



### ¿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 hermana está llorando. ¿Qué cosa segura y respetuosa puedes hacer por ella?** Espere a que su niño o niña responda. **¿Qué cosa segura y respetuosa puedes decirle?** Espere a que su niño o niña responda.

### Actividad

Pida a su niño o niña que haga un compromiso o una promesa de comportarse de manera segura y respetuosa en la casa. Lea el compromiso con su niño o niña. Háblele sobre algunas cosas seguras y respetuosas que pueden hacer en la familia. Luego firmen el compromiso juntos. Pidan a otros miembros de la familia que firmen el compromiso también. Luego deje que su niño o niña decore el compromiso. También puede dejar que su niño o niña cree su propio compromiso y lo decore. Firmenlo cuando esté terminado.

*Compromiso para un comportamiento seguro y respetuoso*

Prometo comportarme de manera segura y respetuosa en la casa.

(MI FIRMA)

(FIRMA DEL ADULTO)

(FIRMA DE UN MIEMBRO DE LA FAMILIA)

(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:**

- **¿El bullying ocurre a propósito o por accidente?** *A propósito.*
- **¿Es el bullying malintencionado o amable?** *Malintencionado.*
- **¿El bullying ocurre una sola vez o sucede una y otra vez?** *Una y otra vez.*
- **¿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 practicar cómo reconocer el bullying. Pregunte a su niño o niña sobre su día en la escuela: **¿Jugaron y trabajaron juntos y bien los niños hoy?** Si responde que sí, pregunte: **¿Qué cosas hicieron que fueron amables y respetuosas?** Si responde que no, pregunte: **¿Qué ocurrió?** Luego haga más preguntas para ayudar a su niño o niña a reconocer si lo que ocurrió 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.
- **¿Había ocurrido esto antes?** Si responde que sí, haga la siguiente pregunta. Si responde que no, es probable que no haya habido bullying.
- **¿Pudiste (o pudo, si le ocurrió a otro niño o niña) detenerlo?** Si responde que sí, pregunte: **¿Qué hiciste (o qué hizo) para detenerlo?**

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**

Pida a su niño o niña que coloree la palabra “Reconocer” que aparece abajo.

Reconocer

(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

Ayude a su niño o niña a pensar en adultos a los que puede reportar el bullying. Asegúrese de que incluye algunos adultos de la escuela y al menos un adulto de la casa. Escriba sus nombres abajo.

---

---

---

---

(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 debe colocarse frente a usted, mirándolo(a) directamente, manteniendo la cabeza levantada y los hombros hacia atrás y decir, 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 esas palabras o a usar una señal que signifique basta con sus hermanos y hermanas o con otros niños cuando sea necesario, como cuando un niño(a) le quita un juguete a otro, lo pellizca o lo golpea, o cuando dice o hace cosas malintencionadas a otro niño(a). Preste atención cuando su niño o niña tiene problemas para hacer que otro niño(a) deje de tratarlo(a) mal o de comportarse de manera indeseada. Recuérdele a su niño o niña que sea firme y que use la señal de basta:

- Mira directamente a la persona.
- Mantén la cabeza levantada y los hombros hacia atrás.
- Di con un tono de voz firme y respetuoso: “Basta. No me gusta eso”.

Ayude también a su niño o niña a practicar qué debe hacer cuando recibe una señal de basta: dejar de hacer lo que está haciendo, respirar profundamente, alejarse o hacer otra cosa. Si los comportamientos malintencionados o indeseados no se detienen, ayude a su niño o niña según sea necesario.

### Actividad

Cree con su niño o niña una señal de basta para la familia y dibújenla en el recuadro. También pueden dibujar la señal de basta de la escuela o elegir una de las señales que se proporcionan. Pida a todos los miembros de la familia que practiquen cómo usar la señal y qué hacer cuando reciben una señal de basta: dejar de hacer lo que están haciendo, respirar profundamente, alejarse o hacer otra cosa. Usen la señal de basta siempre que sea necesario.



(NOMBRE DEL NIÑO O NIÑA)

(FECHA)

(FIRMA DEL ADULTO)



### ¿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.

### ¿Por qué es esto importante?

Los testigos tienen el poder de detener el bullying defendiendo a los demás y reportando la situación. Pero los testigos también pueden hacer que el bullying sea peor si se unen a él o no ayudan.

**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?**

- 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 hermano quiere unirse al juego que tú y tu amigo(a) están jugando. ¿Puedes invitarlo a jugar contigo?**

### Actividad

Lea con su niño o niña las tres diferentes maneras en las que un testigo puede ayudar a detener el bullying. Luego pídale que elija una de esas maneras, que la señale con una marca de verificación y que haga un dibujo en el recuadro de abajo o en un papel aparte.

- Defender a la persona que sufre de bullying.  Reportar el bullying.  Incluir a los demás.

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