

## **PRIPOROČILA ZA IZVAJANJE PSIHOANALITIČNE OBRAVNAVE NA DALJAVO** (povzetek in priredba)

Mnogi strokovnjaki s področja duševnega zdravja se bodo v času pandemije virusa COVID-19 zatekli k obravnavi pacientov na daljavo. Mednarodna psihoanalitična zveza (IPA) podpira svoje člane pri varni in učinkoviti obravnavi pacientov. MPZ v pričujočem dokumentu podaja priporočila in tehnično podporo psihoanalitikom za lažjo obravnavo na daljavo.

### **ALI LAHKO OBRAVNAVO NA DALJAVO PONUDIMO VSEM NAŠIM PACIENTOM?**

Analitiki naj se zavedajo, da takšne obravnave niso zmožni vsi pacienti in je lahko zanje nepriporočljiva, tako kot na primer za paciente z zgodnjo ločitveno travmo ali druge travmatizirane paciente. To velja tudi za paciente, s katerimi moramo opraviti pogovore za začetek obravnave (prvi intervjuji), saj zahtevajo taka srečanja skrbno in temeljito oceno pacientovega funkcioniranja in obrambnih sistemov. Prav tako je priporočljivo, da je pred uvedbo obravnave na daljavo pacient(ka) vsaj eno leto v običajni obravnavi. Več priporočil glede tega vprašanja najdete na naslednji povezavi (v angleščini):

[https://www.ipa.world/IPA/en/IPA1/Procedural\\_Code/Practice\\_Notes/ON\\_THE\\_USE\\_OF\\_SKYPE\\_TELEPHONE\\_OR\\_OTHER\\_VOIP\\_TECHNOLOGIES\\_IN\\_ANALYSIS.aspx](https://www.ipa.world/IPA/en/IPA1/Procedural_Code/Practice_Notes/ON_THE_USE_OF_SKYPE_TELEPHONE_OR_OTHER_VOIP_TECHNOLOGIES_IN_ANALYSIS.aspx)

### **O ZAUPNOSTI**

Pravilniki in regulacije zaupnosti se razlikujejo od države do države. Člane MPZ spodbujamo, da poizvedo o lokalnih pravilih in načinih zagotavljanja zaupnosti. V ZDA se denimo zahteva, da uporabljeni telekomunikacijski servis ponuja tudi dokumentacijo o zaupnosti. Več o tem na naslednji povezavi (v angleščini):

[https://www.ipa.world/IPA\\_DOCS/Report%20of%20the%20IPA%20Confidentiality%20Committee%20\(English\).pdf](https://www.ipa.world/IPA_DOCS/Report%20of%20the%20IPA%20Confidentiality%20Committee%20(English).pdf)

Analiza na daljavo se odvija v okvirju, ki utegne biti manj zaseben in varen, v večji meri nepredvidljiv ter pogosteje moten. MPZ opozarja na vpliv, ki ga ima drugačen okvir na analitikove interpretativne funkcije ter zmožnost kontejniranja, še posebej, ker za take pogoje niso bili usposobljeni.

## SPLOŠNE SMERNICE ZA OBRAVNAVO PREKO VIDEA

### PRIPRAVA SKUPAJ S PACIENTOM

Pomembno je, da si s pacientom vzamete čas za pogovor o spremenjenem okvirju. Pogovorite se o morebitnem novem urniku, trajanju seans, kdo bo klical koga, katero tehnologijo boste uporabili za video klice ter o nadomestnem načrtu v primeru zatajitve mrežne povezave. Večina tehničnih priporočil velja za oba, vendar ste vi odgovorni za upravljanje lastnega tehničnega okolja, pacient pa ima pravico, da vašim napotkom sledi ali ne.

### O VAŠI WI-FI POVEZAVI

Za stabilnejšo povezavo je priporočena kabelska povezava (LAN), priključena neposredno k vašemu računalniku. Če taka povezava ni mogoča, se skupaj z vašo napravo čim bolj približajte usmerjevalniku ali vroči točki vašega WI-Fi-ja. Morda boste morali nadgraditi vašo internetno povezavo, da vam bo ta omogočala nemoten prenos videa. Če se vaš klic prekine brez znanega vzroka, povezavo prekinite, spet vzpostavite ter kličite ponovno.



### IZBERITE TIHO, VARNO IN UDOBNO OKOLJE ZA VIDEO KLIC

V primeru, da se ne povezujete iz vaše ordinacije ali pisarne, zagotovite okolje, v katerem bo čim manj motenj. To se zdi samoumevno, a pogosto pozabljamo na lajež psov, glasove naših družinskih članov ter zunanji hrup. Morda se boste za neoviran potek seans morali zakleniti v sobo. Pričakujte nepričakovano! Vedno se poskušajte javljati iz istega okolja.

### **OSVETLITEV, VIDEO IN KAVČ**

Vaša soba naj bo dobro osvetljena, tako da je vaš obraz jasno zaznaven. Priporočamo uporabo LED luči s prilagoditvijo svetilnosti za dnevne ali nočne pogoje. Za vami naj ne bo svetlega okna ali močne luči, saj bo vaš obraz osenčen. Prostor za vami naj bo karseda nevtralen, vsaka dekoracija bo neizogibno sprožala različne fantazije. Obraz naj bo na sredi vaše slike, morda lahko vključite tudi zgornji del telesa. Imejte v mislih, da obrazna mimika in telesne kretnje veliko sporočajo, kar je še posebej pomembno, če je vaša obravnava pred tem potekala na kavču. Nekateri pacienti, ki so vajeni kavča, vas v pogojih obravnave na daljavo ne bodo želeli videti. Če želijo, lahko izklopijo funkcijo videa ali napravo položijo tako, da jih kamera ne bo dosegla. Zagata, ki se lahko pojavi v takem primeru, je, da pacient ne bo opazil, da je povezava prekinjena in bo nadaljeval s pripovedjo.



### **EKRAN NAJ BO FIKSIRAN**

Te težave ni, kadar uporabljate računalnik ali prenosnik. Za ostale naprave premislite o uporabi pripomočkov za pritrnitev in stabilizacijo. Pacientom, ki prihajajo iz drugih kulturnih okolij ali slabo obvladajo jezik, lahko pomagata tako, da uporabite piši-briši tablo in jo po potrebi prikažete pred kamero. V tem primeru preverite, ali slika, ki jo dobiva pacient, ni zrcalna. Nekateri video servisi omogočajo izklop zrcalne funkcije.



## **ZVOK**

Vgrajeni mikrofoni in zvočniki morda ne bodo zagotovili ustrezne kvalitete. Če je le mogoče, uporabite komplet slušalk z mikrofonom in USB priklopom. Za zagotavljanje zasebnosti lahko pacientu(ki) svetujete uporabo slušalk, da zvok ne uhaja izven prostora.



### **OPRAVITE TESTNI KLIC IN SE PREPRIČAJTE, DA VSE DELUJE**

Priporočeno je, da tehnično opremo predhodno preizkusite. Če se na tehniko slabše spoznate, prosite kolega ali družinskega člana, da vam pomaga. Spoznajte se z načini vzpostavljanja in sprejemanja klica ter z nastavitvijo zvoka in slike.

### **OBLECITE SE KOT OBIČAJNO**

Izogibajte se motečim barvam ali prevelikim slušalkam. Oblečila pestrih barv in zapletenih vzorcev se težje umestijo v dano pasovno širino in lahko vplivajo na slabšo kvaliteto prenosa ali slike. Če nosite očala, bodite pozorni na to, da lahko odražajo vaš ekran.

### **DIGITALNE MOTNJE**

Izklopite ali preklopite v stanje spanja vse naprave, ki jih pri klicu ne uporabljate, npr. prenosnike, tablice in telefone. Zaprite vse programe, ki jih pri klicu ne potrebujete. Onemogočite obvestila in klice. Če uporabljate le zvok, položite napravo z ekranom navzdol.

### **NADOMESTNI NAČRT JE VEDNO DOBRODOŠEL**

Včasih povezava odpove. O tej možnosti se pogovorite s svojih pacientom(ko) in se pogovorite o nadomestnem načrtu. Lahko si pomagata s kratkimi tipkanimi sporočili. Nekateri uporabljajo servise kot so WhatsApp ali WeChat, vendar nekatere aplikacije zahtevajo vnos osebnih podatkov, kar nekatere uporabnike moti oziroma jih navdaja z nezaupanjem.

Prevedel in priredil: Bojan Varjačič Rajko