# ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਐਕਟ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ: ਆਸਾਨ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ

ਮਈ 2025

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ('ਸੇਵਾਵਾਂ') ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਐਕਟ 2022 ਕੁੱਝ ਸਿਧਾਂਤ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਸਿਧਾਂਤ ਮਨੋਵਿਗਿਆਨੀਆਂ, ਡਾਕਟਰਾਂ, ਨਰਸਿੰਗ, ਸਹਾਇਕ ਸਿਹਤ, ਆਪ-ਬੀਤੇ ਅਨੁਭਵ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ, ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ, ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਇਲਾਜ, ਜਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਸੰਬੰਧੀ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਂਦੇ ਹਨ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਟ੍ਰਿਬਿਊਨਲ, ਪੁਲਿਸ, ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਵਿਭਾਗ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਥਾਰਟੀਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਦੇ ਤਹਿਤ ਇਹਨਾਂ ਸਿਧਾਂਤਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਸਿਧਾਂਤ ਉਹ ਵਿਚਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੇ ਢੰਗ ਨੂੰ ਦਿਸ਼ਾ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਲੋਕਾਂ, ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸੋਚਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਿਧਾਂਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

* **ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਲਈ** IMHA **ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ**
* **ਸਿੱਧਾ ਉਸ ਸੇਵਾ ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰੋ**
* **ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਕਮਿਸ਼ਨ (**1800 246 054**) ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰੋ।**

ਆਸਾਨ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹਨ:

## ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ

### ਇੱਜ਼ਤ-ਮਾਣ ਅਤੇ ਖੁਦਮੁਖਤਿਆਰੀ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ

ਜੋ ਲੋਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨੀ, ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਮਾਣ-ਇੱਜ਼ਤ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਪੇਸ਼ ਆਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਨੂੰ ਸਮਰਥਨ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਨ ਵਜੋਂ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਖ਼ੁਦ ਲੈਣ ਦਾ ਹੱਕ ਦੇ ਕੇ।

### ਦੇਖਭਾਲ ਵਿੱਚ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ

ਜੋ ਲੋਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਕਿਸਮ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਅਤੇ ਤਰਜੀਹਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ ‘ਤੇ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗੱਲਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:

* ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਪਹੁੰਚ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ
* ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇ
* ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਸਥਿਤੀ
* ਸਦਮੇ ਦਾ ਅਨੁਭਵ
* ਸਿੱਖਿਆ
* ਵਿੱਤੀ ਹਾਲਾਤ
* ਨੌਕਰੀ ਜਾਂ ਕੰਮ।

### ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਬਾਰੇ ਸਿਧਾਂਤ

"ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀ" ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਲੋਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਵ ਹੱਦ ਤੱਕ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ‘ਤੇ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਲਾਉਣ ਦੇ ਇਰਾਦੇ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ। ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।

ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਏ ਕਿ ਉਸ ਲਈ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਅਤੇ ਭਾਗੀਦਾਰੀ ਦਾ ਕੀ ਅਰਥ ਹੈ — ਭਾਵੇਂ ਦੂਜੇ ਲੋਕ ਇਸ ਨਾਲ ਅਸਹਿਮਤ ਹੋਣ। ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਜੋ ਗੱਲ ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲੀ ਨਾ ਹੋਵੇ।

### ਸਹਾਇਤਾ ਨਾਲ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ

ਜੋ ਲੋਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇਲਾਜ, ਮੁਲਾਂਕਣ, ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਖੁਦ ਲੈਣ ਲਈ ਸਮਰਥਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋਣ। ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਅਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

### ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਧਾਂਤ

ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਸਮਰਥਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮੁਲਾਂਕਣ, ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਣ ਲਈ ਸਮਰਥਨ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

### ਆਪ-ਬੀਤੇ ਅਨੁਭਵ ਬਾਰੇ ਸਿਧਾਂਤ

ਜੋ ਲੋਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਮਾਨਤਾ ਅਤੇ ਮਹੱਤਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

### ਸਿਹਤ ਲੋੜਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਧਾਂਤ

ਡਾਕਟਰੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿੱਚ ਨਸ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਲੋੜਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤ ਲੋੜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲੋੜਾਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਜੁੜਦੀਆਂ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਇਸ 'ਤੇ ਵੀ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

### ਜ਼ੋਖਮ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਸਿਧਾਂਤ

ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵੇਲੇ ਵਾਜਬ (ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੁੱਕਵੇਂ) ਜ਼ੋਖਮ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ।

### ਯੁਵਾਵਾਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਲਈ ਸਿਧਾਂਤ

ਜੋ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਯੁਵਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ, ਭਲਾਈ ਅਤੇ ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰਤਾ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਅਤੇ ਸਮਰਥਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਕਾਰਗਰ ਹੋਣ, ਜੀਵਨ ਦੇ ਤਜ਼ਰਬਿਆਂ, ਉਮਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਾਰਕਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਦੇ ਹੋਣ।

### ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ

ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਵਾਲੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

* ਲਿੰਗ ਪਛਾਣ
* ਜਿਨਸੀ ਰੁਝਾਨ
* ਲਿੰਗ
* ਨਸਲ
* ਭਾਸ਼ਾ
* ਜਾਤ
* ਧਰਮ, ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਜਾਂ ਅਧਿਆਤਮਿਕਤਾ
* ਵਰਗ
* ਸਮਾਜਿਕ-ਆਰਥਿਕ ਸਥਿਤੀ
* ਉਮਰ
* ਅਪੰਗਤਾ
* ਬੌਧਿਕ ਅਪੰਗਤਾ
* ਸੱਭਿਆਚਾਰ
* ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸਥਿਤੀ
* ਭੂਗੋਲਿਕ ਪਿੱਛੜ੍ਹਿਆਪਣ।

ਸੇਵਾਵਾਂ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਢੰਗ ਨਾਲ ਜਵਾਬਦੇਹ ਹੋਣ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਸਮਝ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ:

* ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਵਿਭਿੰਨਤਾ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵ ਦੀ
* ਸਦਮੇ ਦਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਨੁਭਵ ਦੀ
* ਇਹ ਕਿ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਅਨੁਭਵ ਕਿਵੇਂ ਆਪਸ ਵਿੱਚ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ 'ਤੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹਾ ਅਸਰ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

### ਲਿੰਗ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਧਾਂਤ

ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲਿੰਗ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਕੁੱਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧੀ ਲੋੜਾਂ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ (ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ) ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ:

* ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
* ਪਰਿਵਾਰਕ ਹਿੰਸਾ ਜਾਂ ਸਦਮੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੌਜੂਦਾ ਜਾਂ ਪਿਛਲੇ ਅਨੁਭਵ ਪ੍ਰਤੀ ਜਵਾਬੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ
* ਇਹ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਜਵਾਬਦੇਹ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਿੰਗ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ, ਇਲਾਜ ਦੀ ਕਿਸਮ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤਯਾਬੀ 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
* ਇਹ ਪਛਾਣ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਜਵਾਬਦੇਹ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲਿੰਗ ਕਿਵੇਂ ਹੋਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਭੇਦਭਾਵ ਜਾਂ ਪਿੱਛੜੇਪਣ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਹੈ।

### ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ

ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਭ ਨਸਲੀ, ਜਾਤੀ, ਧਾਰਮਿਕ ਅਤੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਬਿਮਾਰੀ ਨਾਲ ਜੀਵਨ ਬਤੀਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਅਜਿਹੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਅਤੇ ਆਤਮਿਕ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਅਤੇ ਰਿਵਾਇਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇੱਜ਼ਤ ਕਰੇ।

ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਰਾਏ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਅਤੇ ਢੁੱਕਵੀਂ ਹੋਵੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਮੋਹਰੀ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਰਾਏ ਨੂੰ ਵੀ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਫ਼ਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਵਿਲੱਖਣ ਸੱਭਿਆਚਾਰ ਅਤੇ ਪਛਾਣ ਦਾ ਆਦਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ, ਭਾਈਚਾਰੇ, ਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਫ਼ਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼ ਦੇ ਵੱਡੇ-ਵਡੇਰਿਆਂ, ਰਵਾਇਤੀ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਰਾਏ ਨੂੰ, ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਅਤੇ ਢੁੱਕਵਾਂ ਹੋਵੇ, ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

### ਨਿਰਭਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਭਲਾਈ ਬਾਰੇ ਸਿਧਾਂਤ

ਜੋ ਵਿਅਕਤੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੈ ਰਹੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਨਿਰਭਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ, ਭਲਾਈ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

## ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦਖ਼ਲ ਦੇਣ ਲਈ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਬਾਰੇ ਸਿਧਾਂਤ

ਇੱਥੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਸੰਬੰਧੀ ਵੀ ਕੁੱਝ ਸਿਧਾਂਤ ਹਨ। ਇਹ ਸਿਧਾਂਤ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ ਦਖ਼ਲ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਇਨਕਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਵਰਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ ਦਖ਼ਲ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹਨ:

* **ਇਕਾਂਤਵਾਸ (Seclusion):** ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਇਕੱਲੇ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
* **ਸਰੀਰਕ ਰੋਕ (Bodily restraint):** ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਹਿੱਸੇ ਜਾਂ ਪੂਰੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
* **ਰਸਾਇਣਕ ਰੋਕ (Chemical restraint):** ਜਦੋਂ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਹਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਕੇ ਆਪਣੇ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਡਾਕਟਰੀ ਜਾਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਇਲਾਜ ਲਈ ਦਵਾਈ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਸਧਾਰਨ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਦੇ ਸਿਧਾਂਤ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਹਨ:

### ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ ਸਹਾਇਤਾ ਵੱਲ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ

ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਟੀਚਾ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੰਪੂਰਨ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਉੱਚ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਾਲਾ ਹੋਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਲਾਜ, ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀਸ਼ੁਦਾ ਰੂਪਾਂ ਵੱਲ ਲਿਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

"ਸਭ ਤੋਂ ਘੱਟ ਪਾਬੰਦੀ" ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਜਾਂ ਇਲਾਜ ਹੇਠ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਜ਼ਾਦੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਜੋ ਕਿਸੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਜੋ ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਸ਼ਾਇਦ ਉਹ ਦੂਜੇ ਲਈ ਨਾ ਹੋਵੇ।

### ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲੇ ਦਖ਼ਲ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਸਿਧਾਂਤ

ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲੇ ਦਖ਼ਲ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਭਾਰੀ ਤਣਾਅ ਜਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਪੱਖਾਂ ਲਈ ਨੁਕਸਾਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ:

* ਰਿਸ਼ਤੇ
* ਰਿਹਾਇਸ਼ ਦੀ ਸਥਿਤੀ
* ਸਿੱਖਿਆ
* ਨੌਕਰੀ ਜਾਂ ਕੰਮ

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਲਾਜ਼ਮੀ ਇਲਾਜ ਜਾਂ ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲੇ ਤਰੀਕੇ ਵਰਤੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਉਪਰੋਕਤ ਗੱਲਾਂ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

### ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲੇ ਦਖ਼ਲ ਦਾ ਕੋਈ ਇਲਾਜੀ ਲਾਭ ਨਾ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਸਿਧਾਂਤ

ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲੇ ਦਖ਼ਲ ਵਰਤਣ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਇਲਾਜੀ (ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ) ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

### ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਸੰਤੁਲਨ ਦਾ ਸਿਧਾਂਤ

ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ, ਜਾਂ ਪਾਬੰਦੀ ਵਾਲੇ ਦਖ਼ਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਜੇਕਰ ਉਹ ਰੋਕਣ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣਗੇ।

ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਰਾਏ ਅਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਹੱਦ ਤੱਕ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਸਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਆਦਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਅਤੇ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮੁਲਾਂਕਣ, ਇਲਾਜ, ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਬਾਰੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।

|  |
| --- |
| ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਨਾ ਹੈ? ਤੁਸੀਂ:   * [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au) ਵੈੱਬਸਾਈਟ ‘ਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ * [contact@imha.vic.gov.au](mailto:contact@imha.vic.gov.au) 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹੋ * ਤੁਸੀਂ IMHA ਦੀ ਫ਼ੋਨ ਲਾਈਨ **1300 947 820** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਸ ਨੂੰ IMHA ਦੇ ਐਡਵੋਕੇਟ ਸੰਭਾਲਦੇ ਹਨ (ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਸੱਤੇ ਦਿਨ ਸਵੇਰੇ 9:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ ਤੱਕ, ਜਨਤਕ ਛੁੱਟੀਆਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ) * ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਰਿਕਾਰਡਿੰਗ ਸੁਣਨ ਲਈ IMHA ਅਧਿਕਾਰ ਲਾਈਨ ਨੂੰ **1800 959 353** 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ * IMHA ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਤਾ, ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਹੋ |

