

It is common for children to experiment with aggression.

To steer children away from bullying behaviors, adults need to intervene early. Parents and teachers can work together.



Teach feeling words, like *sad*, *frustrated*, *happy*, and *lonely*. Read books that describe feelings, how to make friends, and how to solve problems. Show children how to express their feelings in ways that don't hurt other people.

Teach what to do rather than punish. Keep a close eye on your child. When they bite, hit, or kick, show them better ways to solve problems. For example, if your child pushes someone to get to a toy, you can say, *"Instead of pushing, use your words to ask for a turn."* In the long run, this approach works better than spanking or time-outs.

Speak up whenever you notice your child doing good things. For example, *"Thank you for sharing your toys. You are being a kind friend!"* Or, *"That was nice of you to hug your sister when she was crying."*

Play a lot! Children need attention. If they don't get enough attention for positive behaviors, they turn to negative behaviors. Set aside 5 minutes a day to play together. Turn all screens and phones off, let your child choose the activity, and follow their lead. Smile and tell them you enjoy them. Give them many opportunities to play with other children, too. This is good practice for noticing other people's feelings, taking turns, and working out conflicts.

Es común que los niños experimenten con la agresión.

Para alejar a los niños de los comportamientos de intimidación, los adultos deben intervenir temprano. Los padres y los maestros pueden trabajar juntos.



Enseñe palabras de sentimientos, como *tristeza*, *frustración*, *felicidad* y *soledad*. Lea libros que describen sentimientos, como cómo hacer amigos y cómo resolver problemas. Muestre a los niños como expresar sus sentimientos de manera que no lastimen a otras personas.

Enseñe qué hacer en lugar de castigar. Vigile de cerca a su hijo, cuando muerda, golpee o pateé, enséñele mejores formas de resolver problemas. Por ejemplo, si su hijo empuja a alguien para que se acerque a un juguete, usted puede decir, *“En lugar de empujar, usa tus palabras para pedir tu turno”*. A la larga, este enfoque funciona mejor que las nalgadas o los tiempos fuera.

Hable siempre que note que su hijo está haciendo cosas buenas. Por ejemplo, *“Gracias por compartir tus juguetes. ¡Estás siendo un buen amigo!”*. O, *“Fue amable de tu parte abrazar a tu hermana cuando estaba llorando”*.

¡Juega mucho! Los niños necesitan atención. Si no reciben atención para los comportamientos positivos, recurren a los comportamientos negativos. Reserve 5 minutos al día para jugar juntos. Apague las pantallas y teléfonos, deje que su hijo elija la actividad y siga su ejemplo. Sonríe y diles que los disfrutas. Brindarles también muchas oportunidades para jugar con otros niños. Esta es una buena práctica para darse cuenta de los sentimientos de otras personas, turnarse y resolver conflictos.