

نام درس: اصول و مبانی مشاوره
رشته: کاردانی مربی کودک
استاد: دکتر مریم یاوری

فصل اول

تعاريف و مفاهيم

جلسه دوم

شرایط تشکیل مشاوره گروهی

انتخاب اعضا تعداد اعضا
تعداد جلسات هفتگی تعداد کل جلسات
زمان هر جلسه تهیه امکانات
آغاز جلسه انواع گروه
ختم جلسه مراحل مشاوره گروهی

انتخاب اعضا

اعضای مشاوره گروهی باید از نظر سن جنس و سوابق قبلی حتی الامکان هماهنگ باشند. برای این منظور مشاور با هر فرد داوطلب به مدت 10 دقیقه مصاحبه تشخیصی انجام می دهد

تعداد اعضا

در تعیین تعداد اعضا باید به هدف ها و نوع مشکلات اعضا و تجربه مشاور در رهبری گروه درمانی توجه شود اما معمولاً تعداد اعضا 6 تا 12 نفر است

تعداد جلسات هفتگی

جلسات گروهی هفته ای یک بار تشکیل می شود اما با توجه به اهداف و نوع مشکلات ممکن است هفته ای دو بار تشکیل شود

تعداد کل جلسات

معمولا 8 تا 10 جلسه برای حل مشکل کفایت می کند اما جلسات مشاوره گروهی باید تا هنگام حل مشکلات اعضا ادامه یابد

زمان هر جلسه

زمان هر جلسه به تعداد جلسات هفتگی بستگی دارد
اگر گروه هفته ای یک بار تشکیل شود زمان هر جلسه 2 ساعت
و اگر هفته ای دوبار تشکیل شود زمان هر جلسه یک ساعت و
نیم خواهد بود

تهیه امکانات

اطاقی که در آن مشاوره گروهی انجام می شود باید فضای کافی برای استقرار همه اعضا داشته باشد و از سر و صدا دور باشد
اعضا دو رهم به صورت دایره وار می نشینند
در صورت موافقت اعضا می توان جلسات را ضبط کرد

آغاز جلسه گروه

مشاوره گروهی به چندین روش آغاز می شود
در یک روش مشاور به طور مختصر در مورد اهداف و روش های
کار صحبت می کند و از اعضا می خواهد اظهار نظر کنند
همچنین ممکن است مشاور برخی قوانین اساسی گروه را مطرح کند و
از اعضا بخواهد مدتی در مورد آن گفتگو کنند

انواع گروه

گروهها با توجه به نوع مشارکت اعضا به دو دسته تقسیم می شوند اگر شرکت کنندگان به میل و اراده خود در گروه شرکت کرده باشند داوطلب و اگر اعضا به دلایلی به شرکت در گروه وادار شده باشند گروه اجباری نامیده می شود

گروه باز و بسته

گروه باز گروهی است که عضو جدید می تواند در هر زمان وارد گروه گردد

گروه بسته گروهی است که تا پایان فعالیت های گروهی هیچ عضو جدیدی نمی تواند وارد آن شود و کار با همان اعضای قبلی ادامه می یابد

ختم جلسه

مشاور بایددقایقی قبل از پایان یافتن جلسه فرا رسیدن ختم جلسه را اعلام کند و با خلاصه کردن بحث های جلسه از آن نتیجه گیری کند مشاور می تواند شخصا یا با کمک اعضا به خلاصه کردن مباحث بپردازد

مراحل مشاوره گروهی

شناسایی

انتقال

عمل

پایان

مرحله شناسایی

در این مرحله اعضا می خواهند یکدیگر را بشناسند و دریابند که
ایا می توانند به یکدیگر اعتماد کنند یا نه
مشاور در این مرحله نقش مهمی دارد و باید با مطرح ساختن
قوانین گروه اعضا را به هم معرفی کند

مرحله انتقال

پس از شناخت اعضا و حصول اطمینان به یکدیگر مشکل مطرح می شود گرچه هنوز با اندکی ترس و دلهره این اطمینان حاصل می شود ولی مشاور با تشویق اعضا و استفاده از روش های صحیح مشاوره می تواند گروه را به سمت عمل سوق دهد

مرحله عمل

در این مرحله تلاش اعضا برای حل مشکل آغاز می شود و آنان به راحتی به گفتگو می پردازند و در صدد حل مشکل بر می آیند

مرحله پایان

سرانجام گروه باید به طور موقت یا همیشه به کار خود پایان دهد
بهترین زمان برای این کار زمانی است که گروه به هدف های
تعیین شده قبلی رسیده باشد

نقش های رهبر گروه

پذیرش اعضا و احترام به آنان
فراهم آوردن شرایط گفتگو و مشارکت برای تمام اعضا
بررسی و توافق در مورد قوانین اساسی گروه
حمایت از اعضای که با مسایل عاطفی مواجه هستند
تنظیم وقت جلسه
تعبیر و تفسیر به موقع گفته های اعضا

مقایسه راهنمایی و مشاوره

تمرکز راهنمایی بر آگاهاندن افراد برای انتخاب درست و مناسب است که از بروز مشکلات آینده پیشگیری می شود و مشاوره بر تغییر رفتار و احساس و حل مشکل تمرکز دارد. راهنمایی عام است و مشاوره خاص. مشاوره مهم ترین روش راهنمایی است.

مقایسه مشاوره و روان درمانی

هدف نهایی هر دو افزایش کارآمدی و رشد فرد و بهبود تعامل خود با دیگران است. از طریق مشاوره به اصلاح و رفع مشکلات تحصیلی شغلی و خانوادگی فرد عادی در مدت زمانی کوتاه اقدام می شود در حالی که با استفاده از روان درمانی به حل مشکلات افراد مبتلا به بیماری های روانی شدیدتر در فاصله زمانی طولانی تر مبادرت می گردد

روش های مشاوره

روش مستقیم
روش غیر مستقیم

روش انتخابی

روش مستقیم

در این روش مشاور با استفاده از انواع پرسشنامه ها و آزمون های روانی به جمع اوری اطلاعات درباره مشکل مراجع می پردازد .

در این روش به تشخیص علل مشکل و ناراحتی اهمیت زیادی داده می شود و بر اساس آن راه حل هایی برای مشکل ارایه می گردد و از طرفی در پایان هر جلسه از مراجع خواسته می شود راه حل ها را به اجرا در آورده و نتیجه را گزارش دهد و مسیولیت جلسات در این روش بیشتر بر عهده مشاور است

روش غیر مستقیم

در این روش اعتقاد بر این است که اگر مراجع در یک محیط مشاوره ای گرم و پذیرا قرار گیرد خود می تواند به حل مشکل اقدام کند . مراجع رهبری بخش عمده ای از فعالیت های جلسات را بر عهده دارد . از آزمون های روانی استفاده چندانی به عمل نمی آید و در عوض بر تقویت رابطه حسنه مشاوره ای تاکید می شود .

روش انتخابی

هیچ کدام از روش های مستقیم یا غیر مستقیم با توجه به تفاوت های فردی و تنوع مشکلات انسان ها برای رفع تمام مشکلات کفایت نمی کنند . در این روش مشاور با توجه به موقعیت و شناخت مراجع و تاکید بر تشخیص مشکل یکی از روش های مستقیم غیر مستقیم یا انتخابی را که برای حل مشکل مقتضی بداند باید به کار گیرد . مشاور خود را به استفاده از یک روش محدود نمی سازد بلکه می کوشد با شناخت محاسن و محدودیت های روش های متعدد مکناسب ترین روش را انتخاب کند.