

# Respondiendo a los chicos que están pensando en hacerse daño o están pasando por una crisis

## Después del horario de clases

¿Su hijo(a) le informó algo que vio en los medios sociales? ¿Le dijo algo en el auto cuando iba de la escuela a la casa?

Cuando usted sabe que un(a) chico(a) quiere hacerse daño o está en una situación peligrosa y necesita apoyo, es importante responder de inmediato. Hay varias maneras de encontrar ayuda, especialmente cuando escucha la información de primera mano durante el fin de semana, o antes o después del horario de clases. Cuando usted tiene información relacionada a la seguridad de un(a) chico(a), tomar cualquiera de los pasos que se enumeran a continuación ayudará. Como parte de nuestra comunidad escolar, la escuela agradece su labor de equipo, lo que también puede contribuir mucho al bienestar general del chico(a).

### A continuación, algunos pasos a seguir para decidir cómo debe responder a un(a) chico(a) que pudiera necesitar ayuda:

- 1) Si considera que el/la chico(a) está en peligro inminente, favor de llamar al 911.
- 2) Si no está seguro si el/la chico(a) está en riesgo inminente de autolesionarse o suicidarse, pero desea reportarlo, empiece por los padres del/la joven. Si no está seguro, comunicarse a **We Tip** al [www.wetip.com](http://www.wetip.com) o **1-800-78-CRIME**. Tienen personal disponible que le puede guiar mejor hacia los recursos que necesita.
- 3) Después que ha tomado los pasos 1 y/o 2, si considera que la situación del/la joven pudiera afectar sus clases, puede comunicarse con el *equipo administrativo y de consejería* para informarles de lo que se enteró y a quién lo reportó.

Consejera escolar  
Laura Check  
[lcheck@smmusd.org](mailto:lcheck@smmusd.org)

Directora  
Martha Chacon  
[mchacon@smmusd.org](mailto:mchacon@smmusd.org)

Consejera escolar  
Negar Zargar  
[nzargar@smmusd.org](mailto:nzargar@smmusd.org)

Directora adjunta (A-L)  
Joseph Eure  
[jeure@smmusd.org](mailto:jeure@smmusd.org)

Consejera escolar  
Liz Cowgill  
[lcowgill@smmusd.org](mailto:lcowgill@smmusd.org)

Directora adjunta (M-Z)  
Farnoosh Aguilar  
[faguilar@smmusd.org](mailto:faguilar@smmusd.org)

- 4) Hable con su hijo(a) sobre el proceso para tomar su decisión y por qué ha decidido buscar ayuda. Su hijo(a) aprenderá mucho acerca de la importancia de buscar ayuda cuando se necesita.

## Líneas de Ayuda y Líneas Directas para Asistencia

Los números a continuación también son un excelente recurso para atender a los estudiantes y las familias que pudieran necesitar alguien con quien hablar:

**Línea para los adolescentes:** 310-855-4673 o **TEXTTEAR "TEEN"** al 839863 entre las 6 y las 9 p.m.

**Línea de prevención del suicidio:** 988

**Textear a:** HOME al 741741 ([www.crisistextline.org](http://www.crisistextline.org))

**Departamento de Servicios Infantiles y para la Familia:** 1-800-540-4000

**Departamento de Policía de Santa Monica:** 1-310-458-8491 (asistencia cuando no se trata una emergencia)

**Servicios de Salud y Recursos para Consejería del SMMUSD:**  
<https://www.smmusd.org/departments/mental-health/mental-health-services>

¿Quiere informarse más?

**Señales, síntomas y recursos para la depresión y los pensamientos, los planes o los intentos suicidas**  
<https://www.smmusd.org/Page/4057>

**Información para los padres de familia: lo que necesita saber acerca de la autolesión**  
<http://www.selfinjury.bctr.cornell.edu/perch/resources/parenting-2.pdf>

**No es una etapa: cómo reconocer las tendencias suicidas en los adolescentes**  
[http://www.providence.org/blog/2017/09/not-a-phase-how-to-recognize-suicidal-tendencies-in-teens?utm\\_source=tyh&utm\\_medium=email\\_free&utm\\_campaign=Sept2017](http://www.providence.org/blog/2017/09/not-a-phase-how-to-recognize-suicidal-tendencies-in-teens?utm_source=tyh&utm_medium=email_free&utm_campaign=Sept2017)

**La autolesión y los jóvenes**  
<https://mhanational.org/resources/self-injury-and-youth/>

**La depresión en los adolescentes**  
<https://www.mhanational.org/depression-teens-0>