

« قرارداد روان درمانی »

تاریخ تنظیم (۹ اردیبهشت ۱۴۰۴)



از اینکه این متن چند صفحه‌ای را با دقت می‌خوانید، سپاسگزارم.

این قرارداد برای ایجاد شفافیت در حقوق، مسئولیت‌ها و روند کاری بین ما تنظیم شده تا از بروز سوء تفاهم‌ها جلوگیری شود.

هدف از آن حمایت از یک رابطه درمانی محترمانه، حرفه‌ای و برابر است. اگر درباره هر یک از بخش‌های این قرارداد دیدگاهی دارید، خوشحال می‌شوم پیش از موافقت شما، درباره آن گفت‌وگو کنیم. موافقت با این مطالب به معنای پذیرش قواعد و تمایل به آغاز یا ادامه جلسات درمان است.

فهرست مطالب

بخش ۱. رواندرمانگر	۲
بخش ۲. رازداری و ثبت مطالب	۳
بخش ۳. ساختار جلسات روان درمانی	۳
بخش ۴. لغو، غیبت و پایداری در روند درمان	۴
بخش ۵. قوانین تاخیر و لغو جلسات درمانی	۵
بخش ۶. مشارکت در روند درمان، جلسات تکمیلی و پایان روان درمانی	۶
الف) مشارکت در روند درمان	۶
ب) جلسات حمایتی و خارج از برنامه	۶
ج) عدم پاسخ گویی به پیامها و همکاری در برنامه ریزی	۶
د) پایان درمان	۶

بخش ۱. رواندرمانگر

من، دکتر مائده آقائی‌پور، دکترای تخصصی روان‌شناسی بالینی، درمانگر شما هستم. رویکرد درمانی من یکپارچه‌نگر (Integrative) است و طرحواره‌درمانی (Schema Therapy) زیربنای اصلی کار مرا تشکیل می‌دهد با تأکید بر رویکردهای ذهنیت‌محور، دلبستگی‌محور، روانپویشی، ACT، CBT و شفقت‌محور. بسته به نیازها و ویژگی‌های منحصر به فرد شما، از ابزارها و روش‌های متنوعی برای درک عمیق‌تر مشکلات و انتخاب بهترین مسیر درمانی استفاده می‌کنم.

هدف من ایجاد یک رابطه درمانی امن و قابل‌اعتماد است که در آن هر دو نفر، زمان و انرژی خود را برای رشد و بهبود شما صرف می‌کنیم.

بخش ۲. رازداری و ثبت مطالب

محتوای جلسات کاملاً محرمانه است. من در طول جلسه یادداشتهایی مختصر و حرفه‌ای درباره جلسات تهیه می‌کنم و هیچ فردی بدون رضایت شما به این اطلاعات دسترسی نخواهد داشت. با این حال، در شرایط خاص به ویژه اگر خطر جدی برای سلامت شما یا دیگران وجود داشته باشد، اطلاعات ممکن است به نزدیکان و یا مقامات صاحب صلاحیت گزارش داده شود، که در چنین شرایطی، من به شما اطلاع خواهم داد.

در مواردی ممکن است برای ارتقای کیفیت درمان، با سوپروایزر یا همکار متخصص مشورت کنم. در این شرایط، تنها موارد کلی درمان به اشتراک گذاشته می‌شود و هویت و اطلاعات شناسایی شما، محفوظ خواهد بود (مگر با رضایت شخصی شما).

از شما نیز انتظار می‌رود که رازداری درمان را در خارج از جلسات رعایت کنید، خصوصاً در موقعیت‌هایی مانند گروه‌درمانی، زوج‌درمانی یا ارجاع‌های چندمرحله‌ای.

بخش ۳. ساختار جلسات روان‌درمانی

۱. جلسات درمانی در فاز اول درمان، به صورت هفتگی و منظم برگزار می‌شود. تعداد، نظم و فواصل جلسات بسته به نیاز درمانی شما و روند درمان ممکن است در ادامه تغییر یابد. مگر آن‌که با توجه به نیاز درمانی، توافق دیگری میان ما صورت گیرد. استمرار جلسات یکی از پایه‌های اصلی موفقیت درمان است.

۲. مدت هر جلسه روان‌درمانی ۴۵ دقیقه (مراجعه کلینیک اندیشه‌پویا حضوری ۴۰ دقیقه و آنلاین ۳۵ دقیقه) برگزار می‌شود. در صورت ادامه جلسه فراتر از این زمان (در صورت توافق) و بر اساس نیاز درمانی، هزینه اضافی متناسب با مدت زمان افزوده شده محاسبه خواهد شد.

۳. هزینه جلسات و روش پرداخت پیش از شروع اولین جلسه، توسط مسئول پذیرش به اطلاع شما می‌رسد.

۴. **افزایش پلکانی هزینه جلسات درمانی:** با هدف حفظ کیفیت درمان و ارتقاء سطح علمی و حرفه‌ای خدمات، امکان بازبینی و افزایش مبلغ هر جلسه به صورت **پلکانی و منظم هر ۶ ماه یکبار** وجود دارد. این افزایش، بسته به شرایط اقتصادی، نرخ تورم و سطح تخصصی خدمات ارائه شده، **حداکثر تا سقف تعیین شده در ابتدای هر سال** خواهد بود و یک ماه پیش از اعمال، به مراجع اطلاع داده می‌شود. این فرایند، با هدف ایجاد ثبات مالی برای مراجعان و جلوگیری از افزایش ناگهانی هزینه‌ها طراحی شده است.

در صورت درخواست جلسه خارج از زمان تعیین شده (جلسات اضطراری)، با هزینه بالاتری محاسبه می‌شود که قبل از هماهنگی جلسه اعلام خواهد شد. این موارد شامل مراجعان با شرایط خاص که در جلسه درمان توافق شود و نیازمند پیگیری خاص هستند، نمی‌باشد.

۶. تلاش می‌شود جلسات در روز و زمان مشخصی برگزار شوند، زیرا ثبات زمانی برای پیشبرد درمان مفید است. با این حال، ممکن است گاهی به دلایل حرفه‌ای مانند برگزاری یا شرکت در کارگاه‌های تخصصی، تدریس، سوپرویزن یا موقعیت‌های شخصی درمانگر، نیاز به تغییر در روز یا ساعت جلسات باشد. تلاش می‌شود این تغییرات با اطلاع قبلی و هماهنگی انجام گیرد.

بخش ۴. لغو، غیبت و پایداری در روند درمان

۱. در صورت بروز شرایط غیرقابل پیش‌بینی مانند بیماری، حضور در برنامه‌های آموزشی تخصصی، سخنرانی‌های علمی یا مداخلات درمانی اورژانسی درمانی، ممکن است نیاز به لغو یا جابه‌جایی جلسه باشد. در چنین مواردی، در اولین فرصت موضوع به اطلاع شما خواهد رسید و تلاش خواهد شد زمان جایگزینی برای جلسه تنظیم شود.

۲. در صورتی که بعد از هماهنگی نهایی، نیاز به لغو جلسه داشته باشید، لازم است **حداکثر تا ساعت ۶ عصر قبل از روز جلسه** از طریق منشی اطلاع دهید تا امکان مدیریت برنامه‌ریزی برای سایر مراجعان فراهم باشد. در صورت لغو پس از این زمان، هزینه کامل جلسه از شما دریافت می‌شود.

* برای مراجعان ساکن در آمریکای شمالی (مانند آمریکا و کانادا)، این زمان معادل ۸ شب به وقت محلی ایران در روز قبل از جلسه می‌باشد.

۳. من نیز به عنوان روان‌درمانگر متعهد هستم که در صورت نیاز به لغو جلسه، حداقل تا ۳ ساعت پیش از زمان مقرر جلسه، به شما اطلاع دهم. اگر به هر دلیل، لغو جلسه در فاصله‌ای کوتاه‌تر انجام شود، موظف هستم یک زمان جبرانی رایگان در اولین فرصت ممکن به شما پیشنهاد کنم. در صورتی که امکان استفاده از جلسه جبرانی از طرف شما فراهم نشود، جلسه بعد طبق روال درمانی و با پرداخت هزینه ویزیت برگزار خواهد شد.

این روال با هدف رعایت مسئولیت‌پذیری دو طرفه و احترام به زمان یکدیگر و حفظ نظم در نظر گرفته شده است.

۴. ثبات درمانی یکی از پایه‌های پیشرفت شماست. در صورتی که سه جلسه متوالی را لغو کنید یا لغوهای مکرر اتفاق بیفتد، ممکن است نوبت‌های شما از حالت رزرو ثابت خارج شود. در این صورت برای دریافت زمان جدید، لازم است خود شما با منشی هماهنگ کنید. در این بازه امکان قرار دادن سایر مراجعان در آن زمان وجود دارد و ممکن است در صورت نبود وقت آزاد، در لیست انتظار قرار بگیرید.

بخش ۵. قوانین تاخیر و لغو جلسات درمانی

من رأس ساعت تعیین شده وارد اتاق درمان (حضور و آنلاین) خواهم شد.

۱. در صورت عدم حضور شما تا ۱۵ دقیقه اول جلسه، حاضر شوید، جلسه لغو شده تلقی می‌شود و هزینه آن به طور کامل دریافت خواهد شد.
۲. اگر با تأخیر کمتر از ۱۵ دقیقه به جلسه وارد شوید، جلسه صرفاً تا پایان زمان مقرر ادامه می‌یابد و هزینه کامل جلسه دریافت خواهد شد.
۳. در صورت اطلاع‌رسانی به موقع درباره تاخیر، امکان حفظ هماهنگی بیشتر وجود دارد. در غیر اینصورت، جلسه مطابق بندهای بالا مدیریت خواهد شد.
۴. تاخیرهای مکرر از سوی مراجع به عنوان موضوعی قابل بررسی در روند درمان بررسی می‌شود.
۵. در صورت تاخیر از سوی من، زمان از دست رفته جبران خواهد شد یا هزینه جلسه متناسب با آن کاهش می‌یابد.
۶. جلسه آنلاین: در مواردی ممکن است به دلیل طولانی شدن جلسه پیشین یا وقوع یک شرایط درمانی غیرمنتظره، ورود من به جلسه با چند دقیقه تاخیر همراه باشد. در چنین مواردی تلاش خواهم کرد تا پیشاپیش اطلاع دهم.
۷. در صورت عدم حضور من در اتاق درمان، تا ۵ دقیقه پس از زمان شروع رسمی جلسه، لطفاً از طریق ایمیل dr.aghaeepour@gmail.com و یا در صورت نیاز پیام به منشی هماهنگ کنید.
۸. رعایت این قواعد برای حفظ کیفیت درمان، تمرکز و مسئولیت‌پذیری در روند جلسات ضروری است. با این حال، در شرایط خاص و اضطراری، امکان انعطاف‌پذیری محدود با هماهنگی قبلی وجود دارد.

بخش ۶. مشارکت در روند درمان، جلسات تکمیلی و پایان روان درمانی

الف) مشارکت در روند درمان

روان درمانی فرآیندی متعهدانه، مشارکتی و پویاست. در صورت بروز احساساتی مانند تردید، ناامیدی، بی فایده‌گی، یا خشم نسبت به درمان یا درمانگر، ضروری است این موارد را در فضای جلسه مطرح کنید. این گفت‌وگوها بخشی طبیعی از فرآیند درمان هستند و می‌توانند به درک عمیق‌تر خود و رابطه درمانی کمک کنند.

ب) جلسات حمایتی و خارج از برنامه

در شرایط خاص (مانند بحران‌های روانی، تصمیم‌گیری‌های مهم، یا نیاز به بررسی بیشتر یک موضوع)، امکان برگزاری جلسه خارج از برنامه هفتگی وجود دارد. لطفاً این درخواست را در اسرع وقت با من یا منشی هماهنگ‌کننده در میان بگذارید تا در صورت امکان زمانی برای آن در نظر گرفته شود.

ج) عدم پاسخ‌گویی به پیام‌ها و همکاری در برنامه‌ریزی

درمان مؤثر نیازمند همکاری فعال در زمان‌بندی جلسات است. در صورت تکرار بی‌پاسخ‌گذاشتن پیام‌های هماهنگی یا عدم همکاری در تعیین وقت، درمانگر مجاز است درمان را متوقف کرده یا مراجع را از حالت فعال خارج کند.

د) پایان درمان

پایان درمان نیز مانند آغاز آن نیازمند آمادگی روانی و جمع‌بندی مناسب است. در صورت تصمیم برای قطع درمان (چه از سوی مراجع و چه از سوی درمانگر)، توصیه می‌شود حداقل یک جلسه برای بررسی مسیر طی‌شده و تصمیم‌گیری آگاهانه برگزار شود. در مواردی که ادامه درمان به دلایلی مانند بیماری، مهاجرت، یا ملاحظات اخلاقی ممکن نباشد، در صورت تمایل شما، تلاش خواهد شد درمانگر یا مرکز جایگزینی معرفی شود.

روان‌درمانگر:

دکتر مائده آقائی‌پور، دکترای تخصصی روان‌شناسی بالینی

امضاء:

نام و نام‌خانوادگی مراجع:

امضاء: