

Материал взят из книги Людмилы Петрановской "Что делать, если ..."

Для обучающихся. Что делать, если тебя дразнят ребята

Если тебя дразнят - говорят про нехорошие (неодобряемые обществом) дела, которые ты не совершал (или совершал, но это не суть), то это очень серьёзные заявления - такую информацию необходимо СРОЧНО сообщить родителям, классному руководителю, психологу, социальному педагогу, зам директора по воспитательной работе или директору школы. Пусть сообщат те, кто эту информацию распространяет или ты сообщи за них. Например, про мат и нецензурные выражения или про воровство, хулиганство, вандализм и т.д.

Если тебя дразнят обзывалками про качества человека, то читай дальше.

Очень это неприятно, когда дразнят.

Почему с некоторыми ребятами такое случается? Почему их дразнят?

Дело не в этих ребятах кого дразнят, дело в обидчикам тех кто дразнит.

Смотри следующую страницу

Посмотрим глазами обидчика. Вот очень толстый мальчик, сидит и жуёт булку с изюмом. Начать с него? Но он так громко хохочет, болтая с соседкой по парте! Пожалуй, если назвать его жирдяем, он ни грамма не расстроится, а просто отмахнётся.



Вот девочка в очках, книжку читает. Сказать что-нибудь насчёт «у кого четыре глаза...»? Но я слышал, как она на прошлой перемене срезала тут одного, ответит ещё что-нибудь такое колкое, что смеяться будут не над ней, а надо мной.



Вот мальчик очень маленького роста, да ещё и с фамилией Малышкин. Самое то! Но нет. Малышкин этот, между прочим, дзюдо занимается, ну его.

ОБРАТИ ВНИМАНИЕ:

никакие особенности человека не делают его жертвой обидчиков сами по себе. Ты можешь быть толстым (тощим) рыжим (лысым) зайкой (молчуном) в очках (разных носках), и при этом тебя совсем не захочется дразнить.

Более того, ты будешь всем нравиться, ведь именно самые необычные люди бывают самыми интересными. Вспомни хотя бы Пеппи Длинный Чулок или Карлсона!



ГОСПОДИН
КАРЛСОН,
ВАША
ЛЮБИМАЯ
КУХНЯ?

МИСТЕР КАРЛСОН,
КАКИЕ У ВАС
ПОЛИТИЧЕСКИЕ
ВЗГЛЯДЫ?

СЕНЬОР
КАРЛСОН,
КАКИЕ У ВАС
УВЛЕЧЕНИЯ?

ТОВАРИЩ
КАРЛСОН,
КАКУЮ
МУЗЫКУ
ВЫ ЛЮБИТЕ?

На самом деле обидчик выбирает **ГОТОВЫХ ОБИДЕТЬСЯ**. Готовых расплакаться, покраснеть, убежать, пожаловаться учительнице. Готовых стать жертвой.

Это похоже на злую игру, в которую иногда играют некоторые дети. Отнимут у кого-нибудь вещь и кидают друг другу по кругу. Самое разумное в такой ситуации не играть, не участвовать в их злой игре. Развернуться и уйти. Если вещь ценная, то сообщить родителям, это их деньги были потрачены на ее покупку, и они имеют право требовать их вернуть.

То же самое, когда дразнят.

Главное - не терять головы!

Помни, дело не в тебе, не в том какой ТЫ. Все дело в обидчиках. Это ОНИ такие, что жить не могут, никого не обижая. Так при чем тут ты? Зачем останавливать то, что тебя не касается? Мало ли кто вокруг чем занимается и что говорит?

Представь, ты идёшь по улице, а за спиной кто-то кричит "Эй, дура(к)!".

Если ты обернулась(лся), то ты дура(к) и согласен играть по их правилам. Мало ли какую(кого) дуру(дурака) они там потеряли?

Если понятно, что дразнят именно тебя то

- Представь себя каким-нибудь героем, можно из книги или фильма, которого очень трудно обидеть. Что, например, сказал бы обидчикам ослик из фильма «Шрек»? Наверное, что-нибудь вроде: «Как, неужели я вам не нравлюсь? Какой ужас! Даже не знаю, смогу ли я теперь спать спокойно! (ха-ха-ха)».

Думаю, что Шрек бы за меня обязательно заступился...



А Мэри Поппинс? Скорее всего, она вообще бы ничего не сказала. Просто ПОСМОТРЕЛА бы и так немного поморщилась – бывают же такие невоспитанные дети...

А очень большой слон?

А учёный, исследователь диких племён?



Выбери себе героя, который больше всех понравится, и в следующий раз, когда к тебе пристанут, представь себе, что ты – это он. И позволь ему вести себя так, как ему привычно. Он сам всё за тебя сделает.

Если тебе удастся сохранить спокойствие, ты сможешь вести себя правильно.

Например:



Поначалу обидчики могут ещё больше разойтись. Попробуют кричать погромче и пообиднее. Но если продолжать сохранять спокойствие, им быстро надоест. Потому что они будут похожи на мосек, которые лают на спокойного-спокойного слона.

И ещё одно.

Если вдруг ты на самом деле думаешь, что ты хуже всех, тут одного спокойствия будет маловато. Это нельзя так оставлять. Жить с таким убеждением очень вредно для здоровья! Обязательно найди человека, которому доверяешь, с которым можешь об этом поговорить: мама, папа, бабушка, дедушка, психолог, учитель.