

پهريشانيا رهوشتي

پيناښه

پهريشانيا رهوشتي روښهت ل دهمي کارمندان چاقدانا تهنروسني د چوارچوقين مروفايتي دا د زانن كاري دروست چپه، لي نهكارن ب پني وي كاري رهفتاري بكن. پهريشانيا رهوشتي دوښهت ل دهمي يا پيدفي بيت ل سهر كارمندان چاقدانا تهنروسني كو كاركن ب هندك رتيان كو بين ههفدرن ل گهل پرنسيپين وان بين تايهت يان پروفيشنال، لهورا ههستين وان يي خوښگهگرنا تايهت و نهسلي دهينه لاوازكرن.

پهريشانيا رهوشتي دوښهت ل دهمي يا پيدفي بيت ل سهر كارمندان چاقدانا تهنروسني كو كاركن ب هندك رتيان كو بين ههفدرن ل گهل پرنسيپين وان بين تايهت يان پروفيشنال، لهورا ههستين وان يي خوښگهگرنا تايهت و نهسلي

قباره و نارمانجا دوخين مروفايتي (ومك پاندهمان، كارماتين سروشتي و جهنگي) بهرنگاريا پرنسيپ، پابهتد و رهوشتان دكهت، نهوين كو دبه بنه مايتي چاقدانا تهنروسني و ناسنامين پروفيشنال و ههستي رهوشتي يي كارمندان تهنروسني. د فان دوخان دا، داخزا كارمندان تهنروسني دهينهكرن دا كو هلبزارتنين مهال بكن بين كو مملاني پيداكهت دناف بهينا پرنسيپين وان بين تايهت و راستين دوخي وان. دببت هروسا هندك ههلهكفت بهينه پيش كو بين برينداركر بن بو رهوشتي، ژ نهگري كاري وان (بو نمونه، ركرنا ناميرين پشتهفانيا گياني ژ سهر نهخوشهكي و دانانا وان ناميرا ل سهر نهخوشهكي دي) يان كارنهكرن (بو نمونه، نهسركهفتن د پاقركرنهكا كير دا ژ نهگري نهبوونا كهستهيان، كو نهفه ژي دببته نهگري پيدابوونا نيلتيهباتان).

هلبزاردين رهوشتي ههروها پتر نالوزدين ل دهمي ههيوونا داخازين ههفدر بين كاري و خيزاني. ژ بهر چووني بو كاري ب شيوهكي روژانه، نهو نه بنتي خو دكهتد د مهترسيي دا، بهلكو خيزانين خو ژي، وان خيزانين كو دببت زاروك، دانعهمر و كهستين زيده مهترسيدار دنافدا بن. ههستي گونههباريا قورتالبووي، كو نهو ژي لايههكي ترومايتي يه يي كو زور بهلگه ل سهر ههين، و روښهتد د چوارچوقين جهنگي و بين دي دا، ب شيوهكي پيچك جياواز خو دياردكهت د برينداريا رهوشتي دا. كو مفاكرنا ترسي ژ نساخبووني دببت بببته نهگري ههستكرني ب گونههباريا قورتالبووني بهرامبيري في ههمي نازار كيشان و مرني.

سهرهراي وي چهندي كو بيردوza دهسپيكي يا كو بنه مايتي پهريشانيا رهوشتي د دانيت ب شيوهكي مهزن دهيت ژ پهريستارين پروفيشنال بين كو كاردكمن د چوارچوقين خودان ژيدهرين گونجاي دا، لي كارين نوپتر بين كو ديقهتي د داننه سهر نهزموونا كارمندان تهنروسني د چوارچوقين مروفايتي دا، كاري دهر و نواسين لهشكيري و بيروكا برينداريا رهوشتي بكار دئينن ومك بنچينه بو فان كارين نوي. د چوارچوقين مروفايتي دا، ههردو ويروكه بين گريدي نه ب نهزمونين گهلهك كهسان فه، كو بهرهفاني كرينه ژ پيدفيين نهخوشين خو ب شيوهكي روژانه، ل ههمبري نهيمكار و بهرهستين قورسيتين دهرهفيي.

نیشان و سمبوم

ر هفتاري	ههستي و تيگههشتني	جهستايي
<ul style="list-style-type: none"> خودانهپاش ژ لايغنين كاري، يان كاري ب شيوهكي گشتي خوفاكيشانا عاتيفي ژ نهخوشان خوفاكيشانا جفاكي ژ ههفكاران دهست ژ كاركيشان و هيلانا پيشي زيدهبوونا بكار نينانا ماددميان: كحول و دهرمانين ياسايي و نهياسايي رهفتارين نيشاندنا خو و خوكوشتن 	<ul style="list-style-type: none"> لومهكرنا خو شهرمزاري تورهوون و بيزاربوون بي نيراده هزرين داغيركر پهريشانيا روحي لادانا رهوشتي ژدهستدانا ههستكرني ب نهرخي خو نهشيانا لنيورينا خو بيكهسي خهمووكي ههستي گونههباريا قورتالبووي 	<ul style="list-style-type: none"> مانديبوونهكا زيده زهحمتي د خهوتني دا زهحمتي د بهردو اميا خهويدا سهر نيش ليدانين دلي بين ههست يي كري زهحمتي د ههناسداني دا زيدهبوونا گازندهين تهنروسني گشتي



فسینتی پرمستارمکې پزېشکې د پروونی په کو همزا ل سمر کارئ خو همدی ل گهل دانعمرین خودان زه هایممر و جورین دی بین دمیشیایی. دزانیت کو د شیانین وی دایه گوهورینه بکمت، ب نایبمته ژبهر وئ چمندی کو نهو کلینیکا کار لئ دکمت یا د تاخهکې همزار دا و بهشکه ژ سیستمکې تندرستی یئ کو کیم پاره بو دهیته ترخانکرن، و کیم سرچاو دهیته دابینکرن بو کسین دانعمر یان بو چاقدانا تندرستیا پروونی.

و مکو تشتهکې ناسایی د کارئ وی دا، دبیت نهخوشین دمیشیایی زور هار بن یان تا وئ رادئ کو شمروکه بن. نهو تیدگه هیت کو هندک جارن، پندقیه نهف نهخوشه ب شیوهکې جهستی بهینه گرتن ژبو پاراستنا وان بخو، و هروسا بو پاراستنا کسین دی بین نزیک. سمره رای وئ چمندی کو نهو همزا ل سمر کارئ خو ناکمت، لئ ب پروونی تیدگه هیت کو نهف جوړه گرتنه یا پندقیه و د بهر ژومندیا بهر یا نهخوشان دایه. ژ بهر فی چمندی، د کاریت فی بهشی کارئ خو نهجامدهت ب وژدانها پروون، و نر مهتیا وی د وی دهمی دا زی دهر یاز دبیت ل دهما نهخوش دهیته سمر همدان و نارامدبیت.

تشتی پتر فسینتی دلتهنگ دکمت نهو کو هندک جارن همدکارین وی چارچمان بکار دینن دا کو نهخوشان بهیلنه د کورسین وان دا بو دهمژمین دریز د روژ دا، یان دا کو وان بهیلنه سمر نفینن وان ب شفقئ. هندک جارن، وی بخو نهف ریبه یا بکار نینای بو سمر مدیریکنئ ل گهل کسین ژیر چاقدانا وی و بو فی نیکې همدت ب سمر مزاریی دکمت. نهو د وئ باومریی دا یه کو نهف جوړه گرتنه یا دروسته، پرمیشانیی بو نهخوشان پمیدانکمت، و د ترسیت کو دبیت نهف چمنده نهخوشین جهسته لاواز بیخیته د مترسیی دا، ل دهما نهو همولا خو زرگارکنئ د دن ژ فی گرتنئ.

فسینتی فی چمندی دگه هینه سمر پرشتیاریی تیمی خو، کو نهو ژی د وئ باومریی دا یه وهک فسینتی، لئ ناماز ه ب وئ چمندی د دمت کو وان کیماسی د ستافی دا هیمه و نهمارن چاقدیریا گشت نهخوشان بکمن د گشت دهمان دا، و هروسا کو هند دهمان بدست وانا فه نهکفتنه بو سمر مدیریکنای کیمایی ل گهل گشت نهخوشین زیده هار. سمر پرشتیار سوزئ ددهت کو فی چمندی بگه هینه ریقه سمر ریقه سمری. بمخابنیفه، د ماوئ شمش هیمین دویف دا چ گوهورین نهکفتن کاری و نهف رییا گرتنا نهخوشان بهر دوام بو.

بو ماوئ هیقان، فسینتی همدت ب توور بوون و بیزارین کر د همر دهمکی دا کو د دیتی نهخوشان بزافا خو زرگارکنئ د دا، و دهمپنکر ب خودانه پاشئ ژ چوونئ بو ناوچا گشتی یا نهخوشان، دا کو فی چمندی نه بینیت. هروسا خو ددهت پاش ژ همدکارین خو و سمر پرشتی خو، ب نایبمته نهوین بهرا پتر فی تهکنیکې بکار دینن و چارچمان زیده تهنگ کریددن. ب شفقئ د مینیه هشیار ل سمر نفینن خو و همزا ل سمر کارئ خو د فی ناریشی دا دکمت، و گفتوگووین توند بین خو ل گهل سمر پرشت و ریقه سمری خو دوباره دکمت، لئ ل دویمایی همدت ب بیزار بوونئ دکمت ل دهما تیدگه هیت کو چ تشتین گونجای نین بین کو نهو یان سمر پرشت و ریقه سمری وی دکارن بکمن دا کو ناریشی چار سمر کمن. همر دم یئ وهستیایه، یئ همدت همره ل کاری و ل مال، و کیمتر پویته ب کارئ خو دکمت. بهر بهر همدت دکمت کو یئ ب شیوهکې عاتیفی خوف دکیشیت ژ نهخوشین خو. کارئ خو نهجامدهت، لئ ل دهمی نهخوشین وی گزندئ ژ چارچمان دکمن، نهو همزا دیار دکمت بو وان کو وی هاژ وان نینه. همر دم همدت ب گونه هیاریی دکمت ل دهما نهف چمنده رویددهت، لئ هاریکاری وی دکمت روژا خو بدویماهیک بینیت. جار مکی، ل دهمی همدت کمن یئ دهمی قوتابخانی کارهک پیشکیشی فسینتی کری، فسینتی خو هاقیته فی دهلیفی، و وی کاری د هیلیته پشت خو نهوئ د دهمکی دا گلهک همزا ل سمر همدت.

فاکته رین لاواریی



توژین ل سمر پرمیشانیی روشتی دناف بهینا کار مندین تندرستی د چوارچوقین مروقیهتی دا بین سنووردان. لئ توژین ژ چوارچوقین لهشکمری و چوارچوقین چاقدانا تندرستی بین دی، نهف فاکته رین مترسیی بین ل خورای پیشیار دکمن بو پرمیشانیی روشتی:

<p>مترسیهکا مهنتر یا همدی بو پمیدابوونا پرمیشانیی روشتی د وان چوارچوقان دا نهوین کار مندین تندرستی د وئ باومریی دانه کو ریقه سمر و همدکارین وان گرنیکه کیم د دانه سمر ستاندرین چاقدانا نهخوشی و کارکرنا نهخلاقئ. دهما سهقایی نهخلاقئ یئ گشتی یئ ریخراومکې دهیته دینن ژ لایی کار مندین وئ فه کو یئ سسته، مترسیا پمیدابوونا پرمیشانیی روشتی مهنتر لئ دهیت.</p>	<p>سهقایی نهخلاقئ</p>
<p>پرمیشانیی روشتی ب نزیکی فه یا گرنیدایه ب کارایی فه، شیانین بهر فغانیکنئ بو نهخوشان و دوپاتکرنا وئ چمندی کو مافین وان بین پاراستی نه. بو فی مهستی، کار مندین تندرستی بین ب چاف نازار و مرنا نهخوشان دبین، لئ کیم یان چ شیان د دهستی دا نینن بو کارتیکرنی ل سمر بریارن، همدت ب پرمیشانیی روشتی یا مهنتر دکمن. کسایهتیا وان کسین هیزا چفاکی همدی بو کارتیکرنی ل سمر بریارن و سیاسهتان ب شیوهکې بهر چاف دهیته گوهورین ژ چوارچوق بو چوارچوق و ژ ریخراو بو ریخراو. لئ د گلهک حالتان دا، هیزا مهنتر ل دهم همدک</p>	<p>نابوونا کاریگرمی/هیژی</p>

<p>تایه‌مندان (بو نمونه، پزشک و پزشکین دهر وونی)، و هندهک رولین کاری (بو نمونه، ریقه‌بهر و کارگیرین خودان نهمون)، کارمندیین نیکسپات، کسین پیست سپی، و زه‌لامان. دبیت کارمندیین تهنروسیتی بین نه کهفته بن فان ناسانان کیمتر شیان همین بو کارتیکرنی ل سهر چاقدانا نهخوشی و دبیت مهنترسیا پهریشانیا روشتی مهنتر بیت ل سهر وان.</p>	
<p>کارمندیین تهنروسیتی بین خودان ژیبهکی مهنتر یان نهمونهکا دریزتر د کارئ خودا، پتر گازندی ژ پهریشانیا روشتی دکهن، لی توندانیا وئ پهریشانیا وسف ژئ دکهن کیمتره ژ وئ نهما دهیته وسف کرن ژ لایی ههفکارین وان بین گهنجتر و خودان کیمتر نهمون فه. نهف ژئ نامازه ب وئ چهندي د همت کو هندهک جارن کارمندیین تهنروسیتی به‌لانسکی د پاریزن دناف بهینا راستیین چوارچوئی کارئ وان دا، و بهینا روشتیین خو بین کسایهتی و پیشیمی دا. دبیت ههفکارین خودان کیمتر نهمون هس بزاقی بکن ل گهل فان مملانی بین ناخوویی، و ژبهر فی چهندي گازندی ژ پهریشانیهکا توندتر بکن.</p>	<p>ژی</p>
<p>فاکته‌رین نهخوشان ژئ پیشبینین گرنگن بو پهریشانیا روشتی. کارمندیین تهنروسیتی بین کو ب شیوهکی گشتی کار دکهن ل گهل زاروک و مهنزین گهنج، د مهنترسیهکا مهنتر دانه بو پهریشانیا روشتی، ژ وان نهمون کار دکهن ل گهل کسین دانعهمر. هسروسا مهنترسیا په‌دابوونا پهریشانا روشتی یا هسره‌بلنده ل دهمی نهخوشا ناستین بلند همین بین نازارکیشانی و کیم کار هه‌بیت بو وان بهیته کرن دا کو نیشان و پهریشانا وان ره‌معت بیت.</p>	<p>فاکته‌رین نهخوشی</p>
<p>ل دهمی لومه‌کرنا کارمندیین تهنروسیتی ژبهر دهنر نهمون تهنروسیتی بین نه‌باش، ل دویف گوتنا نهخوشان، نهمون خیزانی، ههفکاران، سهر پهریشانیا، نهمون کومله‌گه‌هی، و ل سهر تورین جفاکی و میدیایی، مهنترسیا پهریشانا روشتی ب شیوهکی مهن بلند دبیت.</p>	<p>رولی لومه‌کرئی</p>

ریگرتن و فمگه‌رین

کارین ریخراوی




بهر پرسیار متیا ریگرتن و بهرسفدانا پهریشانا روشتی یا کو په‌یدا دبیت دهم کارمندیین تهنروسیتی ب بهسهکی مهن فه دکه‌فیه سهر چوارچوئی سازبندی بی کو نهف کسه کار تیدا دکهن. کارین باش نه‌قین ل خورئ بخوقه‌گرن:

<p>ناسانکرنا په‌مپدنای ب کله‌تورئ ریخراوی بی کو کارئ نه‌خلاق و چاقدانا ب کوالیتی د نینیه پیش</p>	<p>کله‌تورئ ریخراوی</p>
<p>دویف ریپیدانا بارودوخین مروقیه‌تی، دوپاتکرنا هه‌بوونا کارمندیین تهنروسیتی بو نه‌قین ل خورئ بکه:</p> <ul style="list-style-type: none"> • نامیر و پیدقیین پزشکی بین پیدقی بو دابینکرنا خزمه‌تگوزارین گونجای؛ • نامیرین پیدقی دبی بو دابینکرنا فان جوهره خزمه‌تگوزاریان بی زیده‌بوونا مهنترسیی ل سهر وان و خیزانین وان. 	<p>پیدقی و نامیر</p>
<p>په‌مپدانا پروتوکولین روون بو بهر پرسیار متی و دانا بریاران بین گریدای ب چاقدانا نهخوشی فه، و دوپاتکرئی کو:</p> <ul style="list-style-type: none"> • دانا بریاران ب شیوهکی دروست دهیته بهشکرن • پروتوکولین دانا بریاران دهیته په‌موندیکرن بو، و تیگه‌هستن ژ لایی گشت کارمندان فه. 	<p>پروتوکول</p>
<p>پیدقیه ریقه‌بهر ب شیوهکی چالاک؛</p> <ul style="list-style-type: none"> • چاقدیریا پابه‌ندبوون و هیلانا دروست یا پروتوکولین دانا بریاران بکه‌ت • مملانی بین دهیته ری ژ نه‌گه‌ری بریارین چاقدانا نهخوشان ریقه‌بهر • رابیت ب برینا دهنر بینین گریدای ب لومه‌کرنا دهنر نهمون نهخوشی فه، دهر فهی کمالین نه‌خلاق بین گونجای • دابینکرنا بهیزکر نهکا نهمونی بو پابه‌ندبوونی ب پروتوکولان، بی بهر چاف و مرگرتنا دهنر نهمون نهخوشی. 	<p>پشته‌فانیا ریقه‌بهری</p>

<ul style="list-style-type: none"> ● ل دهما پيدفيڻن پزيرشكي و ٺامير ڪيم ڊبن، داخوآزا بهشداربوونا ڪارمنديني تهنديروستيي بڪه بو ناڦا پروسيين چارسهركرنا ناريشان دا و بربارداني دا؛ 	<p>پهيو مدي</p>
<p>پيشومخت و بهردموام پشتهفانبا عاتيفي پيشڪيش بڪه بو ڪارمنديني تهنديروستيي بين ڪو نهخوش يان همفكارين خو ژدهستداين.</p>	<p>پشتهفانبا عاتيفي</p>

ڪارين تاکهڪهسي:

تتيگههستن و فيربوونا سهردمهريڪرني ل گهل پهريشانا روشتي دهپته هژمارتن وڪ تشتهڪي بنهرتي بو دروستكرنا پيشهيهڪا تهمامڪر د بورئ چافدانا تهنديروستي دا د پيڪهاتين مروفايهتي دا. نهقن ل خواري چند تشتن بين ڪو ڪارمنديني تهنديروستي بين دي و هروسا تويزين نامازه پيددن ڪو دببت بين ب مفا بن:

<ul style="list-style-type: none"> ● تتيگههستن و قهبولكرنا وي چندئ دانانا بهلانسكي بهشهڪي ڪاري ئ بي ڪو نهشيئي خو ژئ بدهيهپاش د پيڪهاتين مروفايهتي دا و ڪو دببت نهف چنده گهلهڪا ب ز محمت بيت. تتيبيئي بڪه ڪو نهفه رامانا وي چندئ ناهت ڪو نابيت تو بهيز بهرفانيي ژ پيش نهخوشين خو قه بڪهي يان رابي ب قهبولكرنا ڪارين نهخلاقي ژ همفكارين خو. لي رامانا وي چندئ د دهت ڪو رابي ب قهبولكرنا وي هزري ڪو نه همي تشت د شياندانه د همي بارودوخان دا. بهيله نهف قهبولكرنا بيته بهشهڪ ژ پرينسيين بين هاريڪاريا ته دڪن د ڪاري ته دا. ● بني ڪو ناريشين خو پشتگوهفه بهافيزي يان خو ژئ دويربيخي، فيربه ديقهتا خو ب ريئين دروست بڪاربيني، وان ريبا بين ڪو هاريڪاريا ته دڪن بين ڪاريگس و ساخلم بيت د ڪاري خو دا نيك ژ ريئين نهجامدانا في چندئ دوباتكرنا تيه ڪو تو وان تشتا بڪهي بين د شيانين ته دا بن بو نهخوشان و ل دويف باشترين شيانين خو. هندهڪ جاران ڪرنا باشيهڪا زيده بو نهخوشهڪي دببت هاريڪاريا مه بڪهت ڪو هستي مه بهرامبر وان تشتا بين هم ڪارين بڪين بو وي ڪهي باشتر لي بهيت. 	<p>قهبولڪرن و ديقهت دانان ل سهر خالين نهريني</p> 
<ul style="list-style-type: none"> ● ب شيوهڪي چالاڪ ڪاربڪه ل گهل نهنامين تيمي، سهرپهرشتياران و ريقهبران دا ڪو چارسهريا بيبي بو وان ناستنگا نهوين ڪارتيڪرني ل سهر ڪواليتيا چافداني دڪن. دمهي تو ب شيوهڪي چالاڪ بي بهشداربي د چارسهركرنا ناريشهيان دا، دهليفا ڪارتيڪرنا پهريشانا روشتي ل سهر ته ڪيم دببت. ● تتيگهه ڪو ناستنگين دڪهفه د ري دا ل دمهي دابينكرنا خزمهتگوزار بين تهنديروستي د پيڪهاتين مروفايهتي دا بين ڪيم سهرچاو، بين ٺالوزن، و ڪو دانوستاندنين چارسهركرنا ناريشان دببت بين پري مملاني بن. ب جدي ڪار بڪه دا ڪو بهليله بيرا خو ڪو هميا هممان دهر نهجامين نهريني دفين، و ههولده ناريشي ب چافين وان ڪسان بيبي نهوين رولين جياواز ژ رولي ته هين. ب شيوهڪي چالاڪ دويف همفكارين خودان نهزمون بڪره و دانوستاندنا دسپيڪه سهبارت پهريشانا روشتي. تتيگهه ڪا نايه هزرين وان دهرارهي فان ناريشا چنه و چاو خودگونجين ل گهل هستين نهريني بين گريدا ب پهريشانا روشتي فه. دانوستاندنين ب في شيوهي سهركهفتي دابيندڪن د (ا) ڪيمكرنا دروستبوونا مهترسيا پهريشانا روشتي ل سهر ته و دابينكرنا پشتهفانيي، و (ب) پيشڪيشكرنا پشتهفاني و تتيگههستن بو همفكاران. ● نهگس ته تتيبييڪر ڪو ڪواليتيا ڪاري ته يان ژيانا ته يا ڪهسايهتي يا ز محمتهتي دڪيشيت ژ نهگري ناريشين پهريشانا روشتي، خو بگههينه پشتهفانبا پروفيشنال. هسردم باشتره هاريڪاريي زوي بدهستخوفه بيني، نهڪ درنگ. 	<p>نالڪاري، همماهنگي و پشتهفاني</p> 
<ul style="list-style-type: none"> ● بهردموام به ل سهر پهرهپيدانا خونگههيوونا خو (بو نمونه ب ريبا راهينانين ناگههيووني و هزرڪرني د خو دا) بو ڪيرڪرنا ناگهها خو يا هشيار ل سهر ناڪوڪين روشتي بين نافخويي بين ڪو بهرپرسن ژ دروستكرنا پهريشانا ته. ● خو بگههينه ريبهريا سهركرده و ماموستاين روحي دا ڪو هاريڪاريا ته بڪن د تتيگههستن ناڪوڪين روشتي بين ڪو بهشهڪن في ڪاري. 	<p>چافدانا خو</p> 

1. Jameton A. (1993). Dilemmas of moral distress : Moral responsibility and nursing practice. [ناریشه‌یین پېریشانا روشتی: بهرپرسیارمنتیا روشتی و کاری پهرستاری] *AWHONN's Clinical Issues in Perinatal and Women's Health Nursing*, 4(4), 542–551.
2. Kröger, C. (2020). Shattered social identity and moral injuries: Work-related conditions in health care professionals during the COVID-19 pandemic. [ناسنامیا جفاکی یا شکهستی و برینتن روشتی: COVID-19 بارودوخین گریدای ب کاری فه دهف کارمندی چاقدانا تهندروستی د دهمی پاندهما] *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S156–S158. <https://doi.org/10.1037/tra0000715>
3. Oh, Y., & Gastmans, C. (2015). Moral distress experienced by nurses: A quantitative literature review. [پېریشانا روشتی هاتیه نهمونکرن ژ لایی پهرستاران فه: پیداچونه‌کا نه‌دهمی یا ههمژماری] *Nursing Ethics*, 22(1), 15-31. <https://doi.org/10.1177/0969733013502803>
4. Maguen, S., & Price, M. A. (2020). Moral injury in the wake of coronavirus: Attending to the psychological impact of the pandemic. [برینا روشتی ل سهردهمی فابروس کورونایی: سهرده‌ریکرن ل گهل] [کارتیکرنا سایکولوژی یا پاندهمی] *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S131–S132. <https://doi.org/10.1037/tra0000780>
5. Rittenmeyer, Leslie, RN, Psy.D & Huffman, Dolores. (2009). How professional nurses working in hospital environments experience moral distress: A systematic review. [چاوانیا نهمونکرنا پهرستارین] [پروفیشنال بین کو کاردکمن د ژینگه‌هین نه‌خوشخانا دا، بو پېریشانا روشتی: پیداچونه‌کا سیسته‌می] *JBI Library of Systematic Reviews*, 7, 1234-1291. <https://doi.org/10.11124/jbisrir-2009-209>
6. Shay, J. (1999). No escape from philosophy in trauma treatment and research, [رهقین نینه ژ فلسه‌فی] [د چارهمسکرنا ترومایی دا و توژی‌نین وئ] in B. Hudnall Stamm (Ed.) *Secondary Traumatic Stress: Self-Care Issues for Clinicians, Researchers, and Educators*, Lutherville, MD: Sidran Press.
7. Shortland, N., McGarry, P., & Merizalde, J. (2020). Moral medical decision-making: Colliding sacred values in response to COVID-19 pandemic. [بریاردانا روشتی یا پزشکی: قیکه‌فتنا پرینسپین] [دا COVID-19 پیروز د بهرسفدانا پاندهما] *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S128–S130. <https://doi.org/10.1037/tra0000612>