ԻՆՔՆԱ հզորացում

Ինչպես ընտրել հոգեկան առողջության մասնագետ

BBS
Board of Behavioral Sciences

STATE OF CALIFORNIA
dca
DEPARTMENT OF CONSUMER AFFAIRS

Ընտրությունը ձերն է

Հոգեթերապևտ ընտրելը

Ամուր կապը ձեր հոգեթերապևտի հետ կարևորագույն նշանակություն ունի հոգեկան հիվանդության հաջող բուժման համար: Եթե Կալիֆորնիայում օգտվում եք հոգեկան առողջության ծառայություններից, ապա նախքան հոգեթերապևտ ընտրելը կարող եք առանց կաշկանդվելու տալ որոշ հիմնական հարցեր: Այս գրքույկը պատրաստել է Վարքաբանական գիտությունների խորհուրդը, որպեսզի ձեզ օգնի ընդունել տեղեկացված որոշում:

Հավանական հոգեթերապևտին տրվելիք հարցեր

Նախքան ձեր ընտրությունը կատարելը կարող եք հարցազրույց անցկացնել մի քանի թեկնածուների հետ: Սկսեք հոգեթերապևտին հակիրճ նկարագրելով, թե ինչու եք դիմում հոգեկան առողջության ծառայություններ ստանալու: Այնուհետև հոգեթերապևտից խնդրեք այնպիսի տեղեկություններ, ինչպիսիք են.

- Հոգեթերապևտի ունեցած լիցենզիայի տեսակը (եթե նա դեռ լիցենզավորված չէ, ապա նրա ղեկավարի անուն-ազգանունը և լիցենզիայի տեսակը):
- Հոգեթերապևտն ունի՞ արդյոք փորձ՝ բուժելու այնպիսի խնդիրներ, որոնք նման են ձեր ունեցած խնդիրներին:
- Ձեր իրավիճակին առնչվող ինչպիսի՞ հատուկ վերապատրաստում է անցել հոգեթերապևտը:
- Ինչպե՞ս և ե՞րբ է որոշվում բուժման տևողությունը:
- Հոգեթերապևտը կիրառո՞ւմ է արդյոք բուժման որոշակի «մոդել», և եթե այո, ապա այդ բուժման հակիրճ նկարագրությունը և ինչ է դա ներառում:

Շարունակությունը՝ 2-րդ էջում

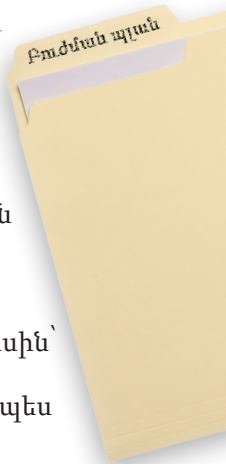
Հավանական հոգեթերապևտին տրվելիք հարցեր, 1-ին էջի շարունակությունը

- Ունի՞ նա դատաբժշկական պրակտիկայի փորձ (այս հարցը վերաբերելի է միայն այն դեպքում, երբ դուք կարիք ունեք ծառայությունների՝ դատական գործի պատճառով, օրինակ, երեխայի խնամակալության վեճի):
- Հոգեթերապևտն ընդունո՞ւմ է ձեր ապահովագրությունը, և եթե ոչ, ապա՝ թերապիայի մեկ տեսակցության արժեքը: Եթե գինը մատչելի չէ, կարող եք հարցնել, թե նա առաջարկո՞ւմ է փոփոխվող գների սանդղակ:
- Եթե կարող է լինել դեղորայքի անհրաժեշտություն, նա կարո՞ղ է ձեզ ուղեգրել հոգեբույժի կամ այլ բժշկի:
- Հոգեթերապևտը կարո՞ղ է հարմարվել ձեր ժամանակացույցին՝ թերապիայի տեսակցություններ նշանակելու համար:
- Ինչպիսի՞ն են տեսակցությունները չեղարկելու, արձակուրդի ժամանակ հոգեթերապևտին փոխարինելու և տեսակցությունների միջև ընկած ժամանակահատվածում հեռախոսազանգերի ընթացակարգերը:

Ընդունման և գնահատման գործընթացը

Ընդունման և գնահատման գործընթացը սովորաբար բաղկացած է մեկից երեք հանդիպումից, որոնց ընթացքում դուք զրուցում եք ձեր հոգեթերապևտի հետ ձեր ներկա վիճակի և կարիքների մասին: Այդ ընթացքում քննարկվում են նաև ձեր անհատական և ընտանիքի պատմությունները: Հոգեթերապևտը պետք է քննարկի ապահովագրության և վճարների, առանձնության, գաղտնիության սահմանների հարցերը: Այդ հանդիպումները պետք է ձեզ լավ պատկերացում տան ձեր հոգեթերապևտի աշխատառճի մասին և արդյո՞ք նա համապատասխան է ձեր կենսագրությանը (կենսափորձին, գիտելիքներին, կրթությանը), անհատականությանը, կլինիկական կարիքներին և նպատակներին: Եթե հոգեթերապևտի աշխատառճը ձեզ այնքան էլ չի գոհացնում, կարող եք մեկ այլ հոգեթերապևտ փնտրել: Ձեր հոգեթերապևտի հետ անկաշկանդ զգալը շատ կարևոր է ձեր բուժման հաջողության համար:

Բուժման պլան



Գնահատման գործընթացի վերջում ձեր հոգեթերապևտը պետք է ձեզ տա նախնական ախտորոշում և առաջարկի բուժման պլան: Բուժման պլանը պետք է ներառի առաջարկություն տեսակցությունների և այլ ծառայությունների ուղեգրումների քանակի վերաբերյալ, որոնք ձեզ կարող են անհրաժեշտ լինել ձեր խնդիրներն արդյունավետ կերպով լուծելու համար (օրինակ, ուղեգրում դեղորայքի համար, ուսման մեջ խնդիրներ ունեցող երեխայի թեստավորում և այլն): Դուք և ձեր հոգեթերապևտը պետք է աշխատեք միասին՝ ձեր բուժման ծրագիրը կազմելու համար: Թերապիան մի գործընթաց է, որը պահանջում է ժամանակ և ջանքեր՝ ինչպես ձեզնից, այնպես էլ ձեր հոգեթերապևտից:

Հաճախորդի իրավունքները

Դուք՝ որպես հաճախորդ, իրավունք ունեք.

- Խնդրելու և ստանալու տեղեկություններ հոգեթերապևտի մասնագիտական կարողությունների, այդ թվում՝ լիցենզիա ունենալու, կրթության, վերապատրաստման, մասնագիտական փորձի, մասնագիտական ասոցիացիայի անդամակցության, մասնագիտացման և սահմանափակումների վերաբերյալ:
- Արժանապատիվ և հարգալիր վերաբերմունքի:
- Ապահով միջավայրի, որը զերծ է սեռական, ֆիզիկական և հուզական բռնությունից:
- Հարցեր տալու ձեր թերապիայի կամ ձեր բուժծառայություններ մատուցողի այլ ծառայությունների մասին:
- Հրաժարվելու պատասխանել ցանկացած հարցի կամ բացահայտել ցանկացած տեղեկություն, որը նախընտրում եք չբացահայտել:
- Հոգեթերապևտից խնդրելու և ստանալու տեղեկություններ՝ բուժման նպատակների իրագործման մեջ ձեր ունեցած առաջընթացի վերաբերյալ:

Շարունակությունը՝ 4-րդ էջում

Հաճախորդի իրավունքները, 3-րդ էջի շարունակությունը

- Իմանալու գաղտնիության սահմանները և այն հանգամանքները, որոնց դեպքում հոգեթերապևտը օրենքով պարտավոր է տեղեկություններ հաղորդել ուրիշներին:
- Իմանալու՝ կա՞ն արդյոք կան ղեկավարներ, խորհրդատուներ, ուսանողներ կամ ուրիշներ, որոնց հետ ձեր հոգեթերապևտը քննարկելու է ձեր դեպքը:
- Մերժելու բուժման որոշակի տեսակը կամ դադարեցնելու բուժումը՝ առանց պարտավորությունների կամ հետապնդումների:
- Հրաժարվելու էլեկտրոնային ձայնագրությունից:
- Խնդրելու և (մեծ մասամբ) ստանալու ձեր մասին կատարված գրառումների ամփոփագիրը, այդ թվում՝ ախտորոշումը, ձեր առաջընթացը և բուժման տեսակը:
- Հաղորդելու թերապևտի կողմից հակաէթիկական և հակաօրինական պահվածքի մասին:
- Ցանկացած ժամանակ ստանալու երկրորդ կարծիք ձեր թերապիայի կամ հոգեթերապևտի մեթոդների վերաբերյալ:
- Ձեր թղթապանակի պատճենը փոխանցել տալու ձեր նախընտրած ցանկացած հոգեթերապևտի կամ գործակալության:

Հոգեկան առողջության մասնագետները Կալիֆորնիայում

Կան հոգեկան առողջության մեծ թվով, տարբեր տեսակի լիցենզավորված մասնագետներ: Կալիֆորնիայում նրանք կարգավորվում են տարբեր գործակալությունների կողմից: Խորհուրդ կտայինք տեղյակ լինել նրանց բոլորի մասին, որպեսզի կարողանաք ընդունել տեղեկացված որոշում:

Նախքան ձեր առաջին այցը ստուգեք ձեր ընտրած հոգեկան առողջության մասնագետի լիցենզիան: Ներկայացնում ենք հոգեկան առողջության մասնագետների տեսակները, նրանց լիցենզավորող գործակալությունները և նրանց կոնտակտային տվյալները.

Շարունակությունը՝ 5-րդ էջում

Հոգեկան առողջության մասնագետները Կալիֆորնիայում, 4-րդ էջի շարունակությունը

Լիցենզիայի որոնում

Ամուսնության և ընտանիքի հարցերով լիցենզավորված հոգեթերապևտներ, ամուսնության և ընտանիքի հարցերով կրտսեր հոգեթերապևտներ

Վարքաբանական գիտությունների խորհուրդ
(916) 574-7830
www.bbs.ca.gov

Լիցենզավորված կլինիկական սոցիալական աշխատողներ, կրտսեր կլինիկական սոցիալական աշխատողներ

Վարքաբանական գիտությունների խորհուրդ
(916) 574-7830
www.bbs.ca.gov

Լիցենզավորված մասնագետ կլինիկական խորհրդատուներ, կրտսեր մասնագետ կլինիկական խորհրդատուներ

Վարքաբանական գիտությունների խորհուրդ
(916) 574-7830
www.bbs.ca.gov

Լիցենզավորված հոգեբաններ, հոգեբանի օգնականներ, գրանցված հոգեբաններ

Վարքաբանական գիտությունների խորհուրդ
(916) 574-7720
www.psychology.ca.gov

Հոգեբույժներ

Կալիֆորնիայի բժշկական խորհուրդ
(800) 633-2322
www.mbc.ca.gov

Հոգեբույժի տեխնիկական օգնականներ

Միջին մասնագիտական կրթությամբ բուժքույրերի և հոգեբույժի տեխնիկական օգնականների խորհուրդ
(916) 263-7800
www.bvnpt.ca.gov

Հոգեբուժական-հոգեկան առողջության բուժքույրեր

Գրանցված բուժքույրերի խորհուրդ
(916) 322-3350
www.rn.ca.gov

Լիցենզավորված կրթական հոգեբաններ

Վարքաբանական գիտությունների խորհուրդ
(916) 574-7830
www.bbs.ca.gov

Ինչպե՞ս գտնեմ հոգեթերապևտ իմ տարածքում

- Ինտերնետային որոնողական համակարգերը կարող են ձեզ օգնել ձեր տարածքում գտնել հոգեթերապևտներ կամ կլինիկաներ: Փորձեք որոնել «(ձեր քաղաքը/վարչաշրջանը) ցածրածախք հոգեկան առողջության ծառայություններ» կամ «(ձեր քաղաքը/վարչաշրջանը) հոգեկան առողջության հոգեթերապևտներ»:

- Ռեսուրսների և ուղեգրումների համար զանգահարեք 2-1-1 կամ այցելեք www.211.org:
- Այցելեք www.namica.org և որոնեք «Հոգեկան հիվանդություններ ունեցողների աջակցման ազգային դաշինքի» (National Alliance on Mental Illness) ձեր տեղական մասնաճյուղը:
- Այցելեք «Հոգեկան առողջությունը Ամերիկայում» (Mental Health America) կազմակերպության կայքը՝ www.mentalhealthamerica.net/finding-help:

Եթե ունեք առողջության ապահովագրություն, պարզեք, թե ձեր պլանը հոգեկան առողջության ինչպիսի ծառայություններ է ներառում (օրինակ, ստացիոնար, ամբուլատոր կամ թմրամիջոցների չարաշահում): Առողջության ապահովագրության շատ ծրագրերում օգտագործվում է կառավարվող խնամքի որևէ ձև, ինչպիսին է առողջության պահպանման կազմակերպությունը (HMO): Լրացուցիչ տեղեկությունների համար զանգահարեք ձեր ապահովագրական ընկերություն, կարդացեք ձեր «Ապահովագրության ծածկույթ» գրքույկը կամ այցելեք ձեր առողջապահական պլանի վեբկայք:

Եթե չունեք առողջության ապահովագրություն, կամ եթե ձեր ապահովագրությունը չի ներառում հոգեկան առողջություն, միևնույն է, կարող եք բուժում ստանալ: Հոգեկան առողջության համայնքային ծրագրերն առաջարկում են ցածրածախք վճարներ կամ փոփոխվող գների սանդղակ (եկամտի վրա հիմնված): Այնուամենայնիվ, դուք գուցե ստիպված լինեք կատարել որոշ որոնումներ՝ այդ ծառայությունները գտնելու համար:

Հեռավար բուժծառայություններ (առցանց կամ հեռախոսային թերապիա)

Հոգեկան առողջության մասնագետները կարող են որոշակի պայմաններում առաջարկել թերապիայի տեսակցություններ առցանց, հավելվածի, տեքստային հաղորդագրությունների միջոցով կամ հեռախոսով: Թեև հեռավար բուժծառայությունները ոչ բոլոր իրավիճակների համար են իդեալական, սակայն դա բուժումը հասանելի է դարձնում նրանց համար, ովքեր այլ կերպ չեն կարողանա կամ չեն ցանկանա ստանալ հոգեկան առողջության խնամք: Ցանկացած հոգեթերապևտ, որը հեռավար բուժծառայություններ է տրամադրում Կալիֆորնիայում բնակվող հաճախորդին, պետք է լիցենզավորված լինի Կալիֆորնիայում: Հոգեթերապևտից պահանջվում է բացահայտել ծառայությունների գինը, ինչպես և ում պետք է վճարել, գաղտնի հաղորդակցություն ապահովելու համար օգտագործվող մեթոդները, ինչպես նաև հեռավար կերպով թերապիա ստանալու ռիսկերն ու օգուտները:

Ուրիշ որտե՞ղ կարող եմ գտնել տեղեկություններ

Կառավարվող առողջապահության վարչությունը, Ապահովագրության վարչությունը և Հիվանդների փաստաբանների գրասենյակը կարող են պատասխանել ձեր առողջության պահպանման պլանին վերաբերող հարցերին: Լրացուցիչ տեղեկությունների համար այցելեք նրանց կայքը:

Կառավարվող առողջապահության վարչություն՝
www.dmhc.ca.gov

Ապահովագրության վարչություն՝
www.insurance.ca.gov

Հիվանդների փաստաբանների գրասենյակ՝
www.opa.ca.gov

Վարքաբանական գիտությունների խորհրդի մասին

Մենք ձեզ պաշտպանում ենք տարբեր կերպերով, այդ թվում՝

- Ապահովելով լիցենզավորված մասնագետների բարձր չափորոշիչները՝ կրթության, մասնագիտական փորձի և քննության պահանջների միջոցով:
- Քննելով սպառողների բողոքները և հարուցելով համապատասխան գործեր:
- Ձեզ համար հասանելի դարձնելով արժեքավոր տեղեկատվություններ և ռեսուրսներ:

Բողոք ներկայացնելը

Մենք ուսումնասիրում ենք մեր լիցենզավորված մասնագետների և գրանցողների վերաբերյալ բոլոր բողոքները: Եթե ունեք հարցեր բողոք ներկայացնելու վերաբերյալ, այցելեք մեր կայք՝ www.bbs.ca.gov, կամ զանգահարեք Խորհրդի կիրարկման բաժին (Board's Enforcement Unit)՝ (916) 574-7890:

«Սպառողի բողոք»-ի ձևը և ցուցումները հասանելի են մեր կայքի «Սպառողներ» բաժնում: Այդ ձևերը կարող են ձեզ ուղարկվել նաև ձեր խնդրանքով:

Լրացուցիչ տեղեկությունների համար

Զանգահարեք, գրեք կամ այցելեք մեզ առցանց՝
Վարքաբանական գիտությունների խորհուրդ (Board of Behavioral Sciences)
1625 North Market Blvd., Suite S-200
Sacramento, CA 95834
(916) 574-7830
www.bbs.ca.gov

Պատասխանատվության բացառում: Սույն գրքույկում բովանդակվող հարցերն ու խորհուրդները նախատեսված են սպառողներին ծանոթացնելու հոգեկան հիվանդության բուժման գործում հաճախորդների բնորոշ փորձին: Հոգեկան հիվանդության բուժման հարցում յուրաքանչյուր անհատի փորձը յուրահատուկ է: Այս բրոշյուրի մեջ բերված են միայն առաջարկներ, և բուժման ձեր առանձնահատուկ փորձը կարող է տարբերվել այս նկարագրություններից: Տարբերությունները սպասելի են և անպայմանորեն չեն նշանակում, թե ձեր բուժծառայություններ մատուցողը չի հետևում պատասխանատու բուժման ընթացքին:

BBS

Board of Behavioral Sciences

1625 North Market Blvd., Suite S-200
Sacramento, CA 95834
(916) 574-7830
www.bbs.ca.gov

PDE_20-084-ARM