



Montgomery Village Middle School

19300 Watkins Mill Road • Montgomery Village, Maryland 20886

Main Office: 301-840-4660 • Counseling: 301-840-6373 • Special Education: 301-840-6377

Office of the Principal

February 13, 2020

Dear Parents/Guardians:

The Montgomery County Public Schools (MCPS) remains committed to sharing information and resources about mental health topics that could potentially impact students. During the 2017-2018 school year MCPS reviewed programs and activities that support the physical, social, and psychological well-being of students. A variety of initiatives (e.g. mindfulness, individual and group counseling, wellness initiatives, etc.) are available for students to participate in at each school.

We know that the teenage years are marked by a roller-coaster ride of emotions—challenging for teens, their parents/guardians, and educators. It is easy to misread depression as normal adolescent turmoil; however, depression (which is one of the most common of mental illnesses) appears to be occurring at a much earlier age than before. The prevalence of depression in adolescents and young adults increased from 8.7 percent in 2006 to 11.3 percent in 2014 (*Mojtabai, et. al, 2016*). Suicide also is the second leading cause of death among 11–18 year old youth in the United States (*Centers for Disease Control, 2015*).

To proactively address this issue, MCPS is enhancing its suicide prevention curriculum using the Signs of Suicide® (SOS®) Prevention Program. Currently, MCPS uses the Red Flags suicide prevention curriculum to discuss this topic in Health courses. The SOS® Program is a youth suicide prevention program that has demonstrated an improvement in students' knowledge and adaptive attitudes towards suicide risk and depression, as well as a reduction in actual suicide attempts. Listed on the Substance Abuse and Mental Health Services Administration's National Registry of Evidence-based Programs and Practices, the SOS® Program showed a reduction in self-reported suicide attempts by 40 to 64 percent in randomized control studies (*Aseltine, et al., 2007; Schilling, et al., 2016*).

Our goals for participating in this program are straightforward:

- To help students understand that depression is a treatable illness,
- To explain that suicide is a preventable tragedy that often occurs as a result of untreated depression,
- To provide students with the education and skills to recognize the signs of serious depression and potential suicidality in a friend, and
- To impress upon teens that they can help themselves or a friend by taking the simple step of talking to a responsible adult about their concerns.

All students in Grade 6 through 12 will participate in the Signs of Suicide® (SOS®) Prevention Program. The program will be implemented between 3/2/2020 and 3/31/2020. Students also will receive handouts that include the *Act to Save a Life* student newsletter and a list of school, local, and national resources that are available on mental health needs. A copy of the resource list is attached.

If you have any questions or concerns about this program, please do not hesitate to me at kisha_logan@mcpsmd.org or Zina Harabatch, counselor, at zina_harabatch@mcpsmd.org.

Sincerely,

A handwritten signature in cursive script that reads "Kisha Logan".

Kisha Logan, Ed.D.
Principal



Montgomery Village Middle School

19300 Watkins Mill Road • Montgomery Village, Maryland 20886

Main Office: 301-840-4660 • Counseling: 301-840-6373 • Special Education: 301-840-6377

Office of the Principal

Estimados Padres/Guardianes:

Montgomery County Public Schools (MCPS) mantiene su compromiso de compartir información y recursos sobre temas relacionados con la salud mental que podrían potencialmente afectar a los estudiantes. Durante el ciclo escolar 2017–2018, MCPS revisó programas y actividades que apoyan el bienestar físico, social y psicológico de los estudiantes. Hay una variedad de iniciativas disponibles (por ejemplo, concienciación, consejería individual y grupal, iniciativas de bienestar, etc.) en las que los estudiantes pueden participar en cada escuela.

Nosotros sabemos que los años de la adolescencia se caracterizan por una cantidad de turbulentas emociones—dificiles de manejar para los jóvenes, sus padres/guardianes y educadores. Es fácil malinterpretar la depresión como uno de los estados de confusión normal de un/a adolescente; sin embargo, la depresión (que es una de las enfermedades mentales más comunes) parece estar ocurriendo a una edad mucho más temprana que antes. La prevalencia de la depresión en los adolescentes y jóvenes adultos aumentó del 8.7 por ciento en 2006 al 11.3 por ciento en 2014 (*Mojtabai, et al., 2016*). El suicidio también es la segunda causa principal de mortalidad entre los jóvenes de 11 a 18 años de edad en los Estados Unidos (*Centros para Control de Enfermedades, 2015*).

Para abordar este problema de manera proactiva, MCPS está mejorando su currículum de prevención del suicidio usando el Programa de Prevención Signs of Suicide® (SOS®) (Señales de Suicidio). Actualmente, MCPS usa el currículum de prevención del suicidio denominado Red Flags (Señales de Peligro) para tratar este tema en los cursos de Salud. El Programa SOS® es un programa de prevención del suicidio en los jóvenes, que ha demostrado una mejora en los conocimientos y actitudes de adaptación de los estudiantes con respecto al riesgo de suicidio y la depresión, así como una reducción de intentos reales de suicidio. Listado en el Registro Nacional de Programas Basados en Evidencia y Prácticas de la Administración de Abuso de Sustancias y Servicios de Salud Mental (Substance Abuse and Mental Health Services Administration), el Programa SOS® mostró una reducción en los intentos de suicidio auto-reportados, del 40 al 64 por ciento en estudios de control aleatorios (*Aseltine, et al., 2007; Schilling, et al., 2016*).

Nuestras metas al participar en este programa son claras:

- Ayudar a los estudiantes a entender que la depresión es una enfermedad tratable,
- Explicar que el suicidio es una tragedia evitable que a menudo ocurre como consecuencia de una depresión no tratada,
- Proveer a los estudiantes con la educación y las destrezas para reconocer las señales de depresión grave y la propensión al suicidio en un amigo/a, y
- Recalcarles a los adolescentes que ellos pueden ayudarse a sí mismos o ayudar a un amigo/a tomando el simple paso de hablar con un adulto responsable sobre sus preocupaciones.

Todos los estudiantes en los Grados 6 al 12 participarán en el Programa de Prevención Signs of Suicide® (SOS®). El programa será implementado entre el 3/2/2020 y el 3/31/2020. Los estudiantes recibirán además materiales de información que incluyen el boletín informativo para los estudiantes titulado *Act to Save a Life (Actúe para Salvar Una Vida)* y una lista de recursos escolares, locales y nacionales que están disponibles para necesidades de salud mental. Adjunto encontrarán una copia de la lista de recursos.

Si tienen cualquier pregunta o inquietud sobre este programa, por favor no duden en contactar a principal Dr. Kisha Logan at kisha_logan@mcpsmd.org or Zina Harabatch, counselor, at zina_harabatch@mcpsmd.org.

Atentamente,

A handwritten signature in black ink that reads "Kisha Logan".

Kisha Logan, Ed.D.
Directora