СТОП!Буллинг

фразы-помощники



# НЕПРАВИЛЬНО

- Спорить («Я совсем не толстый, просто крупный»,

- «Это новая кофточка, самая модная, ты просто не понимаешь»)

- Отвечать тем же

(«Ты сам дурак!», «Ты сама с помойки»)

- Угрожать («Я все расскажу учительнице!»,

«вы у меня получите!»)

- Делать вид, что не слышишь, но при этом краснеть и прятать глаза

- Делать вид, что тебе смешно, если это не так убегать и прятаться плакать и жаловаться

- Бросаться в драку

и вообще пытаться непременно все это остановить.

## ПРАВИЛЬНО

- Пожать плечами («Может, и так»)

- Улыбнуться («Я так рад, что вам весело!»)

- Перевести внимание на обидчиков

(«Да, я знаю, что тебе нравится так говорить»)

- Задать встречный вопрос

(«Тебе хочется так думать?»)

- Согласиться («Да, у меня полно недостатков, ты верно заметил»)

- Дать разрешение («Ты можешь так думать, если хочешь»)

### Смысл любых правильных реакций -

показать, что то, то происходит — их дело, а не твое. Это они тут что-то думают, чего-то хотят, скачут-прыгают-кричат, какие-то имеют мнения и интересы.

Ты этим если и интересуешься, то из вежливости.

