

## Mida peaks teadma kiusamisest?

**Õppetund 1.** Kiusamisel on 4 tunnust, mis peavad kõik korraga kehtima. Mis need on?

- 
- 
- 
- 

Mõttele ühele juhtumile, mis sul meelde tuleb. Kas juhtum vastab nendele tunnustele? Kui sa ei tea seda öelda, siis millist infot sa veel juurde vajaksid?

**Õppetund 2.** Kiusamisolukorras on peale kiusamise all kannatava ja kiusava lapse kõrval veel rollikandjaid. Millised on rollid kiusamises?

Kellel neist on täita kõige tähtsam roll? Miks?

**Õppetund 3.** Kuigi koolil on oma kohustused ja võimalused kiusamise ennetamiseks ja peatamiseks, saab ka lapsevanem teha palju, et kasvatada kiusamiskindlat last. Kõige alus on usalduslik suhe oma lapsega. Selleks tuleks järjepidevalt harjutada:

- avatud küsimuste esitamist; näiteks
- aktiivse kuulamise võtteid; näiteks
- mina-sõnumite kasutamist; näiteks
- vajadusel ka kehtestavaid mina-sõnumeid; näiteks

**Õppetund koju:** kiusamisvaba.ee lehel on palju kasulikku nii vanemale, lapsele kui õpetajale. Näiteks leiad vastuse küsimusele, **kuidas ära tunda, et mu last kiusatakse** <https://kiusamisvaba.ee/kiusamine-ja-abi/abiks-lapsevanemale/> ning saad täiesti tasuta **lugeda lapsevanemate miniõpikut**, mis on saadaval nii eesti, vene kui inglise keeles <https://kiusamisvaba.ee/kiva-programm/lapsevanemate-miniopik/>