

Familias pueden ayudar



Observe a los cambios en el comportamiento, estado de ánimo o actitud de su hijo/a, incluyendo:

- dolores de cabeza o de estómago
- pérdida de interés en la escuela
- problemas para dormir o comer
- moretones inexplicables
- miedo de asistir a la escuela
- ansiedad
- depresión

La mayoría de los niños que son testigos de acoso quieren ayudar a prevenir pero no saben cómo. En siguiente hay algunos pasos que pueden tomar los estudiantes.



Estudiantes pueden:

- ✓ AYUDAR a la víctima con cambiando el tema (distracción)
- ✓ ALEJAR a la víctima de la situación
- ✓ DECIR "Alto, eso es intimidación"
- ✓ EVITAR mirar ni reír de la intimidación
- ✓ REPORTAR el bullying al personal escolar

Bullying es un daño de intimidación físico, social o emocional que es deliberado, repetido y dirigido a aquellos que son vistos como menos poderosos. Este tipo de intimidación puede comenzar en preescolar y puede continuar hasta la edad adulta. Puede tomar varias formas: físico, verbal, relacional y cyber.

Maestro/as y personal trabajan con los estudiantes para reducir y prevenir bullying. Nuestro objetivo es crear ambientes escolares que promueven:

- APRENDIZAJE EMOCIONAL Y SOCIAL** que enseña empatía y resolución de conflictos
- DESARROLLO COMUNITARIO** a través de círculos en clase
- EJERCICIOS RESTAURADORA** para reparar si se hubo daño hecho a otros en la comunidad



ESCUCHE

a su hijo/a sin interrumpir o hacer preguntas de clarificación



DÍGALES que usted está dispuesto/a para ayudar



ASEGURE a su hijo/a que el acoso es inaceptable y no es su culpa



ANIME a su hijo/a buscar ayuda de un adulto o maestro/a en la escuela



INFORME cualquier preocupación al maestro/a de su hijo/a o personal escolar



Marcar TIP411 & mensajear 707SAFE más su consejo anónimo de seguridad

Recursos en la Red Para Familias

www.stopbullying.gov
www.nvusd.k12.ca.us/bullying
www.nvusdwellness.org



Para prevenir bullying






Practique estos pasos para crear un ambiente de aprendizaje positivo

- 1 **AYUDE** a resolver problemas sin usar intimidación
- 2 **ENSEÑE Y DEMUESTRE** amabilidad y tolerancia
- 3 **HABLE** sobre maneras positivas de ganar estatus social



Bullying is physical, emotional, or social harm that is deliberate, repeated, and targeted at those who are seen as less powerful. Bullying is not a conflict or fight. Bullying can take several forms: physical, verbal, relational and cyber.

NVUSD teachers and staff work with students to prevent and respond to bullying and create positive school cultures through:

-  **SOCIAL EMOTIONAL LEARNING** curriculum, which teaches empathy & problem solving
-  **COMMUNITY BUILDING** through classroom circles
-  **RESTORATIVE PRACTICES** to repair if harm is done to others in the community






Families can help



Watch for changes in your child's behavior, mood, or attitude including:

- *problems sleeping or eating*
- *head or stomach aches*
- *anxiety, depression*
- *fear of going to school*
- *loss of interest in school*
- *unexplained bruises*



-  **LISTEN** without interrupting, ask clarifying questions
-  **TELL** them you are ready to help
-  **REASSURE** your child that bullying is unacceptable and not their fault
-  **ENCOURAGE** your child to seek help from an adult at school or at a Wellness Center
-  **REPORT** any concerns to your child's teacher

Most children who witness bullying want to make it stop but don't know how. Below are some steps students can take.



What students can do:

- ✓ **HELP** by changing the subject (distracting)
- ✓ **TAKE** the targeted child away from situation
- ✓ **SAY** "Stop, that's bullying."
- ✓ **AVOID** watching or laughing at bullying
- ✓ **TELL** an adult at school



Dial TIP411 & text 707SAFE
plus your anonymous safety tip

Web Resources for Parents

- www.stopbullying.gov
- www.nvUSD.k12.ca.us/bullying
- www.nvUSDwellness.org



To prevent bullying



Practice these steps to create a positive learning environment

- 1 HELP** students solve problems without bullying
- 2 TEACH & MODEL** kindness & tolerance of others
- 3 DISCUSS** positive ways to gain social status