# مینٹل ہیلتھ اینڈ ویل بینگ ایکٹ کے اصول: آسان زبان میں

مئی 2025

مینٹل ہیلتھ اینڈ ویل بینگ ایکٹ 2022 (ذہنی صحت اور اچھی کیفیت کے متعلق قانون) ذہنی صحت اور ویل بینگ (اچھی کیفیت) کی سروسز ('سروسز') کے لیے اصول طے کرتا ہے۔

سائیکائٹرسٹس، ڈاکٹروں، نرسوں، الائیڈ ہیلتھ پروفیشنلز، ذہنی صحت کے مسائل کا تجربہ رکھنے والے عملے اور دوسرے ذہنی صحت کے عملے، اور سروسز کے لیے لوگوں کی نگہداشت، مدد یا علاج، یا اسیسمنٹ (جائزے) کے سلسلے میں ان اصولوں کو مدنظر رکھنا اہم ہے۔

ذہنی صحت کے قوانین کے تحت مینٹل ہیلتھ ٹرائبیونل، پولیس، ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ اور دوسرے اداروں کے لیے بھی ان اصولوں کو مدنظر رکھنا ضروری ہے۔

یہ اصول وہ خیالات بیان کرتے ہیں جو فیصلے کرنے کے طریقوں کے لیے رہنمائی کرتے ہیں یا جن پر لوگوں، سروس پرووائیڈرز اور اداروں کو اپنا کام کرتے ہوئے سوچنا چاہیے۔

اگر آپ کے خیال میں ان اصولوں پر عمل نہیں کیا گیا ہے تو آپ:

* مدد کے لیےIMHA سے رابطہ کر سکتے ہیں
* اپنی سروس سے شکایت کر سکتے ہیں
* مینٹل ہیلتھ اینڈ ویل بینگ کمیشن (1800 246 054) سے شکایت کر سکتے ہیں۔

آسان زبان میں، ذہنی صحت اور اچھی کیفیت کے اصول یہ ہیں:

## ذہنی صحت اور ویل بینگ (اچھی کیفیت) کے اصول

### وقار اور خودمختاری کا اصول

ذہنی صحت کے مسائل، دکھ اور تکلیف دہ یادوں یا ذہنی بیماری کے ساتھ جینے والے لوگوں کا وقار روا رکھا جانا چاہیے اور احترام کیا جانا چاہیے۔ انہیں خودمختار رہنے کے لیے مدد اور امکانات مہیا کیے جانے چاہیئں۔ مثال کے طور پر، انہیں خود اپنے فیصلے کرنے کا موقع حاصل ہونا چاہیے۔

### مختلف قسموں کی نگہداشت کا اصول

ذہنی صحت کے مسائل، دکھ اور تکلیف دہ یادوں یا ذہنی بیماری کے ساتھ جینے والے لوگوں کے لیے مختلف قسموں کی نگہداشت اور مدد لینا ممکن ہونا چاہیے۔ اس کی بنیاد ان کی خواہش اور ترجیح پر ہونی چاہیے۔ اس میں ان چیزوں پر غور کرنا شامل ہے:

* ان کی مدد حاصل کرنے کی ضروریات
* رشتے
* رہائشی صورتحال
* صدمات یا تکلیف دہ تجربات
* تعلیم
* مالی حالات
* کام۔

### کم سے کم پابندیوں کا اصول

کم سے کم پابندیوں والے علاج کا مطلب ہے کہ ذہنی صحت کے مسائل، دکھ اور تکلیف دہ یادوں یا ذہنی بیماری کے ساتھ جینے والے لوگوں کو ہر ممکن حد تک آزادی دی جانی چاہیے۔

سروسز کو یہ ہدف رکھنا چاہیے کہ وہ لوگوں کو ان کے حقوق اور خودمختاری پر کم سے کم پابندیوں کے لیے مدد دیں۔ مقصد ان کی صحتیابی اور سماجی زندگی میں شرکت کے لیے مدد دینا ہے۔

انسان کی صحتیابی اس کی اپنی خواہشات کے مطابق اور اس روشنی میں ہونی چاہیے کہ اس شخص کے لیے سماجی زندگی میں شرکت کا کیا مطلب ہے، چاہے دوسرے لوگ اس سے متفق نہ ہوں۔ جو حالات ایک شخص کے لیے پابندیوں کے مترادف ہوں، ممکن ہے وہ کسی دوسرے شخص کے لیے ایسے نہ ہوں۔

### مدد کے ساتھ فیصلے کرنے کا اصول

خدمات لینے والے لوگوں کو اپنے علاج، اسیسمنٹ، نگہداشت اور صحتیابی کے فیصلے خود کرنے کے لیے مدد ملنی چاہیے، چاہے وہ لازمی علاج کے تحت ہوں۔ اس شخص کے اپنے خیالات اور خواہشات کو فوقیت ملنی چاہیے۔

### اہلخانہ اور کیئررز کا اصول

خدمات لینے والے لوگوں کے اہلخانہ، کیئررز اور مددگاروں کو اس شخص کی اسیسمنٹ، علاج اور صحتیابی کے فیصلوں میں ان کے کردار میں مدد ملنی چاہیے۔

### ذاتی زندگی میں تجربے کا اصول

ذہنی صحت کے مسائل، دکھ اور تکلیف دہ یادوں یا ذہنی بیماری کے ساتھ جینے والوں اور ان کے اہلخانہ کے تجربات کو خدمات کی فراہمی کے سلسلے میں تسلیم کیا جانا چاہیے اور ان کی قدر کی جانی چاہیے۔

### صحت کی ضروریات کا اصول

ذہنی صحت کے مسائل، دکھ اور تکلیف دہ یادوں یا ذہنی بیماری کے ساتھ جینے والے لوگوں کی میڈیکل ضروریات اور صحت کی دوسری ضروریات معلوم کی جانی چاہیئں اور یہ ضروریات پوری کرنے کے لیے انہیں مدد ملنی چاہیے۔

اس میں منشیات اور شراب کے استعمال سے تعلق رکھنے والی ضروریات بھی شامل ہیں۔ انسان کی جسمانی صحت کی ضروریات کے اس کی ذہنی صحت کی ضروریات سے تعلق اور اثرات پر بھی غور کرنا چاہیے۔

### رِسک لینے کے حق کا اصول

خدمات لینے والے لوگوں کا حق ہے کہ وہ فیصلے کرتے ہوئے معقول (جو خود ان کے لیے مناسب ہوں) رِسک لے سکتے ہیں۔

### بچوں اور نوجوانوں کی اچھی کیفیت کا اصول

خدمات لینے والے بچوں اور نوجوانوں کی صحت، ویل بینگ (اچھی کیفیت) اور خودمختاری کو فروغ دیا جانا چاہیے اور، زندگی کے تجربات، عمر اور دوسرے عوامل کو مدنظر رکھتے ہوئے، انہیں ایسے طریقوں سے مدد ملنی چاہیے جو ان کے لیے کارگر ہوں۔

### لوگوں کے مختلف ہونے کا اصول

خدمات لینے والے لوگوں کی اپنی مختلف ضروریات اور تجربات کو علاج اور نگہداشت کے سلسلے میں مدنظر رکھنا چاہیے، جن میں یہ شامل ہیں:

* صنفی شناخت
* جنسی رجحان
* جنس
* قومیت
* زبان
* نسل
* مذہب، دین یا روحانیت
* طبقہ
* سماجی و مالی حیثیت
* عمر
* معذوری
* نیوروڈائیورسٹی (مختلف لوگوں میں دماغ کا مختلف فعل)
* کلچر
* آسٹریلیا میں ویزے یا اقامت کی حیثیت
* جغرافیائی پسماندگی یا محرومی۔

خدمات اس طرح فراہم کی جانی چاہیئں کہ یہ ان مختلف ضروریات اور تجربات کے لحاظ سے مناسب ہوں۔ اس کا مطلب ہے کہ لوگ سروسز کو بتا سکتے ہیں کہ انہیں محفوظ محسوس کرنے کے لیے کن چیزوں کی ضرورت ہے۔ سروسز کو ان باتوں کا احساس کرنا چاہیے:

* ایک شخص کی دوسروں سے مختلف ضروریات اور تجربات
* صدمہ یا تکلیف دہ تجربات
* ضروریات اور تجربات میں کیا تعلق ہے اور یہ انسان کی ذہنی صحت کو کیسے متاثر کر سکتے ہیں۔

### صنف کے حوالے سے محفوظ ہونے کا اصول

خدمات لینے والے لوگوں کو اپنی صنف کی وجہ سے حفاظت کی خاص ضروریات یا پریشانیاں (تشویشیں) ہو سکتی ہیں۔ ان ضروریات اور تشویشوں کو مدنظر رکھا جانا چاہیے اور سروسز کو:

* محفوظ ہونا چاہیے
* عائلی تشدّد یا صدمے کے حالیہ یا پچھلے تجربے کو مدنظر رکھ کر کام کرنا چاہیے
* صنف کے مختلف اثرات کو سمجھنا چاہیے اور خدمات مہیا کرنے کے طریقے، علاج کی قسم اور صحتیابی کو صنف کے لحاظ سے طے کرنا چاہیے
* یہ سمجھنا چاہیے کہ صنف کا دوسری قسموں کے امتیازی سلوک اور محرومی سے کیا تعلق ہے اور اس کے لحاظ سے کام کرنا چاہیے۔

### کلچر کے حوالے سے محفوظ ہونے کا اصول

سروسز کا تمام نسلی، قومیتی، مذہبی اور تہذیبی (کلچرل) پس منظروں کے افراد کے لیے کلچر کے حوالے سے محفوظ اور کلچر کے مطابق کام کرنے کے قابل ہونا ضروری ہے۔

ذہنی صحت کے مسائل، دکھ اور تکلیف دہ یادوں یا ذہنی بیماری کے ساتھ جینے والوں کو ایسا علاج اور نگہداشت ملنی چاہیے جو ان کے تہذیبی اور روحانی (دینی) عقائد اور طور طریقوں کو مدنظر رکھے اور ان کے مطابق ہو۔

ایک شخص کے اہلخانہ کے نقطۂ نظر اور، جہاں ممکن اور مناسب ہو، اس کی کمیونٹی کے اہم افراد کے خیالات کو مدنظر رکھا جانا چاہیے۔

فرسٹ نیشنز کے لوگوں کے منفرد کلچر اور شناخت کا احترام ضروری ہے۔ ان کے اپنے خاندان، برادری، کمیونٹی، کنٹری اور پانی سے رشتے کا احترام کیا جانا چاہیے۔ فرسٹ نیشنز کے بزرگوں، روایتی علاج کرنے والوں اور ذہنی صحت کے کارکنوں کے خیالات کو مدنظر رکھا جانا چاہیے اور اگر ممکن اور مناسب ہو تو علاج اور نگہداشت کے فیصلوں میں ان کو ملحوظ رکھنا چاہیے اور ان کا احترام کرنا چاہیے۔

### بچوں اور انحصار کرنے والوں کی ویل بینگ کا اصول

خدمات لینے والے لوگوں کے بچوں اور ان پر انحصار کرنے والوں کی ضروریات، ویل بینگ (اچھی کیفیت) اور حفاظت یقینی بنانا ضروری ہے۔

## علاج اور اقدامات کے فیصلے کرنے کا اصول

فیصلے کرنے کے لیے بھی کچھ اصول موجود ہیں۔ ان اصولوں کا اطلاق صرف تب ہوتا ہے جب سروسز لازمی علاج یا پابندیوں والے اقدامات کے متعلق فیصلے کر رہی ہوں۔

لازمی علاج کا مطلب ہے کہ لوگوں کو علاج کروانے سے انکار کی اجازت نہیں ہوتی۔

ہسپتالوں میں جو پابندیوں والے اقدامات استعمال کیے جا سکتے ہیں، وہ یہ ہیں:

* **تنہائی**: جب ایک انسان کو ایک کمرے میں اکیلا رکھا جائے
* **جسمانی حرکت محدود کرنا**: جب ایک انسان کو جسم کے تمام یا کچھ حصے ہلانے سے فزیکلی روکا جائے۔
* **کیمیکل طریقے سے حرکت محدود کرنا:** جب ایک انسان کا طرز عمل کنٹرول کرنے یا اسے جسمانی حرکت سے روکنے کے لیے دوائی دی جائے۔ یہ وہ دوائی نہیں جو میڈیکل علاج یا ذہنی صحت کے علاج کے لیے دی جاتی ہے۔

یہاں فیصلے کرنے کے اصول آسان زبان میں دیے جا رہے ہیں:

### نگہداشت، اور کم پابندیوں والی مدد کی طرف بڑھنے کا اصول

لازمی اسیسمنٹ اور علاج کا ہدف انسان کی صحتیابی میں مدد دینا ہے۔ سروسز جامع (مکمل)، احساسمند، محفوظ اور معیاری ہونی چاہیئں اور انہیں لوگوں کو علاج، نگہداشت اور مدد کی کم پابندیوں والی صورتوں کی طرف لے جانا چاہیے۔

کم پابندیوں والی صورتوں کا مطلب ہے کہ جن لوگوں کی لازمی اسیسمنٹ یا علاج ہو رہا ہو، انہیں ہر ممکن حد تک آزادی ملنی چاہیے۔ جو حالات ایک شخص کے لیے پابندیوں کے مترادف ہوں، ممکن ہے وہ کسی دوسرے شخص کے لیے ایسے نہ ہوں۔

### لازمی اسیسمنٹ اور علاج، اور پابندیوں والے اقدامات کے نتائج کا اصول

لازمی اسیسمنٹ اور علاج اور پابندیوں والے اقدامات ایک شخص کے انسانی حقوق کو بہت کم کر سکتے ہیں۔ ان کی وجہ سے ایک شخص کو شدید دکھ ہو سکتا ہے یا اسے ان معاملات میں نقصان پہنچ سکتا ہے:

* رشتے
* رہائشی اور گھریلو انتظامات
* تعلیم
* کام۔

لازمی علاج اور/یا پابندیوں والے طریقوں کے استعمال کے وقت ذہنی صحت کی سروسز اور ان کے عملے کو ہمیشہ مندرجہ بالا معاملات کو مدنظر رکھنا چاہیے۔

### پابندیوں والے اقدامات کا علاج میں مفید نہ ہونے کا اصول

پابندیوں والے اقدامات اپنے آپ میں، انسان کو فائدہ نہیں پہنچاتے (یعنی ضروری نہیں کہ ان سے فائدہ ہو)۔

### نقصان میں توازن کا اصول

لازمی اسیسمنٹ اور علاج یا پابندیوں والے اقدامات کو تب استعمال نہیں کیا جائے گا جب ان کا نقصان اس نقصان سے بڑھ کر ہو گا جسے روکنا مقصود ہے۔

تمام فیصلوں میں انسان کی خیالات اور خواہشات کا احترام کرنا چاہیے اور ہر ممکن حد تک ان کے مطابق چلنا چاہیے۔ اس میں اسیسمنٹ، علاج، صحتیابی اور مدد کے فیصلے شامل ہیں، چاہے ایک انسان لازمی اسیسمنٹ اور علاج کے تحت ہو۔

|  |
| --- |
|  IMHAسے رابطہ کرنے اور مزید معلومات حاصل کرنے کے طریقےآپ:* ویب سائیٹ [www.imha.vic.gov.au](http://www.imha.vic.gov.au) دیکھ سکتے ہیں
* contact@imha.vic.gov.au پر ای میل بھیج سکتے ہیں
* IMHA کی فون لائن **1300 947 820** پر کال کر سکتے ہیں جہاں ہفتے کے ساتوں دن صبح 9:30 سے شام 4:30 بجے تک (سوائےعوامی تعطیلات کے) IMHA کے ایڈووکیٹس فون پر جواب دیتے ہیں
* **1800 959 353** پر IMHA کی حقوق کی فون لائن کو کال کر کے اپنے حقوق کے متعلق ریکارڈنگ سن سکتے ہیں
* اپنے ذہنی صحت کے سروس پرووائیڈر، کیئرر، اپنے رشتہ داروں یا کسی اور مددگار سے IMHA سے رابطہ کرنے کے لیے کہ سکتے ہیں
 |

