

Báo cáo Tóm tắt Cùng nhau Soạn thảo SWSPHN

(SWSPHN Co-design Summary Report)

Kính gửi những người tham gia,

VIETNAMESE

Chúng tôi xin cảm ơn tất cả quý vị một lần nữa vì đã tham gia vào dự án Cùng nhau Soạn thảo Ngăn ngừa Tự tử của chúng tôi. Những phát hiện từ cuộc nghiên cứu và tham vấn cộng đồng của chúng tôi sẽ định hướng những nỗ lực của chúng tôi trong việc điều phối cách tiếp cận theo hệ thống nhằm ngăn ngừa tự tử trong vùng Tây Nam Sydney đa dạng, phát triển và năng động của chúng ta.

Sự tham gia của quý vị trong suốt các buổi họp đã giúp chúng tôi:

1. Hiểu rõ các trở ngại trong việc tới các dịch vụ
2. Xác định những khoảng thiếu hụt dịch vụ
3. Nhận ra các cơ hội để cải thiện các sáng kiến địa phương trên toàn khu vực.

Báo cáo tóm tắt kèm theo đây cung cấp cái nhìn tổng quát về báo cáo Cùng nhau Soạn thảo. Chúng tôi xin quý vị dành chút thời gian đọc qua công việc mà **QUÝ VỊ** đã tham gia và cho chúng tôi một số ý kiến phản hồi về những gì mà quý vị tin là những điểm mạnh và điểm yếu của 5 khuyến nghị và hành động chính đã được soạn ra. Xin cứ tự nhiên chia sẻ nhận xét của quý vị về báo cáo này, ví dụ các vấn đề mà quý vị muốn nhận xét là:

1. Loại nguồn lực nào sẽ có tác động lớn nhất đến cộng đồng về các dịch vụ ngăn ngừa tự tử và sự chăm sóc sau đó? Phương tiện truyền thông xã hội, tờ thông tin, quảng cáo trên báo chí?
2. Những loại hoạt động nào của các nhóm người đồng cảnh ngộ là có tác dụng tốt nhất trong việc giảm bớt sự cô đơn và thúc đẩy sự hòa nhập xã hội? Các môn thể thao? Nghệ thuật? Hoạt động văn hóa?
3. Chúng ta làm sao để bảo đảm các tài liệu ngăn ngừa tự tử được an toàn về mặt văn hóa?

Tất cả ý kiến phản hồi có thể gửi bằng email tới luke.swain@swsphn.com.au.

Các ý kiến phản hồi quý giá của quý vị sẽ đóng vai trò quan trọng trong việc cung cấp thông tin cho cách thực hiện các hành động chính trong vùng Tây Nam Sydney.

Trân trọng,
Luke Swain

Báo cáo Tóm tắt Cùng nhau Soạn thảo SWSPHN

(SWSPHN Co-design Summary Report)

Ngăn ngừa Tự tử (Suicide Prevention)

Dự án cùng nhau soạn thảo này nhằm mục đích hướng dẫn Mạng lưới Y tế Cơ bản Tây Nam Sydney (SWSPHN) trong việc vận hành và điều phối phương pháp tiếp cận theo hệ thống nhằm ngăn ngừa tự tử ở Tây Nam Sydney.

Mục đích và Mục tiêu (Aims and Objectives)

Dự án cùng nhau soạn thảo này nhằm cải thiện chất lượng dữ liệu, tăng cường khả năng tới các dịch vụ, tăng cường sự đáp ứng của cộng đồng, và nâng cao nhận thức để xem xét giải quyết hiệu quả các hành vi muốn tự tử, cung cấp thông tin cho việc hoạch định tại khu vực và phát triển các sáng kiến có mục tiêu cũng như bảo đảm những người điều hành được hỗ trợ đầy đủ để cung cấp dịch vụ chăm sóc.

Mục tiêu cùng nhau soạn thảo là để hiểu rõ hơn các trở ngại trong việc tới các dịch vụ ngăn ngừa tự tử và sự chăm sóc sau đó, cũng như những khoảng thiếu sót trong các dịch vụ này đối với những người có nguy cơ tự tử, kinh nghiệm từng trải qua tự tử và/hoặc mất người thân tự tử, cũng như xác định các cơ hội để cải thiện dịch vụ.

Thu thập Dữ liệu (Data Gathering)

Từ tháng 6 đến tháng 8 năm 2023, việc xem xét các tài liệu hiện nay và tham vấn cộng đồng đã được thực hiện để định hướng cho báo cáo này.

- **Nhóm Tập Trung** 112 người tham gia (27 nam, 83 nữ), bao gồm một buổi họp tiếng Việt và 2 buổi họp tiếng Ả Rập.
- **Khảo Sát Trực Tuyến** Đã được 11 Bác sĩ Gia đình hoàn tất
- **Phòng Vấn có Cơ Cấu** 13 chuyên gia sức khỏe tâm thần chính thức

Kết quả Tham vấn (Consultation Findings)

Các câu trả lời tham vấn được xếp theo nhóm các chủ đề, trở ngại, yếu tố hỗ trợ, thử thách trong việc cung cấp sự chăm sóc cũng như các lĩnh vực cơ hội và ưu tiên sau đây. Dưới đây là 3 mục đầu trong mỗi nhóm.

Những Phát hiện của Nhóm tập trung (Focus Group Findings)

Trở ngại	Yếu tố hỗ trợ	Lĩnh vực cơ hội/ưu tiên
Không biết về các dịch vụ (31%)	Tới với sự hỗ trợ điều trị (28%)	Nâng cao sự hiểu biết của công chúng về các dịch vụ (26%)
Yếu tố hậu cần/tài chính (27%)	Đường dây trợ giúp và các Dịch vụ Trong cơn Khủng hoảng (17%)	Tăng cường khả năng tới các dịch vụ (20%)
Sự coi thường/kỳ thị (17%)	Chăm sóc phù hợp về mặt văn hóa (13%)	Cải thiện sự phối hợp dịch vụ (16%)

Những Phát hiện khi Tham vấn các Chuyên gia Sức khỏe Tâm thần (Mental Health Professional Consultation Findings)

Trở ngại	Khó khăn trong việc cung cấp sự chăm sóc	Lĩnh vực cơ hội/ưu tiên
Không biết về các dịch vụ (28%)	Các dịch vụ hiện có không phù hợp (39%)	Nâng cao sự hiểu biết về các dịch vụ (32%)
Các yếu tố sức khỏe tâm thần cá nhân (22%)	Không biết về các dịch vụ (18%)	Cải thiện sự phối hợp dịch vụ (22%)
Yếu tố hậu cần/tài chính (17%)	Thiếu ngân quỹ cho các dịch vụ (15%)	Cung cấp sự đào tạo và hướng dẫn cho các chuyên gia y tế (19%)

Báo cáo Tóm tắt Cùng nhau Soạn thảo SWSPHN

(SWSPHN Co-design Summary Report)

Các lĩnh vực có Nhu cầu đã được Nhận ra (Identified Areas of Need)

Dự án Cùng nhau Soạn thảo Ngăn ngừa Tự tử đã nhận ra một số lĩnh vực ưu tiên thông thường để giảm nguy cơ tự tử.

- **Huấn luyện, hướng dẫn, và hiểu biết** - Nâng cao nhận thức và hướng dẫn trong việc nhận ra và ứng phó với nguy cơ tự tử, cũng như các dịch vụ hiện có để ngăn ngừa tự tử và chăm sóc sau đó.
- **Tới các dịch vụ** - Xem xét giải quyết các trở ngại về chi phí, tăng giờ làm việc, giảm danh sách chờ đợi, và cung cấp sự hỗ trợ tâm lý để giúp bệnh nhân vượt qua các trở ngại trong việc tới dịch vụ chăm sóc.
- **Các quy trình điều phối và xử lý sau đó** - Hỗ trợ các chuyên gia y tế và cộng đồng để bảo đảm bệnh nhân/gia đình/bạn bè và cộng đồng được kết nối với các dịch vụ hỗ trợ phù hợp.
- **Cung cấp và soạn thảo dịch vụ** - Điều chỉnh các dịch vụ để đáp ứng nhu cầu cho từng cá nhân, bảo đảm việc chăm sóc hiệu quả hơn và chú tâm vào con người.
- **Cải thiện dữ liệu và nghiên cứu** - Cải thiện dữ liệu có sẵn về các nhóm dân số ưu tiên và nguy cơ họ tự tử ở Tây Nam Sydney.

Khuyến nghị và các Hành động Chính (Recommendations and Key Actions)

Khuyến nghị 1: Nâng cao nhận thức về nạn tự tử cũng như các dịch vụ ngăn ngừa và chăm sóc sau đó tại địa phương.

- Hỗ trợ bác sĩ gia đình nhận ra ý định tự tử, phương pháp chăm sóc điều trị tốt nhất và các dịch vụ mà họ có thể giới thiệu cho bệnh nhân.
- Phát triển nguồn lực cho cộng đồng về các dịch vụ ngăn ngừa tự tử và chăm sóc sau đó.
- Cung cấp thông tin an toàn về mặt văn hóa cho bệnh nhân.

Khuyến nghị 2: Cải thiện khả năng tới các dịch vụ chăm sóc sau khi muốn tự tử.

- Cải thiện khả năng tới các dịch vụ trực tuyến và y tế từ xa.
- Quảng bá các Tài liệu Tự Trợ giúp Trực tuyến (ứng dụng, trang mạng).

Khuyến nghị 3: Tăng cường sự phối hợp chăm sóc, kể cả các quy trình sau khi ngăn ngừa trong cộng đồng.

- Tạo điều kiện thuận lợi cho việc giới thiệu tới bác sĩ khác.
- Thực hiện các hoạt động hỗ trợ cá nhân, gia đình, và cộng đồng sau khi mất người thân vì tự tử

Khuyến nghị 4: Điều chỉnh các dịch vụ để đáp ứng mức độ nhu cầu sức khỏe tâm thần của bệnh nhân.

- Cung cấp các chương trình hỗ trợ đáp ứng sự chăm sóc sau khi muốn tự tử.
- Cung cấp các dịch vụ hướng dẫn không điều trị và do người đồng cảnh ngộ điều hành để thúc đẩy sự kết nối xã hội.
- Khuyến khích các phương thức dịch vụ dành cho những người có nguy cơ tự tử từ mức thấp đến trung bình (chăm sóc ngoài giờ, chăm sóc theo dõi và điều phối ca bệnh).

Khuyến nghị 5: Cải thiện dữ liệu cụ thể về tự tử đối với các nhóm dân số ưu tiên thông qua các cuộc tham vấn bổ sung.

- Thu hút các bên liên quan trong cộng đồng: Thu hút đại diện từ các nhóm dân số ưu tiên này khi soạn thảo, cung cấp và vận hành các dịch vụ cũng như trong việc soạn thảo các tài liệu.
- Đầu tư để nghiên cứu thêm về vấn đề tự tử trong vùng Tây Nam Sydney liên quan đến nhóm dân số ưu tiên.