

SUBJECT: Информация о месяце по предотвращению самоубийств

Уважаемое сообщество школ Cherry Creek,

Сентябрь ознаменован месяцем по предотвращению самоубийств во всем мире и служит для меня возможностью обратиться к Вам по этому важному вопросу. Хотя мы используем этот месяц для повышения уровня знаний и борьбы со стигматизацией, связанной с самоубийствами, я хочу заверить Вас, что предотвращение самоубийств является повседневной деятельностью в наших школах.

Наша комплексная поддержка для учащихся основана на передовом опыте, основана на понимании потребностей развития и сосредоточена на том, чтобы делать то, что лучше всего для каждого ребёнка.

На уровне начальной школы мы уделяем особое внимание обучению социально-эмоциональным навыкам, поскольку доказано, что они связаны со снижением риска самоубийства. На уровне средней школы мы представляем программу «*Признаки самоубийства*» (Signs of Suicide), которая учит учащихся как распознавать и реагировать на признаки самоубийства и депрессии у себя и одноклассников. Она также даёт им советы о том, как получить помощь от взрослого, которому доверяют, в школе, дома или в обществе. Школьный персонал проходит обучение для взрослых, которым доверяют, подготавливающее их к тому, чтобы оказывать помощь и поддержку нуждающимся учащимся.

В наших старших школах мы расширяем этот фундамент с помощью оздоровительной программы «*Источники силы*» (Sources of Strength) под руководством учащихся, направленной на повышение устойчивости, расширение связей, изменение нездоровых норм вокруг поиска помощи, разрушение кодексов секретности и молчания и обучение здоровым стратегиям преодоления трудностей. Разнообразная группа сверстников-лидеров работает со взрослыми консультантами в течение всего года в классе по выбору с целью планирования, решения проблем и активации различных стратегий. Эти кампании предназначены для распространения идей надежды, помощи и силы в школьном сообществе.

Предотвращение самоубийств также происходит благодаря повседневным действиям наших сотрудников - укреплению доверия и взаимоотношений, участию в постоянной работе по обеспечению справедливости и культурной осторожности, моделированию мышления роста и снижению стигматизации путём нормализации разговоров о психическом здоровье.

Поскольку сложные потребности наших учащихся в области психического здоровья по-прежнему являются главным приоритетом, наше партнёрство с Вами как никогда важно, поэтому я буду просить Вас о помощи следующим образом.

- Посетите раздел [о предотвращении самоубийств](#) на нашем веб-сайте, чтобы ознакомиться с факторами защиты и риска, предупреждающими признаками, действиями и ресурсами.
- Воспользуйтесь дополнительными ресурсами на странице [о психическом здоровье](#) и на странице [о поддержке и ресурсах здорового образа жизни](#).

- Посмотрите этот [впечатляющий фильм](#), созданный учащимися и сотрудниками CCSD, чтобы предоставить всем нам возможность внести свой вклад в предотвращение самоубийств.
- Ознакомьтесь с [Safe2Tell](#), нашей системой анонимных сообщений и ресурсами, доступными через [Кризисные службы штата Колорадо](#), чтобы убедиться, что Вы знаете к кому обращаться для сообщения о проблемах или получения поддержки.

Самое главное, поговорите с молодыми людьми в Вашей жизни. Дайте им понять, что они важны. Дайте им знать, что у них есть сеть поддержки, заботы и любви. Несите весть о том, что, хотя трудные времена в жизни неизбежны, самоубийство не является неизбежным. Вместе, мы сможем изменить жизнь каждого из наших учащихся.

С уважением,

Кристофер Смит
Управляющий школьным округом