



Куда деваться от оскорблений?

Деваться никуда не надо. Понятно, что просто уходить, не обращая внимания на подобные оскорбления не по делу, ты уже "запарилась".

Сначала пойми, что твои обидчики - это "рыбаки", которые закидывают приманку на свою "жертву" ("жертва" не обязательно ты). "Рыбак" никогда не бывает самим собой, он даже не может расслабиться, так как ему нужно постоянно поддерживать свою глупую рыбацкую роль. Он явно преувеличивает свою жестокость, хочет быть более "круче", чем на самом деле. Ты его не изменишь, потому что он этого не хочет. У такого "рыбака" перебор проблем. Он злой не на тебя, а на весь мир. Короче говоря, "рыбак" пытается отыграться хоть на ком-нибудь.

Если ты хочешь тратить свои нервы напрасно и получить нервный тик в 25 лет, то ори на своих обидчиков, выставляй свои ногти вперед, округляй возмущенно глаза. Или с плачем убегай жаловаться.

В такие моменты твои обидчики будут с богатым "уловом" и наслаждаться обсуждением тебя. Поверь, они с радостью будут ждать новой встречи с тобой.

Если ничего не менять, то "ловиться" ты будешь всегда и везде. Но раз ты попросила помощи, значит, ты уже готова к действиям. Действия в ответ могут быть разные, но должны быть конкретными. Вот некоторые из них:

Первое. Ты должна защитить свой мозг, а то "закипит". Когда тебе грубят, в ответ четко скажи или хотя бы четко подумай: "Все, что ты говоришь - чушь! Я не хуже других".

Второе. Устреми на обидчика "стеклянный взгляд" (безразличный, направленный в бесконечность) в район переносицы. Попробуй, эффект потрясающий.

Третье. Смени тему, например:

1. **Слова обидчика:** "Ты, чего бабкины туфли нацепила?"

Твой ответ: "Что пристал, у тебя что-то случилось?"

2. **Слова обидчика:** "Чё ты сюда пришла?"

Твой ответ: "Что кидаешься, как собака, у тебя что-то произошло? Расскажи". (Скорее всего, он растеряется).

Четвертое. Поиграй с обидчиками, сделай вид, что ты с ними согласилась. Например:

1. **Слова обидчика:** "Ты, чё бабкины туфли нацепила?"

Твой ответ: "Ну надо же, значит, бабка в моих пойдет".

2. **Слова обидчика:** "Ты чё сюда пришла?"

Твой ответ: "И правда, чё я сюда пришла?"

3. **Слова обидчика:** "Ленка, ты дура!"

Твой ответ: "Такая вот я дура!"

Обалдев от неожиданности, они переключатся на кого-нибудь другого.

Последнее. Обратись за помощью к взрослым. Они, наверняка, знают пару-тройку способов "отшивания".

Да, всегда запоминай свои победы и неудачи в решении этой проблемы.

Удачи! ☺