मुख्य प्रबन्धन अधिकारी की कलम से

रंजन धर
सी. इ. ओ.
शफा होम

शफा एक उर्दू शब्द है, जिसका अर्थ है उपचार की शक्ति। वास्तव में, स्वास्थ्य लाभ की यह एक ऐसी सम्पूर्ण अवधारणा है जो शरीर, मन एवं आत्मा का मेल करती है।

शफा में उपयोग होने वाली उपचार पद्धतियां, परम्परागत पद्धतियों से एक कदम आगे हैं। यहाँ शारीरिक स्वास्थ्य के साथ ही साथ, आवासियो के मनोवैज्ञानिक एवं आध्यात्मिक स्वास्थ्यलाभ पर भी ध्यान दिया जाता है। मुख्यतः यह इलाज आवासियो को उनके खोए हुए आत्म–सम्मान एवं आत्मविश्वास को प्राप्त करने में सहायता करता है।

हमारा उद्देश्य समाज में प्रचलित उस सोच को खत्म करना है जिसके अनुसार **एक नशेबाज हमेशा के लिए ही नशेबाज बनके रह जाता है।** इसे ध्यान में रखते हुए हमने एक ऐसी उपचार पद्धति का निर्णय लिया जो व्यक्तिगत भावनाओं एंव मानवीय सोच पर आधारित थी।

निकट भविष्य में हम दक्षिण या दक्षिण–पूर्वी एशिया के किसी क्षेत्र में एक अनुसंधान तथा प्रशिक्षण केन्द्र की स्थापना की योजना बना रहे हैं। एक ऐसी जगह जहाँ नई उपचार पद्धतियो का प्रयोग एवं परीक्षण किया जायेगा और फिर समान क्षेत्रों में कार्यरत व्यक्तियों के साथ विचारों का आदान प्रदान किया जायेगा ।

आज, आपको यह बताते हुए मै गर्व महसूस करता हूँ कि शफा होम अब देश का सबसे बड़ा पुनर्वास केन्द्र बन चुका है जहाँ किसी भी समय 100 से अधिक आवासी रहते हैं। फिलहाल शफा की सेवाएं दिल्ली और उत्तराखंड के दो स्थानो पर उपलब्ध है। शफा अपनी सेवाएं दो प्रदेश के दो स्थानो में प्रदान करती है। उदाहरणतः, दिल्ली एवं उत्तरांचल।

बारह वर्ष पहले हमने जिस पौधे को लगाया था वह अब बढ़कर पूर्ण रुप से वृक्ष बन कर फल–फूल चुका है। मेरा दृढ़ विश्वास है कि अब समय आ चुका है कि हम इस वृक्ष के पौधों को पूरे देश मे लगायें। यह केवल आपके सहयोग, जुड़ाव एवं शुभ कामनाओं से ही संभव हो पाएगा।

मै इस अवसर पर अपने सभी कर्मचारियो, ग्रेजुएट्स, स्वयं–सेवियों, परिवारजनो, आवासियों, प्रशिक्षण ले रहे व्यक्तियों, वित्तीय एवं अन्य प्रकार की सहायता प्रदान करने वालो को तथा हमारे सभी शुभ चिंतको को धन्यवाद देना चाहता हूँ, जिनके सहयोग के बिना आज हम जहां तक पहुँचें है वहां तक पहुँच पाना सम्भव नहीं हो सकता था।

आशा करता हूँ आपका सहयोग और साथ सदा मिलता रहेगा।

Ranjan Dhar

रंजन धर

एक कदम प्रगति की ओर

पिछले एक दशक में नशीले पदार्थों के सेवन की समस्या केवल शहरों व शहरी क्षेत्रों तक ही सीमित न रहकर आसपास के क्षेत्रों में भी तेजी से फैल चुकी है। नशीले पदार्थों के दुरूपयोग से संबन्धित जानकारी व उपलब्ध सेवाओं के बीच एक गहरी खाई है। इसलिए नशीली वस्तुओं का सेवन करने वाले व्यक्तियों तथा उनके परिवारों को, नशामुक्ति व पुनर्वास हेतु सही जानकारी उपलब्ध करवाने की आवश्यकता है। नशीली चीज़ो पर आश्रित व्यक्तियों व उनके परिवारों के प्रति लोगों का रूढ़िवादी दृष्टिकोण, इस जानलेवा रोग से पीड़ित लोगों को इस समस्या से जुड़ी आवश्यक कार्रवाई को करने में रूकावट बनता है।

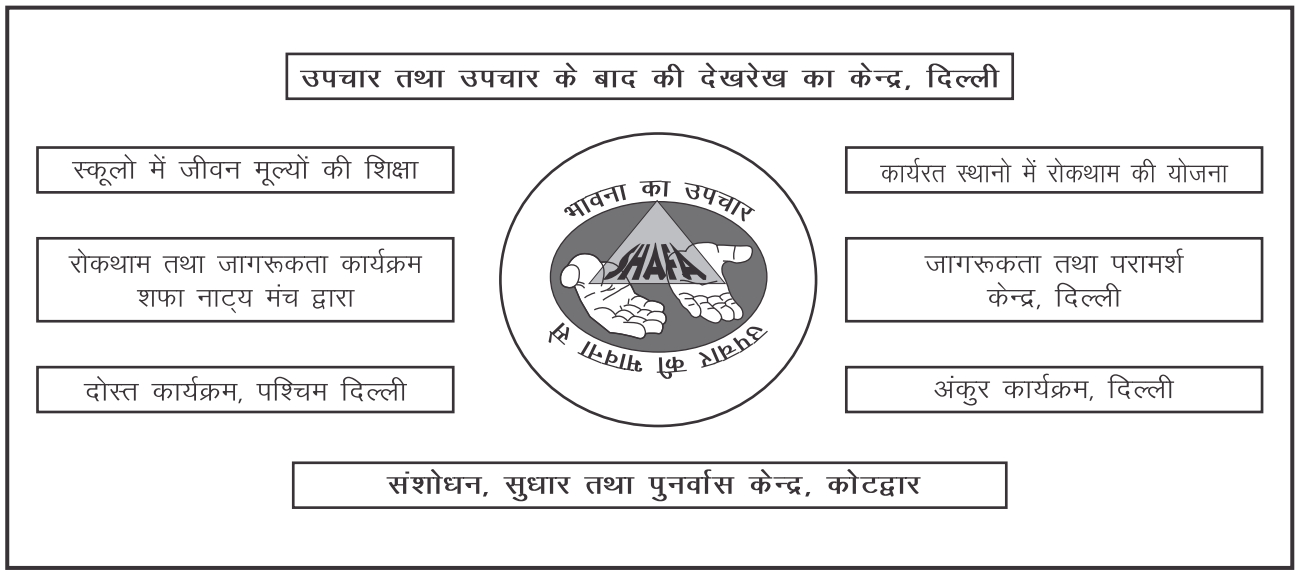
दिल्ली क्षेत्र में नशीले पदार्थो के सेवन से बढ़ते संकटो का सार्थक समाधान 1999 में **शफा होम** नामक संस्था के रूप में मिला जो शहर की हलचल से दूर दिल्ली के एक बाहरी इलाके में स्थापित किया गया।

हमारा मिशन

भावना का उपचार – उपचार की भावना से

आम जनता के लिए एक अनुकूल परिवेश बनाना, विशेषकर उनके लिए जो मानसिक एवं व्यवहारजनित परेशानियों, एच. आई.वी./एड्स तथा नशीली वस्तुओं के सेवन से पीड़ित हैं। उनकी सामाजिक समस्याओं को पूरी तरह समझना, शिक्षा सेवाओं की व्यवस्था करना, मानव क्षमता को साकार करने के लिए स्वस्थ विकल्पों की ओर जागरूक करना ताकि वे भी समाज के जिम्मेदार सदस्य बन सकें।

शफा होम, एक गैर–सरकारी, गैर–लाभकारी, स्वयंसेवी संगठन है। इसके अंतर्गत दो शाखाँए और पाँच नवीन परियोजनाए हैं। यह नशीले पदार्थों पर आश्रित व्यक्तियों के उपचार व पुनर्वास के लिए काम करता है। शफा, जीवन की गुणवत्ता बढ़ाकर, नशीली पदार्थों की मांग व दुरूपयोग को जड़ से समाप्त करने में कार्यरत है।



शफा, बिना किसी सरकारी अथवा वित्तीय संगठन की आर्थिक सहायता से, नशीले पदार्थो की रोकथाम, उपचार व नशापीड़ितों तथा उनके परिवारों के पुनर्वास के लिए एक प्रभावशाली संगठन के रूप में काम करता है। हमारे समर्पित तथा उत्साही स्वयंसेवको व कर्मचारियों द्वारा ही यह संभव हो पाया है।

इस रूपरेखा के अंतर्गत, **शफा होम** के स्वयंसेवी कार्यकर्ताओं ने नशीली चीज़ो पर आश्रितों व उनके परिवार, जिन्हें नशामुक्ति उपचार व पुनर्वास की आवश्यकता है, सहायता पहुँचाने के ठोस प्रयास किये है। **शफा होम** ने दिल्ली, कोटद्वार (उत्तराखंड) जैसे क्षेत्रों में इस विषय से सबंन्धित सूचना, परामर्श, शिक्षा व प्रशिक्षण तथा उत्तम परियोजनाओं के माध्यम से उपयुक्त आवासीय सुविधायें उपलब्ध करवाई है।

हाल ही में, शफा ने दो नई परियोजनाओं की शुरूआत की हैः **पहली दोस्तः**– नशाग्रस्त व्यक्तियों एंव किशोरो में एच. आई. वी./एड्स की रोकथाम हेतु, **और दूसरी अंकुरः**– सुविधाओं से वंचित बच्चों को पर्याप्त पोषण व उनकी शिक्षा जारी रखने हेतु योजनाएं।

सन् 1999–2012 की अवधि में 80 प्रतिशत से अधिक लोग, जो **शफा** कार्यक्रम को पूरा कर चुके है, सफलतापूर्वक समाज में स्वयं को दोबारा जोड़ चुके है और अपने समुदाय में समर्पित भाव से उत्पादक सदस्यो के रुप में कार्य कर रहे है। यह **फालो–अप** प्रणाली के माध्यम से सम्भव हो पाया है। उनके परिवारजनो ने सूचित किया कि उपचार एवं पारिवारिक सहायता कार्यक्रम के फलस्वरुप उनके जीवन में एक विशिष्ट एवं स्थायी परिवर्तन हुआ है।

उपचार पद्धति

शफा में एक नशामुक्त आवासीय व्यवस्था के द्वारा अलग–अलग स्तरों पर आधारित उपचार प्रणाली से उपचार किया जाता है। हर वर्ग स्वयं तथा समाज की तरफ बढ़ती हुई जिम्मेदारी को दर्शाता है। यहाँ पर आवासियो को सहभागिता तथा अलग–अलग तरह की सामूहिक प्रक्रियाओं द्वारा सामाजिक आदर्शो को अपनाने तथा सामाजिक कुशलताओं को विकसित करने के लिए सहायता प्रदान की जाती है।

शफा में प्रयोग होने वाली उपचार पद्धति विश्वभर में **थेरापिउटिक काम्यूनिटि** या संक्षेप में **टी.सी.** के नाम से जानी जाती है। इसमें **समुदाय,** जिसमें उपचार कर्मचारी तथा पहले इलाज लेकर नशामुक्त हो चुके व्यक्ति सम्मिलित होते हैं, बदलाव का प्रमुख प्रतिनिधि बनते है। यहाँ आवासीगण व्यवस्थित तथा अव्यवस्थित तरीकों से एक दूसरे के साथ बातचीत द्वारा विचारो का आदान–प्रदान करते है जो नशे से जुड़े मनोवृत्ति, दुष्प्रभावों, अनुभवों तथा व्यवहारों को प्रभावित करते हैं। उनके उपचार में पुनर्वास, पुनर्शिक्षा, स्वस्थ कार्यक्षमता, मूल्यों तथा कुशलताओं का पुनर्स्थापन एवं साथ ही साथ शारीरिक व भावनात्मक स्वास्थ्य की पुनर्प्राप्ति सम्मिलित है।

उपचार प्रक्रिया

उद्देश्य :

रासायनिक पदार्थो पर निर्भर व्यक्ति को एक दायित्वपूर्ण एवं समझदार जीवन शैली विकसित करने के योग्य बनाना, जो समाज में शालीनता एवं सकारात्मक हिस्सेदारी को जन्म देता है।

- अनुशासन, प्रतिबद्धता, जिम्मेदारी और आत्मविश्वास की भावनाओ का विकास।
- परिवार के सदस्यों तथा अन्य व्यक्तियों के साथ संबन्धो में सुधार।
- भावनात्मक समस्याओं का समाधान।
- व्यवसायिक मार्गदर्शन प्रदान करना।

उपचार योजना

उपचार के विभिन्न समयबद्ध स्तर या चरण है जिनमे सम्मिलित है :

- **उपचार की जानकारी** — उपचार का परिचय
  पिछली मेडिकल रिपोर्ट
  उपचार का आंकलन
  उपचार प्रक्रिया, रूपरेखा, एवं अनुबंध पर सहमति हेतु हस्ताक्षर।
- **डीटोक्सिफिकेशन– (एक सप्ताह)** — नशीले पदार्थो के निष्कासन के लक्षणो को योगाभ्यास, ध्यान एवं प्राकृतिक चिकित्सा के माध्यम से उपचार करना। उपचार के दौरान किसी भी चरण में मनोभाव परिवर्तन के लिए किसी भी औषधीय पदार्थ का प्रयोग नहीं किया जाता है।
- **उपचार के बाद देखरेख** — उपचार के बाद देखरेख की अवधि 10 – 12 महीने है, जिसे 4 स्तरों में बाँटा गया है। प्रत्येक चरण में कुछ सुविधायें प्रदान की जाती है जिन्हे अर्जित किया जाना चाहिए तथा चरण पदोन्नति के लिए लिखित आवेदन किया जाना चाहिए।

विस्तारित रुप से उपचार के बाद देखरेख को दो भागो मे बाँटा जा सकता है।

उपचार, **प्रथम भाग** में – यह अत्यन्त गहन, व्यक्तिगत परामर्श से भरपूर सामूहिक कार्य है। सामान्यतः व्यक्ति डीटोक्सिफिकेशन के बाद इस भाग में प्रवेश करता है। इस भाग का समय अधिकतम 3–4 महीने का है।

उपचार, **द्वितीय भाग** में – इस भाग में आवासी को कम गहन परामर्श या सामूहिक सहायता की आवश्यकता पड़ती है। उपचार अधिकतर आत्म–निर्देशित होता है। यह उपचार समाप्त होने के ठीक पहले का भाग है जो 6 महीने से लेकर अधिकतम 1 वर्ष तक चल सकता है।

सम्पूर्ण उपचार प्रक्रिया आवासीय रहेगी जिसकी समय अवधि 10–12 महीने की है। इसे विभिन्न चरणो में बाँटा गया है। उपचार की अवधि का कम या ज़्यादा होना व्यक्ति–विशेष पर निर्भर करता है।

उपचार के दौरान, समुदाय मे एक सहभागी के रूप में आवासी से सख्त व स्पष्ट व्यवहारिक नियमो के पालन की अपेक्षा की जाती है। आत्म–नियंत्रण और जिम्मेदारी की भावना को विकसित करने के उद्देश्य से विशेष तरीकों, जैसे **पुरस्कार और दंड** द्वारा इन नियमों को प्रतिस्थापित किया जाता है। फलतः आवासी सहज रूप से महत्वपूर्ण भूमिकाओ को प्राप्त कर अधिक सुविधाओं और ज़िम्मेदारियों के साथ स्वास्थ्य लाभ की दिशा में आगे बढ़ते है। यह विधि नकारात्मक सोच एवं व्यवहार को बदलने पर केंद्रित है।

इसके लिए सामुदायिक उपचार, सहभागियो के साथ समूह–सत्र, सामुदायिक शिक्षा, आवासियों को उनकी गलतियों के लिए जिम्मेदार ठहराना, खेलकूद तथा नेतृत्व–प्रदर्शन जैसी गतिविधियों का उपयोग किया जाता है।

आवासियों से अपेक्षा रहती है कि वे एक पथ–प्रदर्शक के रूप में समुदाय के मूल्यों एवं शिक्षाओं को अपने व्यवहार की सहायता से साबित करें। नियमित दैनिक गतिविधियों द्वारा आवासियों के अव्यवस्थित जीवन को व्यवस्थित करने का प्रयास किया जाता है तथा उन्हें योजनाबद्ध तरीके से अपने जीवन के उद्देश्य को निर्धारित कर उसे प्राप्त करने एवं जिम्मेदार नागरिक बनने की शिक्षा दी जाती है।

अंततः समुदाय में भागीदारी की रचना इस प्रकार की गई है जिससे व्यक्ति अपनी भावनाओं का सच्चे व रचनात्मक रूप से आंकलन, संचालन व अभिव्यक्त कर सके। समूह बैठकों तथा सेमिनारों में सही जीवनयापन (व्यक्तिगत एवं सामाजिक जिम्मेदारी व नैतिक मूल्यों को सीखना) अपनाना; जैसा मनुष्य को होना चाहिए वैसा व्यवहार करना, ना कि जैसा वह अब तक करता रहा है।

शफा में उपचार के चरण

आवश्यकताये और सुविधाये

टी.सी. को आत्म–परिवर्तन या आत्म–प्रदर्शित करने की प्रक्रिया के रुप मे वर्णित किया जा सकता है जो जीवन को एक अलग दृष्टिकोण से देखने के गहरे अनुभव से आता है। अतः उपचार ले रहे व्यसनी की प्रगति और जागरूकता के बीच एक गहरा सम्बंध बनता जाता है। इलाज के चरणों को 4 स्तरों में बाँटा गया है। आवासी को प्रत्येक चरण की आवश्यकताओ को पूरा कर सुविधाओं के योग्य बनना एवं कमाना आवश्यक है। स्तर की पदोन्नति के लिए लिखित आवेदन दिया जाना चाहिए। साथ ही साथ, स्तर पदोन्नतियो का लेखाजोखा आवासियो के लिये/द्वारा रखा जाता है।

प्रथम चरण

इस चरण में ठीक हो रहा व्यसनी, एक नियमित जीवन जीना सीखता है। अनुचित व्यवहार को नियंत्रित करने के लिए विभिन्न व्यवहार सुधारक साधनो का प्रयोग किया जाता है। कार्यक्रम की मूलभूत विशेषताओं का मूल्य एवं उन्हें अपनाने की क्रिया को बार बार सिखाया जाता है। इस चरण में व्यक्ति **जैसे कि/एक्ट ऐज इफ** (जैसा वह बनना चाहता है) का अभिनय करता है या फिर प्रतिबद्धता से कार्य करने से पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के साथ चलता रहता है।

आवश्यकतायें : न्यूनतम अवधि 2 महीने। इसमे सम्मिलित हैं :

- व्यक्तिगत तथा कार्य सम्बन्धी जिम्मेदारियां
- **रिफ्लेक्शन**– भावनाओं की पहचान
- **एन. ए.**–पहले कदम को समझना तथा उसे लागू करना
- सामूहिक सत्र में भागीदारी
- **हमारी दार्शनिकता** को स्मरणशक्ति से आत्मसात करना
- **हमारी दार्शनिकता** की अपने से पहचान बनाना

सुविधाये : पत्र लिख सकते हैं तथा बच्चे उससे मिलने आ सकते हैं। आवासी को हमेशा पत्र प्राप्त करने की अनुमति है, परन्तु उत्तर देने की अनुमति की सुविधा उसके व्यवहार पर निर्भर करती है।

द्वितीय चरण

इस चरण में व्यसनी अपने व्यक्तिगत विकास के लिए स्वयं तथा अपने अतीत के साथ समझौते करने के अवसर ढूढ़ने की पहल करता है। उसे अपनी आंतरिक शक्ति का पता चलता है एवं यह समझने लगता है कि वह अपनी भावनाओं पर नियंत्रण रखकर जीवन को नई दिशा दे सकता है। वह समझ लेता है कि ''अकेले करने की क्षमता रखते हुए भी वह उसे अकेले नही कर सकता।''

आवश्यकताये : न्यूनतम अवधि 3 महीने। इसमे निहित है :

- स्वयं व अन्य लोगो के प्रति जिम्मेदारी।
- **रिफ्लेक्शन** – रिश्ते, मनोवृत्ति व व्यवहार
- **एन.ए.**– पहले व दूसरे कदमों का अनुपालन।
- **समूह सत्र** –सम्पूर्ण हिस्सेदारी

सुविधायेः आवासी अब एक पुराना सदस्य बन जाता है। उसे विभिन्न अवसरों पर सुविधाओं के रूप मे किसी भी विभाग के अध्यक्ष की जिम्मेदारी दी जा सकती है। उसे जिम जाने तथा विभिन्न अवसरो पर उसके परिवार को फोन करने की सुविधायें दी जाती हैं। पहले से प्राप्त सुविधायें जारी रहती हैं।

तृतीय चरण

यह आत्म–चिंतन व जीवन के उद्देश्य से सम्बन्धित जिज्ञासा का समय है। भूतपूर्व व्यसनी अब अपने जीवन के बिखराव को समेटने की एक लंबी प्रक्रिया शुरू करता है। कुछ के लिए यह प्रक्रिया जीवन भर चल सकती है। स्वयं के विषय में बढ़ी हुई समझ, भूतपूर्व व्यसनी को उसकी क्षमतानुसार वर्तमान के लिए लक्ष्य निर्धारित करने में मदद करता है।

आवश्यकताये : न्यूनतम अवधि 3 महीने । इसमें निहित हैः

- **रिफ्लेक्शन** –दैनिक लेखा–जोखा
- **एन.ए.**– पहले, दूसरे व तीसरे कदमों का अनुपालन
- समूह सत्रों में कर्मचारियो की सहायता
- दूसरो के प्रति अपनी जिम्मेदारी बड़े भाई की तरह निभाना
- सभी कार्यो के निरीक्षण का उत्तरदायित्व
- पुर्नवास केन्द्र में सहायता प्रदान करना।

सुविधायेः घर का प्रधान व संरक्षक (चीफ व कोआर्डिनेटर) की जिम्मेदारी संभालने की योग्यता। नए आवासियों एवं उनके सामान की जाँच तथा सभी कार्यो का निरीक्षण। चौथे चरण के वरिष्ठ आवासियों के साथ खरीददारी, सैर व आवासियो को डाक्टर के पास ले जाने हेतु जाना।

चतुर्थ चरण

यात्रा के इस चरण में भूतपूर्व व्यसनी के दृष्टिकोण में एक ध्यान देने योग्य परिवर्तन दिखाई देता है। वह नये मूल्यो, **टी.सी.** की विश्वसनीयता व सामाजिक रिश्तो को एकबद्ध कर, एक क्रमबद्ध जीवन शैली को अपनाने में जुट जाता है जो उसके स्वस्थ होने को बढ़ावा देता है। वह अब समुदाय में एक आदर्श नायक है जो प्रत्येक दिन अपने निवास स्थान से केन्द्र तक आवागमन करता है या सप्ताह के अंत में अपने घर का दौरा करता है।

सुविधायेः साप्ताहिक अवकाश

यदि आवासी प्रशिक्षक कर्मचारी नियुक्त होता है, तो वह साप्ताहिक रु0 500/– की दर से अनुग्रह राशि प्राप्त करना शुरु करता है एवं उसकी नियुक्ति की न्यूनतम अवधि 3 माह होती है।

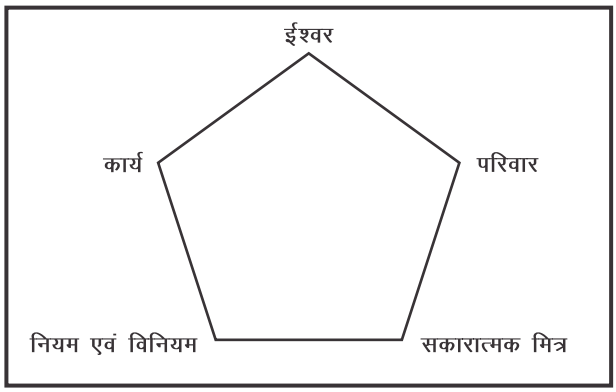
इन चरणों के द्वारा, यह कार्यक्रम व्यसनी की उस आत्म–छवि और आत्म–सम्मान को पुनर्स्थापित़ करने का उद्देश्य रखता है जो वह नशे के समय खो चुका था।

हम वास्तव में, नशाग्रस्त व्यक्ति को हर प्रकार से योग्य बनने में सहायता करते है। हम उसे स्वयं को बेहतर रूप से देखने और यह एहसास दिलाने में सहायता करते है कि अतंतः जीवन में सफलता, स्वंय व दूसरो के प्रति उत्तरदायी होने पर निर्भर है। सामुदायिक उपचार चिकित्सा प्रणाली, एक उच्च ढांचागत, संरचनात्मक परिवेश के रुप में कार्य करती है जिसमें सदस्यो को, नशामुक्त वातावरण में सकारात्मक सहभागियों की मदद, स्वस्थ सम्बन्धो, ठोस आदर्शो एवं उपयोगी जीवन– शैली के माध्यम से स्वयं को विकसित करने में प्रोत्साहन मिलता है।

ग्रेजुएशन समारोह

जब आवासीगण पुनः प्रवेश का स्तर अर्थात् चौथे चरण में पहुँचते हैं, तब वे ग्रेजुएट बनने के लिए आवेदन कर सकते हैं जिसके लिए उन्हे आवेदन पत्र देना पड़ता है। आवेदन पत्रो की जाँच के बाद ग्रेजुएशन प्रक्रिया के लिए उनका चयन होता है। उनका चयन पूर्णतया उपचार के दौरान उनके प्रदर्शन पर निर्भर करता है। ग्रेजुएट बनने की अवधि एक साल की होती है जिसमें आवासियो को ऐसी विभिन्न गतिविधियों में व्यस्त रखा जाता है जिससे वास्तविक संसार एवं **टी.सी.** समुदाय के बीच एक पुल बना रह सके। एक तरफ जहाँ उसे अपने व्यवहार को पहचानने और सुधारने का प्रशिक्षण कार्य दिया जाता है तो दूसरी तरफ उससे अन्य आवासियों को उनके व्यवहार पहचानने और सुधारने में सहायता करने की अपेक्षा रहती है। साथ ही साथ, उसे बाहरी जगत से विभिन्न स्तरों पर मेल–जोल करने का अधिकार दिया जाता है। उदाहरणतः, घर की छोटी जिम्मेवारियों को संभालना, सामाजिक उत्तरदायित्वों को निभाना, **शफा** की गतिविधियो को सरकारी व गैरसरकारी स्तरों पर प्रस्तुत करना, फिल्म एवं नाटक समारोहों में भाग लेना, अपने कौशल एवं योग्यता को उभारने के लिए नाटको में हिस्सा लेना, प्रबन्धन कौशल के अभ्यास हेतु **शफा** के लिए विभिन्न कार्यक्रम तथा अन्य सांस्कृतिक कार्यक्रमो का आयोजन करना। ये सारी गतिविधियां जो ग्रेजुएशन प्रक्रिया के दौरान की जाती है, आवासियो के व्यक्तित्व की सर्वांगीन विकास में सहायक होती है, चाहे वह व्यक्तिगत, व्यवसायिक या सामाजिक ही क्यों न हो...ये उन्हें समाज की मुख्यधारा में वापस जोड़ने जैसा ही है। ग्रेजुएशन प्रक्रिया की अवधि में, उन्हे हर रोज या सप्ताहान्त में परिवारजनो से मिलने के लिए घर जाने की अनुमति दी जाती है। ग्रेजुएशन प्रक्रिया की अवधि में वे यात्रा, भोजन और कपड़ो पर हुए खर्च को पूरा करने के लिए भत्ता भी पा सकते हैं।

जीवन के पाँच तत्व



व्यसनी का विघटन

एक साधारण व्यक्ति एवं नशाग्रस्त व्यक्ति की जीवनधारा में केवल इतना अन्तर है कि नशाग्रस्त व्यक्ति के जीवन में उपर दिये पाँचों कारक, जिनमें कार्य संस्कृति/कार्य करने की आदत एक मुख्य अंग है, समाप्त हो जाते हैं।

कार्य संस्कृति/कार्य करने की आदत यह नहीं है कि व्यसनी को समय व्यतीत करने के लिए केवल कामों मे व्यस्त रखा जाए, बल्कि कार्य संस्कृति/कार्य करने की आदत को उसके जीवन में फिर से स्थापित करके उसे दायित्व ग्रहण करने योग्य बनाया जाए। अपनी जिम्मेदारी के साथ वह स्वयं तथा परिवार की आवश्यकताओं को पूरा कर सके तथा अपना खोया हुआ आत्म–सम्मान, आत्म–विश्वास तथा आत्म–सार्थकता को फिर से प्राप्त कर सके।

साथ ही, आवासियो को **नो फ्री मील–इस दुनिया में कुछ भी मुफ्त नहीं मिलता** की शिक्षा देने का वास्तव अर्थ यह है कि वह इस संसार का एक हिस्सा बन सके। कार्य करते हुए वह औरों के निर्देश का पालन करता है तथा नियम एवं विनियमों का पालन करते हुए खुद को बदल कर, संसार का एक अंग बना लेता है।

एक व्यसनी के जीवन में, उपरोक्त कारकों के बिखरते ही नशे की लत प्रवेश कर जाती है। यदि ये पाँचो कारक उसकी दिनचर्या में व्यवस्थित ढंग से रहे तो नशे की आवश्यकता ही न पड़े। विस्तारित रूप से, इन कारकों को इस प्रकार समझा जा सकता है।

- **नियम एंव विनियम** – नशे के फलस्वरूप सर्वप्रथम जीवन के नियम प्रभावित होते हैं। एक साधारण व्यक्ति नियमों का पालन कर अपना जीवन व्यतीत करता है, जब कि नशाग्रस्त व्यक्ति सारे सामाजिक नियम व मूल्यों को तोड़ता चला जाता है। नियमों को नकारना, नशे की तरफ बढ़ने का प्रथम लक्षण है।
- **कार्य** – नियमों को तोड़ने के फलस्वरूप व्यसनी का जीवन अस्त–व्यस्त हो जाता है। उसका कार्य अनियमित होने के बाद शीघ्र ही वह काम करना पूरी तरह बंद कर देता है। धीरे धीरे उसका सामाजिक योगदान शून्य हो जाता है। वह किसी की भी बात नहीं सुनता है और केवल अपनी मनमानी कर नशीले पदाथों में ही उलझा रहता है। वह कार्यरत रहता भी हैं तो केवल अपने नशे की ज़रूरतों को पूरा करने के लिए। इस प्रकार उसके जीवन से कार्य संस्कृति की भावना खत्म होने लगती है।
- **सकारात्मक मित्र** – जीवन अनियमित होने पर और व्यवसाय खत्म हो जाने पर, व्यसनी के सकारात्मक सम्बंन्धी व मित्र भी साथ छोड़ने लगते हैं। यह तो सच है कि कोई भी सकारात्मक मित्र ना तो उसकी नकारात्मक जीवन–शैली को बढ़ावा देगा, और न ही उसकी गतिविधियों में उसका साथ देगा। अंततः, वह उन नकारात्मक मित्रों से घिर जाता है जो नशे में उसका साथ देने वाले हों।
- **परिवार** – मानव जीवन का अभिन्न अंग परिवार है। परिवार में प्रत्येक सदस्य स्वयं तथा दूसरे सदस्यो की आवश्यकताओं की पूर्ति जिम्मेदारी के साथ करते है। नशाग्रस्त व्यक्ति अपने पारिवारिक उत्तरदायित्वों को भूलकर नकारात्मक व्यवहार करना प्रारम्भ कर देता है। नशा करने के लिए वह अपने परिवारजनो को भावनात्मक रुप से कमज़ोर करके, बिना कुछ कमाये अपने नशे का खर्च पूरा करता है। आवश्यकता पड़ने पर, वह झूठ बोलने या चोरी करने से भी कतराता नही है। उसके व्यवहार के दुष्प्रभाव से परिवार के सभी सदस्य चिन्ताग्रस्त होकर जीवन की सुख–शान्ति खो बैठते है। फलतः परिवार में वह अपनी साफ छवि खो बैठता है और उसकी शारीरिक और मानसिक गिरावट शुरु हो जाती है।
- **ईश्वर** – व्यसनी के जीवन में जिस मुख्य कारक का विघटन होता है, वह है उसके और उसके ईश्वर के बीच सम्बन्ध खत्म होना। नशे के फलस्वरूप व्यसनी का आध्यात्मिक पतन हो जाता है तथा उसका जीवन निराशा, अविश्वास व आत्म–सम्मान की कमी से भर जाता है। वह खुद को या अपने नशे को छोड़कर किसी और चीज में विश्वास नहीं रखता। उसके लिए उसका नशा तथा उसे उपलब्ध कराने वाला ही भगवान है। हमारे मानव होने का सबूत, केवल हमारे अन्दर बसने वाली तर्क की हल्की

सी लकीर है जो उचित/अनुचित के बीच फ़र्क तय करने में हमारी मदद करती है। नशे के दौरान व्यक्ति अनेक बार इस धुंधली लक्ष्मण–रेखा को पार कर जाता है और वास्तव में इन्सान नहीं रह जाता। आध्यात्म की राह पर चलकर, मानव बनकर, ईश्वर तक पहुंचने में व्यसनी की मदद करना – किसी भी उपचार का मूल लक्ष्य होना चाहिए।

व्यसनी के स्वस्थ रहने में यह पाँच कारक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। एक व्यसनी को आत्म–नियंत्रण एंव सख्ती से नियम का पालन करना अति आवश्यक है। कार्य करने की आदत को उसके जीवन में फिर से स्थापित करना ज़रूरी है। कार्य करने की आदत के सुदृढ़ होने से उसमें आत्म सम्मान, आत्म विश्वास एवं आत्म–विकास के मूल्यों का जन्म होता है, जिससे वह स्वयं व परिवार के प्रति उत्तरदायित्व के साथ काम करता है। सकारात्मक मित्र जीवन के हर क्षेत्र में उसे बढावा दे कर, उसके नकारात्मक व्यवहार को सुधारने के लिए काम करते हैं। परिवार का समर्थन, पारिवारिक सम्बंधों का पुनर्स्थापन व सशक्तिकरण, व्यसनी के उपचार का अहम हिस्सा है जो उसके नशामुक्ति का आधार बन सकता है और उसे यह विश्वास अर्जित करना पड़ता है कि वह दुबारा अपने परिवार का हिस्सा बन चुका है और उसे जीवन में उन रिश्तों की अहमियत समझनी पड़ती है।

उपचार के दौरान, व्यसनी को प्रभु में आस्था रखने की शिक्षा दी जाती है। उसे प्रत्येक कार्य के पूर्व, प्रार्थना करना सिखाया जाता है, चाहे वह कार्य भोजन करना, सत्रो में भाग लेना या फिर सोना ही क्यों न हो। उसे एक ऐसी परम शक्ति में विश्वास दिलाया जाता है जो हर कदम पर उसके साथ है। फिर आगे की जीवन यात्रा उसी विश्वास पर तय होती चली जाती है। इस आध्यात्मिक मार्ग पर कदम रखते हुए वह अपने ईश्वर, उस परम शक्ति से जुड़ जाता है।

कार्य द्वारा चिकित्सा

कार्य द्वारा उपचार, सामुदायिक चिकित्सा प्रणाली का मुख्य अंग है। चिकित्सा के दौरान, एक आवासी से अपने दैनिक जीवन एवं अन्य सुविधाओं को व्यवस्थित करने के उत्तरदायित्व को निभाने की अपेक्षा की जाती है। इनमें गृहप्रबन्ध, भोजन बनाना, प्रशासनिक कार्यो में मदद व अन्य सेवाएँ प्रदान करना सम्मिलित है। कार्य चिकित्सा द्वारा आवासी आत्मनिर्भरता, सामुदायिक सम्बद्धता, सहकारिता एवं सही जीवनयापन करना सीखता है।

कार्य चिकित्सा के लक्ष्य

- आवासी द्वारा अपनी जिम्मेदारियों को समझना।
- नेतृत्व, निरीक्षणात्मक एवं प्रबंधन कौशलो का समावेशन।
- आवासियों के व्यवहार, मनोवृत्ति व मूल्यों में सार्थक व्यक्तिगत परिवर्तन।
- आवासी की दोबारा उन गुणात्मक कार्यो में नियुक्ति जिन्हें वह नशे के दौरान भूल चुका था।
- आत्मप्रबंधन तथा कार्य प्रतिबद्वता की भावनाओ को उन्नत करना।

आवासी की नकारात्मक प्रवृत्तिया एवं कार्य चिकित्सा पद्धति का महत्व

आवासी का कार्य के प्रति इच्छा ना दिखाना, न्यूनतम कार्यकुशलता, योग्यता प्राप्त करने की भावना की कमी, एंव कार्य एवं उसके प्रदर्शन के प्रति क्षीण आत्म–सम्मान, उसका लम्बे समय तक नशीली दवाओं के सेवन का परिणाम हो सकता है। कार्य चिकित्सा के दौरान, वह मौलिक व्यक्तिगत आदतों को अपनाता है, जैसे–समय की पाबंदी, सही वेशभूषा एवं नियमित उपस्थिति जो नियमित कार्यो; सवेरे निर्धारित समय पर जागना, उचित कपड़े पहनना, घर को व्यवस्थित करने के कार्य में भाग लेना आदि में नियुक्ति से पहले जरूरी है।

शुरुआत में सामान्यतः आवासी का काम न करना, जिम्मेदारी न उठाना, जवाबदेही का अभाव जैसे लक्षण दिखाता है। कार्य चिकित्सा उसे गुणात्मक कार्यो में जोड़ कर ऐसी आदतो को सुधारने का प्रयास करती है।

कार्य उपचार पद्धति में जाब हाईरार्की/कार्य पदानुक्रम का महत्व

कार्य उपचार पद्धति में **पदानुकम/स्तरो** का मतलब वरिष्ठता तथा प्रदर्शन के आधार पर कार्य में परिवर्तन को दर्शाना है। उदाहरणतः, आवासी की **एक्स्पीडाईटर** से **विभाग अध्यक्ष** की पदोन्नति, इलाज में उसकी प्रगति दर्शाता है। अर्थात्, अतिरिक्त एवं जटिल जिम्मेदारियों को निभाकर वह आगे बढ़ रहा है। कार्य के विभिन्न स्तर, आवासी के कार्य प्रदर्शन, सामाजिक–व्यवहार तथा व्यक्तिगत विकास को चुनौती देते हैं तथा परीक्षण करते हैं। प्रत्येक कार्य स्तर, कार्य करने की आदत, मूल्यो एवं आत्मप्रबन्धन की व्यक्तिगत विशेषताओं एवं समस्याओं को प्रकट करता है। प्रत्येक स्तर के परिवर्तन की तुलना पिछले स्तर से की जाती है। सामान्यतः आवासी के लंबे समय तक चलने वाले उपचार के कारण कार्य स्तर व कार्य कौशल की मांग की आवश्यकता और बढ़ जाती है।

जाब हाईरार्की/कार्य पदानुक्रम प्रक्रिया द्वारा आवासियों में विकसित कुशलताये

- उपचार में अग्रसर होने की इस प्रक्रिया द्वारा सरल से कठिन जिम्मेदारियों को उठाने की योग्यता।
- बढ़ी हुई प्रदर्शन की अपेक्षा व मांग को निपटने के लिये भावनात्मक कौशल का विकास।

शफा में एक दिन

शफा में दैनिक दिनचर्या भिन्न–भिन्न प्रकार की होती है, किन्तु नियमो से बंधी है। यह सुबह 6 बजे प्रारम्भ होकर रात के 11 बजे समाप्त होती है। इसमें प्रातःकाल तथा सायंकाल की बैठक, कार्यो को बाँटना, समूह सत्र, संगोष्ठी, निर्धारित व्यक्तिगत समय, मनोरंजन एवं व्यक्तिगत परामर्श शामिल हैं। चूंकि रोज़गार को समाज में सफल भागीदारी का एक महत्वपूर्ण तत्व माना जाता है, इसलिए शफा उपचार प्रारूप के अंतर्गत **काम** एक विशिष्ट हिस्सा है।

शफा में सभी गतिविधियों एवं पारस्परिक व सामाजिक सम्बन्धो को, व्यक्तिगत परिवर्तन का महत्वपूर्ण अवसर माना जाता है। प्राथमिक उद्देश्य को ध्यान में रखकर, इन पद्धतियों को इस प्रकार व्यवस्थित किया जा सकता है।

- **चिकित्सा व्यवहार संबन्धित समूह** (जैसे कि क्रोध नियंत्रण समूह, आत्म निरीक्षण समूह) जीवन की प्रमुख समस्याओं को विभिन्न उपचार पद्धतियों का उपयोग करके इन्हें दूर करने का प्रयास करता है।
- **सामुदायिक बैठकें** (जैसे प्रातःकालीन, दैनिक, आवासीय व साधारण बैठकें, संगोष्ठियां) उपचार योजना को केन्द्रित कर समुदाय के लक्ष्यों, प्रक्रियाओं व कार्य प्रणालियों की जाँच करता है।
- **व्यवसायिक और शैक्षणिक गतिविधियाँ** समूह सत्रों में घटित होती हैं तथा रोजगार, संचार एवं पारस्परिक कौशल का प्रशिक्षण प्रदान करती हैं।
- **सामुदायिक व चिकित्सा व्यवहार प्रबंधन संबन्धित गतिविधियां** (जैसे सुविधायें, अनुशासनात्मक प्रतिबंध, सुरक्षा एवं निगरानी) वातावरण की शारीरिक और **मनोवैज्ञानिक** सुरक्षा बनाये रखती हैं और निश्चित करती हैं कि आवासी का जीवन व्यवस्थित एवं उत्पादक है।

शफा का एक सामान्य दिन, प्रातः 6 बजे, घंटी की आवाज़ पर प्रारम्भ होता है। शफा में घंटी एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। इसकी आवाज़ पर विभिन्न दैनिक कार्यो के लिये आवासी सचेत होना सीखते हैं– चाहे वह जागने, भोजन करने, सत्रो में उपस्थिति या अनुशासन सिखाने हेतु ही क्यों न हो। जागने पर वे चाय के बाद रोज के कार्य; जैसे दाढ़ी बनाना, स्नान करना और साफ कपड़े पहन कर दिनचर्या के लिए स्वंय को तैयार करते हैं। उसके पश्चात्, तन मन की शान्ति के लिए आधे घंटे का योगाभ्यास करते हैं। राष्ट्रीय गान से योगाभ्यास संपन्न होता है जिससे आवासियों में राष्ट्रभक्ति की भावना का जन्म होता है। इसके पश्चात् प्रभु को धन्यवाद देते हुए जलपान किया जाता है। शफा में प्रत्येक कार्य के लिए प्रार्थना की जाती है– चाहे वह कार्य, भोजन, नींद या फिर कोई भी सत्र में भागीदारी ही क्यों न हो। प्रार्थना, मनुष्य को विनम्रता सिखाती है। जलपान के ठीक बाद, गृहप्रबन्ध किया जाता है जिसके अंतर्गत प्रत्येक वस्तु सही स्थान पर रखी जाती है। अब प्रातःकाल पूर्व बैठक में सभी आवासी व उनका प्रधान, पिछले 24 घंटों के दौरान हुई गतिविधियों की विस्तृत सूचना प्राप्त करते हैं तथा विभिन्न कमियों व दृष्टिकोण पर चर्चा करते हैं। आवासी दिनभर के लक्ष्य व गतिविधियों को तय करते हैं। साथ ही, कार्यकर्ता पिछले 24 घंटों में उठे मुद्दों पर जानकारी व सुझाव प्राप्त करते हैं।

यह प्रातः काल की बैठक का मंच तैयार कर देता है, जो **एस.ओ.डी.** संचालित करता है। इस बैठक में साप्ताहिक विषय को पर्याप्त उदाहरणों द्वारा समझाया जाता है। इसमें ईमानदारी सबसे महत्वपूर्ण है। 24 घंटों में हुई गलतियो; जैसे नल खुला छोड़ना, दाढ़ी बनाने के बाद गंदे मग रख देना, दीवारों पर चित्रण आदि का आंकलन होता है। **पुल अप** के जरिये गलती ढूढ़ने वाला कार्यकर्ता परिस्थिति को समझाता है तथा आवासी द्वारा उसकी भूल स्वीकार करने पर, पहले हुई समान घटनाओं को दोहराकर, उसे परिणाम सोचनेपर विवश करता है। उससे वांछित व्यवहार की अपेक्षा रखते हुए ऐसी गलती फिर से न करने का वचन लेता है।

इसके पश्चात् विभागीय बैठक होती है जहाँ सभी सदस्य अपने निर्धारित विभाग में बैठते हैं और विभाग–प्रमुख प्रत्येक सदस्य को कार्य सौंपता है। विभाग–प्रमुख अपने कार्यकर्ताओं से उनकी समस्याओं की जानकारी लेता है। इसके बाद कार्य चिकित्सा द्वारा उनकी कार्य संस्कृति– कार्य करने की आदत को बढ़ावा देने का प्रयास किया जाता है। आवासी अपने कार्य व ज़िम्मेदारियों को कुशलता से पूरा करते हैं जो उनमे अपने आस पास के माहौल के प्रति जुड़ाव की भावना को जन्म देता है। कार्य चिकित्सा ही व्यवहारो मे बदलाव का एक मुख्य कारण है। कार्य उपचार पद्धति के बाद, क्रोध नियंत्रण/एन्काउन्टर समूह सत्र का आयोजन होता है जिसमें आवासी को क्रोध निवारण के तरीके सिखाए जाते है। **इसके** माध्यम से, आवासी अपनी भावनाओं को नियंत्रित कर, उन्हे उचित समय, स्थान व तरीके से व्यक्त करना सीखते हैं। इसके बाद, आवासी को भोजन द्वारा नई उर्जा प्रदान की जाती है। भोजन समाप्ति पर रोग निषेध आदि विषयों पर शैक्षिक सत्र, आवासियों द्वारा एक दूसरे को उनकी गलतियो के लिए जिम्मेदार ठहराने का सत्र या एकांत सत्र का आयोजन होता है। दोपहर सत्र के पश्चात्, निजी समय में आवासियो को टी.वी. देखने, समाचार पत्र पढ़ने, खेलने या जिम आदि का उपयोग करने की सुविधा प्रदान की जाती है। सूर्यास्त के समय राष्ट्रीय ध्वज को उतार लिया जाता है। यह गौरव व सम्मान का कार्य है। फिर, समन्वयक, दैनिक मुद्दो की जाँच कर, आवासियों के व्यवहारो को, **एस.टी.डी.डब्ल्यू, हेयर कट** आदि व्यवहार सुधारको की मदद् से दूर करने का प्रयास करता है।

तत्पश्चात् आवासी आत्मनिरीक्षण कर, अपनी भावनाओं को लिखता है। इसके बाद, पूरा परिवार साथ बैठकर, गीत गाकर, चुटकुले या निजी अनुभव सुनाकर एक दूसरे का मनोरंजन करते हैं। रात्रि भोजन के बाद, **प्रार्थना** व **हमारी दार्शनिकता** को दोहरा कर, बत्ती बंद कर दी जाती है। रात्रि सर्वेक्षण का अत्यंत कठिन काम, रात्रि कर्मचारियों द्वारा निभाया जाता है। रात के समय कार्य सम्बंधी सारे निर्णय रात्रि कर्मचारी द्वारा लिए जाते हैं।

अतः **शफा** का एक दिन भिन्न भिन्न प्रकार की गतिविधियों से भरपूर किन्तु अनुशासित होता है।

चिकित्सा के विभिन्न साधन/क्लिनिकल टूल्स

उक्त उद्देश्यों को प्राप्त करने के लिए विभिन्न चिकित्सा साधनो का प्रयोग किया जाता है जो इस प्रकार हैं :–

- **प्रार्थना** : हम सब अपनी निजी समझ के अनुसार एक परम शक्ति जिसे परमेश्वर कहते हैं, उन पर विश्वास करते है। दिन की शुरुआत में प्रार्थना करने से इस विषय में जागरूकता बढ़ती है।
- **ध्यान** : शारीरिक, भावनात्मक तथा आध्यात्मिक स्तरो पर जागरूक होने का कार्य करता है, जो चेतना और संवेदनशीलता की भावना पैदा करता है।
- **समूह चिकित्सा/ग्रुप थेरापी सत्र** : का आयोजन, जो भी सीखा गया उसे व्यवहारो मे लाने एवं भावनात्मक समस्याओ का समाधान करने के लिए किया जाता है। सत्र में स्वयं की कमजोरियों व जीवन सहायक मूल्यों को सीखकर उनके सहारे जीना सिखाया जाता है।
- **संगोष्ठी /सेमिनार** : एक ऐसी गतिविधि जो व्यक्ति के अपने विचार एवं धारणाओं को व्यक्त करने में सहायता करती है। यह स्वयं को पुनः स्थापित करने की क्षमता, प्रभावकारी बातचीत का तरीका, निर्णय लेने की क्षमता, आदि जीवन में जरूरी कलाओं को सीखने मे मदद् करती है।
- **शैक्षणिक सत्र** : जीवन के विभिन्न पहलुओं जैसे स्वास्थ्य, परिवार, नैतिक मूल्यो, सिद्धान्तो इत्यादि से सम्बन्धित शिक्षा सत्र।
- **प्रातःकालीन बैठकें** : एक दैनिक बैठक, जिसका आयोजन आवासियों की मनोवृत्तियो की सूचना प्राप्त करने, उनके कमियों को सुधारने एवं दिन के लक्ष्य को प्राप्त करने की प्रेरणा देने के लिए किया जाता है। इसके अंतर्गत साझेदारी के लिए समय, घोषणाए एवं सांस्कृतिक गतिविधियाँ शामिल हैं।
- **क्रोध नियंत्रण/एन्काउन्टर समूह** : गुस्सा, प्यार, परवाह व एक दूसरे के प्रति चिन्ता को ईमानदारी से व्यक्त करने का अवसर प्रदान करता है। यह सत्र आवासियों के लिए एक प्रेशर वाल्व का काम करता है जिसमें गुस्सा, चोट तथा दूसरो के प्रति चिन्ता की भावनाओं को खुले रूप से व्यक्त किया जाता है। इस दौरान आवासी एवं कर्मचारी समान पद पर रहते हैं। यह आपसी तनाव को समाप्त करने तथा स्वस्थ संबधो को विकसित करने मे सहायक होता है। इस समूह में आवासीगण ईमानदारी और खुलेपन से सभी व्यक्तिगत समस्याओं से संबधित विषयों पर एक दूसरे का सामना कर अपनी प्रतिक्रिया व्यक्त करते है।
- **समभागी समूह/पीयर ग्रुप सत्र** : इसका उद्देश्य आवासियों द्वारा एक दूसरे की खूबियों तथा कमज़ोरियों का आंकलन करना है ताकि पारस्परिक सहायता और विकास के लिए प्रोत्साहित किया जा सके। समान चरण के आवासियों के लिए यह उपयुक्त मंच है।
- **एन.ए./ए.ए. का कार्यक्रम** : अपने नशे की लत को समझने मे सहायता करता है। अपने स्वास्थ्यलाभ की जिम्मेदारी लेने का कार्य करता है। दैनिक कार्यक्रम एन.ए. के सिद्वांतों पर आधारित हैं। ये सिद्धान्त हैं, ईमानदारी, खुली मानसिकता और कुछ करने की लगन।
- **मनोरंजन** : तनाव–मुक्त हो कर आपसी समझ एवं एक साथ कार्य करने के लिए यह अनिवार्य है।
- **एक दूसरे को गलतियों के लिए जिम्मेदार ठहराने का सत्र** : एक दूसरे तथा स्वयं के व्यवहार व मनोवृत्ति को चुनौती देना तथा जिम्मेदारी से इसे सुधारने का प्रयास करते है।
- **जैसे कि/एक्ट ऐज इफ का अभिनय** : यह आसान नहीं है। यदि आवासी जैसे कि (जैसा बनना चाहता है) का अभिनय करता है तो कुछ समय पश्चात् वह वास्तव में इसे अनुभव करना शुरू कर देता है।
- **व्यक्तिगत परामर्श** : आवासी को व्यक्तिगत परामर्श देने के लिए सलाहाकार प्रतिदिन उपलब्ध रहते है।
- **काम** : आत्मक्षमता की भावना का संचारण, समाज में योगदान करने की जिम्मेदारी का क्रियान्वयन, स्वयं में विश्वास तथा स्वयं के प्रति उत्तरदायित्व ग्रहण करने की क्षमता उत्पन्न करता है।
- **स्लिप डालना** : इस समूह में अन्य आवासी के साथ आमना सामना करने के लिए या उसे जिम्मेवार ठहराने के लिए अथवा उसके प्रति अपनी भावनाओं को व्यक्त करने के लिये, लिखित मे स्लिप डालते हैं।
- **टाईट हाउस** : कभी–कभी दिनचर्या मैं ढीलापन एवं अनुशासन में कमी होने पर सुविधाओं एवं गतिविधियों में कटौती कर दी जाती है।
- **डेड वेट** : यह एक आवासी को उसकी भावनाओं से सचेत करने के लिये दिया जाने वाला अभ्यास है। आवासी डेड वेट तब माना जाता है जब वो किसी साथी के प्रति मनमुटाव के विषय में स्लिप नहीं डालता है। यह असंभव है कि उसके दैनिक दिनचर्या की जिम्मेदारी निभाते समय या अन्य कार्यो के दौरान किसी के प्रति कोई मनमुटाव या चिन्ता की भावना उत्पन्न न हो।
- **सदन की बैठक** : एक सदस्य के कार्यों सम्बन्धी प्रदर्शन के विषय में समस्त सदस्यों की एक साधारण बैठक होती है।
- **प्रास्पेक्ट चेयर** : यह एक ऐसी कुर्सी है जिस पर बैठकर आवासी एकान्त में यह निर्णय लेता है कि वह इलाज को जारी रखते हुए सदन में वापस आये या दुनिया का सामना करने के लिये केन्द्र छोड़ कर बाहर चला जाये। जब तक वह निर्णय नहीं ले पाता तब तक उसको केवल कार्यकर्ताओं के अलावा और किसी से बात करने की अनुमति नहीं होती है। यदि वह सदन में वापस आने का निर्णय लेता है तो उसे आवेदन का मौका दिया जाता है तथा योग्य पाए जाने पर उसे पुनः भर्ती कर लिया जाता है।

सुविधायें

आवासियो को आगे बढ़ने की प्रेरणा देता है।

हम **शफा** में **कैरट एण्ड स्टिक पालिसी** या **पुरस्कार एवं दण्ड** के सिद्धान्त पर कार्य करते हैं।

अच्छे व्यवहार को प्रोत्साहित करने के लिए आवासियो को **गाजर/कैरट** यानि कुछ सुविधायें दी जाती हैं। आवासियों को सुविधायें उनके उपचार के चरण स्तर के अनुसार प्रदान की जाती हैं और एक आवासी विशेष सुविधायें, सम्बन्धित चरण स्तर की आवश्यकताओं को पूरा करने पर ही प्राप्त कर सकता है। सुविधायें अच्छे व्यवहार के लिए प्रदान की जाती हैं और इसी प्रकार बुरे व्यवहार के लिए आवासी को प्रतिबन्ध/दण्ड दिया जाता है–**स्टिक पालिसी**। स्टिक पालिसी को समझने के लिए कृपया **प्रतिबन्ध** शीर्षक के अन्तर्गत लिखी बातों को पढ़े। आवासियो से अपेक्षा रहती है कि वे सुविधाओ को अर्जित करें। यदि आवासी घर के नियमो व विनियमो का पालन नहीं करते हैं तो उसे दी गई सुविधाओ पर किसी भी समय रोक लगा दी जा सकती है। अच्छी तरह समझने के लिए हम इन सुविधाओं को पढ़ सकते है।

- **फोन काल** – फोन काल करने की आज्ञा आवासियो को एक सुविधा के रुप में दी जाती है। परन्तु इसे प्राप्त करने के लिए एक मान्य व्यवहार आवश्यक है।
- **पत्र लेखन और ई–मेल** – आवासी और उनके परिवारजन एक दूसरे के साथ पत्रों एवं ई–मेल का आदान प्रदान कर सकते है; लेकिन सलाहकारों या कर्मचारियो के जाँच के बाद ही ऐसा करने की अनुमति दी जाती है।
- **पारिवारिक बैठक** – उपचार का एक महीना पूरा होने पर आवासी अपने परिवार के सदस्यो से मिल सकता है। परन्तु यदि वह अपने उपचार मे ध्यान न लगाये तो इस सुविधा को तब तक रोका जा सकता है जब तक कि न वह मान्य व्यवहार करना शुरु न कर दे।
- **जिम– शफा** में जिम की सुविधा है जिसका उपयोग आवासीगण मान्य व्यवहार के आधार पर कर सकते हैं।
- **साप्ताहिक विजयी और श्रेष्ठ सदस्य** – आवासियों के दैनिक प्रदर्शन के आधार पर साप्ताहिक विजेता और श्रेष्ठ सदस्य चुना जाता है जिन्हें इन सुविधाओं मे से कोई एक सुविधा दी जा सकती है जैसे बाहर खाने के लिये जाना, मूवी देखने के लिए जाना, नदी या झरने की सैर के लिए जाना आदि।
- **बाहरी खेलकूद की गतिविधियां** – वे आवासी जो उपचार में जिम्मेदारी दर्शाते है, उन्हें बाहरी खेलकूद, जैसे क्रिकेट, वालीबाल, खो–खो ईत्यादि में भाग लेने की अनुमति दी जाती है।
- **सैर**
  - ❖ मनोरंजन एवं आाध्यात्मिक ज्ञान की तलाश स्थानों के लिए।
  - ❖ शिक्षाप्रद एवं मनोरंजक फिल्मे जैसे–डॉक्यूमेन्टरी या हँसी वाली फिल्मे
  - ❖ संगोष्ठी एवं समारोहों में जाना
- **खरीददारी या पैसे संभालना** – यह आवासी को दी जाने वाली एक ऐसी सुविधा है जिसे सद्व्यवहार से कमाना पड़ता है। आवासियो को खरीदारी एवं पैसे संभालने से सम्बन्धित अन्य कार्य दिये जाते हैं। यह सुविधा उन आवासियों को दी जाती है जो उपचार के दौरान पुनः विश्वास अर्जित करते है।
- **गृहयात्रा** – यह सुविधा तीसरे चरण से आवासियो को दी जाती है। गृहयात्रा के लिए पहले वे कर्मचारी के साथ और बाद मे अकेले ही जा सकता है।
- **सामुदायिक संचेतना** – समुदाय में कुछ गम्भीर विषयों पर, जैसे बच्चो मे नशाखोरी, यौन शिक्षा, औरतो के साथ अत्याचार इत्यादि मुद्दो पर जागरूकता फैलाने के लिये कार्यक्रमो में भाग लेने की अनुमति दी जाती है।
- **जन्मदिन एवं समारोह** – आवासीगण अपना जन्मदिन और रिकवरी बर्थ डे मना सकते है, बशर्ते कि उनका व्यवहार वांछित हो। आवासीगण एवं उनके रिश्तेदार प्रियजनो के साथ मिलकर शफा में जन्मदिन और शादी की सालगिरह भी मना सकते हैं।
- **नाट्य एवं नृत्य कार्यशाला** – हम शफा के आवासियो में छुपी हुई प्रतिभाओं को उभारने के लिए नाट्य एवं नृत्य कार्यशालाओं का आयोजन करते है। यद्यपि यह एक सुविधा नही है, फिर भी जो आवासी कार्यशाला में भाग लेने की इच्छा जताये, तो उसे भाग लेने की अनुमति दी जाती है।
- **पुनः प्रवेश पा चुके आवासियो लिए विशेष सुविधाये** – उपचार पूरा होने के पश्चात् आवासी जिस स्तर पर पहुँचता है उसे **पुनः प्रवेश स्तर** कहा जाता है। **पुनः प्रवेश पा चुके आवासियों** को अपने सामाजिक सम्बन्धो को पुनर्स्थापित करने के लिए सभी समारोहों एवं उत्सवों में भाग लेने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है। उन्हे फिल्म समारोह, नाट्य समारोह, मनोरंजक कार्यक्रमो एवं ज्ञानवर्धक फिल्मों को देखने के लिए भेजा जाता है।

प्रतिबन्ध

नशाग्रस्त व्यक्ति को भर्ती कराने से पहले अक्सर यह प्रश्न सीधे पूछा जाता हैं कि आप कैसे सुनिश्चित करते हैं कि मेरा पुत्र/रिश्तेदार आपके निर्देश का पालन करेगा? यदि वह जो आप चाहते है उसे करने को मना कर दे तो आप क्या करेंगे ?

- ❖ हम जानते हैं कि यह एक जायज़ प्रश्न है जो किसी के भी मन में अवश्य ही उठेगा। इसका वास्तविक अर्थ यह है कि यदि आपका रिश्तेदार हमारी आज्ञा का पालन करने को मना कर देता है, तो क्या हम शक्तिप्रयोग करेंगे ? इसका सीधा उत्तर है **नहीं**, जैसा कि हमारे **तीन कार्डिनल नियमो** से समझा जा सकता है। इस प्रश्न को सही तरीके से समझने के लिए इसे विभिन्न रूपों से देखना होगा। आपका प्रश्न, आपके रिश्तेदार के साथ घर में हुए अनुभव पर आधारित है, जहाँ वह अपनी मर्जी का मालिक है, तथा आपको भावनात्मक धमकियां देकर अपने नियंत्रण में रखता है। वह रोकर, पड़ोसियो को परेशान करने के लिये चिल्ला कर, बहला–फुसला कर या फिर भीख माँग कर भी अपनी माँगे पूरी करवाता है। पर यह प्रश्न उठाते समय जो हम भूल जाते है, वह यह कि उसे भर्ती करवा कर परिवार जब चला जाता है तो वह स्वयं को पूरी तरह अनजान लोगों के बीच पाता है, अपने सुविधा भरी जिन्दगी के बाहर, जहाँ वह भावनात्मक धमकियां देकर अपनी इच्छाओं को हम पर नहीं थोप सकता जैसा कि वह परिवार में अब तक करता आया है। वस्तुतः उसे भर्ती करने के आपके एक सही निर्णय से ऐसी 50 प्रतिशत समस्यांए हल हो जाती हैं।
- ❖ हम जब **नहीं** कहते हैं तो हम अपनी प्रणाली में दृढ़ता से विश्वास रखते हुए ही कहते हैं। लेकिन हम यह भी जानते है कि कभी कभी हमें आवासी अपने असामान्य व्यवहार से इतना तंग करता है कि बलप्रयोग के सिवाए हमारे पास अन्य कोई उपाय नहीं बचता। उदाहरणतः, आवासी जब उपचार केन्द्र से भागने की कोशिश करता है या आत्महत्या का प्रयास करता है, या फिर अन्य किसी साथी को जान से मारने की धमकी देता है। सिर्फ ऐसी गम्भीर परिस्थितियो में जो कभी–कभी ही उत्पन्न होती हैं, हमें ना चाहते हुए भी बल का प्रयोग करना पड़ सकता है।

इन सच्चाईयो को ध्यान मे रखते हुए, जब ऐसी परिस्थितियां उत्पन्न होती हैं तो उन्हें संभालने के लिए **प्रतिबंध, नियम तथा कुछ शिक्षावर्धक अनुभवों** का इस्तेमाल करना पड़ता है। हमारे विचारों को विस्तार से इस प्रकार समझा जा सकता है :

प्रतिबन्ध शब्द का तात्पर्य उन सभी अस्वीकृत व्यवहारों तथा दृष्टिकोणो से है जो समुदाय की उम्मीदों पर खरे नहीं उतरते। प्रतिबंध दो भागो में बाँटा जा सकता है – **मौखिक सुधार व अनुशासनात्मक कार्रवाईः–**

1 मौखिक सुधार

मौखिक सुधार, आवासियों को समुदाय के तौर–तरीकों में मिलाने का एक मुख्य तरीका है। दैनिक गतिविधियों में सहभागी उन सभी प्रकार के व्यवहारों व दृष्टिकोणो को चुनौती देते हैं, जो सही जीवन व उपचार के साथ मेल नहीं खाते। ऐसे सुधार, अनौपचारिक होते है जो घटना के समय ही सहभागियों तथा कार्यकर्ताओ द्वारा दिए जा सकते हैं।

- **निर्देश** सामान्यतः आवासी को, सीधी बातचीत द्वारा, उसके नकारात्मक या अस्वीकार्य व्यवहार या मनोवृत्ति को सुधारने हेतु दिया जाता है।
- **मौखिक पुल अप** का उपयोग आवासी के वांछित व्यवहार तथा मनोवृत्ति में कमी को याद दिलाने के लिए किया जाता है। इन कमियो में, किसी कार्य को पूरा करने में देरी करना, कोई वस्तु पीछे छोड़ देना या शिष्टाचार का अभाव ईत्यादि शामिल हैं।
- **लिखित पुल अप** का उपयोग कुछ खास परिस्थितियों में किया जाता है, जैसे कि (क) जब **मौखिक पुल अप** का उपयोग, उसी व्यवहार के लिए, बार बार दोहराया गया हो। (ख) जब व्यवहार का रूप गंभीर प्रतीत हो।
- **टाकिंग टूल्स/बातचीत के साधन**

हल्के मौखिक सुधार के अंतर्गत **स्पोकन टूल्स** व **डेल्ट विद** शामिल हैं। आवासी जब गलत व्यवहार को दोहराता रहता है और उसका व्यवहार समुदाय के मान्य व्यवहारों से मेल नहीं खाता तब प्यार से बातचीत कर उसे सुधारने का प्रयास किया जाता है। यह एक नरम तरीका है।

कठोर मौखिक सुधार में हेयरकट नामक बातचीत शामिल है। लगातार दोहराये गये नकारात्मक व्यवहार या मनोवृत्ति के लिए दिया जाने वाला यह एक अत्यन्त कठोर मौखिक सुधार है। आवासियों के साथ कर्मचारी भी इस बातचीत में भाग लेते हैं।

2 अनुशासनात्मक कार्रवाई

अनुशासनात्मक कार्रवाई के अन्तर्गत, नकारात्मक मनोवृत्ति एवं व्यवहार दर्शाने पर तथा नियमों का उल्लंघन करने पर, कार्यकर्ताओं द्वारा आवासी को विशेष रूप से निर्धारित कार्यों को पूरा करने का काम सौंपा जाता है। इससे आवासी को बुरी आदतो के परिणामो का एहसास होता है।

छोटे उल्लंघनो के लिए अनुशासनात्मक कार्रवाई

- **सीख कर अनुभव करना** : कम गम्भीर नकारात्मक व्यवहारों को सुधारने के लिए कार्यकर्ता आवासी को ऐसे काम दे सकते हैं जिससे वह उसके लगातार किये गये नकारात्मक व्यवहारों के परिणामो से सीख सकें। उदाहरणस्वरूप :
- यदि कोई आवासी सुबह समय पर उठने के नियम का पालन नही करता है तो परिणामस्वरूप उसे सभी निवासियों को सही समय पर जगाने का काम सौंपा जा सकता है।
- यदि कोई आवासी अपने बर्तन नहीं धोता है या धोना भूल जाता है तो उसकी लापरवाही के परिणामस्वरूप, उसे अन्य सदस्यों के भी बर्तन धोने का काम दिया जा सकता है।
- **संकेत चिन्ह** : आवासी के द्वारा किये गये उल्लंघनो को याद दिलवाने के लिए विशेषरूप से अंकित चिन्ह/संकेत उसके गले में पहनाया जाता है, या कमीज़ पर लगाया जाता है। आमतौर पर यह उसे अपने गलत व्यवहार की याद दिलाये रखने के लिए किया जाता है, उदाहरणतः चोरी या किसी बात को घुमाफिराकर अपने मतलब के लिए समझाना आदि।
- **बातचीत पर प्रतिबंध** : का अनुपालन आवासियों के विशेष समूह या दो आवासियो के बीच नकारात्मक बातचीत रोकने के लिए किया जाता है। ऐसे बातचीत अधिकतर नशीली दवा का उपयोग, यौन सम्बन्ध या फिर भागने का षडयंत्र से सम्बन्धित हो सकती है।
- **स्पेयर पार्ट** : वे निम्नस्तर के कार्य हैं जो आवासी को सीमित अवधि यानि 1–4 दिन के लिए करने पड़ते हैं जैसे शौचालय की सफाई, सदन के बैठक के बाद साफ–सफाई आदि। इस अवधि में, आवासी को किसी भी गतिविधि अथवा सत्र में भाग लेने की अनुमति नहीं दी जाती है तथा वह प्राप्त सुविधाओं का लाभ भी नहीं उठा सकता।
- **सुविधाओ का खत्म हो जाना** : इसका अभिप्राय है, आवासी को दिये गये कुछ या सभी सुविधाओं, जैसे भोजन के समय संगीत सुनना, चाय के साथ बिस्कुट लेना, टेलिविज़न देखना आदि, को सीमित अवधि के लिए रोक दिया जाता है। सुविधाओं का वापस लेना व्यक्तिगत स्वतत्रंता के समाप्त होने का प्रमुख संकेत है, उदाहरणतः, वरिष्ठ आवासियों के लिए जो कार्यक्रम में अधिक समय लगा चुके हैं एवं व्यक्तिगत स्वतंत्रता प्राप्त कर चुके हैं, **सभी सुविधाओ का खत्म हो जाना** एक अत्यंत गम्भीर दण्ड है।

गंभीर उल्लंघनो के लिए अनुशासनात्मक कार्रवाई

- **चरण स्तर/पदो का वापस ले लेना** : आवासी की पूर्व चरण या पूर्व पद में वापसी तथा उसे प्राप्त सुविधाओं का खत्म हो जाना व कार्यक्रम में बिताए गये समय की हानि।
- **सदन स्थानान्तरण** : आवासी या आवासियों को संस्था के एक केन्द्र से दूसरे केन्द्र में भेज देना। यह तब किया जाता है जब आवासी एक सदन में परिवार के साथ तालमेल नहीं बना पाता है। आवासी को कार्यक्रम से वापस भेजने से पूर्व इसे आखिरी विकल्प के रूप मे देखा जाता है।
- **प्रशासनिक निष्कासन** : मरीज को उपचार से तब छुट्टी दे दी जाती है जब वह लगातार **कार्डिनल नियमो** एवं अन्य नियमों का उल्लंघन करता है या फिर उसके किसी व्यवहार से समुदाय के बाकी आवासियों की सुरक्षा का खतरा पैदा हो जाता है। उदाहरणतः, उसकी आग लगाने की कोशिश, उसके पास से नशीली पदार्थ का पाया जाना आदि। ऐसी स्थिति में छुट्टी से पहले कर्मचारी आवासी को उसकी छुट्टी के सामुदायिक व चिकित्सा सम्बन्धी कारणो को समझाने की कोशिश करता है।
- **गृहप्रवेश पर रोक लगाना** : सभी आवासियो के लिए लागू होती है। इसके अर्न्तगत कुछ समयावधि के लिये सारी सुविधायें वापस ले ली जाती हैं।

प्रतिबन्धों के अलावा कुछ मुख्य नियम तथा विनियम भी हैं जो समुदाय के वातावरण तथा मनोवैज्ञानिक सुरक्षा के लिए आवश्यक हैं। इन नियमों को तीन स्तरों में बाँटा जा सकता हैः–

मूलभूत नियम

- शारीरिक हिंसा, गाली देना या मारने की धमकी देना मना है।
- नशीले पदार्थ, शराब या नशे से सम्बन्धित सामग्री रखना मना है।
- यौन सम्बन्ध का अभिनय अथवा यौन सम्बन्ध बनाना मना है।

प्रमुख नियमावली

- चोरी करना या अन्य अपराधिक गतिविधियो में शामिल होना मना है।
- केन्द्र की सम्पत्ति को नुकसान पहुँचाना अथवा गुंडागर्दी करना मना है।
- हथियार रखना मना है।

सदन की नियमावली

- अधिकारियो के आदेशो को स्वीकार कर उनका पालन करना।
- समय की पाबंदी।
- साफ सुथरा दिखना।
- सोच समझ कर व्यवहार करना।
- शिष्टाचार का पालन।
- अपने सामान का आदान प्रदान ना करना।
- कार्यकर्ता की अनुमति लिये बिना उपहार स्वीकार ना करना।

कैसे कपड़े पहनें

यद्यपि शफा होम में आवासी अनौपचारिक कपड़े पहन सकते हैं– परन्तु दिन के समय साफ–सुथरे प्रेस किए हुए पैंट–कमीज, पहनना स्वीकार्य है। रात को अपनी आदत या रीति–रिवाज अनुसार कैसे भी कपड़े पहन सकते हैं।

आवासी के कपड़े व अन्य सामानो की सूची

आवासी केवल निम्नलिखित सूची के अनुसार कपड़े ला सकते है।

परिवारजन कृपया सूची का पालन करे।

गर्मी के मौसम में

मद	मात्रा
पतलून	4
कमीज	4
टी शर्ट	3
शार्ट्स (नेकर)/लोअर्स	2
अण्डरवीयर	2
बनियान	2
रूमाल	4
तौलिया	2
चादर	2
तकिया	1
तकिये का खोल	2
रबड़ का चप्पल	1 जोड़ी

सर्दी के मौसम में

मद	मात्रा
कम्बल	1
स्वेटर/जैकेट	2
ईनर वियर पूरा सेट	2
ऊनी मोजे	2
बन्दर टोपी	1

आवासी को, उपचार के दौरान, कोई भी सामान केन्द्र के कार्यकर्ता की अनुमति के बाद ही भेजे। पुराने सामान की जगह पर नए सामान की अदला बदली समान संख्या में एकसाथ की जाएगी, ताकि आवासी के पास सूची के अतिरिक्त कोई भी सामान ना हो। यह नियम है।

मौसम के अनुसार वस्त्रो का चयन करे।

पारिवारिक सहायता योजना

नशे की लत व्यक्तिविशेष को ही नहीं, बल्कि सारे परिवार पर असर डालती है। अक्सर परिवार के सदस्य नशापीड़ित से ज्यादा परेशान रहते हैं। समस्त परिवार के सदस्यो की यह जिम्मेदारी होती है कि जब तक नशाग्रस्त व्यक्ति उपचार ले रहा है, वे स्वयं को भी स्वस्थ रखने के लिए कार्य करे। परिवार में अत्यधिक क्रोध, चिन्ता और भय का वातावरण बना रहता है जो अक्सर लज्जा एवं अपराधबोध की भावना को जन्म देता है।

उपचार प्रक्रिया में आवासी के सम्पूर्ण एवं सफल उपचार के लिये, परिवार के सदस्य महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इस बात को ध्यान में रखते हुए शफा **पारिवारिक सहायता योजना** का आयोजन करता है, जिसमें पारिवारिक बैठकें तथा परिवार के सदस्यों के साथ व्यक्तिगत परामर्श शामिल हैं। उपचार प्रक्रिया में परिवार के महत्व को समझते हुए शफा हर महीने के दूसरे और अंतिम शनिवार को पारिवारिक बैठकों का आयोजन करता है। बैठकों में हम उन विभिन्न पहलुओं पर बातचीत करते हैं जो उपचार के लिए महत्वपूर्ण हैं।

हमारा उद्देश्य

- परिवारिक सदस्यों के व्यक्तिगत विकास को बढ़ावा देना।
- परिवारों को उनकी भूमिका समझने में सहायता करना तथा नशापीड़ित, उसका नशा और उसके उपचार के विषय में गलत धारणाओं को दूर करना।
- परिवारो को उनकी भावनाओं, जैसे भय, क्रोध, अपराधबोध को पहचानने में मदद करना और उनका सामना करने की कला सिखाना।
- परिवार में आपसी निर्भरता को समझाना।
- स्वतन्त्र–रुप से साझेदारी एवं अन्य पारिवारजनो के साथ पहचान बनाने के लिए एक सहायक वातावरण पैदा करना।

साधन एवं योजनायें

- **ओरिएन्टेशन**– एक नये सदस्य को पारिवारिक सहायता योजना मे स्वागत करने से पहले उसे टी.सी. के नियम एवं योजनाओ के बारे मे समझाया जाता है।
- **ब्लाइन्ड ट्रस्ट वाक**– ओरिएन्टेशन के बाद नई पारिवारिक सहायता योजना के सदस्यों की आखें बन्द कर स्वीकृति प्रक्रिया के लिए हाल मे ले जाया जाता हे।
- **प्रोग्रेस रिपोर्ट पर परामर्श**– प्रत्येक पारिवारिक सहायता योजना की बैठक से पहले परिवारो के साथ एक फीडबैक सत्र का आयोजन होता है जहां आवासी की मासिक प्रगति के विषय में कर्मचारियो के साथ चर्चा की जाती है।
- **प्लेनरी सेशन**– इस सत्र में शफा अपने योजनाओ एवं सुविधाओं के विषय में जानकारी देता है तथा आपसी निर्भरता एवं व्यक्तिगत विकास के विषय में जानकारी देता है।
- **ग्रुप थेरापी सेशन**– समूह सत्र, जहां कर्मचारियो की देखरेख में पारिवारिक सहायता योजना के सदस्य व्यक्तिगत मुद्दो पर अपने सहभागियों के साथ चर्चा करते हैं।
- **रैप–अप**– पारिवारिक सहायता योजना के दौरान दिन भर मे जो सीखा उसके बारे मे चर्चा करते हैं।

उपचार प्रक्रिया प्रारम्भ करने के लिए आवासी एवं उसके पारिवारिक सदस्यो के बीच क्लीनिकल विभाग भिन्न–भिन्न उद्देश्य से तीन प्रकार की मध्यस्थता करता है। प्रत्येक सत्र से पहले, परिवार को विभाग द्वारा संचालित समूह प्रक्रियाओ के उद्देश्य के बारे में संक्षेप में बताया जाता है।

❖ **पारिवारिक सलाह** –यह सलाह सत्र आवासी की अनुपस्थिति में परिवार को दी जाती है। इसका उद्देश्य हैः
  - कार्यक्रम मे इलाज के विभिन्न पहलुओ पर प्रकाश डालना।
  - आन्तरिक भावनाओ से परिचित होने के लिए पथ–प्रदर्शन करना
  - उपचार ले रहे आवासी की व्यवहारिक गतिविधियों की व्याख्या करना
  - आवासी से पहली बार मिलने के लिए उन्हें तैयार करना

❖ **पारिवारिक आमना–सामना** –यह उपचारिक सत्र आवासियों के लिए बहुत ही कठिन स्थिति का सत्र है। इसमें भर्ती होने के बाद वे पहली बार अपने परिवार से मिलते हैं। साधारणतः यह सत्र उन आवासियों के लिए संचालित किया जाता है जो आशानुसार प्रगति नहीं कर रहे हैं। इस सत्र का उद्देश्य निम्नलिखित हैं।
  - उन मुद्दो को स्पष्ट करना जिसका दावा आवासी करता रहा है
  - अतीत की उन घटनाओं को पहचानना जो इलाज की आवश्यकता को सिद्ध करती हैं
  - उन गलतियों का सामना करना जो उनकी प्रगति को रोकती हैं
  - आवासी अपने परिवार के साथ कुछ मुद्दों पर जवाब मांगने एवं उनका हल ढूढंने की कोशिश करता हैं।

❖ **पारिवारिक वार्तालाप**– आवासी का उसके पूरे परिवार के साथ वार्तालाप का आयोजन दूसरे चरण के बाद किया जाता है। इस स्तर पर आवासी को उसके अतीत में की गई गलतियों की जिम्मेवारी लेना, उसके अव्यवस्थित जीवन को व्यवस्थित करना तथा स्वस्थ होने की इच्छा को पूरा करने में सहायता की जाती है। इसी तरह परिवार के सदस्यों से भी खुलेपन से झगड़े निपटाने की अपेक्षा की जाती है। वार्तालाप के निम्नलिखित उद्देश्य है।

- पारिवारिक गतिविधियो पर चर्चा करना और सुधार के लिए सुझाव देना।
- पारिवारिक मुद्दों से सम्बन्धित वार्तालाप में खुलेपन को बढ़ावा देना।
- निरन्तर देखभाल के लिए सहायक संकेत प्रदान करना।
- आवासी के परिवार के सदस्यो को शफा समुदाय से परिचय कराना।
- परिवारों के बीते क्षणों की चर्चा करना।
- परिवार के द्वारा पहली बार उसके सदस्य के नशामुक्त होने का उत्सव मनाना।

आवासियों के प्रति कर्मचारियो की प्रतिबद्धता

सलाहकारों के साथ आवासियों द्वारा अपने व्यक्तिगत जीवन के अनुभवो तथा अन्य किसी प्रकार की बात को सलाहकार के द्वारा सम्पूर्ण रूप से गोपनीय रखा जाना चाहिये। शफा में गोपनीयता के अधिकार का विशेष रूप से महत्व है, जिसका खास ध्यान रखा जाता है।

परिवारो के सदस्यों की प्रतिबद्धता :

- पारिवारिक सलाहकार से आवश्यकतानुसार समय–समय पर मिलें।
- सभी पारिवारिक समिति बैठकों में सम्मिलित हों। यदि किसी ठोस कारणवश बैठकों में भाग लेने मे असमर्थ हो तो सलाहकार को अवश्य सूचित करें। पारिवारिक सलाहकार से नियमित संपर्क बनाए रखें व पूर्ण सहयोग प्रदान करें।, बिना किसी ठोस कारण के लगातार दो बैठकों में अनुपस्थिति रोगी के उपचार पर बुरा असर डाल सकती है।
- पारिवारिक समिति बैठकों मे सक्रिय रूप से भाग लें।
- केवल सलाहकार के सुझाव पर अपने आवासी से मिलें, अन्यथा मिलने पर ज़ोर नहीं दें।

आवासियों के परिवार के सदस्य क्या करे और क्या न करे :

क्या करें :

- समस्त **पारिवारिक समिति** की **बैठकों** में उपस्थित रहें व सक्रिय रूप से भाग लें। आप अब इस समूह का हिस्सा हैं।
- यहाँ के कार्यकर्ताओं, अन्य परिवारजन व स्वयं के साथ ईमानदारी बरते। सलाहकार से, आवासी से सम्बन्धित **कोई भी जरूरी बात न छुपाए** क्योंकि ऐसा करना आवासी के हित मे नहीं है
- **संवेदनशील, धैर्यवान** एवं **समझदार** बनें।
- आवासी के **सभी कपड़े** जैसे **जेब, अस्तर** आदि जाँच कर भेजें।
- मार्गदर्शन के लिए अन्य परिवारों से संपर्क बनाए रखें। **हम एक दूसरे की मदद के लिए हैं**।
- कार्यकर्ताओं को अपनी चिन्ता व आवश्यकताओं से अवगत कराए।
- आवासी से सम्बन्धित जानकारी **पारिवारिक सलाहकारों** से प्राप्त करें।
- आपका रिश्तेदार यदि कोई दवा ले रहा है तो कार्यकर्ता को इसकी जानकारी दें।
- उपचार ले रहे आवासी के प्रयासों को स्वीकृत एवं प्रोत्साहित करने के लिए उसे पत्र लिखें। आवासी स्वयं कभी भी पत्र प्राप्त कर सकता है। यह समझना चाहिए कि उपचार के 90 दिन पूरे होने की अवधि तक आपको पत्रो का उत्तर नहीं मिल सकता है। पत्र–लेखन का विशेषाधिकार आवासी को कमाना पड़ता है।
- पारिवारिक बैठकों में, आवासी को उसके कारण कार्य के प्रति जिम्मेदार ठहराए। उसके उपचार की वर्तमान स्थिति जानने के लिए उसके उपचार का चरण, सदन में उसका पद, उसके कार्य–बहिष्कार की भावना व उसका परिणाम, उसके पर्याप्त अपर्याप्त प्रदर्शन के सम्बन्ध में प्रश्न करें।
- परिवार परामर्श के दौरान यदि आप अनुपस्थित या छुट्टी में रहने वाले है तो **सलाहकार** को सूचित करें।

- याद रखें, आप अकेले कुछ नहीं कर सकते। **हम यानि शफा परिवार, आप यानि परिवार एवं आवासी** एकसाथ मिलकर उपचार में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं।
- आपसी बातचीत की कमी ने उसकी समस्या को जन्म दिया है, उसे अच्छी तरह जानने और समझने के लिए खुद को पूरा मौका दै।
- अंत में याद रखें कि **इलाज एक प्रक्रिया** है। इलाज के **चारों चरणों** को पूरा करने पर ही किसी नतीजे की उम्मीद की जा सकती है।
- छुट्टी के समय आवासी और आपके बीच एक **फालो अप** योजना तय की जाएगी। रिकवरी/नशा–मुक्त जीवन को बनाए रखने के लिए इस योजना का भली तरह से पालन करें।
- यदि आप किसी भी समय आवासी के नकारात्मक भावनाओं, मनोवृत्तियो या व्यवहार को लेकर चिंतित हो तो बिना घबराये कार्यकर्ताओ से संपर्क करें।

यह सब ना करें :

- कभी भी नशाग्रस्त होकर उपचार केन्द्र में प्रवेश न करें या शराब या अन्य नशीला पदार्थ अपने साथ न लाए।
- अपने रिश्तेदार को कभी न कहें कि आप उसे 2–3 महीने में वापस ले जाएंगे। यदि आकस्मिक परिस्थिति में आपको उसे वापस ले भी जाना पड़े, तो भी उसे यह बात पहले से न बताए।
- पूर्व अनुमति प्राप्त किए बिना आवासी से मिलने न आए।
- अनुमति प्राप्त किये बिना अन्य मेहमानों को साथ न लाये।
- कार्यकर्ता की स्वीकृति के बिना कोई भी सामान न भेजें।
- केन्द्र मे आने पर अत्यधिक मात्रा में भोजन लाने के लिए स्वयं को बाध्य महसूस न करें। आप अपने सुविधा एवं क्षमता के अनुसार ही भोजन लाए।
- अपने साथ ऐसे रिश्तेदार या मित्र न लाए जिन्हें कार्यकर्ता ने मन्जूर न किया हो। यह समय आवासी के जीवन में **केवल महत्वपूर्ण व्यक्तियों** से मिलने का है जो उसकी नशे से दूर रहने मे उसकी मदद् कर सकें।
- पारिवारिक वैठकों में आवासी के साथ पारिवारिक समस्याओं की चर्चा न करें। ऐसा करने से उपचार से उसका ध्यान हट जाता है।
- कार्यकर्ता की पूर्व अनुमति के बिना आवासी को पैसे न दें।
- आवासी को उपचारोपरान्त किसी भी प्रकार का नशीला पदार्थ न दे। जैसे वाइन, बियर या रम आदि।
- आवासी को गृहयात्रा के दौरान किसी प्रकार का मादक पेय न पिलाए।
- चिकित्सीय परामर्श बगैर दवाई न दें।
- अपनी अलमारी समय समय पर जाँच लें और कोई भी दवा की पर्ची या दवा आवासी के लिए खुली न छोड़ें।
- आवासी को **किसी भी पुराने मित्र** के साथ सम्बन्ध स्थापित करने न दें जब तक आप स्वयं आश्वस्त न हो की वह शरीफ एवं सही छवि का व्यक्ति है।
- गृहयात्राओं के दौरान, उपचार के प्राथमिक चरणो में आवासी को अनावश्यक रूप से अकेले न छोड़ें।
- आवासी के सामने अथवा उसके साथ जुआ न खेले।
- परिवार के झगड़ो में आवासी को शामिल न करे, ना ही स्वयं उससे झगड़े।
- चिकित्सीय सूचना हेतु आप आवासी की खबर ले। आपसे बात करना उसका कर्तव्य है।
- परनिन्दा, परचर्चा या गप्प मारने से सम्बन्धित यदि आपकी कोई शिकायत हो तो उसके बारे में प्रशासनिक निर्देशक को सूचित करें।
- यदि आवासी कोई नियम तोड़ता है तो उसे ना छुपायें, ना ही कोई सुरक्षा प्रदान करें।
- अपने समूह की कोई बात बाहर न जाने दे।
- आवासी पर तब तक विश्वास न करें जब तक कि वह आपके विश्वास को अर्जित न कर ले।

- **किसी भी कार्यकर्ता को उपहार आदि भेंट न करें। हमें इसकी अपेक्षा नहीं रहती है। इसका परिणाम दोनो** परिवार के सदस्य व कार्यकर्ता के लिए **गन्भीर हो सकता है।**
- गृहयात्रा के दौरान कार्यकर्ता की जानकारी के बगैर आवासी को कोई दवा न दें।
- उसे अन्य लतों के जाल में फंसने न दें जैसे, महंगी घड़ियां, चेन, मोबाइल फोन आदि खरीदना व उनका प्रदर्शन करना या जुआ, सम्भोग, अत्यधिक भोजन में संलिप्त होना इत्यादि।
- **पारिवारिक समिति समूह में की गई कोई भी बात किसी को न बतांए। समस्त सूचनायें कठोर रूप से गोपनीय रखी जानी चाहिए।**

याद रखें, शफा के पास सारे सवालों के जवाब नहीं हैं। हम केवल अपने सहयोग से आपके प्रियजन को हमारे कार्यक्रमों को सफलतापूर्वक पूरा करने में मदद् करते हैं। आपका सहयोग पाने से हमे आपके प्रियजन को समाज में, एक नशामुक्त, स्वस्थ, जिम्मेदार, समझदार एवं दूसरों का ख्याल रखनेवाले इन्सान के रूप में वापस भेजने का सुनहरा मौका मिलता है।

विस्तारित देखभाल

जब आवासी पुनः प्रवेश स्तर पर हो एवं गृहयात्रा के लिए अनुमति प्राप्त कर ली हो:–

परिवार के सदस्यों के लिए दिशानिर्देश

- अपने **पारिवारिक समिति समूह** के साथ निरंतर सम्पर्क बनाए रखें। विस्तारित देखभाल आपके व आपके आवासी के लिए एक अत्यंत महत्वपूर्ण गतिविधि है।
- परामर्श देने वाले कार्यकर्ता व आपके बीच सम्पर्क बनाए रखना आवश्यक है। आपके आवासी द्वारा दी गई जानकारी पर यदि कोई प्रश्न उठता है तो **सूचना की पुष्टि हेतु प्रश्न पूछें, चिंता व्यक्त करें।**
- जब आप आवासी को पैसे दें तब उससे **खर्चे का हिसाब व रसीद लें।**
- जब भरोसा मुफ्त में मिलता है तो उसकी कद्र नहीं होती। आवासी को आपका भरोसा **कमाने** दें।
- एक **सकारात्मक पथ–प्रदर्शक** बनें। गैर जिम्मेदाराना व्यवहार कर आप आवासी को नकारात्मक संदेश देते हैं। आपका खुद शराब या अन्य नशीली पदार्थो का सेवन इसका प्रतीक है।
- **कोई शारीरिक हिंसा नहीं** का मूलभूत नियम आपके आवासी को सिखाया गया है। इस नियम का सम्मान घर में भी करना चाहिए।

पारिवारिक शिकायत के लिए नियमो की व्यवस्था

शफा का मानना है कि नशामुक्ति एवं पुनर्वास के लिए केन्द्र द्वारा किये गये प्रयास में सफलता प्राप्त करने के लिए कर्मचारी एवं आवासी के परिवार के सदस्यों के बीच एक मधुर सम्बन्ध का होना महत्वपूर्ण है। इस बात का विचार करते हुए कि हमारे प्रयास का स्वरुप सुखदायक नहीं है, हमारा कार्य और भी निरुत्साहजनक हो जाता है। आश्रितों के चालाक स्वभाव के कारण इस मधुर सम्बन्ध को बनाये रखने में बार बार खतरा पैदा हो जाता है और कभी–कभी तो छल और कपट के कारण यह सम्बन्ध नष्ट हो जाता है। **शफा** का यह पुस्तिका प्रकाशित करने का तात्पर्य यह है कि आवासी एवं परिवारजन उपचार कार्यक्रम की योजनाए, निर्देश, नियम एवं विनियमों को जान सके। कभी कभी कर्मचारियो एवं आवासी के परिवारजनो के बीच गलतफहमी के कारण मतभेद उत्पन्न हो जाता है, जब कि **शफा** अपनी कार्यक्रमों से आवासी एवं उसके परिवारजनो को अधिकाधिक संतुष्ट रखना चाहता है। यदि गलतफहमियों को प्रभावकारी एवं सुयोग्य तरीके से सुलझाया जा सके तो यह सभी के लिए लाभकारी है। इन बातो को ध्यान में रख कर निम्नलिखित शिकायतों के नियमों की व्यवस्था की गई है। इन नियमो को दो भागो में बाँटा जा सकता है: **पहला** सैद्धान्तिक तौर पर **शफा** सभी मतभेदो को सुलझाना चाहेगा, **दूसरा** सभी गलतफहमियो की चर्चा सभी पक्षो के उपस्थिति में होगी। कार्यपद्धति इस प्रकार होगी:–

- परिवार को शिकायत सर्वप्रथम सीधे सम्बन्धित कर्मचारी और सी.ई.ओ को सम्भावित हल के लिए करनी पड़ेगी।
- किसी भी अवस्था में कोई या सभी शिकायतो के विषय में सम्बन्धित निरीक्षक पदानुक्रम के माध्यम से **इन्सिडेन्ट रिपोर्ट** के रुप में **सी.ई.ओ** को निरीक्षण हेतु तुरन्त प्रस्तुत करेगा।
- यदि गलतफहमी का हल तुरन्त नही निकलता है तो परिवारजनो को कर्मचारियो एवं एक निरीक्षक के साथ **सुविधाजनक बातचीत** करने के लिए आमन्त्रित किया जायेगा ताकि मुद्दो का स्पष्टीकरण एवं हल हो सके।
- यदि **सुविधाजनक बातचीत** गलतफहमियो को दूर नहीं कर पाती है तो परिवार के सदस्य को पत्र के रुप में एक लिखित शिकायत **प्रेसिडेन्ट** को देने का अनुरोध किया जायेगा।
- लिखित शिकायत मिलने के बाद **प्रेसिडेन्ट** इसकी एक प्रति शफा के कानूनी सलाहकार को जाँच और उचित कार्रवाई के लिए भेज देंगे।

मेडिकल पॉलिसी

नशावृत्ति एक लगातार होने वाली मानसिक या मनोवैज्ञानिक रोग है, जो व्यक्ति के व्यवहार में विकार का रूप धारण कर लेता है। इसकी विशिष्टता नशीली दवाओं का लगाातार सेवन है। इस हद तक, जिससे इनका प्रथागत, आहारगत या समुदाय मे सामाजिक रीतिरिवाजों का अनुपालन हेतु सेवन अपनी निर्धारित सीमाओ को लांघ जाता है और जो व्यसनी के स्वास्थ्य या सामाजिक और आर्थिक गतिविधियों में हस्तक्षेप करता है।

केलर एवं एफ्रोन

विश्व भर में यह सिद्व हो गया है कि नशीली पदार्थो के दुरूपयोग का उपचार व पुनर्वास के क्षेत्र में, **गैर–अस्पताल** आधारित उपचार कार्यक्रम, **अस्पताल** आधारित उपचार कार्यक्रम की तुलना में अधिक प्रभावशाली हैं।

नशीले प्रदार्थो के सेवन की समस्या को शारीरिक रोग से अधिक एक मनोवैज्ञानिक रोग के रूप मे देखा जाता है। इस रोग का शारीरिक अंश, केवल नशे को छोड़ने के समय पर उत्पन्न हुई शारीरिक तकलीफ एवं नशे द्वारा उत्पन्न शारीरिक रोगों के उपचार से संबन्धित है।

नशावृत्ति का रोग, वास्तविक रूप में, एक चतुर्मुखी रोग है जो नशा ग्रस्त व्यक्ति को **शारीरिक, मानसिक, सामाजिक व आध्यात्मिक** रूप से प्रभावित करता है। अतः इलाज के प्रति एक समान दृष्टिकोण होना आवश्यक है। इसी दृष्टिकोण के फलस्वरूप **थेरापिउटिक काम्यूनिटि** उपचार पद्धति का विकास हुआ। यह पद्धति नशाग्रस्त व्यक्ति पर हुए उपरोक्त चतुर्मुखी दुष्प्रभावो को ध्यान मे रखकर दीर्घकालीन सामुदायिक उपचार में विश्वास रखता है। दीर्घकालीन उपचार का अर्थ केवलमात्र व्यक्ति को नशे से दूर रखना ही नहीं है, जैसा कि साधारणतः समझा जाता है, बल्कि नशापीड़ित व्यक्ति का शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक विकास है।

शफा होम, इलाज के दौरान, मनोभाव परिवर्तन के लिए कोई पदार्थ या दवा का उपयोग नहीं करता है। उपचार के दौरान प्राकृतिक चिकित्सा, योग एवं गलत व्यवहारों को सुधारने की दिशा मे कार्य किया जाता है। फिर भी, नशीली दवा/शराब के दीर्घकालीन सेवन के परिणामवश यदि कोई शारीरिक/मनोवैज्ञानिक रोग उत्पन्न हो, तो पीड़ित आवासी को सम्बंधित डॉक्टरों द्वारा चिकित्सीय सहायता दिलवाई जाती हैं।

उपरोक्त तथ्यों पर आधारित, हमारी **मेडिकल पॉलिसी** की प्रमुख विशेषतायें है :–

- कि हम दवाओ पर आधारित उपचार केन्द्र नहीं है जिसका उद्देश्य केवल नशामुक्ति हैं। वास्तव में हम एक पुनर्वास केन्द्र है जिसका मुख्य लक्ष्य मनोवैज्ञानिक–सामाजिक पुनर्वास, गुस्से का व्यवहार, नशे की लत, चारित्रिक गलतियो का सुधार, चिन्तन में परिवर्तन, आवासी व उसके परिवार के जीवन कौशल का विकास और अंततः, नशे की आदत के फिर से शुरू होने की समस्या का रोकथाम है।
- नशीले पदार्थ के सेवन के परिणाम स्वरुप उत्पन्न हुई चिकित्सीय अथवा मानसिक बिमारियों का सम्बन्धित चिकित्सको द्वारा चिकित्सा प्रदान की जाती है जैसे शारीरिक चिकित्सक, मनोचिकित्सक, दंत चिकित्सक, ईएनटी विशेषज्ञ, आदि। आपातकालीन स्थिति मे आवासियों को पास के अस्पताल, क्लीनिक अथवा चिकित्सा केन्द्र में भी ले जाया जाता है।
- शफा में निर्धारित दवा रखने की अनुमति, कर्मचारियों, स्वयंसेवकों व आवासी सहित, किसी को भी नहीं है। सभी दवाएं केवल एक प्रशिक्षित कर्मी द्वारा देखभाल विभाग के माध्यम से, शफा के कर्मचारियो द्वारा पूरी सावधानी द्वारा दी जाती हैं।
- किसी भी प्रकार की चिकित्सीय सेवा पर हुए खर्च का भुगतान आवासी द्वारा किया जाएगा। परिवार को इसके लिए अग्रिम धनराशि जमा करनी होगी।
- शफा द्वारा, प्रतिष्ठित चिकित्सकों की टीम, जिसमें मनोरोग विशेषज्ञ, शल्य व दंत चिकित्सक, ईएनटी विशेषज्ञ आदि सम्मिलित होते है, की व्यवस्था की जाती है। मान्यताप्राप्त प्रयोगशालाओं मे रियायती दरों पर आवासी का रोग परीक्षण करवाई जाती हैं। चिकित्सा में पाई गई रियायतों का लाभ आवासी को दिया जाता है। किसी भी हालत में शफा द्वारा मनोनीत चिकित्सकों के अलावा आवासी को अन्य किसी चिकित्सक, पारिवारिक चिकित्सक, पैरा मेडिकल व्यक्ति, आध्यात्मिक गुरू, पुजारी आदि को नहीं दिखाया जाएगा। इस प्रतिबन्ध का एकमात्र कारण यही है कि प्रत्येक परिवार के अपने पारिवारिक चिकित्सक, आध्यात्मिक गुरू, पुजारी होते है तथा यदि आवासी को सभी को दिखाने की अनुमति दे दी जाए तो हमारे लिए ऐसी स्थिति को व्यावहारिक रूप से संभालना असंभव है।
- प्रवेश के समय, परिवार को आवासी की चिकित्सा इतिहास सम्बंधित कोई तथ्य छुपाना नहीं चाहिए तथा अन्य संक्रामक रोग जैसे, एचआईवी/एड्स, टीबी आदि की जानकारी अवश्य देनी चाहिए। ऐसे तथ्य समान समस्याओं वाले अन्य आवासियों की विशेष देखभाल में सहायक होते है।
- प्रवेश के समय ही सारे चिकित्सीय रिकार्ड, रिपोर्ट, दवाईयो की पर्ची, एक्स–रे आदि, केन्द्र में जमा कर देनी चाहिए।
- शफा होम, उन लोगों को भी, जो शारीरिक रूप से रोगग्रस्त है, एक नया जीवन देने का प्रयास करता हैं। शारीरिक रोग के कारण या स्वाभाविक रूप से यदि किसी आवासी की आकस्मिक मृत्यु हो जाती है तो शफा होम किसी भी रूप में इसकी जिम्मेदारी नहीं लेगा।
- प्रवेश के समय, यदि आवासी कमज़ोर, बीमार या चोटग्रस्त नजर आता है, तो उसके परिवार को, आवासी की स्थिति का वर्णन करते हुए, लिखित बयान देना होगा।

शब्द कोश

- ✓ **फालो–अप**– नई जीवन शैली जो उसने इलाज मे सीखी है क्या वह उसे बाहर की दुनिया मे भी अपना रहा है इस प्रकिया को फालो–अप कहते हैं। यह इलाज के बाद 2–3 महीने तक चलती है।
- ✓ **पुल–अप**– समुदाय की अस्त–व्यस्तता के लिए आवासियों द्वारा एक दूसरे को जागरुक करना, यह लिखित रुप मे होता है।
- ✓ **व्यसनी**– किसी भी प्रकार के नशे पर निर्भर व्यक्ति।
- ✓ **टी.सी एव समुदायिक उपचार**– एक ऐसा समुदाय जहाँ आवासी एक दूसरे के इलाज में सहायक बनते है।
- ✓ **पुनर्वास**– इलाज पूरा करने के बाद बाहर की दुनिया में पुनर्स्थापन।
- ✓ **पुनर्शिक्षा**– आवासी के गलत व्यवहारों के स्थान पर सही व्यवहारों को सिखाना।
- ✓ **ऐक्ट ऐज इफ/जैसे कि**– आवासी द्वारा उन सभी व्यवहारों का अभिनय करना जैसा वह बनना चाहता है।
- ✓ **समन्वयक**– उपचार समुदाय मे सर्वोच्च पद का आवासी जो समुदाय की सभी जिम्मेवारियों को सभांलता है।
- ✓ **कार्य पदानुक्रम**– आवासी द्वारा इलाज के आरम्भ से अंतिम चरण तक पदोन्नति के आधार पर कार्यभार संभालना।
- ✓ **स्टॉफ आन ड्यूटी**– शफा के कार्यकर्त्ता जो एक दिन का कार्यभार संभालता है।
- ✓ **मौखिक सुधारक, डेल्ट विद, हेयर कट**– यह आवासियो के व्यवहार सुधारने के ऐसे तरीके है जिसके द्वारा आवासियो के गलत व्यवहारो को सुधारने के लिए उसके साथियों द्वारा मौखिक रुप से समझाया जाता है।
- ✓ **पुनः प्रवेश स्तर**– यह चौथा यानि इलाज का अंतिम चरण है।
- ✓ **विस्तारित देखभाल**– जब आवासी पुनः प्रवेश स्तर अर्थातः चौथे चरण में हो एवं गृहयात्रा के लिए अनुमति प्राप्त कर ली हो।
- ✓ **कन्फ्रन्टेशन्स**– आवासियो द्वारा एक दूसरे को उनके गलत व्यवहारों के लिए जागरुक करना एवं जिम्मेवार ठहराना।
- ✓ **नारकोटिक एनोनिमस एवं अलकोहलिक एनोनिमस**– नशापीड़ितो व शराबपीड़ितों का स्वयं सहायता समूह।
- ✓ **इनसिडेन्ट रिर्पोट**– घटना का ब्यौरा।
- ✓ **एक्सपेडाईटर**– कार्य प्रणाली के दौरान पदोन्नति का स्तर।
- ✓ **डीटोक्सिफीकेशन**– व्यसनी की भर्ती के बाद उसे किसी भी प्रकार का नशा नही दिया जाता जिसके कारण उसे कई प्रकार की शारीरिक दिक्कतो का सामना करना पड़ सकता है। यह अवधी 3–7 दिन की हो सकती है। इस प्रक्रिया को डीटोक्सिफीकेशन कहते है।
- ✓ **मुफ्त भोजन नही–नो फ्री मील**–इस दुनिया में कुछ भी मुफ्त नही मिलता।