



心理健康状况简报： 不同文化和语言背景的人

几乎一半的澳大利亚人要么在海外出生，要么其父母至少有一方在海外出生，因此有效的心理健康体系必须能够为人们提供适合其文化背景和所讲语言的护理服务。

生产力委员会 (Productivity Commission) 的心理健康咨询处 (Mental Health Inquiry) 提出了一项旨在改善澳大利亚心理健康体系的长期计划，确保其能够满足来自多种文化和语言背景的人们需求。

为此，需要优先考虑文化的响应能力和服务的包容性——目前在这方面还有很大的改进空间。我们向澳大利亚政府提供了许多有关如何发展心理健康服务的建议，以满足人们的需求，不论其文化背景如何。

- 需要心理健康服务的人及其家人和护理者也需要能够获得符合其自身文化习惯并以其母语形式呈现的信息。我们推荐的国家数字心理健康平台包括用于心理健康评估和转诊的工具 (措施 10.4)。该平台的设计应基于心理健康服务用户的意见量身定制，以便成为多元文化背景人士实现心理健康的有效途径。
- 我们还建议对护理者门户 (Carer Gateway) 进行评估，以确保它适用于来自不同文化背景的护理者 (措施 18.2)。
- 国家数字心理健康平台应被用于提供在线治疗支持服务 (措施 11.1)。这将使难以获得多元化护理服务的澳大利亚郊区、偏远地区和城区民众以及可能更愿意匿名寻求护理服务的人受益。在线配套治疗方式也应进行调整，以满足消费者的文化和语言需求。

- 建议通过电话或视频的方式扩大治疗服务范围，让人们可以与澳大利亚各地适合他们需要的心理学家或护理机构建立联系，从而增加可供选择的护理方案 (措施 12.2)。
- 建议对社区心理健康服务的规划、资金募集和提供方式进行重大改革。社区组织对于移民的社会参与和包容程度至关重要。更好的服务规划将带来更符合文化习惯的社会心理服务，更长的合同期限将使服务提供方能够与消费者发展和保持相互信任的稳定治疗关系 (措施 17.1 和 17.3)。



- 心理健康服务专业人员的多元文化包容能力是解决文化和健康素养障碍问题的关键要素。建议实施的劳动力计划改革将使心理健康从业人员的多元文化包容能力与消费者的需求更好地契合（措施 16.1）。聘用更多具有双语和双文化背景的工作人员也有助于克服这些障碍，生产力委员会建议聘用此类工作人员，以充实心理健康工作者队伍（措施 16.5）。
- 一些希望获得早期支持服务而受阻的人最早是通过警察接触到相关服务的。我们建议，为警察应对心理健康事件提供的额外支持服务应适应不同文化和语言背景的人的需求（措施 21.2）。
- 为了减少国际学生的心理困扰，高等教育提供方应与保险公司接洽，安排向国际学生提供海外学生健康保险 (Overseas Student Health Cover)，以确保覆盖所有必需的心理治疗服务。大学还应确保其咨询服务能够满足国际学生的多元语言和文化需求（措施 6.2）。



- 所有心理健康服务提供者都应了解服务对象的文化背景和需求。目前缺乏面向不同文化和语言背景的人的心理服务及效果相关数据。政策制定者更有效地收集和使用数据以及征求大众意见的做法将推动实施更多以人为本的护理服务（措施 22.4 和 24.3）。

本着“以人为本”的方针，我们希望建立一个心理健康体系，允许人们根据自己的需要和情况，选择和获得适合自己的治疗方案。这意味着需要多种不同的服务提供方式，以便人们在需要时可以获得这些服务，这些服务不仅在临床上有效，在文化上相关，而且能够最大程度地减少用户的负担。人们更有可能选择、坚持并受益于符合其需求的治疗（第 29 页第1卷）