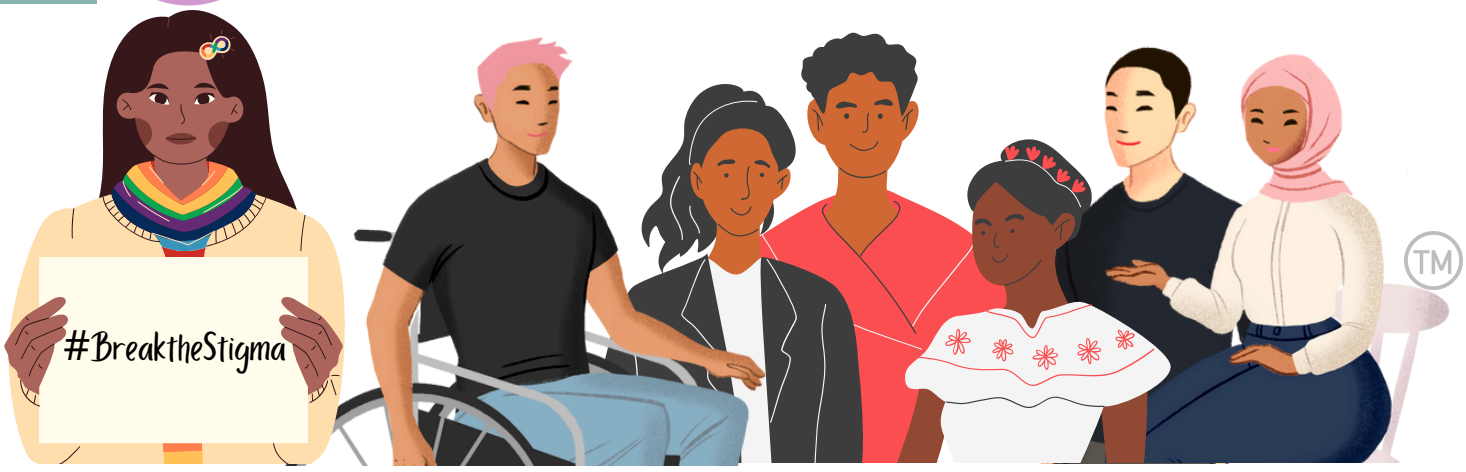
सुविधाकर्ता रिपोर्ट

एंगेजिंग दि अकादमी: ऐतिहासिक रूप से हाशिए पर पड़े स्नातक और व्यावसायिक छात्रों की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं को संबोधित करना



तैयार द्वारा:
एंगेजिंग दि अकादमी टीम

अनुवाद: मानसी राजाध्यक्ष

२०२४

अनुदान

इस प्रकाशन में रिपोर्ट किए गए शोध को रोगी-केंद्रित परिणाम अनुसंधान संस्थान (पीसीओआरआई) के यूजीन वाशिंगटन पीसीओआरआई एंगेजमेंट अवार्ड द्वारा पुरस्कार संख्या ईएसीबी-२४७५६ के तहत समर्थन दिया गया था। इस रिपोर्ट की सामग्री पूरी तरह से लेखकों की जिम्मेदारी है और जरूरी नहीं कि यह पीसीओआरआई के आधिकारिक विचारों का प्रतिनिधित्व करती हो।

इस रिपोर्ट के लिए सुझाया गया उद्धरण

राजाध्यक्ष, एम., ऑर्टिज़, जी., स्कॉट-विलियम्स, ए., क्रूज़, एन., ठाकुर, एच., जंदीर, एस., शिल-हेंडली, एच., फजार्डो, वी., कैरिलो, डी., त्रिनिदाद, ए., मोलिना, एल., चेनी, ए., लेक्स, के., और वाज़क्वेज़, ई. (२०२४)। एंगेजिंग दि अकादमी: ऐतिहासिक रूप से हाशिए पर पड़े स्नातक और व्यावसायिक छात्रों की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं को संबोधित करना। सुविधाकर्ता रिपोर्ट।

लेखक सूची

- मानसी राजाध्यक्ष, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसीआर स्कूल ऑफ एजुकेशन
- गैब्रिएला ऑर्टिज़, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसीआर/मानव विज्ञान
- अमांडा स्कॉट-विलियम्स, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसीआर स्कूल ऑफ एजुकेशन
- नेली क्रूज़, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसीआर स्कूल ऑफ एजुकेशन
- हिमाली ठाकुर, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसी डेविस, अंग्रेजी विभाग
- स्मिता जंदीर, यूसीआर कॉलेज ऑफ नेचुरल एंड एग्रीकल्चरल साइंसेज
- हेडन शिल हेंडले, पीएच.डी., यूसीआर मनोविज्ञान विभाग
- वेलेरिया फजार्डो, बीएस उम्मीदवार, यूसीआर स्कूल ऑफ मेडिसिन
- डेनिएला कैरिलो, बी.एस., यू.सी.आर. कॉलेज ऑफ नेचुरल एंड एग्रीकल्चर साइंसेज
- एशले त्रिनिदाद, बीएस, यूसीआर पर्यावरण विज्ञान और यूसीआर स्कूल ऑफ मेडिसिन के साथ परियोजना समन्वयक
- लिसा मोलिना, सिएडीसि-२, प्रोग्राम डायरेक्टर, सॉलिड ग्राउंड वेलनेस इन रिकवरी
- किम्बर्ली लेक्स, पीएच.डी., यूसीआर स्कूल ऑफ मेडिसिन
- एन चेनी, पीएच.डी., यूसीआर स्कूल ऑफ मेडिसिन, सामाजिक चिकित्सा जनसंख्या और सार्वजनिक स्वास्थ्य विभाग
- एवलिन वाज़क्वेज़, पीएच.डी., एमएस, यूसीआर सामाजिक चिकित्सा जनसंख्या और सार्वजनिक स्वास्थ्य विभाग

समर्पण

हम यह रिपोर्ट ऐतिहासिक और वर्तमान में हाशिए पर पड़े समुदायों के अपने छात्रों और सहकर्मियों को समर्पित करते हैं जो मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों से पीड़ित हैं, और उन लोगों को भी जो दुर्भाग्यवश उच्च शिक्षा में उपलब्ध प्रभावी मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की कमी के कारण बहुत जल्दी मर गए।

आभार

हम उन सभी हितधारकों को धन्यवाद देना चाहते हैं जिन्होंने हमारी क्षमता निर्माण परियोजना में भाग लिया।

हम विचार-विमर्श लोकतंत्र मंच के प्रशिक्षण, डेटा संग्रहण, विश्लेषण और व्याख्या में शामिल सभी सुविधाप्रदाताओं को भी धन्यवाद देना चाहते हैं।

विषयसूची

कार्यकारी सारांश	१
पृष्ठभूमि	२
हमारी परियोजना	५
हमारी सुविधाकर्ता टीम	७
छात्रों की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं पर विचार-विमर्श	८
जानकारी एकट्ठा करना	९
चरण १- फ़्रेमिंग सत्र	१०
चरण २- जारी पुस्तिका	१२
चरण ३- विचार-विमर्श लोकतंत्र मंच	१४

विषयसूची

विचार-विमर्श मंच के निष्कर्ष १५

सार्वजनिक भूक्षेत्र २७

हमने विचार-विमर्श के बारे में क्या सीखा २८

प्रभावी मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के बारे में हमने क्या सीखा २९

दमनकारी संरचनाओं को ध्वस्त करने के बारे में हमने क्या सीखा ३१

देखभाल समुदायों के बारे में हमने क्या सीखा ३३

स्नातक और व्यावसायिक छात्रों के लिए संसाधन ३५

टीम के सदस्य ३६

संदर्भ ३८

कार्यकारी सारांश

अकादमी को शामिल करने का दीर्घकालिक उद्देश्य स्नातक और पेशेवर छात्रों, संकाय, कर्मचारियों, परिसर में और परिसर के बाहर स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं और प्रशासकों की क्षमता का विकास करना है ताकि वे **रोगी-केंद्रित परिणाम अनुसंधान और/या तुलनात्मक प्रभावशीलता अनुसंधान (पीसीओआर/सीईआर) में शामिल हो सकें।**

अक्टूबर २०२३ में, नेतृत्व दल ने फ़्रेमिंग सेशन और डेलिबरेटिव डेमोक्रेसी फ़ोरम (डीडीएफ) को सुविधाजनक बनाने के लिए कुल दस हितधारकों की भर्ती की और उन्हें प्रशिक्षित किया। प्रशिक्षुओं ने खुद को ऐतिहासिक रूप से हाशिए पर पड़े स्नातक और पेशेवर छात्रों (एच.एम.जी पी.एस), स्नातक छात्र समुदाय से घनिष्ठ रूप से जुड़े सहयोगियों और/या हमारी नेतृत्व टीम के सदस्यों के रूप में पहचाना। उनमें मानविकी, सामाजिक विज्ञान और स्टेम क्षेत्रों में स्नातक और स्नातकोत्तर छात्र, साथ ही हाल ही में स्नातक हुए छात्र शामिल थे। सुविधाकर्ता दल ने संयुक्त राज्य भर से कुल २२ प्रतिभागियों के साथ तीन फ़्रेमिंग सत्र आयोजित किए। प्रतिभागियों की भूमिकाएँ विविध थीं, जिनमें स्नातक और पेशेवर छात्र (n= ९), कर्मचारी सदस्य (n= ५), पोस्टडॉक्टरल विद्वान (n= ३), संकाय सदस्य (n= ३), और स्वास्थ्य सेवा प्रदाता (n= २) शामिल थे।

फ़्रेमिंग सत्रों से डेटा का विश्लेषण करने के बाद, हमने पाँच वर्चुअल डीडीएफ का आयोजन किया, पाँच यू.सि परिसरों में से प्रत्येक में एक, जिन्हें हिस्पैनिक-सर्विंग इंस्टीट्यूशंस (एच एस आई) के रूप में मान्यता दी गई थी। हालाँकि, विविध हितधारकों की भागीदारी की कमी के कारण, हम तीन मंचों से निष्कर्ष प्रस्तुत करते हैं, एक यू.सि डेविस में, एक यू.सि मर्सिड में, और एक यू.सि सांताक्रूज़ में। कुल ३२ हितधारकों, जिनमें स्नातक और पेशेवर छात्र (n=२४), कर्मचारी सदस्य (n=६), और संकाय सदस्य (n=२) शामिल थे, ने मंचों में भाग लिया। अधिकांश हितधारकों (n=१३) ने एच.एम.जी पी.एस मानसिक स्वास्थ्य पर भविष्य के शोध के फोकस के रूप में संरचनात्मक-स्तरीय हस्तक्षेपों को प्राथमिकता दी।

प्रतिभागियों ने स्नातक और व्यावसायिक छात्रों को कर्मचारी के रूप में नहीं बल्कि छात्र/रोगी के रूप में देखने की आवश्यकता पर बात की।

हमारी परियोजना के निष्कर्ष भविष्य में पीसीओआर/सीईआर की आवश्यकता पर प्रकाश डालते हैं, ताकि अप्रभावी और दुर्गम मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं, दमनकारी शैक्षणिक संरचनाओं और देखभाल समुदायों की कमी के मुद्दों का समाधान किया जा सके।

पृष्ठभूमि

एचएमजीपीएस की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं पर ध्यान क्यों केंद्रित किया जाए?

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डबलयू.एच.ओ) कॉलेज के छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य को वैश्विक सार्वजनिक स्वास्थ्य प्राथमिकता के रूप में पहचानता है (क्यूइजपर्स एट अल., २०१९)। शोध से पता चलता है कि लगभग २०-५०% स्नातक और पेशेवर छात्र स्नातक विद्यालय में भाग लेने के दौरान अवसाद, चिंता और बर्नआउट सहित मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों का अनुभव करते हैं, और इन मुद्दों की`गंभीरता और आवृत्ति सामान्य आबादी की तुलना में छह गुना अधिक है (सेंथिलकुमार, २०२३)। २०१७ में एक प्रमुख बहु-विषयक विज्ञान पत्रिका, नेचर द्वारा लगभग ६३२० पीएचडी छात्रों के साथ किए गए एक वैश्विक सर्वेक्षण में, लगभग ३६% नमूने ने शिक्षा के क्षेत्र में अपने समय के दौरान चिंता और/या अवसाद के लिए मदद मांगने की सूचना दी (वूलस्टन, २०१९)। इसके अलावा, महामारी ने कथित तौर पर स्नातक छात्रों की मानसिक स्वास्थ्य स्थितियों को खराब कर दिया है और दुनिया भर में वर्तमान परिदृश्य चिंताजनक है। उदाहरण के लिए, संयुक्त राज्य अमेरिका के नौ शोध विश्वविद्यालयों में १५००० से अधिक स्नातक छात्रों के २०२० के सर्वेक्षण में पाया गया कि २०१९ की तुलना में चिंता के लक्षण ५०% बढ़ गए (बर्टन और काओ, २०२२)।

स्नातक छात्रों के मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डालने वाले कई परेशान करने वाले कारकों में वित्तीय बाधाएँ, पर्यवेक्षकों के साथ संघर्ष और भेदभाव शामिल हैं (चार्ल्स एट अल., २०२०)। हालाँकि, एच.एम.जी पी.एस की अनूठी मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं की खोज करने वाले पर्याप्त अनुभवजन्य अध्ययन नहीं हैं।

एचएमजीपीएस की अवधारणा ऐसे स्नातक और पेशेवर छात्रों के रूप में की गई है, जिन्होंने अपने जीवनकाल के विभिन्न चरणों में उत्पीड़न और भेदभाव का अनुभव किया है, जिनमें नस्लीय और जातीय अल्पसंख्यक समुदायों के छात्र, कम आय वाले छात्र, पहली पीढ़ी के कॉलेज के छात्र, ग्रामीण पृष्ठभूमि, एलजीबीटीक्यूआईए+, विकलांग छात्र, अनिर्दिष्ट और डीएसीएमेंटेड छात्र, अंतर्राष्ट्रीय छात्र और/या असमानता के अंतर-पीढ़ीगत संचरण से पीड़ित छात्र शामिल हैं।

पृष्ठभूमि

हमारी टीम के सदस्यों ने दो खोजपूर्ण अध्ययनों में सहयोग किया:

सामाजिक जुड़ाव परियोजना। इस पायलट परियोजना को कैलिफोर्निया विश्वविद्यालय, रिवरसाइड में हेल्दी कैंपस द्वारा वित्त पोषित किया गया था और इसका नेतृत्व एवलिन वाज़क्वेज़, पीएचडी, एम.एस. ने किया था। फोटोग्राफी का उपयोग करते हुए, एचएमजीपीएस ने स्नातक और व्यावसायिक शिक्षा के संदर्भ में सामाजिक जुड़ाव, भावनात्मक कल्याण और मानसिक स्वास्थ्य के अपने स्तरों का दस्तावेजीकरण किया। परियोजना के निष्कर्षों से संकेत मिलता है कि **एचएमजीपीएस ने उच्च शिक्षा में कम सामाजिक स्थिति, वित्तीय बोझ और शत्रुतापूर्ण और विषाक्त शैक्षणिक वातावरण (वाज़क्वेज़ और चेनी, आगामी) से जुड़ी संरचनात्मक भेद्यता का अनुभव किया।**

इसके अलावा, निष्कर्ष एचएमजीपीएस के बीच सामाजिक अलगाव और खराब मानसिक स्वास्थ्य में योगदान देने वाले सामाजिक और संरचनात्मक कारकों को उजागर करते हैं, **जिसमें मानसिक स्वास्थ्य के बारे में कलंकपूर्ण दृष्टिकोण और मानसिक स्वास्थ्य के बारे में बात करने के लिए एक सुरक्षित स्थान और पेशेवर सहायता प्राप्त करने के लिए एक गोपनीय स्थान की अनुपस्थिति शामिल है**। प्रतिभागियों ने शत्रुतापूर्ण वातावरण बनाने में सामाजिक और संरचनात्मक कारकों द्वारा निभाई गई प्रमुख भूमिका पर प्रकाश डाला जो उनके रहने की स्थिति, मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण को नुकसान पहुंचाते हैं।

एक प्रतिभागी, जो पुरानी स्वास्थ्य समस्याओं से जूझ रहा था और हर हफ़्ते डॉक्टर के पास जाता था, ने बताया, "स्नातक छात्र के रूप में, मुझे अपने काम और स्वास्थ्य के बीच संतुलन बनाने में संघर्ष करना पड़ा। ४ साल तक, मैंने अपने सलाहकार को इन संघर्षों के बारे में कभी नहीं बताया।" (जेस, महिला, सामाजिक विज्ञान)

पृष्ठभूमि

हीलिंग दि अकादमी परियोजना। इस पायलट परियोजना को यूसीआर सेंटर फॉर हेल्थ डिस्पैरिटीज रिसर्च के माध्यम से पायलट पुरस्कार के माध्यम से राष्ट्रीय अल्पसंख्यक स्वास्थ्य और स्वास्थ्य असमानता संस्थान द्वारा वित्त पोषित किया गया था और इसका नेतृत्व एवलिन वाज़क्वेज़, पीएचडी, एम.एस. ने किया था। इस परियोजना को समुदाय-आधारित भागीदारी दृष्टिकोणों से सूचित किया गया था। हमने एक साझा शासन संरचना, एक संचालन परिषद का गठन किया। इस परिषद का गठन विविध हितधारकों (जैसे, छात्र, कर्मचारी, संकाय और स्वास्थ्य सेवा प्रदाता) द्वारा किया गया था।

टीम ने एचएमजीपीएस में शैक्षणिक वातावरण और मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं के बीच संबंधों का पता लगाने के लिए एक क्रॉस-सेक्शनल सर्वेक्षण बनाया। प्रतिभागी पश्चिमी संयुक्त राज्य अमेरिका में एक सार्वजनिक शोध संस्थान से जुड़े थे। नमूने में n = ९८ प्रतिभागी शामिल थे। अधिकांश छात्रों ने खुद को पहली पीढ़ी के कॉलेज के छात्र (७०%) और नस्लीय या जातीय अल्पसंख्यक, एल.जी.बी.टी.क्यू.आई.ए+, ग्रामीण पृष्ठभूमि, अप्रवासी या शरणार्थी सहित कम प्रतिनिधित्व वाले और/या कमजोर समुदाय (७३%) के सदस्य के रूप में पहचाना। इसके अलावा, प्रतिभागियों की आय कम थी (२२%), और ४४% ने खाद्य असुरक्षा का अनुभव किया, और ७% स्नातक विद्यालय के दौरान बेघर थे।

लगभग ५१% उत्तरदाताओं ने अलगाव की भावना की सूचना दी और ६७% ने बताया कि ग्रेजुएट स्कूल ने उनके मानसिक स्वास्थ्य पर नकारात्मक प्रभाव डाला है। इसके अतिरिक्त, पदानुक्रमित प्रतिगमन विश्लेषण (वैज़क्वेज़ एट अल., २०२२बी) के परिणामों से पता चला कि शत्रुतापूर्ण शैक्षणिक वातावरण के साथ-साथ अपनेपन की भावना की कमी ने अवसाद के उच्च स्तर (β= ५.२३, p<०.०५, β= ६.०१, p<०.०५ क्रमशः), चिंता (β= २.५६, p<०.०५, β= ३.३३, p<०.०५ क्रमशः), और आत्महत्या के विचार (β= १.६७, p<०.०१, β= १.९६, p<०.०१ क्रमशः), और जीवन की खराब गुणवत्ता (β= १.६7, p <०.०१, β= ८.६८, p<०.०५ क्रमशः) की भविष्यवाणी की।

सामाजिक जुड़ाव और अकादमी को स्वस्थ बनाने की परियोजनाओं से प्राप्त निष्कर्षों ने अकादमी को सक्रिय बनाने की परियोजना को सूचित किया।

हमारी परियोजना

यह एक क्षमता निर्माण परियोजना है जिसका उद्देश्य दो-तरफ़ा क्षमता निर्माण को बढ़ावा देने वाली गतिविधियों में रोगियों और हितधारकों को शामिल करना और सफल जुड़ाव के लिए पी.सी.ओ.आर.आई-अन्वेषक की सिफारिशों का पालन करना है, जिसमें संबंध बनाना, अपेक्षाएँ परिभाषित करना, संचार स्थापित करना, दिशा-निर्देश विकसित करना, सह-शिक्षण, संवाद को सुविधाजनक बनाना और योगदान को महत्व देना शामिल है। इस परियोजना का दीर्घकालिक उद्देश्य स्नातक और पेशेवर छात्रों, संकाय, कर्मचारियों, ऑन- और ऑफ-कैंपस स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं और विश्वविद्यालय प्रशासकों की क्षमता को रोगी केंद्रित परिणाम अनुसंधान और/या तुलनात्मक प्रभावशीलता अनुसंधान (पी.सी.ओ.आर./सी.ई.आर) में शामिल करना है।

इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए हमने तीन लक्ष्य प्रस्तावित किये:

- **प्रमुख हितधारकों** (जैसे, छात्र रोगी, शोधकर्ता, स्वास्थ्य सेवा प्रदाता और विश्वविद्यालय प्रशासक) को एक सहयोगी शासन संरचना और एक मानसिक स्वास्थ्य कार्यबल में शामिल करें
- **एचएमजीपीएस मानसिक स्वास्थ्य और रोगी-केंद्रित और भागीदारी अनुसंधान** पर केंद्रित सह-शिक्षण गतिविधियों के माध्यम से रोगी केंद्रित परिणाम अनुसंधान और/या तुलनात्मक प्रभावशीलता अनुसंधान (पीसीओआर/सीईआर) में शामिल होने के लिए हितधारक क्षमता का निर्माण करना
- **ऐतिहासिक रूप से हाशिए पर पड़े समुदायों के स्नातक छात्रों** की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं पर शोध को प्राथमिकता देने के लिए विचार-विमर्श लोकतंत्र मंचों का आयोजन करना और भविष्य के पीसीओआर/सीईआर की तैयारी के लिए शोध कार्यसमूहों का आयोजन करना

ये लक्ष्य कई गतिविधियों के माध्यम से पूरे किए गए और अब भी पूरे किए जा रहे हैं:

- रोगी-केंद्रित और साझेदारी अनुसंधान पर प्रशिक्षण
- एक आभासी फोटोवॉयस गैलरी और प्रदर्शनी
- मानसिक स्वास्थ्य शैक्षिक कार्यशालाएँ
- एचएमजीपीएस के मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण पर पॉडकास्ट श्रृंखला
- फ़्रेमिंग सत्र
- विचार-विमर्श लोकतंत्र मंच
- अनुसंधान कार्य समूह

हमारी परियोजना

यह परियोजना कैलिफोर्निया विश्वविद्यालय, रिवरसाइड (यूसीआर) स्कूल ऑफ मेडिसिन के अकादमिक शोधकर्ताओं, कैलिफोर्निया विश्वविद्यालय ग्रेजुएट और प्रोफेशनल काउंसिल (यूसीजीपीसी) - एक विश्वविद्यालय के नेतृत्व वाला छात्र संगठन, यूसीआर हेल्थ, और सामुदायिक संगठनों सहित सॉलिड ग्राउंड वेलनेस इन रिकवरी के बीच एक सहयोग है, जो रिवरसाइड, कैलिफोर्निया में किशोरों और संक्रमण आयु वर्ग के युवाओं (१६-२५) के लिए महिलाओं के स्वामित्व वाली और अल्पसंख्यक द्वारा संचालित बाह्य रोगी पदार्थ दुरुपयोग सुविधा है।

हमारी परियोजना दो संरचनाओं द्वारा निर्देशित है जो साझा शासन सुनिश्चित करती हैं, संचालन परिषद (एससी) और मानसिक स्वास्थ्य कार्यबल (एमएचटी)। इन संरचनाओं के सदस्य यूसी डेविस, यूसी इरविन, यूसी लॉस एंजिल्स, यूसी रिवरसाइड और यूसी सैन डिएगो सहित विभिन्न परिसरों से कैलिफोर्निया विश्वविद्यालय प्रणाली के भीतर शैक्षणिक, स्वास्थ्य सेवा और अन्य गैर-शिक्षण विभागों सहित विविध हितधारक समूहों और भूमिकाओं का प्रतिनिधित्व करते हैं।

जून २०२२ में, हमने अकादमी को शामिल करने की परियोजना शुरू की। इस परियोजना को रोगी केंद्रित परिणाम अनुसंधान संस्थान (पी.सी.ओ.आर.आई) से एक जुड़ाव पुरस्कार द्वारा वित्त पोषित किया गया था। इस परियोजना का उद्देश्य एच.एम.जी.पी.एस की अनूठी मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं को संबोधित करने के लिए भविष्य के भागीदारी वाले रोगी-केंद्रित अनुसंधान की नींव रखना शुरू करना है। इस पुरस्कार के माध्यम से, हमने कैलिफोर्निया विश्वविद्यालय शिक्षा प्रणाली और संयुक्त राज्य अमेरिका में स्नातक और पेशेवर छात्रों, स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं (ऑन- और ऑफ-कैंपस), पोस्टडॉक्टरल विद्वानों, संकाय सदस्यों, कर्मचारियों (जैसे, स्नातक कार्यक्रम समन्वयक) और प्रशासकों सहित विविध हितधारक समूहों के बीच संबंध और क्षमता का निर्माण करने की कोशिश की है।

हम अपने हितधारकों द्वारा एचएमजीपीएस में विशिष्ट मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं की समझ को सार्थक बनाने के लिए प्रदान की गई विशेषज्ञता, जीवंत अनुभवों और विचारों को महत्व देते हैं।

हमारी सुविधाकर्ता टीम

हम विचार-विमर्श लोकतंत्र मंच के प्रशिक्षण, डेटा संग्रहण, विश्लेषण और व्याख्या में शामिल सभी सुविधाकर्ताओं को धन्यवाद देना चाहते हैं:

- गैब्रिएला ऑर्टिज़, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसीआर मानव विज्ञान विभाग
- अमांडा स्कॉट-विलियम्स, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसीआर स्कूल ऑफ एजुकेशन
- नेली क्रूज़, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसीआर स्कूल ऑफ एजुकेशन
- हिमाली ठाकुर, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसी डेविस, अंग्रेजी विभाग
- स्मिता जंदीर, यूसीआर कॉलेज ऑफ नेचुरल एंड एग्रीकल्चरल साइंसेज
- हेडन शिल हेंडले, पीएच.डी., यूसीआर मनोविज्ञान विभाग
- वेलेरिया फजार्डो, बीएस उम्मीदवार, यूसीआर स्कूल ऑफ मेडिसिन
- डेनिएला कैरिलो, बी.एस., यू.सी.आर. कॉलेज ऑफ नेचुरल एंड एग्रीकल्चर साइंसेज
- एशले त्रिनिदाद, बीएस, यूसीआर पर्यावरण विज्ञान और यूसीआर स्कूल ऑफ मेडिसिन के साथ परियोजना समन्वयक
- मानसी राजाध्यक्ष, पीएच.डी. उम्मीदवार, यूसीआर स्कूल ऑफ एजुकेशन

छात्रों की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं पर विचार-विमर्श

विचार-विमर्श, विचार-विमर्श लोकतंत्र सिद्धांत पर आधारित है, जो मानता है कि विविध पृष्ठभूमि के व्यक्तियों से सूचित, सुविचारित इनपुट निर्णय लेने के लिए महत्वपूर्ण है (किंगस्टन, २०१२)। यह दृष्टिकोण सामूहिक कार्रवाई पर आम सहमति या सामान्य समझौते तक पहुँचने के उद्देश्य से मुद्दों या संभावित समाधानों के सामूहिक मूल्यांकन में विविध हितधारकों को शामिल करता है (मैकलियोड एट अल., १९९९; वाज़क्वेज़ एट अल., २०२२ए)।

हमने इस दृष्टिकोण का उपयोग एक तटस्थ स्थान बनाने के लिए किया जो शक्ति असंतुलन से रहित हो, जहां प्रतिभागी: १) भिन्न दृष्टिकोणों को साझा कर सकें और सीख सकें, २) उद्देश्य की साझा भावना पा सकें, और ३) निर्णय लेने के लिए आम सहमति बना सकें।

जबकि विचार-विमर्श के कई दृष्टिकोण हैं, हमने विचार-विमर्श लोकतंत्र मंचों (डीडीएफ) का उपयोग किया क्योंकि इसका डिज़ाइन रोगी-केंद्रित स्वास्थ्य प्राथमिकताओं की पहचान करने और सामूहिक रूप से परिभाषित समाधानों के आसपास सामुदायिक लामबंदी शुरू करने की अनुमति देता है (चेनी एट अल., २०१८)।

डीडीएफ एक संरचित प्रक्रिया का पालन करते हैं जिसमें मुद्दे का नामकरण, मुद्दे की रूपरेखा तैयार करना, मुद्दा पुस्तिका विकसित करना, तथा ऐसे फोरम आयोजित करना शामिल होता है जो विभिन्न हितधारकों को वैकल्पिक विकल्पों के पक्ष और विपक्ष पर विचार-विमर्श करने के लिए एक ही स्थान पर लाते हैं।

जानकारी एकट्ठा करना

अक्टूबर २०२३ से फरवरी २०२४ तक, हमने एचएमजीपीएस के मानसिक स्वास्थ्य पर भविष्य के शोध के लिए हितधारक और रोगी-केंद्रित सिफारिशों पर एक पोस्ट-इवेंट सर्वेक्षण के माध्यम से जानकारी एकत्र की। हमारी भर्ती जानबूझकर की गई थी, हमने विभिन्न सांस्कृतिक और जातीय पृष्ठभूमि, जीवित अनुभवों और/या उच्च शिक्षा में विभिन्न भूमिकाओं से प्रतिभागियों की भर्ती की।

अक्टूबर २०२३ में, डॉ. एवलिन वाज़क्वेज़ ने समूह सुविधा और डेटा विश्लेषण पर कौशल विकसित करने के लिए दस सुविधाकर्ताओं के साथ एक सुविधाकर्ता १०१ प्रशिक्षण सत्र प्रदान किया।

हमारे डेटा संग्रह और विश्लेषण में तीन चरण शामिल थे। हमने पहले पूरे संयुक्त राज्य अमेरिका के प्रतिभागियों के साथ फ़्रेमिंग सत्र आयोजित किए। दूसरे, फ़्रेमिंग सत्र से डेटा का विश्लेषण करने के बाद हमने अपनी सुविधाकर्ता टीम के साथ मिलकर इश्यू बुक लिखी। एक बार जब हमारे पास इश्यू बुक आ गई, तो हमने ज़ूम के माध्यम से तीन यूसी परिसरों के साथ विचार-विमर्श लोकतंत्र फ़ोरम आयोजित किए, जिन्हें हिस्पैनिक-सेवा संस्थानों (एच.एस.आई) के रूप में नामित किया गया था।

हमने कुल २२ प्रतिभागियों के साथ तीन फ़्रेमिंग सत्र आयोजित किए। फ़्रेमिंग सत्रों के दौरान, प्रतिभागियों को पोस्ट-इवेंट सर्वेक्षणों में पहचाने गए ३३ अद्वितीय आइटमों को तीन या चार ढेरों में छाँटने के लिए कहा गया। नेतृत्व दल के सदस्यों ने एंथ्रोपैक (संस्करण ४.९८) के माध्यम से सांस्कृतिक डोमेन विश्लेषण किया और चार समूहों की पहचान की। इन चार मुद्दों ने एक इश्यू बुक के विकास को सूचित किया। सुविधाकर्ताओं ने चार समूहों को नाम दिया और डेटा विश्लेषण और इश्यू बुक के विकास में भी शामिल थे।

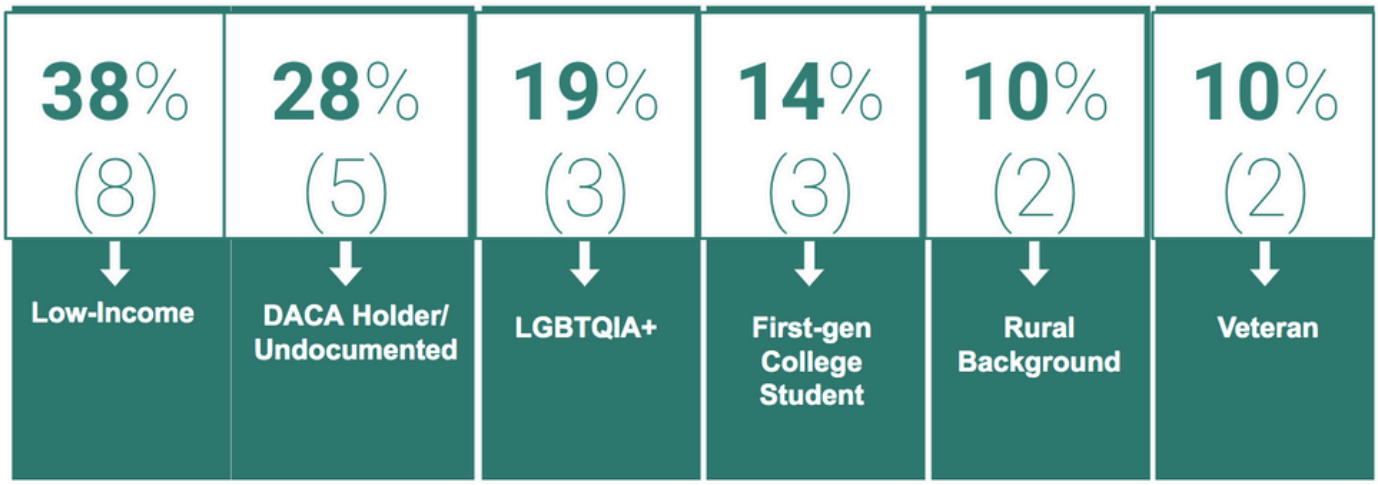
फ़्रेमिंग सत्रों के बाद, एंगेजिंग द एकेडमी टीम ने डीडीएफ प्रक्रिया को अंजाम दिया। फ़ोरम को इस सवाल का जवाब देने के लिए डिज़ाइन किया गया था, "आपके समुदाय के लिए कौन से स्वास्थ्य मुद्दे सबसे महत्वपूर्ण हैं, जिन्हें संबोधित करने में सहयोग करना चाहिए?" प्रतिभागियों को फ़ोरम में भाग लेने से पहले इश्यू बुक पढ़ने के लिए कहा गया था। कुल ३२ विविध हितधारकों ने उपरोक्त चार विषयों पर भविष्य के रोगी-केंद्रित शोध के संचालन के पक्ष और विपक्ष पर चर्चा की और उन्हें प्राथमिकता दी।

चरण १: फ़्रेमिंग सत्र

हमने संयुक्त राज्य अमेरिका से हितधारकों को हमारे द्वारा आयोजित तीन कृषि सत्रों में से एक में भाग लेने के लिए आमंत्रित किया। फ़्रेमिंग सत्रों के दौरान, मुख्य सत्र में प्रतिभागियों को पोस्ट-इवेंट सर्वेक्षणों में पहचानी गई ३३ अनूठी वस्तुओं को तीन या चार ढेरों में छाँटने के लिए कहा गया था।

कुल २१ प्रतिभागियों ने सामाजिक-जनसांख्यिकीय सर्वेक्षण पूरा किया। प्रतिभागियों में स्नातक और पेशेवर छात्र (n= ९), कर्मचारी सदस्य (n= ५), पोस्टडॉक्टरल विद्वान (n= ३), संकाय सदस्य (n= ३) और स्वास्थ्य सेवा प्रदाता (n= २) शामिल थे। कुल १४ प्रतिभागियों ने महिला और ७ ने पुरुष के रूप में पहचान की। कुल ११ प्रतिभागियों ने खुद को हिस्पैनिक या लैटिनो, ५ ने श्वेत, ३ ने एशियाई, १ ने अश्वेत या अफ्रीकी अमेरिकी, १ ने स्वदेशी मूल अमेरिकी/अलास्का मूल निवासी और ३ ने मिश्रित नस्ल के रूप में पहचाना। इसके अतिरिक्त, १७ प्रतिभागी पश्चिमी तट से थे, और २ प्रतिभागी दक्षिण-पश्चिम और उत्तर-पूर्वी तटों से थे।

चित्र १. फ़्रेमिंग सत्र हितधारक सामाजिक पहचान/स्थितियाँ

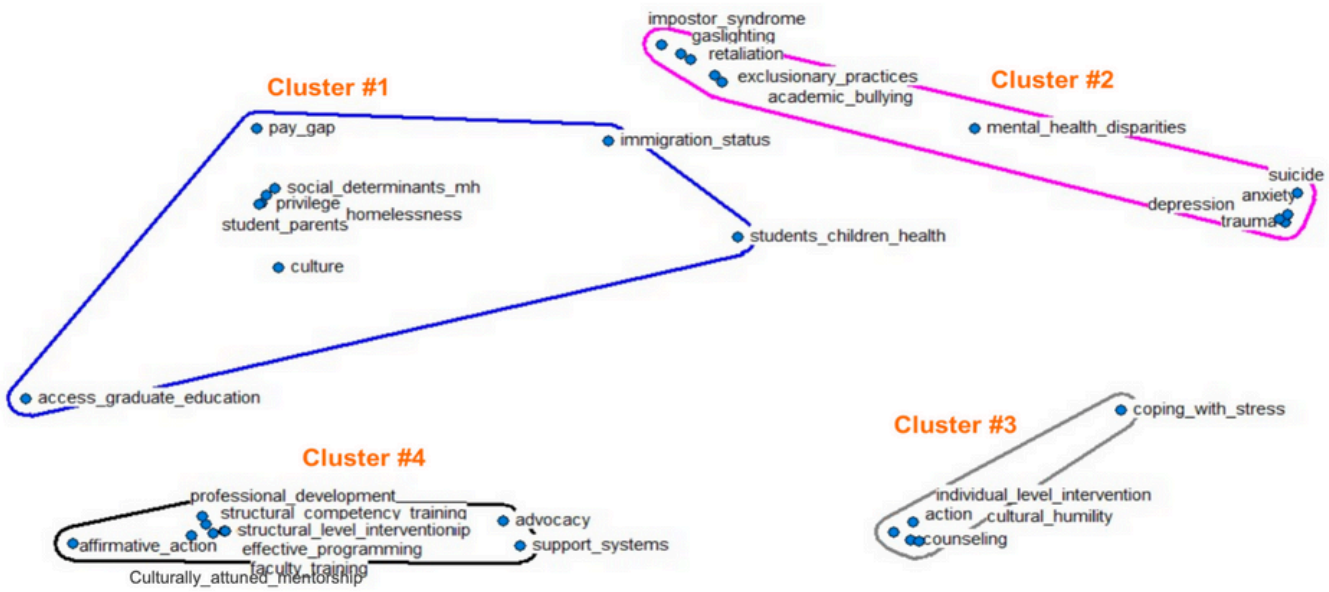


हमने एन्थ्रोपैक (संस्करण ४.९८) के माध्यम से सांस्कृतिक डोमेन विश्लेषण (सीडीए) का आयोजन किया, जो एक विश्लेषणात्मक कार्यक्रम है, जो सार्थक समूह क्लस्टरों में वस्तुओं के बीच अंतर्निहित संबंधों की पहचान करके सांस्कृतिक डोमेन डेटा का विश्लेषण करने के लिए डिज़ाइन किया गया है।

चरण १: फ्रेमिंग सत्र

सी.डी.ए. इस बात की जांच करता है कि एक समूह के सदस्य, जो एक संस्कृति को साझा करते हैं, संज्ञानात्मक डोमेन के माध्यम से उस संस्कृति के कुछ हिस्सों को कैसे चिह्नित करते हैं - शब्दों, वाक्यांशों या अवधारणाओं के एक सेट द्वारा परिभाषित किया जाता है जो एक विचार का प्रतीक है। सी.डी.ए. बहु-चरणीय है और इसमें डोमेन की विशेषता बताने वाले शब्दों और संक्षिप्त वाक्यांशों को प्राप्त करने के लिए असंरचित और खुले-अंत वाली सिफारिशों का संग्रह शामिल है। हमने एंथ्रोपैक (संस्करण ४.९८) में चार समूहों की पहचान की:

चित्र २. क्लस्टर



सुविधाकर्ताओं ने समूहों का नामकरण किया:

- क्लस्टर #१- मानसिक स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारक
- क्लस्टर #२- मानसिक स्वास्थ्य असमानताएं
- क्लस्टर #३- व्यक्तिगत स्तर पर हस्तक्षेप
- क्लस्टर #४- संरचनात्मक स्तर पर हस्तक्षेप

डीडीएफ में मुद्दों के रूप में संदर्भित इन चार समूहों ने मुद्दा पुस्तिका के विकास के साथ-साथ मंचों के दौरान विचार-विमर्श का मार्गदर्शन किया।

चरण २: निर्गम पुस्तिका

इस मुद्दे की पुस्तिका में विचार-विमर्श के विषय पर पृष्ठभूमि की जानकारी शामिल है और वैकल्पिक समाधानों की रूपरेखा दी गई है। इस जानकारी का उद्देश्य तटस्थ, गैर-पक्षपाती और गैर-निर्देशात्मक होना है, जिसका अंतिम लक्ष्य विषय के बारे में पर्याप्त जानकारी और ज्ञान प्रदान करना है ताकि फोरम प्रतिभागी सार्थक रूप से विचार-विमर्श में भाग ले सकें। डीडीएफ में विशेषज्ञता रखने वाले सुविधाकर्ता टीम और नेतृत्व टीम के सदस्यों ने इस मुद्दे की पुस्तिका विकसित की। जैसा कि नीचे बताया गया है, प्रत्येक मुद्दे के लिए हमने साहित्य, हितधारकों (छात्र/रोगियों सहित) की सिफारिशों और फ्रेमिंग सत्र डेटा की व्याख्या के आधार पर पृष्ठभूमि की जानकारी प्रस्तुत की। हमने विचार-विमर्श को प्रेरित करने के लिए निम्नलिखित प्रश्नों का उपयोग किया:

- **हमें [समस्या का नाम] पर ध्यान क्यों केंद्रित करना चाहिए?**
- **हमारे समुदाय में मौजूदा ताकतें और संसाधन क्या हैं जिनका उपयोग [मुद्दे का नाम] पर भविष्य में काम करने के लिए किया जा सकता है?**
- **[मुद्दे का नाम] पर भविष्य में काम करने में कुछ बाधाएं क्या हैं?**

चरण २: निर्गम पुस्तिका

यहां हमने प्रत्येक मुद्दे की पृष्ठभूमि जानकारी दी है।

अंक #१ मानसिक स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारकों के लिए, प्रतिभागियों ने उन निर्धारकों के बारे में सीखा जो सामाजिक, आर्थिक और पर्यावरणीय परिस्थितियों में निहित असंख्य कारकों को शामिल करते हैं जिनमें व्यक्ति रहते हैं, काम करते हैं और आय, शिक्षा स्तर, रोजगार और आवास सहित बातचीत करते हैं। ये कारक व्यक्तियों के पास उपलब्ध संसाधनों, अवसरों और सहायता प्रणालियों तक पहुँच को महत्वपूर्ण रूप से प्रभावित करते हैं।

अंक #२ मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं के लिए, प्रतिभागियों ने एचएमजीपीएस के लिए मानसिक स्वास्थ्य जोखिमों को बढ़ाने में योगदान देने वाले शैक्षणिक सेटिंग्स के भीतर भेदभाव, सूक्ष्म आक्रामकता और प्रणालीगत बाधाओं के अनुभवों के बारे में सीखा। प्रतिभागियों को बताया गया कि एचएमजीपीएस के बीच मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं को इंटरसेक्शनलिटी (क्रेंशॉ, १९८९) द्वारा समझाया जा सकता है, एक ढांचा जो बताता है कि समूह-आधारित पहचानों का प्रतिच्छेदन कैसे भेदभाव और हाशिए पर जाने के जोखिम और जोखिम को बढ़ा सकता है।

अंक #३ व्यक्तिगत स्तर के हस्तक्षेप के लिए, प्रतिभागियों ने सुलभ मानसिक स्वास्थ्य संसाधनों को बढ़ावा देने के लिए हितधारक सिफारिशों के बारे में सीखा जो विशेष रूप से एचएमजीपीएस द्वारा अनुभव की गई अनूठी चुनौतियों का समाधान करने के लिए डिज़ाइन किए गए हैं। कुछ उदाहरणों में सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील पेशेवरों के साथ लक्षित परामर्श सेवाएँ; सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील मेंटरशिप कार्यक्रम; सहायक रोल मॉडल; सहकर्मी सहायता समूह; संसाधनों को साझा करने और अपनेपन की भावना को बढ़ावा देने के लिए एक मंच शामिल हैं।

अंक #४ संरचनात्मक-स्तरीय हस्तक्षेपों के लिए, प्रतिभागियों ने सीखा कि संरचनात्मक-स्तरीय हस्तक्षेपों में उच्च शिक्षा संस्थानों के भीतर संरचनात्मक मुद्दों को संबोधित करना शामिल है, जिसमें संरचनात्मक नस्लवाद, वर्गवाद और लिंगवाद शामिल हैं। हमारे हितधारकों के अनुसार, इन हस्तक्षेपों के लिए प्रशासकों, शिक्षकों, कर्मचारियों (कैंपस के अंदर और बाहर स्वास्थ्य प्रदाताओं सहित) और छात्रों के लिए नस्लवाद विरोधी प्रशिक्षण की आवश्यकता हो सकती है; हाशिए पर पड़े समुदायों के दृष्टिकोणों को शामिल करने के लिए शैक्षणिक पाठ्यक्रमों का पुनर्मूल्यांकन; संरचनात्मक भेद्यता (गुप्ता, २०१८), अपर्याप्त आय, भोजन और आवास की असुरक्षा, शैक्षणिक बदमाशी, गैसलाइटिंग और उत्पीड़न, माइक्रोआक्रामकता और भेदभाव को संबोधित करना जो एचएमजीपीएस के संपर्क में हैं और जो खराब मानसिक स्वास्थ्य के जोखिम को बढ़ाते हैं।

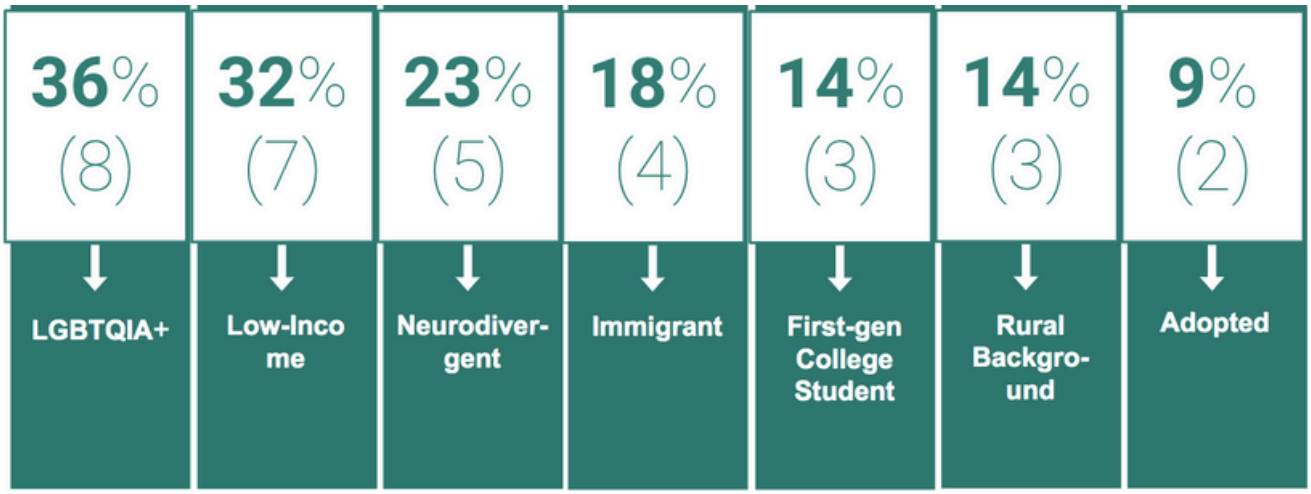
चरण ३: विचार-विमर्श लोकतंत्र मंच

मंचों के दौरान, प्रतिभागियों ने चार पहचाने गए मुद्दों पर विचार-विमर्श किया और भविष्य के पीसीओआर/सीईआर शोध के लिए सिफारिशें प्रदान कीं। छोटे-समूह चर्चा (ब्रेकआउट रूम के माध्यम से) और बड़े-समूह चर्चाओं के माध्यम से प्रतिभागियों ने इश्यू बुक में शामिल प्रत्येक विषय पर भविष्य के शोध पर ध्यान केंद्रित करने के कारणों पर अपने विचार साझा किए, उन्होंने इश्यू बुक में शामिल प्रत्येक विषय पर शोध करने के लिए मौजूदा ताकत, संसाधनों और बाधाओं के बारे में भी बात की।

प्रत्येक समूह के प्रतिनिधियों ने छोटे-समूह विचार-विमर्श के दौरान चर्चा किए गए प्रमुख विचारों पर रिपोर्ट दी। विचार-विमर्श को ऑडियो रिकॉर्ड किया गया, प्रतिलेखित किया गया और सामग्री विश्लेषण का उपयोग करके विश्लेषण किया गया। प्रशिक्षित टीम के सदस्यों ने विचार-विमर्श सत्रों में विषयों और पैटर्न की पहचान की और उनकी व्याख्या की। निष्कर्षों ने एक पुनरावृत्त डेटा विश्लेषण की अनुमति दी जिसने एचएमजीपीएस मानसिक स्वास्थ्य में आगे के शोध विषयों पर एक सामूहिक परिप्रेक्ष्य को सूचित किया।

कुल ३२ विविध हितधारकों ने मंचों में भाग लिया और २२ ने सामाजिक-जनसांख्यिकीय सर्वेक्षण पूरा किया। कुल २4 स्नातक और पेशेवर छात्र, २ संकाय और ६ कर्मचारी सदस्य मंचों में शामिल हुए। कुल १५ प्रतिभागियों ने महिला और ७ ने पुरुष के रूप में अपनी पहचान बनाई। कुल ११ प्रतिभागियों ने खुद को श्वेत, ६ ने एशियाई, ५ ने हिस्पैनिक या लैटिनएक्स, १ ने मूल अमेरिकी या अलास्का मूल निवासी, १ ने अश्वेत या अफ्रीकी अमेरिकी और २ ने मिश्रित नस्ल के रूप में अपनी पहचान बनाई।

चित्र ४ . डीडीएफ हितधारक सामाजिक पहचान/स्थितियां



विचार-विमर्श मंच के निष्कर्ष

नीचे हमने विचार-विमर्श को प्रेरित करने के लिए प्रयुक्त प्रश्नों के आधार पर समूह विचार-विमर्श से प्राप्त निष्कर्षों को व्यवस्थित किया है, जिसमें मुद्दे पर ध्यान केन्द्रित करने के कारण, मुद्दे से संबंधित ताकत और संसाधन, तथा मुद्दे पर अनुसंधान करने में आने वाली बाधाएं शामिल हैं।

अंक १: मानसिक स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारक

प्रतिभागियों ने एचएमजीपीएस मानसिक स्वास्थ्य को निर्धारित करने वाले पर्यावरणीय कारकों की जांच करने की महत्वपूर्ण आवश्यकता पर चर्चा की, क्योंकि छात्र उच्च शिक्षा के संदर्भ में अपनी अंतर-संबंधी पहचानों को नेविगेट करते हैं। प्रतिभागियों ने चर्चा की कि सामाजिक संरचना मानसिक स्वास्थ्य के बारे में उनके विचारों और विश्वासों के साथ-साथ मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तक उनकी पहुँच को कैसे प्रभावित कर सकती है। मानसिक स्वास्थ्य और प्रणालीगत समाधानों के सामाजिक निर्धारकों के बारे में सोचने के लिए एचएमजीपीएस के अंतर-संबंधी नुकसान को स्वीकार करना आवश्यक है। एक पुरुष प्रतिभागी ने टिप्पणी की,

> हमें शिक्षा जगत में सत्ता संबंधों की मौजूदगी में भावनात्मक दुर्व्यवहार के सामान्यीकरण के बारे में सोचना चाहिए... क्योंकि यह एक प्रतिस्पर्धी क्षेत्र है, ऐसे कौशल हैं जिनकी आपको इससे बाहर निकलने के लिए आवश्यकता होती है। लेकिन कभी-कभी प्रगति या उन्नति या किसी कार्यक्रम में सामान्यीकरण होता है; उदाहरण के लिए आपका सलाहकार कहता है, "अगर मैं यह कर सकता हूँ तो आप क्यों नहीं कर सकते?"। तो इस तरह की व्यापक अपेक्षाएँ हैं लेकिन जैसे-जैसे पीएचडी आगे बढ़ती है, इन चीजों के संदर्भ में यह बदतर हो सकता है, इसलिए यदि आप विशेषाधिकार प्राप्त नहीं हैं तो आपको चुनौतियों का सामना करना पड़ सकता है। इसलिए, उदाहरण के लिए, एक गैर-श्वेत, गैर-सक्षम व्यक्ति के रूप में, आप वंचित हो सकते हैं जिसका अर्थ है कि हम कुछ मामलों में गैर-श्वेत छात्रों की खराब अवधारण देखते हैं।

इसके अलावा, प्रतिभागियों ने अंतर्राष्ट्रीय छात्रों द्वारा सामना की जाने वाली अनूठी संरचनात्मक चुनौतियों पर प्रकाश डाला, जैसे कि संस्थागत स्तर पर जवाबदेही की कमी, ताकि उन्हें समर्थन महसूस हो सके। अंतर्राष्ट्रीय छात्रों को आव्रजन और वीज़ा स्थिति के साथ-साथ स्नातक विद्यालय की मांगों, सलाहकारों की ओर से समझ और लचीलेपन की कमी का सामना करना पड़ता है, जो सभी अकादमिक दुर्व्यवहार में योगदान करते हैं।

ताकत: प्रतिभागियों ने समुदाय के भीतर कई ताकतें साझा कीं जो मानसिक स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारकों पर भविष्य के काम का समर्थन कर सकती हैं। इनमें मानसिक स्वास्थ्य परामर्श शामिल है जो विश्वविद्यालय बीमा, यूसी शिप के माध्यम से उपलब्ध है; सांस्कृतिक केंद्र जो विविध समुदायों के छात्रों का समर्थन करते हैं; लोकपाल कार्यालय; और परिसर में एक मजबूत स्नातक सलाहकार नेटवर्क। प्रतिभागियों ने परिसर में विश्वविद्यालय अंतरधार्मिक परिषद (यूआईसी) को भी एक ताकत के रूप में सूचीबद्ध किया जो शैक्षणिक जीवन के साथ आध्यात्मिकता को एकीकृत करने और सभी धर्मों और आध्यात्मिक परंपराओं की सहिष्णुता, शांति और समझ को बढ़ावा देने का प्रयास करता है। एक पुरुष प्रतिभागी ने साझा किया, "हमने सोचा कि परिसर में संरचनाओं की एक ताकत यह है कि यह परिसर में होने से इसे और अधिक सुलभ बनाता है।"

इसके अतिरिक्त, प्रतिभागियों ने उपलब्ध संसाधनों का निर्धारण करने और आवश्यक अतिरिक्त सहायता और सेवाओं की पहचान करने के लिए परिसर में सामुदायिक आवश्यकताओं का आकलन करने की सिफारिश की। उदाहरण के लिए, एक पुरुष प्रतिभागी ने कहा,

> मुझे आश्चर्य है कि क्या स्कूल या विभाग के आधार पर सर्वेक्षण करना संभव है और यह जानने की कोशिश करना कि उस विभाग में समुदाय कैसा है। क्या आप संकाय के साथ बातचीत करने में सक्षम हैं? क्या आप अन्य स्नातक छात्रों के साथ बातचीत करने और उनके साथ दोस्ताना व्यवहार करने में सक्षम हैं, या क्या कोई ऐसा उल्लेखनीय अनुभव है जो आपको अपने विभाग और उनके द्वारा पोस्ट की जाने वाली गतिविधियों से वास्तव में जुड़ने से रोकता है? मुझे लगता है कि यह विभाग स्तर पर इस पर नज़र डालने की कोशिश करने की दिशा में एक तरह से तैयार किया गया होगा।

बाधाएँ: प्रतिभागियों ने बताया कि यद्यपि परिसर में मानसिक स्वास्थ्य संसाधन और सेवाएँ उपलब्ध हैं (जैसे, परामर्श और मनोवैज्ञानिक सेवाएँ), लेकिन ये संसाधन पर्याप्त नहीं हैं, खास तौर पर सीमित संख्या में चिकित्सक, मनोचिकित्सक, केस मैनेजर और उनके पास सीमित संख्या में सत्र होने के कारण। प्रतिभागियों ने पहुँच की कमी (जैसे उच्च सह-भुगतान, सार्वजनिक परिवहन की कमी, परिसर के बाहर सहायता प्राप्त करना) का भी उल्लेख किया।

इसके अलावा, मौजूदा संसाधनों में से कई मुख्य रूप से स्नातक छात्रों के लिए हैं और एचएमजीपीएस की अनूठी जरूरतों को पूरा नहीं करते हैं। प्रतिभागियों ने संस्थानों को ऐसे समाधान खोजने के लिए प्रोत्साहित किया जो शिक्षा की जिम्मेदारी को हाशिए पर पड़े समूहों पर वापस न डालें। उदाहरण के लिए, एक महिला प्रतिभागी ने उल्लेख किया, "असमान रूप से, सामाजिक निर्धारकों पर शिक्षा देने का बोझ रंग की संकाय महिलाओं, या अन्य अंतर्विरोधी समूहों पर पड़ता है, जिनके पास इस स्थिति में कम शक्ति है और वे अधिक संभावित मुद्दों का अनुभव करेंगे।"

प्रतिभागियों ने शैक्षणिक संस्थानों पर भी निशाना साधा कि वे परिसर में विविधता के बारे में बात तो करते हैं, लेकिन विविधता को समर्थन देने के लिए उठाए गए कदमों के बारे में स्पष्ट नहीं हैं, जबकि यह एक ऐसा कारक है जो उन्हें अपना चेहरा बचाने में मदद करता है। उदाहरण के लिए, एक महिला प्रतिभागी ने कहा,

> यूसी परिसरों में जो हिस्पैनिक सेवा संस्थान हैं, वहां संकाय और कर्मचारियों के लिए रंग-अंधा नस्लवाद में संलग्न होने की प्रवृत्ति हो सकती है और वे कहते हैं, "ठीक है, हमारे पास [समूह का नाम] की इतनी विविध आबादी है, इसलिए हमें विविधतापूर्ण होना चाहिए और विविधता के मामले में अच्छा होना चाहिए और इस पर कार्य करने और अधिक सीखने और सुधार करने की आवश्यकता नहीं है।

मुद्दा २: मानसिक स्वास्थ्य असमानताएँ

प्रतिभागियों ने मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं को सामाजिक न्याय के मुद्दे के रूप में संबोधित करने की आवश्यकता पर जोर दिया क्योंकि ये असमानताएँ एचएमजीपीएस को उनके जीवन के सभी क्षेत्रों में प्रभावित करती हैं जिसमें शैक्षणिक प्रदर्शन, अपनेपन की भावना और वित्त और बुनियादी ढाँचे शामिल हैं। वित्तीय बाधाओं, ग्रेजुएट स्कूल प्रशासकों और सलाहकारों से भेदभाव, पहुँच की कमी और ग्रेजुएट छात्रों को दी जाने वाली देखभाल और उपचार के स्तर और निरंतरता पर परिसरों और विभागों के बीच अंतर सहित ऐसी असमानताओं के कई उदाहरणों पर चर्चा की गई। अलग-अलग अंतर-पहचान वाले एचएमजीपीएस मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं का अलग-अलग अनुभव करते हैं, खासकर कैलिफोर्निया जैसे विविधतापूर्ण राज्य में। एक महिला प्रतिभागी ने टिप्पणी की,

> हर किसी के संघर्ष अलग-अलग होते हैं, और हर कोई एक ही तरह के काम का बोझ नहीं संभाल सकता। फिर भी, स्नातक छात्रों के रूप में हमसे एक ही तरह के मानकों का पालन करने की अपेक्षा की जाती है, और ये मानक अक्सर अप्राप्य भी होते हैं। और इसलिए नीति इन चीजों को ठीक करने में मदद कर सकती है; लेकिन यह वास्तव में उन विभिन्न कारणों पर ध्यान नहीं देती है कि लोगों के लिए मानसिक स्वास्थ्य एक मुद्दा क्यों है, और हम इस मुद्दे को केवल एक ही चीज़ से हल नहीं कर सकते। हमें सांस्कृतिक योग्यता और परामर्श की विविधता की आवश्यकता है जो [हमारे] लिए उपलब्ध है और इस समय इसकी कमी है। और रंगीन शिक्षकों की कमी एक बड़ा मुद्दा है, और छात्र जरूरी नहीं कि अपने सभी कर्मचारियों और अपनी समितियों के सदस्यों से जुड़ सकें

प्रतिभागियों के अनुसार, अश्वेत संकाय, चिकित्सकों और परामर्शदाताओं का प्रतिनिधित्व का अभाव एक प्रमुख मुद्दा है, जो एचएमजीपीएस के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करता है और इन छात्रों के बीच स्वास्थ्य असमानताओं को जन्म देता है।

ताकत: प्रतिभागियों ने परिसर में उपलब्ध कई संसाधनों को साझा किया जो मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं को कम करने में मदद कर सकते हैं, जिनमें सामान्य रूप से संसाधन केंद्र, पहुंच कार्यालय, सांस्कृतिक केंद्र और साथ ही छात्र-नेतृत्व वाले निवारक सुरक्षित स्थान शामिल हैं। उदाहरण के लिए, एक महिला प्रतिभागी ने बताया कि उसके विभाग में छात्र हर दो सप्ताह में जांच कर सकते हैं, जिससे छात्रों की व्यक्तिगत और शैक्षणिक चुनौतियों को पहचाना जा सकता है। हालाँकि बिना किसी फंडिंग या संस्थागत समर्थन के किया गया, लेकिन इस पद्धति को बहुत मूल्यवान माना गया। इसके अलावा, एक पुरुष प्रतिभागी ने टिप्पणी की,

> हमारे परिसर में मानसिक स्वास्थ्य के लिए सबसे प्रभावी संसाधन छात्रों द्वारा संचालित संगठनों से आए हैं। मैं उन छात्रों के लिए काम करता हूँ जिन्होंने समानता और मानसिक स्वास्थ्य पर केंद्रित एक समूह बनाया है। उन्होंने मानसिक स्वास्थ्य के लिए अनुकूल माहौल बनाने में अच्छा काम किया है, और इस विभाग के शिक्षकों ने इसे अपनाया है। हालाँकि, स्नातक छात्रों से यह अपेक्षा करना कि वे स्वयं ऐसा करें, पूर्ण समाधान नहीं है।

कुछ प्रतिभागियों ने काउंसलिंग और मनोवैज्ञानिक सेवाओं (कैप्स) के माध्यम से परिसर में उपलब्ध सेवाओं का उल्लेख किया। प्रतिभागियों ने मानसिक स्वास्थ्य के विषय पर परिसर में पेश की जाने वाली विभिन्न कार्यशालाओं पर भी चर्चा की, जो मानसिक स्वास्थ्य के आसपास विभिन्न जातीय समूहों और जातियों के बीच मौजूदा कलंक को दूर करने का प्रयास करती हैं। इसके अतिरिक्त, मौजूदा शक्तियों के बारे में बात करते हुए, एक महिला प्रतिभागी ने कहा,

> मुझे लगता है कि परिसर में [मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं के विषय पर] शोध करने की ताकत सिर्फ यह है कि आपके पास एक बहुत ही विविध समूह है, और एक बड़ा समूह है, जो सभी एक ही चीज से गुजर रहे हैं; इसलिए शायद विश्वविद्यालय की प्रकृति के कारण यह शोध के लिए एक तरह से उपयुक्त होगा।

बाधाएं: बाधाओं के संदर्भ में, प्रतिभागियों ने चर्चा की कि कैसे परिसर में मौजूदा संरचनाओं को और अधिक परस्पर जोड़ा जाना चाहिए और अधिक कुशलता से काम करना चाहिए। पहुंच संबंधी मुद्दे अक्सर एचएमजीपीएस के बीच अलगाव की भावना में योगदान करते हैं क्योंकि उनके पास समुदाय बनाने का कोई तरीका नहीं है, जिससे मौजूदा असमानताएं और बढ़ जाती हैं। उदाहरण के लिए, एक महिला प्रतिभागी ने कहा,

> मुझे लगता है कि विश्वविद्यालय को सुधार करना चाहिए, खास तौर पर सुगम्यता सेवाओं में, ताकि छात्रों के साथ काम करने में मदद मिल सके; क्योंकि मुझे लगता है कि बहुत सारे छात्र स्नातक और स्नातकोत्तर स्तर पर स्थानीय क्षेत्रों और ऐसी पृष्ठभूमि से परिसर में आ रहे हैं, जहाँ विश्वविद्यालय आने से पहले आपको मूल्यांकन सेवाओं या मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तक समान पहुँच नहीं मिल पाती। इसलिए, यह तथ्य कि हमारे पास परिसर में कैप्स और सुगम्यता सेवाएँ हैं और यह वास्तव में छात्रों की सेवा नहीं कर रही हैं, वास्तव में चिंताजनक है। मुझे लगता है कि वे बहुत बेहतर कर सकते हैं, खास तौर पर स्नातक और स्नातकोत्तर दोनों स्तरों पर सुगम्यता सेवाओं के साथ, और परिसर में पेशेवरों को रख सकते हैं।

प्रतिभागियों ने विभिन्न संगठनात्मक संरचनाओं और वातावरणों का भी उल्लेख किया जो स्नातक और पेशेवर छात्रों के बीच विविधता का सम्मान करने में सक्षम नहीं हो सकते हैं, जो मौजूदा मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं को और बढ़ा सकते हैं। उदाहरण के लिए, एक पुरुष प्रतिभागी ने उल्लेख किया, "छात्रों को लग सकता है कि वे किसी विशेष पुरस्कार या प्रवेश को प्राप्त करके विश्वविद्यालय के लिए विविधता के बॉक्स को चेक कर रहे हैं। यह धारणाओं और स्थान के आधार पर मानसिक स्वास्थ्य के लिए संस्थागत और व्यक्तिगत बाधाएं पैदा करता है"।

मुद्दा ३: व्यक्तिगत स्तर पर हस्तक्षेप

प्रतिभागियों ने व्यक्तिगत स्तर के हस्तक्षेपों को महत्वपूर्ण, जमीनी स्तर पर किए जाने वाले हस्तक्षेपों के रूप में वर्णित किया जो स्नातक और पेशेवर छात्रों का समर्थन करने के लिए अधिक समग्र और सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील दृष्टिकोण प्रदान करते हैं। प्रतिभागियों ने साझा किया कि विश्वविद्यालयों को हमेशा यह नहीं पता होता है कि स्नातक छात्रों को संसाधनों और सेवाओं के अस्तित्व का विज्ञापन कैसे करना है। प्रतिभागियों ने मानसिक स्वास्थ्य देखभाल और व्यक्तिगत रूप से अनुकूलित प्रतिक्रियाओं के महत्व पर प्रकाश डाला, विशेष रूप से तत्काल प्रणालीगत और संरचनात्मक समाधानों की अनुपस्थिति में। प्रतिभागियों ने व्यक्तिगत स्तर के हस्तक्षेपों पर चर्चा की जो एक परेशानी के रूप में कार्य करते हैं जिन्हें प्रणालीगत हस्तक्षेप बनने के लिए पाइपलाइन किया जा सकता है। एक पुरुष प्रतिभागी ने टिप्पणी की,

> हमने जिन अन्य बातों पर बात की उनमें से एक समग्र समर्थन था। इसलिए सिर्फ़ अकादमिक उन्नति और सिर्फ़ निवेश पर वापसी पर ध्यान केंद्रित करना सही नहीं है? कभी-कभी छात्रों के बारे में इंसान के रूप में सोचना; इसलिए छात्रों की भलाई अक्सर अप्रत्यक्ष लाभ होती है। लेकिन बेशक, फंडिंग मुश्किल है। इसलिए व्यक्तिगत स्तर का समर्थन महत्वपूर्ण है, और मुझे लगता है कि हम जो कह रहे हैं वह यह है कि हमें उस समर्थन की और ज़रूरत है। मुझे लगता है, फिर से, व्यक्तिगत सेवाओं के साथ कठिनाई यह है कि भले ही वे हर एक छात्र के लिए शानदार हों, फिर भी हम उन्हें शार्क से भरे समुद्र में फेंक रहे हैं।

प्रतिभागियों ने स्नातकोत्तर विद्यालय में सलाहकारों और मार्गदर्शकों की भूमिका पर प्रकाश डाला और एचएमजीपीएस को मार्गदर्शकों से जुड़ने तथा एक ऐसे ठोस व्यक्ति को रखने की सिफारिश की जो उन्हें समझे, उनका समर्थन करे तथा उनके प्रति सहानुभूति रखे।

ताकत: मौजूदा ताकतें जो व्यक्तिगत स्तर के हस्तक्षेपों पर भविष्य के काम का समर्थन कर सकती हैं, उनमें संकाय और सहकर्मी से सहकर्मी मेंटरशिप कार्यक्रम और सहायता समूह शामिल हैं, साथ ही नियोजित शैक्षिक अवकाश कार्यक्रम (पीईएलपी) जैसे अतिरिक्त समर्थन भी शामिल हैं जो छात्रों को आपातकालीन स्थितियों के मामले में अनुपस्थिति की अस्थायी छुट्टी लेने की अनुमति देता है। इसके अतिरिक्त, परिसरों में स्नातक प्रभाग और मनोवैज्ञानिक सेवा केंद्रों में कार्यरत विविध और सहायक कर्मचारी भी हैं जो स्नातक विद्यालय में अनुभव की गई चुनौतियों से निपटने के लिए मेंटरशिप प्रदान कर सकते हैं। परिसर में ये संसाधन केंद्र छात्रों, संकाय और कर्मचारियों को समय प्रबंधन, कार्य प्राथमिकता आदि जैसे बुनियादी कौशल पर कार्यशालाएँ प्रदान करते हैं। प्रतिभागियों ने उन रणनीतियों पर सिफारिशें भी दीं जिनका उन्होंने उपयोग किया है और जिन्हें उनके स्नातक विद्यालय की यात्रा में मददगार पाया है। उदाहरण के लिए, एक महिला प्रतिभागी ने कहा,

> मेरे विभाग ने जिन चीज़ों को लागू करना शुरू किया है, उनमें से एक है छात्र संरक्षक अपेक्षा दस्तावेज़, जिसमें प्रक्रिया के आरंभ में ही, आपके प्रथम वर्ष के भीतर ही आपकी समिति की पहचान करना शामिल है; अपनी समिति की पहचान करके अपने समर्थन नेटवर्क को व्यापक बनाना और यह स्वीकार करना कि आपका संकाय या प्रधान अन्वेषक (पीआई) या संरक्षक ही एकमात्र व्यक्ति नहीं है जिस पर आप इस पूरी प्रक्रिया में भरोसा कर सकते हैं या करना चाहिए। इस प्रकार अपने समर्थन नेटवर्क के निर्माण के महत्व पर जोर दिया जाता है।

बाधाएँ: प्रतिभागियों ने बताया कि विश्वविद्यालय छात्रों की सहायता के लिए व्यक्तिगत स्तर पर हस्तक्षेप करते हैं, लेकिन इन हस्तक्षेपों के बारे में अक्सर उतनी बात नहीं की जाती, जिसके कारण बहुत से छात्रों को इनके बारे में पता ही नहीं चलता। उदाहरण के लिए, एक महिला प्रतिभागी ने बताया,

> मुझे वाकई ऐसा लगा कि काश मैं [कैंपस का नाम] पर ऐसे संसाधन पा पाता जो मेरे ग्रेजुएट स्कूल के कार्यकाल के दौरान और सिर्फ़ मेरे छठे साल में ही नहीं, बल्कि पूरी तरह से मेरा साथ देते। और मुझे पता है कि सभी ग्रेजुएट छात्रों के लिए ऐसा नहीं है, लेकिन कुछ हद तक, यह अवसरों की संतृप्ति जैसा महसूस होता है, और मुझे लगता है कि यह स्वीकार करने में कुछ आत्मनिरीक्षण की ज़रूरत थी कि मैं एक समूह या मेंटरशिप प्रोग्राम आज़मा सकता हूँ और, जैसे, चीज़ों को आज़मा सकता हूँ और देख सकता हूँ कि क्या फिट बैठता है, और मेरे लिए क्या काम करता है। और यह मेरे ग्रेजुएट स्कूल के कार्यकाल के दौरान विकसित हुआ। इसलिए, इन अवसरों में भागीदारी के इर्द-गिर्द भाषा या मानदंडों को बदलना।

पीईएलपी जैसे मौजूदा संसाधनों के संबंध में, प्रतिभागियों ने उनकी व्यवहार्यता के बारे में चिंता जताई। उदाहरण के लिए, पीईएलपी का उपयोग करने से स्नातक छात्रों को स्वास्थ्य सेवा तक पहुँच खोनी पड़ सकती है, और जब वे अंततः वापस लौटने का फैसला करते हैं, तो उन्हें सिस्टम की नौकरशाही से निपटना पड़ सकता है, जो उन्हें अपने स्नातक अध्ययन को आगे बढ़ाने से हतोत्साहित कर सकता है। एक पुरुष प्रतिभागी ने टिप्पणी की,

> मुझे लगता है कि व्यक्तिगत स्तर पर हस्तक्षेप कुछ समस्याओं को हल करने का सबसे तेज़ तरीका है क्योंकि अक्सर ऐसा होता है कि एक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति तक पहुँचता है। आमतौर पर वह अक्सर सलाहकार होता है और उसके पास किसी तरह का समाधान या कोई समाधान होता है जैसे कि इस व्यक्ति से बात करना या यह वही है जो आप कर सकते हैं। लेकिन कभी-कभी यह इस अर्थ में भी अक्षम होता है कि [यह] एक प्रणालीगत समस्या है और बहुत से स्नातकों को ये समस्याएँ होती हैं और हर कोई भाग्यशाली नहीं होता कि उसके पास एक सलाहकार हो जो उस संबंध में उनकी मदद कर सके। और इसलिए आप जानते हैं कि एक तरफ, यह किसी समस्या को हल करने का सबसे तेज़ तरीका है लेकिन दूसरी तरफ यह वास्तव में बहुत से लोगों तक नहीं पहुँच पाता है।

मुद्दा ४: संरचनात्मक स्तर पर हस्तक्षेप

प्रतिभागियों ने संरचनात्मक-स्तर के हस्तक्षेपों पर ध्यान केंद्रित करने के कई कारण सुझाए, जिसमें समुदाय की जवाबदेही की आवश्यकता पर बल दिया गया ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि शैक्षणिक संस्थान स्नातक छात्रों को स्वागत योग्य और पोषण करने वाला वातावरण प्रदान कर रहा है। प्रतिभागियों ने प्रशासकों, संकाय और कर्मचारियों के सदस्यों को नस्लवाद विरोधी प्रशिक्षण श्रृंखला और पेशेवर विकास के अवसर प्रदान करने की आवश्यकता पर चर्चा की, ताकि शिक्षा जगत में सांस्कृतिक और मानसिकता में बदलाव लाया जा सके।

फोरम के दौरान, कई प्रतिभागियों ने "मैंने नरक से गुज़रा है इसलिए उन्हें भी गुज़रना चाहिए" मानसिकता को तोड़ने की ज़रूरत पर ज़ोर दिया। इसके अतिरिक्त, प्रतिभागियों ने संसाधनों और सेवाओं को सभी के लिए सुलभ बनाने के विचार को बढ़ावा दिया, चाहे ज़रूरत कुछ भी हो, और विभिन्न सीखने की अक्षमताओं और तंत्रिका संबंधी विकारों वाले लोगों के लिए परिसर में अधिक सामुदायिक और पेशेवर सहायता प्रदान करना। एक महिला प्रतिभागी ने यूनिवर्सिटी ऑफ़ कैलिफ़ोर्निया सिस्टम के अभूतपूर्व अवसर के बारे में बात की, उसने कहा,

> संरचनात्मक स्तर के हस्तक्षेप एक निवारक कार्रवाई की तरह हैं और वे बहुत धीमी गति से काम करते हैं, लेकिन यह सबसे प्रभावशाली चीजों में से एक है जो हम कर सकते हैं क्योंकि यह समूह की समस्याओं को लक्षित करता है जो उन मुद्दों को हल करेगा जो आज हमारे पास नहीं हो सकते हैं यदि यह सिस्टम के लिए नहीं होता। और संरचनात्मक हस्तक्षेप कई अन्य प्रकार के हस्तक्षेपों के पूरक हैं; और साथ ही, यह वास्तव में महत्वपूर्ण है कि हम, एक विश्वविद्यालय के रूप में, ऐसी चीजें करें जिनका बाकी विश्वविद्यालय अनुसरण करते हैं क्योंकि यूसी इतना बड़ा और प्रभावशाली है इसलिए यह वास्तव में महत्वपूर्ण है कि हम उसी से शुरुआत करें।

प्रतिभागियों ने विविधतापूर्ण स्टाफ और संकाय की नियुक्ति की आवश्यकता पर भी बल दिया, ताकि विद्यार्थी स्वयं को विश्वविद्यालय के विभिन्न भागों में प्रतिनिधित्व करते हुए देख सकें, साथ ही, परिवर्तन और आगे की शिक्षा को हमारे संरचनात्मक स्तर के हस्तक्षेपों में परिवर्तन के लिए क्रियान्वित किया जा सके।

ताकत: विश्वविद्यालय की व्यवस्थाओं में कई ताकतें हैं जिनका उपयोग संरचनात्मक-स्तर के हस्तक्षेपों पर भविष्य के शोध को आगे बढ़ाने के लिए किया जा सकता है। उदाहरण के लिए, मौजूदा अनिवार्य प्रशिक्षण हैं जिनमें स्नातक छात्र कर्मचारियों को एक-दूसरे के साथ बातचीत करने और शैक्षिक उत्कृष्टता और विविधता का समर्थन करने के तरीकों पर चर्चा करने का अवसर मिलता है। उदाहरण के लिए, यूसी डेविस में शैक्षिक प्रभावशीलता केंद्र (सीईई) पहली पीढ़ी के छात्रों का समर्थन करने के लिए नस्लवाद विरोधी शिक्षण कार्यशालाएं और कार्यशालाएं प्रदान करता है। प्रतिभागियों ने ओम्बड्समैन कार्यालय जैसे संसाधनों की उपलब्धता पर भी चर्चा की, जहां छात्र मुश्किल बातचीत करके और संघर्ष के मामले में एक आम जमीन पाकर मध्यस्थता सहायता प्राप्त करने के लिए संपर्क कर सकते हैं। एक महिला प्रतिभागी ने कहा,

> सीईई के माध्यम से बहुत सी शिक्षण-संबंधी कार्यशालाएँ आयोजित की गई हैं, जो हमें स्नातक छात्र शिक्षकों के रूप में प्रशिक्षित कर सकती हैं कि कैसे अपने स्नातक छात्रों का बेहतर ढंग से समर्थन किया जाए, जैसे नस्लवाद विरोधी शिक्षाशास्त्र, समावेशी शिक्षाशास्त्र, विविधतापूर्ण छात्रों का समर्थन कैसे किया जाए, इस तरह की चीज़ें। लेकिन मुझे आश्चर्य है कि क्या संकाय के लिए कोई समतुल्य है और यदि है, तो कितने संकाय वास्तव में इसका उपयोग करते हैं? हो सकता है कि नए संकाय मेंटरशिप प्रशिक्षण करते हों। लेकिन मुझे यह जानने की उत्सुकता होगी कि पिछली बार कब किसी ने मेंटरशिप प्रशिक्षण दिया था, अगर वे कुछ समय से यहाँ थे।

.

बाधाएं: प्रतिभागियों ने इस विषय पर भविष्य में शोध कार्य करने में संभावित बाधा के रूप में परिसरों और विभागों में पर्याप्त संसाधनों और निरंतरता की कमी को सूचीबद्ध किया। प्रतिभागियों ने बताया कि संकाय को स्नातक छात्र कर्मचारियों के समान प्रशिक्षित नहीं किया जाता है और यहां तक कि प्रदान की जाने वाली अनिवार्य शिक्षाशास्त्र प्रशिक्षण श्रृंखला भी अद्यतित नहीं है और छात्रों की वर्तमान आवश्यकताओं को पूरा नहीं करती है। एक पुरुष प्रतिभागी ने एचएमजीपीएस के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित करने वाले संरचनात्मक कारकों में से एक के रूप में खराब मार्गदर्शन के बारे में बात की,

> एक और [सिफारिश] मेंटरशिप के बहुत बड़े मुद्दे को संबोधित करना होगा। मैंने खुद यूसी डेविस के मेंटरशिप ढांचे और फैकल्टी के लिए दिशा-निर्देशों के तत्वों को लेने की कोशिश की है और इसे ग्रैंड कमेटी और चेयर के सामने रखा है, और कहा है, "अरे, क्या मैं इसे फैकल्टी मीटिंग में ला सकता हूँ? क्या यह ऐसा कुछ है जिसे हम अपना सकते हैं? क्या हम इसे अनिवार्य बना सकते हैं?" हम देख रहे हैं कि हमारे केवल 50% फैकल्टी वास्तव में अपने स्नातक छात्रों के साथ उनकी शैक्षणिक सफलता के बारे में बात करने के लिए मिल रहे हैं। क्या कोई ऐसा आविष्कार है जिसे हम इसके लिए खोज सकते हैं? इसलिए, मुझे लगता है कि इस तरह की मेंटरशिप पहल के लिए समर्थन होना वास्तव में मददगार होगा।

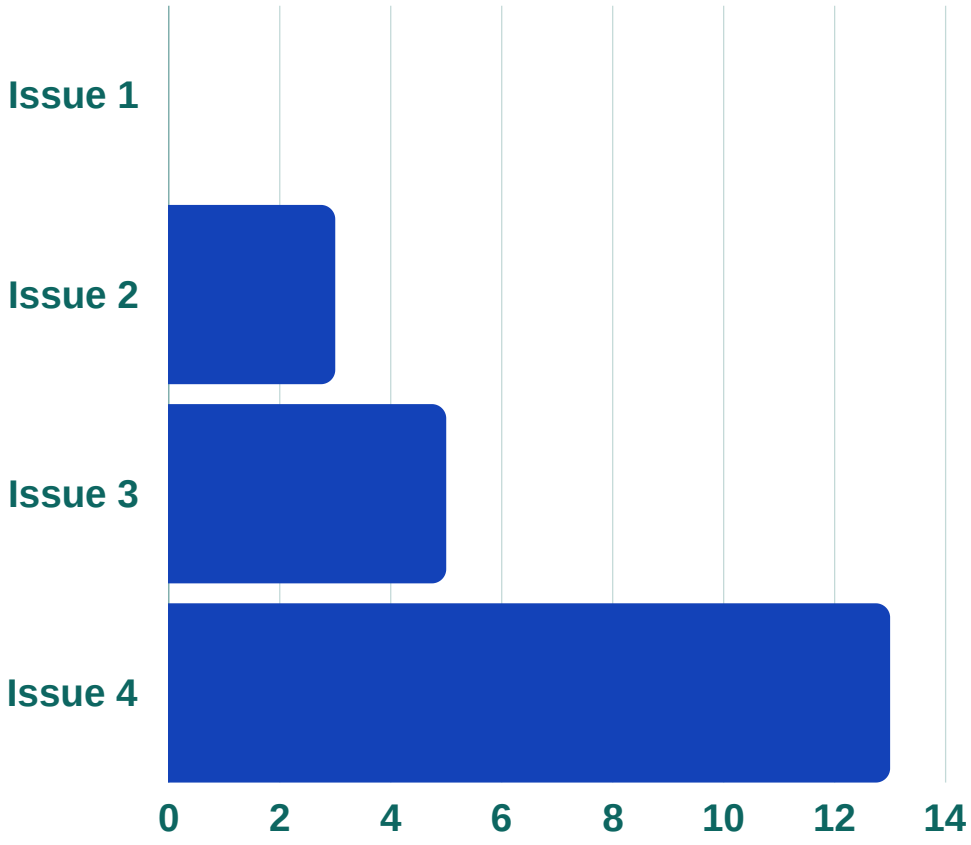
अंत में, प्रतिभागियों ने एचएमजीपीएस की अनूठी मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं को संबोधित करने और उपलब्ध सेवाओं और संसाधनों को बेहतर बनाने के लिए एक प्रणाली बनाने के लिए धन की कमी के मुद्दों पर जोर दिया। एक महिला प्रतिभागी ने टिप्पणी की,

> इस तरह की शिक्षा [संरचनात्मक-स्तर] में बहुत समय लग सकता है और इसमें बहुत सारे संसाधन लगाने की आवश्यकता होती है। कोई व्यक्ति लाखों विविधता प्रशिक्षणों में भाग ले सकता है और फिर भी आत्म-चिंतन नहीं कर सकता; और इसलिए यह एक बाधा हो सकती है। और हर कोई अपने तरीके बदलना या अलग चीजें सीखना नहीं चाहता, है न? यथास्थिति किसी कारण से मौजूद है। एक और बात कार्यकाल के आसपास के मुद्दे हो सकते हैं, खासकर उन लोगों के साथ जो संकाय से बदमाशी और खराब मानसिक स्वास्थ्य के बारे में बात कर रहे हैं।

सार्वजनिक भूक्षेत्र

विचार-विमर्श के तुरंत बाद, हमने मंच के प्रतिभागियों के साथ एक पोस्ट-इवेंट सर्वेक्षण साझा किया। सर्वेक्षण में कुल २२ प्रतिभागियों ने जवाब दिया। **इस सर्वेक्षण में शामिल प्रश्नों में से एक था, "आज की चर्चा में भाग लेने के बाद, मुझे लगता है कि स्नातक और पेशेवर छात्रों की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं पर भविष्य के शोध को [मुद्दे का नाम] पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए।"** प्रतिभागियों को मुद्दा # १ मानसिक स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारक; मुद्दा # २, मानसिक स्वास्थ्य असमानताएँ; मुद्दा # ३, व्यक्तिगत-स्तर के हस्तक्षेप; और मुद्दा # ४, संरचनात्मक-स्तर के हस्तक्षेप के बीच चयन करने के लिए कहा गया था।

अधिकांश प्रतिभागियों (n= १३) ने अंक #४ "संरचनात्मक-स्तरीय हस्तक्षेप" के लिए मतदान किया। कुल ५ प्रतिभागियों ने अंक #३, व्यक्तिगत-स्तरीय हस्तक्षेप को सबसे महत्वपूर्ण शोध विषय के रूप में वोट दिया। अंत में, ३ प्रतिभागियों ने अंक #२, मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं के लिए मतदान किया। किसी भी प्रतिभागी ने अंक #१, मानसिक स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारकों के लिए मतदान नहीं किया।



हमने विचार-विमर्श के बारे में क्या सीखा

मंचों पर चर्चाओं के माध्यम से कई पैटर्न उभरे, जो सुझाव देते हैं कि भविष्य के शोध में संरचनात्मक-स्तर के हस्तक्षेपों के मुद्दों को शामिल किया जाना चाहिए, विशेष रूप से मानसिक स्वास्थ्य और उच्च शिक्षा के क्षेत्रों में सामूहिक कार्रवाई और परिवर्तन को बढ़ावा देने के उद्देश्य से। ये विषय सभी चार मुद्दों और प्रत्येक छोटे-समूह के विचार-विमर्श के भीतर प्रतिभागियों के कारणों, शक्तियों और ऐतिहासिक रूप से हाशिए पर पड़े स्नातक और पेशेवर छात्रों पर भविष्य के शोध के लिए संभावित बाधाओं के हिस्से के रूप में उभरे।

तीन मुख्य क्षेत्रों में प्रभावी मानसिक स्वास्थ्य हस्तक्षेपों पर चर्चा की गई:

१. परिसर के अंदर और बाहर उपलब्ध मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं में सुधार
२. दमनकारी संरचनाओं को ध्वस्त करना
३. देखभाल करने वाले समुदायों को बढ़ावा देना

प्रभावी मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के बारे में हमने क्या सीखा

प्रतिभागियों ने सभी के लिए अधिक सुलभ, किफायती और प्रभावी मानसिक स्वास्थ्य संसाधनों और सेवाओं की वकालत की। प्रतिभागियों ने स्नातक और पेशेवर छात्रों को कर्मचारियों के रूप में नहीं बल्कि छात्रों/रोगियों के रूप में अवधारणा बनाने की आवश्यकता के बारे में भी बात की। अपनी अवधारणा को बदलकर, संस्था, फिर, एच.एम.जी.पी.एस के लिए उपलब्ध धन, सेवाओं और संसाधनों को बढ़ा सकती है। इसके अलावा, मंचों पर, प्रतिभागियों ने उच्च शिक्षा और रोगी-केंद्रित देखभाल में संस्थागत जवाबदेही और अभिनव दृष्टिकोण की आवश्यकता पर जोर दिया। एक महिला प्रतिभागी ने साझा किया,

> सभी विभागों में अधिक संपर्क की आवश्यकता है। और विशेष रूप से CAPS के साथ अधिक समर्थन की आवश्यकता है। हमने इस बारे में बात की कि कैसे... मुझे पूरी तरह से यकीन नहीं है कि उनके पास अभी कितने परामर्शदाता हैं, लेकिन अगर मैं पिछले साल से सोचूं, तो पूरे विश्वविद्यालय के लिए शायद चार या पाँच परामर्शदाता हैं। और ऐसा लगता है कि वे बहुत अधिक बोझ से दबे हुए हैं, खासकर पिछले कुछ वर्षों में जब मुझे लगता है कि परिसर में बहुत से लोग संकट में थे। और मुझे लगता है कि यह संरचना-स्तरीय हस्तक्षेपों में बाधा है। यह पर्याप्त अवसंरचनात्मक समर्थन नहीं होने जैसा है।

मंचों के दौरान चर्चा किए गए संरचनात्मक स्तर के कुछ हस्तक्षेपों में सभी छात्रों के लिए उपलब्ध सेवाओं और संसाधनों के बारे में जानकारी तक पहुंच बढ़ाना; परिसर में दीर्घकालिक मानसिक स्वास्थ्य देखभाल तक पहुंच बढ़ाना; सस्ती, उपलब्ध और सुलभ सेवाओं को बढ़ावा देना (परिसर में और बाहर); विकलांग और/या तंत्रिका-विविधता वाले लोगों के लिए सामुदायिक और पेशेवर समर्थन बढ़ाना शामिल हैं।

.

इसके अतिरिक्त, प्रतिभागियों ने कैप्स में अधिक और विविध चिकित्सकों और पेशेवरों की आवश्यकता पर प्रकाश डाला। एक महिला प्रतिभागी ने कहा,

> स्नातक छात्रों के रूप में हम जल्दी ही कैंपस से बाहर भेज दिए जाते हैं क्योंकि कैंपस में सेवाएँ स्नातक छात्रों की आबादी के लिए बहुत कम होती हैं। मनोचिकित्सकों या यहाँ तक कि केस मैनेजरों जैसी मानसिक स्वास्थ्य सहायता सेवाएँ बहुत ज़्यादा नहीं होती हैं, इसलिए अक्सर हमें कैंपस से बाहर भेज दिया जाता है

इसके अलावा, प्रतिभागियों ने सांस्कृतिक केंद्रों की महत्वपूर्ण भूमिका के बारे में बात की और बताया कि कैसे इन केंद्रों को व्यवहारिक स्वास्थ्य पेशेवरों को नियुक्त करने और बनाए रखने पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए, जो एचएमजीपीएस के लिए आवश्यक सांस्कृतिक और भाषाई रूप से विविध सेवाएं प्रदान कर सकें।

इसी प्रकार, प्रतिभागियों ने शैक्षणिक संस्थानों को अपने बोर्ड में अश्वेत और निम्न आय पृष्ठभूमि वाले संकाय, कर्मचारियों, प्रशासकों और स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं का प्रतिनिधित्व बढ़ाने के लिए प्रोत्साहित किया, क्योंकि वर्तमान निकाय में अधिकांश लोग श्वेत, स्वस्थ, सिस-जेंडर और/या धनी पृष्ठभूमि से हैं।

दमनकारी संरचनाओं को ध्वस्त करने के बारे में हमने क्या सीखा

प्रतिभागियों ने उच्च शिक्षा में ऐतिहासिक, सामाजिक और समकालीन नुकसानों (जैसे, संरचनात्मक नस्लवाद, लिंगवाद और योग्यतावाद) को स्वीकार करने के महत्व के बारे में बात की ताकि उन्हें दूर करने की दिशा में जानबूझकर काम किया जा सके। उदाहरण के लिए, प्रतिभागियों ने संकाय और कर्मचारियों के सदस्यों को नस्लवाद विरोधी प्रशिक्षण श्रृंखला और सांस्कृतिक रूप से जागरूक पेशेवर विकास के अवसर प्रदान करने की आवश्यकता पर चर्चा की। प्रतिभागियों के अनुसार, ये प्रशिक्षण यथास्थिति को तोड़ने के लिए शिक्षा जगत में सांस्कृतिक परिवर्तनों को बढ़ावा देने में मदद कर सकते हैं।

प्रतिभागियों ने उच्च शिक्षा में प्रचारित संस्कृति और नेतृत्व शैली को बदलने की आवश्यकता के बारे में बात की, विशेष रूप से संरचनात्मक नस्लवाद को खत्म करने के लिए। एक पुरुष प्रतिभागी ने साझा किया,

> [प्रतिभागी का नाम] आवास और सामाजिक-आर्थिक कारकों के बारे में भी सोच रहा था और उन्हें संबोधित कर रहा था और संरचनात्मक कारकों के उन हिस्सों पर विचार कर रहा था। यह स्पष्ट रूप से यहाँ एक बहुत बड़ा मुद्दा है; इसलिए मुझे लगता है कि यह इस बात पर वापस आता है कि आप किसी स्थान की संस्कृति को कैसे बदलते हैं? जब विश्वविद्यालय में ऐसे आदेश या परिवर्तन होते हैं जो वह चाहता है, तो यह बहुत ऊपर से नीचे की ओर होता है। लेकिन जब नस्लवाद विरोधी चीज़ों के बारे में आदेश या परिवर्तन होते हैं, तो कभी-कभी यह थोड़ा और नीचे से ऊपर की ओर लगता है। मुझे लगता है कि अकेले यह असमानता और प्राथमिकता हास्यास्पद है।

एक संकाय सदस्य ने परिसर में मौजूद विविधता प्रशिक्षण संसाधनों की सराहना की। उन्होंने बताया,

> हमारे पास [कैंपस का नाम] में सी-ट्रेनिंग नामक कुछ था जो शैक्षिक उत्कृष्टता और विविधता का समर्थन कर रहा था। यह संकाय के विभिन्न अन्य सदस्यों के साथ एक पूर्ण दिवसीय पाठ्यक्रम था जो विविधता के लिए शैक्षिक समानता का समर्थन करने के बारे में था। और उन्होंने वास्तव में पाया कि यह अविश्वसनीय रूप से सहायक था और मुझे नहीं पता कि इसे अधिक व्यापक रूप से प्रसारित किया गया है या नहीं, लेकिन मुझे लगता है कि अगर ऐसा होता तो यह लोगों के लिए अविश्वसनीय रूप से सहायक होता।

प्रतिभागियों ने यह भी कहा कि शैक्षणिक संस्थान द्वारा स्नातक और पेशेवर छात्रों को स्वागत योग्य, सम्मानजनक और पोषण करने वाला वातावरण प्रदान करना सुनिश्चित करने के लिए अधिक संस्थागत और सामुदायिक जवाबदेही की आवश्यकता है। अंत में, एक पुरुष प्रतिभागी ने संरचनात्मक-स्तर और व्यक्तिगत स्तर के हस्तक्षेपों के बीच संबंधों के बारे में बात की। प्रतिभागी ने साझा किया,

> मैं बस इतना कहना चाहता हूँ कि हालाँकि मैं [दूसरे प्रतिभागी] द्वारा प्रणालीगत हस्तक्षेपों के बारे में कही गई हर बात से सहमत हूँ, मुझे लगता है कि हमें या तो प्रणालीगत और व्यक्तिगत दोनों तरह के हस्तक्षेपों के लिए एक बहु-स्तरीय दृष्टिकोण अपनाने की ज़रूरत है या हमें इसे व्यक्तिगत रूप से करने की ज़रूरत है। क्योंकि प्रणालीगत हस्तक्षेपों को लागू होने में बहुत समय लगेगा। हमारे पास हमेशा बहुत सारी नौकरशाही होती है, और बदलावों को लागू करने में बाधाएँ होती हैं, है न? हमारे पास बहुत से लोग हैं जो इस बात पर अड़े रहते हैं कि उनकी यथास्थिति काम कर रही है। जैसे "मैंने इसके लिए स्कूल से पढ़ाई की है, या मैंने इस विश्वविद्यालय में २०-३० साल काम किया है, हर कोई ऐसा ही करता है, हमें इसे बदलने की क्या ज़रूरत है?" इसलिए, हमें आज लोगों के मानसिक स्वास्थ्य संबंधी मुद्दों से निपटने का एक तरीका खोजने की ज़रूरत है। अगर हमें चार में से एक चुनना हो तो मैं उस कारण से व्यक्तिगत चुनूँगा। लेकिन हाँ, हमारे पास व्यक्तिगत रूप से जो बहुत सारे मुद्दे हैं, वे ठीक इसलिए हैं क्योंकि सिस्टम ठीक से काम नहीं कर रहा है। इसलिए, यह एक बहुत ही जटिल मुद्दा है।

प्रतिभागियों ने परिसर में विविधता, समानता और समावेश (डी.ई.आई) कार्यालयों जैसे संसाधनों को बढ़ावा देने के महत्व पर चर्चा की। प्रतिभागियों ने डी.ई.आई कार्यालय में व्यक्तिगत सलाहकार नियुक्तियों को बढ़ाने की सिफारिश की ताकि एच.एम.जी.पी.एस स्नातक विद्यालय में अनुभव किए गए संघर्षों और चुनौतियों के बारे में बात करने के लिए उन तक पहुँच सके। प्रतिभागियों ने परिसर में विविधता का बेहतर समर्थन करने के लिए यूसी प्रणाली के भीतर पहले से ही उठाए गए कुछ कदमों की भी सराहना की, जिसमें डी.ई.आई कार्यालयों के लिए अधिक स्टाफिंग और निदेशकों को नियुक्त करना शामिल है जो पहले उपलब्ध नहीं थे। प्रतिभागियों की सिफारिश के अनुसार, संरचनात्मक-स्तर के हस्तक्षेप जानबूझकर होने चाहिए और बहिष्कार प्रथाओं, शैक्षणिक बदमाशी, गैसलाइटिंग और उत्पीड़न, कार्यस्थल में प्रतिशोध और धोखेबाज सिंड्रोम से जुड़ी मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए। प्रतिभागियों ने एच.एम.जी.पी.एस के बीच मनोवैज्ञानिक आघात, अवसाद, चिंता और आत्महत्या के विचार की व्यापकता को कम करने के लिए जल्द से जल्द हस्तक्षेप करने की आवश्यकता के बारे में भी बात की।

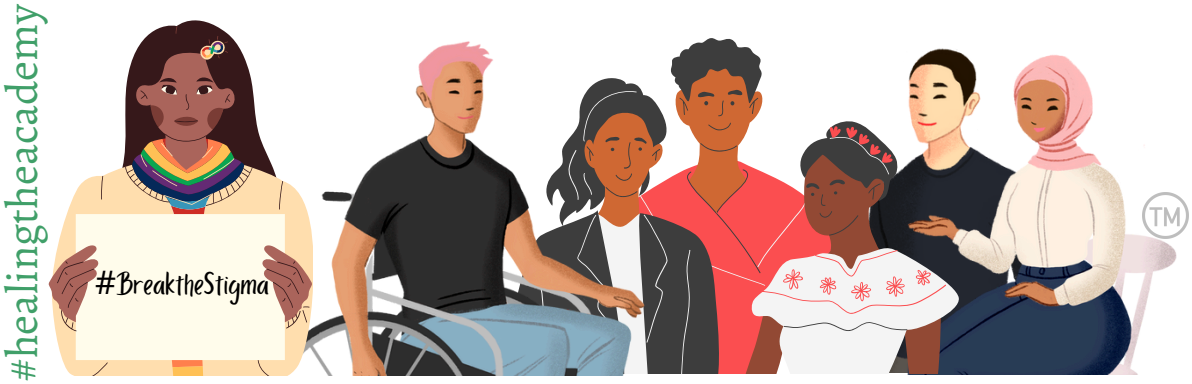
देखभाल समुदायों के बारे में हमने क्या सीखा

प्रतिभागियों ने एचएमजीपीएस के मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण को प्राथमिकता देने की आवश्यकता के बारे में बात की। ऐसा करने का एक तरीका स्वास्थ्य की संस्कृति (चेनी एट अल., २०२३) और उच्च शिक्षा संस्थानों में देखभाल के समुदायों को बढ़ावा देना है।

देखभाल के समुदायों को बढ़ावा देने का एक प्रमुख पहलू एचएमजीपीएस के मानसिक स्वास्थ्य को नुकसान पहुंचाने वाले संरचनात्मक कारकों को संबोधित करने के लिए साझा जिम्मेदारी की भावना होना है। साझा जिम्मेदारी के लिए विभिन्न हितधारकों, शैक्षणिक विषयों, प्रभागों और विभागों (जैसे, कैंपस नेतृत्व, यूसीजीपीसी और यूनिवर्सिटी ऑफ कैलिफोर्निया के राष्ट्रपति कार्यालय) के बीच क्रॉस-सेक्टर सहयोग की आवश्यकता होती है। ये सहयोग स्नातक और पेशेवर छात्रों के लिए उपलब्ध मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं और संसाधनों के बारे में जागरूकता, विश्वास और उपयोग को बढ़ा सकते हैं।

इसके अलावा, एक महिला प्रतिभागी ने टिप्पणी की, "मुझे लगता है कि हमें इस बात पर विचार करना होगा कि छात्रों की विशिष्ट सामाजिक-सांस्कृतिक पृष्ठभूमि में बड़ी प्रणाली मानसिक स्वास्थ्य के बारे में उनके विचारों और विश्वासों को कैसे प्रभावित कर सकती है और वे समर्थन प्राप्त करने में कैसे सहज महसूस करते हैं।"

प्रतिभागियों ने मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के लिए अधिक धन की वकालत की जो एचएमजीपीएस के साथ प्रतिध्वनित होती है। उदाहरण के लिए, कुछ छात्र पेशेवर परामर्श को पसंद कर सकते हैं या इसकी आवश्यकता हो सकती है, दूसरों को आघात-सूचित देखभाल की आवश्यकता हो सकती है, अन्य धार्मिक या आध्यात्मिक परामर्श को पसंद कर सकते हैं, और/या अन्य समान सांस्कृतिक या जातीय पृष्ठभूमि वाले छात्रों या कर्मचारियों से जुड़ना पसंद कर सकते हैं।



प्रतिभागियों ने इस बात पर भी चर्चा की कि किस तरह से स्नातक छात्रों की जटिलताओं और कई समूह-आधारित हाशिए पर पड़ी पहचानों को छात्रों को उचित देखभाल और सहायता प्रदान करने के लिए ध्यान में रखा जाना चाहिए। उदाहरण के लिए, छात्र शोध करने, कक्षाएं लेने और परिवार और बच्चों के साथ संतुलन बना रहे हैं। एक महिला प्रतिभागी ने टिप्पणी की,

> उन्हें [छात्रों को] लगता है कि जब विश्वविद्यालय उनके नियोक्ता होने, स्वास्थ्य बीमा और आवास प्रदान करने की बात आती है, तो उनके पास बहुत सारे अंडे होते हैं। मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों से निपटने के लिए, उन्हें आगे बढ़ने की आवश्यकता महसूस हो सकती है क्योंकि इसी से वे अपनी आजीविका चलाते हैं। चुनौतियों का सामना करते हुए, वे अपने सलाहकारों के साथ मुखर होने से हिचकिचाते हैं, इस डर से कि उन्हें अप्रेरित या उपद्रवी के रूप में लेबल किया जा सकता है। परामर्श जैसे संसाधन परिसर में उपलब्ध हैं, लेकिन समर्थन के बारे में अधिक मुखर होना और जीवन की चुनौतियाँ कैसे हो सकती हैं, यह महत्वपूर्ण है। विश्वविद्यालय के विभाग और कार्यालय इतने अलग-थलग हो सकते हैं कि लोगों को संसाधनों के बारे में पता ही नहीं चलता। यह पता लगाना महत्वपूर्ण है कि छात्र इन चीज़ों [संसाधनों] के बारे में कैसे सीखते हैं, चाहे सलाहकारों, छात्र संगठनों या अन्य चैनलों के माध्यम से।

प्रतिभागियों ने बताया कि एचएमजीपीएस की विशिष्ट मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए, उच्च शिक्षा संस्थानों को १) उपलब्ध मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं में विविधता लानी होगी (परिसर के अंदर और बाहर), २) विषाक्त और शत्रुतापूर्ण शैक्षणिक वातावरण को बाधित और नष्ट करना होगा क्योंकि वे स्वास्थ्य संबंधी असमानताओं को जन्म देते हैं, और ३) सुरक्षित स्थानों और देखभाल के समुदायों के अस्तित्व की गारंटी देनी होगी जो एचएमजीपीएस के मानसिक स्वास्थ्य, अपनेपन की भावना और भावनात्मक कल्याण का पोषण करते हैं। मानसिक स्वास्थ्य के सामाजिक निर्धारकों, मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं, व्यक्तिगत स्तर के हस्तक्षेपों या संरचनात्मक स्तर के हस्तक्षेपों पर अनुसंधान करने में आने वाली चुनौतियों के बावजूद, हम आशा करते हैं कि भविष्य के अनुसंधान से परिसर में और परिसर के बाहर उपलब्ध प्रभावी और व्यवहार्य मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं की पहचान में वृद्धि होगी, यह दमनकारी संरचनाओं को खत्म करने में मदद करेगा, और यह एचएमजीपीएस की विशिष्ट मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए स्वास्थ्य की संस्कृतियों और देखभाल के समुदायों को बढ़ावा देगा।

स्नातक और व्यावसायिक छात्रों के लिए संसाधन

हम हितधारकों को अपने संस्थानों में स्नातक और पेशेवर छात्रों के लिए उपलब्ध मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण सेवाओं के बारे में अद्यतन और सांस्कृतिक रूप से संवेदनशील जानकारी साझा करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं।

उनके मानसिक स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण को समर्थन देने के लिए निम्नलिखित राष्ट्रीय और विश्वविद्यालय स्तर के संसाधन प्रस्तावित हैं।

राष्ट्रीय संसाधन

- राष्ट्रीय आत्महत्या रोकथाम लाइफलाइन (अंग्रेजी और स्पेनिश में उपलब्ध) १-८००-२७३-८२५५, वेबसाइट: https://suicidepreventionlifeline.org/
- स.ए.म.ह.स.ए की २४/७ राष्ट्रीय हेल्पलाइन १-८००-४८७-४८८९, स.ए.म.ह.स.ए की राष्ट्रीय हेल्पलाइन: https://www.samhsa.gov/find-help/national-helpline
- राष्ट्रीय मानसिक बीमारी गठबंधन (एनएएमआई): http://www.nami.org/
    - न.मी. की स्टिग्माफ्री प्रतिज्ञा: https://www.nami.org/Get-Involved/Pledge-to-Be-StigmaFree

यूसी संसाधन

- यूसी रिवरसाइड अनिर्दिष्ट छात्र कार्यक्रम ९५१-८२७-३८०८ https://usp.ucr.edu
- यूसीआई ड्रीम सेंटर https://dream.uci.edu/
- गौचोस फॉर रिकवरी, पदार्थ-उपयोग विकारों और नशे की लत व्यवहार के लिए सहकर्मी-आधारित पुनर्प्राप्ति कार्यक्रम https://adp.sa.ucsb.edu/gfr
- डेविस और डेविस स्वास्थ्य एल.जी.बी.टी.क्यू.आई.ए संसाधन केंद्र https://lgbtqia.ucdavis.edu/
- सैन डिएगो एल.जी.बी.टी. संसाधन केंद्र https://lgbt.ucsd.edu/
- यूसी डेविस वेटरन्स सक्सेस सेंटर https://veterans.ucdavis.edu/

टीम के सदस्य

नीचे हमारी संचालन परिषद, मानसिक स्वास्थ्य कार्यबल और नेतृत्व टीम के सभी सदस्यों की सूची दी गई है जिन्होंने इस परियोजना के विकास में योगदान दिया। नीचे दी गई जानकारी में परिषद के सदस्यों के नाम, स्कूल/एसोसिएशन के विभाग और उनकी शैक्षणिक या पेशेवर भूमिका शामिल है

संचालन परिषद (एससी):

- गैब्रिएला ऑर्टिज़, एमए- स्नातक छात्र, यूसी रिवरसाइड (यूसीआर)
- अमांडा स्कॉट-विलियम्स, एमए- स्नातक छात्र, यूसीआर
- नेली क्रूज़, एमए- स्नातक छात्र, यूसीआर
- कोनी मार्मोलेजो, डॉ.पी.एच. - द वेल के निदेशक, यूसीआर
- माइकलिस फालौट्सोस, पीएच.डी.- प्रोफेसर, यूसीआर
- अर्लीन कैनो मट्यूट, पीएच.डी. - चिकानो छात्र कार्यक्रम की सहायक निदेशक, यूसीआर
- डॉन लोयोला, एड.डी. - यूसीआर में ग्रेजुएट स्टूडेंट एडवाइजिंग के निदेशक
- अमांडा हेल, एमए- स्नातक छात्रा, यूसीआर
- ग्वेन चोदुर, पीएच.डी. - यूसी डेविस

मानसिक स्वास्थ्य कार्यबल (एमएचटी):

- पेट्रीसिया ऑर्डोनेज़-किम, एमए- स्नातक छात्र और यूसीजीपीसी कार्यकारी अध्यक्ष, यूसीआर
- हिमाली ठाकुर, एमए-स्नातक छात्रा, यूसी डेविस, यूसीजीपीसी परिषद सदस्य
- हेडन शिल हेंडले, पीएच.डी. - यूसीआर में शिक्षण के सहायक प्रोफेसर, पूर्व यूसीजीपीसी अध्यक्ष (२०२२-२३)
- सोराया ज़ारूक, पीएच.डी. - पूर्व स्नातक छात्र, यूसीआर
- यी झोउ, पीएच.डी.- यूसी रिवरसाइड
- तोशिया यामागुची, एम.डी. - क्लिनिकल प्रोफेसर, यूसीआर स्कूल ऑफ मेडिसिन
- जेसी ब्रिजवाटर, पीएच.डी. - पूर्व स्नातक छात्र, यूसीआर, पूर्व स्नातक छात्र संघ (जीएसए) अध्यक्ष (२०२२-२३)
- जे सेल्के- स्नातक छात्र - यूसीआर
- मैथ्यू केर्स्टिंग - स्नातक छात्र, यूसीआर
- जोस अल्वारेज़- स्नातक छात्र, यूसीआर
- अमांडा एगोस्टो रामोस, स्नातक छात्र, यूसीआर

नेतृत्व टीम:

- अकादमिक नेतृत्व: एवलिन वाज़क्वेज़, पीएच.डी., एम.एस., सहायक व्यावसायिक शोधकर्ता, यूसीआर स्कूल ऑफ मेडिसिन (एसओएम)
- स्नातक छात्र नेतृत्व/मानसिक स्वास्थ्य टास्कफोर्स (एमएचटी) सह-नेता: मानसी राजाध्यक्ष, एमए, स्नातक छात्र, यूसीआर स्कूल ऑफ एजुकेशन
- सोशल मीडिया लीड: स्मिता जंदीर - अंडरग्रेजुएट छात्रा, यूसीआर कॉलेज ऑफ नेचुरल एंड एग्रीकल्चरल साइंसेज
- हेल्थकेयर लीड: लिसा मोलिना, सिएडीसि-२, निदेशक, सॉलिड ग्राउंड वेलनेस इन रिकवरी
- एमएचटी सह-नेता: किम्बरली लेक्स, पीएचडी - क्लिनिकल मनोचिकित्सा के प्रोफेसर, यूसीआर एसओएम
- सामुदायिक सहभागिता प्रमुख/एमएचटी सह-नेता: एन चेनी, पीएच.डी., एम.ए., एसोसिएट प्रोफेसर, यूसीआर एसओएम

Co-Learning Activities

Visit our Linktree

#healingtheacademy

linktr.ee/engagingtheacademy

1) PATIENT-CENTERED RESEARCH TRAINING SERIES

- Community-Based Participatory Research 101- Available here
- Ethics in Patient-Centered Research- Available here
- Comparative Clinical Effectiveness Research- Available here

2) VIRTUAL PHOTOVOICE GALLERY-

- Virtual galerry- Available here

3) MENTAL HEALTH EDUCATIONAL WORKSHOPS

- Mental Health 101- Available here
- Structural Factors and Mental Health Disparities- Available here
- Setting Limits and Boundaries- Available here
- Building Community through Stories

4) PODCAST SERIES- AVAILABLE HERE

संदर्भ

बोरगट्टी, एस. (२०२४). एंथ्रोपैक (संस्करण ४.९८). एनालिटिक टेक्नोलॉजीज. http://www.analytictech.com/anthropac/anthropac.htm

चार्ल्स, एस.टी., कर्नाज़, एम.एम., और लेस्ली, एफ.एम. (२०२२) स्नातक छात्र से संबंधित सकारात्मक कारक मानसिक स्वास्थ्य। जर्नल ऑफ अमेरिकन कॉलेज हेल्थ, ७०(६), १८५८-१८६६। https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1841207

चेनी, ए.एम., हेन्स, टी.एफ., ओल्सन, एम., कॉटम्स, एन., ब्रायंट, के., रीव्स, सी.एम., रीच, एम.आर., कर्रान, जी.एम., और सुलिवन, जी. (२०१८)। ग्रामीण अफ्रीकी अमेरिकियों की मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं के इर्द-गिर्द समुदाय को संगठित करने के लिए जानबूझकर और गुणात्मक तरीकों का उपयोग करना। स्वास्थ्य प्रणाली और सुधार, ४(१), ८-१८ doi:10.1080/23288604.2017.1404180

चेनी, ए., वाज़क्वेज़, ई., और चोबडी, जे. (२०२३). अकादमी में स्वास्थ्य की संस्कृतियाँ बनाना: शीर्ष-से-नीचे और ज़मीनी-से-ऊपर के दृष्टिकोणों को एक साथ लाना। स्वास्थ्य शिक्षा और व्यवहार। https://doi.org/10.1177/10901981231151628

कुइजपर्स, पी., एउरबैक, आर.पी., बेंजेट, सी., ब्रुफ़ेर्ट्स, आर., एबर्ट, डी., करयोटाकी, ई., और केसलर, आर.सी. (२०१९)। विश्व स्वास्थ्य संगठन विश्व मानसिक स्वास्थ्य अंतर्राष्ट्रीय कॉलेज छात्र पहल: एक अवलोकन। मनोरोग अनुसंधान में विधियों के अंतर्राष्ट्रीय जर्नल, २८(२), १७-६१. https://doi.org/10.1002/mpr.1761

किंग्स्टन, आर. जे. (२०१२). नागरिक, विचार-विमर्श और लोकतंत्र का अभ्यास: एक प्रयास पिच केटरिंग रिव्यू. केटरिंग फाउंडेशन प्रेस. मैकलियोड, जे.एम., स्क्यूफेल, डी.ए., मोय, पी., होरोविट्ज़, ई.एम., होल्बर्ट, आर.एल., झांग, डब्ल्यू.डब्ल्यू., ज़ुब्रिक, एस., और ज़ुब्रिक जे. (१९९९)। विचार-विमर्श को समझना: सार्वजनिक मंच में भागीदारी पर चर्चा नेटवर्क का प्रभाव। सामुदायिक अनुसंधान, २६(६):७४३–७७४. https://doi.org/10.1177/0093650990260060005

मुर्गुइया-बर्टन, जेड. एफ., और काओ, एक्स. ई. (२०२२)। स्नातक स्तर पर मानसिक स्वास्थ्य चुनौतियों का सामना करना स्कूल. नेचर रिव्यू मैटेरियल्स, ७(६), ४२१-४२३ https://doi.org/10.1038/s41578-022-00444-x

सेंथिलकुमार, जी., मैथ्यू, एन.एम., फ्रीड, जे.के., सिगमंड, सी.डी., और गुटरमैन, डी.डी. (२०२३). ग्रेजुएट छात्रों की मानसिक सेहत में गिरावट को संबोधित करना। अमेरिकन जर्नल ऑफ फिजियोलॉजी। हार्ट एंड सर्कुलेटरी फिजियोलॉजी, ३२५(४), ह८८२–ह८८७ https://doi.org/10.1152/ajpheart.00466.2023

वेज़्केज़, ई., और चेनी, ए.एम. (आगामी) पहली पीढ़ी के बीच संरचनात्मक भेद्यता स्नातक के छात्र।

वाज़क्वेज़, ई., नीरी, टी., फर्नांडीस, एफ., क्रावल्हो, डी., रयान शायरी, एफ., मोलिना, एल., पेम्बर्टन, एस, एम., और चेनी, ए, एम. (२०२२ए)। छात्र रिकवरी की आवाज़ उठाना: कॉलेजिएट रिकवरी कार्यक्रमों में विविधता को अपनाना। जर्नल ऑफ़ अमेरिकन कॉलेज हेल्थ। https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2119400

वाज़क्वेज़, ई., राजाध्यक्ष, एम., स्कॉट-विलियम्स, ए., ऑर्टिज़, जी., वेरा-कोलन, एम., क्रूज़, एन., हेल, ए., डिघेरो, जे., मार्मोलेजो, सी., जेनक्स, एच., विलारियल, सी., एंजेलो मेड्रिगल, वी., फालौत्सोस, एम., और चेनी, ए. (२०२२बी)। अकादमी को ठीक करना: कम प्रतिनिधित्व वाले स्नातक और पेशेवर छात्रों के बीच मानसिक स्वास्थ्य असमानताओं को संबोधित करना। संचालन परिषद की रिपोर्ट: https://healingtheacademy.com/mental-health-disparities

वूलस्टन, सी. (२०१९). पीएचडी: द टॉर्टस ट्रुथ. नेचर, ५७५(७७८२), ४०३+. https://link.gale.com/apps/doc/A641313178/AONE?u=anon~29c82652&sid=googleScholar&xid=f15ee96e