

Agbalinka a Naimbag, Ipakitam ti Aloha

No Ania ti Nasken nga Ammuen dagiti Nagannak ken Agay-aywan Maipapan iti Panang-bully

Sangsangkamaysa, masiguradotayo a marikna ti tunggal estudiante a masuportaran ken natalgedda.

Ti Departamento ti Edukasion (Departamento) ti Estado ti Hawai'i ket naikumit a mangipaay estudiante iti natalged ken inklusibo nga aglawlaw ti panagadal. Napateg ti akem dagiti pamilya, ken apresiaran ti Departamento ti panagtinnulongyo iti panangiaragawag iti aloha iti intero a komunidad ti eskuelaantayo.

Ania ti panang-bully?

Ti panang-bully ket aniaman a naisurat, naibalikas, ladawan, wenno pisikal nga aramid a:

- mangpasakit, mangdangran, mangibabain, wenno mangbutbuteng iti maysa nga estudiante (agraman dagiti nasalakniban nga estudiante iti klase), ken
- umdas a **nakaro, agtultuloy, wenno nasaknap** a mangpataud dagitoy iti makapabuteng, mamagpeggad, wenno abusado nga aglawlaw ti edukasion.

Ania ti cyberbullying?

Ti cyberbullying ket panang-bully a mapasamak babaen kadagiti mayakar nga aramid iti elektroniko, karaman ngem saan a limitado kadagidiay mayakar babaen ti internet, selpon, wenno wireless handheld device a:

- mangpasakit, mangdangran, mangibabain, wenno mangbutbuteng iti maysa nga estudiante (agraman dagiti nasalakniban nga estudiante iti klase), ken
- umdas a **nakaro, agtultuloy, wenno nasaknap** a mangpataud dagitoy iti makapabuteng, mamagpeggad, wenno abusado nga aglawlaw ti edukasion.

Gubuayan: HAR Kapitulo 19, §8-19-2 Dagiti Depinasion. p. 19-5, 19-6.

Paregtaen ti Departamento dagiti estudiante nga usaren dagitoy nga addang tapno masungbatan ti panang-bully.



Ibagam iti
indibidwal nga
AGSARDENG

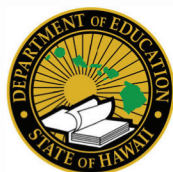


MAGNA nga
umadayo iti
kasasaad



MAKISARITA iti
mapagtalkan nga adulto

ken/wenno ireport babaen ti panangusar iti
Speak Now nga awan ti naganna nga app
(<https://bit.ly/HIDOE-Speak-Now>)



Ania ti rumbeng nga ammuek ken kitaek?

No mapaliwmo ti aniaman kadagitoy a pagilasinan, damagem iti anakmo no ania ti mapaspasamak ken dumngegka a sitatalna.

Dagiti Pakdaar a Pagilasinan a Mabalin nga Mapaspasaran ti Anakmo ti Panang-bully

- Saan mailawlawag a pannakadangran, napukaw wenno nadadael a sanikua.
- Masansan nga agsakit ti ulo wenno ti buksit, marikna ti sakit, wenno agpammarang a masakit.
- Marigatan a maturog wenno masansan a panagtagtagainep.
- Bumabbaba ti grado wenno saan a kayat ti ageskuela.
- Umadayo kadagiti gagayyem ken kapamilia.
- Ilemmengda ti iskrinda kadagiti dadduma gapu iti bain.
- Pannakapukaw ti interes kadagiti aktibidad.

Dagiti Gubuayan: StopBullying.gov. Dagiti Pakdaar a Pagilasinan para iti Panang-bully (2021); Sentro ti Panagsukisok iti Cyberbullying. Dagiti Pammataudan para iti Nagannak (n.d).

Dagiti Pakdaar a Pagilasinan nga Mabalin a Panang-bully ti Anakmo ti Sabsabali

- Agturong iti pisikal wenno berbal a panaglalaban wenno addaan kadagiti gagayyem a mang-bully iti sabsabali.
- Masansan a maipatulod iti opisina ti administrador.
- Adda saan a mailawlawag nga subra a kuarta wenno baro a sanikua.
- Pabasolen ti sabsabali ken saanna nga awaten ti responsibilidad iti aramidna.
- Mannakikumpetensia ken madanagan iti dayaw wenno kinalatakda.

No makitam ti aniaman kadagitoy a pagilasinan, makisaritaka iti anakmo tapno maammuam no ania a suporta ti kasapulanna.

Gubuayan: StopBullying.gov. Dagiti Pakdaar a Pagilasinan para iti Panang-bully (2021).

Kasano nga isuro ti anakko a mangbigbig, manglapped, ken mangsungbat iti panang-bully?

Para kadagiti Ubbing iti Grades PreK-5 Kasapulan iti Panagrang-ay: Emosional a Kinatalged

Dagiti Paglaingan a Mabalin nga Isuro dagiti Nagannak	Online Tips Para iti Anakmo	No Ania ti Maaramid dagiti Nagannak
• Agbalinka a Naimbag: Sanayen ti kinaimbag ken panagraem kadagiti sabsabali. • Agbalin nga Naannad: Tulongam ti anakmo no makadlawna a saan a natalged wenno saan a komportable. • Makita ti Saan nga Naimbag a Kababalin: Tulongam ida a mangbigbig iti dakes a kababalin wenno pananguyaw. • Agpatulong: Mapanka iti mapagtalkan nga adulto idiy eskuelaan no kasapulan ti tulong.	• Umuna nga Saludsoden: Ipalagipmo iti anakmo nga agpakada iti nagannak wenno manangaywanna sakbay nga i-post wenno i-share ti aniaman iti online. • Ammuem No Kasano ti Agreport: Isuro no kasano ti agi-block/agi-report kadagiti tattao a saan a naimbag. • Mangipasdek kadagiti Nasapa a Paglintegan ti Tekonolohiya: Mangipasdekka kadagiti nalawag a pagannurotan ken paregtaem ida a mangiranud kadagiti pakaseknanda maipapan iti makitada iti online.	• Agbalin nga Usioso: Saludsodem dagiti paginteresan ti anakmo ken imatonan dagiti aktibidad iti online. • Agbalinka a Pagwadan: Mangipasdek ken surotan dagiti nalawag a pagannurotan para iti pannakausar ti teknolohia ken limitaran ti oras ti iskrin. • Baliwan dagiti Setting: Pilien ti linaon a maitutop iti edad ken iddepen ti autoplay no mabalin. • Agtalinaedka nga Makipaset: Surotan dagiti pagalagadan ti eskuelaan ken namnamaen iti siled-pagadalan.

Itandudo ti kinaimbag ken nasapa a pagsaritaan ti maipapan iti panang-bully tapno ammoda nga maasitganka para iti tulong.

Para kadagiti Ubbing iti Grade 6-8

Kasapulan iti Panagrang-ay: Panaggayyem ken Pannakikadua

Dagiti Paglaingan a Mabalín nga Isuro dagiti Nagannak	Online Tips Para iti Anakmo	No Ania ti Maaramid dagiti Nagannak
● Ipakita ti Pannakipagrikna: Agsardengka ket usigem no kasano ti mabalín a rikna ti sabsabali sakbay nga agtignayka. ● Mangipasdek kadagiti Beddeng: Agbalinka a nasayaat a gayyem bayat nga ipasdekmo met dagiti nasalun-at a beddeng. ● Rummuar a Sitalged: Umadayoka kadagiti saan a natalged a kasasaad ken agsapulka iti suporta dagiti adulto. ● Mangbangon kadagiti Nasalun-at nga Aktibidad: Balansien ti oras ti iskrin iti pannaturog, panagay-ayam iti ruar, ken panaggayyem iti offline.	● Pannakaammo iti Digital a Footprint: Ipalagipmo iti anakmo nga apaman a maipost ti maysa a banag, permanente dayta. ● Imanehar ti Kinapribado: Isuro ti anakmo nga agusar kadagiti napigsa a password ken pagtalinaeden a pribado dagiti profile. ● Panunotem Sakbay nga Ibinglay: Ipalagip kadakuada a ti panangipatulod, panangirekord, wenno panangi-like kadagiti makadangran a post ket maysa a kita ti panang-bully.	● Suportaran dagiti Nainsiriban a Panangpili: Paregtaem ti anakmo nga agtalek iti nainkasigudan a kababalinna ken ipalagipmo nga addaka a mangsuporta kadakuada. ● Sangsangkamaysa a Repasuen dagiti Apps: Ikeddengmo no ania dagiti social apps a maitutop iti anakmo. ● Agtalinaedka a Karaman: Makiraman kadagiti pasamak iti eskuelaan ken agtalinaed a konektado kadagiti mannursuro ken staff.

Isuro dagiti natalged, mangsuporta a relasion ken no kasano ti agnabigar kadagiti pressure iti social (kas iti social media).

Para kadagiti Ubbing iti Grade 9-12

Kasapulan iti Panagrang-ay: Biag a Panangpatanor iti Kinalaing

Dagiti Paglaingan a Mabalín nga Isuro dagiti Nagannak	Online Tips Para iti Anakmo	No Ania ti Maaramid dagiti Nagannak
● Makipaset: Mangbirok kadagiti positibo a wagas tapno makatulong iti eskuelaan ken komunidadda. ● Mangitandudo: Agsaokayo para iti bagbagida ken iti sabsabali iti natalged, nadayaw a wagas. ● Ammuem No Kaano ti Makipaset: Bigbigen no kaano a natalged a tamingen ti maysa a kasasaad ken no kaano a nasaysayaat ti umadayo.	● Amirisen Sakbay nga Ibinglaymo: Beripikaren dagiti gubudayaan, kitaen dagiti petsa, ken saludsoden ti linaon sakbay nga i-post manen. ● Awatem ti Responsabilidad: Maawatanyo a dagiti post, komento, ken like ket makaimpluensia kadagiti dadduma. Liklikan ti panangisaknap iti pannakadangran, tsismis, wenno ulbod nga impormasion.	● Pagbalinen a Normal ti Panagsapul iti Tulong: Ipalagipmo iti tin-edyerma a kasapulan ti amin ti suporta no dadduma. Saanda a kasapulan a tamingen nga agmaymaysa dagiti narigat a kasasaad. ● Sangsangkamaysa a Pagsasaritaan dagiti Pagnannurotan ti Teknolohiya: Agtitinnulongkayo kadagiti pagnannurotan ken ilawlawagyo no apay a napateg dagitoy. ● Pagsaritaan Maipapan iti Masanguanan: Pagsaritaan no kasano a dagiti pagpilian iti eskuelaan, online, wenno personal ket mabalín nga apektaranna ti kolehio, trabaho, ken napaut a reputasion.

Pabilgen nga agaramid kadagiti responsable a pangngeddeng ken agsapul iti tulong kadagiti saan a natalged wenno nakaro a kasasaad.

Ania ti rumbeng nga aramidek no na-bully ti anakko?

Siguraduem nga okey ti anakmo. Kasaritam ti anakmo ken tulongam isuna a makarikna iti kinatalged. No adda dagus a peggad, tawagan ti 911.

Mangurnong iti adu nga impormasion agingga a mabalin. Idokumento ti aniaman nga screenshot, video, wenno saksi (siasino/ania/kaano/sadino).

Ireport ti insidente. Mabalinmo nga ireport ti maysa a pasamak iti aniaman kadagiti sumaganad a wagas:

- Direkta nga awagan wenno i-email ti prinsipal wenno nadutukan a pannakabagi.
- Mangidatag iti reklamo iti Kapitulo 19 babaen ti panangusar iti pormas (<https://bit.ly/HIDOE-Ch19Form>).
- Usaren ti **Speak Now nga awan ti naganna a panagireport nga app** (<https://bit.ly/HIDOE-Speak-Now>).

Ibinglaymo dagiti kinapudno, ti nagan ti anakmo, ti grado, ken damagem no siasino ti mangi-follow up. Ireport ti kriminal a kababalin iti lokal a departamento ti polisia ti county-yo.

Makikadua iti pagadalan. Agtalinaedkayo a makikomunikar iti eskuelaan ken agtitinnulongkayo a mangilasin no ania ti kasapulan ti anakyo tapno natalged.

I-follow up ken suportaran ti anakmo. Ipalagip iti anakmo nga usarenna dagiti estratehia nga Agsardeng, Magna, Makisarita.

Dagiti Pammataudan ken Impormasion

Website a Kontra iti Panang-bully

Hawaii Administrative Rules Kapitulo 19, Speak Now nga app, dagiti pagalagadan ken pamayan tapno maireport ti panang-bully

<https://bit.ly/HIDOE-AntiBullying>



Sanga ti Sibil a Karbengan ken Panagtungpal

Dagiti pederal ken estado a linteg, ken dagiti pammataudan ti Departamento para kadagiti administratibo a pagannurotan ken pagalagadan ti Sibil a Karbengan

<https://bit.ly/HIDOE-CRCB>



Website a Here to Help

Libre ken mangsuporta a pammataudan para kadagiti pamilia kas iti parent coaching ken one-on-one a suporta

<https://heretohelphidoe.com>



Dagiti Pammataudan iti Online

Nailian ken intero nga estado a pammataudan ti impormasion tapno suportaran dagiti pamilia

<https://bit.ly/HIDOE-BP-ParentResources>



Ti 988 ket mangitukon iti 24/7 a suporta para iti salun-at ti isip, panagusar iti droga, ken dadduma pay. I-text, tawagan, wenno i-chat ti 988.

No dagus nga agpeggad ti anakmo, tawagam ti 911.

Mahalo iti panangtulongyo kadakami a mangtaginayon a natalged dagiti eskuelaan ken komunidadmi tapno rumang-ay ti amin nga estudiante iti positibo nga aglawlaw ti panagsursuro.