

# Советы — Lurkmore

← [обратно к статье «Школьная иерархия»](#)

«В школе я не был

Самым сильным и смелым, Меня чмырили хулиганы  
За мягкий нрав и хилое тело, Они же списывали у меня потом контрошки,  
Ведь я был ещё и отличник, Мало того, что чмошник. В маленькой пухлой голове  
Кипели планы мести. Я знал, когда мы вырастем, Каждый будет на своём месте

»

— *Noize MC*

Школьник! Если ты прочитал статью и почувствовал свой любимый «[butthurt](#)», то знай, что ты или шестёрка-гамма, или — да-да, **ты** прав, тебя постигла участь омеги.

Выбраться из этого режима очень трудно, но **коллективный разум** даст тебе несколько советов:

## Общие советы

Не пытайся просто огрызаться!

Огрызательства — удел слабых. Сказал, что дашь по роже — сделай так в следующую же секунду. А лучше сразу к ебням расквасить свиное рыло (относительно безопасно, но унизительно — кровь и сопля летят во все стороны), либо от души зарядить по яйцам (и не думай, что это «не по-мужски», тебя таковым всё равно не считают). Школийё трусливо и вряд ли впишется за альфу, которого пиздят, скорее всего, будет с интересом смотреть, максимум просто растащат. Но нужно понимать, что толк от твоих агрессивных действий проявится только если врагу будет нанесён серьёзный урон. Но надо найти золотую середину: если об этом узнает учитель, то просто ответить кулаками уже не получится, лол.

Не бойся быть битым.

Отвечай с удвоенной силой. Подумаешь — врежут тебе в рожу и разобьют губу. Главное при этом ответить не меньшим ущербом, или меньшим, но ощутимым.

Забудь все правила и понятия. Правила устанавливают те, кто их умеет соблюдать.

Ты же должен делать как можешь: указкой, стулом, кирпичом, подручными вещами. Но всегда заранее думай, что делаешь, а не просто хватайся. В худшем случае за тобой закрепится статус психа, а таких стараются не трогать. Однако вариант, что обидчик не менее отморозен и сам может отправить тебя стулом на тот свет, тоже нельзя не брать в расчёт.

Если боишься убить или покалечить, запомни: человек грамотно спроектирован природой, он живучая скотина, особенно твоя альфа-жертва — обычно это довольно крепкий кабан, да и ты не [Джон Рэмбо](#), а обычный ребёнок, у вас ещё мышцы толком не сформировались чтоб можно было друга «случайно» покалечить.

Желательно использовать этот прием сразу после оскорбления и, в случае необходимости, повторить, чтобы выработать у подопытных устойчивый условный рефлекс. Оскорбление → Стул в голову.

Также не забывай, что «драться» — это не значит только «бить». При умении ремень на шею сзади и постановка альфы на колени — не менее эффективно, чем кастетом в ебальник.

В общем, вашей моделью поведения вполне может быть Никки из фильма «Казино», только без втыкания в глаз ручки. Не стоит забывать, что уголовной ответственности не существует только до 14 лет.

Если же от тебя не отстают и ты собираешься избить обидчика, то не останавливайся на половине дела. Нужно закрепить результат, чтобы у противника даже мысли не возникало повторить. Если вам в очередной раз дадут пизды, то это не поднимет твой статус, а наоборот — привлечет внимание новых травителей. ВАЖНО! Поступая подобным образом, никогда не забывай, что *не стоит устраивать побоища где-то, кроме школы или родного двора*. Ты меньше других дрался, значит ты объективно слаб и более уязвим. Разница заключается в том, что в школе тебя убивать и калечить не станут (их цель тебя иметь, а не убивать, да и рядом присутствующие взрослые не позволят), а ты это можешь сделать. Потому что у тебя уже «[сорвало башню](#)», и весь класс ради своей жопы в случае чего сдаст и альфу и бегу и прочих пидоров, и скажет, что тебя довели. Даже если ещё не довели, то сделай вид, что довели. Ничего в этом страшного для тебя нет.

Не доверяй психологам!

Во многих случаях родители, узнав о травле, не придумывают ничего лучше, чем отправить вас на консультацию к психологу.

Не бойся не подчиниться родителям, поскольку если ты станешь тряпкой, то лучше тебе не станет, к тому же ты сам поспособствуешь собственному унижению и впадешь в порочный круг каждодневных

издевательств, который уже не разорвать.

Пошли родителей и психолога куда подальше. Психолог начнёт грузить: в лучшем случае тем, что, мол, нельзя отвечать кулаками на грубость («тебя обзвали — и ты обзови, нечего кулаками махать!»), а в худшем — тем, что **проблема в тебе**, обвинять, что на тебя наезжают из-за твоего высокомерия, и вообще советовать покаяться перед обидчиками (!) и стараться им угождать. Если раньше при нападках ты знал, что ты прав, и у тебя была уверенность, что когда-нибудь всё наладится, то благодаря **промывке мозгов** после каждой обиды ты будешь испытывать ещё и чувство вины.

Запишись в секцию единоборств.

Лучше всего во взрослую группу, так как среди суровых мужиков ты просто не попадаешь в их конкурентную группу. Иными словами, тридцатилетний мужик не будет **меряться хуями** с двенадцатилетним; обычно они оба согласны «у кого больше», и этот вопрос никогда не поднимается. Именно поэтому часто нормальные знающие и адекватные люди с удовольствием будут помогать тебе в развитии, так как часто даже интересно сделать из забитого парнишки не зомбированного качка, а настоящего человека с нормальным мировоззрением.

Правда, если город маленький и во всех доступных секциях уже наверняка имеются твои недруги, то это должно быть последним по значимости аргументом; при появлении же вероятности, что обидчик попытается на тренировке «случайно» тебе что-то сломать, необходимо тут же потребовать (!!!) от родителей и тренера ограждения от борзого выродка.

Если же тренироваться в секции не получается, то придётся тебе самосовершенствоваться физически самостоятельно. Можно раздобыть книги или аналогичные видеуроки по единоборствам, например, из серии «**Боевые искусства**». Но нужно понимать, что заниматься спаррингом с воздухом и без подсказок мастеров сродни **онанизму**: процесс идёт, а реального результата нет! Потому лучше сделай пока упор на общем физическом развитии — гантели, турник, пробежки, общая разминка.

Не уподобляйся быдлу.

Займись улучшением своего внешнего вида в плане походки и осанки, развивай **свою речь**. С развитием этих и перечисленных в предыдущем пункте навыков тебе будет проще в случае чего ответить на выпады обидчика и словом и делом.

Перестань троллиться!

При экзекуциях делать лицо не «я вас всех ненавижу», а «как же вы меня заебали». Если, например, забрали ботинки, а ты куда-то торопишься, можно молча пойти пожаловаться директору. Могут побить и стукачом обзовут, но и шанс повторения ситуации снизится. Однако, если директор — похуист или по каким-то причинам ненавидит лично тебя, есть риск не только огребания пиздюлей, но и учащения таких случаев, ибо уроды почувствуют свою безнаказанность. Беспроигрышный вариант — не таскать с собой лишнего хлама, которого можно лишиться и все свои вещи держать в поле зрения всё время или в одном месте — всё в рюкзаке.

Поддерживай общение.

Нахуй вся эта ранговая хуйня не сдалась? Постарайся стать похуистом. Для тебя главное — не быть омегой. Для начала эта цель вполне достижима. Общайся с другими похуистами. Рассказывай истории, пиздй в меру (а лучше немного меньше), будь отзывчивым (но не заискивай — шестёрка не любит никто). Найди себе приятеля или компанию, с которым/ой будешь ходить везде вместе. Групповой ранг кучки омег/эпсилон может выглядеть ярче чем вид беты или даже альфы. Если школа в которой ты учишься совсем уж гопническая, то метод сбивания в кучу не пойдёт. Вполне возможна массовая драка с печальными последствиями.

Если ты не тугодум, то не стесняйся парировать критические замечания альфы в твою сторону.

Учитывая, что самоуверждающиеся за чужой счет люди часто имеют серьезные недостатки и комплексы, поэтому даже дурацкие клички могут быть вполне эффективны, главное — удачно подобрать и зафорсить. В результате обидчик либо привыкнет к кликухе, либо, избегая баттхёрта, постарается избегать и тебя. Но учти: шанс выхватить неиллюзорных очень высок.

Разумеется, метод с кличками не подходит для излишне агрессивных противников, да и перегибая палку, ты сам становишься потенциальным объектом аналогичного, если не более жестокого, опускания.

Очевидно, что это в целом профилактический метод и для забитых омег он уже не подходит.

Внезапно начать ненапряжно похуистично общаться с враждебно настроенными одноклассниками — задача для объекта травли практически нереализуемая. Поэтому лучше следовать следующему по списку совету...

Будь самим собой.

Не пытайся закосить под своего парня: люди, которые пытаются закосить под искренне неприятный и чуждый им типаж, на самом деле выглядят жутко неестественно и подобострастно. Занимайся своим делом и наплюй на якобы неписанные правила, потому что их не существует. Уебки, которые докапываются к другим, ищут как раз неуверенного в себе человека с мягким характером. Если ты будешь подмазывать к ним, то считай, что ты сам заработал себе почетное звание омеги на все время обучения. Кроме того, когда долго притворяешься кем-то, то действительно становишься им. Поэтому если ты не хочешь слиться с этой грязью и потерять свое Я, то будь личностью, а не подобострастной тряпкой.

Каникулы.

Летние каникулы — **нехуёвый способ изменить свою судьбу**. Забудь про эльфа 80 уровня в BOVe, и вообще выкинь нахуй комп. Бегай по утрам, ходи в качалку, запишись в спортивную секцию (нет, шахматы и плавание не пойдут, нужна секция с боевым уклоном, причем не дзюдо и прочая восточная поебень, а скажем бокс или самбо, в идеале рукопашный бой с уклоном на применение в уличной драке, а не на ринге), желательно туда, где не занимается никто из твоих знакомых. Главное — начав, не бросить. Большинство ломается в первую неделю.

В результате, отзанимавшись все три месяца по полной, можно неплохо поднатореть. Придя в школу, сразу никого не пизди. Как только начнутся намёки на травлю — вломи, неожиданно и без предупреждений. На этом останавливаться нельзя, продолжай заниматься спортом и раздавать пиздюли — но не каждому, а только тем, кто сам с тобой решит членом помериться.

ВАЖНО! Не стоит увлекаться бицухокачением до такой степени, что это будет твоей целью в жизни. Не забывай развиваться морально и умственно.

Если ты при своём дрыщавом сложении ещё и непроходимый двоечник — подучись за лето, ёпта!

Во-первых, подымеешь авторитет у учителей (если, конечно, тебя конкретно не травили) и они впрягутся за тебя, если вздумают доебаться. Во-вторых, вполне допустим вариант, когда ты будешь выгоден для гоп-альфы в плане, скажем, списывания, и доябывать он тебя не станет. Даже если твой статус не изменится, лишние знания не мешали никому.

Хобби.

Найди себе занятие (кроме твоего любимого компа): хоть рисуй, хоть танчики клей, хоть на гитаре ебашь. Главное — увлечись с головой. Иногда бывает момент, когда твой скилл в каком-то хобби оказывается пиздецки востребованным: к примеру, вокализд пиндосских рокеров «Twisted Sister» был омегой, пока не стал петь в школьной группе.

## Конкретные советы

То, что ты прочитал выше — это правила поведения на каждый день. А ниже мы описали конкретные стратегические шаги по выправлению ситуации. К некоторым из них нужно подходить с особой осторожностью!

Этих вариантов дохрена и более, но, в силу того, что в **нашей прекрасной стране** «homo homini lupus est», полностью православным и кошерным не является ни один из них.

- **Способ первый, превентивный** — не доводить до. Не секрет, что многие родители, видя по зомбоящику новости, как в школе, **шараге** либо **армии** затоптали очередного «омегу» (особенно такими новостями любит погугать население Пиманов), испытывают баттхёрт за будущее сына в русской школе, **суровой и беспощадной**. Поэтому они прямо перед школой отдают своих сынов «**на карате**» или записывают в секцию жёсткого спорта, типа **хоккея**.
  - Минусы:
    1. Школьная **гопота** тоже любит ходить на карате.
    2. Всё зависит от ребёнка — если он не любит или боится устраивать Теккен **ИРЛ**, обучи его хоть сотне приёмов — ни один не поможет; хуже того, может внушить ложную уверенность в своих силах, которая ой как быстро рассеивается после первого выбитого зуба.
    3. Доёбывающиеся могут оказаться не из родного класса, а классом старше.
    4. Стоит упомянуть и охуевших малолеток, которые либо имеют прикрытие со стороны старшеклассников, либо охуенно быстро бегают. Такие очень любят травить старших омег, банально обзываясь, или бросают в них твердые (или грязные) предметы. При попытке омеги вломить им пизды, приходит суровый амбал из 11 класса (с целью выебнуться перед малыши или перед самкой) и со словами «Что ты маленького обижаешь!!!» начинает тебя мудохать, либо малолетка просто убегает. Если ты малолетку подловишь и навешаешь люлей, то в будущем она либо перестанет страдать такой хуйнёй в отношении тебя (что случается редко), либо сначала отбежит на безопасное расстояние, на котором останется безнаказанной, и оттуда начнёт выкрикивать оскорбления. Впрочем, бороться с подобной борзотой можно и нужно, всячески **показывая своё превосходство в возрасте**, а наказание ограничивать показательной поркой: очень эффективно и вызывает неиллюзорный **butthurt**.
- **Способ второй, стандартный** — обратиться к *своим* старшим родственникам или друзьям. Те вполне могут устроить альфе весёлую жизнь в виде пары-тройки фингалов под глазом. Поможет? Всё зависит от степени «**заомегованности**» поциента. Если «**омегуют**» давно и упорно, поможет ненадолго. Ещё одним недостатком способа является повышающееся **ЧСВ** «омеги», который после прихода подкрепления охуевает и начинает сам выебываться на бывших донимателей. Что делать крайне неразумно. Впрочем, опасайся и **стокгольмского синдрома**. Следует добавить, что легче всего школьную иерархию переносят дети из больших семей (более трёх детей; большое количество родственников, среди которых могут оказаться менты, юристы, гопники и так далее): во-первых, к иерархии они привыкли и дома, во-вторых, неприкольно, когда, доебавшись до лоховатого второклассника, после школы встречаешь трёх его братьев-старшеклассников с недовольными лицами и большими кулаками. Отсюда совет начинающим родителям: коли у вас есть время на воспитание, рожайте больше одного, пока Путин материнский капитал не отменил.
- **Способ третий, крысиный** — стукнуть на обидчиков. Если родители омеги действительно хотят,

чтобы их дитё училось без проблем, — они примут какие-то меры, вплоть до суда. При сильных побоях или вымогательстве можно стучать прямо в [ментуру](#) и начинать требовать реальное бабло за каждый синяк. Минусы способа: параметр «Уважение» поциента падает ниже плинтуса (хотя казалось бы, он и раньше был на уровне дна) — это раз. Учителям зачастую похуй на проблемы детей, «пусть разбираются сами» — это два. В-третьих, родители могут оказаться тупорылыми [жлобами](#), считающими, что «[проблема в тебе](#)», либо такими же боящимися скандалов, слабоадаптированными к конфликтам омегами, как и их чадо, а потому неспособными разрулить ситуацию. Да, и ещё — часто альфы являются спортсменами, которые приносят школе медали и тому подобное, или детьми богатых родителей, а это означает протекцию со стороны директора. Тут может помочь только уголовное дело против обидчика и судебный иск к защищающей его школе, подкреплённые [«зафиксированными»](#) и [«задокументированными»](#) в травмпункте увечьями или видео, [хотя...](#) Тем не менее, если обидчику нет четырнадцати, то уголовное дело на него ввиду идиотичности законов завести не получится; мало того, школогопота может устроить ябеде «тёмную», а в особо отмороженных школах, случается, и провести сеанс целебной уринотерапии по [Малахову](#) или [накормить сгущёнкой](#). Также не исключены минусы предыдущего пункта.

- **Способ четвёртый, рисетный** — сменить школу (тащемта, менять школу при всех вышеперечисленных способах рекомендуется всё равно, дабы не трепать себе нервы). В новой школе тебя встретят по-новому. Но нет никакой гарантии, что не начнётся то же самое. Да обязательно начнётся, если школа того же ранга. К тому же, если город маленький, у альфы из старой школы могут быть связи там, куда ты переходишь, и информация о твоём статусе может дойти и до твоей новой школы. Если город достаточно большой (в нём больше, чем пять школ) — лучше перейти в школу, которая находится в другом районе. Только для этого заранее нужно быть готовым к вопросам от новых одноклассников, типа «Почему ты не учишься по месту жительства» (отвечай что-то вроде «Учителя в той школе больные на голову» или «Знакомые предков сказали, что тут пизже»). Или же можно подтянуться по учёбе и перейти в лицей (бывшие ПТУ, ага) или гимназию, где приматы отсутствуют чуть более, чем полностью. Особо рекомендуется перейти в заново набирающийся класс — здесь умный человек вполне может занять куда более добротное место в строящейся иерархии. Замечено, что в частных школах, в классах из 6-10 человек, иерархия выражена слабее, по ряду причин (здесь и подбор учеников, и контроль со стороны администрации, и лучшее понимание одноклассниками друг друга, опять же за счет малочисленности, и просто меньшая напряженность). Потенциальных альф быстро приструняют, разделения на бет и гамм почти не происходит, омеги появляются разве что в случаях собственного клинического отличия от остальных, и то дальше легкого словесного троллинга дело заходит крайне редко. При наличии в городе подобных заведений, и денег у родителей на такие изыски, самый простой и эффективный метод упрощения себе жизни.
- **Способ пятый, экстернатный** — перейти на домашнее или индивидуальное обучение.

В общем-то, плюсы налицо — не посещая школу и устранив проблему сосуществования со школьной гопотой и просто придурками, при наличии ума у родителей и школяя, можно более эффективно тратить своё время и в итоге, возможно, даже обогнать в развитии (и в учёбе, и в спорте) всех травивших когда-то долбоёбов.

Однако минусов дохрена, и многие из них обманчиво кажутся незначительными. Основной минус — недостаток социальной адаптации. И хоть неизвестно, что ударит по психике ребёнка меньше — недостаток общения со сверстниками или его [каждодневный переизбыток](#), но многие видят в этом решение всех бед, ибо с первого взгляда проблема решаема — есть возможность общаться со сверстниками во всяких кружках и секциях, где иерархическая лабуда не столь жёсткая. Вдобавок сейчас популярно обсуждать вопросы про всякие спецшколы с обучением по интернетикам и учителями, всегда готовыми помочь за ваши деньги. Наслушавшись такого, многие более-менее грамотные школьники начинают мечтать чуть ли не повторить подвиг дяди Ульянова, получившего даже высшее образование на дому. Но не всё так просто.

Во-первых, не всегда поблизости есть нужные секции; во-вторых, и самое важное: вопрос стимула к обучению, без которого запуганный ботаник просто превратится в туповатого хикки — ибо зачем постоянно читать и работать над учебниками, если можно хернёй страдать? И выбрось надежды на часто рассказываемые сказки про обучение по [Skype](#) и прочую лабуду — такое возможно только в центральных городах, в большинстве нестоличных городков специальных интернет-школ для экстернов нет, а потому они просто носят домашки, контрольные и ходят сдавать экзамены в обычную школу, где интернетик нужен для отправки писем через мыло и максимум для поддержания странички школы на никому неизвестном ресурсе.

Именно поэтому при выборе такого способа родителям нужно серьёзно прикинуть, выдержит ли их дитя — да и они сами — такое, ибо фэйлы, когда бывший «вундеркинд» потом «вылетает в трубу» из-за социальной неадаптированности, в таких ситуациях довольно часты.

- **Способ шестой, холопский** — данный способ особенно эффективно применять в школах, находящихся в относительно благополучных районах. В иных учебных заведениях, где преобладают гопники, можно, конечно, тоже попробовать, но там омегу могут неправильно понять, и, как следствие, очередной раз избить. Если только что оказавшийся в своём статусе омежка понял, что попал он в класс не совсем отбитых деградантов, понимающих лишь язык силы, то он, используя навык красноречия, может попробовать организовать с остальными своеобразные дипломатично-экономические отношения, сместив участь быть центром травли на кого-то другого. То есть, он может, упреждая буллинг, договориться о том, что именно он должен сделать, чтобы его не опустили головой в унитаз: раздобыть альфаху с компанией пару бутылок Жигулёвского, перенести портфели

из класса в класс, и т. п. Может показаться, что это просто замена унижений с физической болью на унижения без неё, однако это не совсем так. Дело в том, что люди, услужливо оказывающие помощь коллективу за минимальное вознаграждение ценятся практически в любых системах, вне зависимости от целей этих систем и негативного настроения их участников ко всему существу. Поэтому, выполнять совсем уж грязную работу с завидной регулярностью надо будет лишь сначала, позже отношение класса к экс-омега будет улучшаться. В идеале может дойти до того, что он получит неплохое место в иерархии где-то между гаммами и бетами в качестве снабжающего звена, и всё, что ему будет нужно делать, дабы поддержать статус — изредка выполнять указания альфы или бет. Кроме того, если у жертвы, помимо всего прочего, развит скилл юмориста, то она может отпускать изречения, которые местное небыдло будет считать забавными, и тем самым веселить весь класс, опять же повышая уровень хорошего отношения к себе. И хотя данный способ, по сути, подразумевает наилучший для омеги выход из ситуации, нельзя не отметить его во всех смыслах неестественную сложность. Кроме уже упомянутой необходимости иметь хорошо развитые харизму, красноречие и убедительность, работает всё это только при условии, что омега получил свой статус сравнительно недавно, и он ещё не успел закрепиться до конца. В противном же случае обидчики будут только наслаждаться тщетными попытками жертвы установить с ними контакт. Также, при особой борзости альфы или даже всего класса, можно так и не выйти с унижительных работ и получить демо-версию [дедовщины](#) в армии. В этом случае придётся воспользоваться способами четыре или пять.

- **Способ седьмой, героический** — если совсем прохода нет, а родителям и учителям наплевать, то можно последовать новому модному течению — [принести в школу ружжо](#) и перестрелять обидчиков. Забава [очень популярна в США](#). Но если верить новостям по зомбоязику, благодаря [каким-то сайтам](#), где подобным героям даются советы, как правильно замочить полкласса, плавно перетекает в Европу (пруфлинков не будет).

[Korn - Thoughtless \(Official HD Video\)](#)  
[Омега нашёл девушку и отомстил](#)

[Korn - Clown \(Official HD Video\)](#)  
[Клоун](#)

Минусы способа очевидны: дальше — либо десять лет тюрьмы (больше у нас малолеткам пока не дают), либо помещение в учебно-воспитательное учреждение закрытого типа (ака «детская тюрьма»), где те же самые коллективы, но более жёсткого типа, и омега там имеют похлеще, чем в настоящей тюрячке, либо [суицид](#).

Можно последовать и примеру [Невады-тян](#) — разница лишь в том, что ранение будет нанесено лишь альфе, а не всему классу.

Вообще, рекомендации по мочилову давать весьма сложно в силу ряда очевидных причин, среди которых первое место занимает возникновение неожиданных деталей. Например, у противника могут быть родители-бандиты. Или твой отец «не по уставу» хранит ружьё, что позволило тебе его взять — с него за это спросят по полной. Если ты нерд, которого травят животные — ты сам сумеешь разобраться в ситуации и, вероятнее всего, завалить ключевых персон без лишнего шума. И, может быть, даже не спалишься. Если ты только считаешь себя таковым (а все асоциальные малолетние долбоёбы мнят себя непризнанными гениями) — ты удачно избавишь мир не от N, а от N+1 дегенератов, ну то есть, включая себя. В любом случае конспиративная операция лучше открытого побоища уже тем, что даёт хоть какие-то шансы остаться беленьким и пушистым, а если твой враг ещё и нешуточно всем напакостил и вообще метит в малолетние бандиты, круг подозреваемых расширяется до всего твоего [Мухосранска](#), а усердие ментов по поиску тебя падает ниже плинтуса.

- **Способ восьмой, шакалий** — просто найди более слабого в классе и унизь — морально или физически, как хочешь. Тем самым ты поднимешься выше в ранговой иерархии, а твой поверженный соперник встанет на твое место. В целом метод проще любого сорта противостояния альфе — разумеется, если совесть позволяет и на большее сил нет. По сути, ты будешь пытаться втереться в группу приближенных к альфе. Минус этого способа заключается (помимо низости самого поступка и огромного минуса в карму) в том, что слабак не всегда пользуется наименьшим уважением в классе: вполне возможен тот вариант, что альфа либо весь коллектив станет ещё больше тебя доябывать («чё, сука, на слабых выёбываешься?!», причём тот же довод в их отношении альфами будет игнорироваться теперь уже заслуженно).
- **Способ девятый, противоучительский** — если к травле подключается учитель, в ответ на ее нападки только 3 слова: «иди на хуй». Именно такие, именно в такой последовательности. В идеале при всем классе. Если переспросит, сказать то же самое, громче и четче. На предложение выйти из класса и отправляться к директору ответь теми же 3-мя словами и оставайся на месте. Двух-трех применений достаточно, чтобы даже самая злая марьянна от тебя отстала, а альфа как минимум перестал считать чмом. Если возникнут вопросы от родаков, просто расскажи все как есть. Неприменимо в гоп-классе, где учителя посылают по 3 раза за урок.

Если ты уже взрослый, но всё ещё чувствуешь себя омегой, то ищи пути решения сам. Несколько лет назад в паутине был популярен креатив «Кирпичи» (не путать с альт-рок-группой!). Вредные советы там тоже есть, но помочь хоть чем-то он должен. Ссылки: [алеф](#), [бет](#), [гимель](#) — текст весёлый, но сначала прочти [тренинги личностного роста](#), ибо кирпичи наполовину оно.