



Program Overview

The Directing Change Film Contest is a program devoted to training and amplifying the voices of young people across California in support of mental health awareness, suicide prevention, and other critical health and social justice issues. This FREE, evidence-informed program is supported by the California Department of Education.



Overview

Students will receive age-appropriate lesson plans on suicide prevention, mental health, and other critical health and social justice topics. They apply what they've learned by creating films and art about these topics, which can be submitted to our monthly and annual contests.



Learning Objectives

Through participating in the program, students will gain these skills:

- Learn the warning signs for suicide
- Don't keep it a secret if a friend is thinking about suicide
- Talk to a trusted adult
- Ask a friend directly if they are thinking about suicide
- Understand mental health
- Reduce stigma around mental illness
- Be aware of resources to help a friend or yourself
- Explore critical health and social justice topics
- Identify healthy coping techniques



Lessons

Directing Change provides lesson plans suited for middle and high school students. Lesson plans cover mental health, suicide prevention, healthy coping, and more. Program staff available to support educators in facilitating lessons in classrooms. Lesson plans are available to view and download at no cost at DirectingChangeCA.org/schools/lesson-plans (available in English)



Annual Film Contest

Students create 60-second films about warning signs of suicide, how to talk openly about mental health, and available resources. Films can be used for advocacy and peer education. Film categories are subject to change, but currently include: Suicide Prevention, Mental Health, Animated Short, Through the Lens of Culture, Walk in Our Shoes (for middle school students).



Monthly Hope & Justice Art Contest

Monthly opportunity for students to share how they are coping with tough times and express their thoughts about what is going on in the world. All art forms accepted: art, written works, films, music, and more on the themes of hope, justice, and a rotating prompt. Learn more at

Gallery.DirectingChange.org/contest



How Films are Used & Youth Recognized

Films and art are used in awareness and education efforts in classrooms and across the state. Past films have been screened in movie theaters, baseball games, on TV, and at community events, and used as part of media campaigns. An annual red-carpet award ceremony and film screening recognizes student filmmakers. Check out the Awards Ceremony:

DirectingChangeCA.org/2023-award-ceremony



For Schools and Organizations

Resources available to schools and organizations include trainings, outreach materials, and digital toolkits for Mental Health Matters Month and Suicide Prevention Week. Free downloads include the Mental Health Thrival Kit, a journal that includes coping skills and journaling prompts and is available in English, Spanish, Korean and Tagalog. Access resources and learn more at Gallery.DirectingChange.org/resources. Contact us to learn about mini grant opportunities to bring the program to your school or organization.



For Parents and Families

Resources are available to support teen and children's wellness, including a newsletter with tools for raising healthy teens, a suicide prevention guide for parents, and more. Learn more at DirectingChangeCA.org/for-parents (website available in English).

For any questions regarding the program, please visit

DirectingChangeCA.org/contact-us.



Resumen del programa

El Directing Change Film Contest (Concurso de películas de Directing Change) es un programa dedicado a entrenar y amplificar las voces de los jóvenes en California en apoyo a la concienciación sobre la salud mental, la prevención del suicidio y otras cuestiones importantes sobre salud y justicia social. Este programa GRATUITO basado en datos es apoyado por el California Department of Education (Departamento de Educación de California).



Descripción general

Los estudiantes recibirán planes de estudio sobre prevención del suicidio, la salud mental y otros temas de salud y justicia social importantes. Ponen en práctica lo que han aprendido mediante la creación de películas y arte sobre estos temas, que pueden presentarse en nuestros concursos mensuales y anuales.



Objetivos de aprendizaje

A través de la participación en el programa, los estudiantes adquirirán las siguientes habilidades:

- Conocer las señales de alarma de suicidio
- No ocultar si un amigo piensa en suicidarse
- Hablar con un adulto de confianza
- Preguntarle a un amigo de forma directa si piensa en suicidarse
- Comprender la salud mental
- Conocer los recursos para ayudar a un amigo o a sí mismo
- Explorar temas de salud y justicia social importantes
- Identificar técnicas de afrontamiento saludables



Clases

Directing Change brinda planes de estudio adecuados para estudiantes de escuela media y preparatoria. Los planes de estudio contemplan la salud mental, la prevención del suicidio, el afrontamiento saludable y más. Hay personal del programa disponible para ayudar a los educadores a impartir clases en los salones de clases. Se pueden ver y descargar planes de estudio sin costo alguno en [DirectingChangeCA.org/schools/lesson-plans](https://www.DirectingChangeCA.org/schools/lesson-plans) (disponible en inglés)



Concurso anual de películas

Los estudiantes crean películas de 60 segundos relacionadas con señales de alarma de suicidio, cómo hablar abiertamente sobre la salud mental y los recursos disponibles. Las películas pueden utilizarse para el fomento y la educación entre pares. Las categorías de las películas están supeditadas a cambios, pero actualmente incluyen: Prevención del suicidio, salud mental, cortos animados, a través de la lente de la cultura, póngase en nuestro lugar (para estudiantes de escuela media y preparatoria).



Concurso mensual de arte sobre esperanza y justicia

Oportunidad mensual para que los estudiantes compartan cómo afrontan momentos difíciles y expresen sus ideas sobre lo que sucede en el mundo. Se aceptan todas las formas de arte: pinturas, obras escritas, películas, música y otros temas sobre la esperanza, la justicia y un indicador rotativo. Obtenga más información en Gallery.DirectingChange.org/contest



Uso de las películas y reconocimiento de los jóvenes

Las películas y el arte se utilizan en actividades de concienciación y educación en los salones de clases y en todo el estado. Las películas anteriores se han proyectado en cines, juegos de béisbol, televisión, eventos comunitarios y se utilizaron como parte de campañas en los medios de comunicación. Una ceremonia anual de entrega de premios con alfombra roja y proyección de películas reconoce a los estudiantes cineastas. Consulte la ceremonia de entrega de premios en: DirectingChangeCA.org/2023-award-ceremony



Escuelas y organizaciones

Los recursos disponibles en las escuelas y organizaciones incluyen capacitaciones, materiales de divulgación y herramientas digitales para el Mes de la Salud Mental y la Semana de Prevención del Suicidio. Las descargas gratuitas incluyen un Kit de salud mental, un diario que incluye técnicas de afrontamiento y sugerencias para escribir en el diario disponible en inglés, español, coreano y tagalo. Acceda a los recursos y obtenga más información en Gallery.DirectingChange.org/resources



Padres y familias

Existen recursos disponibles para apoyar el bienestar de niños y adolescentes, incluido un boletín con herramientas para criar adolescentes saludables, una guía de prevención del suicidio para padres, y más. Obtenga más información en DirectingChangeCA.org/for-parents (sitio web en inglés).

Si tiene preguntas sobre el programa, visite

DirectingChangeCA.org/contact-us.



프로그램 개관

변화의 주역 영화제(The Directing Change Film Contest)는 정신 건강 인식, 자살 방지 그리고 다른 중요한 보건 및 사회 정의 사안을 지원하기 위해 캘리포니아 전역의 청소년들을 교육하고 이들의 의견에 귀를 기울이기 위해 만들어진 프로그램입니다. 증거에 기초한 이 무료 프로그램은 캘리포니아주 교육부의 지원을 받고 있습니다.



개관

학생들이 자살 방지, 정신 건강 그리고 다른 중요한 보건 및 사회 정의 사안에 대해 나이에 맞게 작성된 수업 계획서를 받아보게 됩니다. 학생들은 배운 사안에 대해 영화와 예술 작품을 만드는 데 활용하고, 이 작품을 월례 및 연례 대회에 출품합니다.



학습 목표

학생들은 이 프로그램에 참여해 다음과 같은 것을 배웁니다.

- 자살 경고 신호를 알아내기
- 친구가 자살 생각을 품고 있으면 비밀로 하지 말아야 한다는 것
- 믿을 수 있는 어른에게 이야기하기
- 자살을 생각하는 친구가 있으면 그 친구에게 직접 물어보기
- 정신 건강에 대한 이해
- 친구와 자신을 위한 리소스가 있다는 것 인지
- 중요한 건강 및 사회 정의 사안을 탐구
- 건강한 대처 기술을 찾아내기



수업

“변화의 주역” 프로그램에서는 중학생과 고등학생에 적절한 수업 계획을 제공합니다. 수업 계획은 정신 건강, 자살 방지, 건강한 대처 등에 대한 것을 다룹니다. 프로그램 직원이 수업 시간에 수업을 진행하는 것을 도와줄 수 있습니다. 다음에서 수업 계획을 무료로 보고 다운로드할 수 있습니다(영어로 되어 있음): DirectingChangeCA.org/schools/lesson-plans



연례 영화제

자살의 경고 신호, 정신 건강에 대해 터놓고 이야기하기 그리고 이용가능한 리소스를 주제로 60초짜리 영화를 학생들이 만듭니다. 권익옹호와 또래 학생 교육에 영화가 사용될 수 있습니다. 영화 종류가



변경될 수 있지만 현재는 다음을 포함합니다: 자살 예방, 정신 건강, 짧은 만화영화, 문화의 렌즈로 봤을 때, 내 상황이 돼보세요 (중학생 대상).



월레 희망 및 정의 예술 대회

학생들이 힘든 시간에 어떻게 대처하는지 알려주고 사회에서 일어나는 일에 대한 자신의 생각을 표현할 수 있는 기회입니다. 예술, 저작, 영화, 음악 그리고 희망과 정의라는 주제에 대한 다른 작품 그리고 로테이팅 프롬프트와 같이 모든 예술 양식을 받습니다. 상세 정보가 다음에 나와 있습니다: Gallery.DirectingChange.org/contest



영화가 사용되는 곳과 청소년의 공로 기리기

영화와 예술 작품은 수업 시간에 그리고 주 전역에 인지와 교육을 위해 활용됩니다. 과거에 만들어진 영화가 극장, 야구장, TV 그리고 지역사회 행사에서 상영되었으며, 언론 공익 광고의 일부로 사용되고 있습니다. 연례 레드 카펫 수상식과 영화 상영을 통해 학생 영화 감독을 인정해 줍니다. 수상식을 다음에서 볼 수 있습니다: DirectingChangeCA.org/2023-award-ceremony



학교와 단체 대상

학교와 단체가 이용할 수 있는 리소스에는 교육, 아웃리치 자료, “정신 건강 중요성 인식의 달”과 “자살 방지의 주”에 대한 디지털 툴키트가 포함됩니다. 무료로 다운로드를 할 수 있는 자료의 예로 “정신 건강 성공 키트”를 들 수 있는데, 이것은 대처 기술이 포함된 일기이며 일기를 쓰도록 유도하며 영어, 스페인어, 한국어 그리고 타갈로그어로 볼 수 있습니다. 다음에서 리소스를 접속하고 상세 정보를 얻으세요:

Gallery.DirectingChange.org/resources



부모와 가족 대상

건강한 십 대를 키우는 방법, 부모를 위한 자살 방지 안내 등을 포함해 십 대와 아동의 안녕을 지원하는 리소스가 있습니다. 다음 웹사이트로 가면 상세 정보가 나옵니다: DirectingChangeCA.org/for-parents (웹사이트가 영어로 되어 있음).

프로그램 관련 질문이 있으면 다음으로 가서 해주세요:

DirectingChangeCA.org/contact-us.



Kabuuang Pananaw sa Programa

Ang Directing Change Film Contest ay isang programang nakatuon sa pagsasanay at pagpapalakas ng mga boses ng mga batang tao sa buong California bilang suporta sa kabatiran sa kalusugan ng pag-iisip, pag-iwas sa pagpapakamatay, at ibang kritikal na usapin sa kalusugan at panlipunang hustisya. Ang LIBRE, inabisuhan ng katibayang programang ito ay suportado ng California Department of Education.



Kabuuang Pananaw

Makakatanggap ang mga estudyante ng angkop sa edad na mga plano ng leksiyon sa pag-iwas sa pagpapakamatay, kalusugan sa pag-iisip, at mga ibang kritikal na paksa sa kalusugan at panlipunang hustisya. Inilalapat nila ang kanilang natutunan sa pamamagitan ng paglikha ng mga pelikula at sining tungkol sa mga paksang ito, na maaaring isumite sa aming mga buwanan at taunang paligsahan.



Mga Layunin sa Pag-aaral

Sa pamamagitan ng partisipasyon sa programa, makakamit ng mga estudyante ang mga kakayahang ito:

- Matutunan ang mga babalang senyales sa pagpapakamatay
- Huwag panatiliing sikreto kung ang kaibigan ay nag-iisip na magpapakamatay
- Kausapin ang pinagkakatiwalaang adult
- Direktang tanungin ang isang kaibigan kung pinag-iisipan nila ang tungkol sa pagpapakamatay
- Maintindihan ang kalusugan sa pag-iisip
- Alamin ang mga dulugan para tulungan ang isang kaibigan o ang sarili mo
- Galugarin ang mga kritikal na paksa sa kalusugan at panlipunang hustisya
- Kilalanin ang mga mabubuti sa kalusugang pamamaraan para makayanan



Mga Leksiyon

Nagbibigay ang Directing Change ng mga plano sa leksiyon na bagay sa mga estudyante sa middle at high school. Sinasaklawan ng mga plano sa leksiyon ang kalusugan sa pag-iisip, pag-iwas sa pagpapakamatay, mabuti sa kalusugan na makayanan, at higit pa. Ang kawani ng programa ay maaaring sumuporta sa mga tagapagturo sa pagsasagawa ng mga leksiyon sa mga silid-aralan. Ang mga plano ng leksiyon ay maaaring matingnan at i-download nang walang gastos sa DirectingChangeCA.org/schools/lesson-plans (makukuha sa Ingles)



Taunang Paligsahan sa Pelikula

Lilikha ang mga estudyante ng 60-segundong pelikula tungkol sa mga babalang senyales ng pagpapakamatay, paano bukas na pag-usapan ang tungkol sa kalusugan ng pag-iisip, at mga magagamit na dulugan. Ang mga pelikula ay maaaring gamitin para sa adbokasya at pagtuturo sa katulad na tao. Ang mga kategorya ng pelikula ay sasailalim sa pagbabago, pero sa kasalukuyan ay kasama ang: Pag-iwas sa Pagpapakamatay, Kalusugan ng Pag-iisip, Animated Short, Sa Pamamagitan ng Mga Lente ng Kultura, Maglakad Suot ang Aming Mga Sapatos (para sa mga middle school na estudyante).



Buwanang Paligsahan sa Sining sa Pag-asa at Hustisya

Buwanang oportunidad para maibahagi ng mga estudyante kung paano nila nakakayanan ang mga mahihirap na panahon at ipahiwatig ang nasasaisip nila tungkol sa kung ano ang nangyayari sa mundo. Tinatanggap ang lahat ng anyo ng sining: sining, mga nakasulat na gawa, mga pelikula, musika, at higit pa sa mga tema ng pag-asa, hustisya, at umiikot na udyok. Matuto pa sa Gallery.DirectingChange.org/contest



Paano Ginagamit at Kinikilala ng Kabataan ang Mga Pelikula

Ang mga pelikula at sining ay ginagamit sa mga pagsusumikap sa kabatiran at edukasyon sa mga silid-aralan at sa buong estado. Ang mga film sa nakaraan ay pinalabas sa mga sinehan, baseball game, sa TV, at sa mga kaganapan sa komunidad, at ginamit bilang bahagi ng mga media campaign. Ang taunang red-carpet award na seremonya at pagpapalabas ng pelikula ay kumikilala sa mga estudyanteng gumagawa ng pelikula. Suriin ang Awards Ceremony: DirectingChangeCA.org/2023-award-ceremony



Para sa Mga Paaralan at Organisasyon

Kasama ng mga dulugang magagamit ng mga paaralan at organisasyon ang mga pagsasanay, mga materyales sa pag-outreach, at mga digital toolkit para sa Buwan ng Usapin Tungkol sa Kalusugan ng Pag-iisip (Mental Health Matters Month) at Linggo ng Pag-iwas sa Pagpapakamatay (Suicide Prevention Week). Kasama sa mga lib्रेng download ang Mental Health Thrival Kit, isang journal na may kasamang mga kakayahan para makayanan at mga udyok sa paggawa ng journal at makukuha sa Ingles, Espanyol, Koreano at Tagalog. Ma-access ang mga dulugan at matuto pa sa Gallery.DirectingChange.org/resources



Para sa Mga Magulang at Pamilya

May mga dulugang magagamit para suportahan ang kabutihan ng kalagayan ng mga teenager at mga bata, kabilang ang newsletter na may mga kasangkapan sa pagpapalaki ng mga malulusog na teenager, isang patnubay sa pag-iwas sa pagpapakamatay para sa mga magulang, at higit pa. Matuto pa sa DirectingChangeCA.org/for-parents (makukuha ang website sa Ingles).

Para sa anumang mga tanong tungkol sa programa, mangyaring bumisita sa DirectingChangeCA.org/contact-us.