



सहायता के साथ फैसला लेना



व्यवहार सहायता में फैसले लेने में मदद करना

फैसले लेने में सहायता देना क्या होता है?

फैसले लेने में सहायता देने का अर्थ है किसी व्यक्ति को उसके अपने और अधिक फैसले लेने में उसके लिए आवश्यक सहायता देना।

फैसले लेने में सहायता देना निम्नलिखित विचारों पर आधारित है:

- हर किसी को अपने खुद के फैसले लेने का अधिकार है।
- हर किसी को फैसले लेने के लिए सहायता लेने का अधिकार है।
- समायोजनों और सहायता के साथ विकलांगता से ग्रस्त लोग फैसले लेने के लिए कौशल सीख सकते हैं।
- फैसले व्यक्ति की इच्छा और प्राथमिकता (उनकी अपनी विचारधाराएँ, मान्यताएँ और रोज़ाना की पसंद तथा नापसंद) पर आधारित होने चाहिए।
- हर किसी को जोखिम उठाने का अधिकार है।

जब आप फैसले लेने में किसी की सहायता करते/ती हैं तो आप:

- उन्हें फैसला लेने के लिए उनके लिए आवश्यक जानकारी प्राप्त करने में मदद करते/ती हैं।
- यह सुनिश्चित करते/ती हैं कि उनके पास एक ऐसे तरीके में जानकारी है जिसे वह समझते/ती हैं।
- उन्हें विकल्पों के बारे में सोचने में सहायता करते/ती हैं, इसमें प्रत्येक विकल्प के लिए सकारात्मक और नकारात्मक परिणाम शामिल हैं।
- उनकी अपनी इच्छा और प्राथमिकता (उनकी अपनी विचारधाराएँ, मान्यताएँ और रोज़ाना की पसंद तथा नापसंद) के आधार पर फैसला लेने में उनकी मदद करते/ती हैं।
- उन्हें लोगों को उनके फैसले के बारे में बताने में मदद करते/ती हैं।
- उन्हें उनके फैसले पर कार्रवाई करने में मदद करते/ती हैं।

याद रखें

जोखिम उठाना फैसले लेना का एक भाग होता है।

व्यक्ति को इस बारे में सोच-विचार करने के लिए सहायता देते हुए संभव जोखिम से गुजरने में मदद दें कि वह फैसला लेना क्यों चाहते हैं, जोखिम क्या हैं और चीज़ों को अधिक सुरक्षित कैसे बनाएँ।

निम्नलिखित करके किसी के फैसले को प्रभावित करने से बचें...

- प्रत्येक विकल्प के सकारात्मक और नकारात्मक परिणाम प्रस्तुत करें। जो विकल्प आपको पसंद नहीं हैं उनके बारे में और अधिक नकारात्मक न होकर।
- व्यक्ति को इस बारे में सलाह दिए बिना तथ्य बताना कि उन्हें क्या करना चाहिए।
- अपनी व्यक्तिगत भावनाओं और मतों को साझा करने से बचें। इसकी बजाए तथ्यों पर डटे रहें।

खुद से निम्नलिखित सवाल पूछकर इसपर सोच-विचार करें कि आपने उस समय क्या कार्रवाई की जब आपने फैसला लेने में किसी की सहायता की...

- क्या मेरे विचारों या मतों ने फैसले को प्रभावित किया?
- क्या मैंने इसपर ध्यान दिया कि व्यक्ति क्या चाहता है (उनकी इच्छा और प्राथमिकता के आधार पर), बजाए इसके कि मुझे क्या लगा कि उनके लिए सबसे अच्छा क्या है?
- क्या मैंने सभी प्रासंगिक विकल्प प्रदान किए या केवल वे प्रदान किए जो मुझे लगा कि व्यक्ति के लिए सबसे अच्छे थे?
- क्या कुछ ऐसा है जो अगली बार मैं कुछ अलग कर सकता/ती हूँ?



सकारात्मक व्यवहार सहायता क्या है?

- सकारात्मक व्यवहार सहायता (Positive Behaviour Support) का लक्ष्य व्यक्ति के और उसकी सहायता करने वाले लोगों के जीवन की गुणवत्ता को बेहतर बनाना है। व्यक्ति जिस परिवेश में है, उसमें सुधार करके और व्यक्ति के तथा उसके आसपास के लोगों के कौशल को विकसित करके यह ऐसा करने की कोशिश करती है।
- सकारात्मक व्यवहार सहायता में व्यक्ति और उसे अच्छी तरह से जानने वाले लोग शामिल होते हैं। व्यक्ति केन्द्र में होता है और उसे अपने व्यवहार सहायता (Behaviour Support) से जुड़े फैसलों में शामिल किया जाना चाहिए।
- सकारात्मक व्यवहार सहायता का लक्ष्य हर किसी को व्यक्ति को बेहतर तरीके से समझने में मदद देना है ताकि उन्हें पता हो कि उसकी सहायता बेहतर तरीके से कैसे करनी है।
- सकारात्मक व्यवहार सहायता का लक्ष्य प्रतिबंधात्मक पद्धतियों के प्रयोग को कम करना है यदि ये लागू हों। प्रतिबंधात्मक पद्धतियों का प्रयोग केवल एक अंतिम उपाय के तौर पर किया जाता है और जब व्यक्ति के व्यवहार में सहायता करने के लिए अन्य प्रकार के उपायों को लागू किया जाता है, तब इन्हें हटा दिया जाता है।

लोगों को अपनी व्यवहार सहायता से जुड़े फैसलों में शामिल क्यों किया जाना चाहिए?

विकलांगता से ग्रस्त लोगों को अपनी व्यवहार सहायता योजना से जुड़े फैसलों में शामिल करने से:

- उन्हें ऐसा महसूस करने में सहायता मिलेगी कि उन्हें सुना जाता है और यह समझने में भी सहायता मिलेगी कि वे प्रक्रिया में एक महत्वपूर्ण भूमिका अदा करते हैं।
- उन्हें अपने खुद के जीवन पर नियंत्रण करने की योग्यता मिलेगी।
- उनके ज्ञान, कौशल और आत्म-विश्वास का निर्माण होगा।

सकारात्मक व्यवहार सहायता में कौन से फैसले शामिल हैं?



1. मेरी व्यवहार सहायता टीम में किसे होना चाहिए?

यह महत्वपूर्ण है कि व्यक्ति को इस फैसले में शामिल किया जाए कि उसकी व्यवहार सहायता योजना में किसे शामिल किया जाना चाहिए। व्यक्ति को बेहतर तरीके से समझने के लिए, व्यवहार सहायता पेशेवर व्यक्ति के परिवार और मित्रों तथा साथ ही टीचरों, सहायता कर्मियों, स्पीच थेरेपिस्टों, डॉक्टरों आदि जैसे पेशेवरों से बात करने का अनुरोध कर सकता है।



2. मेरे बारे में लोगों के पास क्या जानकारी होनी चाहिए?

यह महत्वपूर्ण है कि व्यक्ति को पता हो कि व्यवहार सहायता पेशेवर किससे बात करेंगे, वे कैसी जानकारी की मांग करेंगे, और क्यों।

व्यक्ति से पूछा जाएगा कि क्या कोई ऐसी जानकारी है जिसे वह व्यवहार सहायता पेशेवर या अपनी व्यवहार सहायता टीम में शामिल किसी अन्य व्यक्ति के साथ साझा नहीं करना चाहते हैं।



3. किस बात से मुझे बढ़िया जीवन व्यतीत करने में मदद मिलेगी?

व्यक्ति को बढ़िया जीवन जीने में मदद करने के लिए, व्यवहार सहायता पेशेवर यह समझना चाहेगा कि व्यक्ति को क्या करना पसंद है और उसके लिए क्या महत्वपूर्ण है, उसे क्या कठिन लगता है, वह अभी और भविष्य में क्या करना चाहेगा।



4. क्या मैं अपनी योजना बदलना चाहता/ती हूँ?

यदि योजना के कुछ हिस्से काम नहीं कर रहे हैं, तो व्यक्ति को अपनी योजना बदलवाने का अधिकार है। यह महत्वपूर्ण है कि व्यक्ति को यह फैसला लेने में समर्थन दिया जाए कि वे क्या बदलना चाहते हैं और क्या वही रखना चाहते हैं।

मैं किसी व्यक्ति की उनकी व्यवहार सहायता से जुड़े फैसले लेने में सहायता कैसे करूँ?

व्यवहार सहायता पेशेवर व्यक्ति को इन फैसलों का विवरण देगा और यह पता लगाने के लिए व्यक्ति के साथ काम करेगा कि वे क्या चुनना चाहते हैं।

सहायक के तौर पर आपकी भूमिका में व्यवहार सहायता पेशेवर के साथ काम करना शामिल है ताकि:

- यह सुनिश्चित किया जा सके कि व्यक्ति के पास फैसला लेने के लिए उसके लिए आवश्यक जानकारी है।
- यह सुनिश्चित किया जा सके कि उनके पास एक ऐसे तरीके में जानकारी है जिसे वे समझ सकते हैं।
- व्यक्ति को पेशेवर को यह बताने में सहायता की जा सके कि उन्हें क्या चाहिए।
- उन्हें फैसले को अमल में लाने में सहायता की जा सके।

जटिल संवाद से ग्रस्त लोगों के लिए फैसले लेने में सहायता देने के लिए आप क्या कर सकते/ती हैं।

- व्यक्ति के साथ बहुत सा समय बिताएँ और उन लोगों के साथ करीबी से काम करें जो उसे अच्छी तरह से जानते हों।
- यह सीखें कि वे कैसे संवाद करते हैं। जैसे कि, व्यक्ति को देखने से आपको यह समझने में मदद मिलेगी कि उनकी प्राथमिकता क्या है। उनके चेहरे के हावभाव और व्यवहार आपको क्या बताते हैं?
- व्यक्ति की बात सुनकर यह सीखें कि उन्हें क्या पसंद है। उनके द्वारा निकाले जाने वाली आवाज़ों को सुनें। जो संवाद वे करते हैं, उसे सुनें।
- कल्पना करें कि व्यक्ति तब क्या करेगा और कहेगा यदि उसके पास अपने जीवन पर संपूर्ण नियंत्रण हो। वे क्या चयन करेंगे?

व्यवहार सहायता में फैसले लेने संबंधी सहायता देने के बारे में और अधिक जानने के लिए “सहायता के साथ फैसले लेना” (Deciding With Support) वेबसाइट पर जाएँ:

www.decidingwithsupport.flinders.edu.au

