

Hello Kindergarten Parents!

Today your child completed the PATH, Prevention & Awareness for Total Health curriculum Lesson 5: To Tell or Not to Tell. Your child learned today the difference between tattling and reporting, the importance of never keeping a secret from your parents or Go-To People about important things, and how to cope with their feelings. We spent some time talking about what types of situations would be mere tattling vs. serious problems that involve people's safety (see list below). Students also created personal journals to record or draw two happy events in their lives every day.

Tattling vs Reporting

Tattling	Reporting
- You tell because you want to get someone in trouble. - You tell when the situation is harmless. - You tell even when it is an accident. - You tell because you are mad.	- You tell to keep you or someone else safe. - You tell when you feel there is danger to you or someone else. - You tell when someone hurts you or hurts someone else. - You tell when it is a BIG problem or you need adult help. - You tell when someone tells you that you must keep it a secret but it shouldn't be kept secret.

Did You Know?

Young children have a knack for finding danger. They often see dangerous situations or instances of meanness before an adult sees it, and in those moments, we need our children confident in reporting to a trusted adult to intervene when needed. Teachers and parents can have a significant influence at this age in teaching them how to recognize danger.

Tips:

Remind your child of positive coping skills and calming techniques. Often young students need help to calm their thoughts and feelings down to lessen anxiety. Below you will find a few suggestions,

- Blowing Bubbles
- Drawing in a notebook
- Watching your favorite movie
- Playing outside
- Breathing deep breaths
- Counting to ten
- Talking your feelings out with a Go-To Person

¡Hola, padres de kindergarten!

Hoy su hijo/a completó la Lección 5 del plan de estudios PATH, Prevención y Concientización para la Salud Total: Decir o no decir. Su hijo/a aprendió hoy la diferencia entre chismorrear y denunciar, la importancia de no mantener nunca un secreto de sus padres o de las personas a las que recurre sobre cosas importantes, y cómo lidiar con sus sentimientos. Pasamos un tiempo hablando sobre qué tipo de situaciones serían meras denuncias frente a problemas graves que involucran la seguridad de las personas (ver la lista a continuación). Los estudiantes también crearon diarios personales para registrar o dibujar dos eventos felices en sus vidas todos los días.

Chismorrear vs denunciar

Chismoso	Informes
• Lo dices porque quieres meter a alguien en problemas. • Dices cuando la situación es inofensiva. • Dices incluso cuando es un accidente. • Lo dices porque estás enojado.	• Dice que lo mantenga a usted o/a otra persona a salvo. • Dice cuando siente que existe un peligro para usted o para otra persona. • Dices cuando alguien te lastima o lastima a otra persona. • Dice cuando es un problema GRANDE o necesita ayuda de un adulto. • Le dice cuando alguien le dice que debe mantenerlo en secreto, pero no debe mantenerse en secreto.

¿Sabías?

Los niños pequeños tienen la habilidad de encontrar peligros. A menudo ven situaciones peligrosas o casos de mezquindad antes de que un adulto lo vea, y en esos momentos, necesitamos que nuestros hijos se sientan seguros de informar a un adulto de confianza para que intervenga cuando sea necesario. Los maestros y los padres pueden tener una significativa influencia a esta edad al enseñarles cómo reconocer el peligro.

Consejos:

Recuérdale a su hijo/a las habilidades de afrontamiento positivas y las técnicas de calma. A menudo, los estudiantes jóvenes necesitan ayuda para calmar sus pensamientos y sentimientos para disminuir la ansiedad. A continuación encontrará algunas sugerencias:

- Soplar burbujas
- Dibujar en un cuaderno
- Ver su película favorita
- Jugar al aire libre
- Respirar profundamente
- Contar hasta diez
- Hablar de sus sentimientos con una persona a la que