

**Sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ –
một hướng đi tới do người khuyết tật thúc đẩy,
một dự án cùng nhau thực hiện**

(Peer support – a way forward driven by people with disability, a co-production project)

**Báo cáo Chung cuộc của
Liên minh Người khuyết tật Cộng đồng Hunter
và Liên Minh Đa Văn Hóa về Khuyết Tật**

(Final Report for Community Disability Alliance Hunter and Diversity and Disability Alliance)

11 tháng 7 năm 2023

Tóm tắt báo cáo này (Summary of this report)

Với khoảng một trong sáu người sống ở Úc bị khuyết tật, và tỷ lệ khuyết tật cao hơn trong các cộng đồng đa dạng, bao gồm tham gia kinh tế và xã hội của người khuyết tật là điều rất quan trọng đối với xã hội Úc.

Một cách để người khuyết tật có thể hòa nhập vào xã hội là thông qua sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ. Theo nghĩa rộng, sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ là cách mà những người có trải nghiệm giống nhau hoặc phải đối phó với những thử thách giống nhau hợp lại với nhau trong sự bình đẳng để cho và nhận sự hỗ trợ dựa trên kiến thức có được từ kinh nghiệm thực tế.

Trên thực tế, những người khuyết tật đồng cảnh ngộ thảo luận về các vấn đề và mối quan tâm, và hỗ trợ cho nhau bằng cách chia sẻ các kinh nghiệm, kiến thức hoặc cùng nhau học hỏi. Sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ đã được người khuyết tật dùng trên toàn thế giới để thêm sức mạnh và hỗ trợ cho nhau.

Những người đồng cảnh ngộ được kết nối với nhau thông qua các tổ chức ở Úc do những người đồng cảnh ngộ điều hành, chẳng hạn như CDAH và DDAlliance, là những tổ chức đóng vai trò chính thức và không chính thức trong việc hỗ trợ người khuyết tật vượt qua những trở ngại mà họ gặp trong xã hội và cuộc sống. Điều này là một kết nối mật thiết với cộng đồng, thúc đẩy sự hòa nhập xã hội, và giảm bớt sự khinh thường. Ngoài ra, nó cho phép mọi người đảm nhận vai trò tích cực trong xã hội, phát triển kỹ năng riêng và nâng cao sự tự tin an vui trong cuộc sống của họ. Mặc dù sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ có nhiều lợi ích đã được biết, nhưng nghiên cứu này muốn khám phá một số khoảng trống đã được nhận ra trong nghiên cứu trước đây về sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ, bao gồm cả sự tham gia hạn chế của người khuyết tật có nguồn gốc đa dạng về văn hóa và ngôn ngữ (CALD). Các câu hỏi trong nghiên cứu của chúng tôi bao gồm:

1. Đây là những lợi ích và thử thách của sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ đối với người khuyết tật trong các tổ chức trợ giúp do người đồng cảnh ngộ điều hành?
2. Làm sao để cải thiện sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ đối với người khuyết tật?
3. Làm sao để tổ chức hỗ trợ có thể tạo điều kiện thuận lợi cho sự phát triển và tham gia của người khuyết tật vào sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ?
4. Đây là những trải nghiệm trong việc thu hút các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế trong nghiên cứu về sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ trong các tổ chức trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ?

Dùng phương pháp nghiên cứu hành động bao gồm dưới sự điều hành của chín nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế về khuyết tật và sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ. Nghiên cứu được các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế chỉ đạo và cùng nhau thực hiện.

Nhiều người khuyết tật thuộc mọi tầm mức đã tham gia vào nghiên cứu này. Tổng cộng có 43 người đồng cảnh ngộ (16 người lãnh đạo đồng cảnh ngộ, 20 người khuyết tật đồng

cảnh ngộ, và bảy nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế) đã được phỏng vấn trong hai đợt thu thập dữ liệu từ tháng 5 năm 2021 đến tháng 1 năm 2022, và từ tháng 3 năm 2022 đến tháng 1 năm 2023. Có 23 người tham gia có nguồn gốc CALD. Một cuộc đào tạo khảo sát đã được dùng để khám phá trải nghiệm của người đồng cảnh ngộ về huấn luyện cho sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ, với 13 người đồng cảnh ngộ hoàn tất cuộc đào tạo khảo sát trong hai đợt này.

Nói chung, những phát hiện chính trong dữ liệu phỏng vấn và dữ liệu đào tạo khảo sát từ những người lãnh đạo đồng cảnh ngộ và người khuyết tật đồng cảnh ngộ từ CDAH và DDAlliance bao gồm những điểm sau:

1. Các cơ hội trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ do người đồng cảnh ngộ điều hành đã hỗ trợ sự bao gồm người khuyết tật vào cộng đồng tại địa phương chẳng hạn như trong việc làm và lên tiếng đòi sự thay đổi tích cực;
2. Cuộc sống của mọi người đã được thay đổi nhờ sự tham gia của họ trong sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ theo những cách khiến họ được coi trọng và mạnh mẽ hơn;
3. Mọi người có cơ hội kết nối với một cộng đồng gồm những người có thể tạo ra các ý nghĩa và trải nghiệm chung, và hỗ trợ nhau trong việc dùng các hệ thống hỗ trợ, chẳng hạn như Chương trình Bảo hiểm Người khuyết tật Toàn quốc;
4. Bản sắc của mọi người và cách họ tự thấy mình là người khuyết tật đã thay đổi và phát triển nhờ có cơ hội kết nối với những người đồng cảnh ngộ khác và học hỏi những quan điểm mới;
5. Những người đồng cảnh ngộ có nguồn gốc khác nhau (chẳng hạn như CALD và LGBTQIA+) có những trải nghiệm độc đáo trong việc định hướng bản sắc của mình, và sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ đóng vai trò quan trọng trong việc hiểu rõ bản thân;
6. Chương trình đào tạo được cung cấp qua CDAH và DDAlliance là một cách để mọi người tìm hiểu về sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ. Tuy nhiên, sự linh hoạt hơn trong cách thực hiện đào tạo và cung cấp nhiều hỗ trợ hơn cho người điều phối có thể khiến các cuộc thảo luận về các đề tài khác nhau trong khóa đào tạo phát triển mạnh;
7. Việc khiến cho mọi người có được các thông tin và tài liệu huấn luyện, và sự hỗ trợ để sử dụng các nền tảng và công nghệ trực tuyến là điều vô cùng quan trọng trong cơn đại dịch COVID-19.

Những người lãnh đạo đồng cảnh ngộ và người khuyết tật đồng cảnh ngộ đã đề nghị thực hiện những cải tiến sau đây trong sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ:

1. Có các cơ hội và đường hướng rõ ràng hơn trong việc sử dụng và phát triển thêm các kỹ năng trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ, cung cấp sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ trong cộng đồng và ở ngoài cộng đồng rộng lớn hơn;
2. Luôn duy trì khả năng tiếp cận, chẳng hạn như xem xét việc sử dụng công nghệ và tác động của nó đối với khả năng tiếp cận, cũng như khả năng tiếp cận thông tin theo nhiều định dạng khác nhau;

3. Sự uyển chuyển trong việc cung cấp sự đào tạo và trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ, kể cả kích cỡ của nhóm, các lựa chọn gặp mặt trực tiếp và gặp nhau trên mạng, dựa trên thời gian lâu mau và hoàn cảnh cá nhân;

4. Hỗ trợ trong việc thúc đẩy sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ để tăng cường sự tham gia để trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ trong cộng đồng người khuyết tật và trong cộng đồng rộng lớn hơn.

Các phát hiện cũng cho thấy các cơ cấu sau đây tạo điều kiện thuận lợi cho sự phát triển và tham gia trong sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ:

1. Một chỗ dành riêng để mọi người có cơ hội kết nối với người khác và tạo ra một hệ thống thoải mái để hỗ trợ về kiến thức;
2. Sự bao hàm và mối quan hệ làm việc chặt chẽ với các thông ngôn viên để thu hút càng nhiều người trong cộng đồng khuyết tật càng tốt, bất kể họ có hoàn cảnh và loại khuyết tật nào;
3. Cam kết tài trợ cho sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ, thể hiện giá trị của sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ và tiếng nói đa dạng của những người khuyết tật.

Nói chung, những phát hiện chính trong dữ liệu phỏng vấn với các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế trong việc chỉ đạo và cùng thực hiện nghiên cứu bao gồm:

1. Có thể làm mạnh tiếng nói của các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế về khuyết tật và sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ, kể cả việc chứng tỏ tầm quan trọng của việc người khuyết tật chỉ đạo và định hình nghiên cứu về người khuyết tật ở Úc;
2. Cải thiện sự tự tin và sẵn sàng và có thể lên tiếng trong nhiều diễn đàn và tình huống khác nhau, mang kinh nghiệm thực tế của họ về khuyết tật và sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ đến các sự kiện và nghiên cứu công cộng;
3. Học hỏi lẫn nhau để phát triển các kỹ năng nghiên cứu, chẳng hạn như tuyển chọn người tham gia, xem xét tài liệu, thực hiện các cuộc phỏng vấn, phân tích dữ liệu, viết báo cáo và thuyết trình trong các hội nghị, cũng như hiểu biết sâu sắc về cách thực hiện nghiên cứu toàn diện bằng cách sử dụng các nguyên tắc của sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ trong suốt cuộc nghiên cứu.

Các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế đã cho biết trải nghiệm của họ trong dự án nghiên cứu có thể đã được cải thiện bằng cách:

1. Để các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế tham gia khởi đầu trong việc hoạch định và soạn thảo dự án nghiên cứu;
2. Có thêm thời gian trong dự án nghiên cứu cho việc đào tạo và giáo dục (trước khi thực sự bắt đầu cuộc nghiên cứu) và trong thời gian thực sự thực hiện dự án nghiên cứu;
3. Bảo đảm có ranh giới rõ ràng về vai trò của các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế trong cuộc nghiên cứu.

Nghiên cứu này góp phần cung cấp bằng chứng về việc trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ có thể mở rộng các lựa chọn bao gồm người khuyết tật và cho họ tham gia. Nó cung cấp thêm bằng chứng về các cơ cấu tạo điều kiện thuận lợi cho việc phát triển sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ cho người khuyết tật, và vai trò của người khuyết tật với tư cách là nhà nghiên cứu trong sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ. Cải cách xã hội nhằm tăng cường sự tham gia và quyền tự quản của người khuyết tật cần xem xét tất cả các trải nghiệm của người khuyết tật nếu muốn mọi người được hoà nhập và có thể phát triển mạnh ở Úc.

Dưới đây là các khuyến cáo phát sinh từ nghiên cứu của chúng tôi về việc tài trợ cho sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ, các hoạt động của CDAH và DDAlliance, việc chuyển các kết quả nghiên cứu vào việc thực hiện và nghiên cứu trong tương lai:

Tài trợ và chính sách về sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ (Funding and policy for peer support)

1. CDAH và DDAlliance cung cấp bản sao báo cáo nghiên cứu này cho đại diện của các cơ quan chính phủ liên hệ để nêu lên những lợi ích của sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ.
2. CDAH và DDAlliance tiếp tục được công nhận vì những đóng góp của mình trong các biện pháp bảo vệ không chính thức cho người khuyết tật, và được Bộ Dịch vụ Xã hội tài trợ cho sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ.
3. CDAH và DDAlliance tiếp tục được công nhận vì những đóng góp của mình cho cộng đồng tại địa phương và được tài trợ cho các hoạt động trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ thông qua các cách khác để cung cấp các dịch vụ hỗ trợ cho cộng đồng, chẳng hạn như chính quyền địa phương.

Những cải tiến cho CDAH và DDAlliance (Improvements for CDAH and DDAlliance)

1. CDAH và DDAlliance tiếp tục kết hợp với các hội viên và phát triển các quy trình kịp thời và minh bạch để kết hợp những người đồng cảnh ngộ phù hợp với nhau, nhất là những người đồng cảnh ngộ liên quan đến việc giúp đỡ cá nhân người đồng cảnh ngộ.
2. CDAH và DDAlliance cung cấp các cách để những người đồng cảnh ngộ sử dụng các kỹ năng và sự huấn luyện của mình trong nhiều vai trò khác nhau trong các tổ chức và cộng đồng.
3. Các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế được đào tạo để phát triển kỹ năng và soạn ra một quy trình chính thức trong việc tuyển dụng các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế cho CDAH và DDAlliance. Điều này bao gồm việc tìm hiểu các cơ hội để xây dựng kỹ năng của các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế và có quan hệ đối tác với các tổ chức nghiên cứu và công nghiệp.
4. CDAH và DDAlliance làm việc để bảo đảm tất cả thông tin được cung cấp cho người đồng cảnh ngộ đều có thể truy cập được (kể cả thủ tục khiếu nại và tất cả các tài liệu huấn luyện) và thông tin này được xem xét lại hàng năm.
5. CDAH và DDAlliance xem xét lại và sửa đổi chương trình đào tạo của mình để tạo cơ hội hỗ trợ người đồng cảnh ngộ để bao gồm: Các nguyên tắc được

biết về chấn thương, kỹ năng hỗ trợ để quản lý xung đột về trải nghiệm thực tế về khuyết tật và tạo chỗ đứng cho tất cả các trải nghiệm.

6. CDAH và DDAlliance nên thực hiện thêm việc đào tạo và thảo luận thực tế quanh kiểu mẫu xã hội về khuyết tật và những xung đột có thể nảy sinh do các đặc điểm khuyết tật khác nhau liên quan đến các kiểu mẫu khuyết tật xã hội và y tế.

7. CDAH và DDAlliance tiếp xúc rộng rãi hơn trong cộng đồng về các nguyên tắc và kiểu mẫu trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ, và liên hệ với các tổ chức không liên quan đến khuyết tật để họ hiểu về sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ.

8. CDAH và DDAlliance bao gồm các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế trong việc hoạch định và soạn thảo tất cả các công việc nghiên cứu trong tương lai.

Dịch thuật và phổ biến các kết quả nghiên cứu (Translation and dissemination of research findings)

1. CDAH và DDAlliance cung cấp ngân quỹ cho việc viết báo cáo tổng kết này dưới dạng Dễ Đọc và tất cả những người tham gia đã xin bản sao của cuộc nghiên cứu sẽ được gửi một bản sao của báo cáo dưới dạng Dễ Đọc.
2. DDAlliance cung cấp ngân quỹ để dịch tài liệu nghiên cứu này sang các ngôn ngữ chính được dùng tại DDAlliance.
3. CDAH và DDAlliance tổ chức một diễn đàn trực tuyến công khai để nêu lên các kết quả và phát hiện của dự án nghiên cứu.
4. CDAH và DDAlliance tìm hiểu các cách để xuất bản hai bài báo với sự hợp tác của các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế, người quản lý dự án và cố vấn nghiên cứu học thuật.

Nghiên cứu trong tương lai (Future research)

1. CDAH cung cấp ngân quỹ để các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế phân tích thêm về dữ liệu chú trọng vào người đồng tính và khuyết tật.
2. DDAlliance cung cấp ngân quỹ để các nhà nghiên cứu có kinh nghiệm thực tế phân tích thêm về dữ liệu chú trọng vào văn hóa, khuyết tật và bản sắc.
3. DDAlliance thực hiện thêm nhiều nghiên cứu về việc bao gồm gia đình và người hỗ trợ vào sự trợ giúp lẫn nhau của người đồng cảnh ngộ.