

معلومات حول منع الانتحار: Subject:

أعزائي في مدارس تشيري كريك ،

يصادف شهر سبتمبر شهر منع الانتحار في جميع أنحاء العالم ويمثل فرصة بالنسبة لي للتواصل معك بشأن هذا الأمر المهم. بينما نستخدم هذا الشهر لزيادة المعرفة ومكافحة وصمة العار حول الانتحار ، أود أن أؤكد لكم أن منع الانتحار هو نشاط يومي في مدارسنا.

تستند استمراريتنا الشاملة لدعم الطلاب على أفضل الممارسات ، مدعومة بفهم الاحتياجات التنموية وتركز على القيام بما هو أفضل لكل طفل.

في المرحلة الابتدائية ، نؤكد على تعليم المهارات الاجتماعية والعاطفية ، حيث ثبت أنها مرتبطة بالحد من مخاطر الانتحار. على مستوى المدرسة الإعدادية ، نعلم ماهي علامات الانتحار ، وهو برنامج يعلم الطلاب كيفية التعرف على علامات الانتحار والاكتماب والاستجابة لها في أنفسهم وزملائهم في الفصل. كما يرشدهم هذا البرنامج أيضًا إلى كيفية الحصول على المساعدة من شخص بالغ موثوق به في المدرسة أو المنزل أو في المجتمع. يتلقى موظفو المدرسة تدريبًا موثوقًا للكبار يعدهم للاستجابة بطرق مفيدة وداعمة للطلاب المحتاجين.

داخل مدارسنا الثانوية ، نتوسع على هذا الأساس من خلال مصادر القوة ، وهو برنامج صحي يقوده الطلاب مصمم لبناء المرونة وزيادة الاتصال وتغيير المعايير غير الصحية حول طلب المساعدة وكسر القواعد السرية والصمت وتعليم استراتيجيات التأقلم الصحية. تعمل مجموعة متنوعة من قادة الأقران مع مستشارين بالغين على مدار العام في فصل دراسي اختياري للتخطيط وحل المشكلات وتفعيل مجموعة متنوعة من الاستراتيجيات. تم تصميم هذه الحملات لنشر رسائل الأمل والمساعدة والقوة داخل المجتمع المدرسي.

تحدث الوقاية من الانتحار أيضًا من خلال الإجراءات اليومية لموظفينا - بناء الثقة والعلاقات ، والانخراط في العمل، الإنصاف المستمر والتواضع الثقافي ، ونمذجة عقلية النمو وتقليل الوصمة عن طريق تطبيع المحادثات حول الصحة العقلية.

نظرًا لأن احتياجات الصحة العقلية المعقدة لطلابنا لا تزال تمثل أولوية قصوى ، فإن شراكتنا معك لم تكن أكثر أهمية من أي وقت مضى ، لذلك سأطلب مساعدتك بالطرق التالية.

- قم بزيارة قسم [منع الانتحار](#) على موقعنا الإلكتروني للتعرف على عوامل الحماية والمخاطر ، وعلامات التحذير ، وخطوات العمل والموارد.
  - الاستفادة من الموارد الإضافية على صفحة [الصحة العقلية](#) و صفحة [دعم وموارد العافية](#).
  - شاهد هذا [الفيلم القوي](#) الذي طوره طلاب وموظفو مدارس تشيرري كريك لتمكيننا جميعًا من القيام بدورنا في منع الانتحار.
  - تعرف على [Safe2Tell](#) ، ونظام الإبلاغ المجهول الخاص بنا ، والموارد المتاحة من خلال [خدمات الأزمات في كولورادو](#) ، للتأكد من أنك تعرف من تتصل به للإبلاغ عن المخاوف أو تلقي الدعم.
- والأهم من ذلك ، تحدث إلى الشباب في عائلتك. دعمهم يعرفون أنهم مهمون. دعمهم يعرفون أن لديهم شبكة من الدعم والرعاية والحب. احمل رسالة مفادها أنه في حين أن الأوقات الصعبة في الحياة أمر لا مفر منه ، فإن الانتحار ليس كذلك. معًا ، يمكننا إحداث فرق في حياة كل طالب من طلابنا.

بإخلاص،

كريستوفر سميث

المشرف العام