

Стратегии реагирования, которые приводят обидчика в замешательство



Ставьте насмешки под вопрос
«Почему ты так говоришь?», «Почему ты говоришь, что я тупой или толстый, и этим обижаешь меня?».



Отправьте своему обидчику убедительное послание «я хочу»
«Я хочу, чтобы ты оставил меня в покое» или «Я хочу, чтобы ты перестал дразнить меня». Хитрость заключается в том, чтобы высказать это твердым уверенным голосом, не мямля, чтобы слова не прозвучали как какое-то нытье.



Превратите обиду в комплимент
«Спасибо тебе огромное!», «Как хорошо, что ты это заметил», «Спасибо за комплимент».



Соглашайтесь
«Ты совершенно прав», «Это правда, на сто процентов!», «В точку! Ты победил!», «Люди часто замечают за мной подобное».



Говорите «Ну и что?» или «Какая разница»
«Ну и что?.. Кому какое дело?», «И что дальше?.. Что ты хочешь этим сказать?».



Проявите свое недовольство
«Ты действительно выводишь меня из себя своими насмешками» или «Мне не нравится, что ты высмеиваешь меня перед другими детьми. Мне совсем не смешно». «Если ты хочешь, чтобы мы оставались друзьями, прекрати меня дразнить». Если причиной стресса и беспокойства вашего ребенка является его друг, пусть ребенок непременно выскажет ему свое недовольство.



Проявляйте хорошие манеры
Говорите «Спасибо». «Благодарю за комментарий», «Я ценю твоё мнение». Говорите так, чтобы это звучало искренне, а затем разворачивайтесь и уходите.



Используйте сарказм
«Как будто мне не все равно?!», «Ой, не смей меня!», «О, это просто замечательно». Внешний вид и выражение лица должны соответствовать ситуации, т. е. закатывайте глаза и уходите. Это, как правило, помогает старшим детям, которые понимают и тонко чувствуют сарказм.



Игнорируйте насмешки
Уходите, не обращая внимания на насмешника, представьте, что он невидимый, бросьте взгляд на что-то другое и засмейтесь, притворитесь, что вам совершенно не интересна тема разговора, или сделайте вид, что вы не слышите обидчика. Эта стратегия помогает лучше всего в том случае, если ребенку сложно отвечать словами. Ее лучше использовать там, где ребенок может уйти от обидчика, например, в парке или на детской площадке. Это не помогает при непосредственной близости с обидчиком, например, в школьном автобусе или за столом школьной столовой.



Продemonстрируйте удивление, изумление

«В самом деле? А я и не знал». «Спасибо, что сказал». Это должно прозвучать с иронией, как будто в действительности вы так не думаете.



Если ничего не помогает
Уходите. Не оскорбляйте и не дразните обидчика в ответ. Просто уходите.