



Hable temprano y con frecuencia sobre el alcohol, tabaco y otras drogas. Aun cuando sea difícil.

Empoderando a los padres para que críen a sus hijos a ser libres de sustancias

ES

Haga clic aquí para imprimir un PDF de este artículo y poder comenzar la conversación con su hijo

Hablar regularmente con la juventud sobre los peligros del alcohol, tabaco y otras drogas reduce su riesgo de usarlos en primer lugar.

Know! lo alienta a compartir este Consejo para Padres con sus amigos y familia.

Aprenda más en:
PreventionActionAlliance.org

Know! es un programa de:

Prevention
Action Alliance

Prevention Action Alliance
6171 Huntley Road, Suite G
Columbus, Ohio 43229
PH: (614) 540-9985
FX: (614) 540-9990

Know! El fin de la intimidación comienza con USTED

Octubre es el Mes Nacional de Prevención de la Intimidación, patrocinado por el Centro Nacional de Prevención de la Intimidación de PACER.

¿Se pregunta por qué escuchamos tanto sobre la intimidación (bullying)? Porque está ocurriendo muchísimo y es un problema enorme para todos los involucrados.

Los estudiantes reportan ser intimidados con frecuencia debido a su apariencia, cuerpo, raza u orientación sexual. Mientras que cada niño corre riesgo de ser el objetivo de intimidación, los jóvenes con discapacidades o con necesidades de educación especial son intimidados dos o tres veces más frecuentemente que sus pares. Al mismo tiempo, los niños con discapacidades además tienen un mayor riesgo de intimidar a otros.

En 2016, más de uno en cinco estudiantes reportó ser intimidado. Sin embargo según la investigación, la mayoría de los jóvenes que son intimidados no lo reportan. Y cuanto mayor sea el joven, menos probabilidad de que él o ella informen a alguien, lo cual es especialmente una mala noticia porque la intervención de los pares es muy importante.

Más de la mitad de todas las situaciones de intimidación se detienen cuando un compañero interviene. No estamos hablando de meterse en el medio de una pelea en la escuela (en esta situación usted desea alentar en sus hijos que vayan a buscar a un maestro para recibir ayuda). Estamos hablando de acciones de apoyo, como hacerse amigo de la persona intimidada, dejarles saber que no están solos o ayudarlos a que informen a alguien, como un oficial de recursos de la escuela, un maestro o un asesor escolar.

Cuando se trata de una situación de intimidación, típicamente hay un objetivo, un intimidador y testigos. Sin importar en qué posición se encuentre un niño, las consecuencias pueden ser perjudiciales.

La juventud que experimenta la intimidación corre un mayor riesgo de un mal desempeño escolar, dificultad para dormir, poca autoestima, sentimiento de miedo, ansiedad, depresión y hasta pensamientos de suicidio.

La juventud que se involucra en la intimidación también corre un mayor riesgo de problemas académicos, además de una mayor probabilidad de usar sustancias y tener una conducta violenta durante los últimos años de adolescencia o la adultez.

Típicamente no existe mucha compasión por una persona que intimida a otros, pero con frecuencia, un niño se involucra en dicho comportamiento debido a presión de compañeros, miedo, inseguridad, una falta de modelos positivos y a veces como una respuesta a ser ellos mismos intimidados. Estos no excusan el comportamiento, pero pueden brindar un

ES Haga clic aquí para imprimir un PDF de este artículo y poder comenzar la conversación con su hijo

Hablar regularmente con la juventud sobre los peligros del alcohol, tabaco y otras drogas reduce su riesgo de usarlos en primer lugar.

Know! lo alienta a compartir este Consejo para Padres con sus amigos y familia.

Aprenda más en:
PreventionActionAlliance.org

Know! es un programa de:

Prevention
Action Alliance

Enlace al artículo en la página de Facebook de Prevention Action Alliance

Prevention Action Alliance
6155 Huntley Road, Suite H
Columbus, Ohio 43229
PH: (614) 540-9985
FX: (614) 540-9990

mejor entendimiento sobre el origen del comportamiento.

La juventud que se involucra en la intimidación y que es el objetivo de la misma corre el riesgo más alto de tener una variedad de problemas de salud mental y de conducta.

Hasta los **testigos de la intimidación** experimentan consecuencias negativas. Dicen que se sienten menos seguros en la escuela y reportan sentimientos que varían desde furia y culpa hasta miedo. Con frecuencia desean ayudar, pero no saben cómo.

Como padres, necesitamos ser específicos cuando hablamos con nuestros hijos:

- Nunca está bien herir, dañar o humillar a otra persona con palabras o acciones
- Nunca está bien que otros te hagan esto; mereces respeto, bondad y sentirte seguro
- Si experimentas intimidación, por favor infórmame o informa a otro adulto de confianza; podemos ayudar a detenerlo
- Si eres testigo de alguien siendo intimidado, haz algo; ¡TÚ puedes hacer una diferencia!

Para información adicional y consejos de expertos del Centro Nacional de Prevención de la Intimidación de PACER -

Para padres visite: [What Parents Should Know About Bullying](#).

Para adolescentes visite: [Bullying 101: Guide for Middle and High School Students](#).

Fuentes: PACER's National Bullying Prevention Center: The End of Bullying Begins with YOU.