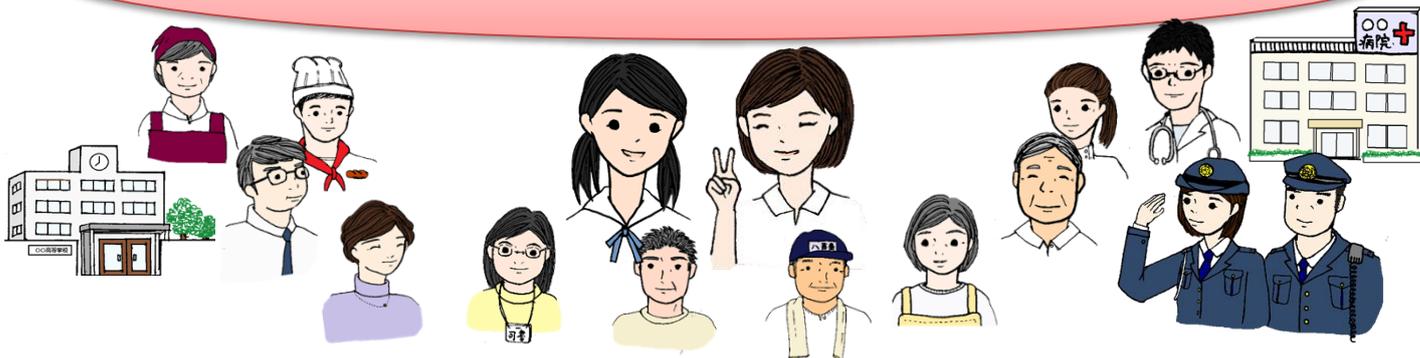


Todos los adultos somos defensores de la vida de los niños



Lo que podemos hacer para cuidar y proteger esas vidas únicas e irremplazables

Saber

* Cualquiera puede tener momentos difíciles o de angustia

- Los niños también pueden pasar por situaciones en las que peligran sus vidas. (El suicidio es la principal causa de muerte en niños entre 15 y 19 años*¹)
- Los niños a menudo comparten sus penas con amigos de su misma generación.

* Hay cosas que los adultos podemos hacer para que los niños superen estas crisis

- Fíjese en las señales del niño y evite las situaciones en las que peligre su vida.
- Dígale a sus hijos qué hacer cuando algún amigo les haga este tipo de consultas.

* Mucha atención a las enfermedades mentales en la adolescencia

- En la adolescencia también se puede sufrir enfermedades mentales, como la depresión y la esquizofrenia. En estos casos, consulte con una institución médica.
- Una de las principales causas del suicidio en los estudiantes de secundaria es la depresión.*²

* 1 "Libro sobre las medidas preventivas del suicidio, 2015" Oficina del Gabinete

* 2 "Estadísticas del suicidio" 2014 Agencia Nacional de Policía

Darse cuenta

Señales mentales

Está irritado, pierde interés inclusive en cosas que le gustan, dice "quiero morir", está extrañamente alegre, no se ríe, etc.

Señales de comportamiento

No se puede levantar por las mañanas, se siente nervioso, come en exceso o no come (anorexia), se autolesiona, sale de casa repentinamente, falta a clases, consume bebidas alcohólicas, fuma, etc.

Señales físicas

Se cansa fácilmente, no tiene apetito, no puede dormir, presenta continuo malestar general, etc.

Prevenir

* Converse bastante acerca del día a día

Conozca su comportamiento "habitual" para que reconozca el "poco usual". Si nota algún cambio, demuéstrelle que siempre estará dispuesto a escucharlo diciéndole "¿Qué pasó hoy?" o "En cualquier momento te puedo escuchar".

* Consulte con varias personas

Primero tranquilícese. Luego, consulte con la escuela o algún especialista y piensen juntos en cómo solucionar el problema.

* Acérquese al "dolor" que tiene el niño

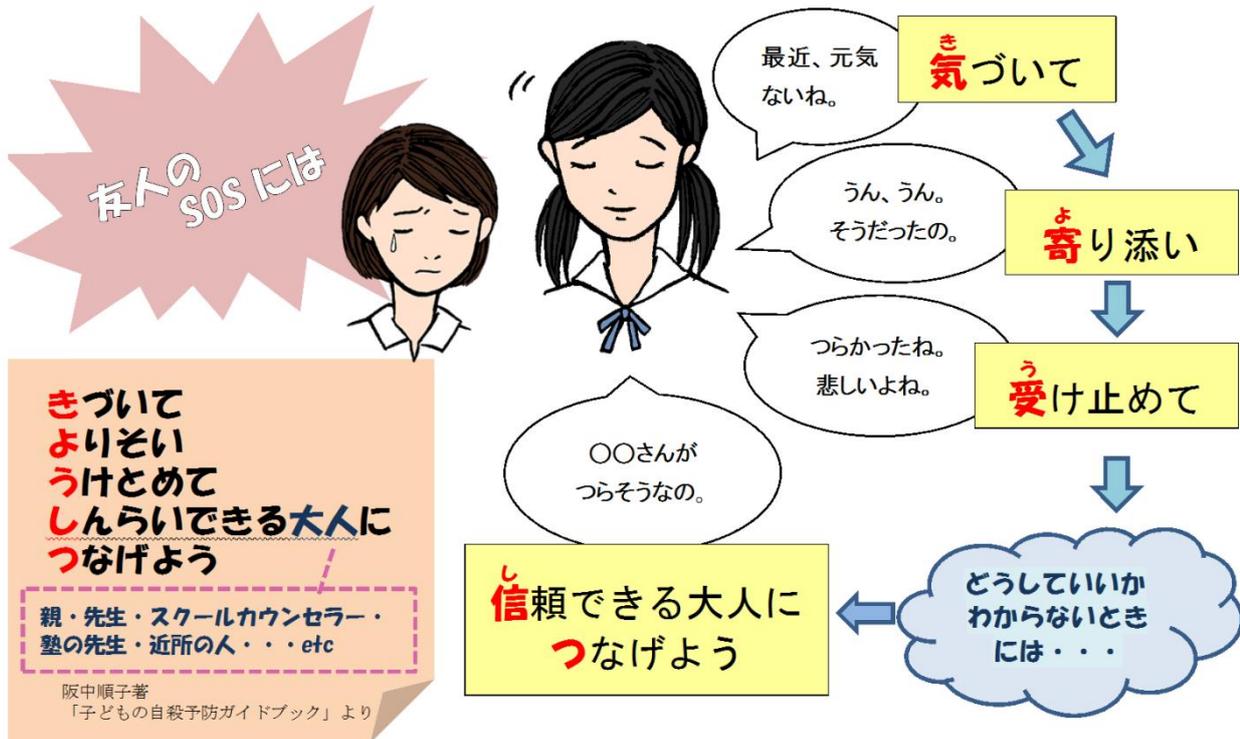
Si el niño le confiesa su dolor, muéstrelle su empatía diciéndole "Debe haber sido muy duro para ti" o "Gracias por contármelo". Nunca niegue el problema o lo tome a la ligera.



El folleto del estudiante dice lo siguiente:

Todos los años en Japón alrededor de 300 estudiantes de primaria y secundaria pierden la vida por suicidio. Los niños en la adolescencia a menudo comparten sus penas con amigos de su misma edad cuando están en crisis. Sin embargo, en muchos casos, los niños que escuchan confesiones de intenciones suicidas de sus amigos no saben cómo actuar. Por lo tanto, damos a conocer acerca de estas crisis e informamos cómo actuar.

苦しんでいる友人のためにできることがあります。



* 高校生用リーフレットから抜粋

Si observa alguna de estas señales en el niño, consulte a un especialista para obtener una mejor solución. Los servicios de consulta para diversos problemas mentales están a cargo del Centro de Salud Pública y del Centro de Salud Mental y Bienestar en la Prefectura de Aichi.

※ Puede encontrar otros contactos leyendo el código QR a la derecha.

Centro de Salud Mental y Bienestar en la Prefectura de Aichi

052-962-5377

Consulta infantil las 24 horas

0120-0-78310



Cooperemos todos los adultos y apoyemos a los niños

* このリーフレットは、文部科学省「子供に伝えたい自殺予防」を参考に、教員グループと協力して作成しました。

自殺予防啓発リーフレット

(保護者用) * 中学生・高校生共通

令和元年7月

愛知県教育委員会保健体育課

名古屋市中区三の丸三丁目1番2号 052-954-6793(ダイヤル)