

Kochamy kryminały

Orient Express

„Morderstwo w Orient Expressie” to jedna z wielu znanych powieści kryminalnych Agaty Christie, znanych do tego stopnia, że postanowiono nakręcić film na jej podstawie... Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o jednej z wielu powieści Agaty Christie czytaj dalszą część gazetki szkolnej.

Dzień zakochanych

Walentynki to odbywające się co roku święto zakochanych, które przypada na dzień 14 lutego. Z tej okazji cała redakcja gazetki szkolnej PLUS4 życzy wszystkim miło spędzonego święta.

Historia miłosna

„Nastolatki (Julia 14 lat, Romeo 16 lat) zakochują się w sobie od pierwszego wejrzenia. Nie widzą świata poza sobą. Mimo młodego wieku postanawiają przyjąć sakrament małżeństwa dzięki pomocy ojca Laurentego.” Jedna z najpiękniejszych historii miłosnych, jeśli chcesz się więcej o niej dowiedzieć, przejdź do następnych stron.

Tajemniczy detektyw

„W literaturze znajdziemy wielu detektywów zaskakujących nas swoją błyskotliwością, zdolnością dedukcji czy znajomością ludzkiej psychiki. Najślawniejszym z nich jest bez wątpienia Sherlock Holmes...” Jesteś dociekliwy? Dowiedz się więcej o Sherlocku

Zmiana w redakcji

Od bieżącego roku obowiązki redaktora naczelnego przejmuje Zuzanna Staśkiewicz z klasy 1c.



Google grafika

12 ran, pociąg, śnieżycyca, czyli... przepis na śledztwo

Czy zadawaliście sobie kiedyś pytania typu: „Co ci ludzie widzą w kryminałach?”, albo „I co z tego że to on zabił”? Jeśli tak, to nie jesteście odosobnieni. Sam często zastanawiałem się nad tymi pytaniami i nie mogłem znaleźć odpowiedzi, było to dla mnie po prostu bezsensowne.

Do dnia, w którym zetknąłem się z twórczością Agaty Christie. Dopiero po przeczytaniu „Morderstwa w Orient Expressie” i odczekaniu kilku chwil by pozwolić moim co chwila podburzonym i kierowanym na inny tor myślom na powrót do rzeczywistości, dopiero wtedy zdałem sobie sprawę z tego, że istnienie fanów kryminału jest uzasadnione. Przekonałem się, jak wiele radości i dziwnie rozumianego rozbawienia może przynieść zdziwienie, nieoczekiwany zwrot akcji, który miażdży nasze podejrzenia i podnosi poziom akcji pod sufit. Taką właśnie radość i dziwnie rozumiane rozbawienie sprawia czytanie dzieła, bo powiedzenie „powieści” to o wiele za mało, Agaty Christie. Jest to klasyk wśród wszystkich książek o morderstwach i tajemniczych zgonach, w którym główne skrzypce stanowi monsieur Poirot, znany na całym świecie Belgijski detektyw i możliwa konkurencja dla sir Sherlocka Holmesa. Wyobraźcie sobie taką sytuację: jedziecie pociągiem, popularnym jak na tamte czasy środkiem transportu, i ktoś ginie zaszytyletowany. Wy widzicie w tym tragedię i zagrożenie. Monsieur Poirot, jak to zawodowiec, widzi sieć poszlak i wskazówek, na które typowy Kowalski jest ślepy. Z gracją omija przeszkody, wysnuwa wnioski i szokuje wszystkich rozwiązaniem.

Przyznam, że nawet mnie, miłośnika fantasy, zanudzonego na śmierć codziennym życiem, „Morderstwo w Orient Expressie” zmiażdżyło od wewnątrz. Nigdy, ale to nigdy nie zdawałem sobie sprawy z faktu, że kryminał może być tak świetnie napisany, Agata Christie reprezentowała prawdziwy kunszt w plątaniu czytelnika w intrygi i powolnym wydobywaniu go z nich tak, aby sam nie wiedział, że jest coraz bliżej wyjścia.

To dzieło jest prawdziwym mistrzostwem i można je podarować każdemu, od



Google grafika



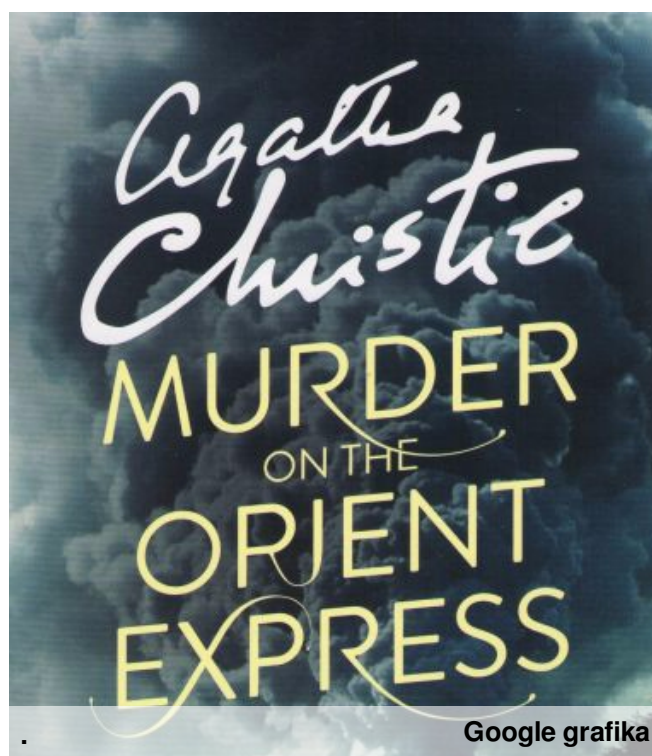
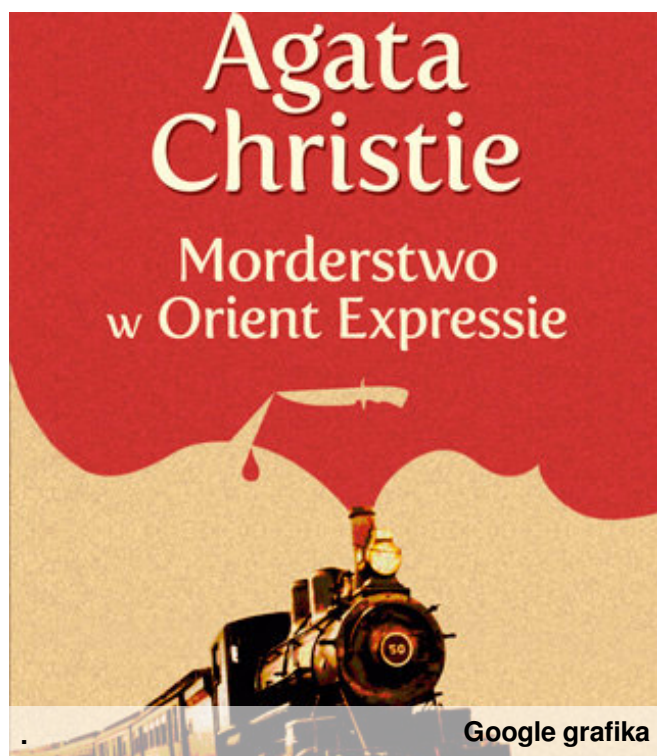
Google grafika

Przez zasy mknie Orient Express...

„Morderstwo w Orient Expressie” to jedna z wielu znanych powieści kryminalnych Agaty Christie, znanych do tego stopnia, że postanowiono nakręcić film na jej podstawie. Film wszedł do kin 1974 roku. Akcja rozgrywa się oczywiście w pociągu, ale czy oba finały okażą się zbieżne?

Genialne przełożenie książki na film jednak nie istnieje. Uważny czytelnik, oglądając ekranizację, zauważy niedociągnięcia lub brak jakiś ważnych faktów. W książce morderców było dwunastu, a w filmie jest ich dziewięciu. Można byłoby przyczepić się jeszcze do jednej rzeczy. Pani Alvarado w filmie mówi o swojej przyjaźni z rosyjskim tancerzem o nazwisku Dragomiroff, od którego dostała chustę z wyhaftowanym "N" w cyrylicy (czyli "H"). W książce ta bohaterka w ogóle się nie pojawia. Występuje natomiast księżna Natalia Dragomiroff, do której należała chusta z identycznym haftem. Jest jeszcze jedna sprawa, która dotyczy Very Rosakoff. Rosjanka, w której zakochany był Hercule Poirot - pojawiła się w jednej powieści i w dwóch opowiadaniach Agathy Christie, ale nie było jej w książkowej wersji "Morderstwa w Orient Expressie". Wiadomo, że film powstaje wedle zamysłu reżysera, ale uważam, że nie powinno się łączyć bohaterów z dwóch różnych książek.

Myślę, że mimo tych kilku niezgodności film jak i książka są godne polecenia miłośnikom kryminałów. Zakończenie książki zaskoczyło mnie tak samo jak finał filmu. Polecam wszystkim najpierw przeczytać, a potem obejrzeć „Morderstwo w Orient Expressie”.



Kryminały na dużym i małym ekranie

Agatha Christie to brytyjska pisarka, mistrzyni kryminałów. Wydała ponad 90 powieści i sztuk teatralnych. Jej utwory były bardzo znane. Wiele z nich zostało zekranizowanych (niektóre kilkakrotnie jak np. "Morderstwo w Orient Expressie", "Śmierć na Nilu" czy "4.50 z Paddington"). Na ich podstawie powstawały także liczne seriale czy słuchowiska radiowe.

Do najbardziej znanych ekranizacji należą:



Google grafika

- *Śmierć na Nilu* (1978) (W czasie rejsu po Nilu dochodzi do morderstwa. Herkules Poirot rozpoczyna śledztwo w celu odkrycia sprawcy.)

- *Zło czai się wszędzie* (1982) (Badając sprawę fałszywego diamentu, Hercules Poirot trafia do ekskluzywnego kurortu dla bogaczy na tropikalnej wyspie. W trakcie pobytu zostaje zamordowana aktorka będąca gościem hotelu.)

- *Morderstwo w Orient Expressie* (1974) (Detektyw Hercules Poirot zamierza rozwikłać zagadkę tajemniczego morderstwa, do którego doszło w pociągu.)



Google grafika

- *Śmierć ma okna* (1961) (Panna Marple jest przypadkowym świadkiem morderstwa. Policja ignoruje raport, sądząc, że jest to wytwór jej wyobraźni. Kobieta rozpoczyna dochodzenie na własną rękę.)

- *Morderstwo w hotelu Gallop* (1963) (Gdy sędziwy pan Enderby umiera z powodu ataku serca, podejrzliwa panna Marple nabiera wątpliwości co do naturalnej przyczyny zgonu. Rozpoczyna się kolejne śledztwo ze starszą panią w roli niezwyklego detektywa...)

Do najbardziej znanych seriali należy *Poirot*.

AGATA CHRISTIE

O autorce bestsellerów możecie przeczytać we wcześniejszym artykule, ja skupię na czymś innym.

To może od początku. Powodem napisania pierwszej powieści przez Agatę Christie stał się spór z siostrą, która była pisarką. Spór o to, że ona może zrobić coś bardziej wartościowego od niej.

POCZĄTEK KARIERY

W Wielkiej Brytani czasy między dwiema wojnami światowymi, a ściślej mówiąc lata 1920-1945, uważane są za złoty wiek powieści detektywistycznej, to właśnie wtedy Agata rozpoczęła swoją przygodę z kryminałem.

Notatniki pisarki przez długi czas pozostawały pilnie strzeżonym i niezbadanym skarbem. Po śmierci matki Rosalind Hicks zabezpieczyła je w Greenway House, poza jedną ekspozycją w Torquay Museum nigdy nie były pokazywane publicznie. Zeszyty wypełnione zapiskami, szkicami, planami i wariantami najlepszych powieści kryminalnych, jakie kiedykolwiek napisano. Notatniki stanowią bezcenne literackie artefakty. Na niektórych stronach wszystkich Notatników możemy znaleźć krótkie, luźne uwagi bez rozwinięcia. Stanowiły to, co Christie nazywała „z grubsza wypunktowanym planem akcji”, były wszystkim, czego Agata potrzebowała do uruchomienia swojej wyobraźni. Potrafiły zainspirować ją najprostsze słowa, takie jak na przykład „zab”, inspirację tą wykorzystała w dwóch powieściach: *Pierwsze, drugie...zapnij mi obuwie* (jako istotną część planu) i w *Nocy w bibliotece* (jako drobny element).

Jaka była tajemnicza metoda pisania Agaty Christie?

Zapytana w lutym 1955 o metodę swojej pracy Christie powiedziała: „Być może rozczaruję słuchaczy, ale prawdę mówiąc, to właściwie nie mam żadnej metody”. Powieści wystukiwała na „starej, wiernej maszynie do pisania, która mi służy od lat”, odkryła także, że w przypadku krótszych form bardzo pomocny okazuje się dyktafon „Prawdziwa praca to najpierw wymyślanie historii, a potem zastanawianie się nad nią, dopóki się wszystkiego prawidłowo nie rozplanuje. To może zająć sporo czasu”, tłumaczyła podczas wywiadu. Nie wspominała wtedy o jakimkolwiek istnieniu Notatników, ale nawet szybkie przekartkowanie niektórych z nich pokazuje nam, że to właśnie na stronach brulionów miał miejsce proces wymyślenia i zastanawiania się.

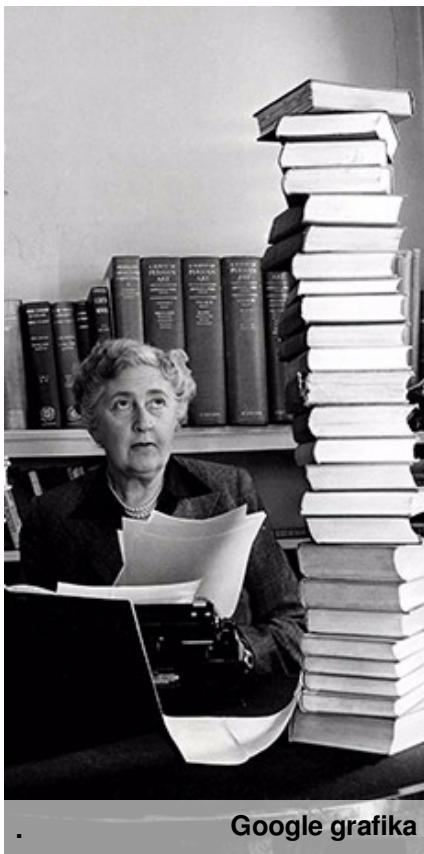
Kiedy Christie zasiadała do pracy nad książką, jeszcze przed wstępem rozplanowywała intrygi, zastanawiała się, gdzie osadzić akcję.



"Książka
Sceneria
Bagdad?
Szpital
Hotel
Mieszkanie, pomysł z
mieszkanem na trzecim piętrze
Nieduży dom w Londynie, mąż,
żona, dzieci
Park Regents Park
Szkoła dla dziewcząt
Statek
Pociąg"



Google grafika



Google grafika

PODRÓŻE

Christie podróżowała chętnie od dzieciństwa. Część młodszych lat spędziła we Francji, dokąd pierwszy raz jej rodzina przeprowadziła się w 1895 roku i później, w wieku 15 lat, aby dokończyć edukację.

Prawdziwe zwiedzanie świata zaczęła z mężem Archiem – odbyła z nim wielką podróż po Imperium. Wyprawa ta miała promować Wystawę Imperium, która została zaprezentowana w Londynie w 1924 roku. Odwiedziła Południową Afrykę, Australię, Nową Zelandię, Hawaje, Kanadę i USA. W Honolulu odkryła miłość do surfowania. Mimo choroby morskiej uważała tę podróż za jedno z najwspanialszych wydarzeń w życiu. Spotkani podczas tej wyprawy ludzie niejednokrotnie pojawili się następnie na kartach jej powieści, np. major Belcher, który na karty Mężczyzny w brązowym garniturze trafił na swoje własne życzenie.

W 1928 roku, już po rozwodzie z Archiem, wsiadła do Orient Expressu i dotarła do Bagdadu, do którego następnie często wracała ze swoim drugim mężem archeologiem Maxem Mallowanem. Max okazał się świetnym kompanem, z którym odwiedziła m.in. Syrię, Grecję, Włochy i Egipt. Od późnych lat 40. aż do końca 50. Agatha i Max spędzali każdą zimę na wykopaliskach w Iraku. Christie rozkoszowała się tym miejscem: „Jak bardzo kochałam tę część świata. Nadal ją kocham i zawsze będę.”

Źródło: „Sekretne zapiski Agaty Christie” John Curran

Tajemnicza Christie

Agatha Mary Clarissa Miller Christie urodziła się 15 września 1890 w Torquay, zmarła natomiast 12 stycznia 1976 w Wallingford. Jest jedną z najbardziej znanych pisarek powieści o tematyce zabójstw i zagadek. Wniosła wiele nowinek do twórczości kryminalnej. Możemy podziwiać dwoje najbardziej znanych detektywów – wytwory jej wyobraźni – Herkulesa Poirota i pannę Marple. Z powyższymi bohaterami wiąże się wiele historii. Autorka chciała, by książki z ostatnimi łamigłówkami dla powyższych detektywów ukazała się po śmierci kobiety. Utwory, które napisała, doczekały się mnóstwa ekranizacji.

Z mężem Archibaldem rozwiodła się w 1928 roku. W trakcie ich małżeństwa urodziła córkę Rosalind. Agatha posiadała ogromną wiedzę na temat lecznictwa oraz trucizn, często branych pod uwagę w fabule, gdyż w trakcie trwania I wojny światowej podjęła się pracy w szpitalnictwie i farmaceutyce. 1930 to rok jej ponownych zaślubin z archeologiem, Maxem Mallowanem. Uważała, że "archeolog to najlepszy mąż, jakiego można sobie wyobrazić. Im starsza staje się żona, tym bardziej wzrasta jej wartość w oczach męża.". Dziesięć lat wcześniej połączyła swoje siły z Klubem Detektywów, gdzie spotykali się autorzy powieści kryminalnych. Co ciekawe, funkcjonuje on do dzisiaj. Wraz z członkami tejże grupy współtworzyła książkę "The Floating Admiral". Na krótki czas została stamtąd wydalona z powodu nieprzystosowania się do obowiązujących reguł. W 1958 roku przejęła dowodzenie jako prezes.

W Polsce w 1951 utwory Christie zostały objęte cenzurą i zakazane w bibliotekach. Co ciekawe, autorka działała również pod pseudonimem Mary Westmacott, kończąc kilka powieści obyczajowych. Jej dzieła przetłumaczono na 45 języków i funkcjonują w światowej literaturze do dzisiaj, stały się wręcz nieśmiertelne. Początkowo zamierzała podpisywać się jako Martin West albo Martin Gray, ponieważ obawiała się wyjawić swoją kobiecą tożsamość, co mogło spowodować oburzenie wśród czytelników. Jako pierwszy powód napisania powieści uznała kłótnię z siostrą i chęć dokonania czegoś bardziej wartościowego. Dodajmy, że ona również była pisarką. W pewnym momencie Christie zniknęła aż na 11 dni. Okazało się to wielkiej rangi ciekawostką dla świata, gdyż nikt nie miał pojęcia, co zaszło w tym czasie. Agatha nawet we własnej autobiografii nie wspomina o takim zdarzeniu.

Lubiła niemal każdy rodzaj muzyki. Kochała psy i wszystko, co wiązało się z liczbami. Nie znosiła hałasu i tłumów oraz papierosów. Najbardziej nie tolerowała zapachu i smaku gotowanego mleka. Wyróżniała się muzykalnością, lecz nie na przesadnie wysokim poziomie. Nie miała wygórowanych potrzeb, jej poglądy czy opinie nie mogły zostać uznane za skrajne. Cechowała się szczerością i prawdziwością w zachowaniu, co, być może, wpłynęło na tak olbrzymi, bezkonkurencyjny sukces.

O ojcu Sherlocka Holmesa słów kilka



Google grafika

W literaturze znajdziemy wielu detektywów zaskakujących nas swoją błyskotliwością, zdolnością dedukcji czy znajomością ludzkiej psychiki.

Najsławniejszym z nich jest bez wątpienia Sherlock Holmes – legenda stworzona przez Sir Arthura Ignatiusa Conana Doyle'a.

Arthur Conan Doyle (ur. 22.05.1859 r. w Edynburgu zm. 7.07.1930 r. w Crowborough) – szkocki pisarz, lekarz i spirytysta. Zasłynął cyklem książek o brytyjskim detektywie – Sherlocku Holmesie. Tytuły jego dzieł to m. in. *Studium w szkarłacie*, *Znak czterech*, *Pies Baskerville'ów*, czy *Dolina strachu*. Napisał też wiele zbiorów opowiadań, np. *Przygody Sherlocka Holmesa*.

Sherlock Holmes (ur. 6.01.1854 r. zm. 23.06.1929 r.) jest najsławniejszym literackim detektywem wszechczasów. Znany z genialnego umysłu i perfekcyjnych zdolności dedukcji. Sam Sherlock do rozwiązywania spraw wykorzystywał umiejętność obserwacji oraz znajomość psychologii, chemii, balistyki, matematyki, a także rozległą wiedzę na temat kultury i religii. Swoje dochodzenia rozwiązywał razem z partnerem Johnem Watsonem.

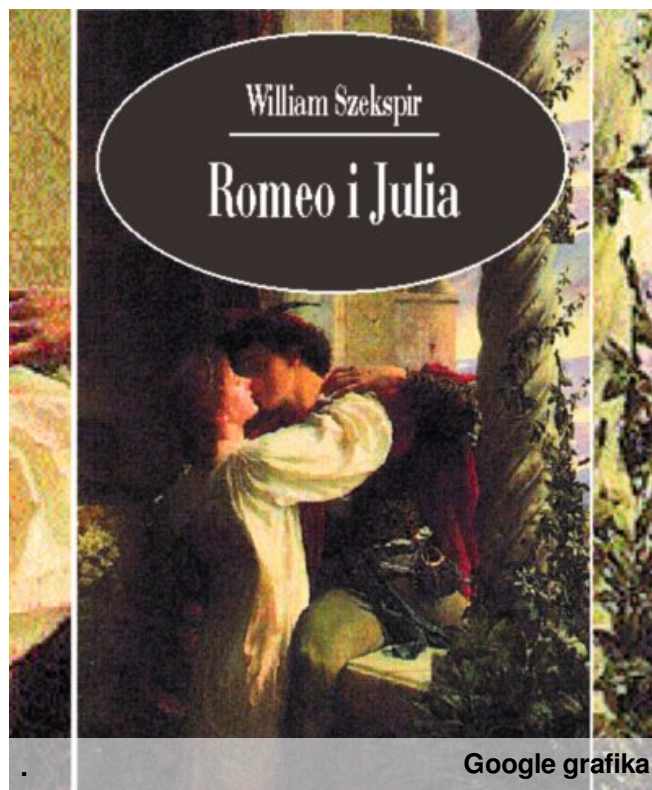
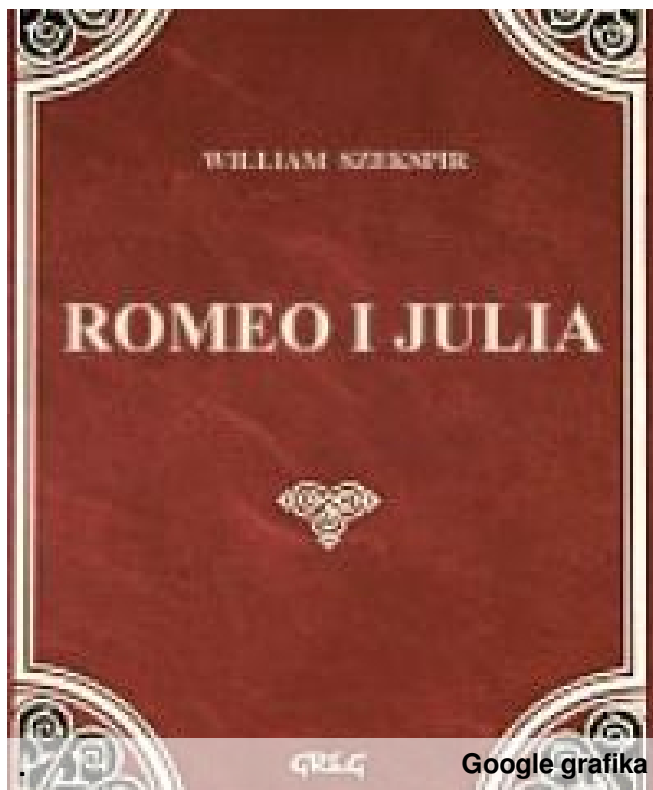


Google grafika

Ciekawostki nt. Sherlocka Holmesa:

- Holmes był uzależniony od tytoniu, kokainy i morfiny.
- Holmes miał mieć pierwotnie na imię Sherrinford, a Watson Ormond Sacker.
- W żadnej książce nie ma opisu jego legendarnej czapki.
- Sherlocku był prawdopodobnie pierwowzorem dr House'a. Natomiast pomysł na detektywa autor zaczerpnął z życiorysu Aleksandra Grahama Bella.
- Sir Arthur Conan Doyle kiedyś powiedział „Jeśli za sto lat będę znany jako człowiek, który stworzył Sherlocka Holmesa, uznam swoje życie jako porażkę.” No cóż...

Najsłynniejsza historia miłosna



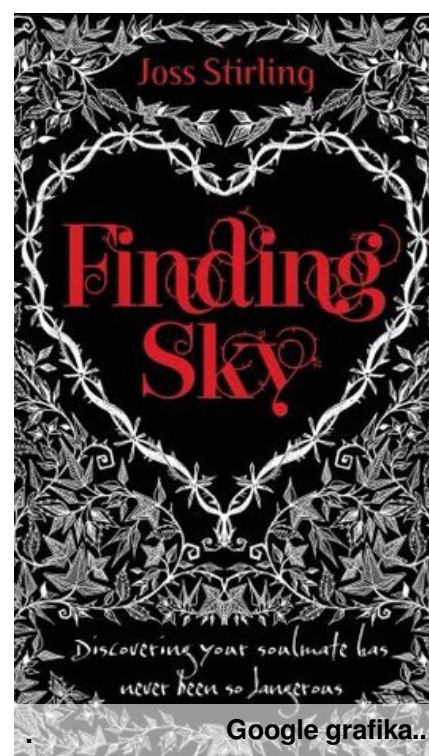
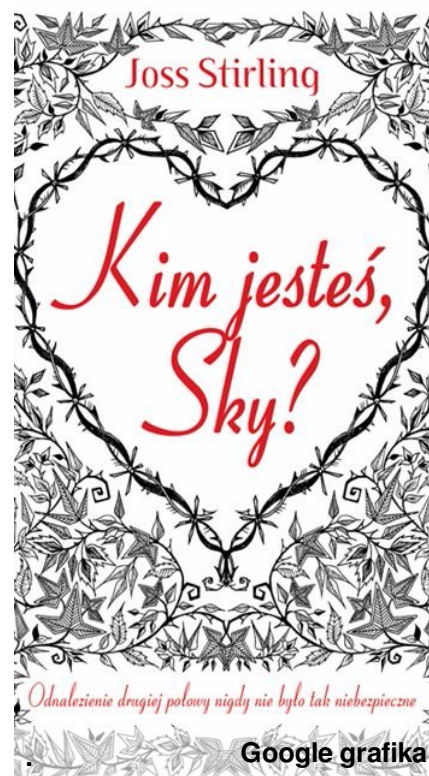
„Romeo i Julia” to jedna z piękniejszych opowieści miłosnych. Dramat napisany przez Szekspira wymusił łzy już wielu czytelnikom. Tragedia znajdująca się w kanonie lektur gimnazjum opowiada o zakazanej miłości. Konflikt pomiędzy rodami nie ułatwia im bycia razem. Romeo i Julia stali się symbolem młodych kochanków i miłości skazanej na niepowodzenie. Ponieważ jest to oczywisty przedmiot tej sztuki, część badaczy skupiła się na języku i kontekście historycznym, w jakim rozgrywa się akcja. Zarówno Romeo, jak i Julia uważają siebie nawzajem za promyk pośród otaczających mroków. Nastolatki (Julia 14 lat, Romeo 16 lat) zakochują się w sobie od pierwszego wejrzenia. Nie widzą świata poza sobą. Mimo młodego wieku postanawiają przyjąć sakrament małżeństwa dzięki pomocy ojca Laurentego. Niestety love story kończy się śmiercią głównych bohaterów. Dramat idealnie można przełożyć jako metaforę życia codziennego. Dwoje ludzi się kocha, ale z jednej strony są problemy, których nie da się łatwo rozwiązać. Oblubieńcy załamują się i uciekają z domów, by być razem. Uważam, że ta historia na zawsze pozostanie symbolem najpiękniejszej miłości.

Pamiętajmy, by nie tylko w walentynki obdarować uśmiechem naszych najbliższych, nie patrząc na kłopoty.

„Kim jesteś Sky”

Powieść „Kim jesteś Sky” to książka autorstwa Joss Stirling, jest pierwszym tomem niesamowitej serii o braciach Benedictach, którzy należą do niezwykłych ludzi, a mianowicie są sawantami. Pod pojęciem tym kryją się osoby, które potrafią porozumiewać się ze sobą telepatycznie, a każda z nich ma jakiś niesamowity dar. Jedne potrafią leczyć dotykiem dłoni, inne wysadzać przedmioty mocą umysłu, a jeszcze inne przesuwają rzeczy siłą woli. Tajemnicze legendy głoszą, że w momencie, gdy rodzi się sawant, gdzieś na świecie rodzi się inny sawant płci przeciwnej. Mówi się, że tych dwoje łączy ze sobą niesamowita więź, która jest nierozzerwalna. Taką parę nazywa się ich Przeznaczonymi, ale szanse na ich spotkanie są bardzo małe. Tylko nielicznym się to udaje. Zed, o którym traktuje pierwszy tom sagi, jest najmłodszym, a zarazem siódmym dzieckiem państwa Benedictów, co oznacza, że dostał najwięcej umiejętności, jak również potrafi łączyć dary swoich braci i innych sawantów, a następnie je wzmacniać. Fabuła polega na tym, iż ów Zed poznaje tajemniczą Sky która okazuje się jego Przeznaczoną, czyli jest również sawantką, o czym nie ma pojęcia. Dwoje bohaterów będzie musiała stoczyć niesamowitą walkę z gangiem złych sawantów, czy w tym wszystkim znajdą czas na miłość, czy będą ze sobą na zawsze, czy też coś ich brutalnie rozdzieli.

Powieść jest naprawdę godna polecenia, fabuła niesamowicie wciąga, przez co książkę można pochłonąć w jedną noc i to z wielką przyjemnością. Okładki wszystkich części sagi o Benedictach są bardzo tajemnicze i przyciągające uwagę czytelnika. Serdecznie polecam każdemu nastolatkiowi lubiącemu niesamowite romanse z elementami fantasy.

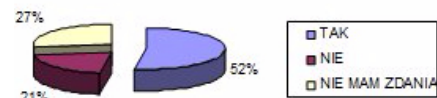


Czy znamy kryminały ?

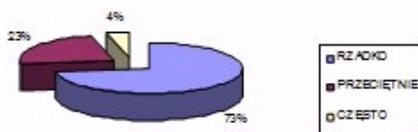
W pierwszych dniach lutego w naszej szkole przeprowadzona została ankieta dotycząca kryminałów. Dostarczyła nam sporo informacji, nie tylko o popularności takich powieści, ale też o talentach artystycznych gimnazjalistów, na co wskazywały liczne ilustracje i dość zaskakujące podejście niektórych trzecioklasistów do badania.

Z naszej ankiety wynika, że pomysł wprowadzenia kryminałów jako lektur szkolnych bardzo spodobał się naszym uczniom. Ponad połowa wyraziła poparcie. Pozналиśmy też częstotliwość czytania kryminałów wśród naszych rówieśników:

Czy uczniowie chcą kryminałów jako lektur?

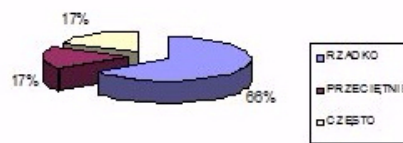


Jak często pierwszoklasiści czytają kryminały?



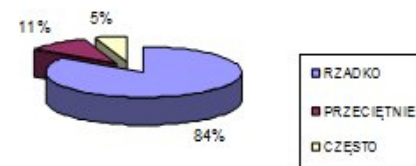
A.J

Jak często drugoklasiści czytają kryminały?



A.J

Jak często trzecioklasiści czytają kryminały?



A.J

Spośród trzech ankietowanych klas, drugoklasiści mogą pochwalić się największym procentem uczniów którzy kiedykolwiek zabrali się za czytanie kryminału. Wyniki wyglądają następująco:

Druga klasa jest też tą, która czyta kryminały najczęściej. Wielu uczniów przyznało, że jeśli sięga po powieść detektywistyczną, preferuje pisarza zagranicznego. Tylko siedmiu ankietowanych poparło pisarzy polskich, a dla niektórych nie miało to znaczenia. Ogromna liczba osób przyznała, że bardziej niż utwory o morderstwach i zbrodniach, interesują ich inne gatunki. Pomimo tego nadal bardzo wielu znajduje swego rodzaju przyjemność w zagłębianiu się w intrydze i wysnuwaniu własnych wniosków czy podejrzeń.

Czy pierwszoklasiści przeczytali kiedykolwiek kryminał?



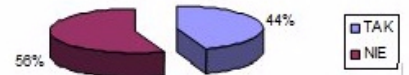
A.J

Czy drugoklasiści przeczytali kiedykolwiek kryminał?



A.J

Czy trzecioklasiści przeczytali kiedykolwiek kryminał?



A.J

Kilka słów o Dniu Zakochanych...

Walentynki to odbywające się co roku święto zakochanych, które przypada na dzień 14 lutego.

Jego początki w Polsce miały miejsce w latach 90 XX wieku. Nazwa walentynek pochodzi od imienia św. Walentego. Zwyczajem w tym dniu jest wysyłanie kartek zawierających wyznania miłosne. Święto to w Polsce najhuczniej jest obchodzone w Chełmie, uznanym za polskie miasto zakochanych. Obchody noszą nazwę Walentynek Chełmińskich i łączą kult świętego Walentego z tradycją anglosaską. Jednak nie wszyscy uwielbiają to święto. Spora część społeczeństwa krytykuje je jako przejaw amerykańskiej i wypieranie rodzimych tradycji. Niektóre osoby niebędące w związku bojkotują walentynki, uznając, że piętnują osoby żyjące w pojedynkę. Badacze twierdzą, że święto pochodzi ze starożytnego Rzymu, związane jest Luperkaliaми obchodzonymi 14-15 lutego ku czci Junony, bogini kobiet i małżeństwa oraz Pana, boga przyrody. Brytyjczycy natomiast uważają je za własne z uwagi na fakt, że zostało rozślawione przez sir Waltera Scotta.

Jako ciekawostkę warto dodać, że za alternatywę walentynek uznaje się Dzień Singla, obchodzony 15 lutego.



google grafika



Google grafika

Nieśmiałość - twój niewidzialny wróg

Nieśmiałość to jeden z gorszych problemów dzisiejszej populacji (wg badań 60% dorosłych ludzi przejawia nieśmiałość). Powodów jest wiele: poczucie niedocenienia, kompleksy związane z urodą czy niedosyt poczucia przynależności do danej grupy. Brak pewności siebie utrudnia życie właściwie w każdej dziedzinie związanej z kontaktami międzyludzkimi. Specjalnie z okazji walentynek kilka sposobów, jak z tą przypadłością walczyć:

1. Spróbuj stwierdzić, w jakich sytuacjach czujesz napięcie, dyskomfort i konfrontuj się z nimi. Pokonanie trudności w takich momentach zaowocuje w przyszłości.

2. Osoby nieśmiałe mają problem z tym, że uważają, iż wszyscy się na nich skupiają i gapią. A tak wcale nie jest. Nie przejmuj się opinią innych, raczej przeanalizuj, dlaczego tak uważasz. Być może nadepnąłeś komuś na odcisk.

3. Kiedy znajdziesz się w towarzystwie nieznanymi ci osobom, to nie myśl obsesyjnie przez cały czas o tym, że na pewno zaraz się skompromitujesz, mówiąc lub robiąc coś niestosownego. Jeśli będziesz zachowywać się nienaturalnie, wtedy na pewno o wiele szybciej zwrócisz na siebie uwagę. A przecież wcale nie o to ci chodzi! Dlatego z całych sił spróbuj umiejętnie skierować uwagę na innych. Napomknij, że pani siedząca naprzeciwko ma niezwyklej urody kolczyki, że danie, które właśnie podano, jest przepyszne, a sąsiad podjął bardzo interesujący temat. Zobaczysz, że rozmowa szybko potoczy się wyznaczonym przez siebie torem. A ty zdążysz oswoić się z nową sytuacją.

4. Bądź swoim rodzicem! Takim rodzicem, który dba o swoje dziecko i chwali za osiągnięcia. Zajmij się sobą jak osobą bardziej dojrzałą życiowo. Nie myśl „Jestem głupia/głupi”, a „Nie rozumiem matematyki, ale jestem świetna/świetny z polskiego”. Jednak najlepiej spisać w punktach swoje najmocniejsze strony i je stawiać na pierwszy plan

Oto 4 pomysły, które być może sprawią, że w te walentynki znajdziesz upragnioną miłość.

