

Якщо тебе ображають в школі.

Напевно, в кожного з нас у пам'яті залишилися спогади про якого-небудь нещасного однокласника, якого ображали та дражнили однолітки.

Що потрібно зробити правила поведінки:

Люди, які ображають інших можуть чіплятися до будь-кого. Тому потрібно знати, як справлятися з ними.

Ось декілька правил поведінки в таких випадках.

- Коли ти плачеш, галасуєш або тікаєш, кривдник отримує задоволення і розважається за твій рахунок. Дивись йому в очі, тримайся прямо та впевнено. Спокійно піді.

- Постарайся не виходити з себе. Зберігай спокій.

- Говори повільно, чітко та твердо.

- Якщо до тебе чіпляються, старайся не залишатися наодинці з кривдником. Попроси друзів бути поруч.

- Подумай, чи можна запобігти зустрічі з кривдниками. Можливо, необхідно виходити раніше чи пізніше, обирати іншу дорогу.

- Не бери з собою гроші або дорогі речі, не хвастайся ними.

- Якщо тобі дали кумедне прізвисько, постарайся віднести до нього з гумором. Не бійся посміятися над собою.

- Якщо прізвисько образливе, не нервуйся. Твердо скажи кривднику, що в його словах немає нічого дотепного.

- Ніколи не погрожуй кривднику.

- Не бійся сказати про те, що до тебе чіпляються. Краще сказати про це дорослим. У школі ти можеш сказати про це класному керівнику, соціальному педагогу або психологу.

Вдома ти обов'язково повинен сказати про це батькам. Це не означає «ябіднічати»!

- Не потрібно соромитись того, що до тебе чіпляються. Через це проходять багато людей.

- Справа в тому, що НЕ ТИ погана ЛЮДИНА, а твої кривдники не вміють нормально себе вести.

ПАМ'ЯТАЙ: Якщо ти не терпиш образи, а намагаєшся змінити ситуацію, ти викликаєш повагу.