# मानसिक स्वास्थ्य तथा सकुशलता अधिनियम के सिद्धांत: सरल भाषा

मई 2025

Mental Health and Wellbeing Act 2022 [मानसिक स्वास्थ्य तथा सकुशलता अधिनियम 2022] मानसिक स्वास्थ्य तथा सकुशलता सेवाओं (‘सेवाओं’) के लिए सिद्धांतों की व्याख्या करता है।

मनोचिकित्सकों, चिकित्सकों, नर्सों, एलाइड हैल्थ (सम्बद्ध स्वास्थ्य) कर्मचारियों, प्रत्यक्ष अनुभव वाले लोगों, और मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित अन्य कर्मचारियों, और सेवाओं के लिए, लोगों की देखभाल, सहायता या उपचार, अथवा आकलन के बारे में निर्णय लेते समय इन सिद्धांतों को ध्यान में रखना महत्वपूर्ण है।

मानसिक स्वास्थ्य क़ानूनों के तहत, मानसिक स्वास्थ्य प्राधिकरण, पुलिस, आपात-स्थिति विभागों और अन्य के लिए भी इन सिद्धांतो को ध्यान में रखना अनिवार्य है।

सिद्धांत वे विचार होते हैं जो इस बारे में मार्गदर्शन करते हैं कि निर्णय किस प्रकार लिए जाएँ, या व्यक्तियों, सेवा-प्रदाताओं तथा संगठनों को अपना काम करते समय जिन्हें ध्यान में रखने की आवश्यकता होती है।

अगर आप यह नहीं मानते हैं कि इन सिद्धांतों का पालन किया गया है तो आप:

* सहायता पाने के लिए IMHA से संपर्क कर सकते हैं
* सेवा से शिकायत कर सकते हैं
* मानसिक स्वास्थ्य तथा सकुशलता आयोग को शिकायत कर सकते हैं (1800 246 054)।

सरल भाषा में मानसिक स्वास्थ्य तथा सकुशलता सिद्धांत इस प्रकारहैं:

## मानसिक स्वास्थ्य तथा सकुशलता के सिद्धांत

### गरिमा और स्वायत्तता सिद्धांत

मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं, भावनात्मक कष्ट, या किसी मानसिक रोग के साथ जीवन बिता रहे लोगों के साथ गरिमा युक्त और सम्मान-जनक व्यवहार किया जाए। उनकी स्वायत्तता में सहयोग किया जाए और उसे बढ़ावा दिया जाए। उदाहरण के लिए, वे अपने निर्णय ख़ुद ले सकें।

### देखभाल की विविधता सिद्धांत

मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं, भावनात्मक कष्ट, या किसी मानसिक रोग के साथ जीवन बिता रहे लोगों को विभिन्न प्रकार की देखभाल और सहायता तक पहुँच मिले। यह इस आधार पर हो कि वे क्या चाहते हैं और उनकी प्राथमिकता क्या है। इसमें उनकी इन चीज़ों पर ध्यान देना भी शामिल है:

* पहुँच संबंधी आवश्यकताएँ
* रिश्ते-नाते
* रहने की व्यवस्था
* सदमे का अनुभव
* शिक्षा
* वित्त
* कार्य (नौकरी)।

### न्यूनतम प्रतिबंधात्मकता सिद्धांत

न्यूनतम प्रतिबंधात्मकता के सिद्धांत का मतलब है कि मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं, भावनात्मक कष्ट, या किसी मानसिक रोग के साथ जीवन बिता रहे लोगों को हो सके उतनी स्वतंत्रता दी जाए।

यह आवश्यक है कि सेवाओं का लक्ष्य उन लोगों की सहायता करना हो जिनके अधिकारों और स्वतंत्रता पर कम से कम प्रतिबंध हैं। उद्देश्य यह है कि स्वास्थ्य लाभ करने में और समाज में भागीदारी में उनकी सहायता की जाए।

व्यक्ति का स्वास्थ्य लाभ इस बात से निर्देशित होना आवश्यक है कि उसकी अपनी इच्छाएँ क्या हैं और समाज में भागीदारी का उसके लिए क्या अर्थ है, चाहे अन्य लोग इससे असहमत हों तो भी। एक व्यक्ति के लिए जो प्रतिबंधात्मक होता है, हो सकता है किसी अन्य व्यक्ति के लिए प्रतिबंधात्मक न हो।

### सहयोग-पूर्वक निर्णय सिद्धांत

सेवाएँ प्राप्त कर रहे लोगों की, अपने उपचार, आकलन, देखभाल और स्वास्थ्य लाभ से संबंधित निर्णय ख़ुद करने में सहायता की जाए, चाहे उनका अनिवार्य उपचार चल रहा हो तब भी। सेवा प्राप्तकर्ता के ख़ुद के विचारों और इच्छाओं को प्राथमिकता दी जाए।

### परिवार तथा देखभालकर्ता सिद्धांत

सेवाएँ प्राप्त कर रहे वाले लोगों के परिवार के सदस्यों, देखभालकर्ताओं और सहायकों को सेवा प्राप्तकर्ता के आकलन, उपचार और स्वास्थ्य लाभ से संबंधित निर्णयों में अपनी भूमिका निभाने में सहयोग प्राप्त हो।

### प्रत्यक्ष अनुभव सिद्धांत

सेवाएँ उपलब्ध करवाते समय, मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं, भावनात्मक कष्ट, या किसी मानसिक रोग के साथ जीवन बिता रहे लोगों और उनके परिजनों के अनुभवों को स्वीकारा जाए और उस अनुभव को महत्व दिया जाए।

### स्वास्थ्य आवश्यकताएँ सिद्धांत

यह आवश्यक है कि मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं, भावनात्मक कष्ट, या किसी मानसिक रोग के साथ जीवन बिता रहे व्यक्ति की मेडिकल तथा अन्य स्वास्थ्य आवश्यकताओं को पहचाना जाए, तथा उन्हें पूरा करने में उस व्यक्ति की सहायता की जाए।

इसमें ड्रग्स या शराब के सेवन से संबंधित आवश्यकताएँ भी शामिल हैं। इस बात पर ध्यान देना भी अनिवार्य है कि किसी व्यक्ति के शारीरिक स्वास्थ्य की आवश्यकताएँ उसके मानसिक स्वास्थ्य की आवश्यकताओं से कैसे जुड़ी हुई होती हैं और किस प्रकार उनका असर मानसिक स्वास्थ्य आवश्यकताओं पर पड़ता है।

### जोखिम की गरिमा सिद्धांत

सेवा प्राप्त कर रहे लोगों को निर्णय लेते समय यथोचित जोखिम (निजी तौर पर उचित) उठाने का अधिकार है।

### युवाओं की सकुशलता सिद्धांत

सेवाएँ प्राप्त कर रहे बच्चों तथा युवाओं के जीवन के अनुभवों, आयु, तथा अन्य कारकों को ध्यान में रखते हुए उनके स्वास्थ्य, सकुशलता, तथा स्वतंत्रता को इस प्रकार से बढ़ावा और सहयोग किया जाए जो उनके लिए उपयोगी हो।

### विविधता सिद्धांत

सेवाएँ प्राप्त कर रहे लोगों को उपचार तथा देखभाल उपलब्ध करवाते समय उनकी विविध आवश्यकताओं और अनुभवों को ध्यान में रखा जाए, जिनमें निम्नांकित भी शामिल है:

* लैंगिक पहचान
* यौन रुझान
* लिंग (स्त्री पुरुष या अन्य)
* एथनिसिटी (जातियता)
* भाषा
* रेस (नस्ल)
* धर्म, आस्था या आध्यात्मिकता
* वर्ग
* सामाजिक आर्थिक स्थिति
* आयु
* अक्षमता
* न्यूरोडायवर्सिटी (मस्तिष्क के काम करने से संबंधित विविधताएँ)
* सँस्कृति
* निवास स्थिति
* भौगोलिक असुविधा।

सेवाएँ इस तरीके से प्रदान करना आवश्यक है जो इन विविध आवश्यकताओं और अनुभवों के प्रति, प्रतिक्रियाशील (रिस्पोंसिव) हो। इसका मतलब है कि लोग-बाग सेवाओं को ये बता सकें कि सुरक्षित महसूस करने के लिए उन्हें क्या चाहिए। सेवाओं को निम्नांकित की समझ होनी चाहिए:

* व्यक्ति की विविध आवश्यकताएँ और अनुभव
* किसी भी सदमे का कोई अनुभव
* कैसे आवश्यकताएँ तथा अनुभव आपस में जुड़े हुए होते हैं और ये कैसे व्यक्ति के मानसिक स्वास्थ्य को प्रभावित कर सकते हैं।

### जेंडर सुरक्षा सिद्धांत

सेवाएँ प्राप्त कर रहे लोगों की, अपने लिंग (जेंडर) के कारण विशेष आवश्यकताएँ या चिंताएँ (आशंकाएँ) हो सकती हैं। इन आवश्यकताओं और आशंकाओं पर विचार किया जाए और:

* सेवाएँ सुरक्षित होनी चाहिए
* सेवाओं को पारिवारिक हिंसा या सदमे के किसी भी वर्तमान या भूतपूर्व अनुभव पर यथोचित कदम उठाने चाहिए
* सेवाओं को यह स्वीकार करना चाहिए कि, लिंग (जेंडर) के कारण इस बात पर असर पड़ सकता है कि लोगों को सेवाएँ कैसे प्रदान की जाएँ, उन्हें कैसा उपचार मिले और उनका स्वास्थ्य लाभ कैसे हो, और सेवाओं को इस बारे में यथोचित कदम उठाने चाहिए
* सेवाओं को यह स्वीकार करना चाहिए कि किस प्रकार लिंग (जेंडर) का संबंध अन्य प्रकार के भेदभावों और असुविधाओं से होता है, और सेवाओं को इस बारे में यथोचित कदम उठाने चाहिए।

### साँस्कृतिक सुरक्षा सिद्धांत

यह आवश्यक है कि सेवाएँ साँस्कृतिक रूप से सुरक्षित हों और सभी नस्लीय, एथनिक (जातीय), आस्था-आधारित, और साँस्कृतिक पृष्ठभूमियों वाले लोगों के लिए यथोचित सुविधाओं वाली हों।

मानसिक स्वास्थ्य समस्याओं, भावनात्मक कष्ट, या किसी मानसिक रोग के साथ जीवन बिता रहे लोगों को प्रदान किए जाने वाले उपचार और देखभाल, उनकी साँस्कृतिक और आध्यात्मिक धारणाओं और अभ्यासों को ध्यान में रखने वाले और तद्नुसार हों।

व्यक्ति के परिवार के दृष्टिकोण, और जब संभव तथा उचित हो, उस व्यक्ति के समुदाय के महत्वपूर्ण सदस्यों के विचारों पर सोच-विचार किया जाए।

प्रथम राष्ट्रों के निवासियों की विशिष्ट सँस्कृति और पहचान का सम्मान अवश्य किया जाए। परिवार, स्वजनों, समुदाय, उनके मूल भूभाग, तथा जल क्षेत्रों से उनके संबंध का सम्मान किया जाना चाहिए। यदि संभव और उचित हो तो उपचार तथा देखभाल के निर्णयों में प्रथम राष्ट्रों के बुज़ुर्गों, पारम्परिक तरीकों से उपचार करने वालो, तथा मानसिक स्वास्थ्य कर्मियों के विचारों को ध्यान में रखा जाए और उनका सम्मान किया जाए।

### आश्रितों की सकुशलता सिद्धांत

सेवाएँ प्राप्त कर रहे लोगों के बच्चों तथा आश्रितों की आवश्यकताओं, सकुशलता और सुरक्षा की रक्षा होना आवश्यक है।

## उपचार तथा हस्तक्षेपों के लिए निर्णय लेने के सिद्धांत

निर्णय करने के बारे में भी सिद्धांत हैं। ये सिद्धांत केवल तभी लागू होते हैं जब सेवाएँ अनिवार्य उपचार या प्रतिबंधात्मक हस्तक्षेपों के बारे में निर्णय ले रही होती हैं।

अनिवार्य उपचार का मतलब है कि वे उपचार जिन्हें प्राप्त करने से लोग-बाग इंकार नहीं कर सकते।

अस्पताल में जो प्रतिबंधात्मक हस्तक्षेप किए जा सकते हैं, वे इस प्रकार हैं:

* **एकांत:** जब किसी व्यक्ति को अकेले एक कमरे में रखा जाता है।
* **शारीरिक बंधन:** जब किसी व्यक्ति को अपने शरीर या शरीर के कुछ अंगों को हिलाने से, शारीरिक रूप से रोका जाता है।
* **रसायनिक बंधन:** जब किसी व्यक्ति को अपना शरीर हिलाने से रोककर उसके व्यवहार पर नियंत्रण के लिए दवाई दी जाती है। यह दवाई मेडिकल या मानसिक स्वास्थ्य के उपचार की दवाई नहीं होती है।

निर्णय-लेने के ये सिद्धांत सरल भाषा में हैं:

### देखभाल तथा कम प्रतिबंधात्मक सहायता में अवस्थांतर (ट्रांज़िशन) सिद्धांत

अनिवार्य आकलन और उपचार का लक्ष्य है व्यक्ति के स्वास्थ्य लाभ में सहायता करना। सेवाएँ सर्वांगीण, ध्यान रखने वाली, सुरक्षित और उच्च गुणवत्ता वाली हों, तथा लोगों को कम प्रतिबंधात्मक उपचार, देखभाल और सहायता की तरफ ले जाने वाली हों।

कम प्रतिबंधात्मक का मतलब है अनिवार्य आकलन और उपचार प्राप्त कर रहे लोगों को जितना संभव हो उतनी स्वंत्रता दी जाए। एक व्यक्ति के लिए जो प्रतिबंधात्मक होता है, हो सकता है किसी अन्य व्यक्ति के लिए प्रतिबंधात्मक न हो।

### अनिवार्य आकलन तथा उपचार एवम् प्रतिबंधात्मक हस्तक्षेप के परिणाम सिद्धांत

अनिवार्य आकलन तथा उपचार एवम् प्रतिबंधात्मक हस्तक्षेप व्यक्ति के मानव अधिकारों को काफी हद तक सीमित कर सकते हैं। जिससे व्यक्ति को गंभीर तनाव हो सकता है, या निम्नांकित को नुकसान पहुँच सकता है:

* व्यक्ति की रिश्तेदारियाँ
* व्यक्ति के रहने की व्यवस्था
* व्यक्ति की शिक्षा
* व्यक्ति की नौकरी।

जब भी अनिवार्य उपचार और/या प्रतिबंधात्मक अभ्यासों का प्रयोग किया जा रहा हो तो मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं तथा उनके कर्मचारियों को उपरोक्त बातों को ध्यान में रखना चाहिए।

### प्रतिबंधात्मक हस्तक्षेपों का कोई उपचारात्मक लाभ नहीं सिद्धांत

प्रतिबंधात्मक हस्तक्षपों का प्रयोग करने से व्यक्ति को मूलतः (आवश्यक रूप से) कोई लाभ नहीं होता।

### हानि को संतुलित करना सिद्धांत

अनिवार्य आकलन तथा उपचार, या प्रतिबंधात्मक हस्तक्षेपों से जितना बचाव होना चाहिए उससे ज़्यादा हानि होती हो तो इन का प्रयोग नहीं किया जाए।

सभी निर्णयों में व्यक्ति के विचारों और इच्छाओं का संभव हो उतना सम्मान और पालन किया जाए। इसमें आकलन, उपचार, स्वास्थ्य लाभ, और सहायता संबंधी निर्णय शामिल हैं, चाहे किसी व्यक्ति का अनिवार्य आकलन और उपचार किया जा रहा हो तो भी।

|  |
| --- |
| IMHA से संपर्क कैसे करें तथा अधिक जानकारी कैसे प्राप्त करें आप:* वेबसाइट [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au) पर जा सकते हैं
* contact@imha.vic.gov.au पर ईमेल भेज सकते हैं
* IMHA की फ़ोन लाइन को **1300 947 820** पर फ़ोन कर सकते हैं, जहाँ IMHA पक्ष-समर्थक (एडवोकेट्स) कर्मचारी के तौर पर कार्यरत हैं सवेरे 9:30 से दोपहर 4:30 तक सप्ताह में सात दिन (सार्वजनिक अवकाश के दिनों को छोड़कर)
* अपने अधिकारों के बारे में रिकार्डिंग सुनने के लिए IMHA की अधिकारों की लाइन को **1800 959 353** पर फ़ोन कर सकते हैं
* किसी मानसिक स्वास्थ्य सेवा प्रदाता, देखभालकर्ता, स्वजन या अन्य सहायक व्यक्ति से, IMHA से संपर्क करने में सहायता करने के लिए कह सकते हैं
 |

