

چه مشاوره‌ای برای فرزندمان در مدرسه مناسب است؟

حتماً شما یک دانش‌آموز مدرسه رو دارید اگر نداشته باشید هم ممکن است از دوست و آشنا در مورد مشاور و سیستم مشاوره در مدارس شنیده باشید



سلامت نیوز : حتماً شما یک دانش‌آموز مدرسه رو دارید اگر نداشته باشید هم ممکن است از دوست و آشنا در مورد مشاور و سیستم مشاوره در مدارس شنیده باشید شاید حتی با این موضوع برخورد کرده‌اید که فرزندان در مدرسه مورد مشاوره قرار گرفته باشد و حتماً هم این سؤال برای شما پیش آمده است که چه نوع مشاوره‌ای می‌تواند برای یک بچه مدرسه‌ای مناسب باشد و اصولاً وقتی یک دانش‌آموز در مدرسه به مشاور مراجعه می‌کند، در این جلسه مشاوره چه می‌گذرد؟

به گزارش سلامت نیوز به نقل از اطلاعات ؛ هر چند در کشور ما در بسیاری از مدارس نقش مهم مشاور و کمکی که می‌تواند به والدین و فرزندان بکند، تا حدود زیادی دست کم گرفته شده باشد اما بهتر است بدانید در بسیاری از کشورهای پیشرفته این مسأله حتی از مسایل آموزشی روزمره هم مهم‌تر جلوه می‌کند و در موارد بسیاری ارزش‌گذاری بر این مسأله نسبت به مسایل آموزشی صرف بیشتر است.

هر چند در بسیاری از مدارس کشورمان هم این روزها مشاوران برای کمک به دانش‌آموزان حضور دارند اما فقط اینکه مشاور در مدرسه حضور داشته باشد، شرط کافی موفقیت در امر راهنمایی دانش‌آموزان نیست بلکه مشاور باید بتواند با توانایی خود و استفاده از تکنیک‌های مشاوره دانش‌آموزان را در حل مسایل روزمره خود یاری دهد.

اگر مشاور مدرسه فردی با تجربه و معلومات کافی در این زمینه باشد می‌تواند این جلسه را هر چند کوتاه، طوری پیش ببرد که در نهایت هم نگرانیهای دانش‌آموز کمتر شده باشد و هم اینکه یک اثر آموزشی مهم و مؤثر بر او گذاشته باشد.

یکی از دانشمندان روانشناس به نام کارل راجرز، یک روش کاملاً کاربردی را برای مشاوره ارایه داده است. که به طور معمول به عنوان یکی از الگوهای مناسب برای جلسات مشاوره به کار می‌رود. او معتقد است برای حل و فصل بهتر مشکلات دانش‌آموزان باید جلسه مشاوره به جای مشاور یا هر فرد دیگری، حول محور دانش‌آموز بچرخد. بر همین اساس در یک جلسه مشاوره مفید، معمولاً مشاور سعی می‌کند تا با دانش‌آموز از موضع بالا برخورد نکند و مانند یک دوست صادق، جوی از صمیمیت و رفاقت ایجاد کند. واضح است که رفتاری که به طور معمول با یک کودک یا نوجوان خواهد داشت با رفتارش در نقش‌های اجتماعی دیگر کاملاً متفاوت است. وقتی در حال صحبت با یک کودک یا نوجوان هستیم قاعدتاً بسیار شاد و پرانرژی و پرحرارت خواهیم بود و سر و صدا و جیغ و فریاد در طول صحبت‌ها عجیب نخواهد بود. مشاوران زبده به‌خصوص از چنین روشهایی برای بهبود جو دوستانه مشاوره استفاده می‌کنند.

رابطه مشاوره‌ای یک رابطه رودررو است برای اینکه دانش‌آموز احساس خوبی از جلسه داشته باشد و با ارزش‌بودن وجودش برای خودش و مشاور مشخص شود، باید مشاور با او همخوان باشد. همخوان بودن یعنی اینکه درست مثل یک شخص حقیقی با او برخورد کند و نقش بازی نکند. مثلاً درست رفتاری را در پیش بگیرد که اگر دوستی هم سن و سال دانش‌آموز بود با او در پیش می‌گرفت.

البته هر مشاور با تجربه‌ای بر این نکته واقف است که در ضمن مشاوره باید تمرکز اصلی بر نیازهای دانش‌آموز باشد و نه نیازهای شخصی خودش و اگر در طی روند مشاوره به طور دایم این مسأله را در نظر نگیرد مشاوره به سمت و سویی کشیده خواهد شد که نتیجه ای برای دانش‌آموز دربر نخواهد داشت.

دومین ویژگی یک رابطه درست مشاوره‌ای ایجاد همدلی با دانش‌آموز است. یکی از مشاوران باتجربه در مدرسه‌ای در تهران معتقد است که در جلسه مشاوره تصور می‌کنم دانش‌آموز در حال راه رفتن در یک جاده است. انگار که گاهی اوقات از جاده منحرف می‌شود و وارد یک جنگل شده در آنجا گردش می‌کند از درختها و تپه‌ها بالا می‌رود و گاه در میان دره‌ها سرگردان می‌شود از رودخانه‌ها می‌گذرد و به اکتشافاتی دست می‌زند. گاه در یک مسیر دایره‌ای گردش می‌کند و دوباره به همان نقطه قبل بازمی‌گردد. در برخورد با این

حرکتها و رفتارها مشاور هم در کنار دانش آموز و با او حرکت می‌کند و از هر کجا که او قدم می‌گذارد، خواهد گذشت، و چیزهایی را که او کشف می‌کند، کشف خواهد کرد. در واقع مشاور باید جهان را به همان صورتی که دانش‌آموز می‌بیند تجربه کند تا بتواند با دیدی درست و زاویه نگاه او با مشکل برخورد کند. این برخورد در واقع همدلی بین مشاور و دانش‌آموز را ممکن و پربار می‌سازد. در چنین محیطی، دانش‌آموز می‌تواند در مورد خصوصی‌ترین اسرارش، درونی‌ترین احساساتش و چیزهایی که برای او بسیار دردآور و خصوصی هستند، که جرأت بازگویی آنها را به طور معمول نزد دیگران ندارد، صحبت کند.

مشاور در این جلسات به طور کامل دانش آموز را با هر خصوصیتی که دارد می‌پذیرد و از هر نوع قضاوتی در مورد او پرهیز می‌کند. برای او به عنوان یک فرد ارزش قایل می‌شود البته توجه کامل را هم دارد که این به معنی آن نیست که ارزشهای دانش‌آموز را برای خود برگزیند. یا تسلیم نگرانیها و کاستیهای او شود. در واقع او را به همان صورتی که هست با تمام نقاط ضعف، نقاط مثبت و کاستیهایش و به صورت غیرداورانه می‌پذیرد. البته به اعتراف مشاوران زبده در همین زمینه این مسأله همیشه به راحتی قابل‌دسترس نیست. اولین مرحله در دستیابی به این هدف آن است که مشاور سعی کند جهان را از دید دانش‌آموز بنگرد. تا به این ترتیب بتواند انگیزه‌های او را در رفتارهایش درک کند و آنها را بپذیرد. درون هر فردی قابلیت خوب بودن، خلاق بودن و دوست‌داشتنی بودن را دارد و نباید هرگز از کسی ناامید شد. به طور معمول اگر برای هر کسی به اندازه خودمان ارزش قایل باشیم، بهتر قادر خواهیم بود در مقابل او فردی پذیرا و به دور از داوری باشیم. مشاور در ابتدای این کار، باید شناخت درستی از شخصیت خود داشته باشد و به اینکه ارزشهای خودش چیست واقف باشد. چرا که در غیر این صورت این خطر وجود دارد که سردرگمی خودش مانع از آن شود که بتواند بر روی سردرگمی دانش‌آموز تمرکز کند و ممکن است به گونه‌ای ناخواسته جلسه مشاوره را به جای پرداختن به حل تضادهای دانش‌آموز، صرف حل تضادهای خود کند. مشاور باید برای دستیابی به درک بهتری از ارزشهای خود، آنها را کشف کند، موردبررسی قرار دهد، زیر سؤال ببرد و بداند که احساس‌های متفاوت از کجا سرچشمه می‌گیرند.

به این ترتیب لازم است تا مشاور در کنار دانش‌آموز گام بردارد و کاملاً با او باشد به گونه‌ای که دانش‌آموز همراهی را تجربه کند. عبارات دقیقی که مشاور استفاده می‌کند به مراتب کم‌اهمیت‌تر از توانایی او در شکل دادن رابطه‌ای معنی‌دار با دانش‌آموز و گوش‌دادن به آنچه او می‌گوید است.

یک مشاور اثربخش بیشتر از آنکه حرف بزند، گوش می‌کند و آنچه را هم که می‌گوید در جهت تصدیق همین امر است. نقش اصلی مشاور این است که به مراجع کمک کند تا جهان خودش را کشف کند و از سر درگمی رها شود. اما نباید مسیری را که دانش‌آموز باید در آن حرکت کند، انتخاب کند. پس از انتخاب مسیر مشاور او را در این سفر اکتشافی همراهی می‌کند. و سعی می‌کند تا هر جا انرژی او را می‌برد، برود به جای اینکه او را در یک مسیر مشخص هدایت کند. هنگامی که دانش‌آموز یاد گرفت تا به مشاور اطمینان کند، و مطمئن شد که مشاور به صحبت‌هایش توجه کافی می‌کند، احساس ایمنی کافی می‌کند تا در جهت کشف عامل اصلی مشکل خود اقدام کند. در واقع مشاور حتی به حرفهای بی‌اهمیت دانش‌آموز هم توجه کافی می‌کند، تا پس از آن دانش‌آموز از آنچه در وجودش دارد بتواند صحبت کند.

گاهی اوقات مشاوره می‌تواند همراه با یک تفریح باشد. به خصوص وقتی که مشاور حالت شوخ طبعی دارد. گاهی لازم است شوخ طبعی هم به محیط خشک و جدی درمانی وارد شود تا مشاوره یک فرایند کسل‌کننده و جدی به شمار نیاید. لازم است مشاور همه وجودش را وارد روند مشاوره کند و هر زمان که امکان دارد از آن بخشهایی از شخصیت خودش که باعث غنی‌تر شدن محیط درمانی می‌شود استفاده کند. مشاوره در واقع توسعه و گسترش آن چیزهایی است که ما در روابط خود با دیگران به هنگام دردمندی‌شان انجام می‌دهیم.

حتماً با برخی افراد برخورد داشته‌اید که به طور فطری استعداد بیشتری در مشاوره دارند این افراد شنوندگان بسیار خوبی هستند و دوستان و اطرافیان مکرراً مشکلات خود را با آنها در میان می‌گذارند. به طور قطع، اهمیت رابطه در مشاوره موضوعی اساسی و مرکزی است اما تعدادی فنون کوچکتری وجود دارند که مهارتهای فراگرفتنی هستند و توسط مشاوران آموخته می‌شوند.