

Các Chiến lược Sức khỏe Tâm thần và Sức khỏe Toàn diện nhằm Hỗ trợ Học sinh bị Ảnh hưởng bởi Hoạt động Nhập cư

Sự gia tăng hoạt động thực thi luật nhập cư trên toàn Oregon đã tạo ra một môi trường đầy bất định và sợ hãi sâu sắc đối với nhiều học sinh và gia đình. Học sinh, gia đình và nhân viên nhà trường có thể đang trải qua các phản ứng về mặt xã hội, cảm xúc và thể chất như căng thẳng, lo âu và trạng thái cảnh giác cao độ do hoạt động thực thi luật nhập cư gia tăng trong mười tám tháng qua. ODE mong muốn nêu bật một số chiến lược dành cho lãnh đạo học khu và các trường, nhằm bảo đảm rằng các nguồn trợ giúp, dịch vụ và hỗ trợ luôn sẵn có, đồng thời được học sinh và gia đình, đặc biệt là những người bị ảnh hưởng nhiều nhất bởi hoạt động thực thi luật nhập cư biết đến.



#1 Tiếp cận Dịch vụ Chăm sóc

Nhân viên học khu có thể hỗ trợ bằng cách giúp các nguồn trợ giúp, hỗ trợ và dịch vụ trở nên dễ thấy và dễ tiếp cận. Hãy bảo đảm rằng thông tin liên hệ của cố vấn học đường, nhân viên xã hội và nhà tâm lý học đường được niêm yết tại trường bằng nhiều ngôn ngữ, sử dụng ngôn ngữ thân thiện, đồng thời nhấn mạnh tính bảo mật và an toàn. Thông tin có thể được chia sẻ qua tờ rơi, email hoặc các hình thức truyền thông đại chúng khác. Các thực hành tốt nhất bao gồm việc bố trí đội ngũ nhân viên nhà trường có khả năng đáp ứng văn hóa, đặc biệt là những nhân viên đã có mối quan hệ sẵn có với học sinh/gia đình, chủ động liên hệ và hỏi xem những hỗ trợ, dịch vụ và nguồn trợ giúp nào có thể hữu ích.

Nếu một học khu không có cố vấn học đường, nhân viên xã hội học đường hoặc nhà tâm lý học đường đáp ứng phù hợp về văn hóa, thì một tổ chức cộng đồng cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần phù hợp đặc thù về văn hóa có thể mang lại lợi ích rất lớn. Mặc dù việc liệt kê tất cả các tổ chức dựa vào cộng đồng đang hỗ trợ trẻ em và gia đình trên khắp Oregon là điều khó thực hiện, các nguồn trợ giúp sau đây có thể hữu ích.

- [Các Chương trình Sức khỏe Tâm thần Cộng đồng trên Toàn tiểu bang](#). Các chương trình cung cấp dịch vụ sức khỏe tâm thần tại từng quận trong số 36 quận của Oregon.
- [Familias en Accion](#). Tập trung vào sức khỏe và phúc lợi của các gia đình La-tinh tại Oregon, chú trọng giáo dục sức khỏe dựa vào cộng đồng và tình trạng mất an ninh lương thực
- [Oregon Latino Health Coalition](#) hỗ trợ tiếp cận bảo hiểm y tế miễn phí thông qua tiểu bang Oregon,
- [Raices de bienestar](#). Cung cấp các dịch vụ và chương trình đào tạo về sức khỏe tâm thần phù hợp đặc thù về văn hóa tại Hillsboro và Medford; đồng thời cung cấp các chương trình đào tạo và giáo dục tập trung vào chăm sóc đáp ứng phù hợp về văn hóa, thực hành dựa trên hiểu biết về sang chấn và chữa lành, cũng như hỗ trợ nhân viên BIPOC.
- [211 Info](#) Dịch vụ thông tin và giới thiệu trên toàn tiểu bang nhằm giúp tìm kiếm các dịch vụ như chăm sóc sức khỏe tâm thần, nhà ở, hỗ trợ thực phẩm và hỗ trợ dịch vụ tiện ích.
- [Đường dây Hỗ trợ Khủng hoảng và Phòng chống Tự tử 988](#) luôn sẵn sàng hỗ trợ, có cung cấp dịch vụ bằng tiếng Tây Ban Nha và dành cho bất kỳ ai cần có người để trò chuyện. Lưu ý về 988: Đường dây hỗ trợ này được thiết kế cho những cá nhân đang gặp khó khăn về sức khỏe tâm thần, đau khổ về cảm xúc, lo ngại liên quan đến sử dụng chất gây nghiện, hoặc đơn giản là cần có người để trò chuyện. Quý vị không cần phải đang trong khủng hoảng mới có thể liên hệ để được hỗ trợ.

#2 Nâng cao Hiểu biết về Sức khỏe Tâm thần

Việc tăng cường hiểu biết về sức khỏe tâm thần và các thực hành đáp ứng phù hợp về văn hóa cho nhân viên có thể hỗ trợ nhu cầu của học sinh. Việc nâng cao hiểu biết về sức khỏe tâm thần cho toàn bộ nhân viên có thể hữu ích, để các dấu hiệu và triệu chứng của căng thẳng, căng thẳng do sang chấn và lo âu được nhận diện sớm. Bằng cách nâng cao hiểu biết về sức khỏe tâm thần, nhân viên có thể xác định những học sinh cần được hỗ trợ nhiều nhất và giúp các em tiếp cận những nguồn trợ giúp cần thiết. Nhân viên cũng có thể áp dụng các thực hành thấu đáo trong khi nhận biết nhu cầu của cộng đồng, chẳng hạn như những học sinh đang sử dụng các cách ứng phó để tự bảo vệ hoặc duy trì an toàn. Các thực hành đáp ứng phù hợp về văn hóa bao gồm việc hiểu biết về lịch sử và văn hóa, các giá trị và trải nghiệm.

Tất cả nhân viên nhà trường, bao gồm nhân viên hỗ trợ không có chứng chỉ giảng dạy, nhân viên được cấp phép và nhân viên hành chính, đều có thể được đào tạo để nhận biết các dấu hiệu của những vấn đề sức khỏe tâm thần thường gặp như lo âu, trầm cảm, căng thẳng và trạng thái cảnh giác cao độ. Hãy trang bị cho nhân viên các công cụ để thực hiện những cuộc trò chuyện mang tính hỗ trợ, không phán xét, nhằm kết nối học sinh với các dịch vụ chuyên môn từ sớm, qua đó ngăn ngừa sự leo thang của các vấn đề xã hội và cảm xúc có thể ảnh hưởng đến sức khỏe toàn diện. Sau đây là một số nguồn trợ giúp dễ tiếp cận, tập trung vào việc nâng cao Hiểu biết về Sức khỏe Tâm thần: [Mental Health is Health](#) và [Mental Health Literacy](#) là các công cụ giúp xây dựng kiến thức nền

tảng này. [Trauma Informed Oregon](#) có nhiều nguồn trợ giúp miễn phí và dễ tiếp cận. [Culturally Responsive Teaching](#) cung cấp thêm thông tin và chiến lược nhằm hỗ trợ học sinh và gia đình.

#3 Triển khai Học tập Xã hội và Cảm xúc Mang tính Chuyển hóa (TSEL)

Trong khi SEL tiêu chuẩn tập trung vào khả năng tự điều chỉnh của cá nhân, SEL Mang tính Chuyển hóa (TSEL) tập trung vào sức khỏe toàn diện chung và các điều kiện mang tính hệ thống cho phép học sinh phát triển. Khung này đặc biệt hữu ích trong việc cải thiện khả năng tự nhận thức và nhận thức xã hội. Nếu nhóm của quý vị mới tiếp cận phương pháp này, hãy bắt đầu với [Framework Overview \(Tổng quan về Khung\)](#) để hiểu cách điều chỉnh TSEL phù hợp với các nhu cầu xã hội và cảm xúc chưa được đáp ứng của học sinh.

Hãy sử dụng [hướng dẫn Conditions for Learning & Thriving \(Các Điều kiện để Học tập và Phát triển\)](#) để hỗ trợ các thực hành then chốt liên quan đến việc thúc đẩy môi trường học tập tích cực. Đối với những người trưởng thành trong hệ thống, nguồn trợ giúp [Social Awareness and Belonging \(Nhận thức Xã hội và Cảm giác Thuộc về\)](#) cung cấp một lộ trình nhằm hiểu rõ hơn và nuôi dưỡng sự đồng cảm chân thành cũng như tinh thần đoàn kết đối với những trải nghiệm sống của những người bị ảnh hưởng bởi hoạt động thực thi luật nhập cư gần đây.

Vui lòng liên hệ ODE.HealthySchools@ode.oregon.gov để biết thêm thông tin hoặc được hỗ trợ.

