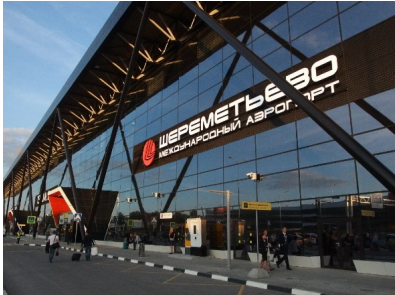


Достаточно распространенная проблема - страх полета. И проблема эта такая, с которой трудно бороться. На эту тему написаны куча статей, но... воз и ныне там. Моя собственная супруга - и та боится летать... И кто только не писал эти статьи - и психологи, и пилоты, и опытные путешественники.



Как там говорил Козьма Прутков? "Если они - поэты, так и я - тоже". Вот вам очередная статья на ту же тему! Но, поскольку я не психолог, то попробую подойти к делу с практической стороны.

Откуда берется страх перед полетом? Очевидно, что больше всего нас пугает неизвестность. Поэтому правило первое - от этой неизвестности избавиться. Да хоть мой канал читайте - уже многое станет понятным (как говорится, "если сам себя не похвалишь...")! Не надо только зачитываться описанием катастроф - вот я летать не боюсь, но и то, при должном усердии могу себя "накрутить". А теперь поехали, точнее полетели:

1. Для начала подумайте, где вы хотите сидеть - у прохода или у иллюминатора. Большинство авиакомпаний предлагают возможность заранее выбрать места. Да, обычно это платная услуга, ну и что? Ваше спокойствие стоит явно дороже, чем 500 рублей за выбор места.
2. Кроме того, сделайте так, чтобы до посадки в самолет вам было комфортно и ничто вас не раздражало. Удобная одежда, обувь (лучше всего кроссовки или туфли на тонкой подошве без металла внутри - чтобы не заставили разуваться на досмотре), грамотно

распределенный багаж и ручная кладь (лучше вообще без багажа!). И никакого "снотворного" - от страха вряд ли поможет, а вот навредить в экстренной ситуации может. Приезд в аэропорт с запасом по времени даже и упоминать не стоит, верно?

3. Наконец-то объявили посадку на рейс. Не спешите вставать в очередь на посадку - очереди всегда раздражают. Зайти на борт одним из последних не так уж и плохо, ведь вы меньше времени проведете в нервном ожидании вылета на борту. А ваше место все равно никто не займет, самолет не маршрутка, тут с этим строго.



4. А вот и запуск двигателей... Сначала шум даже стихает - это пилоты отключают отбор воздуха для системы кондиционирования. А потом вы слышите нарастающий вой двигателей. И вот тут некоторые самолеты могут издавать довольно жуткие звуки. Но не волнуйтесь, как правило это всего лишь вступает в работу агрегат, передающий давление от одной гидросистемы к другой. Не забывайте, бортпроводники слышали эти звуки сотни и тысячи раз, и уж точно заметят, если звуки будут ненормальными для этого самолета.

5. Вот теперь, если на календаре осень/зима/весна - самолет может отправиться на противообледенительную обработку. Ничего страшного в ней нет (наоборот, это забота о безопасности!), но иногда вы можете почувствовать необычные запахи. Это нормально, самолет не имеет на борту запаса воздуха и он все равно поступает извне. А противообледенительная жидкость имеет свой запах.

