

ਬਾਲ ਸੰਭਾਲ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨਾ - ਦਾਦਾਗਿਰੀ

ਜੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਤੋਂ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਵਾਪਰਨ 'ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਅਕਾਂ ਦਾ ਭਾਈਵਾਲੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਅਹਿਮ ਹੈ।

ਇੱਕ ਸਮੂਹ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਬਣਨਾ ਸਿੱਖਣਾ

ਜਦ ਬੱਚੇ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਵਿਖੇ ਹਾਜ਼ਰੀ ਭਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਹ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਨਵੇਂ ਸਮੂਹ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਏਥੇ ਰਚਣ-ਮਿਚਣ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਕੋਲੋਂ ਕੁਝ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਸਮਾਜਕ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਆਦਰਸ਼ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਆਦਰਪੂਰਵਕ ਅਤੇ ਸਮੂਹੀਅਤ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਆਹਰੇ ਕਿਵੇਂ ਲੱਗਣਾ ਹੈ
- ਇਹ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਾਰਗ-ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਕਿ ਮਜ਼ਬੂਤ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨਯੋਗ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਮੌਜੂਦ ਹਨ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜਦ ਗੁੱਸਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਗੁੱਸੇ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਜਿਵੇਂ ਕਿ “ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਮੇਰੇ ਖਿਡੌਣੇ ਲੈ ਲੈਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੈਨੂੰ ਖਿਝ ਆਉਂਦੀ ਹੈ”, ਬਜਾਏ ਮਾਰਨ ਜਾਂ ਧੱਕਾ ਦੇਣ ਵਰਗੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕਰਕੇ।
- ਇੱਕ ਮਦਦਗਾਰੀ ਸਮੂਹ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਬਣਨ ਲਈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਵਹਾਰ ਵਾਸਤੇ ਸਲਾਘਾ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਮੌਕੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣਾ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, “ਸਾਡੇ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਛੋਟੇ ਭਰਾ ਦਾ ਟੋਪ ਲੱਭਣ ਲਈ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ, ਉਹ ਮੈਨੂੰ ਸੱਚਮੁੱਚ ਚੰਗਾ ਲੱਗਿਆ”।

ਬਾਰ-ਬਾਰ ਜੁਬਾਨੀ, ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਮਾਜਕ ਵਿਵਹਾਰ ਰਾਹੀਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਨਿਰੰਤਰ ਅਤੇ ਜਾਣ-ਬੁੱਝ ਕੇ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨਕ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜਾਂ ਸਮੂਹ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵਧੇਰੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਉੱਤੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਕਤੀ, ਜਾਂ ਸਮਝ ਲਈ ਗਈ ਸ਼ਕਤੀ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਇਸ ਦੇ ਵਾਪਰਨ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਅਯੋਗ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਿਸਮ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਾਰਨ ਵਾਸਤੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੇ ਤੁਰੰਤ, ਔਸਤ ਅਤੇ ਲੰਬੀ-ਮਿਆਦ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸ਼ਾਮਲ ਲੋਕਾਂ ਉੱਤੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੋਲ ਖੜ੍ਹੇ ਲੋਕ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਬਰਾਬਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਾਪਰੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਵਾਦ ਜਾਂ ਲੜਾਈਆਂ, ਚਾਹੇ ਇਹ ਆਹਮਣੇ-ਸਾਹਮਣੇ ਹੋਣ ਜਾਂ ਔਨਲਾਈਨ, ਨੂੰ

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਜੋਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ [Bullying No Way](#) ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਤੇ ਜ਼ਿਕਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਜੋਂ ਪਰਿਭਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- **ਸਰੀਰਕ:** ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਮਾਰਨਾ, ਧੱਕਣਾ ਜਾਂ ਮੁੱਕਾ ਮਾਰਨਾ, ਜਿਸਦੀ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਹੋਣ ਦੀ ਪ੍ਰਵਿਰਤੀ ਵਧੇਰੇ ਹੈ।
- **ਜੁਬਾਨੀ:** ਪੁੱਠੇ ਸਿੱਧੇ ਨਾਮ ਲੈਣਾ, ਛੇੜਨਾ, ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਬਾਰੇ ਨਕਾਰਾਤਮਕ ਅਫਵਾਹਾਂ ਫੈਲਾਉਣਾ, ਜਾਂ ਨਸਲੀ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ।
- **ਸਮਾਜਕ ਅਲਹਿਦਗੀ:** ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਬੱਚਿਆਂ ਜਾਂ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹਾਂ ਨੂੰ ਖੇਡ ਜਾਂ ਸਮਾਜਕ ਪ੍ਰਸਥਿਤੀਆਂ ਤੋਂ ਵਾਂਝਾ ਰੱਖਣਾ।
- **ਸਾਈਬਰ:** ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚਿੜਾਉਣ, ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਕਰਨ, ਧਮਕਾਉਣ ਜਾਂ ਤੰਗ-ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਤਕਨਾਲੋਜੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲਿਖਤੀ ਸੰਦੇਸ਼ ਭੇਜਣਾ ਜਾਂ ਈਮੇਲ ਭੇਜਣਾ।

ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੇ ਚਿੰਨ੍ਹ

- **ਸਰੀਰਕ:** ਨੀਲ ਜਾਂ ਝਰੀਟਾਂ, ਜਾਂ ਜੇ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਬਿਸਤਰਾ ਗਿੱਲਾ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਰਾਤ ਨੂੰ ਡਰਾਉਣੇ ਸੁਪਨੇ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਹ ਭੁੱਖ ਦੀ ਕਮੀ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ।
- **ਸਮਾਜਕ:** ਜੇ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਦੇਸਤ ਨਾ ਹੋਣ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਵਿਖੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਨਾਂਹ-ਨੁੱਕਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।
- **ਭਾਵਨਾਤਮਕ:** ਜੇ ਕੋਈ ਬੱਚਾ ਆਪਣੇ ਚਰਿੱਤਰ ਤੋਂ ਉਲਟ ਨਾਖੁਸ਼, ਡਰਿਆ ਹੋਇਆ, ਪਰੇਸ਼ਾਨ, ਚਿੰਤਾਗ੍ਰਸਤ ਹੈ, ਜਾਂ ਘਰ ਵਿਖੇ ਮਿਜ਼ਾਜ ਵਿੱਚ ਝਟਪਟ ਤਬਦੀਲੀ ਦਿਖਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- **ਬੌਧਿਕ:** ਜੇ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਕਿਰਿਆਵਾਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਆਪਣੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਵਿੱਚ ਪਿੱਛੇ ਹੋ ਗਏ ਜਾਪਦੇ ਹਨ।



ਸਿੱਖਿਅਕਾਂ ਵੱਲੋਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਰਣਨੀਤੀਆਂ

ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਵਾਪਰਨ 'ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿੱਖਿਅਕ ਕਈ ਸਾਰੀਆਂ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਾਸਤੇ ਸਿਫਰ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਨੀਤੀ ਅਪਣਾਉਣਾ
- ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਚੱਲਣ ਦੇ ਸਮਾਜਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਚਿਤ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨੂੰ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ, ਸਹਿਕਰਮਚਾਰੀਆਂ, ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਅੰਤਰਕਿਰਿਆ ਕਰਨ ਦੇ ਆਦਰਪੂਰਨ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਮਿਸਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਨਾ
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਕਿ ਸਾਰੇ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਉਚਿਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੇ ਵਾਪਰਨ 'ਤੇ ਇਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰ ਸਕਣ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਦਖਲ ਦੇ ਸਕਣ ਕਿ ਹਰ ਕੋਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ
- ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਦਾਦਾਗਿਰੀ-ਕਿਸਮ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਵਧੇਰੇ ਵਿਸ਼ਾਲ ਹੋ ਜਾਣ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਦੇਣ ਦੀਆਂ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਸਿਖਾਉਣਾ। ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਜੁਬਾਨੀ ਬੇਇੱਜ਼ਤੀ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਅਸਹਿਮਤੀ ਜ਼ਾਹਰ ਕਰਨਾ: “ਮੈਨੂੰ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਨਾਮ ਨਾਲ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹੋ।”

ਜੇ ਬੱਚੇ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਨਾਲ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਘਰ ਵਿਖੇ ਜਾਂ ਸੇਵਾ ਵਿਖੇ ਦੋਨਾਂ ਥਾਂਵਾਂ 'ਤੇ, ਸ਼ਾਮਲ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਉਚਿਤ ਹੱਲ ਅਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਲੱਭਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਭਾਈਵਾਲੀ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸਿੱਖਿਅਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ।



ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਰਣਨੀਤੀਆਂ

ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ੱਕ ਪੈਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹ ਜਾਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਕਿਸੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਕਸਰ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖੁਦ ਸਮੱਸਿਆ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਜਾਂ ਸਮਰੱਥਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਤਾਂ ਕਈ ਸਾਰੀਆਂ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਅਪਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਜੇ ਕੁਝ ਵਾਪਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਹਾਮੀ ਭਰੋ, ਅਤੇ ਇਹ ਚੀਜ਼ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ 'ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਪ੍ਰਸ਼ੰਸਿਤੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋਗੇ।
- ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨਾ ਜਾਂ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਵਾਲੇ ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਦੇਣ ਜਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਯੋਗਦਾਨ ਪਾਉਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੋ।
- ਉਸਾਰੂ ਵਿਵਹਾਰਾਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ 'ਤੇ ਧਿਆਨ-ਕੇਂਦਰਿਤ ਕਰਕੇ ਜੋ ਉਹ ਵਧੀਆ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਤਮ-ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਦੁਬਾਰਾ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਜੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਪਰੋਕਤ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੁਝ ਕੁ ਮਦਦਗਾਰੀ ਹੋਣਗੀਆਂ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਵਿਚਾਰੇ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਹੋਰ ਰਣਨੀਤੀਆਂ ਵੀ ਹਨ:

- ਘਰ ਵਿਖੇ ਵਾਪਰਨ ਵਾਲੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੀ ਮਾਤਰਾ 'ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਰੱਖੋ, ਕਿਉਂਕਿ ਬੇਹੱਦ ਮੁਕਾਬਲੇਬਾਜ਼ ਵਾਤਾਵਰਣ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਵਾਸਤੇ ਇਹ ਸਿੱਖਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਹੋਰਨਾਂ ਨਾਲ ਸਹਿਯੋਗਕਾਰੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਦਾਦਾਗਿਰੀ ਦੇ ਗੋੜ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਿਖਾਉਣ ਦੇ ਉਚਿਤ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕੋ।
- ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛਕੇ ਦੂਸਰੇ ਬੱਚੇ/ਬੱਚਿਆਂ ਉੱਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਦੇ ਪੈਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਉਸਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ: “ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਹਰ ਦਿਨ ਉਸ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕੀਤਾ ਸੀ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸੋਚਣ ਮੁਤਾਬਿਕ ਉਸ ਬੱਚੇ ਨੇ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤਾ ਸੀ?” ਜਾਂ “ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋਗੇ ਜੇ ਕੋਈ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਟੀਮ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣ ਨਾ ਦੇਵੇ?”

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾ ਵਿਖੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਸਿੱਖਿਅਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਭਾਈਵਾਲੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਆਪਣੀ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸੰਭਾਲ ਸੇਵਾ ਵਿਖੇ ਸਿੱਖਿਅਕਾਂ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਸੰਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਮਸਲੇ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਲੱਭਣ ਵਾਸਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰੋ। ਹੱਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਸਿੱਖਿਅਕਾਂ ਅਤੇ ਖੁਦ ਬੱਚਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।