

# КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НЕПРИЯТЕЛЯ

**Будь  
готов**



**Даже если у вас интересная и высокооплачиваемая работа, умный и грамотный начальник и приятные сослуживцы, одна-единственная сплетница или скандалистка (таких и среди мужчин полно) может все испортить и напрочь отбить желание ходить на работу и даже заставить задуматься о смене рабочего места. Но бросать любимую работу из-за одного человека, который даже не является вашим руководителем, - непозволительная роскошь, поэтому лучше заранее продумать способы нейтрализовать врага.**

**Ж**урнал АиФ «Дочки-матери» выделяет четыре основных типа «рабочих врагов». Это скандалисты, сплетники, жалобщики и болтуны. Рассмотрим, каковы их характерные черты и как им нужно противостоять.

## СКАНДАЛИСТ

Этому человеку вовсе не нужна веская причина для того, чтобы начать сотрясать воздух криками, постепенно переходя на ультразвук. В качестве повода для голосовых упражнений сгодится незакрытая дверь, чашка недопитого чая на вашем столе или просто косой взгляд в сторону скандалиста.

### СТРАТЕГИЯ БОРЬБЫ

Ни в коем случае не начинайте кричать в ответ - скандалист только этого и ждет, ведь для таких людей ссора - лучший способ развлечься и привести себя в тонус. Кроме того, ступая на скользкую почву выяснения отношений, вы заведомо проигрываете, ведь у скандалиста гораздо больше опыта подобных стычек.

Лучший выход - сохраняя олимпийское спокойствие и самую лучезарную и доброжелательную улыбку, дать скандалисту как следует прокричаться и выпустить пар. Увидев, что вы не намерены ругаться, скандалист быстро потеряет к вам интерес.

Еще один способ нейтрализовать скандалиста - проявить жалость. Как только в ваш адрес понесутся обидные слова, скажите: «Я понимаю, у тебя проблемы в личной жизни, не переживай, все наладится!» - или что-нибудь подобное. Скандалист будет обескуражен.

## СПЛЕТНИК

Если вы неожиданно для себя начали замечать недоуменные взгляды коллег в вашу сторону и шушуканье за спиной, скорее всего, вы стали объектом сплетен. Возможно, когда-то вы по неосторожности поделились с кем-то из коллег подробностями личной жизни, а после этого ваша история обросла совершенно невероятными деталями, над которыми теперь потешается весь коллектив.

### СТРАТЕГИЯ БОРЬБЫ

Единственный способ справиться со сплетником - держать рот на замке в его присутствии.

Но постоянно хранить гордое молчание скучно, поэтому нужно уметь вовремя вычислить врага. Узнать любителя покопаться в чужом белье не так уж сложно: если человек начинает выпытывать у вас подробности ваших историй, просит пересказать ссору с мужем по ролям и во всех деталях, постоянно вставляет реплики типа: «Ох, как я тебя понимаю!», «А что ты ему ответила?» - скорее всего, перед вами законченный сплетник. Поначалу может показаться, что вы наконец-то обрели лучшего друга, - сплетник непременно будет делать вид, что переживает за вас как за родную, но именно от таких «лучших друзей» стоит держаться подальше.

Ну а чтобы окончательно обезопасить себя и свою репутацию, никогда не говорите гадостей о начальстве и сослуживцах, иначе ваши шансы нажить дополнительных врагов сильно повысятся...

## ЖАЛОБЩИК

У него все всегда не слава богу: у ребенка постоянно объявляют карантин в детском садике, у него самого имеется куча проблем со здоровьем, его краны протекают с завидным постоянством, в его квартире идет вечный ремонт, а его маме регулярно требуются дефицитные лекарства. В итоге, преисполнившись сочувствием, вы безропотно взваливаете на себя обязанности жалобщика и работаете за двоих.

### СТРАТЕГИЯ БОРЬБЫ

Услышав у себя над ухом жалобное поскуливание и просьбу задержаться на работе, смело начинайте жало-

ваться в ответ. Наверняка у вас тоже имеется целый ряд домашних проблем, требующих немедленного решения, а если у вас дома царит полный порядок, вы запросто можете рассказать жалобщику о неурядицах своих знакомых, выдав их проблемы за свои собственные. Жалобщики обычно сразу сбегают, они терпеть не могут себе подобных. Если же вы человек прямой и тертый, можете заявить, что вы не намерены работать сверхурочно без всякого вознаграждения, и отправить жалобщика в кабинет шефа для того, чтобы поговорить с шефом о том, чтобы вам доплачивали за вашу помощь. Успех 100% - история не знает случаев, чтобы кто-то пришел с таким предложением к боссу.

## БОЛТУН

Самый безобидный из всех офисных врагов, но от этого не менее надоедливый. Он может часами изводить вас мерным бормотанием, безжалостно отрывая от работы, усыпляя и мешая сконцентрироваться. Болтун уверен, что вам чрезвычайно интересно его мнение по поводу погоды, нестабильной ситуации в Ираке и роста мировых цен на энергоносители, и все ваши попытки прервать бесполезный разговор, как правило, ни к чему не приводят.

### СТРАТЕГИЯ БОРЬБЫ

Обычно болтуна совершенно не волнует, насколько внимательно его слушают. А потому, если вы обладаете счастливой способностью отвлекаться от посторонних шумов, не обращайтесь на болтуна внимания, представьте, что его разговоры - это нечто вроде гула машин за окном. Если же постоянная болтовня вам мешает, сделайте вид, будто ужасно заняты. Перекладывайте на столе бумаги, приговаривайте, что ничего не успеваете, и обещайте, что непременно поговорите с болтуном, как только найдете свободную минутку. Отличный способ - поставить между вами визуальную преграду, цветок или монитор, даже болтун не будет говорить с человеком, который психологически «отделен»...

*Александра  
ТЫРЛОВА.*

