

- **Mida saab teha õpetaja**

Kiusamisega tegelemine, selle ennetamine, märkamine, sellesse sekkumine nõuavad õpetajalt tahtmist, aega ja energiat. Suure töökoormuse tõttu seda alati ei jätku.

Õpetaja võimalused:

1. Tunda oma lapsi, nende iseloomu, iseärasusi, tugevusi ja nõrkusi
2. Olla kontaktis lapsevanematega, suhelda nii heas kui halvas
3. Kasutada ära olemasolevaid tugiteenuseid koolis ja väljaspool seda (logopeed, psühholoog, psühhiaater, noorsoopolitsei jne)
4. Mitte karta ka ebamugavaid teemasid ja lasta lastel neil teemadel arvamust avaldada.
5. Tõsisemate probleemide ilmnemisel mitte tegutseda mõtlematult, vaid pidada nõu vanemate, lapse enda, koolipsühholoogi jt asjakohase spetsialistiga

- **Mida saavad teha vanemad**

1. Ärge jätke oma last üksi. Kuulake tema muret ka siis, kui esmapilgul tundub, et selles ei ole midagi erilist.
2. Ärge kunagi kartke oma lapse kaitseks välja astuda, kuid alati mõelge enne, kui hakkate sekkuma või reageerima.
3. Arutage koos lapsega, kellega peaks nõu pidama.
4. Meenutage iseenda tundeid, mõtteid ja üleelamisi samas vanuses. Mida te oma vanematelt kõige enam ootasite ja mis teid kõige enam häiris?

- **Mida saavad teha klassikaaslased**

Kiusamine saab toimuda ainult kõrvalseisjate kaasabil. Kaasõpilased võivad olla kiusamise puhul kas kaasajooksikud, õhutajad, eemalehoidjad või kaitsjad (Sullivan, 2004). Kõige lihtsam on hoida eemale ja võtta hoiak, et see pole minu asi. Kõige raskem on astuda kiusajatele vastu. Kiusamine ei võta enamasti suuri mõõtmeid, kui klassis on grupp õpilasi, kes julgevad seda avalikult hukka mõista.