

Bullying Information for Parents/Guardians

Bullying is not tolerated in school, and the district takes all actions necessary to ensure a safe environment for staff, students, and parents.

What is bullying?

Bullying is unwanted, aggressive behavior among school aged children that involves a real or perceived power imbalance. The behavior is repeated, or has the potential to be repeated, over time. Both kids who are bullied and who bully others may have serious, lasting challenges.

In order to be considered bullying, the behavior must be aggressive and include:

An Imbalance of Power: Kids who bully use their power—such as physical strength, access to embarrassing information, or popularity—to control or harm others. Power imbalances can change over time and in different situations, even if they involve the same people.

Repetition: Bullying behaviors happen more than once or have the potential to happen more than once. Bullying includes actions such as making threats, spreading rumors, attacking someone physically or verbally, and excluding someone from a group on purpose.

There are various types of bullying:

Verbal bullying is saying or writing mean things. Verbal bullying includes:

- Teasing
- Name-calling
- Inappropriate sexual comments
- Taunting
- Threatening to cause harm

Social bullying, sometimes referred to as relational bullying, involves hurting someone's reputation or relationships. Social bullying includes:

- Leaving someone out on purpose
- Telling other children not to be friends with someone
- Spreading rumors about someone
- Embarrassing someone in public

Physical bullying involves hurting a person's body or possessions. Physical bullying includes:

- Hitting/kicking/pinching
- Spitting
- Tripping/pushing
- Taking or breaking someone's things
- Making mean or rude hand gestures

Warning Signs for Bullying

There are many warning signs that may indicate that someone is affected by bullying—either being bullied or bullying others. Recognizing the warning signs is an important first step in taking action against bullying. Not all children who are bullied or are bullying others ask for help.

It is important to talk with children who show signs of being bullied or bullying others. These warning signs can also point to other issues or problems, such as depression or substance abuse. Talking to the child can help identify the root of the problem.

Signs a Child Is Being Bullied

Look for changes in the child. However, be aware that not all children who are bullied exhibit warning signs.

Some signs that may point to a bullying problem are:

- Unexplainable injuries
- Lost or destroyed clothing, books, electronics, or jewelry
- Frequent headaches or stomach aches, feeling sick or faking illness
- Changes in eating habits, like suddenly skipping meals or binge eating. Kids may come home from school hungry because they did not eat lunch.
- Difficulty sleeping or frequent nightmares
- Declining grades, loss of interest in schoolwork, or not wanting to go to school
- Sudden loss of friends or avoidance of social situations
- Feelings of helplessness or decreased self esteem
- Self-destructive behaviors such as running away from home, harming themselves, or talking about suicide

If you know someone in serious distress or danger, don't ignore the problem. Get help right away.

Signs a Child is Bullying Others

Kids may be bullying others if they:

- Get into physical or verbal fights
- Have friends who bully others
- Are increasingly aggressive
- Get sent to the principal's office or to detention frequently
- Have unexplained extra money or new belongings
- Blame others for their problems
- Don't accept responsibility for their actions
- Are competitive and worry about their reputation or popularity

Pennsylvania Department of Education Bullying Prevention Consultation Line

1-866-716-0424

The toll-free Bullying Prevention Consultation Line invites individuals experiencing chronic and unresolved bullying to discuss effective strategies and available resources to manage school-based bullying. This resource was developed in collaboration with the Center for Health Promotion and Disease Prevention (CHPDP), and is available at no cost to students, parents/guardians, and school districts across

Pennsylvania. The Bullying Prevention and Consultation Line is 1-866-716-0424. Messages left will be returned during normal business hours Monday through Friday. Please note: this number is not monitored 24 hours a day/seven days a week and should not be used for emergencies.

How to Report an Incident

Students or parents/guardians of students should immediately contact the school for more information about how to report a specific incident if you believe your child has been the target of a bully.

School Contact Information:

Name: _____ Title: _____

Phone: _____

Email: _____

Bullying

Informações para os pais/responsáveis

O bullying não é tolerado na escola, e o distrito toma todas as medidas necessárias para garantir um ambiente seguro para funcionários, alunos e pais.

O que é bullying?

O bullying é um comportamento indesejado e agressivo entre crianças em idade escolar que envolve um desequilíbrio de poder real ou percebido. O comportamento é repetido, ou tem potencial para ser repetido, ao longo do tempo. Tanto as crianças que sofrem bullying quanto as que praticam bullying com outras pessoas podem ter desafios sérios e duradouros.

Para ser considerado bullying, o comportamento deve ser agressivo e incluir:

Um desequilíbrio de poder: Crianças que praticam bullying usam seu poder – como força física, acesso a informações constrangedoras ou popularidade – para controlar ou prejudicar os outros. Desequilíbrios de poder podem mudar ao longo do tempo e em diferentes situações, mesmo que envolvam as mesmas pessoas.

Repetição: Os comportamentos de bullying acontecem mais de uma vez ou têm o potencial de acontecer mais de uma vez. O bullying inclui ações como fazer ameaças, espalhar rumores, atacar alguém física ou verbalmente e excluir alguém de um grupo de propósito.

Existem vários tipos de bullying:

Bullying verbal é dizer ou escrever coisas maldosas. O bullying verbal inclui:

- Caçoar
- Xingar
- Comentários sexuais impróprios
- Provocar
- Ameaçar para prejudicar

Bullying social, às vezes chamado de bullying relacional, envolve prejudicar a reputação ou os relacionamentos de alguém. O bullying social inclui:

- Deixar alguém de fora de propósito
- Dizer a outras crianças para não serem amigas de alguém
- Espalhar boatos sobre alguém
- Constranger alguém em público

Bullying físico envolve ferir o corpo ou as posses de uma pessoa. O bullying físico inclui: ●

- Bater/chutar/beliscar
- Cuspir
- Tropeçar/empurrar
- Pegar ou quebrar as coisas de alguém
- Fazer gestos maldosos ou rudes com as mãos

Sinais de alerta para bullying

Existem muitos sinais de alerta que podem indicar que alguém está afetado pelo bullying – seja sofrendo bullying ou praticando bullying com outras pessoas. Reconhecer os sinais de alerta é um primeiro passo

importante para agir contra o bullying. Nem todas as crianças que sofrem bullying ou praticam bullying com outras pessoas pedem ajuda.

É importante conversar com crianças que demonstram sinais de estar sofrendo bullying ou praticando bullying com outras pessoas. Esses sinais de alerta também podem indicar outras questões ou problemas, como depressão ou abuso de substâncias. Conversar com a criança pode ajudar a identificar a raiz do problema.

Sinais de que uma criança está sofrendo bullying

Procure mudanças na criança. No entanto, esteja ciente de que nem todas as crianças que sofrem bullying apresentam sinais de alerta.

Alguns sinais que podem indicar um problema de bullying são:

- Lesões inexplicáveis
- Roupas, livros, eletrônicos ou joias perdidos ou destruídos
- Dores de cabeça ou de estômago frequentes, sentir-se doente ou fingir doença
- Mudanças nos hábitos alimentares, como pular refeições repentinamente ou compulsão alimentar.
As crianças podem voltar da escola com fome porque não almoçaram.
- Dificuldade para dormir ou pesadelos frequentes
- Piora das notas, perda de interesse nas tarefas escolares ou não querer ir para a escola
- Perda repentina de amigos ou evitar situações sociais
- Sentimentos de desamparo ou diminuição da autoestima
- Comportamentos autodestrutivos, como fugir de casa, se machucar ou falar sobre suicídio

Se você conhece alguém com muita angústia ou em perigo, não ignore o problema. Procure ajuda imediatamente.

Sinais de que uma criança está praticando bullying com outras pessoas

As crianças podem estar praticando bullying com outras pessoas se elas:

- Entram em brigas físicas ou verbais
- Têm amigos que praticam bullying com outras pessoas
- Ficam cada vez mais agressivas
- São mandadas para o escritório do diretor ou para retenção na escola após o horário escolar com frequência
- Possuem dinheiro extra inexplicável ou novos pertences
- Culpam as outras pessoas por seus problemas
- Não aceitam a responsabilidade por suas ações
- São competitivas e se preocupam com sua reputação ou popularidade

Linha de Consulta de Prevenção contra o Bullying da Secretaria de Educação da Pensilvânia

1-866-716-0424

A Linha de Consulta de Prevenção contra o Bullying gratuita convida indivíduos que enfrentam bullying crônico e não resolvido a discutir estratégias eficazes e recursos disponíveis para lidar com o bullying na escola. Este recurso foi desenvolvido em colaboração com o Centro de Promoção da Saúde e Prevenção de Doenças (Center for Health Promotion and Disease Prevention - CHPDP) e está disponível gratuitamente para alunos, pais/responsáveis e distritos escolares em todo o estado da Pensilvânia. A Linha de Consulta de Prevenção contra o Bullying é 1-866-716-0424. As mensagens deixadas serão respondidas durante o horário comercial normal de segunda a sexta-feira. Observação: este número não é monitorado 24 horas por dia/sete

dias por semana e não deve ser usado para emergências.

Como relatar um incidente

Os alunos ou pais/responsáveis dos alunos devem entrar em contato imediatamente com a escola para obter mais informações sobre como relatar um incidente específico, caso acredite que seu filho tenha sido alvo de bullying.

Informações de contato da escola:

Nome: _____ Cargo: _____

Telefone: _____

E-mail: _____