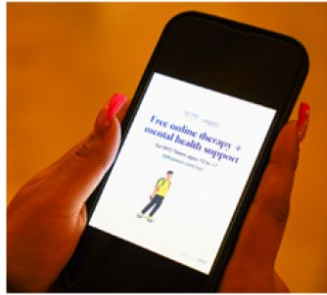


데이비드 C. 뱅크스 교육감으로부터의 뉴스레터



NYC Teenspace 소개- 13-17 세 학생 대상 무료 정신 보건 지원

친애하는 뉴욕 주민 여러분께,

요즘, 학교 복도를 지나가거나 교실에서 앉아 있을 때 코비드-19 전염병은 아득한 옛일 같이 느껴집니다. 책상들 사이 사회적 거리 두기를 더 이상 하지 않습니다. 마스크 착용하는 일은 거의 드뭅니다. 그러나 전염병의 충격은 잘 보이지 않는 방향(아직은 여전히 큰 문제로)으로, 특히 정신 건강 부분에 부정적인 영향을 끼쳤습니다.

다수의 학생들은 여전히 슬픔, 외로움 및 불안한 감정을 느끼고 있으며, 이런 사회적 그리고 감정적 영향은 특히 또래 압력에서부터 소셜 미디어에 이르기까지 사춘기를 겪는 십대로서의 도전적인 일상을 맞이한 상급 학년 학생들에게 더 큰 파급력이 있습니다.

이런 이유로 저는 [NYC Teenspace](#), 뉴욕시의 보건청을 통해 [Talkspace](#) 가 제공하는 전래 없는 새로운 이니셔티브를 더 많은 분들께 알려드리고 싶습니다. NYC Teenspace 를 통해 13 세에서 17 세 사이의 뉴욕시에 거주하는 청소년은 누구나 라이선스 보유 치료사를 통해 30 개 이상의 언어로 무료로 온라인 정신 보건 지원을 받을 수 있습니다(더 많은 언어로 번역 제공 가능).

학생이 치료사와 연결된 후, 기타 정신 보건 리소스 활용과 함께 무제한 문자 메시지 및 매월 비디오 전화 연결을 통해 치료를 받을 수 있습니다.

가족 여러분께서 [상세 내용을 파악](#)하시고 오늘, [자녀분을 등록](#) 하시길 적극 추천드립니다. 또한 12 월 5 일 NYC Teenspace [정보 웨비나](#)에 참여하실 수도 있습니다.

학생들의 사회적 그리고 감정적 웰빙을 위한 뉴욕시의 지원은 여기에서 끝나는 것이 아닙니다. 저희 학교들은 NYC Teenspace 서비스 제공 연령이 아닌 학생들을 포함한 다양한 돌봄 옵션을 제공합니다. 특히 모든 학교에서는 사회복지사, 카운슬러, 학교 기반 정신 건강 클리닉 또는 커뮤니티 기반 단체들로부터의 현장 정신 보건 지원을 활용할 수 있습니다. (가족 여러분께서 자녀분에게 제공 가능한 서비스에 대해 알아보시려면 저희 [검색 툴](#)을 활용하여 자녀분의 학교를 선택하신 후 정신 보건 및 웰니스(Mental Health and Wellness)를 드롭다운 메뉴에서 클릭하십시오.) 그리고 저희 학교들 전반에 걸쳐, 교사들은 정신건강돌봄(mindfulness) 연수를 제공 받았습니다-아래에서 이스트 할렘의 P.S./M.S. 108 에서 실시된 정신건강돌봄 비디오를 시청해 보십시오!

코비드에 대항하기 위한 백신이 있지만, 전염병으로 인한 상실과 스트레스를 치유하는 것이 그렇게 간단하지는 않습니다. 치유는 시간(그리고 도움)이 필요합니다. 이런 이유로 저는 보건청의 NYC Teenspace 가 매우 고맙습니다. 함께 협력하여 가능한 많은 아이들이 이런 리소스를 접할 수 있도록 노력해 주시길 부탁드립니다.

높이 날아 봅시다.

데이비드 C. 뱅크스

교육감

*가족 여러분, 기억해 주십시오: NYC Teenspace 는 응급 상황 대비 직통번호가 아닙니다. 만약 학생이 문제 또는 위험한 상황에 처해있다면, 988(자살 및 응급 상황 신고번호) 또는 911 로 전화하여 즉시 비상시 지원을 받으십시오.

스포트라이트 비디오:



번역은 저희 [유튜브 페이지](#)를 방문해 주십시오.

최신 뉴욕시공립학교 뉴스는 [X](#), [Facebook](#), [Instagram](#)을 팔로우 해 주십시오.

이 링크는 [에릭 애덤스 시장의 주간 비디오](#)입니다. 시장실로부터 직접 업데이트 내용을 받아 보는데 관심이 있으시면, [여기를 클릭하십시오](#).

번역된 자막을 보시려면: "CC" 아이콘을 클릭하십시오. "Setting" 아이콘을 클릭하고 "Subtitles/CC"를 선택하십시오. "Auto Translate"을 선택하고 귀하의 언어를 선택하십시오.

NYCPS 가정: 더이상 PS+You 뉴스레터 수신을 원하지 않으시면, [수신 취소](#)를 하십시오.