

Risk Messages Related to Children, Youth, and Schools

Communication Message(s) for Use During/After
a Threat, Hazard, or Incident

Updated December 2024

Created by the University of Nebraska Public Policy Center in partnership with the Nebraska Department of Health and Human Services, Division of Behavioral Health and the Nebraska Department of Education.

Table of Contents

<i>How to Use This Message Guide</i>	<i>1</i>
<i>Behavioral Health Guidelines for Communication</i>	<i>2</i>
Evacuation.....	3
Lockdown (Inside Threat)	6
Secure (Outside Threat)	9
Hold	12
Shelter	15
Student/Family Reunification	18
Drills and Students with Functional Needs	21
Telling Children About the Event	24
Children’s Reactions to a Critical Event	27
Exposing Children to Media About the Event	30
Children’s Questions About Perpetrators.....	33
Anxiety & Stress After a Critical Event	36
Expect Strong Emotions After an Event.....	39
Some Reactions May Need Additional Support.....	42
Parenting When You Are Struggling	45
Suicide Prevention	48
Death of a Student, Staff Member, or School Volunteer.....	51
Rumors.....	54
Understanding Media Coverage of the Event.....	57
<i>Fact Sheets.....</i>	<i>60</i>
Children’s Reactions.....	61
How to Talk with Children After a Critical Event.....	62
Talking with Children about Death	63
<i>National and Statewide Resources.....</i>	<i>64</i>

How to Use This Message Guide

Building trust and conveying messages of hope and recovery are critical to the emotional well-being of persons affected by emergencies and other incidents.

This document serves as a toolkit with templates to achieve this goal; these templates can be adapted to the needs of each incident.

Within you will find several pre-developed messages. Spokespeople should practice delivering the three key messages, then work their way through the supporting points when needed. The messages may also be modified to send out via emails, text messages, and social media.

The behavioral health guidelines for communication (on page 3) serve as broad guiding principles for officials as they communicate with the public.

This is followed by a series of messages related to psychological or emotional aspects of incidents that are commonly asked by media and by people affected by the incident. Each topic is composed of three key messages and a set of three supporting statements for each key message. The message and supporting statements have been very carefully designed and ordered to help the spokesperson communicate this important information effectively using easy to understand language, short sentences, and other proven risk communication techniques.

A set of fact sheets are included at the end of the document. These can be used in conjunction with the key messages or form the basis of printed material that can be distributed as needed.

Some of the messages in this guide are meant for schools or organizations using the Standard Response Protocol (SRP).¹ Communications from schools during or after an incident will be most effective if parents / guardians have been educated in advance about school protocols.

Additional information about communicating in a crisis or incident is available through the Centers for Disease Control and Prevention (CDC). These resources are relatively general for use in any sector, not just public health.²

¹ Information about the Standard Response Protocol can be found here: <https://iloveuguys.org>

² CDC Resources are available here: <https://emergency.cdc.gov/cerc>

Behavioral Health Guidelines for Communication

BE FIRST. BE RIGHT. BE CREDIBLE. BE EMPATHETIC.

Building trust and conveying messages of hope and recovery is critical to the emotional well-being of persons affected by the disaster and the public.

Everyone's emotional well-being is affected by the messages you deliver.

Your messages should:

- Begin with a statement of empathy.
- Provide reassurance through fact-based information.
- Counter rumors.
- Encourage safe, adaptive and cooperative behavior.
- Promote self-care strategies for stress management.
- Emphasize resilience.

During a period of uncertainty and unconfirmed threat, communication should:

- Reassure
- Foster Confidence & Coping
- Promote Preparedness

During an event communication should:

- Reassure
- Foster Confidence & Coping
- Empower
- Encourage People to Reconnect

During recovery communication should:

- Foster Resilience
- Empower
- Encourage Community Cohesion
- Commemorate

References:

Missouri Department of Mental Health Office of Disaster Readiness. (2006) *Disaster Communications Guidebook - Communicating in a crisis: Promoting trust, cooperation, & emotional well-being through risk communication*. U.S.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration: *Communicating in a Crisis: Risk Communication Guidelines for Public Officials*. SAMHSA Publication No. PEP19-01-01-005. Rockville, MD, Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2019.

Evacuation

Recommendations:

- See the Standard Response Protocol – K12 Operational Guidance for additional messaging recommendations.³
- This message is primarily for parents / guardians at the time of or immediately after Evacuation.

Key message #1:

1) [Event] has prompted an evacuation of the school.

Supporting Statements:

- a) Safety of our students is our top priority.
- b) The staff and students plan and train for [type of event].
- c) We are following our evacuation plan.

Key message #2:

2) Your child is safe.

Supporting Statements:

- a) Students [are being / have been] relocated to an evacuation site.
- b) We will remain at the evacuation location until the danger passes.
- c) We are working hard [with response agencies] to keep everyone safe.

Key message #3:

3) Be prepared to follow official instructions.

Supporting Statements:

- a) Stay where you are right now.
- b) Once the [events] have been assessed, the school will notify you of next steps. You can find that information at [website]
- c) Your patience and cooperation are essential.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

³ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Evacuación

Recomendaciones:

- Consulte el Protocolo de Respuesta Estándar – Guía Operativa K12 para recomendaciones de mensajes adicionales.⁴
- Este mensaje es principalmente para padres/tutores en el momento de o inmediatamente después de la Evacuación.

Mensaje Clave #1:

1) [Suceso] ha provocado la evacuación de la escuela.

Comentarios de Apoyo:

- a) La seguridad de nuestros estudiantes es nuestra principal prioridad.
- b) El personal y los estudiantes planifican y se entrenan para [tipo de suceso].
- c) Estamos siguiendo nuestro plan de evacuación.

Mensaje Clave #2:

2) Su hijo/a está a salvo.

Comentarios de Apoyo:

- a) Los estudiantes [están siendo / han sido] trasladados a un lugar de evacuación.
- b) Permaneceremos en el lugar de evacuación hasta que pase el peligro.
- c) Estamos trabajando duro [con agencias de respuesta] para mantener a todos a salvo.

Mensaje Clave #3:

3) Esté preparado para seguir instrucciones oficiales.

Comentarios de Apoyo:

- a) Permanezca en el lugar donde se encuentra en este momento.
- b) Una vez [los sucesos] hayan sido evaluados, la escuela le notificará sobre los siguientes pasos. Puede encontrar esa información en [sitio web]
- c) Su paciencia y cooperación son esenciales.

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

⁴ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Về việc di tản

Khuyến nghị:

- Xem Giao thức phản hồi tiêu chuẩn – Hướng dẫn vận hành Từ lớp 1 đến 12 để biết thêm các khuyến nghị về thông điệp.⁵
- Thông điệp này chủ yếu dành cho cha mẹ/người giám hộ tại thời điểm hoặc ngay sau khi di tản.

Thông điệp chính #1:

1) [Sự việc] đã dẫn tới việc trường học cần phải di tản.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Sự an toàn của học sinh là ưu tiên hàng đầu của chúng tôi.
- b) Nhân viên và học sinh có kế hoạch ứng phó và tập dợt cho [loại sự kiện].
- c) Chúng ta đang làm theo kế hoạch sơ tán của sẵn có.

Thông điệp chính #2:

2) Con của quý vị an toàn.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Học sinh [đang được/đã được] di dời đến nơi sơ tán.
- b) Chúng tôi sẽ ở lại địa điểm sơ tán cho đến khi nguy hiểm qua đi.
- c) Chúng tôi đang nỗ lực [cùng với các cơ quan ứng phó] để đảm bảo an toàn cho mọi người.

Thông điệp chính #3:

3) Hãy sẵn sàng làm theo chỉ đạo của nhà trường.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Hãy ở yên tại chỗ.
- b) Sau khi hoàn thành đánh giá sơ bộ [tình huống], nhà trường sẽ thông báo bước tiếp theo. Các em có thể tìm thấy thông tin tại [trang web].
- c) Việc kiên nhẫn và hợp tác của các em là rất quan trọng.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

⁵ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Lockdown (Inside Threat)

Recommendations:

- See the Standard Response Protocol – K12 Operational Guidance for additional messaging recommendations.⁶
- This message can be used with parents / guardians, or with students / staff when implementing the Lockdown protocol.

Key message #1:

1) There is an incident at [Name] school [if possible, state what it was]

Supporting Statements:

- a) The school is in lockdown and following protocol.
- b) No one is allowed in or out of the building.
- c) Law enforcement is on scene.

Key message #2:

2) Staff and students have trained for these situations.

Supporting Statements:

- a) Students and staff are required to turn off their phones.
- b) Contacting students or staff now can place them in danger.
- c) Contact will be allowed when it is safe.

Key message #3:

3) Student safety is the top priority.

Supporting Statements:

- a) Stay where you are so responders can resolve the situation.
- b) Follow all [official / law enforcement] instructions.
- c) School officials will provide more information, including how to reunite with your child.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

⁶ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Confinamiento (Amenaza Interna)

Recomendaciones:

- Consulte el Protocolo de Respuesta Estándar – Guía Operativa K12 para recomendaciones de mensajes adicionales.⁷
- Este mensaje puede utilizarse con padres/tutores o con estudiantes/personal al implementar el protocolo de Confinamiento.

Mensaje Clave #1:

1) Hay un incidente en la escuela [nombre] [si es posible, en qué estado está]

Comentarios de Apoyo:

- a) La escuela está confinada y siguiendo el protocolo.
- b) No se le permite a nadie la entrada o salida del edificio.
- c) Las fuerzas de seguridad están en el lugar.

Mensaje Clave #2:

2) El personal y los estudiantes están entrenados para estas situaciones.

Comentarios de Apoyo:

- a) Se requiere que los estudiantes y el personal apaguen sus teléfonos.
- b) Contactar a los estudiantes o al personal ahora puede ponerlos en peligro.
- c) Se permitirá el contacto cuando sea seguro.

Mensaje Clave #3:

3) La seguridad de los estudiantes es la máxima prioridad.

Comentarios de Apoyo:

- a) Permanezca donde esté para que los equipos de emergencia puedan resolver la situación.
- b) Siga todas las instrucciones [oficiales / de las fuerzas de seguridad].
- c) Los representantes de la escuela proporcionarán más información, incluyendo cómo reencontrarse con su hijo/a.

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

⁷ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Về lệnh khóa cửa (Khi Mối đe dọa nằm bên trong)

Khuyến nghị:

- Xem Giao thức phản hồi tiêu chuẩn – Hướng dẫn vận hành Từ lớp 1 đến 12 để biết thêm các khuyến nghị về thông điệp.⁸
- Thông điệp này có thể sử dụng với phụ huynh/người giám hộ hoặc với học sinh/nhân viên khi tiến hành lệnh Khóa cửa.

Thông điệp chính #1:

1) Có một sự cố xảy ra tại trường [Tên] [nếu có thể, hãy nêu sự cố đó là gì]

Thông điệp bổ trợ:

- a) Trường học đang có lệnh khóa cửa và tuân thủ theo quy trình.
- b) Không ai được phép ra vào tòa nhà.
- c) Cảnh sát đang có mặt tại hiện trường.

Thông điệp chính #2:

2) Đội ngũ nhân viên và học sinh đã được tập dợt để ứng phó với những tình huống này.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Học sinh và nhân viên được yêu cầu phải tắt điện thoại.
- b) Việc liên lạc với sinh viên hoặc nhân viên ngay bây giờ có thể khiến họ gặp nguy hiểm.
- c) Việc liên lạc sẽ được cho phép khi an toàn.

Thông điệp chính #3:

3) An toàn của học sinh là ưu tiên hàng đầu.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Hãy ở yên tại chỗ để cảnh sát tập trung giải quyết tình hình.
- b) Hãy làm theo tất cả các chỉ đạo của [nhà trường/cảnh sát].
- c) Nhà trường sẽ cung cấp thêm thông tin, bao gồm cả cách thức đoàn tụ với con của quý vị.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

⁸ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Secure (Outside Threat)

Recommendations:

- See the Standard Response Protocol – K12 Operational Guidance for additional messaging recommendations.⁹
- This message is primarily for parents / guardians when implementing the Secure protocol.

Key message #1:

- 1) The school is using our Standard Response Protocol of Secure due to [name event outside school if possible].**

Supporting Statements:

- a) Students are safe inside the school.
- b) All doors are locked.
- c) No one goes in or out of the building.

Key Message #2:

- 2) Inside the school it is business as usual.**

Supporting Statements:

- a) Classes continue to be taught.
- b) Students are following their normal routine.
- c) The school will continue to monitor the situation.

Key Message #3:

- 3) Student safety is our top priority.**

Supporting Statements:

- a) The safest place for your child is inside the school.
- b) For everyone's safety, please remain where you are.
- c) School officials will provide more information soon.

[Note: be sure school partners – response agencies, media – know the difference between Lockdown and Secure.]

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

⁹ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Seguridad (Amenaza Externa)

Recomendaciones:

- Consulte el Protocolo de Respuesta Estándar – Guía Operativa K12 para recomendaciones de mensajes adicionales.¹⁰
- Este mensaje es principalmente para padres/tutores al implementar el protocolo de Seguridad.

Mensaje Clave #1:

- 1) La escuela está usando nuestro Protocolo de Respuesta Estándar de Seguridad debido a [nombre el suceso ocurrido fuera de la escuela si es posible].**

Comentarios de Apoyo:

- a) Los estudiantes están seguros dentro de la escuela.
- b) Todas las puertas están bloqueadas.
- c) Nadie sale o entra del edificio.

Mensaje Clave #2:

- 2) Dentro de la escuela, todo sigue como de costumbre.**

Comentarios de Apoyo:

- a) Las clases siguen su curso.
- b) Los estudiantes siguen su rutina normal.
- c) La escuela seguirá monitoreando la situación.

Mensaje Clave #3:

- 3) La seguridad de los estudiantes es nuestra máxima prioridad.**

Comentarios de Apoyo:

- a) El lugar más seguro para su hijo/a es dentro de la escuela.
- b) Por la seguridad de todos, por favor permanezca donde está.
- c) Los representantes de la escuela proporcionarán más información pronto.

[Nota: asegúrese de que la comunidad escolar –agencias de respuesta, medios de comunicación – conoce la diferencia entre Confinamiento y Seguridad.]

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

¹⁰ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Về lệnh làm rào chắn (Khi Mối đe dọa nằm bên ngoài)

Khuyến nghị:

- Xem Giao thức phản hồi tiêu chuẩn – Hướng dẫn vận hành Từ lớp 1 đến 12 để biết thêm các khuyến nghị về thông điệp.¹¹
- Thông báo này chủ yếu dành cho phụ huynh/người giám hộ khi triển khai Lệnh làm rào chắn.

Thông điệp chính #1:

1) Nhà trường đang triển khai Lệnh làm rào chắn do [nếu có thể, hãy nêu tên sự kiện xảy ra bên ngoài trường].

Thông điệp bổ trợ:

- a) Học sinh được an toàn trong khuôn viên trường.
- b) Tất cả các cửa ra vào đều khóa.
- c) Không ai được ra vào tòa nhà.

Thông điệp chính #2:

2) Bên trong trường mọi hoạt động vẫn diễn ra bình thường.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Các lớp học vẫn tiếp tục được giảng dạy.
- b) Học sinh vẫn hoạt động theo lịch trình thông thường.
- c) Nhà trường sẽ tiếp tục theo dõi tình hình.

Thông điệp chính #3:

3) Sự an toàn của học sinh là ưu tiên hàng đầu của chúng tôi.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Con bạn an toàn nhất khi ở trong khuôn viên trường.
- b) Vì sự an toàn của mọi người, xin hãy ở nguyên vị trí.
- c) Cán bộ nhà trường sẽ sớm cung cấp thêm thông tin.

[Lưu ý: hãy đảm bảo các đối tác làm việc với nhà trường – cơ quan ứng phó, phương tiện truyền thông – hiểu sự khác biệt giữa Lệnh khóa cửa và Lệnh làm rào chắn.]

[Đề thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

¹¹ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Hold

Recommendations:

- See the Standard Response Protocol – K12 Operational Guidance for additional messaging recommendations.¹²
- This message can be used with parents / guardians, or with students / staff when implementing the Hold protocol.
- Schools should notify staff that Hold is being implemented
- Teachers and staff then read the Hold message to students
 - This message is shared with parents / guardians at the same time.

Key Message #1:

1) **The school is using our Standard Response Protocol of Hold due to [insert nature of incident].**

Supporting Statements:

- a) We have implemented Hold to ensure the safety of everyone inside the school.
- b) The staff and students drill for [type of incident].
- c) We are following our plan.

By using a HOLD response, this allows schools to notify their staff, who then reads the same message to students, who then tell their parents the same message. This helps to eliminate the RUMORS....of course this is a method to be used during school

Key Message #2:

2) **We will maintaining as normal a routine as possible given the situation.**

Supporting Statements:

- a) Stay where you are so responders can resolve the situation.
- b) Staff are with your children.
- c) Safety is our top priority.

Key Message #3:

3) **Students will remain in their classrooms or other safe areas until the Hold is released.**

Supporting Statements:

- a) After the Hold is released, students will be free to move about the school.
- b) Watch for updates [insert information on where updates will be provided].
- c) You will receive another notification when Hold is over.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

¹² <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Espera

Recomendaciones:

- Consulte el Protocolo de Respuesta Estándar – Guía Operativa K12 para recomendaciones de mensajes adicionales.¹³
- Este mensaje puede utilizarse con padres/tutores o con estudiantes/personal al implementar el protocolo de Espera.
- La escuela debe notificar al personal que está implementando el protocolo de Espera
- Después, los profesores y el personal leen el mensaje de Espera a los estudiantes
 - Este mensaje se comparte con los padres / tutores al mismo tiempo.

Mensaje Clave #1:

1) **La escuela está utilizando el Protocolo de Respuesta Estándar de Espera debido a [incluya el incidente].**

Comentarios de Apoyo:

- a) Hemos implementado la Espera para asegurar la seguridad de todos en la escuela.
- b) El personal y los estudiantes practican para [tipo de incidente].
- c) Estamos siguiendo nuestro plan.

Al usar una respuesta de ESPERA, las escuelas pueden notificar a su personal, que luego lee el mismo mensaje a los estudiantes, y a su vez transmiten el mismo mensaje a sus padres. Esto ayuda a eliminar rumores.... por supuesto esto es un método que debe usarse durante el día de escuela.

Mensaje Clave #2:

2) **Mantendremos la rutina lo más normal posible dadas las circunstancias.**

Comentarios de Apoyo:

- a) Permanezca donde está para que las autoridades puedan resolver la situación.
- b) El personal está con sus hijos.
- c) La seguridad es nuestra máxima prioridad.

Mensaje Clave #3:

3) **Los estudiantes seguirán en sus aulas o áreas seguras hasta que acabe la Espera.**

Comentarios de Apoyo:

- a) Después de que acabe la Espera, los estudiantes podrán moverse por la escuela.
- b) Preste atención a las actualizaciones [inserte información sobre dónde encontrarlas].
- c) Recibirá otra notificación cuando la Espera haya terminado.

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

¹³ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Về lệnh giữ nguyên vị trí

Khuyến nghị:

- Xem Giao thức phản hồi tiêu chuẩn – Hướng dẫn vận hành Từ lớp 1 đến 12 để biết thêm các khuyến nghị về thông điệp.¹⁴
- Thông báo này có thể sử dụng với phụ huynh/người giám hộ hoặc với học sinh/nhân viên khi triển khai lệnh Giữ nguyên vị trí
- Trường học nên thông báo cho nhân viên lệnh Giữ nguyên vị trí đang được triển khai
- Sau đó giáo viên đọc thông báo triển khai lệnh giữ nguyên vị trí cho học sinh
 - Thông báo này cùng lúc đó cũng được chia sẻ với giáo viên/người giám hộ.

Thông điệp chính #1:

1) Nhà trường đang triển khai Lệnh giữ nguyên vị trí do [thêm thông tin về sự cố].

Thông điệp bổ trợ:

- a) Chúng tôi đã thực hiện lệnh Giữ nguyên vị trí để đảm bảo an toàn cho mọi người trong trường.
- b) Giáo viên và học sinh đã tập dợt để ứng phó với [loại sự cố].
- c) Chúng tôi đang triển khai theo kế hoạch có sẵn.

Khi triển khai Lệnh GIỮ NGUYÊN VỊ TRÍ, thông báo được truyền đạt từ trường đến nhân viên đến học sinh đến phụ huynh. Điều này giúp loại bỏ các TIN ĐỒN...và tất nhiên chỉ triển khai khi trường đang hoạt động.

Thông điệp chính #2:

2) Chúng tôi sẽ duy trì hoạt động bình thường nhất có thể trong tình hình hiện tại.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Hãy ở yên tại chỗ để cảnh sát tập trung giải quyết tình hình.
- b) Có nhân viên ở cùng con của quý vị.
- c) An toàn là ưu tiên hàng đầu của chúng tôi.

Thông điệp chính #3:

3) Học sinh sẽ ở lại lớp học hoặc những khu vực an toàn khác cho đến khi hết lệnh Giữ nguyên vị trí.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Sau khi hết lệnh ở yên tại chỗ, học sinh sẽ được tự do di chuyển trong trường.
- b) Theo dõi thông tin cập nhật [để thông tin về nơi sẽ cung cấp thông tin cập nhật].
- c) Quý vị sẽ được thông báo khi hết Lệnh giữ nguyên vị trí.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

¹⁴ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Shelter

Recommendations:

- See the Standard Response Protocol – K12 Operational Guidance for additional messaging recommendations.¹⁵
- This message is primarily for parents / guardians when implementing the Shelter protocol.

Key Message #1:

1) Staff and students are sheltering at [name school] due to [event].

Supporting Statements:

- a) Safety is our top priority.
- b) The staff and students drill for [type of event].
- c) We are following our Shelter plan.

Key Message #2:

2) Your child is sheltered and safe.

Supporting Statements:

- a) We will remain sheltered until the danger passes.
- b) Staff are with your children.
- c) We are working to keep everyone safe.

Key Message #3:

3) Please keep yourself safe.

Supporting Statements:

- a) Stay current on official information.
- b) Follow the advice of authorities.
- c) You will receive another notification when Shelter is over.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

¹⁵ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Refugio

Recomendaciones:

- Consulte el Protocolo de Respuesta Estándar – Guía Operativa K12 para recomendaciones de mensajes adicionales.¹⁶
- Este mensaje es principalmente para padres / tutores al implementar el protocolo de Refugio.

Mensaje Clave #1:

1) El personal y los estudiantes están resguardándose en [nombre la escuela] debido a [suceso].

Comentarios de Apoyo:

- a) La seguridad es nuestra máxima prioridad.
- b) El personal y los estudiantes se preparan para [tipo de suceso].
- c) Estamos siguiendo nuestro plan de Refugio.

Mensaje Clave #2:

2) Su hijo/a está resguardado y seguro/a.

Comentarios de Apoyo:

- a) Nos mantendremos refugiados hasta que pase el peligro.
- b) El personal está con sus hijos.
- c) Estamos trabajando para mantener a todos a salvo.

Mensaje Clave #3:

3) Por favor, manténgase seguro.

Comentarios de Apoyo:

- a) Manténganse al tanto de la información oficial.
- b) Siga los consejos de las autoridades.
- c) Recibirá otra notificación cuando acabe el Refugio.

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

¹⁶ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Về lệnh trú ẩn

Khuyến nghị:

- Xem Giao thức phản hồi tiêu chuẩn – Hướng dẫn vận hành Từ lớp 1 đến 12 để biết thêm các khuyến nghị về thông điệp.¹⁷
- Thông báo này chủ yếu dành cho phụ huynh/người giám hộ khi triển khai Lệnh trú ẩn.

Thông điệp chính #1:

1) Nhân viên và học sinh đang thực hiện lệnh trú ẩn tại [tên trường] do [sự kiện].

Thông điệp bổ trợ:

- a) An toàn là ưu tiên hàng đầu của chúng tôi.
- b) Nhân viên và sinh viên đã tập dợt cho [loại sự kiện].
- c) Chúng tôi đang triển khai lệnh trú ẩn.

Thông điệp chính #2:

2) Con quý vị đang ở nơi trú ẩn và được an toàn.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Chúng ta sẽ trú ẩn cho đến khi nguy hiểm qua đi.
- b) Có nhân viên ở cạnh con của quý vị.
- c) Chúng tôi đang triển khai kế hoạch để đảm bảo an toàn cho mọi người.

Thông điệp chính #3:

3) Hãy đảm bảo an toàn của chính bản thân quý vị.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Cập nhật thông tin thường xuyên từ nhà trường.
- b) Thực hiện theo chỉ đạo của nhà trường.
- c) Quý vị sẽ được thông báo khi Lệnh trú ẩn kết thúc.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

¹⁷ <https://iloveguys.org/The-Standard-Response-Protocol.html>

Student/Family Reunification

Key Message #1:

- 1) A student / parent reunification process is underway due to [incident / event] at school [state briefly, if you can].**

Supporting Statements:

- a) Please go to [location] to be reunited with your child.
- b) This process protects the safety of students.
- c) We plan and train for reunification.

Key Message #2:

- 2) Be patient, the reunification process takes time.**

Supporting Statements:

- a) When you arrive, please check in and follow instructions.
- b) Your child will be supervised at [location] until reunited.
- c) We will reunite students and families as quickly as possible.

Key Message #3:

- 3) The school is following our standard reunification process.**

[Note: Each school district may have a different process to verify identity - modify supporting statements to describe your process.]

Supporting Statements:

[Insert school's reunification process key points below in a & b – examples provided]

- a) [You will be asked to show your ID and fill out a reunification card for each child.]
- b) [Children may be released to your pre-designated emergency contact on record with the school.]
- c) Your patience is appreciated.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

Reunificación de Estudiantes/Familias

Mensaje Clave #1:

- 1) Un proceso de reunificación de estudiantes / padres está en proceso debido a [incidente / suceso] en la escuela [mencionar brevemente, si es posible].**

Comentarios de Apoyo:

- a) Por favor, vaya a [ubicación] para reunirse con su hijo/a.
- b) Este proceso protege la seguridad de los estudiantes.
- c) Planificamos y entrenamos para la reunificación.

Mensaje Clave #2:

- 2) Sea paciente, el proceso de reunificación lleva tiempo.**

Comentarios de Apoyo:

- a) Cuando llegue, por favor regístrese y siga las instrucciones.
- b) Su hijo/a será supervisado/a en [ubicación] hasta la reunificación
- c) Reuniremos a los estudiantes con las familias lo más rápido posible.

Mensaje Clave #3:

- 3) La escuela está siguiendo nuestro proceso estándar de reunificación.**

[Nota: Cada distrito escolar puede tener un proceso diferente para verificar la identidad – modifique los comentarios de apoyo para describir su proceso.]

Comentarios de Apoyo:

[Inserte los puntos clave del proceso de reunificación de la escuela en a y b – se proporcionan ejemplos]

- a) [Se le pedirá que muestre su identificación y complete una tarjeta de reunificación por cada niño/a.]
- b) [Los niños pueden ser entregados a su contacto de emergencia preestablecido en la escuela.]
- c) Agradecemos su paciencia.

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

Về việc Đoàn tụ Học sinh/Gia đình

Thông điệp chính #1:

1) Thủ tục đoàn tụ học sinh/phụ huynh đang được triển khai do [sự cố/sự kiện] tại trường [hãy nêu ngắn gọn, nếu có thể].

Thông điệp bổ trợ:

- a) Xin vui lòng đến [địa điểm] để đoàn tụ với con của quý vị.
- b) Thủ tục này bảo vệ sự an toàn của học sinh.
- c) Chúng tôi lập kế hoạch và được tập huấn để triển khai.

Thông điệp chính #2:

2) Hãy kiên nhẫn, quá trình đoàn tụ cần có thời gian.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Khi đến, vui lòng làm thủ tục khai báo và làm theo hướng dẫn.
- b) Con của quý vị sẽ được giám sát tại [địa điểm] cho đến khi đoàn tụ.
- c) Chúng tôi sẽ đoàn tụ học sinh và gia đình sớm nhất có thể.

Thông điệp chính #3:

3) Nhà trường đang thực hiện theo thủ tục đoàn tụ của chúng tôi.

[Lưu ý: Mỗi khu vực trường học có thể có quy trình xác minh danh tính khác nhau - hãy chỉnh sửa thông điệp bổ trợ để phù hợp với thủ tục của nhà trường.]

Thông điệp bổ trợ:

[Mô tả các điểm lưu ý chính trong quá trình đoàn tụ tại mục a và b dưới đây- tham khảo ví dụ]

- a) [Quý vị sẽ được yêu cầu xuất trình CMND và điền giấy tờ đoàn tụ cho mỗi trẻ.]
- b) [Trẻ có thể được giao cho người liên lạc khẩn cấp được chỉ định trước trong học bạ.]
- c) Chúng tôi trân trọng sự kiên nhẫn của quý vị.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Drills and Students with Functional Needs

Including Serious Emotional Disturbance (SED) or Early Onset Serious Mental Illness (ESMI)

Recommendations:

- Parents / guardians should be informed prior to every drill what is to take place and being practiced.

Key Message #1:

1) The school is having a drill for [insert drill] on [date].

Supporting Statements:

- a) Drills are important so students and staff know what to do if [insert drill topic] happens.
- b) Some students may experience distress during or after the drill.
- c) Most students will be fine.

Key Message #2:

2) We understand some students have unique sensory needs.

Supporting Statements:

- a) If your child has specific needs, please inform the school.
- b) Drills are intended to help students and staff feel safe.
- c) Staff can assist students who need accommodations to participate in the drill.¹⁸

Key Message #3:

3) Ask your child if they would like to talk about the drill; let their answer guide you.

Supporting Statements:

- a) Let your child know the school does drills throughout the year to help keep them safe.
- b) Make connections to safety habits you already practice, like wearing seatbelts in the car.
- c) Allow your child to talk about their concerns, or to just spend time with you.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

¹⁸ Accommodation resources/options may include ear protectors, strollers/wagons, buddy system, etc.

Simulacros y Estudiantes con Necesidades Funcionales

Incluyendo el Trastorno Emocional Severo (SED, por sus siglas en inglés) o el Trastorno Mental Severo de Aparición Temprana (ESMI, por sus siglas en inglés)

Recomendaciones:

- Los padres / tutores deben ser informados antes de que suceda y se practique cada simulacro.

Mensaje Clave #1:

1) La escuela va a hacer un simulacro de [inserte simulacro] el [fecha].

Comentarios de Apoyo:

- a) Los simulacros son importantes para que los estudiantes y el personal sepan qué hacer si [inserte tema del simulacro] sucede.
- b) Algunos estudiantes pueden experimentar angustia durante o después del simulacro.
- c) La mayoría de los estudiantes estarán bien.

Mensaje Clave #2:

2) Entendemos que algunos estudiantes tienen necesidades sensoriales únicas.

Comentarios de Apoyo:

- a) Si su hijo/a tiene necesidades especiales, por favor informe a la escuela.
- b) Los simulacros pretenden ayudar a que los estudiantes y el personal se sientan seguros.
- c) El personal puede ayudar a los estudiantes que necesiten adaptaciones para participar en el simulacro.¹⁹

Mensaje Clave #3:

3) Pregunte a su hijo/a si quiere hablar del simulacro; deje que su respuesta le guíe.

Comentarios de Apoyo:

- a) Haga saber a su hijo/a que la escuela realiza simulacros durante todo el año para ayudar a mantenerlos seguros.
- b) Establezca conexiones con hábitos de seguridad que ya practican, como usar cinturón de seguridad en el carro.
- c) Permita que su hijo/a hable sobre sus preocupaciones, o simplemente pase tiempo con usted.

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

¹⁹ Los recursos/opciones de acomodación pueden incluir protectores auditivos, cochecitos/carros, sistema de compañeros, etc.

Tập dợt và đối với Học sinh Khuyết tật

Bao gồm Rối loạn cảm xúc nghiêm trọng (SED) hoặc Bệnh tâm thần nghiêm trọng khởi phát sớm (ESMI)

Khuyến nghị:

- Cha mẹ/người giám hộ phải được thông báo trước mỗi buổi tập dợt về những gì sẽ được thực tập và diễn ra.

Thông điệp chính #1:

1) Nhà trường sắp có cuộc diễn tập cho [thêm cuộc diễn tập] vào [ngày].

Thông điệp bổ trợ:

- a) Các cuộc diễn tập rất quan trọng để học sinh và nhân viên biết phải làm gì nếu [chèn chủ đề diễn tập] xảy ra.
- b) Một số học sinh có thể cảm thấy căng thẳng trong hoặc sau buổi tập.
- c) Hầu hết học sinh cảm thấy bình thường.

Thông điệp chính #2:

2) Chúng tôi hiểu rằng một số học sinh có nhu cầu đặc biệt về cảm quan.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Nếu con quý vị có nhu cầu đặc biệt, vui lòng thông báo cho nhà trường biết.
- b) Các cuộc diễn tập nhằm mục đích giúp học sinh và nhân viên cảm thấy an toàn.
- c) Nhân viên có thể hỗ trợ những học sinh đặc biệt khi tham gia cuộc diễn tập.²⁰

Thông điệp chính #3:

3) Hỏi con xem chúng có muốn thảo luận về buổi diễn tập không; hãy để câu trả lời của chúng dẫn dắt quý vị.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Hãy cho con biết rằng trường học có tổ chức các cuộc diễn tập trong suốt năm học để giúp các em được an toàn.
- b) Liên hệ việc này với các thói quen an toàn khác, như thắt dây an toàn khi lái xe.
- c) Để con có cơ hội nói về mối lo ngại của mình hoặc chỉ đơn giản dành thời gian cùng con.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

²⁰ Các nguồn lực/lựa chọn hỗ trợ có thể bao gồm đồ bịt tai, xe đẩy/xe kéo trẻ em, hệ thống bạn đồng hành, ect.

Telling Children About the Event

Key Message #1:

- 1) The age of the child should guide how much and the type of information you share about the event.**

Supporting Statements:

- a) Give information at a level the child can understand.
- b) Give younger children fewer details about the disaster.
- c) Children of all ages need comfort and attention from the adults in their lives after events like this

Key Message #2:

- 2) Be honest when talking to children.**

Supporting Statements:

- a) Give children just enough information to answer their questions.
- b) Sometimes being honest means admitting you don't know the answer.
- c) Tell children there are people working to make them safe.

Key Message #3:

- 3) Listen to the child's questions and answer them.**

Supporting Statements:

- a) Let children know it's ok to talk about how they feel.
- b) Some children may ask the same question over and over.
- c) Let children ask questions freely and give simple answers.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

References:

Psychosocial Issues for Children and Families in Disasters: A Guide for the Primary Care Physician. U.S. Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration. Washington D.C., 1995.

Talking about Disaster: Guide for Standard Messages. National Disaster Education Coalition. July 2004.

Schlichtemeir-Nutzman, S. Help in the Aftermath: Post-disaster Resources. Nebraska Department of Public Institutions and Federal Substance Abuse and Mental Health Services Administration. 1995.

Informar a los Niños Sobre el Suceso

Mensaje Clave #1:

1) La edad del niño/a debe guiar cuánta información y de qué tipo comparte sobre el suceso.

Comentarios de Apoyo:

- a) Dé información a un nivel que su hijo/a pueda entender.
- b) Dé menos detalles sobre el desastre a los niños más pequeños.
- c) Los niños de todas las edades necesitan consuelo y atención de los adultos en sus vidas tras sucesos como este.

Mensaje Clave #2:

2) Sea honesto al hablar con los niños.

Comentarios de Apoyo:

- a) Dé a los niños la cantidad justa de información para responder a sus preguntas.
- b) A veces ser honesto significa admitir que no sabe la respuesta.
- c) Dígales a los niños que hay personas trabajando para mantenerlos seguros.

Mensaje Clave #3:

3) Escuche las preguntas de su hijo/a y respóndalas.

Comentarios de Apoyo:

- a) Hágales saber a los niños que está bien hablar sobre cómo se sienten.
- b) Puede que algunos niños hagan la misma pregunta una y otra vez.
- c) Deje que los niños hagan preguntas libremente y proporcione respuestas simples.

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

Referencias:

Psychosocial Issues for Children and Families in Disasters: A Guide for the Primary Care Physician. U.S. Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration. Washington D.C., 1995.

Talking about Disaster: Guide for Standard Messages. National Disaster Education Coalition. July 2004.

Schlichtemeir-Nutzman, S. Help in the Aftermath: Post-disaster Resources. Nebraska Department of Public Institutions and Federal Substance Abuse and Mental Health Services Administration. 1995.

Thông báo với Trẻ nhỏ về Sự việc

Thông điệp chính #1:

1) Độ tuổi của trẻ sẽ quyết định lượng thông tin và loại thông tin quý vị chia sẻ về sự việc.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Cung cấp thông tin ở mức độ trẻ có thể hiểu được.
- b) Đối với trẻ nhỏ, hãy cung cấp ít thông tin chi tiết hơn về thảm họa.
- c) Trẻ em ở mọi lứa tuổi đều cần sự an ủi và quan tâm từ người lớn trong cuộc sống của chúng sau những sự kiện như thế này.

Thông điệp chính #2:

2) Hãy nói chuyện với trẻ một cách chân thật.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Cung cấp cho trẻ em đủ thông tin để trả lời câu hỏi của chúng.
- b) Đôi khi trung thực có nghĩa là thừa nhận quý vị không biết câu trả lời.
- c) Nói với trẻ em rằng có những người đang cố gắng để đảm bảo an toàn cho chúng.

Thông điệp chính #3:

3) Lắng nghe và giải đáp câu hỏi của trẻ.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Hãy cho trẻ biết rằng việc nói ra cảm xúc của mình là điều bình thường.
- b) Một số trẻ có thể hỏi đi hỏi lại cùng một câu hỏi.
- c) Cho trẻ tự do đặt câu hỏi và hãy đưa ra câu trả lời đơn giản.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Tài liệu tham khảo:

Các vấn đề tâm lý xã hội đối với trẻ em và gia đình trong thảm họa: Hướng dẫn dành cho bác sĩ chăm sóc chính. Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ, Cục Quản lý Dịch vụ Sức khỏe Tâm thần và Lạm dụng Chất gây nghiện. Washington D.C., 1995.

Nói về Thảm họa: Hướng dẫn về các Thông điệp Chuẩn. Liên minh Giáo dục Thảm họa Quốc gia. Tháng 7 năm 2004.

Schlichtemeir-Nutzman, S. Trợ giúp trong Hậu quả: Các Nguồn lực Sau thảm họa. Bộ Các tổ chức Công cộng Nebraska và Cục Quản lý Dịch vụ Sức khỏe Tâm thần và Lạm dụng Chất gây nghiện Liên bang. 1995.

Children's Reactions to a Critical Event

Key Message #1:

1) Adults and children have a variety of reactions.

Supporting Statements:

- a) Children may be scared, worried, distracted, have sleep problems, or feel sick.
- b) Children might act younger than their age.
- c) Everyone reacts in their own way.

Brief Message / Text

Kids have a variety of reactions after disasters. Some may need extra help - most will be fine with support from family & friends.

Key Message #2:

2) Some children may need additional support.

Supporting Statements:

- a) Children feel more secure with structure and routine.
- b) Keep in touch with your child's teacher or school counselor.
- c) Talk to your doctor if you're concerned about a child's reaction.

Key Message #3:

3) There are several things you can do to help your children.

Supporting Statements:

- a) Make sure your children get plenty of sleep.
- b) Answer questions simply and honestly at an age-appropriate level.
- c) Information that is acceptable for adults may upset and confuse a child.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

References:

Recovery: After a Tornado. (n.d) National Child Traumatic Stress Network. 10 August 2006. http://www.nctsn.org/nccts/nav.do?pid=typ_nd_torn_recovery&disasterType=torn&navPid=typ_nd_torn_desc.

Speier, Anthony. *Psychosocial Issues for Children and Adolescents in Disaster*. 2nd ed. U.S. Department of Health and Human Services Substance Abuse and Mental Health Services Administration Center for Mental Health Services. Washington D.C., 2000

Vernberg, Eric M, et al. *Prediction of Posttraumatic Stress Symptoms in Children after Hurricane Andrew*. *Journal of Abnormal Psychology*. 105.2 (1996): 237-248.

Reacciones de los Niños Ante un Suceso Crítico

Mensaje Clave #1:

1) Los adultos y los niños tienen reacciones diversas.

Comentarios de Apoyo:

- a) Puede que los niños estén asustados, preocupados, distraídos, con problemas de sueño o se sientan mal.
- b) Puede que los niños actúen más jóvenes de lo que son.
- c) Cada persona reacciona a su manera.

Mensaje Clave #2:

2) Algunos niños requieren apoyo adicional.

Comentarios de Apoyo:

- a) Los niños se sienten más seguros con estructura y rutina.
- b) Mantenga el contacto con el profesor o terapeuta escolar de su hijo/a.
- c) Hable con su médico si le preocupa la reacción de un niño/a.

Mensaje Clave #3:

3) Hay varias cosas que puede hacer para ayudar a sus hijos.

Comentarios de Apoyo:

- a) Asegúrese de que sus hijos duermen lo suficiente.
- b) Conteste preguntas de forma simple y honesta a un nivel apropiado para su edad.
- c) La información que es aceptable para los adultos podría alterar y confundir a un/a niño/a.

Mensaje / Mensaje de Texto Breve

Los niños tienen reacciones diversas tras los desastres. Algunos requerirán ayuda adicional - la mayoría estarán bien con el apoyo de amigos y familiares.

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

Referencias:

Recovery: After a Tornado. (n.d) National Child Traumatic Stress Network. 10 August 2006. http://www.nctsn.org/nccts/nav.do?pid=typ_nd_torn_recovery&disasterType=torn&navPid=typ_nd_torn_desc.

Speier, Anthony. *Psychosocial Issues for Children and Adolescents in Disaster*. 2nd ed. U.S. Department of Health and Human Services Substance Abuse and Mental Health Services Administration Center for Mental Health Services. Washington D.C., 2000

Vernberg, Eric M, et al. *Prediction of Posttraumatic Stress Symptoms in Children after Hurricane Andrew*. *Journal of Abnormal Psychology*. 105.2 (1996): 237-248.

Phản ứng của Trẻ nhỏ đối với một Sự việc Nghiêm trọng

Thông điệp chính #1:

1) Người lớn và trẻ em có nhiều phản ứng khác nhau

Thông điệp bổ trợ:

- a) Trẻ em có thể sợ hãi, lo lắng, mất tập trung, gặp vấn đề về giấc ngủ hoặc cảm thấy như bị bệnh.
- b) Trẻ em có thể hành động trẻ con hơn so với tuổi của mình.
- c) Mọi người đều phản ứng theo cách riêng của mình.

Tin nhắn ngắn / Văn bản

Trẻ em có nhiều phản ứng khác nhau sau thảm họa. Một số trẻ có thể cần thêm sự giúp đỡ - hầu hết sẽ ổn nếu có sự hỗ trợ từ gia đình và bạn bè.

Thông điệp chính #2:

2) Một số trẻ có thể cần hỗ trợ thêm.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Trẻ em cảm thấy an toàn hơn khi có lịch trình và thói quen.
- b) Giữ liên lạc với giáo viên hoặc tư vấn viên học đường của con quý vị.
- c) Nói chuyện với bác sĩ nếu quý vị lo lắng về phản ứng của trẻ.

Thông điệp chính #3:

3) Một số điều quý vị có thể làm để giúp con mình.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Đảm bảo con quý vị ngủ đủ giấc.
- b) Trả lời các câu hỏi một cách đơn giản và trung thực ở mức độ phù hợp với lứa tuổi.
- c) Thông tin mà người lớn chấp nhận được có thể khiến trẻ em khó chịu và bối rối.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Tài liệu tham khảo:

Phục hồi: Sau cơn lốc xoáy. (không có ngày) Mạng lưới quốc gia về căng thẳng chấn thương ở trẻ em. Ngày 10 tháng 8 năm 2006. <http://www.nctsn.org/nccts/nav.do?pid=typ_nd_torn_recovery&disasterType=torn&navPid=typ_nd_torn_desc>.

Speier, Anthony. Các vấn đề tâm lý xã hội đối với trẻ em và thanh thiếu niên trong thảm họa. Ấn bản lần thứ 2. Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ, Trung tâm Quản lý Dịch vụ Sức khỏe Tâm thần và lạm dụng Chất gây nghiện. Washington D.C., 2000

Vernberg, Eric M, et al. Dự đoán các triệu chứng căng thẳng sau chấn thương ở trẻ em sau cơn bão Andrew. Tạp chí Tâm lý học Bất thường. 105.2 (1996): 237-248.

Exposing Children to Media About the Event

Key Message #1:

1) Talk with children about what they see and hear about the event.

Supporting Statements:

- a) The age (and maturity) of the child should guide how much and the type of information you share about the event.
- b) Give younger children fewer details about the event.
- c) Listen to the child's questions and answer them.

Key Message #2:

2) Adults and children have a variety of reactions.

Supporting Statements:

- a) Children may be scared, worried, upset, have sleep problems, or feel sick.
- b) Younger children may believe an event is happening again if they see it repeated on TV.
- c) Children learn from adults how to react to the disaster.

Key Message #3:

3) Most children will be fine with support from family and friends.

Supporting Statements:

- a) Children of all ages need comfort and attention from the adults in their lives after events like this.
- b) Limiting children's exposure to media may lessen everyone's stress.
- c) Talk to a professional if you're concerned about a child's reaction.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

Exponer a los Niños a Información Mediática Sobre el Suceso

Mensaje Clave #1:

1) Hable con los niños sobre lo que ven y escuchan sobre el suceso.

Comentarios de Apoyo:

- a) La edad (y madurez) del niño/a debe guiar cuánta y qué tipo de información comparte sobre el suceso.
- b) Dé menos detalles sobre el suceso a los niños más pequeños.
- c) Escuche las preguntas del niño/a y respóndalas.

Mensaje Clave #2:

2) Los adultos y los niños tienen reacciones diversas.

Comentarios de Apoyo:

- a) Puede que los niños estén asustados, preocupados, distraídos, con problemas de sueño o se sientan enfermos.
- b) Los niños más pequeños pueden pensar que el suceso está ocurriendo de nuevo si lo ven repetido en la televisión.
- c) Los niños pueden aprender cómo reaccionar ante el desastre de los adultos.

Mensaje Clave #3:

3) La mayoría de los niños estarán bien con el apoyo de familiares y amigos.

Comentarios de Apoyo:

- a) Los niños de todas las edades necesitan consuelo y atención de los adultos en sus vidas tras sucesos como este.
- b) Limitar la exposición de los niños a los medios de comunicación puede reducir el estrés de todos.
- c) Hable con un profesional si le preocupa la reacción de un/a niño/a.

[Al final de cada mensaje, agregue a quién pueden contactar los padres/tutores]

Cho Trẻ nhỏ Tiếp xúc với Thông tin Truyền thông về Sự việc

Thông điệp chính #1:

1) Nói chuyện với trẻ em về những gì chúng nhìn thấy và nghe được về sự kiện này.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Độ tuổi (và mức độ trưởng thành) của trẻ sẽ quyết định lượng thông tin và loại thông tin quý vị chia sẻ về sự kiện.
- b) Đối với trẻ nhỏ, hãy cung cấp ít chi tiết hơn về sự kiện.
- c) Lắng nghe và giải đáp câu hỏi của trẻ.

Thông điệp chính #2:

2) Người lớn và trẻ em có nhiều phản ứng khác nhau.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Trẻ em có thể sợ hãi, lo lắng, buồn bã, khó ngủ hoặc cảm thấy như bị bệnh.
- b) Trẻ nhỏ có thể tin rằng một sự kiện nào đó đang xảy ra lần nữa nếu chúng thấy sự kiện đó được phát lại trên TV.
- c) Trẻ em học từ người lớn cách ứng phó với thảm họa.

Thông điệp chính #3:

3) Hầu hết trẻ em sẽ ổn khi có sự hỗ trợ từ gia đình và bạn bè.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Trẻ em ở mọi lứa tuổi đều cần được người lớn an ủi và quan tâm sau những sự kiện như thế này.
- b) Hạn chế trẻ em tiếp xúc với phương tiện truyền thông có thể làm giảm căng thẳng cho mọi người.
- c) Nói chuyện với chuyên gia nếu quý vị lo lắng về phản ứng của trẻ.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Children's Questions About Perpetrators

Note: This message is particularly pertinent after a human-caused incident with high public outrage. Consider being proactive in releasing this message.

Key Message #1:

1) It's always difficult to understand why people make these choices.

Supporting Statements:

- a) This is a question that everyone is asking.
- b) We may never really know why.
- c) It is common to try to make sense out of a senseless act.

Key Message #2:

2) You will hear many opinions about why this happened.

Supporting Statements:

- a) Be skeptical about what you may hear.
- b) Much of what you hear will be opinions rather than facts.
- c) Limiting exposure to these opinions may lessen your stress.

Key Message #3:

3) We are working to find out more.

Supporting Statements:

- a) We are working with other agencies involved in this situation and focusing on the facts.
- b) We are working to provide support to those impacted.
- c) We want to use what we learn to prevent this in the future.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

Preguntas de los Niños Sobre los Perpetradores

Nota: Este mensaje es particularmente pertinente después de un incidente provocado por humanos con gran indignación pública. Considere ser proactivo al difundir este mensaje.

Mensaje Clave#1:

1) Siempre es difícil entender por qué las personas toman estas decisiones.

Comentarios de Apoyo:

- a) Esta es una pregunta que todos se hacen.
- b) Es posible que nunca sepamos realmente por qué.
- c) Es común tratar de encontrarle sentido a un acto sin sentido.

Mensaje Clave #2:

2) Escuchará muchas opiniones sobre por qué sucedió esto.

Comentarios de Apoyo:

- a) Sea escéptico sobre lo que pueda escuchar.
- b) Gran parte de lo que escuche serán opiniones en lugar de hechos.
- c) Limitar la exposición a estas opiniones puede reducir su estrés.

Mensaje Clave #3:

3) Estamos trabajando para obtener más información.

Comentarios de Apoyo:

- a) Estamos trabajando con otras agencias involucradas en esta situación y centrándonos en los hechos.
- b) Estamos trabajando para brindar apoyo a las personas afectadas.
- c) Queremos utilizar lo que aprendemos para evitar que esto ocurra en el futuro.

[Agregue al final de cada mensaje a quiénes pueden contactar los padres o tutores]

Câu hỏi của Trẻ nhỏ về Kẻ tấn công

Lưu ý: Thông điệp này đặc biệt phù hợp sau một sự cố do con người gây ra và tạo sự phẫn nộ mạnh mẽ trong cộng đồng. Hãy chủ động phổ biến thông báo này.

Thông điệp chính #1:

1) Rất khó để giải thích tại sao con người lại có thể hành động như vậy.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Đây là điều mà mọi người đều đang thắc mắc.
- b) Chúng ta có thể không bao giờ thực sự biết tại sao.
- c) Người ta thường cố gắng tìm ra ý nghĩa của một hành động vô nghĩa.

Thông điệp chính #2:

2) Quý vị sẽ nghe nhiều ý kiến về lý do tại sao điều này xảy ra.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Hãy hoài nghi về những gì quý vị có thể nghe đồn.
- b) Phần lớn những gì quý vị nghe đồn đều là ý kiến chứ không phải sự thật.
- c) Hạn chế tiếp xúc với những ý kiến này có thể giúp quý vị bớt căng thẳng.

Thông điệp chính #3:

3) Chúng tôi đang tiến hành điều tra thêm.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Chúng tôi đang làm việc với các cơ quan khác có liên quan đến tình huống này và tập trung tìm kiếm sự thật.
- b) Chúng tôi đang nỗ lực hỗ trợ những người bị ảnh hưởng.
- c) Chúng tôi rút kinh nghiệm và tìm cách ngăn chặn điều này lặp lại trong tương lai.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Anxiety & Stress After a Critical Event

Key Message #1:

1) Take care of your emotional and spiritual needs.

Supporting Statements:

- a) It's common to feel anxious or worried.
- b) Try to reduce your workload and regular responsibilities.
- c) Stay in contact with friends, family, and spiritual support.

Key Message #2:

2) Good physical health improves your outlook.

Supporting Statements:

- a) Eat a balanced diet, get enough sleep, and exercise.
- b) Avoid using drugs, alcohol, and tobacco to cope.
- c) Keep a regular schedule to lessen worry and anxiety.

Key Message #3:

[For natural disaster or a public health emergency]

3) Prepare as you would for any emergency.

Supporting Statements:

- a) Make a list of healthy ways to take care of your mind and body.
- b) Stay informed about [insert event].
- c) Keep extra food, water, medicines, and household goods on hand.

[For terrorism/shooting; can also be used for other events]

4) Take things one day at a time.

Supporting Statements:

- a) Focus on things you can control.
- b) Helping someone else can help you feel better.
- c) Do something you enjoy.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

Brief Message

Take care of emotional & spiritual needs. Good health improves your outlook. Prepare as you would for any emergency.

References:

<http://www.apa.org/helpcenter/mass-shooting.aspx>

Ansiedad y Estrés Después de un Suceso Crítico

Mensaje Clave #1:

1) Cuide sus necesidades emocionales y espirituales.

Comentarios de Apoyo:

- a) Es común sentirse ansioso o preocupado.
- b) Trate de reducir su carga de trabajo y sus responsabilidades habituales.
- c) Manténgase en contacto con amigos, familiares y apoyo espiritual.

Mensaje Breve

Cuide sus necesidades emocionales y espirituales. La buena salud mejorará sus perspectivas. Prepárese como lo haría para cualquier emergencia.

Mensaje Clave #2:

2) Una buena salud física mejora su perspectiva.

Comentarios de Apoyo:

- a) Siga una dieta equilibrada, duerma lo suficiente y haga ejercicio.
- b) Evite consumir drogas, alcohol y tabaco para sobrellevar la situación.
- c) Mantenga un horario regular para disminuir la preocupación y la ansiedad.

Mensaje Clave #3:

[En caso de desastre natural o emergencia de salud pública]

3) Prepárese como lo haría para cualquier emergencia.

Comentarios de Apoyo:

- a) Haga una lista de formas saludables de cuidar su mente y su cuerpo.
- b) Manténgase informado sobre [insertar evento].
- c) Tenga a mano alimentos, agua, medicamentos y artículos para el hogar adicionales.

[En caso de terrorismo o tiroteo; También se puede utilizar para otros eventos]

4) Tómese las cosas día a día.

Comentarios de Apoyo:

- a) Céntrese en las cosas que puede controlar.
- b) Ayudar a otra persona puede ayudarlo a sentirse mejor.
- c) Haga algo que disfrute.

[Agregue a quién pueden contactar los padres o tutores al final de cada mensaje]

Referencias:

<http://www.apa.org/helpcenter/mass-shooting.aspx>

Lo lắng và Căng thẳng Hậu sự cố

Thông điệp chính #1:

1) Hãy tập trung về nhu cầu cảm xúc và tâm linh của quý vị.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Cảm thấy bồn chồn lo lắng là điều bình thường..
- b) Cố gắng giảm bớt khối lượng công việc và trách nhiệm thường nhật của quý vị.
- c) Giữ liên lạc với bạn bè, gia đình và nguồn hỗ trợ tâm linh.

Thông điệp chính #2:

2) Sức khỏe thể chất tốt giúp cải thiện mọi mặt.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Ăn uống cân bằng, ngủ đủ giấc và tập thể dục.
- b) Tránh sử dụng ma túy, rượu và thuốc lá để đối phó.
- c) Duy trì một lịch trình đều đặn để giảm bớt lo lắng và căng thẳng.

Thông điệp chính #3:

[Đối với thiên tai hoặc trường hợp khẩn cấp về sức khỏe cộng đồng]

3) Chuẩn bị phản ứng như khi quý vị chuẩn bị cho bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Lập danh sách những cách lành mạnh để chăm sóc tinh thần và thể chất
- b) Cập nhật thông tin về [chèn sự kiện].
- c) Luôn dự trữ thức ăn, nước, thuốc men và đồ dùng gia đình.

[Dành cho khủng bố/bắn súng; cũng có thể sử dụng cho các sự kiện khác]

4) Sống trọn vẹn từng ngày.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Tập trung vào những thứ quý vị có thể kiểm soát.
- b) Giúp đỡ người khác có thể giúp quý vị cảm thấy tốt hơn.
- c) Làm điều gì đó quý vị thích.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Tin tức

Chăm sóc nhu cầu cảm xúc và tâm linh. Sức khỏe tốt cải thiện khả năng. Chuẩn bị phản ứng như khi quý vị chuẩn bị cho bất kỳ trường hợp khẩn cấp nào.

Tài liệu tham khảo:

<http://www.apa.org/helpcenter/mass-shooting.aspx>

Expect Strong Emotions After an Event

Key Message #1:

1) People may be surprised by intense and changing emotions.

Supporting Statements:

- a) Fear, anger, guilt, and sadness are common feelings after an event like this.
- b) You may also notice those emotions in others.
- c) Be patient with yourself and your loved ones.

Key Message #2:

2) Take care of yourself during this stressful time.

Supporting Statements:

- a) Get plenty of rest.
- b) Take time for yourself.
- c) Talk to someone if you're feeling overwhelmed.

Key Message #3:

3) We will get through this by supporting each other.

Supporting Statements:

- a) Focus on things you can control.
- b) Be available to help others when you can.
- c) Accept help when it is offered.

Brief message

Fear, anger, guilt & sadness are common after an event. Take care of yourself. Talk to someone if you're overwhelmed.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

Espere Emociones Fuertes Tras un Suceso

Mensaje Clave #1:

1) Las personas pueden verse sorprendidas por emociones intensas y cambiantes.

Comentarios de Apoyo:

- a) El miedo, la ira, la culpa y la tristeza son sentimientos comunes después de un evento como este.
- b) También puede notar esas emociones en otras personas.
- c) Sea paciente con usted mismo y con sus seres queridos.

Mensaje Breve

El miedo, la rabia, la culpa y la tristeza son habituales después de un suceso así. Cuídese. Hable con alguien si se siente

Mensaje Clave #2:

2) Cuídese durante este momento estresante.

Comentarios de Apoyo:

- a) Descanse mucho.
- b) Tómese un tiempo para usted.
- c) Hable con alguien si se siente abrumado.

Mensaje Clave #3:

3) Superaremos esto apoyándonos mutuamente.

Comentarios de Apoyo:

- a) Concéntrese en las cosas que puede controlar.
- b) Esté disponible para ayudar a los demás cuando pueda.
- c) Acepte ayuda cuando se la ofrezcan.

[Agregue a quién pueden contactar los padres o tutores al final de cada mensaje]

Các Cảm xúc mạnh có thể thấy Hậu sự cố

Thông điệp chính #1:

1) Mọi người có thể ngạc nhiên trước những cảm xúc mãnh liệt và khác lạ.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Sợ hãi, tức giận, tội lỗi và buồn bã là những cảm xúc thường gặp sau một sự kiện như thế này.
- b) Quý vị cũng có thể nhận thấy những cảm xúc đó ở người khác.
- c) Hãy kiên nhẫn với bản thân và những người thân.

Thông điệp chính #2:

2) Hãy chăm sóc bản thân trong thời gian căng thẳng này.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Nghỉ ngơi nhiều.
- b) Dành thời gian cho bản thân.
- c) Nói chuyện với ai đó nếu bạn cảm thấy quá tải.

Thông điệp chính #3:

3) Chúng ta sẽ hỗ trợ lẫn nhau và cùng nhau vượt qua.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Tập trung vào những thứ trong tầm kiểm soát.
- b) Sẵn sàng giúp đỡ người khác khi quý vị có thể.
- c) Chấp nhận sự giúp đỡ từ người khác.

Tin vắn

Sợ hãi, tức giận, tội lỗi và buồn bã là những cảm xúc thường gặp sau một sự kiện. Hãy chăm sóc bản thân. Hãy nói chuyện với ai đó nếu quý vị cảm thấy quá tải.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Some Reactions May Need Additional Support

[Note: This is for all parents, noting that first episode psychosis may occur for some children after an event at school.]

Key Message #1:

1) Disasters or emergencies can be a source of trauma for some youth.

Supporting Statements:

- a) Trauma can result from an event experienced as physically or emotionally harmful.
- b) Some studies have linked trauma and psychosis in young people.
- c) Trauma can have lasting effects on the functioning and well-being of youth.

Key Message #2:

2) People react differently to disasters.

Supporting Statements:

- a) Fear, anger, guilt, and sadness are common feelings after an event like this.
- b) Substance use can make reactions worse.
- c) Reactions that last for a long time, or unusual reactions like hallucinations, need professional help.

Key Message #3:

3) Talk with your child if they are not getting better or are experiencing delusions or hallucinations.

Supporting Statements:

- a) Tell your child what you have noticed about their behavior in a quiet and peaceful location.
- b) Keep in mind that if your child's experience is very real to them.
- c) Tell your child you would like them to speak with a professional or doctor so they can start feeling better.
- d) Get support from parents with similar experiences.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

Algunas Reacciones Pueden Requerir Apoyo Adicional

[Nota: Esto es para todos los padres/madres, teniendo en cuenta que el primer episodio de psicosis puede ocurrir en algunos/as niños/as después de un evento en la escuela.]

Mensaje Clave #1:

1) Los desastres o las emergencias pueden ser una fuente de trauma para algunos jóvenes.

Comentarios de Apoyo:

- a) El trauma puede ser resultado de un evento experimentado de manera física o emocionalmente dañina.
- b) Algunos estudios han vinculado el trauma y la psicosis en los jóvenes.
- c) El trauma puede tener efectos duraderos en el funcionamiento y el bienestar de los jóvenes.

Mensaje Clave #2:

2) Las personas reaccionan de manera diferente a los desastres.

Comentarios de Apoyo:

- a) El miedo, la ira, la culpa y la tristeza son sentimientos comunes después de un evento como este.
- b) El consumo de sustancias puede empeorar las reacciones.
- c) Las reacciones que duran mucho tiempo o las reacciones inusuales como las alucinaciones necesitan ayuda profesional.

Mensaje Clave #3:

3) Hable con su hijo si no mejora o si experimenta delirios o alucinaciones.

Comentarios de Apoyo:

- a) Cuéntele a su hijo lo que ha notado sobre su comportamiento en un lugar tranquilo y pacífico.
- b) Tenga en cuenta que la experiencia de su hijo es muy real para él.
- c) Dígle a su hijo que le gustaría que hablara con un profesional o un médico para que pueda comenzar a sentirse mejor.
- d) Obtenga apoyo de padres/madres con experiencias similares.

[Agregue a quién pueden contactar los padres o tutores al final de cada mensaje]

Hỗ trợ thêm cho một vài phản ứng nhất định

[Lưu ý: Nội dung này dành cho tất cả các bậc phụ huynh, lưu ý rằng một số trẻ có thể bị loạn thần lần đầu sau một sự việc nào đó ở trường.]

Thông điệp chính #1:

1) Thảm họa hoặc tình huống khẩn cấp có thể là nguồn gây sang chấn cho một số thanh thiếu niên.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Sang chấn có thể là kết quả của một sự cố ảnh hưởng đến thể chất hoặc tinh thần.
- b) Một số nghiên cứu đã chỉ ra mối liên hệ giữa sang chấn và bệnh loạn thần ở người trẻ.
- c) Sang chấn có thể có tác động lâu dài đến hoạt động hằng ngày và sức khỏe của thanh thiếu niên.

Thông điệp chính #2:

2) Mọi người phản ứng khác nhau với thảm họa.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Sợ hãi, tức giận, tội lỗi và buồn bã là những cảm xúc thường gặp sau một sự kiện như thế này.
- b) Sử dụng chất gây nghiện có thể làm cho phản ứng trở nên tồi tệ hơn.
- c) Các phản ứng kéo dài hoặc các phản ứng bất thường như ảo giác cần được hỗ trợ y tế.

Thông điệp chính #3:

3) Nói chuyện với con quý vị nếu chúng không khá hơn hoặc đang gặp ảo tưởng hoặc ảo giác.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Chọn một nơi yên tĩnh để nói cho trẻ biết quý vị nhận thấy điều gì về hành vi của trẻ.
- b) Hãy nhớ rằng những gì con quý vị đang trải qua có cảm giác rất thực với chúng.
- c) Nói với con rằng quý vị muốn chúng nói chuyện với một chuyên gia hoặc bác sĩ để chúng có thể bắt đầu cảm thấy tốt hơn.
- d) Nhận sự hỗ trợ từ các bậc phụ huynh có trải nghiệm tương tự.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Parenting When You Are Struggling

[Note: This is for all parents, some of whom may have their own strong reactions to the event, or pre-existing mental health issues.]

Key Message #1:

1) You may be surprised by intense and changing emotions.

Supporting Statements:

- a) Fear, anger, guilt, and sadness are common feelings after an event like this.
- b) You may also notice these emotions in others.
- c) Be patient with yourself and others.

Key Message #2:

2) Be sure to take care of yourself while you are caring for your child.

Supporting Statements:

- a) Get plenty of rest.
- b) Spend time with your child.
- c) Follow your regular routine.

Key Message #3:

3) Get help when you need it.

Supporting Statements:

- a) Focus on things you can control.
- b) Everyone reacts in their own way.
- c) Talk with a professional if you are concerned about your reactions.
- d) Add a list/links for local resources.

Ser Padres Durante Momentos Difíciles

[Nota: Esto es para todos los padres/madres, algunos de los cuales pueden tener sus propias reacciones fuertes al evento o problemas de salud mental preexistentes.]

Mensaje Clave #1:

1) Es posible que se sorprenda con emociones intensas y cambiantes.

Comentarios de Apoyo:

- a) El miedo, la ira, la culpa y la tristeza son sentimientos comunes después de un evento como este.
- b) También puede notar estas emociones en otras personas.
- c) Sea paciente con usted mismo y con los demás.

Mensaje Clave #2:

2) Asegúrese de cuidarse mientras cuida a su hijo.

Comentarios de Apoyo:

- a) Descanse mucho.
- b) Pase tiempo con su hijo.
- c) Siga su rutina habitual.

Mensaje Clave #3:

3) Obtenga ayuda cuando la necesite.

Comentarios de Apoyo:

- a) Concéntrese en las cosas que puede controlar.
- b) Cada persona reacciona a su manera.
- c) Hable con un profesional si le preocupan sus reacciones.
- d) Agregue una lista o enlaces a recursos locales.

Vai trò của phụ huynh trong tình huống khó khăn

[Lưu ý: Nội dung này dành cho tất cả các bậc phụ huynh, một số người trong số họ có thể có phản ứng mạnh mẽ với sự kiện này hoặc có vấn đề về sức khỏe tâm thần từ trước.]

Thông điệp chính #1:

1) Quý vị có thể ngạc nhiên trước những cảm xúc mãnh liệt và khác lạ

Thông điệp bổ trợ:

- a) Sợ hãi, tức giận, tội lỗi và buồn bã là những cảm xúc thường gặp sau một sự kiện như thế này.
- b) Quý vị cũng có thể nhận thấy những cảm xúc đó ở người khác.
- c) Hãy kiên nhẫn với bản thân và những người thân.

Thông điệp chính #2:

2) Lo cho con nhưng cũng đừng quên chăm sóc bản thân mình.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Nghỉ ngơi nhiều.
- b) Dành thời gian với con.
- c) Giữ thói quen hằng ngày.

Thông điệp chính #3:

3) Chấp nhận sự giúp đỡ khi cần.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Tập trung vào những thứ quý vị có thể kiểm soát.
- b) Mọi người phản ứng theo cách riêng của họ.
- c) Nói chuyện với một chuyên gia nếu quý vị lo lắng về phản ứng của mình.
- d) Thêm danh sách/trang web của các nguồn lực hỗ trợ ở địa phương.

Suicide Prevention

Note: The topic of suicide prevention should be addressed openly to encourage people to get the help they need.

Key Message #1:

1) Many suicides can be prevented.

Supporting Statements:

- a) The number one cause of suicide is untreated depression.
- b) Depression is treatable.
- c) Help is available.

Key Message #2:

2) Know the warning signs.

Supporting Statements:

- a) Talking or writing about death, dying, or suicide.
- b) Looking for ways to hurt or kill themselves.
- c) Feeling hopeless or helpless.

Key Message #3:

3) Know what to do and act.

Supporting Statements:

- a) Directly ask, “Are you thinking about killing yourself?”
- b) Listen, offer hope, and get help.
- c) Call the Suicide and Crisis Lifeline at 988.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

References:

NDE toolkits for suicide prevention and postvention:
<https://www.education.ne.gov/safety/suicide-prevention>

Prevención del Suicidio

Nota: El tema de la prevención del suicidio debe abordarse abiertamente para alentar a las personas a buscar la ayuda que necesitan.

Mensaje Clave #1:

1) Muchos suicidios se pueden prevenir.

Comentarios de Apoyo:

- a) La principal causa de suicidio es la depresión no tratada.
- b) La depresión es tratable.
- c) Hay ayuda disponible.

Mensaje Clave #2:

2) Conozca las señales de advertencia.

Comentarios de Apoyo:

- a) Hablar o escribir sobre la muerte, la agonía o el suicidio.
- b) Buscar formas de hacerse daño o suicidarse.
- c) Sentirse desesperado o impotente.

Mensaje Clave #3:

3) Sepa qué hacer y cómo actuar.

Comentarios de Apoyo:

- a) Pregunte directamente: “¿Estás pensando en suicidarte?”
- b) Escuche, ofrezca esperanza y obtenga ayuda.
- c) Llame a la línea de ayuda para casos de suicidio y crisis al 988.

[Agregue a quién pueden contactar los padres o tutores al final de cada mensaje]

Referencias:

Herramientas para la prevención y postvención del suicidio:

<https://www.education.ne.gov/safety/suicide-prevention>

Phòng chống Rủi ro Tự sát

Lưu ý: Chủ đề phòng ngừa tự tử nên được đề cập một cách cởi mở để khuyến khích mọi người tìm kiếm sự giúp đỡ mà họ cần.

Thông điệp chính #1:

1) Nhiều vụ tự tử có thể được ngăn ngừa.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Nguyên nhân hàng đầu gây ra tự tử là chứng trầm cảm không được điều trị.
- b) Bệnh trầm cảm có thể điều trị được.
- c) Có nguồn lực trợ giúp.

Thông điệp chính #2:

2) Nhận biết các dấu hiệu cảnh báo.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Nói hoặc viết về cái chết, việc chết dần chết mòn hoặc việc tự tử.
- b) Tìm cách làm hại bản thân hoặc tự tử.
- c) Cảm thấy tuyệt vọng hoặc bất lực.

Thông điệp chính #3:

3) Biết cách phản ứng.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Hỏi thẳng, “Bạn có đang nghĩ đến việc tự tử không?”
- b) Lắng nghe, chỉ ra tia hy vọng và tìm kiếm sự giúp đỡ.
- c) Gọi đến Đường dây nóng về Tự tử và Khủng hoảng theo số 988.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Tài liệu tham khảo:

Bộ công cụ NDE để phòng ngừa và can thiệp sau nỗ lực tự tử:

<https://www.education.ne.gov/safety/suicide-prevention>

Death of a Student, Staff Member, or School Volunteer

Recommendations:

- Schools: Activate the crisis or psychological first aid team.
- Coordinate with the family about any details they want shared.
- Inform staff and teachers first, preferably in person.
- Have teachers all read the same message in class at the same time (for high school students).
- Notify parents at the same time with the same message you give to students.
 - Share Fact Sheets for:
 - Children's Reactions
 - Talking with Children About Death

Your message to staff, students, and parents may look like this:

Key Message #1:

1) We are saddened to inform you that [Insert name] [insert relationship to school] has died.

Supporting Statements: [as approved by family]

- a) The family would like privacy at this time.
OR The family would like us to share this information with you.
- b) and c) [Add any information the family would like to share, such as plans for a memorial service, cause of death, how they would like their loved one to be remembered.]

Key Message #2:

2) You may have intense and changing feelings about this.

Supporting Statements:

- a) Sadness, anger, guilt, and fear are common feelings after a death.
- b) You may notice these emotions in others.
- c) Be patient with yourself and others.

Key Message #3:

3) Counselors are available to support students and staff.

Supporting Statements:

- a) You can reach counselors by [insert process].
- b) Support is available.
- c) You may also reach out to these resources for support [insert list of resources].

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

Fallecimiento de un Estudiante, Miembro del Personal o Voluntario de la Escuela

Recomendaciones:

- Escuelas: Activen el equipo de crisis o de primeros auxilios psicológicos.
- Coordínense con la familia sobre cualquier detalle que deseen compartir.
- Informen primero al personal y a los maestros, preferiblemente en persona.
- Hagan que todos los maestros lean el mismo mensaje en clase al mismo tiempo (para estudiantes de secundaria).
- Notifique a los padres/madres al mismo tiempo con el mismo mensaje que les da a los estudiantes.
 - Comparta hojas informativas para:
 - Reacciones de los niños
 - Hablar con los niños sobre la muerte

Su mensaje para el personal, los estudiantes y los padres/madres puede ser similar a este:

Mensaje Clave #1:

1) Nos entristece informarle que [insertar nombre] [insertar relación con la escuela] ha fallecido.

Comentarios de Apoyo: [según lo aprobado por la familia]

- a) La familia desea privacidad en este momento.
La familia desea que compartamos esta información con usted.
- b) y c) [Agregue cualquier información que la familia desee compartir, como planes para un servicio conmemorativo, causa de la muerte, cómo les gustaría que se recuerde a su ser querido]

Mensaje Clave #2:

2) Es posible que tenga sentimientos intensos y cambiantes sobre esto.

Comentarios de Apoyo:

- a) La tristeza, la ira, la culpa y el miedo son sentimientos comunes después de una muerte.
- b) Es posible que note estas emociones en otras personas.
- c) Sea paciente con usted mismo y con los demás.

Mensaje Clave #3:

3) Los consejeros están disponibles para apoyar a los estudiantes y al personal.

Comentarios de Apoyo:

- a) Puede comunicarse con los consejeros mediante [insertar proceso].
- b) Hay apoyo disponible.
- c) También puede comunicarse con estos recursos para obtener apoyo [insertar lista de recursos].

[Agregue a quién pueden contactar los padres o tutores al final de cada mensaje]

Khi một Học sinh, Nhân viên, hoặc Tình nguyện viên qua đời

Khuyến nghị:

- Trường học: Kích hoạt đội sơ cứu khủng hoảng hoặc tâm lý.
- Phối hợp với gia đình về bất kỳ thông tin chi tiết nào họ muốn chia sẻ.
- Trước tiên, hãy thông báo cho nhân viên và giáo viên, tốt nhất là trực tiếp.
- Yêu cầu tất cả giáo viên đọc cùng một thông điệp trong lớp vào cùng một thời điểm (đối với học sinh cấp Ba).
- Thông báo cho phụ huynh cùng lúc sử dụng cùng thông điệp được gửi cho học sinh.
 - Chia sẻ Tờ thông tin về:
 - Phản ứng của trẻ
 - Nói chuyện với trẻ về việc ai đó qua đời

Tin nhắn gửi đến nhân viên, học sinh và phụ huynh có thể là:

Thông điệp chính #1:

1) Chúng tôi vô cùng thương tiếc báo tin [tên] [mối quan hệ với trường] đã qua đời.

Thông điệp bổ trợ: [theo sự cho phép của gia đình]

- a) Gia đình muốn có sự riêng tư vào thời điểm này.
HOẶC Gia đình muốn chúng tôi chia sẻ thông tin này.
- b) Và c) [Thông tin gia đình muốn chia sẻ, chẳng hạn như kế hoạch tổ chức lễ tưởng niệm, nguyên nhân tử vong, cách họ muốn người thân yêu của mình được tưởng nhớ.]

Thông điệp chính #2:

2) Quý vị có thể ngạc nhiên trước những cảm xúc mãnh liệt và khác lạ.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Sợ hãi, tức giận, tội lỗi và buồn bã là những cảm xúc thường gặp sau một sự kiện như thế này.
- b) Quý vị cũng có thể nhận thấy những cảm xúc đó ở người khác.
- c) Hãy kiên nhẫn với bản thân và những người khác.

Thông điệp chính #3:

3) Có cố vấn hỗ trợ học sinh và nhân viên.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Quý vị có thể liên hệ với các cố vấn bằng cách [thủ tục].
- b) Nhà trường có cung cấp sự hỗ trợ.
- c) Quý vị cũng có thể liên hệ với các nguồn lực này để được hỗ trợ [danh sách nguồn lực].

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Rumors

Key Message #1:

1) Stay current on official information.

Supporting Statements:

- a) Be calm and follow the advice of local authorities.
- b) Check the facts.
- c) Pay attention to official sources.

Key Message #2:

2) Professionals are working to resolve the situation.

Supporting Statements:

- a) Responders are trained to handle a variety of situations.
- b) They are taking actions according to plans.
 - o Responders are prepared for an event like this.

[Note: An alternate version of c), or an answer to a question, could be:]

- c) I have confidence in the people working on this situation.

Key Message #3:

3) There are several things you can do.

Supporting Statements:

- a) Share the facts with people you know.
- b) Follow directions from local officials.
- c) Be ready to help when asked.

Brief message

Get the facts at:
[website and/or
Facebook page]

OR

Follow directions:
[website and/or

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

Rumores

Mensaje Clave #1:

1) Manténgase al día con la información oficial.

Comentarios de Apoyo:

- a) Mantenga la calma y siga los consejos de las autoridades locales.
- b) Verifique los hechos.
- c) Preste atención a las fuentes oficiales.

Mensaje Clave #2:

2) Los profesionales están trabajando para resolver la situación.

Comentarios de Apoyo:

- a) Los profesionales están capacitados para manejar una variedad de situaciones.
- b) Están tomando medidas de acuerdo con los planes.
 - o Los profesionales están preparados para un evento como este.

[Nota: Una versión alternativa de c), o una respuesta a una pregunta, podría ser:]

- c) Confío en las personas que están trabajando para resolver esta situación.

Mensaje Clave #3:

3) Hay varias cosas que puede hacer.

Comentarios de Apoyo:

- a) Comparta los hechos con las personas que conoce.
- b) Siga las instrucciones de los funcionarios locales.
- c) Esté listo para ayudar cuando se lo pidan.

Breve mensaje

Infórmese en: [sitio web
y/o página de Facebook]

O

Siga las instrucciones:
[sitio web y/o página de
Facebook]

[Agregue a quién pueden contactar los padres o tutores al final de cada mensaje]

Tin đồn

Thông điệp chính #1:

1) Cập nhật thông tin thường xuyên từ nhà trường.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Bình tĩnh và làm theo chỉ đạo của địa phương.
- b) Kiểm tra nguồn tin xác thực.
- c) Chú ý các thông tin từ ban chỉ đạo địa phương.

Thông điệp chính #2:

2) Các chuyên gia đang nỗ lực giải quyết tình huống.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Người ứng cứu được đào tạo để xử lý nhiều tình huống khác nhau.
- b) Họ đang hành động theo kế hoạch.
 - o Người ứng phó đã chuẩn bị cho những tình huống như thế này.

[Lưu ý: Một phiên bản khác của c) câu trả lời cho một câu hỏi, có thể là:]

- c) Tôi tin tưởng vào những người đang giải quyết tình huống này.

Thông điệp chính #3:

3) Có một số điều quý vị có thể làm.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Chia sẻ thông tin với những người quý vị biết.
- b) Thực hiện theo hướng dẫn của các viên chức địa phương.
- c) Sẵn sàng giúp đỡ khi được yêu cầu.

Tin vắn

Tìm hiểu thông tin xác thực tại: [trang web và/hoặc Facebook]

HOẶC

Làm theo hướng dẫn: [trang web và/hoặc Facebook]

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Understanding Media Coverage of the Event

Key Message #1:

1) Be thoughtful about what you see and hear about the [event].

Supporting Statements:

- a) It can take time to confirm facts.
- b) Avoid repeating rumors.
- c) Get the facts from official sources.

Key Message #2:

2) Information on social media could affect your reactions.

Supporting Statements:

- a) Many sources exist on social media.
- b) Official sources must verify information before sharing it.
- c) Avoid reacting to rumors.

Key Message #3:

3) Most people will be fine with support from family and friends.

Supporting Statements:

- a) Limiting exposure to media may reduce everyone's stress.
- b) Trained professionals can help if you are overwhelmed.
- c) Rely on and support those around you.

[Add who parents/guardians can contact at end of every message]

Entender la Cobertura Mediática del Suceso

Mensaje Clave #1:

1) Sea reflexivo sobre lo que ve y escucha sobre el [evento].

Comentarios de Apoyo:

- a) Puede llevar tiempo confirmar los hechos.
- b) Evite repetir rumores.
- c) Obtenga información de fuentes oficiales.

Mensaje Clave #2:

2) La información en las redes sociales podría afectar sus reacciones.

Comentarios de Apoyo:

- a) Existen muchas fuentes en las redes sociales.
- b) Las fuentes oficiales deben verificar la información antes de compartirla.
- c) Evite reaccionar ante los rumores.

Mensaje Clave #3:

3) La mayoría de las personas se sentirán bien con el apoyo de familiares y amigos.

Comentarios de Apoyo:

- a) Limitar la exposición a los medios puede reducir el estrés de todos.
- b) Los profesionales capacitados pueden ayudarlo si se siente abrumado.
- c) Confíe en quienes lo rodean y apóyelos.

[Agregue a quiénes pueden contactar los padres o tutores al final de cada mensaje]

Hiểu rõ việc truyền thông đưa tin về sự việc

Thông điệp chính #1:

1) Hãy suy nghĩ kỹ về những gì quý vị thấy và nghe về [sự việc].

Thông điệp bổ trợ:

- a) Có thể mất thời gian để xác minh sự thật.
- b) Tránh lan truyền tin đồn.
- c) Tìm hiểu sự thật từ các nguồn tin chính thức.

Thông điệp chính #2:

2) Thông tin trên mạng xã hội có thể ảnh hưởng đến phản ứng của quý vị.

Thông điệp bổ trợ:

- a) Có nhiều nguồn thông tin trên mạng xã hội.
- b) Các nguồn tin phải được xác thực trước khi chia sẻ..
- c) Tránh phản ứng với tin đồn.

Thông điệp chính #3:

3) Hầu hết mọi người sẽ ổn khi có sự hỗ trợ từ gia đình và bạn bè

Thông điệp bổ trợ:

- a) Hạn chế tiếp xúc với phương tiện truyền thông có thể làm giảm căng thẳng của mọi người.
- b) Đội ngũ y tế chuyên môn có thể giúp đỡ nếu quý vị cảm thấy quá tải.
- c) Hãy nương tựa nhau và hỗ trợ những người xung quanh.

[Để thông tin người mà phụ huynh/người giám hộ có thể liên hệ ở cuối mỗi thông báo]

Fact Sheets

The following pages contain brief, one-page fact sheets that can be customized with your contact information and used as handouts or additional information for media in a press release.

Review the content and customize it for the critical event or disaster situation in your community. Add contact information or helpline numbers to the fact sheet as appropriate.

References are included to ensure your readers that the information is obtained from valid sources. You may opt to delete the references if you require additional space for hotline numbers or local resources.

Children's Reactions

Children may display a variety of **emotional reactions after an event**. It is very common to be distracted, frightened, insecure, or upset about what happened.

How a parent reacts will make a difference in the child's understanding and recovery after the disaster. Parents should observe, listen and answer questions about what is happening and explain in terms their child can understand.

Consider talking with the child's physician or a mental health professional if their emotional reactions concern you.

The following list includes some of the **common reactions** children may have to the event:

- | | |
|---|-------------------------------------|
| ⑩ Inability to concentrate | ⑩ Crying/Depression |
| ⑩ Withdrawal from others | ⑩ Bedwetting |
| ⑩ Not wanting to attend school | ⑩ Thumb sucking |
| ⑩ Headaches / Stomach aches | ⑩ Nightmares |
| ⑩ Changes in eating and sleeping habits | ⑩ Clinging/fear of being left alone |
| ⑩ Excessive fear of darkness | ⑩ Arguing |
| ⑩ Increase in physical complaints | |

These are **things parents or caregivers can do to help children**:

- Hug your child often.
- Reassure your child frequently that you are safe and together.
- Talk with your child about his/her feelings. Let them know it is OK to feel the way they do.
- Talk about what happened. Provide information the child can understand.
- Make sure your child gets plenty of sleep. Spend extra time with your child at bedtime.
- Help children feel more secure by providing structure and routine.
- Maintain normal daily tasks and activities.
- Allow children to grieve about their lost treasures: a toy, a blanket, or a lost home.
- Encourage children to keep in touch with friends and family.
- Spend extra time together to begin replacing fears with pleasant memories.

References:

For more information: <https://www.samhsa.gov/dtac/disaster-survivors>

How to Talk with Children After a Critical Event

Note to Parents:

- Make sure you take care of your own physical and psychological needs so that you can attend to your child's needs.

A common misconception is that children will be frightened if you talk to them about what is going on. Children are usually more frightened if you whisper about it and avoid talking to them.

How to start talking:

- Give your children direct, undivided attention and let them know you want to listen and help them.
- Let your children ask questions freely and give them simple concrete answers at an age-appropriate level.

How to listen and show you understand:

- Listen carefully to what they say, don't jump to conclusions, and repeat back to them what you heard them say
- Accept a child's perceptions. Avoid simply telling them to stop feeling the way they are. Talk about what makes them feel the way they do and what you can do to help.
- Take a break occasionally from talk and activities related to the disaster.

References:

You can find additional information for parents at:

<https://www.nctsn.org/what-is-child-trauma/trauma-types/disasters>

<https://www.cdc.gov/childrenindisasters/children-disaster-help.html>

Talking with Children about Death

Here are some simple guidelines that may help families talk to children about the death of a person or pet known or loved by the child.

- **Tell the truth as gently as you can.**

Example, “Grandpa died. He’s not coming back, but we will always remember him.”

DON’T: Confuse your child with vague phrases such as “passed away” or “no longer with us.”

- **Share your grief.**

Example, “I’m very sad. How are you feeling about this?”

DON’T: Hide your grief and send the message to your child that they should do the same.

- **Comfort your child.**

Example, “Death is a part of life.” Ease your child’s fears of the unknown. Talk about your spiritual beliefs.

- **Deal with your child’s emotions.**

Example, “Let’s talk about what you are feeling.”

DON’T: Tell your child to stop feeling something without explanation.

- **Encourage your child to attend memorial services or commemorate the loved one that they lost as appropriate.**

Example: “Would you like to go to the funeral/memorial service?”

DON’T: Force your child to go.

National and Statewide Resources

National and state resources exist to assist families with children or caregivers who could benefit from behavioral health support. Additional resources may be available in your local area.

- **988 Suicide and Crisis Lifeline (24/7)** – Call or text 988
Chat available through the 988 website: <https://988lifeline.org>
- **Nebraska Family Helpline** – call toll-free 888-866-8660
More information about the helpline is available through the DHHS website:
<https://dhhs.ne.gov/Pages/Nebraska-Family-Helpine-About.aspx>
- **Nebraska Network of Care**
Search services in your area on this web page:
<https://portal.networkofcare.org/NebraskaBehavioralHealth>
- **Safe2Help NE**
Safe2Help is a report system designed for students, staff, and parents to anonymously report concerning behavior which could impact the safety of students or schools across Nebraska. Reports may include but are not limited to: School Threats, Bullying/Cyberbullying, Suicide Concern, Crime.
To make a report, visit the website at Safe2HelpNE.org, download the app on either Android or Apple phone, or call 833-980-SAFE (7233) to submit a report 24/7/365.
The Nebraska Department of Education provides additional information about Safe2Help at: <https://www.education.ne.gov/safety/safe2help-faq>
- **Nebraska Department of Education**
The Nebraska Department of Education maintains a toolkit and other resources for suicide prevention and postvention planning at:
<https://www.education.ne.gov/safety/suicide-prevention>