# மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வுச் சட்டத்தின் கோட்பாடுகள்: எளிய மொழிநடையில்

மே 2025

மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வுச் சட்டம் 2022, மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு சேவைகளுக்கான ('சேவைகள்') கொள்கைகளை வகுக்கிறது.

மனநல மருத்துவர்கள், மருத்துவர்கள், செவிலியர்கள், தொடர்புடைய சுகாதாரப் பணியாளர்கள், வாழ்ந்த அனுபவம் மற்றும் பிற மனநலப் பணியாளர்கள் மற்றும் சேவைகள் மக்களுடைய பராமரிப்பு, ஆதரவு அல்லது சிகிச்சை அல்லது மதிப்பீடு குறித்து முடிவுகளை எடுக்கும்போது கருத்தில் கொள்ள வேண்டிய இந்தக் கொள்கைகள் முக்கியமானவை.

மனநலத் தீர்ப்பாயம், காவல்துறை, அவசர சிகிச்சைப் பிரிவுகள் மற்றும் பிறவும் மனநலச் சட்டங்களின் கீழ் இந்தக் கொள்கைகளைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

கொள்கைகள் என்பது முடிவுகள் எடுக்கப்படும் விதத்தை வழிநடத்தும் அல்லது மக்கள், சேவை வழங்குநர்கள் மற்றும் நிறுவனங்கள் தங்கள் வேலையைச் செய்யும்போது சிந்திக்க வேண்டிய கருத்துகள்.

இந்தக் கொள்கைகள் பின்பற்றப்படவில்லை என்று நீங்கள் நினைத்தால், நீங்கள்:

* **உதவிக்கு** IMHA-**ஐ தொடர்பு கொள்ளவும்.**
* **சேவைக்கு முறையீடு செய்யவும்.**
* **மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வு ஆணையத்திடம்** (1800 246 054) **முறையீடு செய்யவும்.**

மன ஆரோக்கியம் மற்றும் நல்வாழ்வுக்கான கொள்கைகள் எளிமையான மொழிநடையில்:

## மனநலம் மற்றும் நல்வாழ்வுக் கொள்கைகள்

### கண்ணியம் மற்றும் சுயாட்சிக் கொள்கை

மனநலப் பிரச்சினைகள், உணர்ச்சி ரீதியான துன்பம் அல்லது மனநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களை கண்ணியத்துடனும் மரியாதையுடனும் நடத்த வேண்டும். அவர்களின் சுதந்திரத்தை ஆதரித்து ஊக்குவிக்க வேண்டும். உதாரணமாக, தங்கள் சொந்த முடிவுகளை எடுக்க முடியும்.

### பராமரிப்புக் கொள்கையின் பன்முகத்தன்மை

மனநலப் பிரச்சினைகள், உணர்ச்சி ரீதியான துயரங்கள் அல்லது மனநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு பல்வேறு வகையான பராமரிப்பு மற்றும் ஆதரவு கிடைக்க வேண்டும். இது அவர்கள் விரும்புவதையும் தேர்ந்தெடுப்பதையும் அடிப்படையாகக் கொண்டது. இதில் அவர்களின் பின்வருவனவற்றைக் கருத்தில் கொள்வதும் அடங்கும்:

* **அணுகல் தேவைகள்**
* **உறவுகள்**
* **வாழ்க்கை நிலைமை**
* **முன் பேரதிர்ச்சியின் அனுபவம்**
* **கல்வி**
* **நிதி**
* **வேலை.**

### குறைந்தபட்ச கட்டுப்படுத்துகிற கொள்கை

மிகக் குறைந்த கட்டுப்படுத்துகிற என்றால் மனநலப் பிரச்சினைகள், உணர்ச்சி ரீதியான துயரம் அல்லது மனநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு முடிந்தவரை அதிக சுதந்திரம் வழங்கப்பட வேண்டும்.

சேவைகள், மக்களின் உரிமைகள் மற்றும் சுதந்திரத்தில் மிகக் குறைந்த கட்டுப்பாடுகளுடன் ஆதரவளிப்பதை நோக்கமாகக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அவர்களின் மீட்சி மற்றும் சமூகத்தில் பங்கேற்பதை ஆதரிப்பதே இதன் நோக்கமாகும்.

மற்றவர்கள் உடன்படவில்லை என்றாலும், அந்த நபரின் சொந்த விருப்பங்களே அவர்களின் மீட்சிக்கு வழிகாட்ட வேண்டும், மேலும் சமூகத்தில் அவர்கள் பங்கேற்பதன் அர்த்தம் என்ன என்பதை தீர்மானிக்க வேண்டும். ஒருவருக்குக் கட்டுப்படுத்தக்கூடியது மற்றொருவருக்குக் கட்டுப்படுத்தக்கூடியதாக இருக்காது.

### ஆதரிக்கப்பட்ட முடிவெடுக்கும் கொள்கை

கட்டாய சிகிச்சையை அனுபவித்தாலும் கூட, சேவைகளைப் பெறும் மக்கள் தங்கள் சிகிச்சை, மதிப்பீடு, பராமரிப்பு மற்றும் மீட்பு குறித்து தாங்களாகவே முடிவுகளை எடுக்க உதவப்பட வேண்டும். நபரின் சொந்தக் கருத்துகள் மற்றும் விருப்பங்களுக்கு முன்னுரிமை அளிக்கப்பட வேண்டும்.

### குடும்பம் மற்றும் பராமரிப்பாளர் கொள்கை

சேவைகளைப் பெறும் மக்களின் குடும்பங்கள், பராமரிப்பாளர்கள் மற்றும் ஆதரவாளர்கள், அந்த நபரின் மதிப்பீடு, சிகிச்சை மற்றும் மீட்பு பற்றிய முடிவுகளில் அவர்களின் பங்களிப்பில் ஆதரவளிக்கப்பட வேண்டும்.

### வாழ்ந்த அனுபவக் கொள்கை

மனநலப் பிரச்சினைகள், உணர்ச்சி ரீதியான துயரங்கள் அல்லது மனநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் மற்றும் அவர்களது குடும்பங்களின் அனுபவங்கள் சேவைகள் வழங்கப்படும்போது அங்கீகரிக்கப்பட்டு மதிப்பிடப்பட வேண்டும்.

### சுகாதாரத் தேவைகள் கொள்கை

மருத்துவ மற்றும் பிற சுகாதாரத் தேவைகள் அடையாளம் காணப்பட வேண்டும், அத்துடன் மனநலப் பிரச்சினைகள், உணர்ச்சி ரீதியான துயரம் அல்லது மனநோயால் பாதிக்கப்பட்ட நபருக்கு அவற்றை நிவர்த்தி செய்ய ஆதரவளிக்க வேண்டும்.

இதில் போதைப்பொருள் மற்றும் மது அருந்துதல் தொடர்பான எந்தவொரு தேவைகளும் அடங்கும். ஒரு நபரின் உடல் ஆரோக்கியம் அவர்களின் மனநலத் தேவைகளை எவ்வாறு இணைக்கிறது மற்றும் பாதிக்கிறது என்பதையும் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

### ஆபத்துக்கான கண்ணியம் சார் கொள்கை

சேவைகளைப் பெறும் நபர்கள் முடிவுகளை எடுக்கும்போது நியாயமான (தனிப்பட்ட முறையில் பொருத்தமான) அபாயங்களை எதிர்கொள்ள உரிமை உண்டு.

### இளைஞர் நல்வாழ்வுக் கொள்கை

வாழ்க்கை அனுபவங்கள், வயது மற்றும் பிற காரணிகளைக் கருத்தில் கொண்டு, சேவைகளைப் பெறும் குழந்தைகள் மற்றும் இளைஞர்களின் ஆரோக்கியம், நல்வாழ்வு மற்றும் சுதந்திரம் அவர்களுக்கு ஏற்ற வழிகளில் ஊக்குவிக்கப்பட்டு ஆதரிக்கப்பட வேண்டும்.

### பன்முகத்தன்மை சார் கொள்கை

சிகிச்சை மற்றும் பராமரிப்பை வழங்கும்போது சேவைகளைப் பெறும் மக்களின் பல்வேறு தேவைகள் மற்றும் அனுபவங்களைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும், அவற்றுள்:

* **பாலின அடையாளம்**
* **பாலியல் நோக்குநிலை**
* **பாலினம்**
* **இனத்தன்மை**
* **மொழி**
* **இனம்**
* **மதம், நம்பிக்கை அல்லது ஆன்மீகம்**
* **வர்க்கம்**
* **சமூக பொருளாதார நிலை**
* **வயது**
* **இயலாமை**
* **நரம்பியல் பன்முகத்தன்மை**
* **பண்பாடு**
* **வதிவிட நிலை**
* **புவியியல் குறைபாடு.**

இந்த மாறுபட்ட தேவைகள் மற்றும் அனுபவங்களுக்கு ஏற்ப சேவைகள் வழங்கப்பட வேண்டும். இதன் பொருள் மக்கள் பாதுகாப்பாக உணர என்ன தேவை என்பதை சேவைகளுக்குச் சொல்ல முடியும். சேவைகள் பின்வருவனவற்றைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்:

* **ஒரு நபரின் பல்வேறு தேவைகள் மற்றும் அனுபவங்கள்**
* **ஏதேனும் பேரதிர்ச்சியின் அனுபவம்**
* **தேவைகளும் அனுபவங்களும் எவ்வாறு இணைக்கப்பட்டுள்ளன, அத்துடன் அவை ஒரு நபரின் மன ஆரோக்கியத்தை எவ்வாறு பாதிக்கமுடியும்.**

### பாலின பாதுகாப்புக் கொள்கை

சேவைகளைப் பெறும் நபர்களுக்கு அவர்களின் பாலினம் காரணமாக குறிப்பிட்ட பாதுகாப்புத் தேவைகள் அல்லது கவலைகள் (கரிசனைகள்) கொண்டிருக்கலாம். இந்தத் தேவைகள் மற்றும் கவலைகள் கருத்தில் கொள்ளப்பட வேண்டும் அத்துடன் சேவைகள் பின்வருவனவற்றைக் கருதவேண்டும்:

* **பாதுகாப்பாக இருத்தல்**
* **குடும்ப வன்முறை அல்லது முன் பேரதிர்ச்சியின் தற்போதைய அல்லது கடந்த கால அனுபவத்திற்கு எதிர்வினையாற்றல்.**
* **பாலினம் அவர்களுக்கு வழங்கப்படும் சேவைகள், அவர்கள் பெறும் சிகிச்சை மற்றும் அவர்களின் மீட்சியைப் பாதிக்கும் வழிகளைக் கண்டறிந்து அவற்றுக்கு எதிர்வினையாற்றல்.**
* **பாலினம் மற்ற வகையான பாகுபாடு மற்றும் பிரதிகூலங்களுடன் எவ்வாறு இணைகிறது என்பதை அடையாளம் கண்டு அவற்றுக்கு எதிர்வினையாற்றல்.**

### பண்பாட்டுப் பாதுகாப்புக் கொள்கை

சேவைகள் பண்பாட்டுரீதியாக பாதுகாப்பானதாகவும் அனைத்து சாதி, இனம் சார்ந்த, , நம்பிக்கை சார்ந்த மற்றும் பண்பாட்டுப் பின்னணிகளைச் சேர்ந்த தனிநபர்களுக்கும் ஏற்றதாகவும் இருக்க வேண்டும்.

மனநலப் பிரச்சினைகள், உணர்ச்சி ரீதியான துயரங்கள் அல்லது மனநோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு அவர்களின் பண்பாடு மற்றும் ஆன்மீக நம்பிக்கைகள் மற்றும் நடைமுறைகளைக் கருத்தில் கொண்டு அவற்றுடன் ஒத்துப்போகும் சிகிச்சை மற்றும் பராமரிப்பு வழங்கப்பட வேண்டும்.

நபரின் குடும்பத்தின் கண்ணோட்டங்களும், சாத்தியமானதும் பொருத்தமானதுமான இடங்களில், அவர்களின் சமூகத்தின் குறிப்பிடத்தக்க உறுப்பினர்களின் கருத்துகளும் கருத்தில் கொள்ளப்பட வேண்டும்.

முதற்குடி மக்களின் தனித்துவமான கலாச்சாரம் மற்றும் அடையாளம் மதிக்கப்பட வேண்டும். குடும்பம், உறவினர்கள், சமூகம், நாடு மற்றும் நீர் ஆகியவற்றுடனான அவர்களின் தொடர்பு மதிக்கப்பட வேண்டும். முதல் நாடுகளின் பெரியவர்கள், பாரம்பரிய மருத்துவர்கள் மற்றும் மனநல ஊழியர்களின் கருத்துகள் முடிந்தால் மற்றும் பொருத்தமானதாக இருந்தால் சிகிச்சை மற்றும் பராமரிப்பு பற்றிய முடிவுகளில் கருத்தில் கொள்ளப்பட்டு மதிக்கப்பட வேண்டும்.

### சார்ந்திருப்பவர்களின் நல்வாழ்வுக் கொள்கை

சேவைகளைப் பெறுபவர்களின் குழந்தைகள் மற்றும் சார்ந்திருப்பவர்களின் தேவைகள், நல்வாழ்வு மற்றும் பாதுகாப்பு பாதுகாக்கப்பட வேண்டும்.

## சிகிச்சை மற்றும் தலையீடுகளுக்கான முடிவெடுக்கும் கொள்கைகள்

முடிவெடுப்பது பற்றிய கொள்கைகளும் உள்ளன. கட்டாய சிகிச்சை அல்லது கட்டுப்படுத்தப்பட்ட தலையீடுகள் குறித்து சேவைகள் முடிவு செய்யும் போது மட்டுமே இந்தக் கொள்கைகள் பொருந்தும்.

கட்டாய சிகிச்சை என்பது, மக்கள் சிகிச்சையை மறுக்க அனுமதிக்கப்படுவதில்லை என்பது அதன் பொருளாகும்.

மருத்துவமனையில் பயன்படுத்தக்கூடிய கட்டுப்பாட்டு தலையீடுகள் பின்வருபவை:

* **தனிமை:** ஒருவர் ஒரு அறையில் தனியாக இருக்கும் போது.
* **உடல் கட்டுப்பாடு:** ஒருவர் தனது உடலின் முழு அல்லது பகுதியையும் நகர்த்துவதிலிருந்து உடல் ரீதியாகத் தடுக்கப்படும்போது.
* **வேதியியல் கட்டுப்பாடு:** ஒருவரின் உடலை அசைப்பதைத் தடுத்து அவர்களின் நடத்தையைக் கட்டுப்படுத்த மருந்து கொடுக்கப்படும்போது. இது மருத்துவ அல்லது மனநல சிகிச்சைக்கான மருந்து இல்லை.

எளிமையான மொழிநடையில் முடிவெடுக்கும் கொள்கைகள் பின்வருவன:

### கவனிப்பு மற்றும் குறைந்த கட்டுப்பாடுகள் கொண்ட ஆதரவு கொள்கைக்கு மாறுதல்

கட்டாய மதிப்பீடு மற்றும் சிகிச்சையின் குறிக்கோள், நபரின் மீட்சிக்கு உதவுவதாகும். சேவைகள் விரிவானதாகவும், அக்கறையுடனும், பாதுகாப்பாகவும், உயர் தரத்துடனும் இருக்க வேண்டும், மேலும் மக்களை குறைந்த கட்டுப்பாடுகள் கொண்ட சிகிச்சை, பராமரிப்பு மற்றும் ஆதரவை நோக்கி நகர்த்த வேண்டும்.

குறைந்தபட்சக் கட்டுப்பாடு என்பது கட்டாய மதிப்பீடு அல்லது சிகிச்சை பெறும் நபர்களுக்கு முடிந்தவரை அதிக சுதந்திரம் வழங்கப்பட வேண்டும் என்பதாகும். ஒருவருக்கு கட்டுப்படுத்தக்கூடியது மற்றொருவருக்கு கட்டுப்படுத்தக்கூடியதாக இருக்காது.

### கட்டாய மதிப்பீடு மற்றும் சிகிச்சை மற்றும் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட தலையீடுகள் கொள்கையின் விளைவுகள்

கட்டாய மதிப்பீடு மற்றும் சிகிச்சை மற்றும் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட தலையீடுகள் ஒரு நபரின் மனித உரிமைகளை பெருமளவில் கட்டுப்படுத்தலாம். இவை ஒரு நபருக்கு கடுமையான துயரத்தை ஏற்படுத்தலாம் அல்லது அவற்றின் பின்வருவனவற்றிற்கு தீங்கு விளைவிக்கலாம்:

* **உறவுகள்**
* **வாழ்க்கை ஏற்பாடுகள்**
* **கல்வி**
* **வேலை.**

கட்டாய சிகிச்சை மற்றும்/அல்லது கட்டுப்படுத்தப்பட்ட நடைமுறைகள் பயன்படுத்தப்படும் எந்த நேரத்திலும் மனநல சேவைகள் மற்றும் அவற்றின் ஊழியர்கள் மேற்கூறியவற்றைக் கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

### கட்டுப்படுத்தப்பட்ட தலையீடுகளின் கொள்கைக்கு சிகிச்சை சார் நன்மை கிடையாது.

கட்டுப்படுத்தப்பட்ட தலையீடுகளைப் பயன்படுத்துவது இயல்பாகவே (அவசியமாக) ஒரு நபருக்கு பயனளிக்காது.

### தீங்கைச் சமநிலைப்படுத்தும் கொள்கை

கட்டாய மதிப்பீடு மற்றும் சிகிச்சை, அல்லது கட்டுப்படுத்தப்பட்ட தலையீடுகள், அவை தடுக்க வேண்டியதை விட அதிக தீங்கு விளைவிக்கும் என்றால் அவற்றைப் பயன்படுத்தக்கூடாது.

ஒரு நபரின் கருத்துகள் மற்றும் விருப்பங்கள் அனைத்து முடிவுகளிலும் முடிந்தவரை மதிக்கப்பட்டு பின்பற்றப்பட வேண்டும். இதில் மதிப்பீடு, சிகிச்சை, மீட்பு மற்றும் ஆதரவு பற்றிய முடிவுகள் அடங்கும், ஒருவருக்கு கட்டாய மதிப்பீடு மற்றும் சிகிச்சை வழங்கப்பட்டாலும் கூட.

|  |
| --- |
| IMHA-வை எவ்வாறு தொடர்பு கொள்வது மற்றும் மேலும் அறிந்து கொள்வதுநீங்கள்:* [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au) என்ற வலைத்தளத்தைப் பார்வையிடவும்.
* contact@imha.vic.gov.au என்ற முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் அனுப்பவும்.
* **1300 947 820 என்ற எண்ணில்** IMHA **ஐ அழைக்கவும்,** வாரத்தில் ஏழு நாட்களும் (பொது விடுமுறை நாட்கள் தவிர) காலை 9:30 மணி முதல் மாலை 4:30 மணி வரை பணியாற்றும் IMHA பரிந்துபேசுவோரால் அழைப்பு ஏற்கப்படும்.
* உங்கள் உரிமைகள் பற்றிய பதிவைக் கேட்க IMHA உரிமைகள் எண்ணை **1800 959 353** என்ற எண்ணில் அழைக்கவும்.
* IMHA-வைத் தொடர்பு கொள்ள உதவ ஒரு மனநல சேவை வழங்குநர், பராமரிப்பாளர், உறவினர் அல்லது பிற ஆதரவு நபரிடம் கேளுங்கள்.
 |

