

Wake Forest Middle School

Dear Parent or Guardian:

Date: 11/7/25

The adolescent years are marked by a roller-coaster ride of emotions—difficult for youths, their parents, and educators. It is easy to misread depression as normal adolescent turmoil; however, depression (among the most common of mental illnesses) appears to be occurring at a much earlier age. Depression—which is treatable—is a leading risk factor for suicide. In addition, self-injury has become a growing problem among youth.

To proactively address these issues, Wake Forest Middle School is offering depression awareness and suicide prevention training as part of the SOS Signs of Suicide® Prevention Program. The program has proven to be successful at increasing help seeking by students concerned about themselves or a friend and is the only school-based suicide prevention program listed by SAMHSA for its National Registry of Evidence-Based Programs and Practices that addresses suicide risk and depression, while reducing suicide attempts. SOS has demonstrated an improvement in students' knowledge and adaptive attitudes about suicide risk and depression. It has also shown a 64% reduction in self-reported suicide attempts.

Our goals in participating in this program are straightforward:

- To help our 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 training in how to identify serious depression and potential suicidality in themselves or a friend
- To impress upon youth that they can help themselves or a friend by taking the simple step of talking to a responsible adult about their concerns
- To help students know whom in the school they can turn to for help, if they need it

This topic is part of the healthful living standard course of study. The goal is to educate your child and to give them guidance on how to get help for themselves or a friend. The program has several video clips that illustrate real life situations that middle or high school students may experience. The video clips show the students how to correctly and safely deal with each scenario. This program includes a self-scoring depression screening. We are attaching a copy of this brief screening for adolescent depression so that you can do this survey with your child. This tool cannot provide a diagnosis of depression, but does indicate whether your child should be referred for evaluation by a mental health professional. You know your child best and if your child is sensitive to this topic, please contact your child's counselor. For more information please visit www.mindwise.org/parents

Sincerely,

Dr. Christopher Bradford, Ed.D., Principal
Wake Forest Middle School

Questions to the seventh grade counselor:

Jamie Gordon, MA, LCMHCA, NCC at jbgordon@wcpss.net or 919-554-8440, ext. 22430

If you do **NOT** wish for your child to participate in the SOS Middle School program, please sign below and return it to Student Services by Friday, September 27. If we do not hear from you, we will assume your child has permission to participate in this program.

I do not want my child _____ (child's name) to participate in the SOS program

Parent Signature: _____

WAKE FOREST MIDDLE SCHOOL

Estimado padre o guardián:

El período de la adolescencia está marcado por un sinnúmero de emociones, difíciles tanto para los jóvenes como para los padres y educadores. Es fácil malinterpretar la depresión como una parte normal de un trastorno de la adolescencia. Sin embargo, la depresión (una de las enfermedades mentales más comunes) parece ocurrir a una edad mucho más temprana. La depresión –la cual es tratable– es el factor principal de riesgo de suicidio. Así mismo, la autolesión se ha convertido en un problema creciente entre los jóvenes de hoy en día.

Para tratar estos temas Wake Forest Middle School (nuestra escuela) está ofreciendo un entrenamiento para el reconocimiento y la prevención de la depresión y el suicidio a través del Programa de Prevención de Suicidio SOS (SOS Signs of Suicide® Prevention Program). Este programa ha sido exitoso en incrementar la cantidad de alumnos que solicitan ayuda al estar preocupados por sí mismos o por un amigo. Además, es el único programa de prevención de suicidios con base en una escuela listado por SAMHSA por su Registro Nacional de Prácticas y Programas Basados en Evidencia (National Registry of Evidence-Based Programs and Practices) que trata el riesgo de suicidio y la depresión, al mismo tiempo de reducir intentos de suicidio. En un estudio aleatorio controlado, el programa SOS Program para la escuela secundaria demostró una reducción del 40% en los intentos de suicidio auto-reportados (BMC Public Health, Julio 2007).

Nuestros objetivos al participar en este programa son muy directos:

- Ayudar a nuestros estudiantes a entender que la depresión es una enfermedad tratable
- Explicar que el suicidio es una tragedia prevenible que con frecuencia es resultado de un problema de depresión no tratado
- Entrenar a los estudiantes a identificar un problema serio de depresión y de posible suicidio en ellos mismos o en un amigo
- Hacer entender a los jóvenes que pueden ayudarse a sí mismos o a un amigo simplemente con hablar con un adulto responsable sobre sus preocupaciones
- Ayudar a los estudiantes a saber con quién pueden hablar en la escuela para recibir ayuda si es que la necesitan

Este tema es parte del curso de estudio estándar de vida saludable. El objetivo es educar a su hijo y darles la dirección de cómo conseguir ayuda para sí mismo o para un amigo. Consulte el examen de detección de depresión adolescente adjunto. Le enviaremos esto a casa para que pueda completarlo con su hijo. El programa tiene varios juegos de rol que ilustran situaciones reales que los estudiantes de la escuela intermedia o de secundaria pueden experimentar. Los juegos de rol demuestran a los estudiantes cómo tratar con cada escenario correctamente y sin peligro. Usted conoce mejor a su hijo y si su hijo es sensible a este tema, por favor póngase en contacto con el consejero de su hijo.

Atentamente,

Dr. Christopher Bradford, Ed.D., Principal
Wake Forest Middle School

Preguntas al consejero de séptimo grado.::

Jamie Gordon, MA, LCMHCA, NCC at jbgordon@wcpss.net or 919-554-8440, ext. 22430

Si usted desea que su hijo NO participe en el programa SOS de la escuela intermedia, por favor firme abajo y devuélvalo a Servicios estudiantiles hasta el viernes 27 de septiembre. Si no recibimos sus instrucciones, deberemos asumir que su hijo cuenta con su permiso para participar en este programa.

Yo no deseo que mi hijo/hija _____ (nombre del niño) participe en el programa SOS

Firma del Padre: _____