то смысла в этих играх нет. В таком естественном состоянии исчезает заинтересованность в других людях. Если чужая критика и похвала не имеет веса, то какой смысл ее всерьез принимать? Если чужая поддержка не может по-настоящему поддержать, то какой смысл ее искать? Если чужое недовольство порождено субъективной реальностью этого человека, то какой смысл оправдываться? Человек остается один на один со всем миром – сам за себя. Он никому ничего не должен и ему никто ничего не должен. Он нормален таким, какой есть и все остальные нормальны, какими бы они ни были. Живи сам и дай жить другому – вот сча-

стве и радость одиночества. И это – свобода. Осознание и принятие одиночества не ведет к отшельничеству – меняется точка опоры. Там, где раньше приходилось искать любви, поддержки и понимания извне, теперь можно положиться на себя самого. Это приводит к смене круга общения, так как многие знакомства с этой новой позиции утрачивают свой смысл. Но это не мешает заводить новые знакомства, на основе искреннего взаимного интереса.

Уязвимые точки «психологического тела»

Психологическими пиратами можно смело назвать тех, кто целенаправленно воздействует на психику других людей, с целью побуждения тех к выполнению определенных действий, угодных пиратам. Основным способом такого воздействия является **манипуляция**. Настоящие морские пираты захватывают суда и, угрожая экипажу оружием, уводят их к себе, где держат до тех пор, пока судовладелец не заплатит выкуп. В качестве основных аргументов воздействия на судовладельца обычно используют жизнь членов экипажа и сохранность самого судна. Что-то похожее происходит и при психологическом пиратстве, только методы воздействия психологических пиратов более изощренные. Чтобы добиться от человека нужных действий они могут не только запугивать его «кнутом», но и соблазнять «пряником».

Манипуляция – психологическое воздействие на другого человека, побуждающее того совершать поступки, угодные манипулятору. При этом объект воздействия думает, что сам управляет своим поведением. Различные виды манипуляций строятся по одной и той же схеме: сначала идет изучение проблем, особенностей характера, поведения и эмоционального состояния «жертвы»; затем производится воздействие через воображение человека на его эмоции; на послед-

нем этапе объект воздействия побуждается совершить определенные действия, ради которых и строилась вся манипуляция. При этом используется знание поведения «объекта» в той или иной ситуации, его характера, страхов и потребностей.

Для защиты от манипуляций нужны знания, опыт, умение управлять своими чувствами и эмоциями. Во всех манипуляциях используются различные комплексы неполноценности человека. Изучив их у себя, можно попытаться отключить «кнопки» эмоций, укрепляя этим свою силу и уверенность. Бесконтрольные чувства могут сильно вас подвести. При желании, каждый может изменить свое поведение и свои реакции на те или иные жизненные ситуации. Для этого нужно понимать происходящее, сознавать свои поступки, желания, мотивы и индивидуальные особенности. Затем этот новый стиль поведения нужно «закрепить» на практике. Это умение пригодится вам для защиты от посягательств «извне» других людей, поможет строить здоровые ровные взаимоотношения дома и на работе, даст способность легко и просто выходить из конфликтов с родителями, соседями или коллегами.

Хитрости и уловки всегда были и будут в нашей жизни. Так уж устроен человек. Иногда хитрит он, иногда обманывают его. Манипуляция, конечно же, лучше физической расправы или прямого принуждения. Борьба – неизменная составляющая нашей жизни, а хитрость – один из возможных

способов ее ведения. Вместо хитрости можно поставить манипуляцию – суть от этого не изменится. Человек гордится собой, когда его уловки срабатывают и негодует, когда сам попадает на чей то крючок. Несмотря на схожесть биологической и социальной природы всех людей, у каждого из них есть довольно большие индивидуальные различия. Соответственно, у каждого человека есть свои «точки», воздействуя на которые можно воздействовать на его мысли и поступки.

Психологические пираты пользуются нами, нажимая на кнопки жадности, страха, гордыни, наши стереотипы поведения и мышления. Их манипуляции воздействуют на наши чувства и эмоции, стремясь как можно быстрее заблокировать наше мышление и заглушить голос здравого смысла. Любым человеком можно управлять, нужно лишь найти к нему правильный подход, иначе говоря, нажать на нужную «кнопку». У разных людей эти кнопки отличаются, так как различны их природные склонности. Каждый человек поклоняется какому-то своему идолу-кумиру. Это может быть слава, богатство, удовольствие или что-то другое. Самое сложное – определить, какой у человека идол и использовать эту информацию для манипулирования им. Нажимая на «кнопки», можно побудить человека к нужным вам действиям. Основными кнопками пульта управления человеком являются такие его качества, как жадность, глупость, честолюбие, страхи и другие.

Для того чтобы вынудить человека совершить нужные вам

действия, можно, например:

1 – Пообещать выполнить какое-то его желание или мечту, при условии выполнении нужных вам действий (желание);

2 – Запугать его мнимыми опасностями и угрозами, указав при этом на путь, который поможет их избежать – нужные вам действия (нежелание);

3 – Атаковать его критикой, унижениями, насмешками, нарушая самооценку, после чего показать способ «подняться» в глазах людей – выполнение нужных вам действий (психологическое равновесие);

4 – Завалить его обидами и обвинениями, указав на путь загладить вину – нужные вам действия (желание угодить и нравиться).

Итак, давайте рассмотрим некоторые из этих способов.

Психоудары в пах

Кнопка «патриотизм». Слова типа «Наших быют!» всегда находят отклик в душах людей, являясь хорошим способом разделить людей на «плохих» и «хороших», а также вызвать эмоцию гнева и жажду мести.

Кнопка «страх». Страх – одно из наиболее действенных и сильных чувств человека. Многие люди с детства боятся темноты, пауков и змей, укулов и зубных кабинетов. Мы опасаемся за жизнь своих детей и родственников, боимся катастроф, ограблений, пожаров и многого другого. Возникновению этих страхов способствует обилие сцен насилия в кино и на телевидении, которые «помогают» людям представлять себя на месте жертв этих катастроф, несчастий и бедствий. Человека можно обмануть, используя его страхи, которых может быть множество и разных. Некоторые страхи остаются в детстве – страх темноты, чудовищ и другие. С другими страхами мы учимся справляться уже, будучи взрослыми, постепенно приобретая новое качество – бесстрашие. Робкие люди и те, кто легко поддаются страху, получают презрительное прозвище «трус». Такие люди являются легкой добычей для манипуляторов. Для того, чтобы поймать труса на «крючок», достаточно его испугать либо вывести из душевного равновесия. Природа человека такова, что все загадочное и труднообъяснимое пугает его больше, чем прямая

и понятная угроза. Мошенники и манипуляторы строят свои планы, исходя из конкретных опасений и тревог своей будущей жертвы, или используя туманный страх неизвестного.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.