КАК ПОНЯТЬ, КОГДА НУЖНО ПОМОЧЬ, А КОГДА ЛУЧШЕ НЕ ВМЕШИВАТЬСЯ?

Иногда мы видим, что кому-то трудно. И тогда сразу хочется что-нибудь сделать, чем-то помочь. А потом оказывается, что человек вовсе не хотел помощи. А бывает наоборот: мы думаем «не буду вмешиваться», хотя человек очень надеялся, что кто-нибудь его заметит и поддержит.

Есть простой секрет

Необязательно угадывать, нужна человеку помощь или нет. **Можно спросить:**

Тебе помочь?

Хочешь, я побуду рядом?

И дальше важно услышать ответ. Если человек говорит: «Нет, спасибо, я сам», — **чаще всего этого достаточно.** Помощь, которую навязывают, обычно уже перестаёт быть помощью.

Представь

Твой друг собирает сложный конструктор. Ты видишь, что у него никак не получается, и решаешь помочь — быстро собираешь всё за него. А друг расстроился ещё сильнее.

Почему?

Потому что ему хотелось справиться самому. А ты испортил ему удовольствие от процесса сборки.

Но есть ситуации, когда разрешение не нужно. Если ты видишь, что кому-то грозит опасность — например, человека бьют, он получил травму, потерял сознание, собирается сделать что-то опасное или говорит, что хочет причинить вред себе или кому-то ещё, — здесь правило «не лезть» уже не работает.

И самая правильная помощь — **быстро позвать взрослого.** Учителя, родителя, тренера, врача, охранника — того, кто может вмешаться по-взрослому. Эффективно и безопасно.

Есть ещё одна сложная ситуация

Иногда человек говорит: «Не вмешивайся», но ты видишь, что происходит что-то серьёзное. Например, друга обижают и заставляют молчать: «Только никому не рассказывай». В таких случаях рассказать взрослому — это не предательство друга, а, наоборот, помощь. Ведь секрет, из-за которого может быть причинён вред, может **натворить непоправимых последствий.**

И ещё важное правило: помогать — **не значит решать за другого** человека.

Лучшей помощью может быть простой вопрос: «Хочешь, я тебя просто послушаю?». А худшей — непрошенные советы.

Также иногда человеку действительно нужно побыть одному. И уважать его «нет», даже если он очень расстроен и плачет — тоже добрый поступок.



Последнее правило

Мы не можем каждый раз идеально понимать, вмешиваться в ту или иную ситуацию или нет. Если есть сомнения, можно сказать об этом напрямую: «Я не уверен, нужна ли тебе помощь. Но если нужна — дай знать, я рядом».

Подведём итог

Если опасности нет — сначала спроси.

Если человек отказался от помощи — уважай его решение.

Если есть опасность — зови взрослого, даже если тебя попросили молчать.

Главный принцип настоящей помощи

Не решать за человека, что ему нужно, а замечать его, спрашивать и быть рядом при необходимости.



Проверь себя

1. Когда я вижу, что кому-то трудно, что я обычно делаю первым?
2. Какие ситуации могут потребовать позвать взрослого?
3. Что ты почувствуешь, если друг не справляется с задачей, которую ты легко можешь помочь ему выполнить, но он отвечает, что твоя помощь ему не нужна?

Есть что обсудить!

Давай проверим, понимаешь ли ты, когда нужно помочь, а когда лучше не вмешиваться?

1. Ты видишь, что одноклассник никак не может выполнить задание. Что лучше сделать?

А. Сразу взять его работу и сделать всё за него.
Б. Спросить: «Тебе помочь?»
В. Сказать всем, что он не справляется.

2. Ты предложил другу помощь, а он ответил: «Спасибо, я сам». Что лучше сделать?

А. Продолжать помогать, потому что тебе виднее.
Б. Обидеться и больше никогда ему не помогать.
В. Уважить его ответ и сказать, что он может обратиться к тебе, если передумает.

3. Друг говорит тебе: «Никому не рассказывай», но ты понимаешь, что ему могут причинить серьёзный вред. Что делать?

А. Обязательно сохранить секрет.
Б. Рассказать взрослому, которому можно доверять.
В. Самому разобраться с теми, кто ему угрожает.

4. Подруга расстроена и плачет. Ты хочешь ей помочь. Как лучше начать?

А. Сразу дать ей несколько советов.
Б. Сказать: «Хочешь поговорить или тебе лучше немного побыть одной?»
В. Начать расспрашивать, пока она не расскажет, что произошло.

5. Какое правило о помощи самое правильное?

А. Хороший человек должен помогать всегда.
Б. Лучше не вмешиваться в чужие проблемы.
В. Если опасности нет — спросить, нужна ли помощь; если есть опасность — обратиться к взрослому.

Правильные ответы:
1 – Б, 2 – В, 3 – Б, 4 – Б, 5 – В