



8 ПРИЗНАКОВ ВЕРБОВЩИКА:

14+

✓ Я хочу тебе помочь...

1



Дружелюбный незнакомец, старающийся занять пустующую нишу в жизни человека

✓ Кругом враги!

2



Старается представить социум и ближайшее окружение враждебными, глупыми, деградирующими людьми

✓ Бог с тобой...

3



Частые беседы о религии

✓ Годы уходят, а ты так до сих пор ничего дельного и не сделал

4



Давит на комплексы и страхи

✓ Ты - избранный!

5



Тебе внушают принадлежность к особому обществу, для этого может предлагаться различная атрибутика в виде одежды или книг

✓ Готовые ответы на сложные вопросы

6



Изменение смысла общих понятий и предоставление готовых образцов и смыслов

✓ Жажда мести

7



Тебя призывают к чувству вины, долга и мести, например, за то, что в этом обществе нет справедливости

✓ Влияние на эмоциональное состояние

8



Либо соглашается с тобой, либо резко осуждает



КАК ПРЕОДОЛЕТЬ СТРАХ ТЕРАКТА



✓ СОКРАТИТЕ ПОТОК НЕГАТИВНОЙ ИНФОРМАЦИИ

Установите для себя лимит просмотра новостных передач, а лучше и вовсе откажитесь от мультимедийных источников информации, воздействующих на аудиторию визуальным и звуковым контентом, настройте ленты социальных сетей по своему усмотрению, исключив негативную информацию

✓ ГОВОРИТЕ И ДУМАЙТЕ О ХОРОШЕМ

Не заводите и не поддерживайте разговоры о терактах. Если часто обсуждать эту тему, то страх скорее усилится. Психологи называют это вторичным стрессом



✓ СОПОСТАВЛЯЙТЕ ФАКТЫ

Подумайте о том, что смертность от терактов гораздо меньше, чем, например, от болезней, аварий и несчастных случаев

✓ ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Занимайтесь спортом, любые физические нагрузки помогают справляться с плохими мыслями. Отказ от алкоголя и курения также способствуют вашему психологическому комфорту



✓ ЧИТАЙТЕ КНИГИ ПО САМОРАЗВИТИЮ

Психологи рекомендуют заниматься изучением своих страхов, поиском их глубинных причин и способов устранения

16+