

Глеб Черниговцев

100 способов избежать неприятностей



Глеб Черниговцев

**100 способов избежать
неприятностей**

«Научная книга»

2013

Черниговцев Г. И.

100 способов избежать неприятностей / Г. И. Черниговцев —
«Научная книга», 2013

Как часто каждый из нас попадал в неприятные ситуации! Конфузы, как это ни печально, происходят с нами почти каждый день, а с особо "удачливыми" гражданами — и по несколько раз на дню. Любая неприятность, которая случается с человеком, влечет за собой массу проблем — как нейтрализовать последствия неудачи, как справиться с психологическим дискомфортом, как вести себя в дальнейшем и т. д. Поскольку лучший способ справляться с неприятностями — это относиться к ним с юмором, в книге вы найдете как серьезные рекомендации, так и те, которые вызовут у вас улыбку и подарят хорошее настроение на весь оставшийся день. Книга рассчитана на массового читателя.

© Черниговцев Г. И., 2013

© Научная книга, 2013

Содержание

Безответная любовь	8
"Белая ворона" в рабочем коллективе	9
Безразличие продавцов	11
Беременность (нежелательная)	12
Боязнь застрять в лифте	13
Визит гостей (в неподходящий момент)	14
Вредные привычки детей (сигареты)	15
Выговор	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Черниговцев Г. И.

100 Способов избежать неприятностей

Так ли отвратительны для нас неприятности? "Конечно! воскликните вы. – Неудачи раздражают, лишают нас радостей жизни, разочаровывают". Это верно. Но, с другой стороны, проблемы учат нас, как стать счастливыми. Недаром говорят: "На ошибках учатся". Мы приобретаем жизненный опыт, становимся мудрее, вырабатываем уверенный и твердый характер. В конце концов, мы учимся правильному общению с другими людьми, становимся более терпимыми и стараемся лучше понимать окружающих.

Неприятности могут поджидать нас в любое время и в любом месте. Но, наверное, чаще всего в жизни каждого человека нежелательные инциденты происходят в магазинах, на рынках и в прочих заведениях, относящихся к сфере торговли.

Почему-то именно в этих общественных местах (а еще, пожалуй, и в городском транспорте) чаще всего можно услышать грубый крик, мат и длительные или непродолжительные (в зависимости от уровня культуры публики) "перепалки". Ссора с продавцом из-за наглого обвеса могут надолго выбить из колеи даже самого уравновешенного человека. У одних остаются горечь и неприятный осадок на душе, у других – разрушающий гнев, который пострадавшему приходится, как говорится, "носить в себе".

Мы поговорим о том, как избежать подобного рода неприятностей: вовремя уйти или что-то сказать, чтобы поставить на место обидчика, а может быть, поступить каким-нибудь иным образом?

На работе мы проводим добрую половину дня, где нам приходится общаться с другими сотрудниками. Коллектив – это не просто собрание людей в каком-либо определенном месте, куда каждый приходит, чтобы отработать положенное время. Трудовое сообщество прежде всего предполагает единение людей, идущих к общей цели, совершающих совместный поиск и помогающих друг другу. Рабочий коллектив играет определенную роль в жизни каждого человека. Ведь от того, как сложатся отношения с коллегами, будет зависеть и ваш личный успех, и настроение. Кто-то из сотрудников на всю жизнь может стать для вас лучшим другом.

Не сложившиеся отношения с товарищами по работе или с одним из них может негативно отразиться на вашей деятельности, привести к депрессии. Я постараюсь рассказать вам о том, какие вас могут поджидать неприятности в общении с сотрудниками и как с ними справиться.

Непредвиденные ситуации могут случиться и дома. Мы все хорошо знакомы с простой, как все гениальное, мудростью, которая гласит: "Мой дом – моя крепость". Но и в этой крепости иногда случаются "пожары" и другие стихийные бедствия, которые приводят к осложнению отношений даже между самыми близкими людьми.

Родственники, как известно, делятся на две большие категории. К первой категории принадлежат близкие, с которыми мы делим "территорию" дома или квартиры, то есть живем под одной крышей. Ко второй относятся те, с кем приходится видеться и общаться от случая к случаю – на семейных торжествах или же по каким-нибудь другим, менее праздничным, причинам.

Как вы понимаете, возникновение конфликтов возможно между представителями как первой, так и второй "категории" родственников. А если вероятно появление этих ссор, то вполне возможно, что неприятных моментов в семейной жизни можно избежать.

Из огромного списка неприятностей, которые подстерегают нас изо дня в день, неудачи выделяются как особый подвид, заслуживающий внимательного разбора. Что же можно сказать о них?

Эти неприятности вызовут особый интерес подростков и молодых людей по той простой причине, что именно они целиком и полностью поглощены процессом образования. Ведь он заполняет их будние дни. И чем меньше возраст школьника, тем более он увлечен обучением и школьной жизнью.

Естественно, что и эта сфера деятельности не обходится без неприятностей различного рода. Ведь в процессе общения с одноклассниками и учителями возможно возникновение конфликтных ситуаций, которые могут вызвать растерянность, озлобленность, депрессию и даже попытки покончить с собой.

Поэтому мне кажется просто необходимым описать наиболее часто возникающие неприятности подобного рода и дать несколько советов относительно того, как их избежать.

Однако не только школьники, но и студенты посвящают огромное количество времени учебе, пребывая в стенах вузов, училищ, техникумов. И там их ожидает множество неприятных ситуаций, правда, уже несколько иного рода.

И эти конфузы также нужно предвидеть и постараться избежать. Поэтому советую внимательно прочитать нашу книгу и принять к сведению изложенную в ней информацию. С детьми неприятностей всегда хватает, и причин их возникновения может быть сколько угодно. Ситуации к тому же могут быть самыми разнообразными. Наиболее трудный случай – когда у вас возникают конфликты с собственными детьми.

Если ваш малыш – еще совсем кроха, с ним можно как-то договориться, пока ваш авторитет для него непоколебим. Но ведь дети растут, и родители не замечают, что их сын или дочь уже не маленькие. Их уже не напугаешь никакими угрозами, и нравоучения на подростка могут совершенно не подействовать.

Хотя и с маленьким ребенком порой общаться очень сложно, потому что у малышей существует своя особая философия жизни, понять которую многие взрослые просто не в силах. Но ведь всем родителям хочется ладить со своими детьми и не вступать с ними в конфликты. К сожалению, избежать острых моментов в общении с детьми практически невозможно.

Однако очень часто скандал разгорается из-за пустяков. В этой главе мы и поговорим о тех неприятных ситуациях, которых можно избежать при общении с ребенком. А также о том, что вообще можно сделать, чтобы, не ссорясь с детьми, помочь им войти во взрослую жизнь уверенной поступью. В этом вам поможет ваша родительская мудрость, которая должна быть присуща каждому взрослому человеку.

Так уж случается, что именно бытовые неприятности могут окончательно испортить ваше настроение, заставить волноваться и вывести из равновесия кого-нибудь другого. Ну а как же

вам не волноваться, если, скажем, утюг сгорел в тот момент, когда вы гладили себе единственный костюм, опаздывая на вечеринку? И как же не нервничать, когда сломался телефон, а важный звонок должен раздастся с минуты на минуту?

Все по порядку. В любом случае, чтобы с вами ни случилось, не стоит теряться и отчаиваться, будто у вас умерла бабушка на Канарах, оставив вам огромное наследство, а у вас нет денег на билет, чтобы туда добраться.

Безответная любовь

"Неприятность – мягко сказано", – скажут, вздохнув, многие из вас. Целиком разделяю ваше мнение. Для тех, чей смысл жизни заключается в том, чтобы любить и быть любимым, эта неприятность превращается в неизлечимую болезнь.

Попробуем ее благополучно избежать. Прежде всего, как только вы начинаете понимать, что объект вашего внимания не испытывает к вам взаимных чувств, сразу же переключайтесь на другой. Помните золотое правило: клин клином вышибают. Даже если в поле вашего зрения на данный момент нет ни одной достойной кандидатуры, не отчаивайтесь: рано или поздно кто-нибудь обязательно объявится.

Меняйте обстановку и окружение. Выходите "в люди", заводите новые знакомства и вращайтесь в кругу максимально большего количества людей. Может быть, среди них вы встретите лицо, которое заинтересует вас. Не стоит заикливаться на одном – мир так разнообразен!

А между тем, встречая предыдущую пассию, делайте холодный и равнодушный вид. Как правило, бывший объект влюбленности удивляется внезапной перемене ветра, и этот факт непременно станет причиной тому, что он(а) обратит на вас внимание. Тем самым вы сможете убить двух зайцев сразу.

Вполне вероятно, что, увлекшись кем-то другим, вы потеряете всякий интерес к своей бывшей пассии и поймете, что были просто ослеплены нахлынувшим чувством. На самом деле ваш возлюбленный (возлюбленная) не является вашей второй половиной, как вы ошибочно предполагали, а имеет кучу недостатков. Впрочем, это уже не будет вас беспокоить, поскольку вы вовремя провели профилактические меры и не подхватили трудноизлечимую болезнь под названием "безответная любовь".

"Белая ворона" в рабочем коллективе

Подойдите к зеркалу и внимательно посмотрите на себя. Попробуйте объективно оценить свою внешность. Если вы склонны к экспериментам над своими волосами, глазами, руками, ногами и другими частями тела, подумайте, не слишком ли эти эксперименты смелы и не делают ли они вас "белой вороной".

Если ответ положительный, вы должны морально подготовиться к тому, что вас воспримут неадекватно, или же изменить внешность, доведя ее до принятой в обществе нормы.

Рассмотрим первый вариант действий. Если вы – "белая ворона" с принципами и ни за какие блага мира не желаете изменить себе, то вам следует знать следующее.

Общественные предрассудки могут касаться очень многих вещей. Например, внешнего вида человека (одежда, прическа, рост, вес и др.), манеры поведения, профессии, социального и семейного положения и т. д. Если говорить откровенно, то практически все, что с нами связано, укладывается в те или иные предрассудки, постоянно довлеющие над каждым и превращающими все попытки выделиться и показать свою неповторимую индивидуальность в причины конфликтов.

Можно выделить две возможные реакции на навязывание человеку общественным мнением того или иного образа. Первая – это принятие и следование. Попавший под прессинг навязываемых норм индивид рано или поздно теряет свои неповторимые черты и становится одним из множества подобных друг другу, начисто лишенных своеобразия существ.

Вторая разновидность реакции полностью противоположна. Это неприятие и протест. Он может выражаться самыми различными способами: попытками стать еще более выделяющимся, порой доходящими до абсурда, привлечением к себе внимания всеми доступными способами, стремлением протестовать и выступать с обвинительными речами в любом подходящем и не подходящем месте и т. д.

Нужно сказать, что как первый, так и второй способ реагирования в крайних формах представляют собой патологию и должны рассматриваться специалистами более узкого профиля. Мы же можем дать рекомендации только тем людям, которые осознают всю нелепость попыток ломиться напролом и понимают, что общество не может не вырабатывать подобных предрассудков. Но стереотипов них все же можно найти нишу для того, чтобы выразить свою неповторимость, и не быть похожим ни на кого вокруг.

Действительно, "белая ворона" является одним из этих стереотипных предрассудков. Он означает, что человек, заслуживший это прозвище, не просто чем-либо отличается от других, но эти самые другие испытывают затруднения в общении с ним. И проблема вовсе не в "белой вороне". Невозможность найти общий язык объясняется тем, что окружающие попросту не знают, как им самим правильно реагировать на чужую неповторимость, все их затруднения носят чисто этический и личностный характер.

Однако психика человека имеет одну особенность: он скорее обвинит в своей проблеме совершенно неповинного человека, чем признает вину за собой. Именно поэтому люди, на пути которых встречается "белая ворона", начиная чувствовать неудобство и трудности в общении

с ней, естественно обвиняют в своем дискомфорте того, кто вызвал эти неудобства, не пытаясь искать причину в себе.

А для того чтобы хоть как-то понять данного индивида (а это понимание – необходимая часть человеческого мышления: ведь все должно быть помещено в стройную систему нашего мироощущения и мировоззрения), мы даем ему название, услышав которое, каждый из нас сразу же понимает, о чем идет речь. А ведь, возможно, этот образ никак не зависит от реальных качеств обсуждаемого.

Таким образом, если вы все же решились отстаивать свои позиции "белой вороны", приготовьтесь к тому, что против вас восстанут не только сотрудники, но и большая часть административного состава вашего учреждения.

Вас будут учить тому, как правильно вести себя, как одеваться, стричься, краситься, разговаривать и т. д. Эти поучения могут быть тем строже, чем престижнее работа и чем выше занимаемая вами должность.

Если же вы хотите любым способом избежать подобного отношения к себе, просто смените имидж на более приемлемый, следуйте общепринятым нормам, старайтесь выделяться тем, что в гораздо меньшей мере способно задеть окружающих (например, станьте самым пунктуальным работником, самым аккуратным, самым профессиональным). И вас никогда не назовут "белой вороной".

Безразличие продавцов

Типичная ситуация: наглая и самоуверенная продавщица стоит за своим прилавком и оценивающим взглядом осматривает всех с головы до ног. Вам, конечно, непонятно, откуда такая самоуверенность и вообще, почему она так смотрит? "Нашла чем гордиться" – злобно подумаете вы. У некоторых особенно чувствительных людей может и настроение испортиться.

Если к такой фурии обратиться с какой-нибудь просьбой, например, показать дорожную коробочку с французскими духами, она с презрительно-ленивой гримаской потянется к товару, но обязательно добавит: "Открывать нельзя, ходят тут все, нюхают, а не покупают".

Что вам хочется сделать в этой ситуации? Правильно, бросить в нее этими духами и злобно швырнуть ей с лихорадочным блеском в глазах: "Да подавись ты своими духами". Или поставить коробочку, даже не посмотрев на нее, и гордо удалиться в другую сторону (красиво, достойно, но неприятный осадок в душе все равно останется).

Не стоит портить себе нервы. Может быть, у этой дамочки какие-нибудь серьезные неприятности, поэтому она и злится. А вам зачем это все нужно? Есть такой хороший метод у психологов. Когда вы видите какой-либо предмет (в данном случае продавщицу), вызывающий у вас отрицательные эмоции, представьте, что вокруг него стеклянный колпак (или клетка – кому как нравится). То есть попытайтесь отгородиться от этого неприятного образа. А потом лучше молча уйдите и посмотрите духи у другого продавца.

Беременность (нежелательная)

Когда отношения с любимым становятся достаточно близкими, возникает опасность нежелательной беременности. Эта неприятность касается не только женщины, но и мужчины. И чаще всего женщины напрямую обвиняют во всем своих любимых. Впрочем, казалось бы, как беременность может быть нежелательной, если он любит ее, а она – его?

Оказывается, может быть. Например, им еще слишком мало лет чтобы жениться и признаться во всем родителям. Другой причиной может послужить непрочное материальное и социальное положение. Да мало ли препятствий возникает на пути двух влюбленных?

Следовательно, вышеуказанную неприятность необходимо заблаговременно предотвращать. Способ один: предохраняйтесь, дорогие влюбленные! Помните, что эта обязанность лежит на каждом из вас. О средствах контрацепции я не буду распространяться – по этому поводу существует масса специальной литературы. Для тех, кого не устраивает ни одно из современных средств, могу предложить небезызвестный стакан холодной воды. Не до и не после, разумеется, вместо.

Боязнь застрять в лифте

Один ваш знакомый как-то рассказал, что однажды застрял в лифте, загорелась проводка, и он чуть не погиб? После этого вы боитесь ездить в этом гробу с кнопками и при входе в дом или выходе из квартиры у вас портится настроение?

Есть такое понятие, как боязнь замкнутого пространства, которая носит название клаустрофобия. Если вы очень впечатлительны и рассказ знакомого сильно на вас повлиял, вы можете прибегнуть к помощи одного из способов избежать стресса по этому поводу. Для этого мысленно проделывайте свой путь домой, где сосредоточено "зло" (лифт). Как только ощутите тревогу, вернитесь к началу дороги и бодро отправляйтесь по знакомому маршруту заново. И так многократно. В конце концов вы добьетесь нужного результата – доберетесь до лифта уверенно и не упадете в обморок при первом же его "незапланированном" толчке.

Визит гостей (в неподходящий момент)

Как известно, в мире существует так называемый "закон подлости". Сбылась ваша заветная мечта – наконец вам предоставилась возможность побыть наедине с любимым человеком. Вы приготовились к этому вечеру основательно, постарались все продумать: вино, деликатесы, приглушенный свет, комфортная обстановка, негромкая приятная музыка...

Нельзя предусмотреть лишь одного: в самый неподходящий момент вы слышите настойчивый звонок в дверь, за которой стоит целая компания. Все неожиданно вспомнили о вашей персоне и решили провести этот вечер с вами. В одно прекрасное мгновение рушатся все ваши планы и надежда на прекрасную ночь.

Утраченного не вернуть, но подобную неприятность можно предотвратить. По возможности предупредите своих знакомых о том, что на сегодняшний вечер у вас вполне определенные планы, никоим образом с ними не связанные. Ясное дело, со всеми без исключения связаться невозможно, к тому же вы вовсе не обязаны ставить всех подряд в известность о проведении вашего свободного времени.

Для остальных (незаметно от любимого человека) прикрепите на входной двери записку с убедительной просьбой не беспокоить или с информацией, что вас нет дома, будете очень поздно и просите перезвонить утром. Думаю, принятия этой меры окажется вполне достаточно, и ваш "вечер при свечах" не будет нарушен никем. Кстати, не забудьте отключить телефон.

Вредные привычки детей (сигареты)

Для того чтобы избежать этой проблемы, необходимо бороться с ней еще в зачатке: почаще проводите своему ребенку лекции о раке легких, и если он еще не курит, то этим вы уменьшите шанс, что сын или дочь возьмет сигарету.

Если вы сами страдаете этой привычкой, старайтесь как можно меньше курить в присутствии ребенка, и никогда не храните сигареты в легко доступном для него месте. Вероятно, среди друзей вашего чада уже есть такие, что уже попробовали "запретный плод", и не исключено, что они могут "помочь" в этом вашему потомку.

Пригласите кого-нибудь из таких товарищей к себе домой и сообщите, что если увидите в руках сына сигарету, этому приятелю будет очень плохо (и вовсе не обязательно прибегать к агрессии, можно пообещать проинформировать его родителей о привычках их ребенка).

Если вы обнаружили пагубные наклонности чада, то не устраивайте скандалов и жестоких пыток своему отпрыску – после них, возможно, он продолжит свое занятие только назло вам. Лучшее средство – дайте ему пачку сигарет и попросите его закурить в присутствии обоих родителей, бабушек, дедушек и каких-нибудь других родственников, имеющих большое влияние на ребенка, а когда он будет брать в руки спички – напомните о раке легких.

Возможно, чадо сможет преодолеть это мощное психологическое воздействие и хладнокровно закурит на ваших глазах, но в будущем он больше никогда не подумает о сигаретах, если, конечно, у него еще осталась совесть и зависимость от никотина не стала слишком сильной.

Выговор

Как было бы хорошо, если бы человеку не нужно было заставлять себя ходить на работу без опозданий, просиживать там от звонка до звонка, не только разглядывая при этом трещины в потолке, но и выполняя всевозможные поручения высоких начальников. Тогда бы ему и выговоры, и штрафы, и даже само увольнение не были бы страшны. Но подумайте, какая тогда скучная жизнь началась бы: проблем нет, переживаний нет, выхода из сложной ситуации искать не надо, даже с начальством никаких неприятностей...

Для того чтобы не получить выговор от начальства, необходимо проследить за своим поведением. Как только вы выявите в нем (а следовательно, в самом себе) вопиющие отклонения от рабочего устава, приложите все силы, чтобы их искоренить. Конечно, для этого понадобится неимоверная сила воли, так как подразумевается постоянная работа над собой и жесткий самоконтроль. Избежать выговора можно, четко уяснив для себя следующие правила (но не забудьте, что помимо того, чтобы их прочитать и запомнить, как это ни печально, их необходимо соблюдать в течение всего рабочего дня, пяти дней в неделю и как минимум четырех недель в месяц):

1. Исправно здороваться с начальником, даже в том случае, если произошла незапланированная встреча на нейтральной территории.

2. Делать перекур не более 2-х раз в день и выделять не более 10-ти минут на каждый "сеанс"! Радует одно – на время вашего законного обеденного перерыва это правило не распространяется. Ваше право провести хоть весь перерыв в курилке. Но! Если ваш начальник – человек некурящий, позаботьтесь о том, чтобы место, в котором вы обычно курите, располагалось подальше от кабинета шефа.

3. Не выражаться на рабочем месте нецензурными словами! Даже в том случае, если это вполне оправдывает сложившаяся неприятная ситуация. Даже если непосредственно сам начальник уличить вас в сквернословии не сможет. Не забывайте, что даже у стен есть уши, или, говоря проще, у вас всегда найдутся "доброжелатели", которые побегут в кабинет начальника охать и ахать по поводу вашей грубой лексики.

4. Всегда создавать видимость занятости, особенно в те моменты, когда в вашем офисе гостит шеф. А лучше всего займитесь чем-нибудь полезным.

5. Не тратить рабочее время на решение личных проблем и тем более не решать их на рабочем месте! Помните, часто и подолгу висеть на общественном телефоне небезопасно. Может, дешевле выйдет приобрести домашний телефон, чем постоянно лишаться премий из-за вашей безграничной любви к аппарату. И вообще, выяснять личные отношения по телефону при чужих людях не является признаком хорошего тона. Пожалейте уши коллег, а заодно и свое самолюбие.

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.