

۱۴- تازه‌های علمی روانشناختی

همان‌طوری که در خبرنامه‌های قبلی به اطلاع رسید ابتکار خودانگیخته‌ی یکی از اعضای پیوسته‌ی انجمن در ارسال ترجمه‌هایی از تازه‌های علمی روانشناختی، دست‌اندرکاران خبرنامه‌ی انجمن را بر آن داشت تا بخش جدیدی با این عنوان در خبرنامه ایجاد شود. ضمن استقبال از همکاری دیگر اعضای محترم انجمن در خصوص این بخش از خبرنامه، به اطلاع این عزیزان می‌رساند که لازم است انتخاب مطالب از منابع موثق علمی نظیر مجلات و وبسایت‌های انجمن‌های علمی و دانشگاه‌های معتبر صورت پذیرد و ضمن دقت کامل در به کار گرفتن ملاحظات فنی ترجمه، متن ترجمه شده به صورت یک فایل نرم افزار word، همراه با متن اصلی، و آدرس دقیق منبع به پست الکترونیکی انجمن (iranpa@iranpa.org) ارسال شود. شایان ذکر است، این مطالب در صورت واجد بودن ویژگی‌های لازم، با ذکر نام ارسال کننده، علاوه بر درج در خبرنامه، در وب سایت انجمن نیز استفاده خواهد شد.

استفاده از ایمیل در روان درمانی و مشاوره (۲)

مترجم: ملیحه طاهری، روانشناس بالینی

(haiku_virtu@yahoo.com)

بخش شماره یک این مطلب در خبرنامه‌ی قبلی (پاییز ۱۳۸۹) منتشر شده است.

...

ما به چک کردن مرتب موبایل و اس ام اس و دریافت تلفن و یا پیام عادت کرده ایم. و حالا باید منتظر دریافت ایمیل از مراجعین افسرده، خودکشی و یا آدمکشی، و یا از لحاظ وجودی به انتهای خط رسیده و یا از لحاظ روحی گم شده باشیم. ایمیل ها قرار است که زندگی ما را ساده تر سازند و نه اینکه سخت‌تر. و حالا یک سوال محرز، چه اتفاقی خواهد افتاد اگر مراجعی یک روز بعد از ارسال آخرین ایمیلش " آخرین حلقه طناب"، به من، دست به خودکشی بزند؛ چگونه باید با مراجعی نامید که شرح توضیحات مفصل رویایی که دیده ناخوانده مانده است، برخورد کرد. و یا با زن جوانی عصبانی که به علت دریافت نکردن پاسخی طولانی و ایمیلی حمایت گرانه، آن طور که بهترین دوست دخترش می بایست پاسخ می داد، دچار رنجیدگی گردیده.

مسئله اصلی استفاده درست و به جا از ایمیل در روان‌درمانی است؟ و علاوه بر آن، تعدادی سوال مربوط به مسائل حقوقی، اصول اخلاقی و سایر سئوالات بالینی مربوط به رد و بدل کردن ایمیل با مراجعین مان.

یکی از مسائل اصلی چگونگی برخورد با مراجعینی است که از ما انتظار دارند به آنها سریع پاسخ دهیم و یا ایمیل های طولانی و متعدد آنها را مابین جلسات بخوانیم؟ پاسخ به رابطه بین ما و مراجع بستگی دارد. ما می بایست این مسئله را در مورد استفاده کلی از ایمیل، زمان پاسخدهی و تعداد و غیره را به روشنی بیان نمائیم. در حالیکه می بایست این مسئله را در خط مشی و سیاست های کاری دفتر و محل کار اضافه نمود؛ به نظر می رسد که ارتباط و گفتگوی شخصی با مراجعین در روشن ساختن این مسئله برای مراجع موثرتر است. این مسئله در مورد بعضی از مراجعین که به طور مداوم از شبکه های آنلاین استفاده می کنند در یک گفتگو حل نمی شود، و احتمالاً نیاز به گفتگوی مداوم در رابطه با انتظارات و ناامیدی ها و همچنین حدود و مرزها می باشد.

اگر شما آماده مداخله از طریق گفتگو و درمان از طریق ایمیل در حین درمان حضوری هستید، این موضوع را با مراجع خود در میان بگذارید. در این صورت بهتر است هزینه مربوطه را، در صورتیکه برای چنین خدمات الکترونیکی هزینه دریافت می نمائید، به آنان اطلاع دهید. آیا برای هر ایمیل و یا هر دقیقه و یا به گونه ای دیگر می بایست پرداخت نمایند؟ به نظر من بیشتر درمانگران ترجیح می دهند تا از ایمیل برای امور اولیه و اداری و فقط در موارد خیلی خاص بالینی استفاده نمایند. در این صورت من در همان جلسه اول و به صورت گفتاری و در زمان مناسب این مسئله رو برای مراجعین توضیح می دهم. در سیاست های اداری که ما آن را به صورت کتبی به هر مراجعی در ابتدای درمان می دهیم نیز قسمتی مربوط به ایمیل دارد. در این قسمت می بایست مسائل مربوط به محرمانه بودن،

خصوصی بودن، امنیت و در دسترس بودن، زمان پاسخ دهی، محتوا و فوریت و غیره بحث شود. (به طور نمونه در قسمت ایمیل ها، تلفن همراه، کامپیوتر و فکس)

تعدادی از پرسش ها در زمینه ایمیل بین درمانگر و مراجع شامل:

- آیا ایمیل ها قسمتی از رواندرمانگری و مشاوره به حساب می آید؟
- بله. این ایمیل ها، چه به صورت عمیق و یا سطحی، جزئی از فرایند درمان است و قسمتی از مدارک بالینی محسوب می گردند. (روان درمان گران جدید، شماره ۵۷، سپتامبر/اکتبر ۲۵ ۲۰۰۸)
- چنانچه من آدرس ایمیل خود را به مراجع بدهم، آیا می بایستی ایمیل خود را به طور منظم چک کنم؟
- این واقعیت که شما ایمیل خود را به مراجعتان داده اید، شما را ملزم به چک کردن منظم ایمیل و یا چک کردن به طور هفتگی نمی کند. آنچه اهمیت دارد این است که شما به صورت کتبی و گفتاری مراجع خود را نسبت به چگونگی پاسخ دهی و زمان های چک کردن ایمیل و سیاست کلی تان در مورد ایمیل ها آگاه نمائید (به مطالب پاراگراف قبلی مراجعه نمائید).
- و اما در مورد محرمانه بودن و خصوصی بودن؟
- محرمانه بودن و خصوصی بودن شامل حال ایمیل ها نیز می شود، دقیقا به همانگونه که شامل سایر مسائل چه به صورت گفتاری و نوشتاری بین رواندرمانگر و مراجع می شود.
- آیا ایمیل باید رمز گذاری گردد؟
- در حال حاضر و تا زمانیکه مراجع نسبت به خطر خوانده شدن ایمیل توسط افراد غیر مسئول اطلاع رسانی شده و خود انتخاب می کنند که از ایمیل استفاده نمایند، ایمیل بین درمانگر و مراجع نیازی به رمزگذاری وجود ندارد. (برای اطلاع بیشتر به قسمت سیاست های اداری و دفتر کار در پاراگراف های قبلی مراجعه نمائید)
- امضای ایمیل چیست و به چه صورتی است؟
- امضای ایمیل در انتهای هر ایمیل قرار دارد و می توان آن را به صورت اتوماتیک تنظیم کرد. اطمینان یابید که هر ایمیلی که به مراجع خود ارسال می نمائید دارای امضای الکترونیکی شامل مسائل مربوط به محرمانه بودن، امنیت و غیره است.
- در قسمت بعدی یک نمونه از امضای ایمیل آورده شده است:

نکته در مورد محرمانه بودن: این ایمیل و هر ضمیمه ای، فقط برای استفاده فرد یا افرادی که نام او در قسمت آدرس آمده است می باشد و ممکن است شامل اطلاعات محرمانه باشد. هر گونه توزیع، خواندن، رونوشت و یا استفاده از این مکاتبه و یا ضمیمه توسط فردی غیر از فرد ذکر شده، به صورت جدی ممنوع بود و برخلاف قانون است. اگر شما این ایمیل را به صورت اشتباهی دریافت کرده اید، لطفا سریعا به من از طریق ایمیل (و یا با پاسخ دهی به همین ایمیل) و یا با تلفن (۰۰۰۰)، اطلاع دهید و نسخه اصلی این ایمیل و یا کپی و یا نسخه چاپ شده و ضمیمه را از بین ببرید.

بسیار ضروری که نسبت به دسترسی آسان افراد غیر مسئول به این مکاتبه آگاه باشیم که منجر به زیر سؤال بردن خصوصی بودن و محرمانه بودن این ارتباط می گردد. ایمیل ها به طور آشکارا برای افراد غیر مربوط قابل دسترس است چرا که در واقع سرور (سرور دهنده اصلی) دسترسی نامحدود و مستقیم به تمام ایمیل هایی که از آنها سرویس می گیرند دارند. یک ایمیل رمز گذاری نشده، چنین ایمیلی بسیار بیشتر در خطر دسترسی افراد غیر مربوط می باشند. لطفا در صوتیکه تمایل به محدود کردن و یا دوری از این ریسک استفاده از ایمیل دارید به من (***) اطلاع دهید. تا آن زمان که من از شما بشنوم نسبت به برقراری ارتباط از طریق ایمیل و در زمان ضرورت، ادامه خواهم داد. لطفا از ایمیل برای موارد فوری استفاده نمائید. با اینکه من پیام های تلفنی را به طور منظم و در زمانیکه خارج از شهر هستم چک می کنم، ولی ایمیل ه را به طور روزانه و همیشگی چک نمی کنم.

نام/سمت/شماره مجوز***

آدرس:***

شماره تلفن:***

ایمیل:***

وب سایت:***

- اگر به مراجع ایمیل بزنیم آیا به معنای تلفن درمانی و یا درمان الکترونیکی است؟
- اگر ایمیل شامل مسائل اولیه و امور اداری مانند برنامه ریزی و تعیین وقت است، آن ها شامل تلفن درمانی و یا درمانهای الکترونیکی (اینترنت درمانی) نمی شوند. اما، اگر شامل مسائل بالینی (به طور نمونه: شامل ارزیابی و یا تست ها هستند) به صورت مداوم و در سطح وسیع و به روال عادی از آن ها استفاده می گردد، ممکن است به آنها به عنوان درمان های تلفنی و یا الکترونیکی نگاه کرد. در این زمینه مرز خاصی هنوز وجود ندارد. تفاوت گذاری بین درمان های تلفنی و درمان های حضوری و استفاده همزمان از هر دو مدل می تواند خیلی مفید، اخلاقی و موثر باشد، چنانچه از آنها به صورت اخلاقی، به جا و مناسب استفاده کرد.
- آیا این ایمیل ها جزئی از مدارک بالینی به حساب می آیند، و آیا به مانند برگه خواست و یا حکم احضاریه، که متاسفانه در مواردی قانونی نیز خیلی مرسوم نیست، می باشند؟
- به طور کلی، ایمیل بین درمانگر و مراجع قسمتی از مدارک بالینی به حساب می آید و می تواند به عنوان برگه خواست باشد، دقیقا مثل حکم احضاریه.

راهنمای استفاده از ایمیل با مراجعین

- موضوع و بحث در مورد نقش ایمیل در درمان، رایج، تا حدی تازه، نا مشخص و بسیار پیچیده است. با این حال، راههایی برای آگاهی رسانی به مراجع، بالا بردن تاثیر بخشی درمان، و کمک به حمایت از حرفه مان در مقابل شکایات احتمالی وجود دارد. روشن ساختن خود و افکار و احساسات خود در زمینه ارتباط با مراجع از طریق ایمیل. ترجیحات شما و محدودیت هایتان چیست و غیره؟
- در زمان مناسب و در جلسه اول، مسئله ارتباط از طریق ایمیل را با مرجعین درمیان بگذارید. از آنها در مورد انتظاراتشان آگاهی یابید و و مرزها و انتظارات خودتاران را برای ایشان روشن سازید. و در طول مدت درمان هر زمان که از لحاظ اخلاقی و یا بالینی لازم است این مسئله را شرح دهید.
- اطمینان یابید که سیاست نامه کاریتان شامل قسمتی مربوط به ایمیل می باشد.
- اطمینان یابید که هر ایمیل شامل امضای الکترونیکی و مسائل مربوط به خصوصی بود و محرمانه بودن است.

نویسنده: دکتر آفر زور ۲۰۰۸

ترجمه با مجوز کتبی از دکتر آفر زور انجام گرفته است.

برای دسترسی به اصل این مقاله به زبان انگلیسی می توانید به سایت دکتر آفر زور مراجعه نمائید:

<http://www.zurinstitute.com>