Mga Boses Mula Sa Mga LGBTQ:

Mga Kwento Mula Sa Komunidad Tungkol Sa Kalusugan Ng Pag-Iisip Sa Solano County

UC DAVIS HEALTH
Center for Reducing Health Disparities

Panimula

Ang University of California, Davis, Center for Reducing Health Disparities (UC Davis CRHD) ay nagbibigay ng mga serbisyo ng konsultasyon, pagsasanay, pagsusuri, at teknikal na tulong sa Solano County Behavioral Health Division (SCBHD) at mga provider ng komunidad sa pamamagitan ng Interdisciplinary na Pagtutulungan Kaugnay ng Kalusugan ng Pag-iisip at Modelo ng Kultural na Transpormasyon (Proyekto ng Kulturan na Transpormasyon). Ang layunin ng pagtutulungang ito ay pahusayin ang access sa at ang paggamit ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip ng mga indibidwal mula sa mga komunidad ng Filipino American, Latino, at LGBTQ (Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, at Queer) na may maseselang kundisyon ng kalusugan ng pag-iisip.

Kasama sa ulat na ito ang mga karanasang ibinahagi ng mga miyembro ng komunidad ng LGBTQ sa paglalarawan ng kanilang access sa, at paggamit ng, pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County. Higit pa rito, ang mga pahayag na ito ay nagbibigay ng mga pananaw sa mga potensyal na solusyon na tinukoy ng komunidad ng LGBTQ sa pagpapahusay sa paghahatid ng serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County. Inilalarawan ng mga indibidwal mula sa komunidad ng LGBTQ ang mga patuloy na hirap sa paghahanap ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip na naaangkop sa kultura at wika, at sensitibo sa mga pangangailangan sa kalusugan ng pag-iisip ng komunidad ng LGBTQ. Ang Solano Pride, isang non-profit na organisasyon na may higit sa 15 taong kasaysayan ng pagbibigay ng mga serbisyo sa mga mamamayan ng Solano County na miyembro ng LGBTQ, ay nagsagawa ng survey sa komunidad noong 2014 at nalaman nilang may 54% ng mga tumugon sa survey na walang nalalamang anumang serbisyo o programa sa Solano County na nagbibigay ng mga sapat na serbisyo para sa mga indibidwal na miyembro ng LGBTQ. Ang pinakamatinding alalahanin para sa mga tumugon sa survey ay ang access sa mga abot-kayang serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan at kalusugan ng pag-iisip.

Sa unang yugto ng proyekto, nangalap ang UC Davis CRHD ng daan-daang kwento gamit ang mga qualitative na pamamaraan sa pananaliksik. Nakipag-usap ang aming team sa isang hanay ng mga indibidwal na miyembro ng LGBTQ tungkol sa kasalukuyang estado ng pangangalaga at access sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County. Nagsimula kami sa pakikipanayam sa kawani ng SCBHD na regular na nakikipagtulungan sa mga organisasyon at kliyenteng nakabase sa komunidad ng LGBTQ, at may mga natatanging pananaw sa mas malaking konteksto ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County. Pagkatapos, nakipag-usap kami sa mahahalagang taong mapagkukunan ng impormasyon “na nasa field” (hal., mga consumer, volunteer, tagapagtaguyod, at direktor ng mga organisasyong nakabase sa komunidad [community-based organization o CBO]) na may mahahalagang tungkulin sa loob ng komunidad ng LGBTQ at na nauugnay sa pagtataguyod ng kalusugan ng pag-iisip ng komunidad. Panghuli, ipinakita ng CRHD team ang mga paunang resulta ng mga panayam na sa mahahalagang taong mapagkukunan ng impormasyon at kawani ng county na ito sa mga miyembro ng komunidad sa isang forum kasama ng komunidad ng LGBTQ na ginanap noong Mayo 2017 sa Vallejo. Nagbigay ng feedback ang mga kalahok sa forum kaugnay ng mga resultang ito, at nagtukoy ng mga karagdagang priyoridad, pagkukulang, istratehiya, at solusyon sa pagpapahusay ng access at paggamit ng mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip sa komunidad ng LGBTQ.

Mga Boses Mula Sa Mga LGBTQ:

Mga Kwento Mula Sa Komunidad Tungkol Sa Kalusugan Ng Pag-Iisip Sa Solano County

Ang Komunidad Ng LGBTQ Sa Solano County **4**

Ano Ang Mga Priyoridad Sa Kalusugan Ng Pag-Iisip Ng Komunidad Ng LGBTQ Sa Solano County? **6**

Mga Hadlang Sa Pag-Access At Pagtanggap Ng Mga Dekalidad Na Serbisyo **8**

Mga Kalakasan At Asset Ng Komunidad Ng LGBTQ **12**

Mga Solusyong Tinukoy Ng Komunidad Ng LGBTQ Upang Pahusayin Ang Kalusugan Ng Pag-Iisip **13**

Mga Susunod Na Hakbang **15**

Mga Pasasalamat **15**

Ang Komunidad Ng LGBTQ Sa SolanoCounty

Ang Solano Pride ay nagbibigay ng mga serbisyo sa komunidad ng LGBTQ ng Solano County. Una itong itinatag bilang LGBTQ Youth noong 1998.

Noong Hunyo 7, 2016, ipinagtibay ng Lupon ng Mga Supervisor ng Solano County ang isang resolusyong kumikilala sa buwan ng Hunyo bilang Buwan ng LGBTQ Pride.

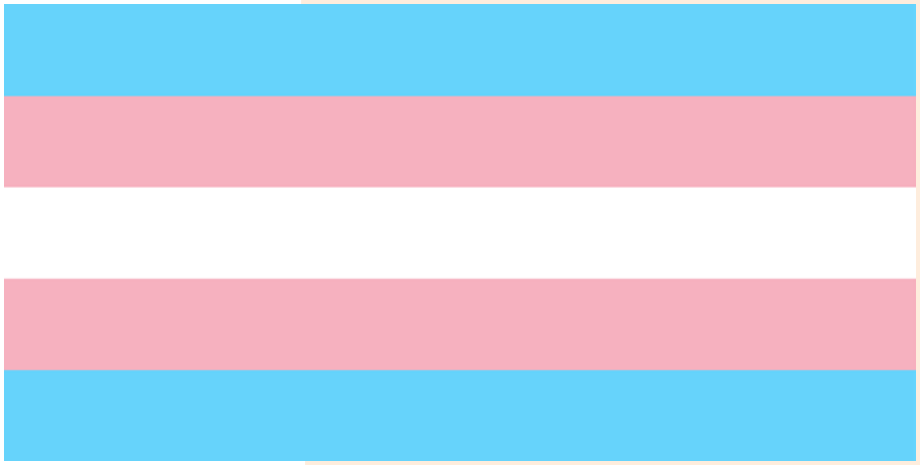
Ang ilang kilalang organisasyong nakabase sa komunidad ng LGBTQ sa Solano County ay ang Solano Serenity Center, ang Stonewall Democratic Club, ang Vallejo Gay Network, at ang Solano AIDS Coalition.

Ang Travis Air Force Base ay ang tirahan ng mga unang samahan ng mga private para sa mga karapatan ng gay sa isang base ng militar. Noong Hunyo 20, 2014, nakibahagi ang mga miyembro ng militar sa Travis Air Force Base sa Fairfield sa kauna-unahang Pride Walk sa anumang base ng militar.

Ang ilang grupo para sa pananampalataya na kumikilala sa LGBTQ sa Solano County ay kinabibilangan ng Ascension Episcopal Church, Holy Trinity Church, at First Christian Church.

Pride Parade sa Travis Air Force Base noong 2014

Isang kampanya ng paglagda para sa pagtanggap na sinimulan ng mga mag-aaral na miyembro ng Gay Straight Alliance(GSA) sa Benicia High School



Ang watawat ng transgender pride. Tumutukoy ang asul at pink sa mga kulay na karaniwang inuugnay sa mga sanggol na lalaki at babae, ayon sa pagkakabanggit, habang kumakatawan ang puti sa mga taong intersex, nagta-transition, o itinuturing ang sarili nila bilang neutral o walang tinutukoy na kasarian.

Wumawagayway ang watawat ng LGBTQ pride sa tabi ng watawat ng California sa harap ng Solano Government Center noong 2017.

Ano Ang Mga Priyoridad Sa Kalusugan Ng Pag-Iisip Ng Komunidad Ng LGBTQ Sa Solano County?

Naglawaran ang mga kalahok ng isang malawak na saklaw ng mga alalahanin sa kalusugan ng pag-iisip na nakakaapekto sa komunidad ng LGBTQ, kasama ang depresyon, pagkabalisa, mga pagpaplano at pagtatangkang isagawa ang ideya ng pagpapakamatay, labis na paggamit ng substance, at mga karamdamang nauugnay sa pagkain. Partikular dito, binanggit bilang mga priyoridad na alalahanin ang mataas na antas ng pagpapakamatay at limitadong serbisyo sa kabataan at transgender. Nag-ulat din ang mga kalahok ng pangangailangang tugunan ang karagdagang stress na dulot ng pagtatakwil ng pamilya at diskriminasyon sa lipunan. Ang epekto ng stress sa kalusugan at kalusugan ng pag-iisip ay pinalalala ng mga patuloy na sosyoekonomikong salik, gaya ng hindi maayos na pabahay, kawalan ng tirahan, at kawalan ng access sa isang secure na trabaho. Para sa mga LGBTQ na hindi caucasian, pinapataas ng diskriminasyon sa lahi ang tindi ng mga stressor na ito.

Ibinahagi rin ng mga kalahok ang pangangailangang isapriyoridad ang pagbibigay ng edukasyon sa publiko tungkol sa diskriminasyong nakakaapekto sa halos lahat ng taong miyembro ng LGBTQ. Pagdating sa kalusugan, nakakaapekto ang diskriminasyong ito sa mga consumer at provider.

Nasa sentro ng wellness ng komunidad ng LGBTQ ang mga ligtas at accessible na espasyo sa komunidad para sa kabataan at mga nasa hustong gulang na karaniwang nahihirapan sa pananatiling bukas sa Solano County nang dahil sa kawalan ng sapat na pagpopondo. Ibinahagi rin ng mga kalahok na, kung minsan, kaunti lang ang lumalahok sa mga kaganapang nauugnay sa komunidad ng LGBTQ nang dahil sa kawalan ng koneksyon ng mga lungsod at panlipunang komunidad ng Solano County. Maraming kalahok ang naghayag na may matinding epekto ang kawalan ng mga ligtas na espasyo para sa LGBTQ sa kapakanan ng komunidad.

> Talagang hindi maganda ang mga serbisyo, lalo na para sa mga transgender. Ipinapadala nila ang mga tao sa San Francisco o doon sa Concord papuntang Rainbow Center. Ulit, mahal ang pumunta roon... ulit, mga bayad sa toll at gasolina iyon.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

> Mayroon akong mga anak na pumupunta rito dahil gusto nilang magpakamatay... Kailangan nila ng makakausap. Desperado sila. Gusto nilang patayin ang mga sarili nila, dahil hindi nila naiintindihan kung ano'ng nangyayari sa paligid nila.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Hindi sapat ang pagsisikap sa serbisyong ibinibigay lalo na sa mga trans na tao. Ilang kwento mula sa mga tao—may kilala akong trans na babae na nauwi sa ER. Dahil hindi pa nagtutugma ang mga dokumento niya—nasa proseso siya ng pagpapabago ng mga dokumento niya— dinala siya sa pasilyo, at iniangat nila ang kanyang blouse. Parang, '[Babae] ang taong ito. Maaaring lalaki ang nakasulat sa [form],' pero kailangan ninyong makinig sa kung ano'ng sinasabi nila.

— LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Madalas akong magsalita tungkol sa pang-aabuso sa paggamit ng substance... naaapektuhan nito ang komunidad na kinabibilangan ko. Ayon sa ilang patnubay tungkol dito... kailangan mo munang hindi magtagumpay sa outpatient nang dalawang beses bago ka nila bigyan ng residensyal na paggamot... Ano'ng uri ng proseso iyon?

—LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Sa pagkakaroon ng bahay, magkakaroon ka ng matatag na pag-iisip. Binibigyang-daan nito ang paghahatid ng mga serbisyo sa isang tao. Mayroong isang [iba pang] pangkat ng tao na maaaring walang tirahan, pero kung matutugunan ang kanilang pagkalulong, makakapagtrabaho sila. Marami pa silang ibang bagay na magagawa. Para bang may iba't ibang antas ka ng pangangalaga, depende sa mga pangangailangan ng indibidwal. Walang ganoon ang county.

—LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Maraming pwedeng maging ibig sabihin ang kalusugan ng pag-iisip, sa puntong ito, kagaya ng depresyon, pagkabalisa… Hindi ko nakikita ang kalusugan ng pag-iisip bilang bipolar o schizophrenic lang… Sumasaklaw ito sa napakaraming bagay. Maaaring dulot lang ito ng disorder sa pagkain. Isa itong malawak na salita. Sa tingin ko ay doon dapat magbago ang stigma, hanggang sa totoong kahulugan nito.

—CBO/CONSUMER

Mga Hadlang Sa Pag-Access at Pagtanggap Ng Mga Dekalidad Na Serbisyo

Paggawa ng Mga Serbisyo sa Kalusugan ng Pag-iisip na Mas Tumatanggap sa Lahat

Pinapatindi ng kawalan ng pagtanggap sa mga komunidad ng queer ang mga isyu sa kalusugan ng pag-iisip ng mga indibidwal na miyembro ng LGBTQ sa Solano County. Sa ilang sitwasyon, nag-ulat ang mga tumugon ng takot sa karahasan laban sa komunidad ng queer, kung saan itinuturing na may pinakamataas na posibilidad na makaranas ng karahasan ang mga transgender na babae.

Dahil sa opinyon ng lipunan laban sa mga komunidad ng LGBTQ, mas kapansin-pansin ang kawalan ng mga espasyo ng komunidad sa Solano, habang humaharap naman ang mga kasalukuyang espasyo para sa LGBTQ ng mga paghihirap sa pagtitiyak sa pagpopondo ng kanilang organisasyon. Sa panahon kung kailan isinulat ang ulat na ito, ilang organisasyon ng LGBTQ sa county ang nagsara o kaya naman ay nahihirapang manatiling bukas.

Binanggit din ng mga queer na provider na karaniwang mahirap ang "paghahayag ng pagkatao" sa mga kliyente o katrabaho dahil sa takot na itaboy sila. Naniniwala ang mga provider na ito na kailangan ng mga propesyonal sa kalusugan ng pag-iisip na miyembro ng LGBTQ na makaramdam ng kaligtasan sa kanilang mga pinagtatrabahuhan, upang magawa nilang epektibong pakitunguhan at magamot ang mga consumer, at makipag-ugnayan sa mga katrabaho at supervisor.

> Kapag inihayag mo ang totoong pagkatao mo, mas tataas ang panganib sa kanilang [mga transgender na indibidwal]... takot ang mga tao... mahirap malaman kung saan ligtas at kung saan hindi. Para gawing mas mahirap ang mga bagay-bagay, pinapatay ang mga transwoman.
>
> —CONSUMER/PROVIDER

> [May] dual na epekto, nakaka-trauma na epekto, lalo na sa panahon ngayon, kung saan may malalang diskriminasyon sa lahi at malalang homophobia, at sobrang kalayaan para ihayag iyon.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

> Palagi akong may ganoong opsyon, at palagi akong may ganoong pakiramdam, parang, 'Sasabihin ko ba ang totoong pagkatao ko sa taong ito?' Kahit na session ito para sa pangangasiwa, pagpupulong ng kawani. Paano ko sasabihin ang totoong pagkatao ko? Lagi kong nararamdaman iyon.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Pagpapahusay ng Intersectionality sa Pagbibigay ng Tulong sa LGBTQ

Iniulat ng mga kalahok na ang mga sumusunod na komunidad ng LGBTQ ay hindi nabibigay ng mga naaangkop na serbisyo: ang mga walang tirahan at naghihinagpis na matatanda, mga dayuhang magsasaka, mga Native American, kabataang miyembro ng LGBTQ, at mga indibidwal at pamilyang naaapektuhan ng HIV/AIDS.

Binanggit ang mga nakakatanda at kabataang miyembro ng LGBTQ bilang dalawang demograpikong pangkat kung saan dapat agarang pahusayin ang pagbibigay ng tulong at mga serbisyo. Kadalasan, hindi nararamdaman ng mga nakakatandang miyemrbo ng LGBTQ na maaari silang maging bukas at tapat sa kanilang mga provider. Ang kamatayan ng partner ay hindi wastong napagluluksaan, at ang mga isyu sa pagluluksa ng mga miyembro ng LGBTQ ay karaniwang ipinagwawalang-bahala ng mga pangkat para sa pagluluksa na hindi sensitibo sa LGBTQ. Sa kabilang banda, nangangailangan ang kabataang queer ng mas dekalidad at accessible na serbisyo, gaya ng mga club sa paaralan para sa LGBTQ, mga sumusuporta at may edukasyong guro na may kasanayan sa pagtugon sa pambu-bully, at mga positibong queer na role model. Pinaniniwalaan din na kailangan ng mga magulang ng pagsasanay at pagpapayo tungkol sa kung paano pakitunguhan at tanggapin ang kanilang mga anak na miyembro ng LGBTQ.

> Talamak ang pambu-bully, lalo na sa mga mag-aaral na miyembro ng LGBTQ. Para bang— kapag kinausap mo ang mga guro, parang walang nangyayaring malaking hakbang para bawasan ang pambu-bully.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Pagbuo ng Nagkakaisang Komunidad ng LGBTQ

Inilarawan ng mga tumugon ang nangyayaring tensyon sa loob ng mga nauugnay, ngunit partikular, na komunidad ng queer sa Solano County. Ang mga pinakaraniwang tensyon ay sa pagitan ng mga caucasian at mga lesbian, gay, at bisexual na may maiinam na mapagkukunan kung ikukumpara, at mga komunidad ng queer at transgender na hindi caucasian na may mas kaunting mapagkukunan.

Gayunpaman, pakiramdam ng mga caucasian na kalahok, dahil sa mga generalization, naisasantabi ang mga kwento ng kahirapan at ang pagkakabukod sa panlipunan at pangheograpikong aspeto na nararanasan ng maraming queer na tao sa Solano County, anuman ang lahi at pagkakakilanlang kasarian. Binanggit din ang misogyny sa loob ng komunidad ng cisgender na queer laban sa mga transwoman bilang pinagmumulan ng salungatan sa loob ng pangkat, at nagsalita ang mga transgender na indibidwal tungkol sa pagkilos upang umayon sa mga pamantayan sa kasarian, kahit na sa loob ng komunidad ng queer.

> Nakakaranas ang mga komunidad ng mga taong hindi caucasian at komunidad ng LGBT ng mga parehong paghihirap bilang mga pasyente ng kalusugan ng pag-iisip... bukod sa lahat ng problema at isyung kinakaharap ng mga komunidad ng mga taong hindi caucasian sa iba pang paraan.
>
> —CONSUMER

Mga Hadlang Sa Pag-Access at Pagtanggap Ng Mga Dekalidad Na Serbisyo *patuloy*

Pagpapahusay ng Access sa Transportasyon at Pabahay

Inilarawan ang hindi sapat na network ng transportasyon sa pagitan at sa loob ng mga bayan at lungsod ng Solano County bilang isang matagal nang hadlang para sa mga queer na naghahanap ng tulong para sa mga hamon sa kalusugan ng pag-iisip. Bukod dito, ang mga lungsod kung saan matatagpuan ang mga serbisyo ay hindi palaging tumutugma sa mga populasyong may pinakamalalaking pangangailangan. Ang kawalan ng tirahan bilang resulta ng panlipunan at ekonomikong marginalization ay binanggit din bilang matagal nang hadlang, na dahilan kung bakit halos imposible ang pagbibigay ng epektibong pangangalaga sa mga walang tirahang indibidwal na miyembro ng LGBTQ.

> Kung wala kang bahay, magiging mahirap magkaroon ng matatag na pag-iisip. Sa organisasyon ng mga pangangailangan, iyon ang nasa pinakauna. Patuloy na dumarami ang populasyon ng mga walang tirahan, isa sa mga dahilan nito ay ang pagpapadala ng ibang lungsod ng mga tao rito, ayon sa narinig ko.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Pagpapaigting ng Pakikipag-ugnayan sa Komunidad Para sa Pananampalataya

May malawak na spectrum ng pagtanggap ng mga komunidad para sa pananampalataya ng Solano County sa LGBTQ. May ilang pangkat para sa pananampalataya na itinuturing bilang kumokontra at nakakasama pa nga sa mga pagsisikap ng LGBTQ, habang may iba namang hayagang kumikilala at sumusuporta sa komunidad ng LGBTQ. Para sa maraming kalahok, ang patuloy na pakikipag-ugnayan sa mga pangkat para sa pananampalataya na hindi kumikilala sa LGBTQ ay mahalaga sa pag-angat ng pagtanggap at kapanatagan ng pag-iisip ng mga taong miyembro ng LGBTQ sa lahat ng komunidad ng mananampalataya.

> Sobrang hirap kumonekta sa iba pang samahan. Ang ibig kong sabihin, sinubukan kong makipag-usap sa ilang pastor na ito sa lahat ng oras na narito ako, at itinataboy nila ako. Ni ayaw nilang tumugon.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Pagpapahusay sa Access sa Mga Dekalidad na Serbisyo

Iniulat ng mga kalahok na maraming indibidwal na miyembro ng LGBTQ ang nakakakuha ng o inire-refer sa mga serbisyo sa Bay Area o Sacramento. Ang paggalaw na ito ay resulta ng kawalan ng mga serbisyo, mga network, at pagsasanay sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County. Isa ring hadlang ang hindi sapat na transportasyon sa pag-access sa pangangalagang ito, sa loob man o sa labas ng Solano County.

Ang mga serbisyo sa kalusugan ng pag-iisip ng Solano County ay inilawaran bilang hindi sapat, na pinapabagal ng isang sistemang may matatagal na oras ng paghihintay para sa mga appointment, at ng kawalan ng kakayahan na ipaalam sa mga indibidwal na miyembro ng LGBTQ na hindi nabibigyan ng sapat na serbsiyo ang tungkol sa mga available na serbisyo, at mga mapagkukunang kailangan nila (hal., insurance at transportasyon) upang i-access ang mga serbisyong ito. Pakiramdam ng mga tumugon, mga emergency at krisis ang pinag-tutuunan ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip ng county at hindi wellness. Kahit na sa insurance, nag-ulat ang mga tumugon ng pagkabigla sa mga singilin, nang hindi nalalaman kung ano ang dapat na pinagkautangan nila bago ang mga pagbisita. Inilarawan din ng mga tumugon ang komunikasyon sa pagitan ng mga provider at consumers bilang hind buo—minsan, pakiramdam ng mga consumer ay napakinggan sila at naging bahagi sila ng pagdedesisyon tungkol sa kanilang kalusugan ng pag-iisip, ngunit mas madalas, hindi nila ito nararamdaman. Muli, ang resulta ng hindi sapat na serbisyo sa county ay ang pag-refer ng mga tao sa iba pang county para sa paggamot (partikular dito, para sa pang-aabuso sa paggamit ng substance). Para sa mga tumugon, dapat bigyan ang mga propesyonal sa kalusugan ng pag-iisip ng pagsasanay sa wika, na partikular para sa pagbibigay ng serbisyo sa komunidad ng mga taong Spanish ang ginagamit na wika sa Solano County.

Sinabi ng ilang tumugon na “Sira ang buong sistema”—dahil sa iba’t ibang hindi epektibong patakaran, regulasyon, at pamamaraan, nahi-hirapan ang mga indibidwal na may mga karamdaman sa pag-iisip na makahanap ng tulong sa tamang panahon kapag kailangang kailangan nila ito. Bukod doon, kaniwan ay hindi itinatanong ng mga provider ang sekswal na oryentasyon kapag may kausap silang mga consumer na miyembro ng LGBTQ, na dahilan upang hindi matugunan ang isang mahalagang bahagi ng pagkakakilanlan ng isang tao.

> Ito ay kawalan ng serbisyo at kawalan ng access. Kung kailangan mong dumayo pa sa Fairfield [mula
>
> Vallejo] para magka-access sa kalusugan ng pag-iisip… hindi ito magiging epektibo sa maraming tao. Dahil ang sistema ng transportasyon dito ay hindi kasingsigla ng sistemra sa iba pang malalaking lungsod sa Bay Area.

> Kapag nagsasagawa kami ng mga presentasyon ng kaso, may magsasabing ‘isa itong 27 taong gulang na [Latino] na lalaki na may schizophrenia.’ Wala na... pero hindi iyon ang kabuuan ng taong iyon. Ginagawa namin ang mga pagpupulong na ito... at ni isang beses, walang nagsabi kung ano ang sekswal na oryentasyon ng isang tao. Paano mo masusuportahan ang isang tao, kung hindi ka man lang magtatanong?
>
> —CBO/PROVIDER

> Walang patakaran at pamamaraang talagang tumatanggap sa lahat at ligtas, ligtas pagdating sa emosyonal na aspeto, na magiging epektibo sa ating mga kliyenteng miyembro ng LGBTQ. Hindi sila pumupunta rito para maghanap ng mga serbisyo. Hindi sila boluntaryong dinadala sa aming pasilidad. Pagkatapos, tinatanong sa kanila ang kanilang pagkakakilanlang kasarian, pero maraming iba pang bagay ang hindi tinatanong sa kanila.
>
> —CBO/PROVIDER

Alam ko na kapag pinagtutuunan ko ang problema, gusto kong pagtuunan ang mga solusyon... pero alam mo kung ano? Sa kasamaang palad, ang Solano County ay isang sirang sistema.

—LEADER NG CBO/ KOMUNIDAD

Ang bagay na matagal ko nang gustong gawin, at ilang taon na ang nakalipas noong nagkaroon ako ng ganitong ideya... ay ang bumuo ng isang buddy system para sa kalusugan ng pag-iisip, kung saan sasamahan ng mga tao ang bawat isa sa mga appointment.

—CONSUMER

Mga Kalakasan At Asset Ng Komunidad Ng LGBTQ

Bagama't maraming hamon ang hinarap ng komunidad ng LGBTQ ng Solano County sa pagtanggap ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip, nananatiling matatag at malakas ang komunidad sa kanilang misyon na paunlarin ang wellness ng LGBTQ. Marami ring leader ng komunidad ang nagsisilbing mga tagapagtaguyod, at lubos na nagtutulungan ang bawat miyembro ng komunidad at karaniwan ay mayroon silang mga relasyong maikukumpara sa mga miyembro ng isang pamilya. Higit pa roon, ang stigma sa kalusugan ng pag-iisip sa loob ng komunidad ng LGBTQ ay hindi kasingtindi ng stigma sa iba pang komunidad, at mayroong kultura ng pagiging bukas sa pagtatal-akay ng kalusugan ng pag-iisip sa loob ng mga pamilya at komunidad ng LGBTQ.

Talagang malikhain at nakatuon din ang komunidad ng LGBTQ sa kanilang paraan ng pagpapahusay sa pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip, na karaniwang nagsisimula at nagpapabatid ng mga pagbabago sa patakaran upang matugunan ang mga pagba-bagong kinakaharap ng mga taong miyembro ng LGBTQ. Bukod sa paggawa ng mga ligtas na espasyo at serbisyong kinakailangan ngunit hindi pa available sa kanilang mga komunidad, maraming kalahok ang nagbahagi ng mga ideya at konsepto para sa mga programa at serbisyong gagawin nila kung mayroon silang access sa higit pang mapagkukunan. Halimbawa, maraming kalahok ang nagmungkahi ng paggamit ng mga online na tool sa pagmamapa upang gumawa ng mga mapa ng komunidad ng LGBTQ na nagdedetalye sa paaralan at mga non-profit na programang tumatanggap sa LGBTQ, pati na rin ng isang mapa ng mga provider na tumatanggap sa LGBTQ na may sapat na kaalaman at mga kakayahan.

Panghuli, positibo ang lahat ng aming kalahok na miyembro ng LGBTQ tungkol sa pagkakaroon ng lakas na makaapekto sa pagbabago, at umaasa kaming maipagpatuloy ang mga talakayan kasama ng mga komunidad ng LGBTQ sa hinaharap. Gayunpaman, nalalaman nila ang mga hadlang na matatagpuan sa loob ng pangkat, sa pagkatuto ng higit pa tungkol sa kanilang mga nauugnay ngunit natatanging komunidad ng queer, at sa pagtutulungan upang labanan ang stigma at diskriminasyon mula sa loob at labas ng mga komunidad.

Ang pagkukumparang ginamit ay ang pangangailangan sa paggawa ng isang "malaking barko" na mayroong pondo at suporta mula sa Solano County upang pahusayin ang pangangalaga at access sa kalusugan ng pag-iisip sa isang hanay ng mga indibidwal na miyembro ng LGBTQ, habang nirerespeto ang layunin at epekto ng "maliliit na bangka," na tumutukoy sa mga pangangailangan at interes ng mga mas patikular na komunidad.

Maaari silang makatanggap ng maraming tulong, pero maaaring hindi nila marinig sa sinuman ang mga salitang 'Mahal kita, at mahal ka ng Diyos sa kung sino ka.' Iyon ang maibibigay namin dito. Para sa ilang tao, ang kanilang komunidad sa simbahan ay parang pamilya na nila, dahil, lalo na sa mga taong miyemrbo ng LGBTQ, maaaring itinakwil sila ng kanilang pamilya noong inihayag nila ang kanilang pagkatao.

— LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Mga Solusyong Tinukoy Ng Komunidad Ng Lgbtq Upang Pahusayin Ang Kalusugan Ng Pag-Iisip

Nagbahagi ang mga kalahok ng iba't ibang paraan ng pagtugon sa pamamagitan ng asal, therapy, at patakaran na makakatulong sa pag-iwas sa sakit sa pag-iisip o makakapagpahusay sa kalusugan ng pag-iisip. Binigyang-diin ng maraming kalahok ang kahalagahan ng pagtataguyod ng pagtanggap sa lipunan at pagtitiyak na nararamdaman ng mga taong miyembro ng LGBTQ na kabilang sila sa isang komunidad, at na ang mga karanasan at kwento nila ay pinahahalagahan. Mahalagang hakbang ang paggawa ng komunidad sa isang populasyong karaniwang natatakot para sa kanilang kaligtasan. Nagsalita ang kawani ng kalusugan ng pag-uugali tungkol sa pangangailangan sa higit pang komprehensibong pagsasanay at mga materyal na nagpapaliwanag kaugnay ng kultura ng LGBTQ, at ang pangangailangan na kumilos nang higit pa sa "pamamahagi lang ng mga pamphlet" upang bigyang edukasyon ang mga provider at ang nakararami sa komunidad tungkol sa kalusugan ng pag-iisip para sa populasyong ito.

Para din sa mga kalahok, mahalaga ang pagkilala at pagsisimula sa diversity at pagiging eksperto sa loob ng mga komunidad ng LGBTQ patungo sa pagpapahusay sa mga resulta ng kanilang kalusugan ng pag-iisip. Iminungkahing kumuha ang mga mas nakakatandang manggagawang miyembro ng LGBTQ kasama ng mga mas nakakatandang indibidwal, dahil makakapagpakita sila ng higit na kagalingan at pagiging sensitibo sa kultural na aspeto at mga pagtugon sa kalusugan ng pag-iisip. Bukod dito, maaaring sanayin ang mga indibidwal na miyembro ng LGBTQ bilang mga tagapangasiwa upang "lumabas sa mga lansangan," na mas mainam kumpara sa paghiling sa mga taong pumunta sa kagawaran ng kalusugan para sa mga serbisyo. Kasama sa mga mungkahi para sa pagpapatibay sa loob ng komunidad ng LGBTQ ang pakikilahok sa mga proyekto ng bawat isa—pagvo-volunteer sa mga kaganapan, pagsuporta sa mga pagsisikap ng bawat isa para sa pagpopondo, at pagdadala sa lahat ng komunidad ng queer sa Solano County sa mga pag-uusap. Maraming kalahok ang nagmungkahi na mamuhunan sa mga kalakasan ng pagiging bilingual at bicultural ng kabataang miyembro ng LGBTQ upang makapagtiyak ng workforce para sa mga komunidad ng LGBTQ.

> Kailangan nating asahan sa ating mga straight na kapanig at sa iba pang tao na manindigan... dahil ito ay mahalaga.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

> Dapat ay maging magalang at mabait [ang mga provider].
>
> —CONSUMER

> Kung mayroon tayong higit na serbisyo sa komunidad... Sa Minnesota, [may] mga case manager na mangangamusta lang sa mga tao para tiyaking ayos lang sila, at na nababayaran nila ang mga bayarin nila, na iniinom nila ang mga gamot nila, lahat ng mga kakayahan sa pakikipagkapwa na iyon.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

> Dapat ay magmula ang mga pagsasanay kung saan may totoong malasakit. Hindi ka dapat magsira ng tulay para magtayo ng gusali.
>
> —CONSUMER/PROVIDER

Mga Solusyong Tinukoy Ng Komunidad Ng LGBTQ Upang Pahusayin Ang Kalusugan Ng Pag-Iisip *patuloy*

Panghuli, inilarawan ng mga kalahok ang kritikal na pangangailangan para sa pinakamahuhusay na kagawian at programa na tinukoy ng komunidad ng LGBTQ na matagumpay sa paghahatid ng serbisyo sa mga taong miyembro ng LGBTQ. Ang pagtitiwala ay lubos na nauugnay sa mga isyu sa pagsasanay ng workforce. Ang mga propesyonal sa pangangalaga sa kalusugan na makikinabang sa pagsasanay sa mga paraan ng pagtugon ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip na sensitibo sa kultura ng LGBTQ ay kinabibilangan ng mga provider ng pangangalaga sa nursing home at mga peer counselor sa mga recovery boarding home. Bukod dito, dapat sanayin ang mga leader at kawani ng mga nonprofit na industriya sa kung paano gawing sustainable ang mga pagsisikap na ito sa pamamagitan ng mga dekalidad na aktibidad sa pagpapahusay, gaya ng board development at nonprofit na imprastraktura. Kinakailangan din ang pagsasanay para sa mga caucasian na provider upang mas maunawaan nila ang mga isyu ng mga queer na taong hindi caucasian, lalo na sa mga transgender; at para sa mga miyembro ng komunidad ng LGBTQ na kumilos nang higit sa kanilang mga pagkakahati-hati. Nakikita rin ang mga provider na "naghayag ng kanilang pagkatao" bilang pinagmumulan ng malaking pagbabago sa pagpapahusay ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip para sa mga taong miyembro ng LGBTQ. Ang kahalagahan ng "pag-uusap lang" ay madalas na binanggit bilang layunin para sa kawani ng county, kasama ang mga hindi komportableng pakiramdam at pagbibigay ng higit na empathy at mga paraan sa pagtugon sa kalusugan ng pag-iisip na naaangkop sa usaping kultural para sa mga indbidwal na miyembro ng LGBTQ.

> Dapat ay kasama sa mga pagsasanay ang lahat ng taong may anumang antas ng pakikipag-ugnayan sa lahat ng pasyente, kasama ang mga kawani sa reception/opisina at social worker. Dapat ay magkaroon ng mga paulit-ulit na pagsasanay ang sinumang makikipag-ugnayan sa mga consumer—hindi isang beses lang.
>
> —CONSUMER/PROVIDER

> Kailangan nating muling idisenyo ang buong sistema... Pagkatapos noon, tsaka magkakaroon ng mga pagbabago. Kapag mayroon kang mga doktor na may malasakit, malasakit sa puso... kapag mayroon kang kawani at mga nurse na kumikilos nang dahil sa malasakit at tumutuon sa mga isyu ng pasyente.
>
> —CONSUMER/PROVIDER

> Ayokong sabihin mo sa akin na maganda ang ginagawa ko. Gusto kong kumilos ka at tulungan mo ako... kung sasabihin mo sa aking may malasakit ka, patunayan mo. Maaari kang maglaan ng isang oras sa pagtulong. Maaari kang maglaan ng kalahating oras para makipag-usap sa isang taong may mga isyu sa pag-iisip. Maaari kang mag-relax kasama sila, pagaanin ang kanilang kalooban, at ayusin ang sitwasyon. Maaari mo akong tulungan sa pamamahagi ng pagkain sa kung saan ito kailangan.
>
> —LEADER NG CBO/KOMUNIDAD

Mga Susunod Na Hakbang

Ang pangunahing layunin namin sa pagtatanong sa mga eksperto sa kalusugan ng pag-uugali, miyembro ng komunidad, at consumer na miyembro ng LGBTQ tungkol sa kanilang mga opinyon sa kasalukuyang estado ng pangangalaga at access sa kalusugan ng pag-iisip sa Solano County ay ang magbigay ng impormasyon at magtaguyod ng pagbabago sa iba't ibang sistema ng paghahatid ng pangangalaga sa kalusugan ng pag-iisip. Ang susunod na hakbang ay ang makipagtulungan sa mga miyembro ng mga komunidad na ito upang bumuo ng mga malikhaing solusyon, batay sa mga isyung ipinarating at rekomendasyon para sa pagpapahusay na magmumula sa unang yugto ng proyektong ito. Isasagawa ang ikalawang yugtong ito sa pamamagitan ng Transformational Leadership Program ng UC Davis Culturally and Linguistically Appropriate Services (CLAS). Ang balangkas ng programang ito ay batay sa Mga Pambansang Pamantayan ng CLAS, na kinabibilangan ng 15 pamantayan sa apat na pangunahing kategorya:

> Kailangan ng [Solano County Behavioral Health] na magpulong-pulong at makipagkwentuhan sa lahat ng nonprofit na nagbibigay ng mga serbisyo. Dapat silang magkaroon ng ganoong koneksyon... Kung kaya nilang makipagtulungan sa mga nonprofit na iyon, dahil mayroon na silang koneksyon sa loob ng komunidad, at simulang palaguin ang mga ugnayang iyon, at simulang palawakin ang mga serbisyong iyon.
>
> —CBO/CONSUMER

- Pamamahala, Pamumuno, at Workforce;
- Komunikasyon at Tulong sa Wika;
- Pakikipag-ugnayan sa Mga Leader ng Kabataan, LGBTQ, at Pananampalataya;
- Tuloy-tuloy na Pagpapahusay at Accountability.

Sa pamamagitan ng programa ng CLAS, patuloy kaming makikipagtulungan sa aming mga katuwang mula sa mga sektor ng kritikal na kalusugan, serbisyong panlipunan, edukasyon, pamahalaan, at istruktura ng county upang maiangat ang kalusugan ng pag-iisip ng mga indibidwal na miyembro ng LGBTQ na nakatanggap ng hindi sapat na serbisyo dati. Tumatanggap kami ng feedback mula sa komunidad ng LGBTQ kaugnay ng mga pagsisikap na ito, at para sa karagdagang hakbang na maisasagawa upang matiyak na ang lahat ng boses ay naririnig.

Mga Pasasalamat

Gustong pasalamatan ng UC Davis Center for Reducing Health Disparities at Solano County Behavioral Health Division (SCBHD) ang mga taong nag-ambag sa ulat na ito, kasama ang mga leader ng komunidad, organisasyong nakabase sa komunidad, mga consumer na tagapagtaguyod ng kalusugan ng pag-iisip, at ang kawani ng SCBHD. Ipinagpapasalamat namin ang tiwalang ibinigay ng aming mga katuwang sa komunidad sa aming team na nagbahagi ng kanilang mga pananaw, karanasan, alalahanin, at mungkahi na pinagsama-sama at sinuri namin sa ulat na ito. Nalalaman namin na ang pagpapahusay ng pangangalaga at access sa kalusugan ng pag-iisip ay hindi posible kung wala sila, at ang hindi pangkaraniwang dedikasyon at pagsisikap na araw-araw nilang inilalaan sa mga komunidad ng Solano County.

Kredito sa Larawan

https://www.dailyrepublic.com/all-dr-news/solano-news/vacaville/declaring-june-as-lgbt-pride-month-goes-before-vaca-council/

https://www.travis.af.mil/News/Article/767902/lgbt-alliance-to-host-picnic-for-pride-month/

Ang Komunidad ng Solano

2921 Stockton Blvd, Suite 1408
Sacramento, CA 95817

Email: hs-crhd@ucdavis.edu
http://www.ucdmc.ucdavis.edu/crhd
2019