



Keď arogancia spolužiaka často nepozná hranice

Arogancia a arogantné správanie býva medzi odborníkmi prirovnávané k nezdravej pýche. Všetci dobre vieme, že **nezdravá pýcha** zapríčiňuje veľmi toxické vzťahy a prostredie medzi ľuďmi. Smutné na tom všetkom je, že arogantní ľudia sú vo väčšine hrdí ešte aj na to, že sú arogantní a berú to ako svoju „**superschopnosť**“.

Tento článok som pre teba napísal preto, aby si sa arogantným spolužiakom nenechal ponižovať, ale aby si vedel, ako sa s aroganciou vysporiadať. Často sa totiž stáva, že stretnutie s takýmto arogantným človekom v tebe zanechá nepríjemný pocit alebo ti to dokonca pokazí celý deň.

A prečo by to tak malo byť? Ty predsa nemôžeš za to, že je niekto arogantný. Dúfam, že ti moje návrhy pomôžu a že už nebudeš mať stres alebo nepohodu, keď sa budeš musieť rozprávať s arogantným človekom.

Začni svojim sebavedomím

Krok číslo jedna, ktorý je potrebný na to, aby si sa do „komunikácie“ s takou osobou vôbec mohol pustiť, je **budovať si svoje vlastné sebavedomie**. Slabších jedincov alebo ľudí s nízkym sebavedomím arogantný človek doslova

zožerie zaživa. Keď chceš stáť oproti takému človeku, musíš si byť sám sebou úplne istý. Neexistuje iná cesta. **Pokiaľ to nespravíš, vždy bude mať arogantný človek nad tebou istú moc.** Keď však naberieš odvahu a sebedovomie a postavíš sa sám za seba, minimálne odíde a nechá ťa na pokoji. Pôjde znepríjemňovať život niekomu inému.

Povedz mu, že sa nudíš

Arogantný človek si vždy užíva nepohodu iných. Je to pre neho pohonná hmota a zvláštna forma uspokojenia, keď vidí, ako majú iní ľudia problém. Keď však povieš arogantnému človeku že ťa nudí, zasiahneš ho priamo do čierneho. Arogantný človek si totiž myslí, že je dokonalý vo všetkých smeroch a teda, že v jeho priazni a blízkosti je každému najlepšie a každý s ním chce byť kamarát. Opak je pravdou. Myslí si o sebe, že je mega vtipný a tým, že mu povieš, že sa nudíš, naštrbíš jeho obraz dokonalosti a to ho dokonale rozhádže a dá ti pokoj.

Daj mu najavo, že sa ti to nepáči

Arogantný spolužiak si často vôbec neuvedomuje, **že ti ubližuje.** Spôsob, ako sa baví s ostatnými, berie ako samozrejmu vec. Ved' **on je predsa najlepší a dokonalý.** Akoby **on** v nejakej komunikácii mohol urobiť chybu? Presne v tomto momente prichádzaš na scénu ty a musíš nahlas povedať, že ti jeho správanie ubližuje. Buď mu presne povieš, ktoré jeho slová ťa zranili, alebo mu musíš minimálne povedať, že **jeho arogancia v kombinácii so slovami ťa zraňuje.** Každopádne mu to povedz. Niekoľko musí. Možno sa spamätá. Aspoň trošičku.

Nenechaj sa okabátiť

Arogantný človek vždy hrá hry s tvojou mysl'ou. Jediný spôsob, ako sa tomu vyhnúť, je **nenechať sa vtiahnuť do deja** a jeho divadelného predstavenia. Úplne treba tieto jeho pokusy odignorovať a odísť. Sú to toxické a dramatické hry, ktoré ho bavia vytvárať si ich v hlave a potom ich aplikovať na svoje „obete“. Musíš si byť toho vedomý a **vyhnúť sa tomu.** Akonáhle sa necháš vtiahnuť do deja, zase raz nad tebou zvíťazí.

Buď najmilší, ako sa len dá

Nikdy nebude arogantný spolužiak očakávať, že ty sa zachováš milo alebo láskavo, keď on zaútočí. Totálne ho to vyvedie z postoja. Preto to urob. Ja

viem, že je to veľmi zložité, **byť milý na niekoho, kto je odporný a arogantný**, ale uvedom si, že tvoja láskavosť je pre neho tak šokujúca, že sa určite zamyslí nad tým, ako sa k tebe správa. Ty dobre vieš, že si agresor milý a láskavý prístup od teba vôbec nezaslúži, ty však musíš mať nejaké eso v rukáve, keď chceš uzemniť arogantného a namysleného človeka.

Povedz mu príbeh o inej arogantnej osobe

Toto je jedna z vecí, ktorá by ho mala uzemniť takmer dokonale. Nemusíš hovoriť skutočný príbeh zo života, môžeš si ho aj vymyslieť ako podobenstvo. Dávaj pri tom pozor na to, aby si v svojom príbehu spomenul všetky najhoršie vlastnosti dotyčného spolužiaka. Zakonči ten príbeh nejakým srdcervúcim spôsobom, ako že kvôli svojej arogancii stratil kamarátov, lásku svojich blízkych...v fantázii sa medze nekladú. Podľa jeho reakcie potom uvidíš, či sa v tom našiel, alebo nie. Možno si trocha vstúpi do svedomia a začne sa správať normálnejšie. Minimálne k tebe.

Pomôž mu, ak je to v твоjich silách

Pomôž svojmu spolužiakovi - arogantnému človeku nájsť zdroj jeho arogancie a problému, ktorý mu túto aroganciu spôsobuje. Vždy existuje nejaký spúšťač. Či už sa jedná o pozitívne, alebo negatívne správanie. Možno prídeš na to, že mal veľmi škaredú minulosť a v skutočnosti veľmi trpí a preto sa takto správa. Korene takéhoto správania bývajú veľmi hlboko v človeku. Môžeš mu pomôcť kompletne zmeniť jeho život a **pomôcť mu prekonať traumy, ktoré ho zožierajú celý život**. Daj tomu iba šancu a buď trpezlivý.

PhDr. Peter Surovka, PhD.
Sociálny pedagóg
ZŠ Haniska