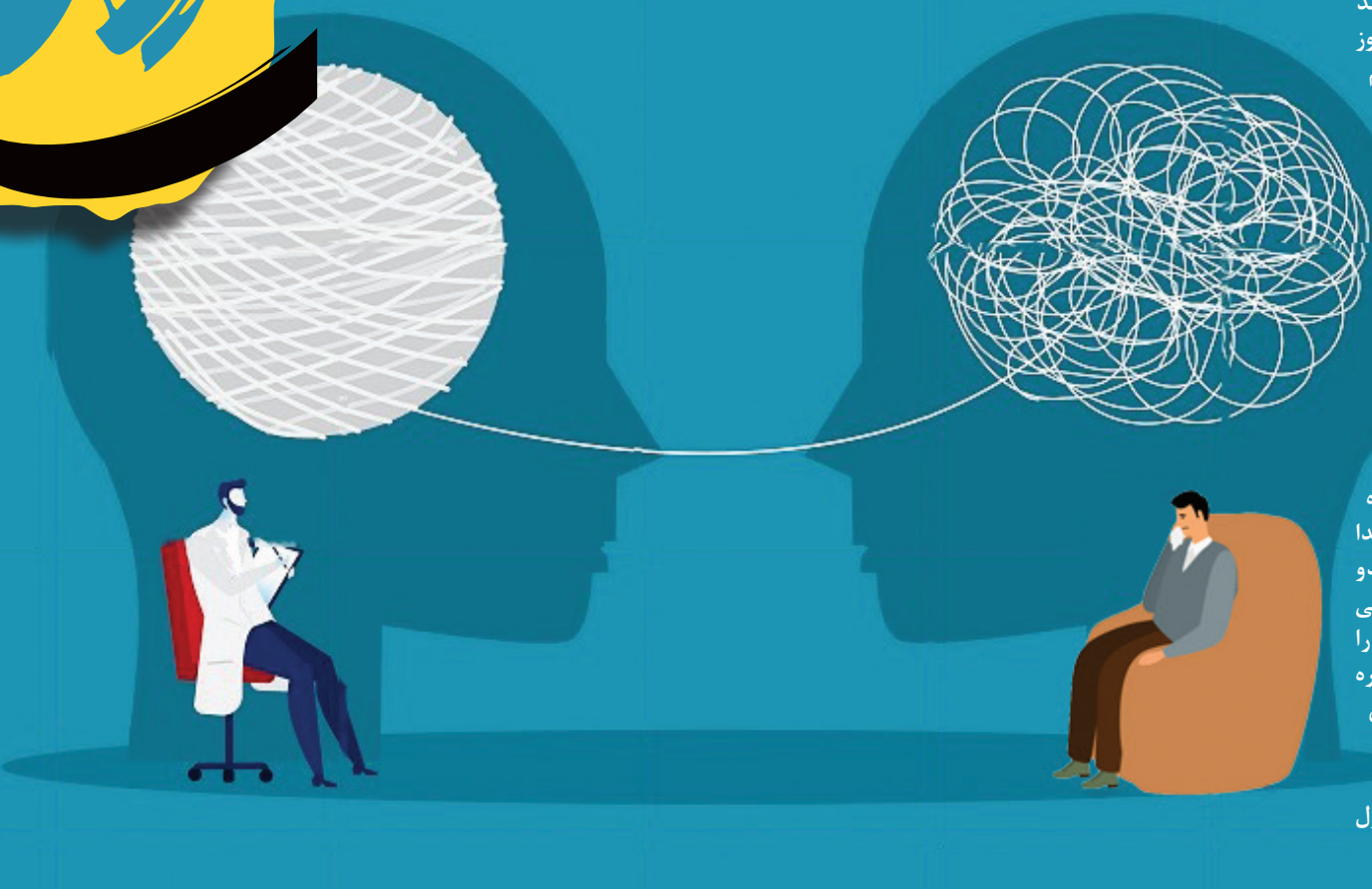


# یک روز در خدمت روان!

**در روز جهانی روان شناس که متأسفانه خدمات گران آن تحت پوشش بیمه نیست با چند نفر از مشهور ترین متخصصان حوزه روان در ایران آشنا می شویم**

مناسبت های تقویمی، بهانه های خوبی هستند برای کسب اطلاع و آگاهی. ماه ۲۹ آوریل روز جهانی روان شناس و مشاور را غنیمت شمرده ایم که با هم درباره روان شناسی بیشتر حرف بزنیم. حالا خوشبختانه کمتر کسی درباره اهمیت علوم روان و لزوم کمک گرفتن از متخصصان این حوزه، جند و چون می کند. تا چند سال پیش، مراجعه به روان شناس، انگي بود که باید از دید دیگران پنهان می ماند ولی الان ضرورتی است که بدون ترس و خجالت به یکد یگر توصیه اش می کنیم. کمی قبل تر راهی برای شناخت در مانگر خوب و بد بلد نبودیم ولی الان رسانه ها و مراجع آکادمیک، کم و بیش به کمک مان آمده اند. در گذشته در مانگران بی صلاحیت و غیر معتبر، نقش اساسی در بی اعتمادی و بی رغبتی عمومی به روان شناسان و روان پزشکان داشتند ولی الان تجربیات بد، باعث نمی شود قید کمک گرفتن از متخصصان روان را بزنیم. حالا می دانیم که در حوزه روان شناسی و روان پزشکی مثل همه تخصص های دیگر، آدم ناشی پیدا می شود. همان طور که یک پزشک بد ما را از علم طب، ناامید نمی کند و بالشتباه یک معلم درس و تحصیل را کنار نمی گذاریم. اشتباهات بعضی در مانگران را هم به پای همه ضا غلان این رشته نمی نویسیم و خود را بی نیاز از کمک آن ها نمی دانیم. در این پرونده اطلاعات مان را درباره روان شناسی افزایش می دهیم تا راحت تر بتوانیم در مانگر حرفه ای را از غیر حرفه ای تشخیص بد هیم؛ همچنین با چند در مانگر مشهور ایرانی بیشتر آشنا می شویم. شایان ذکر است که بیمه شدن خدمات گران روان شناسی، ضرورتی است که تا امروز مغفول مانده و باید فکری به حال آن بشود.

### پرونده



## از افشین یداللهی پر احساس تا دکتر افروز دوست داشتنی

**مروری بر کارنامه و زندگی چند چهره حوزه روان شناسی که از طریق رسانه های جمعی آن ها را می شناسیم**

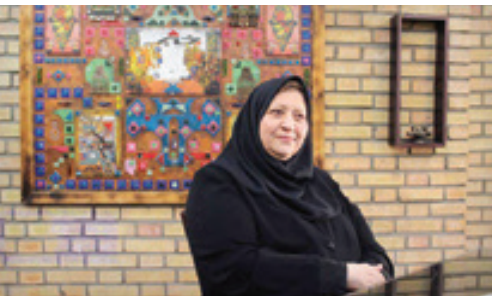
اسم های بزرگی مثل علی محمد کار دان، علی اکبر سیف، پریخ دادستان و کسان دیگر که پشت صحنه روان شناسی امروز ایران را ساخته اند، چیزی نشنیده اید. ضمن ادای احترام به پایه های علوم روان کشور، در ادامه با تعدادی از چهره های سرشناس این حوزه آشنا می شوید و در خالاش نکاتی در باره روان شناسی و روان پزشکی خواهید خواند.

### افشین یداللهی | روان پزشک و شاعر

مر حوم «افشین یداللهی» با تارانه هایش شناخته می شود ولی طرفدارانش می دانند که او در رشته روان پزشکی تحصیل کرده و مشغول به کار بود. یداللهی، متولد اصفهان و ساکن تهران، در زندگی کوتاه ۴۸ساله اش در هر دو حوزه فعالیت اش، حسن شهرتی برای خود رقم زد. تعدادی از خاطره انگیزترین آثار خوانندگان مطرحی مثل «احسان خواجه امیری»، «علیرضا قربانی» و «محمد اصفهانی» از ذهن یداللهی تراوش کرد و اقدامات آکادمیک مهمی مثل تأسیس گروه روان شناسی بالینی در دانشگاه شهید بهشتی را او به انجام رساند. مرکز مطالعات فرهنگ، هنر و سلامت در زمان دکتر یداللهی شکل گرفت و تیتراژسریال هایی مثل «مدار صفر درجه»، «شب دهم» و «میوه ممنوعه» به لطف تسلط او بر زبان ادبیات فارسی، ماندگار شد. بعضی معتقدند موفقیت یداللهی در شاعری، مدیون شناخت او از عواطف و احساسات انسانی است و به اعتقاد عده ای موفقیت اش در در مانگری، با روحیه شاعرانه و درکش از بزنگاه های عاطفی انسانی، بی ارتباط نبوده است. دست به قلم بر بدن متخصصان حوزه درمان اتفاق رایجی است. وقتی کارلدهای این رشته به نوشتن روی می آورند، در حوزه ادبیات داستانی به ظهور استعداد های درخشان منجر می شود؛ مثل «اولگاتوکارچوک» لهستانی؛ و در تالیفات غیر داستانی هم آثار مفیدی پدید می آید مثل مجموعه کتاب های خودیاری «دکتر علی صاحبی». حضور ناگزیر روان شناسان انگیزشی با محتوای غیر علمی و عامه پسندان، وجه دیگر پیوند بین علوم روان و نوشتن است که روان شناسی علمی را تهدید می کند. یکی از راه هایی که می توانید تالیفات روان شناسی زرد را تشخیص بدهید، وعده های غیر منطقی آن هاست که از عنوان کتاب ها هم به سادگی قابل تشخیص است: «کسب موفقیت / ثروت / شهرت در چند دقیقه و چند گام!»، افشین یداللهی از معدود کسانی بود که کارش را در هر دوزمینه مورد علاقه اش یعنی روان پزشکی و تارانه سرائی با جدیت پیگیری می کرد. تشکیل جلسات «خانه ترانه» به همت او، فرصت نادری بود برای تعامل ترانه سریان و آهنگ سازان و خواننده ها با یکدیگر.



### سیما فردوسی | روان شناس



دکتر سیما فردوسی در دهه هفتاد و هشتاد یکی از ستاره های تلویزیون در حوزه آموزش سلامت روان و روان شناسی بود که در بسیاری از برنامه های خانواده محور صدا و سیما به عنوان کارشناس حضور داشت. کارشناسی که مقابل دوربین با آرامش، تکنیک هایی را به خانواده ها برای زندگی بهتر و ارتباط مناسب والد و کودک بانوجوان آموزش می داد و به قول خودش تا امروز با سه نسل از ایرانی هاسرو کله زده است. او متولد سال ۱۳۳۲ در کرمان، دانش آموخته کارشناسی روان شناسی از دانشگاه شهید بهشتی و دارای کارشناسی ارشد و دکتری از کشور انگلیس است. فردوسی در باره دلایلش برای انتخاب این رشته تحصیلی گفته: «از ابتدا به این رشته، آدم ها و مسائل آن ها علاقه داشتم. دوست داشتم که همواره با آدم ها باشم، خانواده در انتخاب تاثیر نداشت اما پدرم در تحصیلات و ادامه دادن آن همیشه مشوق بوده است.» البته عده ای از کارشناسان بعضی از صحبت های او را به خصوص در همان دورانی که در تلویزیون حاضر می شد، مورد انتقاد قرار می دادند و بر اساس پژوهش های معتبر روان شناسی نمی دانستند. با این حال، خانم فردوسی همچنان و به بهانه های مختلف با سایت ها، مجلات و ... در باره دغدغه هایش از زنگ خطر هادر حوزه سلامت روان گفت وگومی کند.

### محمد رضا سرگلزایی | روان پزشک

دکتر «محمد رضا سرگلزایی» نزد عموم مردم با یادداشت ها، مصاحبه های مطبوعاتی و ویدئوهای آموزشی اش در فضای مجازی، شناخته می شود و دانشجویان علوم روان از طریق تالیفات و کارگاه های آموزشی اش او را می شناسند. دکتر سرگلزایی سال ۴۹ در استان سیستان و بلوچستان متولد شد. دوران نوجوانی او مصادف می شود با جنگ تحمیلی و پایان جنگ، همزمان با ورودش به دانشگاه. سال ۶۷ در دانشکده اهدان، تحصیل در رشته پزشکی را آغاز می کند و هفت سال بعد به عنوان پزشک مشغول به کار می شود. سال ۷۶ اما با قبول شدن در دوره تخصصی روان پزشکی، مسیر حرفه ای اش را به سمت علوم اعصاب و روان تغییر می دهد. خب حالا فرصت خوبی است که تفاوت دو حرفه روان شناسی و روان پزشکی را با هم مرور کنیم. روان پزشک ها مثل دکتر سرگلزایی در درمان بیماری های روان، سابقه های جسمی را در نظر می گیرند. مثلاً ممکن است مراجع را پیش از هر چیز برای انجام آزمایش های پزشکی به آزمایشگاه ر جاع بدهند؛ به این دلیل که بعضی پیامدهای روان شناختی ممکن است علت فیزیکی داشته باشد. روان پزشک ها همچنین بر خلاف روان شناس ها می توانند دارو تجویز کنند یا دستور به بستری بدهند اما معنی اش این نیست که متخصصان این دورشته از لحاظ صلاحیت امتیازی نسبت به یکدیگر دارند؛ بلکه گویای تفاوت حرفه ای آن هاست که البته در بسیاری مواقع مکمل یکدیگرند. مثلاً در درمان بعضی اختلالات مانند افسردگی، اختلالات اضطرابی و اختلالات شخصیت، هر دودورش دارو و روان درمانی مورد نیاز است. دکتر سرگلزایی غیر از آن چه گفته شد، در حوزه فلسفه و علوم اجتماعی هم دستی بر آتش دارد و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد است. اولین کلینیک ترک اعتیاد به الکل در مرکز ملی مطالعات اعتیاد دانشگاه علوم پزشکی تهران به همت او راه اندازی شد.



### دکتر غلامعلی افروز | روان شناس کودکان استثنایی



دکتر «غلامعلی افروز» نزد غالب جامعه با مصاحبه های رادیویی و تلویزیونی اش شناخته و اسمش برای محصلان و مدرسان علوم روان با سازمان نظام روان شناسی تداعی می شود که دو دوره ریاست آن را بر عهده داشت. دکتر افروز سال ۱۳۲۹ در تهران متولد و سال ۱۳۴۸ در رشته روان شناسی وارد دانشگاه تهران شد. اواخر سال ۱۳۵۲ با بورس تحصیلی دانشگاه تهران دوره کارشناسی ارشد و دکتری روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی را در دانشگاه ایالتی میشیگان آمریکا با کسب رتبه ممتاز به پایان رساند و به عنوان نخستین دانش آموخته ایرانی در این رشته موفق به اخذ درجه دکتر اشد. چهره ماندگار روان شناسی ایران و برنده جایزه ویژه سازمان بهداشت جهانی شده و تأسیس سازمان آموزش و پرورش استثنایی ایران و کانون دانش آموزتگان و دانش پژوهان کودکان استثنایی کشور تعدادی از اقدامات و دستاوردهای دکتر افروز است. به این بهانه، خوب است کمی با نظام روان شناسی آشنا شویم. صدور پروانه اشتغال و پروانه تأسیس مراکز روان شناسی، وظیفه این سازمان است. در سایت سازمان، اسامی روان شناسان و مشاوران دارای پروانه اشتغال حرفه ای و همچنین مراکز مشاوره دارای پروانه، به تفکیک فهرست شده است و شما می توانید با جست و جو کردن نام کسانی که به عنوان در مانگر فعالیت می کنند، از مجوز داشتن یا نداشتن آن ها مطلع شوید. عضویت در نظام روان شناسی مشروط به داشتن حداقل مدرک کارشناسی ارشد است پس دانش آموزتگان مقطع کارشناسی، صلاحیت درمان ندارند. مدرک تحصیلی امانتها شرط در مانگری نیست. یک در مانگر خوب باید تجربه کافی داشته و به اصول اخلاق حرفه ای پایبند باشد. برای تشخیص این مسائل به تخصص روان شناسی نیاز ندارید. شما در جلسات اولیه می توانید تشخیص بدهید که با در مانگر ماهر و اخلاق مداری مواجه هستید یا باید روند درمان را با شخص دیگری ادامه بدهید. در ادامه با اخلاق در روان شناسی و اتفاقات درست و غلط در اتاق درمان آشنا می شویم.

### فرشته موتابی | روان شناس بالینی

دکتر «فرشته موتابی» امخاطبان جدی تلویزیون از گذشته تا امروز با برنامه هایی مثل «هزار افرشته» و «حال خوب» می شناسند. هزار افرشته سال ۸۱ با رویکردی روان شناسانه روی آنتن رفت و از حضور چهره های آکادمیک برجسته ای مثل دکتر موتابی و دکتر «لادن فتی» بهره برد و خیلی زود به یکی از موفق ترین آثار آموزشی رسانه ملی بدل شد. دکتر موتابی، دانش آموخته دکتری روان شناسی بالینی از دانشگاه علوم پزشکی و توان بخشی و عضو هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی است. عمده فعالیت های پژوهشی و درمانی او در حوزه زوج و خانواده است. بد نیست به این بهانه، با مفهوم تخصص در روان شناسی هم کمی آشنا شویم. روان شناس ها بر خلاف روان پزشک ها با ادامه تحصیلات آکادمیک شان در مقاطع کارشناسی ارشد و دکتر ا، گرایش های متفاوتی تخصص می گیرند؛ درست مثل پزشک ها که شما می دانید برای هر در دو مشکلی باید به کدام شان رجوع کنید. روان انسان در پیچیدگی، دست کمی از بدن ندارد؛ برای همین هم هست که روان شناس هادر حوزه های متعددی مثل روان شناسی تحصیلی، تربیتی، صنعتی، کودک و ... آموزش می بینند. یکی از این حوزه های تخصصی که شاید کمتر به گوش تان خورده باشد، «زوج درمانی» است که به حل تعارضات در رابطه با شریک زندگی و شریک عاطفی می پردازد. نتیجه مهمی که از این توضیحات بر می آید، آن است که وقتی روان شناسی خودش را در چندین حوزه بی ارتباط با هم متخصص معرفی می کند، باید به او دانش شک کنیم. همان طور که اگر کسی ادعا کند همزمان چشم پزشکی و متخصص ارتوپد و دکتر زنان است، به او مراجعه نمی کنیم. دکتر موتابی علاوه بر کار درمان، در حوزه حرفه ای خود صاحب تالیفاتی است و چندین سمت اجرایی را هم بر عهده داشته است؛ از جمله عضو هیئت موسس انجمن روان شناسی بالینی ایران و عضو کمیته کشوری بهداشت روان وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.



ZENDEGI - SALAM

**ضمیمه روزنامه خراسان**

پنج شنبه • ۹ اردیبهشت ۱۴۰۰  
۱۶ رمضان ۱۴۴۲ • ۲۹ آوریل ۲۰۲۱  
شماره ۳۰۶۴۸

۱۸۶۸

## اخلاق حرفه ای

## در روان شناسی

**وظایف در مانگر و حقوق در مانجو در جلسات درمان چیست؟**

همان طور که گفتیم تصور و مواجهه عمومی با روان شناسی در سال های اخیر، متحول شده است. با وجود این، آگاهی عمومی در این زمینه همچنان نیاز مند ارتقا ست. ما به عنوان در مانجو حقوقی داریم که باید در جلسه درمان رعایت شود. این حقوق برای در مانگران تحت عنوان اصول اخلاقی تعریف می شود. در ادامه مطلب با تعدادی از آن ها آشنا می شویم.

**۱ | رازداری آن چه در جلسات درمان می گذرد، محرمانه است.** در مانگر باید در جلسات ابتدایی با شما درباره حدود رازداری حرف بزند؛ یعنی به شما اطمینان بدهد که شونده قابل اعتمادی است و از طرف دیگر راجع به شرایطی که ممکن است رازداری را خدشه دار کند، به شما اطلاعات بدهد. در مواقع ویژه ای، رازداری که پایه اخلاقی درمان است، می تواند حتی باید نقض شود؛ مثلاً وقتی معلوم شود در مانجو ممکن است به خودش یا دیگران آسیب وارد کند.

**۲ | شفافیت و مسئولیت پذیری** در ست است که در مانجو به احتمال زیاد پیش از رجوع به در مانگر درباره او اطلاعاتی به دست آورده است، با این حال در مانگر موظف است در جلسات ابتدایی درمان راجع به رشته، مدرک تحصیلی و تخصص اش با مراجع حرف بزند. همچنین اطلاعاتی کلی درباره روند درمان، طول مدت هر جلسه و کلیتی از تعداد جلسات درمان در اختیار مراجع قرار بدهد. یک در مانگر خوب به شما می گوید که تمام فرایند درمان بر عهده او نیست و راجع به نقش شما در این فرایند، برای تان توضیح می دهد.

**۳ | ممنوعیت رابطه غیر حرفه ای** روان شناس ها و روان پزشک ها اجازه ندارند هیچ ارتباطی غیر از ارتباط مراجع -در مانگر با در مانجو های شان برقرار کنند. رابطه کاری، دوستانه، جنسی، آموزشی و هر نوع ارتباط دیگری در اتاق درمان غیر مجاز است. اگر در مانگر شما از این محدوده فراتر رفت، شما حق دارید به جلسات درمان خاتمه بدهید و از طریق قانونی تخلف او را پیگیری کنید.

**۴ | ارجاع** در شرایطی لازم است در مانگر، مراجعش را به متخصص دیگری ارجاع بدهد. مثلاً وقتی تخصص او با آن چه در مانجو برای درمان نیاز دارد، همخوان نیست یا وقتی متوجه می شود به دلایلی مثل «انتقال» و «انتقال متقابل»، ادامه دادن در مان به نفع مراجع نیست. انتقال در روان شناسی به این معنی است که مراجع احساسات، خیال پردازی ها و پیش فرض هایش نسبت به دیگری در زندگی اش را به سمت در مانگر جابه جایی کند؛ یعنی مثلاً به طور ناخود آگاه او را مانند مادر خود می بیند. انتقال متقابل وقتی است که این اتفاق از سوی در مانگر در برابر در مانجو رخ می دهد.

**۵ | سودمند ی** هر گفت وگو، تمرین و بحثی که در اتاق درمان انجام می شود، باید مشخصاً با هدف فایده رساندن به مراجع باشد. در مانگر حق ندارد ارزش ها و باورهای خود را در فرایند درمان، وارد و مراجع را به پذیرش آن ها وادار کند. اساساً هیچ نوع اجباری در جلسات درمان پذیرفته نیست. در مانگر اجازه ندارد برای مراجع تعیین تکلیف کند بلکه تنها باید به او در پیدا کردن بهترین راه ممکن برای حل مسائش، کمک کند؛ و در این راهنمایی و همراهی صرفاً از اطلاعاتی استفاده کند که مراجع در اختیارش قرار می دهد نه بر مبنای حدس و گمان.

**۶ | احترام** در مانگر باید وقت شناس باشد؛ جلسات را به موقع شروع و سر وقت، تمام کند. در لحن حرف زدنش، سن، جنسیت و نگرش مراجع را در نظر بگیرد و در نوع خطاب کردن در مانجو، از او اجازه بخواهد. کنایه و طعنه، سرزنش، تحقیر و عصبانیت به هیچ وجه در جلسات درمان پذیرفته شده نیست. در مانگر موظف است به خوبی به حرف های مراجع گوش بدهد، با او تماس چشمی برقرار و واکنش های هیجانی اش را مدیریت کند.

