

## CONSEJOS

Si su hijo está **siendo intimidado**:

- Asegúrese de que su hijo sepa que la intimidación no es su culpa. No lo critique.
- Póngase en contacto con su maestro, consejero escolar o el director de inmediato.
- Averigüe si la escuela de su hijo tiene un programa anti-bullying y, si no, anime a la escuela para que comience uno.
- Enséñele a su niño que puede pedirle ayuda a un adulto si se siente amenazado
- Anime a su hijo a caminar con un adulto o un niño mayor, si no se siente seguro en la escuela o en el vecindario.
- Identifique áreas seguras (casa del vecino, biblioteca). Dígale a su hijo/a que vaya a una de estas áreas si se siente amenazado.
- Asegúrese de que su hijo tenga el número de teléfono de un adulto que pueda ayudarlo.
- Proporcione a su hijo un ambiente seguro y positivo en el hogar.
- Si es necesario, busque ayuda profesional de los proveedores comunitarios de salud mental para apoyar a su hijo.
- Averigüe si su estado tiene leyes con respecto a la intimidación.



¡¡BASTA!!  
Los niños NO  
queremos  
más violencia ni  
acoso escolar.



## RECURSOS

Oficina de Educación y Resolución  
de Quejas del Estado de Washington  
[http://www.governor.wa.gov/oeo/publications/006\\_spanish.pdf](http://www.governor.wa.gov/oeo/publications/006_spanish.pdf)

Nuestro correo  
[circulo.mujeres5@gmail.com](mailto:circulo.mujeres5@gmail.com)

En colaboración con:



Intercommunity  
Peace & Justice Center  
[www.ipjc.org](http://www.ipjc.org)  
206.223.1138

¡ALTO AL  
BULLYING!

RESPECTO E IGUALDAD  
PARA TODOS



*"La libertad nunca es  
voluntariamente otorgada  
por el opresor, debe de ser  
exigida por el que está  
siendo oprimido."*

*Martin Luther King*

Este es un mensaje del  
Círculo de Mujeres  
para la Justicia de  
Bothell, WA  
2012

## ¿Qué es el “Bullying”?

El **bullying** es un tipo de comportamiento negativo reiterado que puede ser verbal, no verbal y/o físico; en forma directa o indirecta. Implica conductas de intimidación, burla, aislamiento, amenaza y/o insultos donde un desequilibrio de poder ocurre entre el **agresor** y su **víctima**. La intención es premeditada: causar daño.

## Tipos

### **Intimidación directa:**

- Agresión física (golpear, patear).
- Agresión verbal (comentarios ofensivos raciales y/o sexuales).
- Agresión no verbal (gestos de amenaza).

### **Intimidación indirecta:**

- Intimidación física (conseguir que una persona asalte a otra).
- Intimidación verbal (esparcir rumores).
- Intimidación no verbal (excluir).
- “Cyberbullying”

## Mitos

- Pensar que este acoso es una parte inevitable de la niñez.
- Pedirle a la víctima que se defienda.
- Asumir que el acoso le enseñará a nuestros hijos a ser más fuertes.
- Pensar que las víctimas son unos cobardes y que carecen de habilidades sociales.
- Tratar de resolver la situación llamando a los padres del agresor.

## SEÑALES DE ADVERTENCIA

### ¿Es su hijo una víctima?

- No quiere ir a la escuela
- Viene a casa con la ropa, libros, o pertenencias dañadas.
- Frecuentemente “olvida” o “pierde” sus pertenencias.
- Demuestra cortes, rasguños o moretones.
- Tiene pocos amigos.
- Demuestra tenerle miedo a la escuela, montarse en el autobús, caminar a la escuela, o tomar parte en actividades con otros compañeros.
- Baja su rendimiento académico.
- Parece estar triste, mal humorado, lloroso o deprimido cuando llega de la escuela.
- Se queja de una variedad de dolencias físicas, sobre todo en días de escuela.
- Tiene dificultades para dormir y/o comenta tener pesadillas.
- Parece ansioso y/o tiene baja autoestima.
- Habla sobre el suicidio.

### ¿Es su hijo el agresor?

- Tiene la tendencia a discutir y enfadarse muy rápidamente.
- Se molesta rápidamente y muestra ira hacia los demás.
- Tiende a ser mandón(a).
- Rara vez muestra empatía hacia los demás.
- Quiere ganar, a veces a cualquier costo.
- Le gustan los juegos rudos.
- A menudo se niega a cooperar.

## CONSEJOS

*Es esencial que los padres intervengan a tiempo cuando su niño presenta señales de ser agresor o víctima de acoso*

Si su hijo está **intimidando** a otros:

- Aclérole que la intimidación no es aceptable.
- Haga a su hijo responsable de su comportamiento.
- Establezca reglas claras en su hogar y consecuencias lógicas para cuando éstas reglas no se sigan, tales como el retiro de privilegios.
- Limite la exposición de su hijo a programas de televisión y/o juegos de video violentos.
- Pase tiempo con su hijo y preste atención a lo que el/ella hace con sus amigos.
- Apoye sus talentos y habilidades al fomentar actividades positivas, como la participación en deportes.
- Si hay evidencia de que su hijo ha intimidado a otros, tómelo en serio.
- De ser necesario, busque ayuda profesional en los proveedores comunitarios de salud mental.

