

Estimados Padres y Tutores,

Hoy en lección 8 de Voces por la Seguridad su hijo aprendió acerca de palabras y acciones que pueden herir a niños por dentro de sus cuerpos haciéndolos sentir inseguros o muy descontentos. Desafortunadamente, hay veces que bullying empieza tan temprano como en la escuela preescolar. Como padre o guardián debe saber que tiene que hacer si su hijo pasa por bullying. Los resultados de bullying no se ven como los moretones o una cortada, y sin embargo bullying puede interferir con el desarrollo médico de un niño y puede tener un impacto negativo a través de su vida entera. Algunos adultos no se han recuperado del bullying y abuso emocional que pasaron en su infancia. La meta es prevenir bullying o comenzar cuando empieza. Si piensa que a su hijo los están bullying a cualquier edad, aquí encontrará algunas sugerencias útiles:

1. Si nota que su hijo está especialmente estresado, retirado, triste, se está quejando de dolor de cabeza o estómago por una razón desconocida, o habla acerca de lo algo malo que le hizo o dijo otro niño, anime a su hijo a que hable con usted de lo que está pasando. Si el problema continúa, escriba la fecha y algunos detalles cada vez que su hijo le cuente algo de lo que está pasando.
2. Planifique con su hijo cómo manejar al bully – por ejemplo, 1. Anime a su hijo utilizar sus palabras si se siente seguro para utilizarlas, 2. Anime a su hijo a que le diga a un maestro o a otro adulto en el que confía, 3. Practique con su hijo lo que le puede decir al bully – por ejemplo, míralo directo a los ojos y utiliza una voz fuerte y segura. No anime a su hijo a que pelee o que maltrate o que se burle – esto no le enseñará a hijo hacerle frente al bullying y hasta puede causar más daños. No le diga a su hijo que se tiene que “endurecerse” o “olvídate de lo que pasó” u no se burle ni le llame nombres como “gallina.” Consulte con su hijo y mire cómo utilizar sus palabras con el bully y decirle al un adulto de confianza trabajo, y averigüe si el bullying continúa.
3. Hable con el maestro – no espere más de un par de semanas o un mes y no asuma que el maestro sabe lo que está pasando. Hágale saber al maestro que está preocupado y que quiere que el bullying pare. Si el maestro no responde de manera que lo satisface a usted, hable con el Director o el Principal. Comparta sus notas de lo que su hijo le dijo que pasó cuando pasó. Usted tiene el derecho de saber que acciones tomará la escuela o guardería para dirigirse al problema. Conduzca un seguimiento.
4. No confronte al niño que está haciendo el bullying ni a sus padres. Seguido esto forma defensivas y pueden agravar la situación para usted y su hijo. Trabaje con su hijo, su maestro, el principal o director si es necesario.

Lo que digan o hagan los padres y guardianes también tiene un gran impacto en los niños. Frecuentemente el gritar, llamar nombres, comentarios que insultan, golpear las puertas, etc. También son dañinas para los niños. Niños que pasan por este tipo de dolor por dentro son más probables de pasar por problemas con el desarrollo saludable y problemas toda la vida tal como depresión, baja auto estima, utilizar sustancias, y relaciones problemáticas. La próxima semana Voces por la Seguridad continuará a platicar con los niños acerca de maneras que los adultos y otros niños pueden decir o hacer que les cause dolor por dentro. Los niños practicarán a responder por utilizar el acrónimo de ALTO. Si usted mismo ha sido negativamente afectado por bullying o abuso emocional en el pasado, por favor visite la sección de padres en el sitio de internet del programa donde encontrará información útil en sanar el pasado, manejar el estrés, y tratar con una variedad de problemas difíciles. También hay información para padres en la disciplina segura y saludable para los hijos.

Para más información por favor visite [voicesforsafety.com](http://voicesforsafety.com), o por correo electrónico [info@voicesforsafety.com](mailto:info@voicesforsafety.com), o hable con su maestro de Head Start.