

# *Bullying*

*(Acoso/Intimidación Escolar)*

**Ariana Pantoja, School Counselor/Consejera Escolar**  
**916-277-7137 [apantoja@lasac.info](mailto:apantoja@lasac.info)**

**Dianna Dominguez, School Counselor/Consejera Escolar**  
**916-277-7137 [ddominguez@lasac.info](mailto:ddominguez@lasac.info)**

# Reminders

- Keep yourself muted when not speaking
- Participation is encouraged
- Please complete survey at the end
- Next presentation will cover the topics of anxiety, mindfulness, and tips about what you can do during the summer with your children. This presentation will be at LAS on May 23, 2023 at 5pm.

# Recordatorios

- Manténgase en mudo
  - Su participación es importante
  - Por favor complete la encuesta al final
  - La próxima presentación cubrirá los temas de ansiedad, atención plena y consejos sobre lo que puede hacer durante el verano con sus hijos. Esta presentación será en LAS el 23 de mayo de 2023 a las 5pm.
-



Grosero vs. Cruel vs. Bullying

Rude vs. Mean vs. Bullying

**Grosero**: Decir o hacer algo que lastime a otra persona sin hacerlo intencionalmente o con malicia una (o dos) veces

Ser grosero puede incluir eructar en la cara de alguien, brincarse al frente de una fila, o presumir que el estudiante recibió la calificación más alta.

En sí, cualquiera de estos actos pueden parecer elementos de bullying, pero cuando se consideran en contexto, incidentes de grosería usualmente son espontáneos, actos desconsiderados pero sin haberlos planeado con anticipación, basados en no pensar antes de actuar, falta de buenos modales o narcisismo, pero no destinados a realmente lastimar a la persona. Estos actos también no pasan con frecuencia.

**Rude**: Inadvertently saying or doing something that hurts someone else one (or two) times

Rudeness might look like burping in someone's face, jumping ahead in line, or bragging about achieving the highest grade.

On their own, any of these behaviors could appear as elements of bullying, but when looked at in context, incidents of rudeness are usually spontaneous, unplanned inconsideration, based on thoughtlessness, poor manners or narcissism, but not meant to actually hurt someone. These behaviors are also infrequent.

**Cruel**: Intencionalmente decir o hacer algo para lastimar a alguien una (o dos) veces

La mayor distinción entre comportamiento “grosero” y “cruel” tiene que ver con intención; mientras ser grosero usualmente no es intencional, comportamiento cruel muy intencionalmente tiene como objetivo lastimar o despreciar a alguien.

Los niños son crueles cuando critican la ropa, apariencia, inteligencia, o cualquier otra cualidad que puedan encontrar para criticar o menospreciar.

**Mean**: Purposefully saying or doing something to hurt someone once (or maybe twice)

The main distinction between "rude" and "mean" behavior has to do with intention; while rudeness is often unintentional, mean behavior very much aims to hurt or depreciate someone.

Kids are mean to each other when they criticize clothing, appearance, intelligence, coolness or just about anything else they can find to denigrate.

---

**Muy seguido, el comportamiento cruel en niños es motivado por sentimientos de coraje y/o con intención de levantarse ellos mismos a comparación de la persona que están criticando o menospreciando.**

**Seguidamente, ser cruel en niños suena mucho como:**

- “¿De veras te pusiste ese mismo suéter otra vez? ¿Que no te lo acabas de poner la semana pasada?”
- “¡Te odio!”

Very often, mean behavior in kids is motivated by angry feelings and/or the misguided goal of propping themselves up in comparison to the person they are putting down.

Commonly, meanness in kids sounds like:

- "Are you seriously wearing that sweater again? Didn't you just wear it, like, last week? "
  - "I hate you!"
-

**Sin duda alguna, el comportamiento cruel puede lastimar seriamente y los adultos pueden hacer una gran diferencia en la vida de gente joven cuando responsabilizan a los niños por sus acciones crueles.**

**Aun así, ser cruel es diferente a ser “bully” de maneras muy importantes que deben entenderse y hacer distinciones cuando se trata de intervención.**

Make no mistake; mean behaviors can wound deeply and adults can make a huge difference in the lives of young people when they hold kids accountable for being mean.

Yet, meanness is different from bullying in important ways that should be understood and differentiated when it comes to intervention.

---

**Bullying (Acoso/Intimidación):**  
**Comportamiento agresivo,**  
**persistente, e indeseado que es**  
**intencionalmente dañino para**  
**otra persona y que a menudo**  
**implica un desequilibrio de poder**  
**observado o percibido.**

**Bullying = Persistent, unwanted**  
**aggressive behavior that is**  
**intentionally hurtful towards**  
**another person and often involves**  
**an observed or perceived power**  
**imbalance.**

---



**Adicionalmente, bullying es definido como el repetido uso por uno o más estudiantes de una expresión ya sea escrita, oral, verbal o electrónica o un acto físico o gesto dirigido a una persona que:**

- **Emocionalmente o físicamente dañe a un estudiante o dañe su propiedad personal**
- **Cause que un estudiante tenga miedo razonable a ser dañado/agredido/lastimado**
- **Crea un ambiente hostil para un estudiante en la escuela**
- **Infringe en los derechos de un estudiante en la escuela**
- **Tiene el efecto de interrumpir sustancialmente la operación ordenada del salón o del ambiente escolar**

Further, bullying is defined as the repeated use by one or more students of a written, verbal, or electronic expression or a physical act or gesture directed at an individual that:

- Emotionally or physically harms a student or damages the student's property
  - Causes a student to be in reasonable fear that he or she will be harmed
  - Creates a hostile environment for the student at the school
  - Infringes on the rights of a student at the school
  - Has the effect of substantially disrupting the orderly operation of the daily classroom instruction or school environment
-

Tipos de acoso como descritos en  
Póliza Contra el Acoso de LAS:

**Acoso emocional:** excluyendo o ignorando persistentemente, atormentando, amenazando a través de gestos, burlando o humillando al otro, incitando a otros al acoso

**Acoso físico:** empujando, pateando, pellizcando, pegando rasguñando, abofeteando, mordiendo, jalando; interfiriendo con la propiedad o las posesiones de otro

**Acoso racista** (raza; color; religión; ascendencia; origen nacional) mofa racial, bromas y gestos, grafiti e insignia racista, literatura racista en circulación, o cualquier tipo de maltrato

**Acoso sexual o por género** (género; orientación sexual; identidad de género y expresión): contacto físico no deseado, comentarios sexualmente abusivos, acechos, victimización homofóbico

**Acoso socioeconómico:** (posición social; estado económico, empleo de los padres, nivel educativo, nivel de salud/nutrición): Burlas socioeconómicas, mofa, graffiti, o cualquier tipo de maltrato

**Acoso verbal:** insultos persistentes, burlas sistemáticas no deseadas, intimidación o comportamiento amenazante

**Acoso cibernético:** Todas las áreas de internet, incluyendo pero no limitado a, correo electrónico, mal uso de salas de chat, amenazas por teléfono y mensajes de texto, mal uso de tecnología asociada por ejemplo cámaras, cámaras de web y videos

**Acoso indirecto:** difundir historias desagradables o rumores maliciosos sobre alguien, excluyendo a alguien de grupos sociales, enviando correos electrónicos maliciosos o mensajes de texto en teléfonos móviles

## Types of bullying as described in LAS Anti-Bullying Policy:

**Emotional bullying:** excluding or persistently ignoring, tormenting, threatening through gesture, ridiculing or humiliating the other, inciting others to bully

**Physical bullying:** pushing, kicking, pinching, hitting, scratching, punching, biting, pulling; interfering with someone else's property or possessions

**Racist bullying** (race; color; religion; ancestry; national origin): racial taunts, jokes and gestures, graffiti and racist insignia/badges, circulating racist literature, or 'picking-on' behavior of all kinds

**Sexual/Gender bullying** (gender; sexual orientation; gender identity and expression): unwanted physical contact, sexually abusive comments, stalking, homophobic victimization

**Socioeconomic Bullying:** (social status; economic status, parent occupation, education level, health or nutrition level): Socioeconomic taunts, jokes, graffiti, or 'picking-on' behavior of all kinds

**Verbal bullying:** persistent name-calling, systematic unwanted teasing or taunting, intimidation or threatening behavior

**Cyber bullying:** All areas of internet, including but not limited to, email, internet chat room misuse, mobile threats by phone calls and text messaging, misuse of associated technology, i.e. camera, web cams, and video facilities

**Indirect bullying:** spreading nasty stories or malicious rumors about someone, excluding someone from social groups, sending malicious emails or text messages on mobile phones

# What Bullying is not:

Bullying is NOT:

- Two friends who are mad at each other
- Someone just being mean one time
- When someone teases the other person and the other person thinks it funny.
- When someone does something hurtful to another person on accident, or without understanding the negative effects of the behavior.

# Lo que el bullying no es:

El bullying NO es:

- Dos amigos que están enojados el uno con el otro
  - Alguien que es cruel una vez
  - Cuando alguien se burla de la otra persona y la otra persona piensa que es gracioso.
  - Cuando alguien hace algo hiriente a otra persona por accidente, o sin entender los efectos negativos del comportamiento.
-

## Is it Bullying?

Question #1: Your child came home from school and told you that someone in her class made fun of her shoes.

Is this bullying?

## ¿Es bullying?

Pregunta # 1: Su hijo llegó a casa de la escuela y le dijo que alguien en su clase se burló de sus zapatos.

¿Es esto bullying?

---

# Is it Bullying?

Answer: Unless this happens repeatedly, it is NOT bullying. A one time "mean moment" is not bullying.

# ¿Es bullying?

Respuesta: A menos que esto suceda repetidamente, NO es intimidación. Un "momento malo" de una sola vez no es intimidación.

---

# Is it Bullying?

Question #2: Your son is crying because he has gotten several text messages from a popular kid in his grade telling him that he has no friends and that no one likes him. Is this bullying?

# ¿Es bullying?

Pregunta # 2: Su hijo está llorando porque ha recibido varios mensajes de texto de un niño popular en su grado diciéndole que no tiene amigos y que a nadie le cae bien.  
¿Es esto bullying?

---

# Is it Bullying?

Answer: Yes! This is intentional, repeated, hurtful and one-sided.

# ¿Es bullying?

Respuesta: ¡Sí! Esto es intencional, repetido, hiriente y unilateral.

---

# Is it Bullying?

Question #3: You walk past the cafeteria and see your daughter sitting alone. She tells you that she doesn't have anyone to sit with. Is this bullying?

# ¿Es bullying?

Pregunta #3: Caminas por la cafetería y ves a tu hija sentada sola. Ella te dice que no tiene a nadie con quien sentarse. ¿Es esto bullying?

---



## Is it Bullying?

Answer: Probably not.  
Unless other students are excluding her on purpose, it is not bullying.

## ¿Es bullying?

Respuesta: Probablemente no.  
A menos que otros estudiantes la excluyan a propósito, no es bullying.

---

# The Effects of Bullying

- Bullying can have adverse effects on everyone involved – those who bully, those who are bullied, and bystanders.
- Children involved in bullying are:
  - More likely to have mental and physical health complaints.
  - More likely to struggle academically
  - More likely to engage in risky behavior such as alcohol use, drug use and even violence.

So... What can we do?

## Los efectos del Bullying:

- La intimidación puede tener efectos adversos en todos los involucrados: aquellos que intimidan, aquellos que son intimidados y espectadores.
- Los niños involucrados con el bullying son:
  - Más propensos a tener problemas de salud mental y físicos.
  - Más probabilidades de tener dificultades académicas
  - Es más probable que participe en conductas de riesgo como el consumo de alcohol, el consumo de drogas e incluso la violencia.

Así que... ¿Qué podemos hacer?

---

# Teach your children to stand up to bullying!

If your child is being bullied, encourage him/her to...

- Tell an adult
- Walk away or ignore it
- Stay calm – don't bully back
- Try to avoid the other person when possible
- Stand up for him/herself by saying things such as:
  - "Stop."
  - "That isn't funny."
  - "What you are doing isn't nice."
  - "I'm not going to let you treat me like that."
  - "I'm not going to do what you tell me to do."
  - "I don't care what you think"

# ¡Enseñe a su estudiante a hacer frente al Bullying!

Si su estudiante está siendo intimidado, animél@ a...

- Decirle a un adulto
  - Aléjarse o ignóralo
  - Mantener la calma, no intimidar
  - Trate de evitar a la otra persona cuando sea posible
  - Defenderse diciendo cosas como:
    - "Detente"
    - "Eso no es gracioso"
    - "Lo que estás haciendo no es agradable"
    - "No voy a dejar que me trates así"
    - "No voy a hacer lo que me dices que haga"
    - "No me importa lo que pienses"
-

# Teach your children to stand up to bullying!

If your child witnesses bullying, encourage him/her to...

- Tell an adult
- Befriend the person who is being bullied
- Not laugh or join in
- Help the person who is being bullied get out of the situation.
- Stand up for the person by saying things such as:
  - “Stop.”
  - “That isn’t funny.”
  - “Don’t say/do things like that.”
  - “That’s not true.”
  - “I think he/she is awesome!”

# ¡Enseñe a su estudiante a hacer frente al Bullying!

Si su hijo es testigo de bullying, animel@ a...

- Decirle a un adulto
  - Hacerse amigo de la persona que está siendo intimidada
  - No reír ni unirse
  - Ayude a la persona que está siendo intimidada a salir de la situación.
  - Defienda a la persona diciendo cosas como:
    - "Detente"
    - "Eso no es gracioso"
    - "No digas/hagas cosas así"
    - "Eso no es cierto"
    - "¡Creo que él/ella es increíble!"
-

# Teach your children to stand up to bullying!

If your child is bullying others...

- Explicitly tell your child that his/her behavior is not okay.
- Work to find the underlying cause
  - Is your child trying to fit in?
  - Is your child seeking power?
  - Is your child struggling from low self-esteem?
- Establish "consequences" that involve the target
  - Have your child write an apology letter.
  - Have your child invite the other person to spend time with them.
- Continue to monitor the situation
- Get support! Talk to the school, your child's doctor, etc. about your concerns.

# ¡Enseñe a su estudiante a hacer frente al Bullying!

Si su estudiante está intimidando a otros...

- Dígale explícitamente a su estudiante que su comportamiento no está bien.
- Trabaje para encontrar la causa de su comportamiento
  - ¿Su estudiante está tratando de encajar?
  - ¿Su estudiante está buscando poder?
  - ¿Su estudiante está luchando con baja autoestima?
- Establezca "consecuencias" que involucren a la víctima
  - Haga que su estudiante escriba una carta de disculpa.
  - Haga que su estudiante invite a la otra persona a pasar tiempo con él/ella.
- Continúe monitoreando la situación
- ¡Obtenga apoyo! Hable con la escuela, el médico de su estudiante, etc. sobre sus inquietudes.

# Teach your children to stand up to bullying!

## Be Proactive!

- Make sure your child knows what bullying is. If they can identify bullying when it happens, it will be easier for them to tell an adult or stand up for themselves and/or others.
- Make sure your child knows specific strategies they can use to stand up for themselves and/or others.
- Role play with your child. Let your child practice the skills you have taught him/her.
- Talk to your children. Calmly listen when they share about their lives. When children feel like you care and can be trusted, they are more likely to open up about what is going on.
- Talk about and model how to show kindness and respect to others.

# ¡Enseñe a su estudiante a hacer frente al Bullying!

## ¡Sea proactivo!

- Asegúrese de que su estudiante sepa lo que es el bullying. Si pueden identificar el acoso cuando ocurre, será más fácil para ellos decírselo a un adulto o defenderse a sí mismos y/o a los demás.
- Asegúrese de que su estudiante conozca estrategias específicas que pueda usar para defenderse a sí mismo y/o a los demás.
- Juego de roles con su estudiante. Deje que su estudiante practique las habilidades que le ha enseñado.
- Hablen con sus estudiantes. Escuchen con calma cuando comparten sobre sus vidas. Cuando los niños sienten que usted se preocupa y que pueden confiar en ustedes, es más probable que se abran con lo que está pasando.
- Hable y modele cómo mostrar amabilidad y respeto a los demás.

¡Como nuestras estimadas familias, necesitamos su ayuda!

**As our esteemed families we need your help, too!**

---

Pedimos que nuestros padres de familia se involucren en hacer de nuestra escuela un lugar seguro y respetuoso con:

1. Informarnos si escuchan sobre algún caso de bullying en nuestra escuela.
2. Asegurar que sus hijos sepan decirle a usted o a algún adulto en la escuela si está siendo acosado.
3. Darles a sus hijos el mensaje claro de que nunca está bien intimidar a otros.

**We ask that our families get involved in making our school a safe and respectful place by:**

1. Letting us know if you hear about bullying at our school.
  2. Making sure your children know to tell you or someone at school if they are being bullied.
  3. Giving your children the clear message that it is never okay to bully others.
-



*¡Gracias por ayudarnos a hacer de  
nuestra escuela un lugar seguro y  
respetuoso donde todos puedan  
aprender!*

***Thank you for helping us make  
our school a safe, respectful  
place where everyone can learn!***

---

**Questions?**  
**¿Preguntas?**



**Thank you!**

**This presentation will be available on our website.**

**Please fill out the survey**

**<https://forms.gle/PyUuh4JkBETG9BVk6>**

