

KUIDAS SIIS VÄLTIDA LAPSE MUUTUMIST KIUSLIKUKS?

Kuidas kujundada lapse enesehinnangut ja õpetada talle enda väärtustamist?

- Püüa näha maailma sallivalt ja mõistvalt ja näita seda nii ka lapsele
- Ära halvusta ega räägi taga teisi inimesi, ära luba seda teha ka lapsel
- Ole ise avatud ja positiivne kui teised vanemad räägivad oma laste probleemidest
- Väljenda oma positiivseid tundeid (ma hoolin sinust väga; ma armastan sind; ma olen sinu üle rõõmus ja uhke; ma olen sinuga koos õnnelik jne)
- Õpeta ka oma last tunnetest/muredest rääkima, arenda lapse tunnete sõnavara
- Arutle lapsega kiusamisolukordade üle, rääkige väärtustest – see paneb lapsed mõtlema
- Seleta lahti tülisituatsioonid (peres, multifilmides)
- Julgustage oma lapsi korraldama mängukohtumisi rühma erinevate lastega, tähistage lasteaiakaaslastega üheskoos sünnipäevi
- Julgusta oma last kaitsma sõpru, kes pole võimelised end ise kaitsma
- Ole lapse kiitmisel konkreetne (sa oskad seda nii hästi! mulle meeldib see, kuidas sa... aitäh sulle, et ...)
- Tunnusta lapse pingutusi ja saavutusi (sa nägid tõesti palju vaeva; ma nägin, et sa püüdsid; sa võid enda üle uhkust tunda, sest...).



Toetunud psühholoogide Auli Andersalu-Targo ja Helve Saat tekstidele Häid mõtteid võib leida ka raamatutest Michele Elliot „Kiusamine”, Jo Frost „Superlapsehoidja”

Mitte see ei loe, kes me oleme sündides, vaid see, kelleks meid julgustatakse ja võimaldatakse saada

Gael Linden eld 2003

RÕNGU LASTEAE
PIHLAKOBAR



**Meie
ütleme
üheskoos
"Ei kiusamisele!"**

KIUSAMINE (SH LASTEAIAKIUSAMINE) ON SIHILIK JA JÄRJEKINDEL PAHATAHTLIK KÄITUMINE KAASLASTE SUHTES, MIS SAAB ALGUSE KODUST JA LASTEAIAST.

See võib olla

- füüsiline (löömine, tõukamine, näpistamine, sülitamine, mängu mitte võtmine, mänguasjade ära võtmine, esemete loopimine jne)
- emotsionaalne (ähvardamine, alandamine, tõrjumine, teistega juhtuvate õnnetuste üle naermine, teiste kohta halva rääkimine (nn „taga rääkimine”) jne)
- verbaalne (halvustavate hüüdnimede panek, solvavate märkuste tegemine, mõnitamine, narrimine jne).

MIKS MUUTUB LAPS KIUSLIKUKS?

Reeglina annab laste vastuvõetamatu käitumine aimu mingist probleemist millega ta toime ei tule

- kohanemisraskused
- suhted kodus või lasteaias
- hirm, ebakindlus, tähelepanuvajadus
- oskamatus olla sõber, leida sõpru
- igavus

Kui laps käitub vastuvõetamatult, siis on ta tavaliselt omadega ummikus, hädas. Kui ta õigel ajal abi ei saa, siis kandub kiusamine edasi kooli, tööle, kõikidesse suhetesse.



SOOVITUSED LAPSEVANEMATELE

Kui tahate kiusamist lõpetada:

- Leia oma lapsele AEGA
- Püüa mõista, mis on antud käitumise põhjus
- Hinda lapse tegu, mitte last
- Ole oma hinnangutes objektiivne
- Laps oma käitumist muuta ei saa, küll saad seda aga Sina
- Vestle õpetajate, teiste lastevanematega probleemist, otsige põhjusi, keskenduge võimalikele lahendustele. Asi paraneb ainult KOOSTÖÖS!
- Kui enam ei oska, otsi abi. Vajadusel pöördu spetsialistide poole
- Mõtle ja otsusta, mida saad muuta. Midagi saab alati muuta.
- Ole kannatlik!

KIUSAMISE TAGAJÄRJED

Kiusuohvril võivad esineda

- stressisümptomid, mis kajastuvad kõhu- ja peavalu, unehäirete ja ärevushoogude näol
- ebakindlus, ülitundlikkus, ärevushood
- vastumeelsus lasteaias suhtes
- madaldunud enesehinnang
- enesesüüdistus kiusamise esilekutsumises

Nii vaimne kui füüsiline kiusamine koolieelses eas jätab jälje lapse vaimsele ja kehalisele arengule. Kiusatud lapsel kujunevad kergesti välja ebaõiged hoiakud suhtlemisel ümbritseva keskkonnaga.

