

# CORNERSTONE CORNER



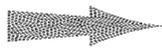
## EL LIBRO DE ESTE MES: *ONE BY KATHRYN OTOSHI*

El día de hoy, en el salón de clases de su niño (a), leí el libro "One" de Kathryn Otoshi. Según Otoshi, "la opinión de una persona cuenta y puede cambiar las cosas. Muchas veces pensamos: 'Soy pequeño. ¿Qué puedo hacer?' ¡Pero todos podemos provocar un cambio! Se trata de cambiar esa manera de pensar. Cuando una persona defiende sus convicciones,

puede ser suficiente para sorprender a la otra persona e inspirarla a que también defienda sus principios."

"One" ayuda a los niños a reconocer que ellos tienen el poder de reaccionar eficazmente y responder ante los comportamientos de intimidación. Los mensajes clave son "Todos contamos" y "Es suficiente UNA persona para hacer la diferencia."

## Bystanders VS UPSTANDERS



También platicamos sobre la diferencia entre los transeúntes pasivos y las personas *íntegras* proactivas. Los transeúntes pueden convertirse en *personas íntegras* que defienden sus convicciones al decir o hacer algo para ayudar a las víctimas de acoso e intimidación. Las *personas íntegras* saben que solo se necesita a una persona para hacer la diferencia. Las *personas íntegras* toman la iniciativa para influenciar a otros a que dejen de actuar de manera hiriente hacia los demás.

## que podemos hacer en casa?

- PLATIQUEN ACERCA DE LAS FORMAS EN QUE CADA MIEMBRO DE LA FAMILIA *¡ES IMPORTANTE!*
- ACTUEN SOLUCIONES SOBRE COMO DISMINUIR LA TENSION EN UNA CONVERSACION UTILIZANDO UN TONO DE VOZ TRANQUILO, PALABRAS POSITIVAS Y LENGUAJE CORPORAL RELAJADO.
- PRACTIQUEN COMO *PARARSE ERGUIDOS* PARA PROYECTAR SEGURIDAD EN SI MISMOS USANDO LENGUAJE CORPORAL POSITIVO.

## A CONTINUACIÓN ENLISTAMOS ALGUNAS MANERAS EN QUE TODOS PODEMOS SER *PERSONAS ÍNTEGRAS* EN CASA Y EN NUESTRA COMUNIDAD:

- Rechaza la invitación cuando involucre comportamientos de acoso o intimidación.
- Usa tu influencia positiva para ayudar a tus amigos a "hacer lo correcto."
- Actúa o dí* algo cuando veas que alguien necesita ayuda. (¡El solo pararse junto a la persona lo/la hará sentirse mejor!)
- Ayuda a todos los niños a unirse a la diversión. ¡Invita a alguien nuevo a jugar!
- Usa tu lenguaje corporal y *¡párate erguido(a)!*
- Usa tu habilidad para leer el lenguaje corporal y así ayudar a disminuir el problema y a mantener las cosas en calma.
- Reírse y bromear con los amigos es divertido, pero reírse *DE* un amigo o amiga lastima sus sentimientos.
- Ayuda a los niños a "salvar la situación" cuando estén en un aprieto.
- Siempre*** busca a un adulto si necesitas ayuda, especialmente si hay violencia o armas involucradas!



## UPSTANDER PLEDGE

I am an UPSTANDER.

I have the POWER to INFLUENCE my PEERS.

I SAY something OR DO something when you need help.

I am there FOR you.

I WILL help you get the help you need.

YOU are not alone.

I have your back.



Al dorso de esta carta se encuentra el ejercicio "Solo se necesita uno" para que usted y su hijo/a lo realicen juntos.