



¿Qué está aprendiendo mi niño o niña?

Su niño o niña está aprendiendo acciones y palabras seguras y respetuosas que ayudan a seguir las reglas de la clase.

¿Por qué es esto importante?

En las clases donde los niños siguen reglas que hacen que en el salón haya un ambiente seguro y respetuoso, es menos frecuente que ocurra el bullying.

Pregunte a su niño o niña: ¿Qué quiere decir que algo es “seguro”? Respuesta de *Second Step*: Que no lastima los sentimientos ni el cuerpo de nadie. **¿Cuáles son algunas cosas seguras que puedes decir o hacer para seguir las reglas de la clase?** Respuestas posibles: Hacer: Mantener las manos y los pies quietos y en su lugar. Caminar tranquilo en el salón. Pedir disculpas cuando se hace algo por accidente. Decir: “Sigue las reglas”. “Escucha al maestro(a)”. “Lo siento”.

¿Qué quiere decir ser “respetuoso”? Hacer y decir cosas amables y educadas. **¿Cuáles son algunas cosas respetuosas que puedes decir o hacer para seguir las reglas de la clase?** Respuestas posibles: Cosas que hacer: Incluir a los demás. Ofrecer ayuda y hacer cosas amables. Ser educado. Cosas que decir: “¿Quieres jugar conmigo?”. “¿Estás bien?”. “Por favor”. “Gracias”.

Práctica en el hogar

Preste atención cuando su niño o niña necesite ayuda para recordar cómo comportarse de manera segura y respetuosa en la casa. Recuérdele cosas seguras y respetuosas que puede hacer o decir: **Veo que tu hermano quiere jugar contigo. ¿Qué cosa segura y respetuosa puedes hacer por él?** Espere a que su niño o niña responda. **¿Qué cosa segura y respetuosa puedes decirle?** Espere a que su niño o niña responda.

Actividad

Ayude a su niño o niña a pensar en cosas seguras y respetuosas que puede hacer o decir mientras juega con otros niños. Ayude a su niño o niña a hacer un dibujo de cosas que puede hacer y a escribir las palabras para las cosas que puede decir.

Maneras seguras y respetuosas de jugar con los demás

¿Qué puedes hacer?	¿Qué puedes decirte a ti mismo(a) o a otros?

(NOMBRE DEL NIÑO O NIÑA)	(FECHA)	(FIRMA DEL ADULTO)
--------------------------	---------	--------------------



¿Qué está aprendiendo mi niño o niña?

Su niño o niña está aprendiendo cómo reconocer el bullying.

¿Por qué es esto importante?

Ser capaz de reconocer el bullying es el primer paso para lograr detenerlo.

Bullying es un comportamiento malintencionado o que hace daño, que se repite y que la persona que lo sufre no puede detenerlo.

Pregunte a su niño o niña: ¿Cómo sabes cuando alguien está sufriendo de bullying? Respuestas posibles: Alguien trata mal a otra persona una y otra vez a propósito. Ocurre de manera continuada. La persona que sufre de bullying no puede detenerlo.

¿Cómo crees que te sentirías tú si alguien te hiciera bullying? Respuestas posibles: Triste, herido(a), enojado(a), asustado(a), con miedo, avergonzado(a), incómodo(a).

Práctica en el hogar

Ayude a su niño o niña a reconocer el bullying. Primero, pregúntele: **¿Puedes hablarme de alguna vez que te ocurrió algo a ti o a otro niño o niña que tú creas que era bullying?** Luego haga estas preguntas para ayudar a su niño o niña a reconocer si realmente fue bullying.

- **¿Alguien trató mal a otra persona a propósito?** Si responde que sí, haga la siguiente pregunta. Si responde que no, es probable que no haya habido bullying.
- **¿Ocurrió una y otra vez?** Si responde que sí, haga la siguiente pregunta. Si responde que no, es probable que no haya habido bullying.
- **La persona que sufría de bullying, ¿pudo detenerlo?** Si responde que sí, pregunte: **¿Qué hiciste tú u otra persona para lograr que se detuviera?**

Si usted y su niño o niña creen que fue bullying y su niño o niña no ha podido detenerlo, repórtelo al maestro(a) o al director(a).

Actividad

Lea las situaciones con su niño o niña. Use las preguntas de la sección anterior de Práctica en el Hogar para ayudar a su niño o niña a decidir si lo que ocurre es bullying. Luego pida a su niño o niña que ponga una X en el recuadro correspondiente para indicar cómo es la situación: “Es bullying” o “No es bullying”.

Situaciones	Es bullying	No es bullying
1. Alguien te deja fuera del juego todos los días a propósito.		
2. Alguien te quita un juguete con el que estás jugando solamente una vez.		
3. Alguien te dice todos los días que va a golpearte si no haces lo que te dice.		
4. Alguien discute contigo sobre a quién le toca el turno primero.		

**Nota para el adulto: Las situaciones 2 y 4 son problemas que es necesario tratar, pero no son situaciones de bullying.*

(NOMBRE DEL NIÑO O NIÑA)	(FECHA)	(FIRMA DEL ADULTO)
--------------------------	---------	--------------------



¿Qué está aprendiendo mi niño o niña?
 Su niño o niña está aprendiendo cómo reportar el bullying a un adulto que se preocupa por él o ella.

¿Por qué es esto importante?
 Los adultos que se preocupan por los niños y los escuchan pueden ayudarlos a mantenerse a salvo del bullying.

Pregunte a su niño o niña: ¿Qué debes hacer cuando alguien te hace bullying a ti o a otro niño o niña?
 Respuesta de *Second Step*: Reportarlo a un adulto que se preocupa por nosotros.

¿Qué debes hacer si reportar el bullying no ayuda a detenerlo? Respuesta de *Second Step*: Seguir diciéndoselo a otras personas que escuchen y puedan ayudar a detenerlo.

Práctica en el hogar

Ayude a su niño o niña a practicar cómo reportarle a usted lo que ocurrió en la escuela cada día. Esto le dará práctica para recordar detalles de lo que ocurrió a lo largo del día, lo cual constituye una habilidad importante cuando se reporta el bullying. Pídale que lo(la) mire directamente, manteniendo la cabeza levantada y los hombros hacia atrás y que diga, con un tono de voz fuerte y respetuoso: “Necesito reportar lo que ocurrió hoy”.

Pregunte a su niño o niña:

- ¿Qué ocurrió?
- ¿Quién más estaba allí?
- ¿Cuándo ocurrió?
- ¿Dónde ocurrió?
- ¿Había ocurrido esto antes?

Repitan esta práctica a lo largo de la semana. Dígale a su niño o niña que quiere escuchar tanto las cosas buenas como las cosas malas que ocurren.

Actividad

Lea las situaciones con su niño o niña. Para cada situación, ayude a su niño o niña a escribir el número de la persona a la que puede reportar el bullying en el recuadro Número(s). Se puede elegir a más de una persona para cada situación.

- 1.** Consejero(a) de la escuela **2.** Padre o madre **3.** Supervisor(a) del patio **4.** Maestro(a) **5.** Supervisor(a) del comedor

Situaciones	Número(s)
Alguien te dice todos los días que no puedes jugar “tag” con los demás en el recreo.	
Alguien te hala el cabello en el autobús todos los días.	
Alguien te pincha siempre con un lápiz durante la clase.	
Alguien te dice siempre cosas malintencionadas sobre la ropa que llevas.	
Alguien te dice una y otra vez que te va a torcer el brazo si no le das tu leche a la hora del almuerzo.	

(NOMBRE DEL NIÑO O NIÑA)	(FECHA)	(FIRMA DEL ADULTO)
--------------------------	---------	--------------------



¿Qué está aprendiendo mi niño o niña?

Su niño o niña está aprendiendo cómo rechazar el bullying cuando se produce.

¿Por qué es esto importante?

Una manera en que los niños pueden ayudar a detener el bullying es decir palabras y frases firmes, para rechazarlo cuando ocurre.

Pregunte a su niño o niña: ¿Cuáles son algunas palabras o frases que puedes decir cuando alguien te hace bullying? Respuesta posible: “¡Basta! Eso es bullying”.

¿Puedes mostrarme cómo se ve y cómo se oye cuando dices esas palabras de manera firme? Su niño o niña se coloca frente a usted, mirándolo(a) directamente, mantiene la cabeza levantada y los hombros hacia atrás y dice, con un tono de voz fuerte y respetuoso: “Basta. Eso es bullying”.

Práctica en el hogar

Ayude a su niño o niña a practicar cómo decir no para rechazar el bullying. Imaginen que usted es el niño(a) que está haciendo bullying. Pida a su niño o niña que se coloque frente a usted, mirándolo(a) directamente, con la cabeza levantada y los hombros hacia atrás y que diga, con un tono de voz fuerte y respetuoso: “Basta. Eso es bullying”. Repitan esta práctica a lo largo de la semana.


Actividad

Lea la historia siguiente con su niño o niña. Pida a su niño o niña que escriba en el globo de diálogo de Carmen palabras para rechazar el bullying. Luego pídale que se pare derecho(a), frente a usted, y que lea las palabras de Carmen usando un tono de voz fuerte y respetuoso.

Esta es Carmen. Hoda la insulta todos los días. Carmen no ha logrado que Hoda deje de hacerlo. Reconoce que está sufriendo de bullying y reporta el bullying a su maestro(a). Su maestro(a) la ayuda a practicar qué decir para rechazar el bullying de Hoda y cómo decirlo. ¿Qué dice Carmen?



(NOMBRE DEL NIÑO O NIÑA)	(FECHA)	(FIRMA DEL ADULTO)

	<p>¿Qué está aprendiendo mi niño o niña? Su niño o niña está aprendiendo maneras en las que los testigos pueden ayudar a detener el bullying.</p>	<p>¿Por qué es esto importante? Los testigos tienen el poder de detener el bullying defendiendo a los demás, reportando o ayudando a reportar el bullying e incluyendo a los demás. Pero los testigos también pueden hacer el bullying peor si se unen a él o no ayudan.</p>
---	--	---

Pregunte a su niño o niña: ¿Qué es un testigo? Respuesta de *Second Step*: Alguien que ve o sabe que alguien sufre de bullying.

¿Cuáles son algunas cosas que pueden hacer como testigos para ayudar a detener el bullying?

Respuestas posibles:

- Defender a la persona que sufre de bullying y decir: “Basta. Eso es bullying”.
- Reportar o ayudar a reportar el bullying a un adulto que se preocupa por nosotros.
- Incluir a los demás invitándolos a unirse a nosotros.

Un testigo es alguien que ve o que sabe que alguien sufre de bullying.

Práctica en el hogar

Diga a su niño o niña que incluir a los demás puede ser una manera de evitar que ocurra el bullying. Recuérdele a su niño o niña que incluya a los demás invitándolos a unirse a él o ella: **Veo que tu hermana está interesada en lo que tú y tu amigo(a) están haciendo con esa plastilina. ¿Pueden invitarla a ayudarlos a hacerlo?**

Actividad

Lea cada situación. Pida a su niño o niña que encuentre la imagen que representa mejor la situación 1 y haga un círculo alrededor del 1 debajo de esa imagen. Repita la actividad con las situaciones 2 y 3. Luego pida a su niño o niña que se pare y que practique cómo decir las palabras para cada imagen en voz alta y con firmeza.

Situaciones

1. Defender a la persona que sufre de bullying. Di: “Basta. Eso es bullying”.
2. Reportar o ayudar a reportar el bullying a un adulto que se preocupa por nosotros. Di: “Necesito reportar un caso de bullying”.
3. Incluir a los demás invitándolos a unirse a ti. Di: “¿Quieres jugar conmigo?”.

		
<p>1 2 3</p>	<p>1 2 3</p>	<p>1 2 3</p>

<p>(NOMBRE DEL NIÑO O NIÑA)</p>	<p>(FECHA)</p>	<p>(FIRMA DEL ADULTO)</p>
---------------------------------	----------------	---------------------------