

Debilidades y fallas en los tanques Abrams donados a Ucrania por EE. UU.

Equipos ucranianos que trabajan en tanques Abrams suministrados por los EE. UU. han informado de una serie de debilidades y fallas en los vehículos blindados, cuestionando su utilidad en los frentes cambiantes de la guerra. La donación fue anunciada por el presidente de los EE. UU., Joe Biden, como prueba del "compromiso sin cesar e inquebrantable de los EE. UU. con Ucrania."

Los periodistas fueron los primeros en ver los M1 Abrams en Ucrania, en una ubicación en el este del país, donde se podían ver alrededor de seis vehículos, escondidos en el follaje.

Los miembros de la tripulación entrenados en Alemania dijeron que los vehículos, el tanque de batalla principal de R\$10 millones del ejército de los EE. UU. utilizado en Irak contra las fuerzas de Saddam Hussein y los insurgentes, carecían de blindaje que pudiera detener armas modernas.

"Su blindaje no es suficiente para este momento", dijo un miembro de la tripulación, apodado Joker. "En serio, hoy en día, es la guerra de los drones. Así que ahora, cuando el tanque sale, siempre intentan golpearlos."

Su compañero, Dnipro, agregó que son el "objetivo número uno".

"Sin defensa, la tripulación no sobrevive en el campo de batalla", dijo.

La tripulación mostró sus intentos de aplicar blindaje activo a un tanque dañado. Usaron placas de explosivo plástico que, cuando son alcanzadas por una ronda, detonan y brindan un contrablasto protector.

Todos los 31 Abrams desplegados en Ucrania están involucrados cerca de la línea del frente en el este, según funcionarios de la 47a Brigada Mecanizada, que recibió todos ellos. La solicitud ucraniana de Abrams, tanques complejos y pesados, desató un debate significativo a principios de 2024, ya que el vehículo estadounidense tiene una cadena de suministro compleja. Algunas versiones incluso funcionan con combustible de avión.

Los funcionarios del Pentágono dijeron en abril que los Abrams fueron retirados de la línea del frente debido a la amenaza de drones de ataque rusos, aunque la 47a dijo que algunos seguían en acción, a pesar de las deficiencias que habían surgido.

La dominancia de los drones en el frente ucraniano

Gran parte de la línea del frente ucraniana está ahora dominada por el uso de drones autodestructivos, pequeños y precisos que pueden abrumar a la infantería y causar daños significativos a los tanques. La aparición de estos llamados drones de Visión de Primera Persona (FPV), volados por soldados que usan anteojos de realidad virtual, ha cambiado la naturaleza de la guerra, limitando el movimiento y agregando un nuevo elemento de vulnerabilidad a los vehículos blindados.

Esta tripulación ucraniana ha aprendido las limitaciones de los Abrams a la... [continuará]

Sentimiento de vivir entre as ruínas: Como encontrar o caminho para a alegria

A pergunta Sinto que, ao longo de 9 anos, permiti que dificuldades derrubassem todos os pilares da minha felicidade e agora sinto que simplesmente vivo entre os 9 escombros. Quando eu era jovem, li livros **bet365t** que heróis ingênuos tiveram experiências engraçadas e pensei que, se 9 fosse aberto de espírito, coisas engraçadas aconteceriam comigo também. Agora percebi que provavelmente não é assim que as pessoas experimentam a vida. Vinte anos atrás, acabei **bet365t** um mestrado **bet365t** artes, mas o principal tutor odei-me e se recusou a 9 me deixar entrar no segundo ano. Eu estava fazendo coisas divertidas que muitas pessoas gostavam, mas ela conseguiu aniquilar toda a minha entusiasmo pelo arte. Em seguida, um de meus melhores amigos simplesmente parou de me falar e nunca me 9 disse por que. Isso abalou minha crença de que a amizade era um vínculo forte e desde então as pessoas 9 podem estar **bet365t** minha vida, mas não consigo me agarrar por muito tempo. Um relacionamento terminou após um longo 9 processo judicial e, desde então, há mais de uma década, luto para desfrutar de qualquer coisa. Em seguida, aceitei um 9 emprego **bet365t** que recebi treinamento mínimo, mas fui constantemente repreendido por erros e, após seis meses, tive um colapso emocional. 9

Eu sei que há um assunto sobre não permitir que as pessoas tenham poder sobre você, mas se sente 9 como uma série de socos de nocaute. Quero mais da vida e pensei que, se eu esperasse, algo cresceria, como 9 plantas daninhas crescem depois que você limpa o solo, mas não realmente aconteceu. Como encontrar meu caminho para a alegria? 9

A resposta de Philippa Eu acho que você está começando a perceber que a passividade e a espera 9 de que algo bom aconteça simplesmente não está funcionando e que você precisará de uma nova estratégia. Isso é ótimo, 9 bem-feito. O primeiro passo é trocar a autocomiseração, que não funcionará para você, pela autocompaixão, que fará. Isso pode ser 9 difícil de distinguir.

Faça uma folha de papel e divida-a **bet365t** duas colunas. Coloque "autocomiseração" como cabeçalho de uma coluna e 9 "autocompaixão" como cabeçalho da outra coluna. Sob o cabeçalho de autocompaixão, escreva: "É construtivo e promove a resiliência emocional, a 9 autoconsciência e o crescimento." Sob o cabeçalho de autocomiseração, escreva: "É destrutivo e leva a um ciclo de negatividade, impotência 9 e estagnação emocional."

Agora, pense sobre como você fala para si mesmo sobre a **bet365t** vida e quais ações ou inações 9 você está tomando e pense **bet365t** que coluna colocaria cada elemento. Por exemplo, fazer algo proativo para ajudar a si 9 mesmo, como buscar ajuda, estaria na coluna de autocompaixão. Focar **bet365t** uma narrativa **bet365t** que você se sente único *wronged* ou afligido 9 e **bet365t** que ressentem outras pessoas, o que leva a ruminação introspectiva e uma espiral descendente, estaria na coluna de 9 autocomiseração.

Pode ser difícil saber se estamos nos entregando à autocomiseração ou praticando autocompaixão, mas é importante aprender a fazer a 9 diferença. Aqui está um exemplo: quando enfrentar um fracasso no trabalho, você pode dizer: "Está tudo bem. Todos nós nos 9 enganamos. Eu vou aprender com isso e farei melhor a seguir." Em vez de: "Não é justo que eu não 9 tenha sido treinado corretamente."

O objetivo do exercício é se tornar mais consciente quando nos entregamos à autocomiseração, para que possamos 9 ajustar como pensamos sobre nós mesmos e transformar nosso mecanismo de coping de autocomiseração para autocompaixão. Não se enrole **bet365t** 9 vergonha ou culpa ao fazer isso (comportamento de autocomiseração), mas congratule-se quando identificar **bet365t** autocomiseração (comportamento de autocompaixão).

O tom emocional 9 da autocompaixão é gentil e quente e inclui proatividade para aliviar seu próprio sofrimento e um senso de conexão com 9 outras pessoas. A autocomiseração envolve sentimentos de impotência, ressentimento e isolamento, o que leva a depressão e desbordamento. Em vez 9 de permitir que seus sentimentos sejam *todos* você, desenvolva uma parte observadora que observe você ter os sentimentos e pensamentos deprimentes. Então, 9 você não será inundado por eles, porque uma parte de você está observando **bet365t** vez de ser eles. Isso promove 9 uma visão equilibrada de suas próprias circunstâncias e um senso de perspectiva, enquanto a autocomiseração carece de perspectiva e leva 9 a ruminação e uma

visão distorcida da realidade.

É natural querer se concentrar apenas nos negativos **bet365t** nossas vidas, mas se 9 ignorarmos as coisas que temos indo bem, para as quais podemos estar grato, não estaremos permitindo que essas coisas nos 9 levitem. Você está procurando mais – mais alegria, mais propósito – e esses são ótimos objetivos, mas não ignore o 9 que você já tem.

Às vezes gostamos da ideia de algo e, então, a realidade dele significa que está enganado, e 9 isso está OK. Experimente continuamente o que pode trazer propósito e alegria para si, **bet365t** vez de esperar por coisas 9 para caírem **bet365t** seu colo. Em suma: troque a passividade e a culpa (autocomiseração) por proatividade e autoresponsabilidade (autocompaixão). Você 9 descobrirá que gostará mais da **bet365t** vida e as outras pessoas gostarão mais de você também.

Toda semana Philippa Perry aborda 9 um problema pessoal enviado por um leitor. Se você gostaria de conselhos de Philippa, por favor, envie seu problema para 9 askphilippaguardian.co.uk. As submissões estão sujeitas a nossos termos e condições

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: bet365t

Palavras-chave: **bet365t - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-09-29