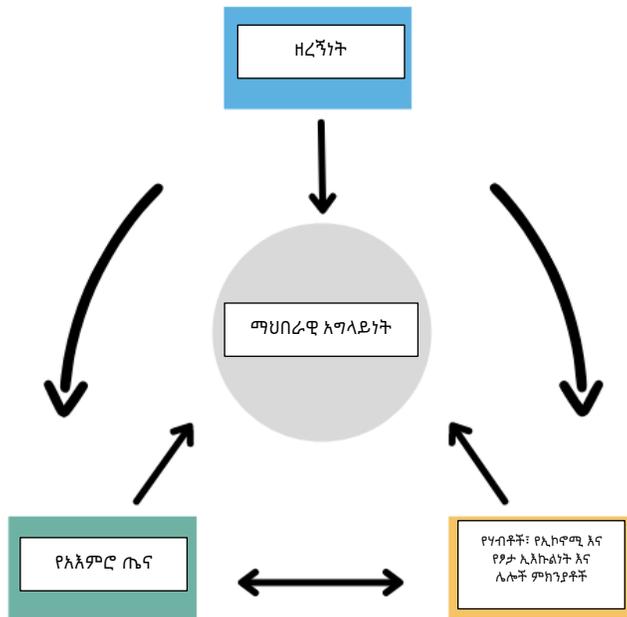


**ማህበረሰብ አቀፍ የተሳትፎ እርምጃ ምርምር
በውስጥ አእምሮአችን ውስጥ፡- የአእምሮ ጤና፣ ዘረኝነት እና መነጠል**

ቁልፍ ግኝቶች

ዘረኝነት፣ የአእምሮ ጤና እና ማህበራዊ መገለል ሳይነጣጠሉ የተገናኙ ናቸው። ዘረኛ የሆኑ ማህበረሰቦች የተኖሩ ተሞክሮዎች የዘረኝነት፣ የአእምሮ ጤና፣ የኢኮኖሚ እና የጾታ ኢ-እኩልነቶች አጋጣሚዎችን በዝቅተኛ ደረጃ ላይ ያስቀምጣል ይህም በማህበራዊ መገለል ላይ ተጽእኖ ያሳርፋል (ከታች ያለውን ዲያግራም ይመልከቱ)። በተጨማሪም ጥናቶች እንደሚያሳዩት ዘር እና ዘረኝነት የአእምሮ ጤናን ጨምሮ የጤና ቁልፍ የሆኑ ወሳኝ ነገሮች ናቸው።



ማህበራዊ መገለል እና የአእምሮ ጤና ለእያንዳንዱ የብሄር ቡድን የተለያዩ ትርጉም ሊኖረው ይችላል። ሁሉም የምርምር ተሳታፊዎች በተለያዩ የማህበራዊ ደረጃዎች ላይ (ይህም በት/ቤቶች፣ በስራ ቦታዎች፣ በህዝባዊ ቦታዎች እና በአገልግሎት አቅራቢዎች) የተለያዩ የዘረኝነት እና የመድልዎ አይነቶች እና ደረጃ አጋጣሚዎቻቸው። በተጨማሪም፣ የተለያዩ ኢ-እኩልነቶች እና ጉዳዮች የአንድን ሰው የአእምሮ ጤና በከፍተኛ መልኩ ይጎዳዋል። የዘር፣ የስደተኝነት ሁኔታ እና የጾታ የተዘቡ አመለካከቶች እና የቋንቋ ክፍተቶች የአእምሮ ጤና ጉዳዮች እና የማህበራዊ መገለልን በተለያዩ መንገዶች ተጽእኖ የሚያሳርፉ ማህበረሰቦች ውስጥ ሚናቸውን ይጨምራሉ። በምርምሩ ውስጥ፣ ዘረኛ በሆኑ ማህበረሰቦች መካከል መገለል የአእምሮ ጤና ችግሮችን ለመሸፈን ካሉት ትላልቆቹ እንቅፋቶች አንደኛው ሆኖ ወጥቷል። ሁልጊዜ ማለት ይቻላል

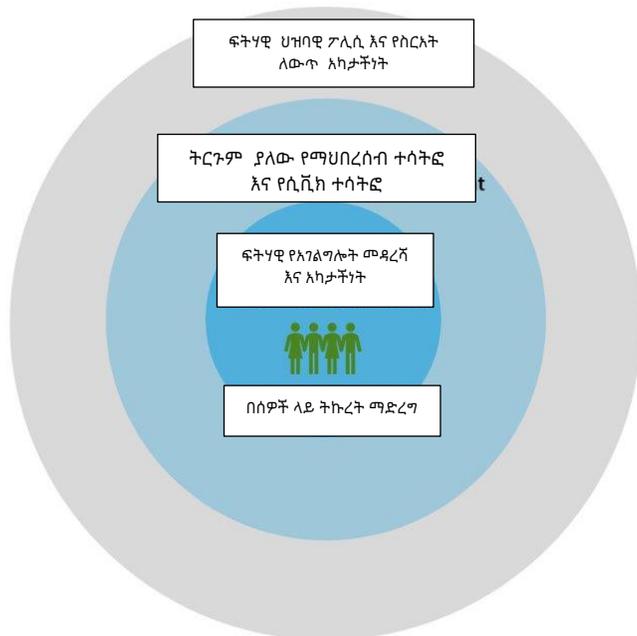


በባህላቸው ውስጥ እንደ “እብድ” መሆን ይቆጠራል። ይህ ደግሞ ሰዎች ከአእምሮ ጤና ጋር በሚኖራቸው ችግር ቀድመው ይፋ እንዳያደርጉ ተጽእኖ ያሳርፋል።

ምክረ ኃሳብ

የActionDignity የማህበራዊ መገለል ሞዴልን በመከተል (ከታች ያለውን ዲያግራም ይመልከቱ)፣ በማህበረሰቡ ውስጥ ቤተሰብ የመሆን ስሜትን እና ንቁ የሆነ ተሳትፎን ማቀላጠፍ፣ የዘር የስሜት ቀውስ ግንዛቤ እና ፍትሃዊ የሆኑ አገልግሎቶች መዳረሻን መጨመር አስፈላጊ ነገር ነው። ለረጅም ጊዜ መፍትሔዎች፣ የአእምሮ ጤና ጉዳዮችን እና የማህበራዊ መገለልን በቦታው አድርጎ ለመያዝ ያሉ ሁኔታዎችን ለመፍታት በስርዓቶች እና በፖሊሲ ደረጃ ለለውጥ የመሟገት ፍላጎት አለ።

ዲያግራም:- የSI ፕሮግራም የመርሃግብር ዲያግራም እንዴት እናደርገዋለን እና ምን እናደርጋለን?



አጠቃላይ እና ሁሉን አቀፍ የማህበራዊ አካታችነት እና የአእምሮ ጤና ፕሮግራሚንግ እና ፖሊሲ በግለሰብ፣ በማህበረሰብ፣ በአገልግሎት፣ በስርዓቶች እና በፖሊሲ ደረጃዎች ላይ ያለውን ዘረኝነት በቀጥታ መሸፈን አለበት። የዚህ ምላሽ ማዕከል ዘረኝነት እንደተንሰራፋ እና ዘረኛ በሆኑ ማህበረሰቦች መካከል በአእምሮ ጤና እና ማህበራዊ አግላይነት ላይ በከፍተኛ መልኩ ተጽዕኖ እንደሚያሳርፍ ነው። ስለሆነም፣ በአእምሮ ጤና እና ማህበራዊ አግላይነት ዘረያ ያሉ ማናቸውም ጣልቃ ገብነቶች ዘረኝነትን መፍታት ይገባቸዋል።

በግለሰብ ደረጃ:-



1. በማህበረሰቡ ውይይቶች፣ የመሪነት ስልጠና፣ ማሰልጠን ውስጥ እነዚህን ርዕሶች በማካተት በጸረ ዘረኝነት እና በፍትሃዊነት፣ በብዝሃነት እና በአካታችነት (EDI) ላይ የግንዛቤ ደረጃን እና ቁርጠኝነትን ከፍ ማድረግ እንዲሁም በስነጥበባት እና በባህላዊ ክንውኖች ውስጥ እነዚህን ተመሳሳይ ነገሮች ማቀናጀት።
2. ውይይቶችን የተለመደ ለማድረግ መድረኮችን ማብዛት፣ ቃላቶችን ከማግለል ማራቅ እና የአገልግሎት ፈላጊ ባህሪዎን መጨመር። (ይህም ታሪክ መንገር፣ የማህበረሰብ ውይይት) በአጸምሮ ጤና እና በማህበራዊ ማግለል። እንደ መነሻ ቦታ፣ ክፍት የሆነ ውይይትን ለማድረግ እንደ “ደህንነት” ያሉ ቃላትን እንዲጠቀሙ ይመከራል።
3. የአጸምሮ ጤና ይፋ ማድረጎችን በውጤታማነት ለመለየት፣ ምላሽ ለመስጠት እና ለመጥቀስ የማህበረሰብ አባላትን እንደ ዳደሾች ወይም ተፈጥሯዊ ደጋፊዎች ማሳተፍ እና ማሰልጠን።
4. ባህላዊ ስነጥበባትን፣ ፍትሃዊነትን፣ ብዝሃነትን እና አካታችነትን ለማስተዋወቅ ለተያያዩ የባህላዊ ኝዛቤ እንቅስቃሴዎች የማህበረሰብ ተሳትፎ እና ግንኙነት የመጨመር ፍላጎት አለ።
5. ዘረኛ የሆኑ የማህበረሰብ የአጸምሮ ጤና ፍላጎቶችን በትክክል ምላሽ ለመስጠት በባህል ምላሽ ሰጪ የስሜት ደጋፊ የቀጥታ የስልክ መስመሮችን እና የዳደሻ ቡድን ቡድኖችን የመሳሰሉ በማህበረሰብ ላይ የተመሰረቱ ተጨማሪ ፕሮግራሞችን መፍጠር።
6. የአገልግሎት መዳረስ ስርዓቶች ላይ ተጽእኖ የሚያደርጉ ክህሎቶችን እንዲያገኙ ለማድረግ ለዘረኛ ማህበረሰቦች ተጨማሪ የመሪነት ብቃት ግንባታን ማቅረብ።

የአገልግሎት እና የስርዓት ደረጃ፦

7. የባለሙያ አገልግሎቶች በአጸምሮ ጤና ላይ ስርዓተ-ጾታን ቀያይ፣ ዘርን የሚነካ እና አሰቃቂ ነገርን የሚያስገነዝቡ አገልግሎቶች እና የሕክምና ልምዶች ላይ ያረጋግጣል እንዲሁም ቅድሚያ ይሰጣል። ይህ ሊሆን የሚችለው የእነዚህ አገልግሎቶች እና ልምዶች ንድፍ እና አቅርቦት ውስጥ የተኖረ እና እየተኖረ ያለ የዘረኛ ማህበረሰቦችን ተሞክሮዎች በማቀናጀት ነው።
8. በበርካታ የአገልግሎት አቅራቢዎች መካከል እንከን የላሽ ሽግግር እና የደንበኞች ጥቆማን ለማረጋገጥ ማዕከላዊ እና የተዋቀረ የምላሽ ሞዴልን ይፍጠሩ። ይህ የሚያካትተው በተለያዩ ድርጅቶች መካከል የጋራ ዳታቤዝ እና የጨመረ ትብብር ናቸው።
9. ከአገልግሎት አቅራቢዎቹ መካከል ያሉት ሰራተኞች የሚያገለግሏቸውን ማህበረሰቦች ብዝሃነት ማንጸባረቅ ይገባቸዋል። ስለሆነም ወደ ቅጥር ልምዶቻቸው ውስጥ ፍትሃዊነት፣ ብዝሃነት እና የአካታችነት ማዕቀፍን የማቀናጀት ፍላጎት ይኖራል።

የፖሊሲ ደረጃ፦



10. ዘረኝነት ባለባቸው ማህበረሰቦች መካከል የአእምሮ ጤና ችግሮችን እና የማህበራዊ መገለል ግንዛቤን እና ስፋትን ለማሻሻል በዘር ላይ የተመሰረተ ውሂብን መሰብሰብ።
11. የአእምሮ ጤና እና የማህበራዊ መገለልን መሸፈን በጤና፣ በሙያ እና በማህበራዊ ፍትህ ውስጥ መድልዎን እና እኩል ያልሆኑ ውጤቶችን የሚያስተዋውቁ እና የሚያመጡ በፖሊሲዎች፣ በልምዶች፣ በግብአቶች ፍሰት፣ በኃይል መለዋወጥ፣ በግንኙነቶች እና ትስስሮች እንዲሁም የአእምሮ ሞዴሎች ለውጦች ላይ ተሟጋች መሆን ይገባዋል። ይህ የሚያካትተው በነባር የስደተኝነት እና የሰራተኛ ፖሊሲዎች፣ በሙያ ጤና እና ደህንነት እንዲሁም በውጪ የእውቅና ማስረጃዎች ውስጥ ያሉ ለውጦች ከብዙው በጥቂቱ ናቸው።

This research is funded by:



United Way
Calgary and Area



**Canadian
Heritage**

**Patrimoine
canadien**

