

«Не твоё — не трожь!». Скандал из-за одолженной без спроса вещи — глупость, но не редкость.

**Выход:** Увеличение числа холодильников,

телевизоров и чайных сервизов ситуацию не изменит. Все равно найдется вещь, которой у всех не будет. А значит, воровства станет лишь меньше, но оно не исчезнет совсем. Кроме того, ввиду небольшой площади комнаты, загрузка вещами приведет к забаррикадированию. А теснота — лишь еще один повод к недоразумениям. Стоит просто сразу и четко договориться, где вещи — личные, а где — общего пользования. И при этом сразу оговорить условия пользования ими и меру наказания за их нарушение.

«Гости — вон!». Мало кому понравится, когда в его комнате постоянно обитают друзья, парень или девушка и вся семья соседа.

**Выход:** Мириться с ситуацией нельзя, выселиться самому или выселять соседа — тоже. В первом случае, кроме мигрени, вы приобретете статус бесхребетного существа. Второй ход — крайняя мера, когда не получилось договориться. Потому что идеальнее всего — четко проговорить с соседями, определить дни, часы, когда можно приводить гостей, а когда — нет. А уж если гости вышли незваные, то таковыми они



могут быть лишь для вас. То есть в таком случае нужно однозначно принять их не в комнате, а повести в кафе, парк, кино.



«Всем спать!». Пока не придумали селить людей под одной крышей только после теста на биоритмы, в одной комнате будут часто встречаться и «совы», и «жаворонки», и «голуби».

**Выход:** Ложиться спать вместе с соседями или договариваться с ним, мол, давайте бодрствовать не просто бессмысленно, но и чревато. Даже если они с радостью пойдут на компромисс, переломить внутренние «часики» невозможно. И вскоре эти перемены утомят всех, кому не подходят. Разумнее купить настольную лампу и наушники к компьютеру, и стараться не мешать отдыху «жаворонков». А если вы «жаворонок» сам, то — предложить сделать такие покупки «совам». Если те не спешат, купите все это под предлогом «себе», а «разрешайте» пользоваться этим соседям. Все же так дешевле, чем жить в состоянии хронического недосыпа со всеми последствиями. И кроме того, ход «я — тебе», по законам психологии вызывает ответное желание сделать что-то доброе.



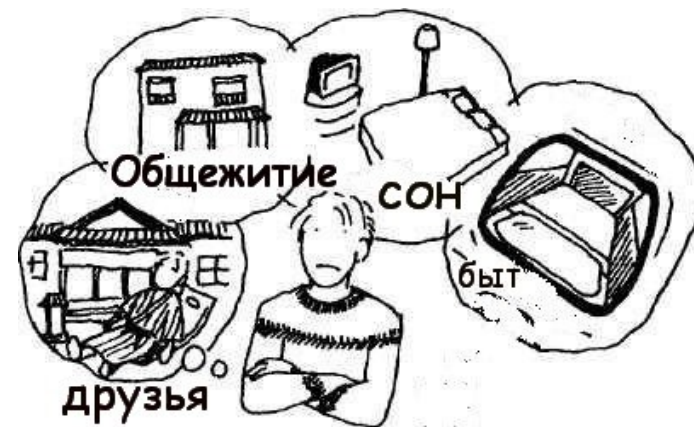
**Сектор социально-педагогической  
и психологической работы**

Тел. 277-12-70

**E-mail:** / [psiholog.pedagog@mail.ru](mailto:psiholog.pedagog@mail.ru)

*Составитель: педагог-психолог Финская Т.С.*

БГМУ



## Личное пространство под общей крышей



## ПЯТЬ ПРАВИЛ СПЛОЧЕННОСТИ:



Часто мы сами провоцируем конфликты. Как избежать этого?

**1. Разумный эгоизм** всегда уместен. Например, не соглашаться,

если не согласны, лишь бы побыстрее утихла буря. А без обиняков отстаивать свою точку зрения. Если страсти кипят слишком, отправляйтесь подышать воздухом. А после — возвращайтесь с пирожными. Приглашайте «оппонента» на чаепитие и промежду прочим начните разговор о наболевшем снова.

**2. Интересуйтесь** жизнью соседей. И если им сейчас скучно, предложите совместное развлечение. Умейте слушать не перебивая — эмоции часто опережают слова, и сами не замечая, мы переводим разговор на себя. А это раздражает. Люди идут на контакт с большей готовностью, если видят, что каждый говорит то, что действительно думает. Даже если вы молчун, постарайтесь больше участвовать в разговорах соседей. Иначе будете восприняты как себялюбец и сноб.

**3. Не говорите** о других в третьем лице в их присутствии, обращайтесь непосредственно к ним. Человек почувствует себя значимым, не станет подсознательно выискивать в ваших словах второй смысл.

**4. Избегайте** кулуарных разговоров. Сплетни ослабляют сплоченность жителей одной комнаты.



Не забывайте, что выносить за пределы вашей группы, то что вы в ней слышали, запрещено. Ведь

каждому человеку будет легче открыться, если он будет уверен, что об этом не узнает никто чужой.

**5. Не стесняйтесь** говорить: «нет», если не хотите что-то делать. И не принимайте в свою очередь в штыки отказ соседа. Не забывайте о таком психологическом приеме: человек только тогда согласен пойти на то, на что не собирался идти, когда чувствует, что ему дают право выбора. Потому предлагайте несколько вариантов, «склоняя» собеседника к своей мысли.

## Камни преткновения:



«Дедовщина». Иногда первокурсника подсаляют к старшим ребятам. У тех уже состоявшаяся компания, в комнате действуют установленные правила. Новенького, как правило, ставят перед фактом: принять их или выселиться.

**Выход:** Ни в коем случае не принимайте их правила на 100%, если какие-то пункты не по душе и не переселяйтесь — вероятность того, что в другой комнате будут жить сплошь единомышленники — невелика.

Лучше обсудите прямо требования, которые предъявляют «старички». При этом примите только те, с которыми вы согласны, и одновременно выдвиньте свои и предложите их обсудить. Важно прийти к общему знаменателю, не откладывая. Во-первых, это упредит возможные ссоры, во-вторых — «старожилы» комнаты почувствуют, что имеют дело с личностью, которая готова идти на уступки, но при этом знает, чего хочет. А это дополнительный сигнал для них уважать новичка.

«Кто уборщица?». Даже если ваши соседи — сплошь неряхи, и у них бывают приступы чистоты. И вопрос, кто в доме хозяйка, все равно будет возникать. Не говоря уже о ситуации, когда сам новичок — чистюля, у которого от одной только пылинки портится настроение.

**Выход:** Категорически запрещается прибегать самому. Так вы станете уборщицей по жизни. И даже, если будете преследовать цель — пристыдить нерях, то все равно велик шанс, что страсть "вечного убошика" к чистоте будет восприниматься, как пресмыкательство. Необходимо составить график дежурств: делать уборку по очереди или всем вместе. А за его нарушение предусмотреть меру наказания, которую так же четко прописать и вывесить на видном месте вместе с графиком.

