

Tú estas abusando de alguien, si haces alguna de estas cosas:

- Llamas a las personas por nombres
- Difundió los rumores sobre ellos
- Inventas historias para ponerlos en problemas
- Les quitas a sus amigos dejándolos solos
- Les dices a otras personas que no sean amigos con ellos
- Los golpeas, pateas, los haces tropezar, o los empujas a tu alrededor
- Hace los comentarios negativos sobre su cultura, raza, religión o color, sobre su apariencia o peso, o su inhabilidad o estado de salud
- Decides no elegirlos para ser tu compañero en las clase
- Los dejas fuera de un juego
- Tomas sus posesiones
- Intencionalmente les dices que estas ocupado y disfrutas con otras personas fuera
- Escondes su libro o mochila
- Dañas sus propiedades
- Les demandas dinero
- Haces las bromas sobre ellos, cuando ves que esta enojado
- Les envias los mensajes de texto fastidiosos de teléfono que resultan ofensivos o les haces llamadas anónimas de teléfono
- Le fastidias cuando sabes que le desagrada
- Haces tratos para que los fastidien
- Le amenaza con cosas desagradables que le pueden suceder
- Anda con grupos de amigos que hacen o dicen lo anterior
- Cuando estás de acuerdo con la persona que hace cualquiera de estas cosas



¿Quién eres tu en el juego del abusivo?



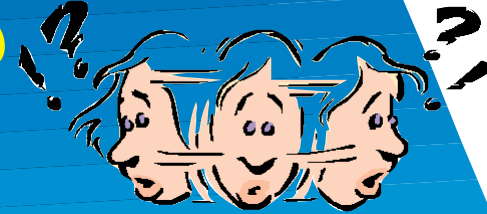
Tu estás siendo abusado si alguien más te está haciendo alguna de estas cosas, y si estas herido, atemorizado o infeliz sobre esto!

Nunca te culpes por lo que sucede:
°°SER ABUSADO NO ES TU CULPA!!!

Las personas simpáticas y ordinarias son abusadas solo por que alguien mas no esta siendo simpático o esa persona tiene sus propios problemas. °Nunca aceptes ser burlado por entrar a un grupo popular! °Siempre recuerda que tu tienes el derecho de ser **seguro, fuerte, y libre**, nadie debería tratar de tomar ese derecho!

Se una mejor persona.

Tu carácter es definido por lo que haces, no por lo que dices o crees, o por lo que otros dicen o creen. Tú tienes la opción de hacer, **y lo que haces es importante.** Si alguien esta abusando de ti, **DILE INMEDIATAMENTE A DOS ADULTOS** -- uno de la escuela y otro de tu casa.



Si tú estas solo parado y mirando, tú eres el jugador mas importante en **JUEGO ABUSIVO.**

°Tu puedes hacer una diferencia!

°Ayuda a la persona que esta siendo lastimada, e inmediatamente **DILE A ALGUIEN** de la escuela y de casa que esta pasando!

°No te gustaria que esto te sucediera a ti!

Tú puedes elegir a actuar mejor y hacer de tu escuela y tu mundo un lugar seguro y amigable.

!Piense antes de actuar! Pregúntate:

- ¿Estan mis actos o palabras **lastimando** los sentimientos de alguien?
- ¿Estoy tratando de **divertirme**, pero ¿Diciendo o haciendo algo que esta lastimando a alguien o haciendo a esa persona sentir mal?
- ¿Estoy siendo injusto o antipático? ¿Estoy tratando de controlar lo que él o ella hará?
- ¿Me gustaría que alguien me haga esto a mí?

¿Cómo me sentiría si alguien me hace esto?

Pónete en el lugar de las personas que estas lastimando. Tienen los mismos sentimientos que tú. Se un amigo, y haz un amigo.

°El abuso es real!

°Abusar esta mal!

Usted se imagina que la intimidación solo afecta a los niños. La verdad es que perjudica a todos.

La intimidación es cruel, maligna e irrespetuosa. No es la forma correcta de tratar a nadie. Es una acción que se hace a propósito, una y otra vez.

El intimidar o ser intimidado no son "formas de crecer".

Menospreciar o lastimar a otros o sentirse inseguros por causa de otros NO es sano.

Usted puede oponerse contra la intimidación!

Piénselo

Quienes intimidan la emprenden contra aquellos que NO se defienden. Los matones les gusta cuando otros se ríen. Pero imagínese como se sentiría usted si los demás se rieran de usted cuando lo acosan.

Escoja

No se preste al juego de la intimidación. No lo ignore si sucede. Escoja amigos/as que usted cree que piensan y actúan como usted.

Actúe

Cuando usted vea o sepa que acosan a alguien tome cartas en el asunto. Si puede interceder para ponerle un alto, diga algo. Busque a adulto si es necesario.

Trabajen juntos para hacer de su escuela un lugar seguro.

Hable al respecto.

Planee formas de ponerle un alto al acoso.

www.etr.org; compliments of the Family Life Institute; Planned Parenthood of Metropolitan NJ, Newark, copyright 2000 ETR.

°Usted puede hacer de nuestro mundo un lugar mejor!

Pídale a su maestro/a que ponga estas reglas en un lugar visible del salón de clase. Trabaje en conjunto con él/ella y sus compañeros/as y asegúrese de que todos y todas las sigan.

1. **No se permite** la intimidación en nuestra Clase.
2. **No molestamos, ni ponemos apodos, ni menospreciamos o hacemos sentir mal a los demás.**
3. **No golpeamos, empujamos o pateamos.**
4. **Si vemos que alguien es acosado, hablamos y le ponemos un alto (si podemos) y lo reportamos a un adulto de inmediato.**
5. Cuando hacemos cosas en grupo, **nos aseguramos de que todos esten incluidos y de que nadie quede por fuera.**
6. Le damos **la bienvenida a nuevos estudiantes.**
7. **Escuchamos las opiniones** e ideas de todos.
8. **Tratamos a todos con respecto y cortesia.**
9. **Respetamos la cosas ajenas.** (Y las de la escuela tambien.)
10. **Vemos los aspectos positivos** de los demas y **valoramos nuestras diferencias.**

njsbf.com, from Allan L. Beane's The Bully Free Classroom: Over 100 Tips & Strategies for Teachers K-8, copyright 1999.

Por favor visítenos en las páginas de la internet de las siguientes personas cuya información nosotros hemos usado en esta página informativa:

- www.bullying.org (Where You Are Not Alone) • www.bbc.co.uk -- Say Boo To Bullying! by A. Suri • http://homeworktips.about.com
- www.stopbullyingnow.com • www.stopbullyingnow.org • www.eirc.org

¿Quién eres tu en el juego del abusivo?

Tu' puedes ser cualquier persona que elijas ser.

!!! Pero elige **SABIAMENTE** y elige **BIEN!!!**

Tu' puedes ser la persona que haga una diferencia en tu escuela y en nuestro mundo.



prepared by the

Oficina del Fiscal del Condado de Union

Fiscal Theodore J. Romankow

32 Rahway Avenue, Elizabeth, New Jersey 07202 -- Tel. (908) 527-4500

Superintendente de las Escuelas del Condado de Union

Glenn Tillou

300 North Avenue, Westfield, New Jersey 07090 -- Tel. (908) 854 9880

Comisión de Relaciones Humanas del Condado de Union

c/o Academia Policial John H. Stamler

1776 Raritan Road, Scotch Plains, NJ 07076 -- Tel. (908) 889-9028