

Vegleiðing til samrøður á netinum

Terapeutiskar samrøður á netinum hava fleiri fyrimunir, men hava eisini ávísar avbjóðingar. Endamálið við hesi vegleiðing er at tryggja, at tú fært so nógv burturúr samrøðuni, sum gjørligt.

Samrøður á netinum eru í trúnaði, á sama hátt sum tá tú situr andlit til andlit við tín viðgera. Hetta merkir, at onki av tí, sum tú sigur, verður sagt víðari. Viðgerin situr í einrúmi og tryggjar sær, at hann/hon ikki verður órógvað/-ur meðan tit tosa. Viðgerin tryggjar sær eisini, at hann/hon hevur ta útgerð, sum skal til, fyri at samrøðan gongur so væl, sum gjørligt.

Tá samrøður verða hildnar á hendan hátt, eigur tú eisini part av ábyrgdini fyri, at samrøðan er í trúnaði, og gongur so væl sum gjørligt. Hetta gert tú soleiðis:

1. Tú skalt helst nýta eina teldu, sum hevur kamera. Hevur tú ikki eina teldu, kann ein fartelesfon við kamera eisini brúkast.
2. Tryggja tær, at tú hevur gott internetsamband.
3. Finn tær einar oyramikrofonir við mikrofon, soleiðis at ljóðið verður so gott, sum gjørligt.
4. Vel tær eitt rúm, har tú ikki verður órógvað/-ur.
5. Tryggja tær, at ongin annar er í rúminum, og ongin annar enn tú hoyrir tað, sum verður sagt.

Hvør samtala varðar í 45 minuttir. Hon byrjar stundisliga ta tíðina, sum avtala er gjørd um. Tað er ábyrgdin hjá viðgerðanum, at fylgja við og siga frá tá ið tíðin er farin. Ber tað ikki til hjá tær at mæta, sig so viðgerðanum frá. Ert tú ikki møttur 15 minuttir eftir avtalaðu tíðina, so er samtalan avlýst. Um tú ikki møttur og ikki sigur frá tryggjar ferðir á rað, so missir tú tína tíð.