



National
Carer
Strategy

讨论稿

全国照顾者战略



Australian Government
Department of Social Services

目录

承认原住民国家	2
全国照顾者战略咨询委员会	2
前言	3
关于语言的声明	4
咨询流程	5
本讨论稿的目的是什么?	5
帮助与支持	6
为什么要进行全国性的咨询?	7
为什么这是一项共同责任?	7
第一部分：序言	8
全国照顾者战略的目的	8
为什么要制定新的全国照顾者战略?	8
讨论稿	9
范围和主要考虑事项	9
数据	9
尊重多样性	10
年轻和年长的照顾者	10
第一民族照顾者	10
具有文化和语言多样化 (CALD) 背景的照顾者	11
政府间的交集	11
第二部分：制定新的全国照顾者战略的理由	12
我们已经了解的情况	12
综合健康	12
获得服务	13
第一民族	13
具有文化和语言多样化 (CALD) 背景的照顾者	13
年轻的照顾者	13
第三部分：您的观点	14
之后的步骤	14
愿景声明	14
本战略的原则	14
您承担怎样的照顾角色?	14
对照顾者的支持	15
暂息护理	15
就业和教育	16
优先事项	16
同伴支持	16
考虑所有的照顾者	17
付款	17
其他服务	18
分享自己的经历	18
参考	19

承认原住民国家

澳大利亚政府承认澳大利亚各地的原住民和托雷斯海峡岛民及其与土地、水域、文化和社区之间的持续联系。我们向过去和现在的长老表示敬意。

全国照顾者战略咨询委员会

全国照顾者战略咨询委员会正在指导本战略的制定。该委员会包括来自不同背景的有亲身经历的照顾者和来自各个部门的行业代表。委员会成员是通过公开意向表达（EOI）程序甄选出的，由社会服务部长 Amanda Rishworth 议员阁下任命。

委员会将为本战略的制定做出贡献，包括战略的范围、背景、协商方法和主题。委员会成员将利用他们的个人和专业经验，确保本战略反映澳大利亚无薪照顾者面临的经历和挑战的多样性。

欲了解更多信息，请参见[全国照顾者战略咨询委员会 | 澳大利亚政府社会服务部 \(dss.gov.au\)](https://dss.gov.au)

前言

2024 年 4 月，Rishworth 部长任命了一个有实际经验的照顾者咨询委员会，以指导并与澳大利亚政府一起监督全国照顾者战略的制定。这是为了确保所有照顾者的意见、观点、共同经历和愿望都反映在最终战略中。

我们的委员会包含各种各样有亲身经历的照顾者和来自照顾者组织的代表，包括来自全国各地的年轻照顾者、从第一民族到新近来到澳大利亚的照顾者、从照顾儿童到照顾父母的照顾者。该委员会的提名成员就澳大利亚不同社区的人们在照顾职责中经历的复杂性、交叉性和独特障碍提供建议、代表和倡导。

这一战略为我们提供了一个机会，基于事实做出有意义的变革，旨在改善照顾体验，提高照顾者和照顾对象的生活质量。本战略还寻求解决照顾者面临的各种挑战，包括对发展、职业、教育、财务、身体、精神和文化福祉的影响，以及我们充分参与社会的权利。

在我们的社会中，照顾是一种独特而重要的责任，却常常被忽视、不被承认、被低估。这个角色是由多样化的个体关系塑造的，这些关系转化为既有挑战性又有意义的照顾体验。当务之急是承认、重视和支持照顾者发挥的重要作用以及他们对其所照护的人士的生活做出的深远贡献。承认照顾者的贡献及其提供的额外无偿照护和支持至关重要，因为这种支持对于补充和加强政府资助的有偿护理和支持服务是必要的，并且这种支持减少了对我们的卫生和社会护理系统的需求。

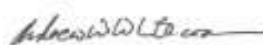
作为照顾者，我们与您在一起。我们理解我们共同的旅程具有独特的复杂性，并且常常令人不知所措。照护是一种贯穿我们生活的承诺，通常不张扬，需要韧性。这一角色塑造了我们参与社会的能力，默默地支撑着社区的本质。

澳大利亚有 300 万无薪照顾者，我们渴望听到您的声音。我们希望倾听您的意见，无论您在自己的照顾之旅中处于哪个阶段，即使您刚刚开始担当照顾角色。您的故事、您的挑战和您的需求将是本战略的基石。本讨论稿和围绕战略制定的咨询策略为您提供了一个平台，让您可以表达对您至关重要的观点，帮助制定支持我们所有人的政策和计划。这个机会确保每位照顾者都得到认可、重视和支持，以充分参与社会及其照顾角色。

我们邀请您参与本次对话。让我们开诚布公，共同创造未来，让照顾者的每个角色都得到认可、重视和支持。



Meredith Coote, Co-Chair



Andrew Whitecross, Co-Chair

关于语言的声明

在本文件中，我们使用“照顾者”和“照护职责”一词作为总称，指为患有残障、医疗状况、精神疾病或因年长而体弱的人士提供无偿护理、支持和帮助。我们理解，照顾和照顾职责可以有多种形式；您可能是朋友、邻居、大家庭的一员、配偶、子女或父母。

[《2010 年照顾者认可法》](#)（本法）目前对“照顾者”的定义是，为另一位因残障、医疗状况（包括晚期或慢性疾病）、精神疾病或因体弱和年长而需要照顾、支持和帮助的人提供个人照顾、支持和帮助的人。正式的护理安排将不在本战略和讨论稿中讨论。正式护理人员是指作为有偿服务、志愿安排的一部分或有偿护理服务培训或教育的一部分提供照顾、支持和帮助的人。

并不是每个为他人提供帮助和支持的人都认为自己是照顾者。这可能有许多原因：例如，照顾者可能很难将他们的照顾角色与照顾对象的关系分开。这些关系和网络给人们一种联系感和归属感，可以成为人们身份和意义的重要组成部分。成为照顾者可能会对各方的现有关系构成挑战。有些人可能没有意识到，在他们的关系中，他们提供的支持比其他人提供的支持要多得多。在最近的咨询中，一些参与者认为“照顾者”这一词汇可能会让人不舒服。他们觉得这可能是对照顾对象的居高临下，削弱了他们的主观能动性。

在照顾某人时，除非照顾责任影响到您的工作能力、限制了您与家人在一起的时间和/或开始影响到您自己的健康和福祉，否则“照顾者”这一称谓可能并不明确。

此外，我们也理解有些人可能不认可、不接受或不承认照顾者这一术语，包括第一民族人民以及文化和语言多样化（CALD）社区。

在本讨论稿中，当我们提到照顾者时，我们并不是指那些提供正规有偿护理的人。照顾者是指任何人，无论是儿童还是成人，他们照顾因疾病、体弱、残障、精神健康问题或成瘾问题而需要帮助的家庭成员、伴侣或朋友，如果没有照顾者的支持，这些人士将无法应对。他们的照顾是无偿的。当我们在本文件中提到照顾者时，这包括成人和年轻的照顾者。

请注意，对儿童进行正常日常照顾的人，无论是父母或非父母、亲属、祖父母或寄养关系（儿童没有因残障、医疗状况或精神疾病而需要额外支持的情况），都不是本讨论稿和本战略的重点。可致电 1800 245 965 与社会服务部的祖父母、寄养家庭和亲属照顾者顾问联系，获得为该照顾者群体量身定制的支持。其他相关资源可以在[社会服务部网站](#)上找到。



我们有兴趣倾听所有可能为亲人或朋友提供支持的社区成员的意见，无论他们是否选择使用“照顾者”一词。

您使用“照顾者”这个词吗？您更倾向于使用其他词汇吗？



您也可能与他人分享照顾职责。许多照顾者都是一个支持群体的一部分，包括但不限于主要照顾者的角色。在澳大利亚，“主要照顾者”一词是指为照顾对象的日常活动提供最多无偿护理和帮助的人。

主要照顾者的概念有帮助吗？

咨询流程

本讨论稿的目的是什么？

本讨论稿是新的全国照顾者战略（本战略）公众咨询和参与的一部分，为照顾者和利益相关方提供机会，告诉政府对他们来说什么是重要的。

我们希望听取所有照顾者的意见，包括来自不同背景的照顾者，以确保本战略响应照顾者的需求，并提供更好地支持澳大利亚所有无薪照顾者的成果。本讨论稿旨在概述社会服务部意识到的对照顾者很重要的问题。它旨在促进讨论，而不一定确定所有相关问题或解决问题的方法。

通过回应本讨论稿进行参与是一个共同努力的机会，确保照顾者的经历得到代表，使其深度参与新的全国照顾者战略的制定。

您可以通过书面提交流程对本讨论稿做出回应，在第三部分中有一系列问题来指导您提交意见。这些问题仅供参考。

与此同时，我们知道照顾者的时间可能有限，因此我们编写了一份简短的在线问卷，您可以选择填写。您可以回答所有的问题，或者只回答那些对您最重要或最相关的问题。调查问卷可在 [全国照顾者战略 | engage.dss.gov.au](https://engage.dss.gov.au) 找到。

本讨论稿不是政府政策；然而，它将决定联邦政府如何理解澳大利亚社区希望照顾者获得的权益，以及政府应该优先考虑哪些方面，以推动所有照顾者获得更好的结果。

提交截止日期：2024 年 9 月 13 日晚上 11:59。

通过 DSS Engage 在线提交书面意见：

- 您可以通过 DSS Engage [全国照顾者战略 | engage.dss.gov.au](https://engage.dss.gov.au) 在线提交书面意见
- 请包括与您要讨论的主题或问题相关的标题。
- 您可能希望回答所有问题，或者选择只回答您最感兴趣的问题。
- 如果您代表一个组织，我们鼓励您提供案例研究、数据和证据来支持您的观点。除非您已获得同意，可以分享可能会暴露个人身份的细节，否则请务必不要透露相关信息。
- 政府可以选择公布提交给全国照顾者战略咨询程序的意见书。在提交书面意见时，您将被要求说明您是否希望您的意见以可识别或匿名方式发布在社会服务部网站上。有关您隐私的更多信息，请参阅[隐私政策 | 澳大利亚政府社会服务部 \(dss.gov.au\)](https://dss.gov.au) 上的隐私声明。

电子邮件：NationalCarerStrategy@dss.gov.au

信件： National Carer Strategy GPO Box 9820
Department of Social Services Canberra ACT 2601

问询：所有问询应发送至 NationalCarerStrategy@dss.gov.au

订阅：欲在整个咨询过程中了解最新信息，请订阅 engage.dss.gov.au

帮助与支持

请注意，本文件中包含的信息可能会使读者感到痛苦。它包括澳大利亚照顾者的经历和他们面临的挑战的信息。如果您在读完本文件后需要帮助来处理困扰的情绪，有一些免费的服务可以帮助你。

照护者门户

- 电话 1800 422 737，周一至周五，上午 8 点到下午 5 点提供支持和服务。
- 网站：[Carer Gateway](https://www.carer.gov.au)

Beyond Blue 支持服务

- 电话 1300 224 636，提供每周 7 天每天 24 小时的全天候服务。
- 每周 7 天，澳大利亚东部标准时间下午 3 点到凌晨 12 点可在线聊天。
- 发送电子邮件，获得免费短期心理咨询、建议及转介服务。
- 网站：[Beyond Blue Support Service](https://www.beyondblue.org.au)。

Lifeline 危机支持

- 当您感到不知所措、难以应对或有自杀念头时，这项保密服务为您提供支持。
- 每周 7 天，每天 24 小时，致电 13 11 14 与危机支持人员交谈。
- 发送短信至 0477 13 11 14，获得每周 7 天每天 24 小时的全天候支持。
- 每周 7 天每天 24 小时可全天候在线聊天。
- 网站：[Lifeline Crisis Support](https://www.lifeline.org.au)。

1800RESPECT

- 如果您遭受性侵犯或家庭暴力或虐待，这项服务为您提供支持。
- 每周 7 天，每天 24 小时，均可致电 1800 737 732。

- 每周 7 天每天 24 小时可全天候在线聊天。
- 网站: [1800RESPECT](#)

13YARN

- 这项第一民族的服务提供文化安全的危机支持。
- 可每周 7 天、每天 24 小时致电 13 92 76, 与原住民和托雷斯海峡岛民危机支持者交谈。
- 网站: [13YARN](#)

QLife

- QLife 为澳大利亚民众提供匿名和免费的 LGBTQ+ 同伴支持和转介
- 致电 1800 184 527 (每天下午 3 点至午夜开放), 或访问 [QLife——支持和转介](#)

为什么要进行全国性的咨询?

照顾者面临的挑战多种多样, 往往与他们的个人情况有关。我们承认, 这些经历可能导致孤立感、歧视和家庭关系动态的变化。这些经历会对照顾者的生活质量产生负面影响, 影响他们的情感健康、身体健康、自主性和认同感。

本战略将与澳大利亚各地的照顾者协商制定。社会服务部正在全国范围内开展咨询, 覆盖大都市、区域城市、农村和偏远地区。

咨询将包括有亲身经历的照顾者、行业代表, 并包括各种群体, 如年轻的照顾者、第一民族社区和文化和语言多样化社区。咨询还将包括来自照顾者所支持的不同群体的代表, 如面临精神健康挑战的人、老年人、退伍军人和残障人士, 以更好地了解为这些人士提供支持的不同照顾者群体的独特需求。

为什么这是一项共同责任?

联邦、州和领地政府持续通过一些服务和项目支持一系列与照顾者相关的需求, 各级政府在一定程度上负责资助、提供和/或管理这些系统。

通过最近广泛的咨询机会, 如皇家委员会、问询、调查和圆桌会议, 照顾者表示, 由于政府程序困难, 获得服务可能很难, 也很耗时。这一反馈突出表明, 需要改进各级政府之间服务的整合和政策的协调。

照顾者也分享了他们的挫折感, 以及在照顾角色、身心健康和社区内所经历的挑战的见解。

全国照顾者战略将提供机会, 认可和理解照顾者战略如何与目前正在进行的其他改革产生关联。这包括寻找机会确定可合作的领域, 以使目标一致, 如解决日益增长的服务需求, 或探索通过增加灵活就业来改善照顾者的经济参与。

第一部分：序言

全国照顾者战略的目的

该战略将为澳大利亚的照顾者及其家庭创建一个持久的愿景。这将是联邦未来五年的路线图，为澳大利亚希望为照顾者实现的目标提供了愿景。

它将通过研究照顾者的情况，包括照顾者的独特境况和目前的支持，重点关注照顾者的多样性。它旨在精简和协调联邦各部门，以支持更好的协作和协调职能，加强政府对澳大利亚无薪照顾者的福祉、教育、健康（包括心理健康）和安全的承诺。

为什么要制定新的全国照顾者战略？

之前的全国照顾者战略于 2011 年推出，与《2010-2020 年全国残障战略》并列，与《2010 年照顾者认可法》一起构成了澳大利亚政府的《全国照顾者认可框架》的一部分。

2015 年启动的《照顾者支持服务综合计划》（称为照顾者门户）取代了先前的战略。

自之前的战略发布以来，为有支助需求的人士提供的主要服务发生了重大改革，包括实施《全国残障保险计划》、《2021-2031 年澳大利亚残障战略》和老年护理改革。日益注重以人为本的规划和服务提供，正在改变正式支持服务与服务使用者、其家人、朋友和照顾者的互动方式。



2020年至2030年，
非正式照顾者将
增加**23%**

未来几十年的人口预测表明，2020 年至 2030 年间，对非正式照顾者的需求将增长 23%。这是基于对生活在社区中的重度或深度残障人士人数变化的预测（德勤，2020 年）。澳大利亚老年人的数量也在增加（ABS, 2022; 2071 年基数）。

在无薪护理需求增长的同时，女性（占有照顾者三分之二以上）的劳动力参与率也有所增长（ABS, 2024）。这些因素将持续影响照顾者将非正式照顾与有偿工作相结合的能力，并将影响照顾者的经济参与度。

新战略将为协调联邦各部门的照顾者政策提供一个全国性的框架，促进目前和未来向照顾者提供更好的支持。

讨论稿

制定一项新的全国照顾者战略提供了一个机遇，进行全国性的对话，讨论澳大利亚如何支持照顾者。本讨论将探讨照顾者的不同情况，包括照顾者的个人需求、照顾对象的需求、在某些地区可获得支持的程度，以及照顾者如何利用提供这些支持的服务系统。

图 1：澳大利亚照顾者的多样性



范围和主要考虑事项

数据

数据从多个来源收集，包括澳大利亚全国人口和住房普查以及澳大利亚统计局（ABS）进行的残障、老龄化和照顾者调查（SDAC）。

根据 SDAC 最新数据，在澳大利亚 300 万无薪照顾者中，约 120 万（占澳大利亚总人口的 4.5%）被认为是主要照顾者（ABS, 2022）。这比 2018 年的 86.16 万人增加了 3.5%。在这些主要照顾者中，43.8% 的人认为自己患有残障。SDAC 的数据表明，澳大利亚 67.7% 的主要照顾者是女性。

澳大利亚健康和福利研究所对澳大利亚统计局人口和住房普查（2021 年）数据的分析指出，76,600 名（15%）15 岁及以上的澳大利亚原住民是照顾者。

照顾者门户是澳大利亚政府的全国照顾者支持系统，服务提供者收集的数据突出表明了使用该系统服务的照顾者的多样性。

截至 2023 年 6 月 30 日，163,403 名（即澳大利亚照顾者的 6%）已在照顾者门户注册（2023 年 6 月 30 日的数据交换数据）。在照顾者门户注册的 163,403 名照顾者中：

- 122,233 名照顾者（即 75%）是女性
- 9,013 名照顾者（即 6%）年龄在 25 岁以下
- 6,733 名照顾者（即 4%）为第一民族
- 9,583 名照顾者（即 6%）认为自己属于文化和语言多样性群体（CALD）

尊重多样性

本战略将承认澳大利亚各地的照顾者在文化、宗教、语言、能力、地点和家庭组成方面具有多样性，包括我们的 LGBTIQ+ 社区。

年轻和年长的照顾者

我们知道照顾者可以是任何年龄的人，25 岁以下的儿童和年轻人被称为“年轻照顾者”，65 岁及以上的照顾者被称为“年长照顾者”。



超过
392,900 名
年轻照顾者



超过
758,000 名
年长照顾者

截至 2022 年，在澳大利亚 300 万无薪照顾者中，有超过 392,900 名年轻照顾者和超过 758,000 名年长照顾者（ABS, 2022）。这次全国性的对话将确保本战略更好地了解我们的年轻和年长照顾者的需求和独特性。

第一民族照顾者



76,568 人
原住民约占照顾者总数的**3.1%**。

澳大利亚统计局 2021 年人口和住房普查发现，原住民约占照顾者总数的 3.1%，即 76,568 人。原住民在将自己视为“照顾者”并在照顾角色中寻求支持时，往往面临额外的挑战（FPDN, 2023）。我们希望更好地理解这些挑战。

具有文化和语言多样化 (CALD) 背景的照顾者

根据澳大利亚统计局 (2021 年) 的人口普查数据, “家中主要语言不是英语”的照顾者的比例约为 20.4% (来自堪培拉大学对 2021 年人口普查数据的引用), 而 25%-30%的照顾者来自 CALD 背景。



通过本战略, 有哪些机会可以改善您的日常生活?

政府间的交集

全国照顾者战略咨询委员会将在整个战略制定过程中提供指导和建议。这将确保我们考虑不同照顾者的各种经历和观点, 并在全澳大利亚范围内开展公众咨询。这些全国性的对话将为我们提供信息, 指导我们应该如何努力实现愿景, 并制定适当的政策成果来缩小差距。

我们知道, 照顾者经常要应对一系列复杂的系统, 需要他们同时与多个机构和服务提供商互动。照顾者表示这个过程可能既耗时又令人沮丧。

本战略将努力改善照顾者在这些重要支持机制方面的体验。这可能包括更好地协调政府各部门的政策, 有效地共享信息, 加强各级政府间的沟通, 在联邦机构之间更好地协调政策, 以及/或在可能的情况下减少系统中不必要的步骤。

有意义的变革需要政府各级各部门间的合作来解决系统性问题。本战略将借鉴一系列政府举措的经验, 如缩小差距计划、对残障人士的暴力、虐待、忽视和剥削问题的皇家调查委员会、实现性别平等的全国战略、全国自闭症战略以及总理和内阁部领导的与护理和支持型经济相关的工作。

本战略将审查影响照顾者的系统性问题, 这些照顾者与全国残障保险局、退伍军人事务部以及卫生和老年护理部等一系列联邦部门打交道。



作为照顾者, 服务系统的变化对您有影响吗?

在与提供商提供的服务或政府流程互动时, 什么可以使照顾者的需求更容易得到满足?

第二部分：制定新的全国照顾者战略的理由

我们已经了解的情况

全国各地的照顾者通过最近广泛的咨询机会，如皇家委员会、问询、调查和圆桌会议，分享了他们对自己在照顾角色、身心健康和社区中遇到的挑战的看法。在照顾者已经告知的情况的基础上，我们正在努力推动对照顾者、他们所照顾的人士及其社区的改善。

照顾者和利益相关者告诉我们：

- 需要更加重视解决无薪照顾者的整体需求。
- 需要更好地整合正式和非正式护理，以改善护理对象的结果。例如，照顾者希望他们所能够贡献的专业知识得到认可，这些专业知识有助于更好地理解护理对象的需求和偏好。
- 原住民照顾者和其他多样化社区的独特经历和挑战需要文化安全、量身定制的服务和支持。在制定政策、项目和支持时，必须考虑到原住民和其他多样化社区的观点和声音，以便更好地了解 and 满足他们的独特需求。
- 需要与照顾者群体合作设计本地化的护理模式和服务，包括身心健康、良好的财务状况和可获得的喘息护理。
- 简化和精简行政壁垒将有助于照顾者更好地利用他们需要利用的系统来履行其职责。

综合健康

有证据表明，照顾者的身心健康可能会受到一系列负面影响，这通常被称为“照顾的负担”。照顾他人的时间限制了照顾者用于就业、教育、社交和自我照顾的时间（照顾者幸福感调查，2022年）。有证据表明，照顾者可能会优先考虑他们所照顾的人的健康，而不是自己的健康和幸福感。这可能导致照顾者忽视对保持自身健康至关重要的关爱自己的活动，如定期体检、锻炼、均衡饮食、充足睡眠、社交互动、社交联系和支持（照顾者幸福感调查，2023年）。

澳大利亚照顾者的身心健康和安全仍然是政府考虑的首要问题。许多因素可能导致照顾者的压力和心理健康状况不佳。无论是哪种情况，如果照顾者或照顾对象需要帮助，通常会有一系列专门的支持服务。为了继续应对照顾者面临的挑战，我们旨在改善照顾者和社区对以下问题的理解，即什么是照顾、谁是无薪照顾者，以及有哪些措施可以支持和认可无薪照顾者做出的宝贵贡献。在我们的社区中，无薪照顾者为残障人士、慢性病患者和老年人提供重要的协助，他们的努力往往对使这些人能够持续居住在家和社区中至关重要。

人们认为，对照顾角色及其影响缺乏认识仍然是被忽视的结构性因素。获得适当和及时的服务，以及可以让照顾者从照顾职责中获得充分休息的替代护理安排，可能是支持照顾者健康和福祉的重要因素。

获得服务

《2023 年照顾者幸福感调查》发现，照顾者获取一系列支持和服务，包括教育和培训、社交支持团体和暂息护理。研究表明，有几种类型的支持对照顾者有深远而持续的积极影响，包括暂息护理、灵活的工作安排、心理治疗、培训和教育干预以及支持团体。然而，照顾者在获取和使用这些服务方面面临障碍和挑战，包括行政流程。研究表明，障碍对特定人群的影响不同，包括来自区域和偏远地区的照顾者，护理有复杂需求人士的照顾者和有交通、获取服务方式和语言障碍的照顾者（照顾者幸福感调查，2022 年）。

此外，最近众议院社会政策和法律事务常务委员会提交了关于承认无薪照顾者的调查报告；[认可、重视和支持无薪照顾者 \(aph.gov.au\)](#)（2024）。委员会审查了无薪照顾者面临的挑战和改革方案。该报告包含了 22 项建议，包括需要更加关注少数群体，包括但不限于第一民族照顾者、文化和语言多样化的照顾者和年轻照顾者。

第一民族

澳大利亚健康和福利研究所（AIHW）对[澳大利亚统计局 2021 年人口和住房普查](#)进行了分析（2023）。数据显示，15 岁及以上的原住民大量参与无薪照护，有 15% 的澳大利亚原住民参与其中。与非原住民澳大利亚人相比，第一民族人民从事无薪照护的可能性高 1.3 倍，而且在更年轻的时候就开始承担照顾角色（AIHW, 2023）。除了不断下降的幸福感、经济压力和较低的劳动力参与率外，第一民族照顾者还面临着独特的挑战（照顾者幸福感调查，2023 年）。例如，在偏远和农村地区，原住民照顾者的教育差距尤其明显（LoGiudice et al., 2021），需要支持的早发健康状况和残障的患病率更高（Hill et al., 2012）。

具有文化和语言多样化（CALD）背景的照顾者

通过咨询活动，来自不同文化和语言背景的照顾者告诉我们，要更好地支持 CALD 照顾者，需要了解不同社区如何理解照顾，以及这些照顾者在履行职责和获得支持时所面临的额外障碍。通过提高认识和有针对性的支持，重新重视减少这些障碍，这将有助于提供更好的心理健康预防措施，并改善 CALD 照顾者的身心健康和成果。

年轻的照顾者

年轻的照顾者在照顾者群体中扮演着重要的角色。年轻的照顾者报告说，他们的福祉、教育和劳动力参与受到重大影响（Mohanty and Niyonsenga, 2021）。认可并更好地支持年轻的无薪照顾者，这很重要。这包括提高对他们在社区内作为照顾者的作用和贡献的认识，提供培训，提高对教育制度的认识，并增进对年轻照顾者角色的理解。

LGBTQIA+照顾者

关于提供护理的 LGBTQIA+ 群体，缺乏一致的全国性数据。迄今为止的意见反馈表明，LGBTQIA+ 照顾者在其护理角色中面临着额外的挑战，包括经历更高的社会孤立感、歧视（特别是在获得支持和可能不具有包容性的服务方面）、缺乏对其身份或经历的可认可（新州照顾者精神卫生调查，2024 年），以及幸福感持续下降（照顾者幸福感调查，2023 年）。可以通过更有针对性、由同伴主导和文化上适当的包容性支持来解决 LGBTQIA+ 照顾者面临的障碍；并提高对 LGBTQIA+ 照顾者独特经验的认识。

第三部分：您的观点

之后的步骤

通过即将到来的社区和行业咨询，我们力求进一步了解照顾者所面临的主要挑战，并探索解决方案，以改善照顾者和他们所支持的人的生活。

以下部分邀请您回答一系列问题。欢迎您回答部分或全部问题，或提供您认为在制定本战略时应考虑的任何其他反馈。这将确保本战略代表尽可能多的人的观点。

本讨论稿是全国咨询过程的一部分。请访问社会服务部网站，了解如何继续参与整个咨询过程。

全国照顾者战略的拟议结构

本战略的拟议结构包括指导原则、国家愿景、预期成果、政策优先事项以及将根据成果和优先改革领域衡量未来成功的指标。

愿景声明

新的全国照顾者战略的愿景声明是由来自澳大利亚不同背景和地点的具有亲身经历的照顾者共同起草的。愿景声明设定了本战略的总体目标和预期成果。

“我们的愿景是建立一个澳大利亚社区，所有照顾者在其中都得到认可、重视，并获得他们所需的支持，充分参与社会，履行他们的照顾职责。”

本战略的原则

将制定一套原则，以指导该战略下的政策和拟议的未来政策实施。指导原则可以包括以照顾者为中心，倾听照顾者的意见，以及包容多样化的照顾者。指导原则还可以考虑整个服务系统中照顾者的长期需求。

通过咨询，利益攸关方将有机会就指导本战略的原则提出意见。可以就战略的愿景、成果或优先领域提出想法。这些可以是长期或短期的行动领域。

问题：

1. 您认为全国照顾者战略应包含哪些原则？

您承担怎样的照顾角色？

照顾者对日常活动提供支持和帮助，如膳食准备、个人护理、行动协助、交通、决策支持、服药协助、财务管理、痛苦不耐受、情绪管理和危机管理。有些人一直提供照顾，而有些人只是偶尔这样做。一些照顾者照顾那些基本独立、但可能需要一些帮助的人，比如银行业务、交通、购物或家务。每个情况都不一样。有些人可能需要更多的实际支持，如培训和技能培养，以帮助他们照顾他人。

问题：

2. 对您来说，您的照顾职责包含什么或您承担怎样的照顾角色？
 - a. 您是主要照顾者吗？您有其他的帮助吗，比如大家庭也会提供一些照顾支持？
3. 您需要或希望发展哪些额外的支持和/或技能来帮助或支持您的照顾角色？

对照顾者的支持

无薪照顾者的需求多种多样，往往取决于其他因素。这可能因个人照顾安排的频率或强度而异，例如一些照顾者可能在照顾他人的同时也在工作。有些人可能不是唯一照顾他人的人，或者他们可能不是每天都照顾他人。有一系列专门为照顾者提供的支持和服务。在澳大利亚，任何无薪照顾者都可以获得面对面、在线和电话服务。可以直接或通过其他组织为您提供实用的支持和服务，例如清洁、园艺、交通和暂息护理。

问题：

4. 您知道有哪些服务可以支持您的照顾角色吗？
 - a. 您知道如何找到和获得照顾者支持吗？
 - b. 您过去是否使用过任何照顾者支持或服务？
5. 如果您使用了这些服务，哪些对您有用，或者您在哪些方面遇到了挑战？

暂息护理

“暂息”或“暂息护理”是指由他人来护理您照顾的人，这样您就可以休息一下。休息可以给您时间从事日常活动或放松，处理压力和照顾自己。暂息护理可以由家人、朋友或暂息护理服务机构提供。可以是短时间的，也可以是长时间的，包括过夜。如果您发现自己突然无法提供照顾，例如生病或受伤，您甚至可能需要在短时间内获得紧急暂息护理。当您是照顾者时，定期花时间让自己休息和充电是很重要的。暂息护理可以支持您继续承担照顾者的角色。

《2023 年照顾者幸福感调查》显示，暂息护理可以减少照顾者的倦怠、压力和疲劳，并为必要的自我照顾活动和社交活动提供时间。适当的正式护理对一些有独特或多样化需求的照顾者可能至关重要，例如年轻的照顾者需要时间接受教育和参加社交活动，以支持他们的发展。我们知道“暂息”这个词可能不是很多人喜欢的术语，我们想了解更多这方面的信息。

问题：

6. 我们知道，由于所需护理的复杂性，一些照顾者觉得他们不能把亲友交给他人照顾。是什么阻碍了您使用暂息护理，哪些额外的支持可能会减轻您对未来使用暂息护理的犹豫？
7. 对您来说，适当的替代性护理安排是什么样的？

就业和教育

照顾他人的需求限制了照顾者用于就业、教育、社交和自我照顾的时间（照顾者幸福感调查，2022年）。平衡照顾责任与教育和就业可能具有挑战性。同样，在承担照顾责任的同时，向职场过渡也可能是困难的。

在承担照顾职责的周期中获得的支持和服务可能会有很大差异。在不同时期，护理需求可能会发生变化，并影响照顾者参与工作和/或教育的能力。

最近的咨询指出，年轻照顾者平衡其照顾责任与学校的学习要求往往会导致缺勤，学习成绩差，并限制接受高等教育的机会。更广泛地，我们还听到这样的反馈，即灵活的学校和工作安排可以提高照顾者的能力，支持他们参与经济和社会活动。同样，培训和教育干预和支持也会增加参与度。

制定[包容照顾者的工作场所新方案](#)，是为了认可照顾者的宝贵贡献，并为那些在社区中提供无薪照顾的人士创造一个更具包容性和支持性的工作场所。我们想要确定并了解工作场所或学校中对您有益的支持和服务。

问题：

8. 怎样的包容照顾者的实践可以让您的工作场所或教育机构受益？
9. 在您的教育环境或者工作场所中，您认为哪些类型的帮助使您受益？
10. 我们如何才能最好地支持照顾者留在或重新进入劳动力或教育系统？

优先事项

做无薪照顾者会对人际关系产生深远的影响。作为照顾者，额外的责任、人际互动方式的改变以及身体和情感需求可能会导致压力、疲劳甚至怨恨。它会改变您的关系的性质，尤其是在角色互换的情况下，例如子女照顾父母，或者配偶照顾伴侣。没有两个照顾角色是相同的。我们希望更好地了解，您个人感觉在您的照顾角色中，什么是最重要的优先事项。

问题：

11. 作为照顾者，您面临的三大挑战是什么？
12. 您认为，改善照顾者和他们所支持的人的生活的最大机会是什么？

同伴支持

同伴支持小组有助于提供与其他照顾者谈论共同经历的机会。同伴间的支持可以提供不同类型的支持，从有价值的信息，到经验和建议的分享，到陪伴和友谊。

同伴支持可以是实际的支持，例如帮助实施和保持有效的策略来处理特定的情况，如管理药物、应对精神健康状况等。也可能是情感上的支持，可能会帮助您应对所处的复杂的情感状况。许多照顾者获得了宝贵的知识和支持，以更好地处理社区关系和使用服务。

同伴支持可能有助于照顾者与新的人、团体和服务建立联系。

问题：

13. 您获得过同伴支持吗？您认为哪些是有益的，或者您能指出需要改进的地方吗？

考虑所有的照顾者

我们知道，一些群体或个人可能会发现参与政府流程或使用政府服务具有挑战性，并面临其他照顾者可能没有的额外障碍，例如语言障碍、数字素养低、文化敏感性、可获得的量身定制的服务或所处的地理位置。

这些多样化的群体包括但不限于：

- 第一民族人民
- 来自文化和语言多样化社区的照顾者——包括来自多元文化、移民和难民背景的照顾者
- 区域、农村和偏远地区的照顾者
- 自认为属于 LGBTQIA+ 群体或护理自认为是 LGBTQIA+ 人士的照顾者
- 年轻的照顾者
- 年长的照顾者

问题：

14. 您希望您的经历如何反映在本战略中？
15. 如果您属于一个多样化群体，您认为本战略有哪些机会可以改善您所在社区对于支持和信息的获取？（例如，您是否发现您的特定多样化社区在获得支持和/或信息方面存在差距或挑战，以及政府可以考虑如何改善这一问题）。
16. 哪些优先事项可能帮助或改善您所在社区的照顾者的体验？

付款

澳大利亚政府通过社会保障制度提供补助，以支持由于照顾职责的需要而无法通过实质性的有偿工作养活自己的照顾者。

照顾者补助和照顾者津贴是每两周发放一次的社会福利补助，以帮助那些在个人家中为患有残障、医疗状况或年老体弱的人提供照顾的人。养老金，包括照顾者补助，通常按照澳大利亚社会保障体系中收入补助的最高法定标准支付。这些补助在每年 3 月和 9 月根据消费价格指数调整，以反映生活费用的增长。

在 2024-25 年预算案中，澳大利亚政府将在 5 年内投资 1860 万澳元，改变对领取照顾者补助的人每周 25 小时的规定，在四周的结算期内允许最多 100 小时，为照顾者提供更大的灵活性和选择，使其能够围绕照顾职责合理做出工作安排。这一措施使 25 小时工作要求更加灵活，并取消了对学习和志愿活动的限制，从而促进了劳动力参与。目前约有 31,000 名照顾者补助领取者有工作，他们可能受益于更灵活的工作能力（其中包括约 25,000 名女性）。

社会服务部目前正在进行审查，以考虑社会保障体系中照顾者补助的评估程序是否适宜现代情况以及是否恰当。这涉及到与利益相关者的接触，以及对照顾者补助申请过程中的评估工具、流程和要求的审查。

问题：

17. 您对社会保障体系中的照顾者补助的评估流程有什么看法？
 - a. 有什么方法可以让照顾者更容易证明他们有资格获得补助？
 - b. 您在证明您有资格获得补助时遇到了哪些障碍，您可以告诉我们这些障碍吗？

其他服务

近年来，澳大利亚经历了风暴、洪水、火灾和地震等灾害事件。在这些时候寻求支持可能具有挑战性，根据紧急情况的不同，应急响应措施的实施可能多种多样、复杂且快速。

问题：

18. 作为照顾者，您是否曾需要紧急援助或紧急支持？
 - a. 作为照顾者，您在获得这些紧急支持方面是否遇到过任何障碍？
 - b. 紧急支持服务是否充分满足您和您的护理对象的需求（例如，是否有轮椅通道可到达紧急疏散点；为神经多样性人士提供安静的空间）？
 - c. 您愿意分享您的经历吗？

分享自己的经历

19. 您还有什么想告诉我们的吗？

参考

- ABS (Australian Bureau of Statistics) (2022) *Disability, Ageing and Carers*, ABS website, accessed 4 July 2024, <https://www.abs.gov.au/statistics/health/disability/disability-ageing-and-carers-australia-summary-findings/2022>
- ABS (Australian Bureau of Statistics) (2018) *Disability, Ageing and Carers*, ABS website, accessed 12 July 2023. <https://www.abs.gov.au/statistics/health/disability/disability-ageing-and-carers-australia-summary-findings/latest-release#carers>
- Australian Bureau of Statistics 2022-base---2071, *Population Projections, Australia*, ABS, viewed 4 April 2024, <https://www.abs.gov.au/statistics/people/population/population-projections-australia/latest-release>.
- Australian Bureau of Statistics 2021, *Population and Housing*, ABS website, accessed 11 July 2023.
- Australian Bureau of Statistics 2024, *Labour Force, Australia*, ABS, viewed 4 April 2024, <https://www.abs.gov.au/statistics/labour/employment-and-unemployment/labour-force-australia/latest-release>
- AIHW (Australian Institute of Health and Welfare) and NIAA (National Indigenous Australians Agency) (2023) 'Health Status and Outcomes: 1.14 Disability', *Aboriginal and Torres Strait Islander Health Performance Framework*, AIHW and NIAA, Australian Government, accessed 11 July 2023.
- Carers NSW (2023) 2022 National Carer Survey: Aboriginal and Torres Strait Islander Carers [PDF 138.82KB], fact sheet, accessed 11 July 2023.
- Deloitte Access Economics (2020) [The Value of Informal Care in 2020](#), Carers Australia, accessed 4 April 2024.
- First Peoples Disability Network Australia (FPDN) (2023) [Disability Sector Strengthening Plan](#), closingthegap.gov.au
- Hill T, Cass B, Newton B and Valentine K (2012) [Indigenous Carers](#), Department of Social Services
- Standing Committee on Social Policy and Legal Affairs (27 March 2024) *Recognising, valuing and supporting unpaid carers*, [Recognising, valuing and supporting unpaid carers – Parliament of Australia \(aph.gov.au\)](#)
- LoGiudice D, Josif CM, Malay R, Smith K, Hyde Z, Haswell M, Lindemann MA, Etherton-Ber C, Atkinson D, Bessarab D, Flicker L (2021) 'The Well-being of Carers of Older Aboriginal People Living in the Kimberley Region of Remote Western Australia: Empowerment, Depression, and Carer Burden', *Journal of Applied Gerontology*, 40(7), 693-702, doi: 10.1177/07334648198986.
- Mohanty I, Niyongsenga, T 'Young Carers and their mental health', *The Lancet Regional Health Western Pacific*, Volume 16, 100304, DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lanwpc.2021.100304>.
- Schirmer, Mylek and Miranti (2022) [Carer Wellbeing Survey: Full Data Report](#), Carers Australia, accessed 12 July 2023.