

Nếu bạn cần trợ giúp

Văn phòng hỗ trợ khảo sát này xin gửi lời cảm ơn vì bạn đã tham gia. Tất cả các cuộc khảo sát đều ẩn danh. Khảo sát sẽ chỉ được sử dụng để tìm hiểu về các hành vi liên quan đến sức khỏe của thanh thiếu niên. Thông tin này sẽ giúp chúng tôi đáp ứng nhu cầu của học sinh tốt hơn.

Nếu có thắc mắc về cuộc khảo sát, bạn có thể liên hệ qua: contact@wacovidstudentsurvey.org. Nếu cuộc khảo sát khiến bạn cảm thấy phiền hoặc khó chịu và bạn muốn thảo luận với ai đó về điều này, đây là một vài số điện thoại để liên hệ. Chúng tôi khuyên bạn nên thực hiện ngay một trong những điều sau nếu cảm thấy không thoải mái và muốn được trợ giúp:

- Nói chuyện với người lớn bạn tin tưởng trong gia đình hoặc trong cộng đồng của mình, chẳng hạn như cha mẹ, huấn luyện viên, người cố vấn, hàng xóm và/hoặc nhà lãnh đạo tôn giáo.
- Nói chuyện với người lớn bạn tin tưởng ở trường, chẳng hạn như giáo viên, cố vấn, y tá, chuyên gia can thiệp hoặc hiệu trưởng.
- Liên hệ với ít nhất một nơi được liệt kê bên dưới để được hỗ trợ về mặt tinh thần và tìm nơi trợ giúp.

Tên	Số	Trang web	Nói tiếng Tây		
Đường dây Crisis Text Line 24 giờ	Soạn "HOME" gửi 741-741	Crisistextline.org	Có	Có	Không có
Đường dây Girls' and Boys' Town 24 giờ dành cho thanh thiếu niên (lạm dụng, tức giận, các vấn đề học đường, nghiện hóa chất, các mối quan hệ và trầm cảm)	Gọi: (800)448-3000 Soạn "TEEN" gửi 839863	yourlifeyourvoice.org	Có	Có	Không có
Đường dây nóng về Bạo lực Gia đình	(800)799-7233	Trò chuyện trực tiếp: thehotline.org	Có	Có	Không có
You Are Not Alone Network (dành cho thanh thiếu niên bản địa):	877-209-1266	Youarenotalonenetwork.org	Có thông dịch viên từ xa	Có	Không có
Đường dây hỗ trợ phục hồi của Washington – 24 giờ (đường dây hỗ trợ về lạm dụng chất kích thích, vấn đề cờ bạc và sức khỏe tâm thần)	Gọi hoặc nhắn tin: (866)789-1511	warecoveryhelpline.org	Có thông dịch viên từ xa	Có	Không có
Đường dây nóng ngăn chặn tự tử quốc gia	(800)273-TALK (8255)	suicidepreventionlifeline.org	Có	Có	Không có
Dịch vụ chăm sóc ứng phó khủng hoảng (sức khỏe tâm thần)	(800)584-3578	imhurting.org	Có	Có	Không có
Washington Teen Link –tình nguyện viên thanh thiếu niên 6-10 pm	Gọi hoặc nhắn tin: (866)833-6546	Trò chuyện trực tiếp: teenlink.org/chat/	Không	Có	Không có
Dự án Trevor (dành cho giới trẻ LGBTQ)	866-488-7386 hoặc soạn START gửi 678-678	thetrevorproject.org	Không	Có	Không có
Đường dây hỗ trợ thiếu niên quốc gia	800-852-8336 hoặc soạn TEEN gửi 83936	Teenonline.org	Không	Có	Không có