

مشاوره و روان درمانی گروهی با کودکان و نوجوانان

(نظریه، پژوهش و عمل)

نویسنده:

زیبیرا شچمن

مترجمان:

دکتر کیومرث فرح بخش

(استادیار دانشگاه علامه طباطبائی)

کاوه صید مرادی

علیرضا نظری



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۱

سرشناسه: شچمن، زیپورا Shechtman, Zipora

عنوان و نام پدیدآور: مشاوره و روان‌درمانی گروهی با کودکان و نوجوانان: (نظریه، پژوهش و عمل) / مولف زیپرا شچمن؛ مترجمان کیومرث فرح‌بخش، کاوه صیدمرادی، علیرضا نظری.

مشخصات نشر: تهران: آوای نور، ۱۳۹۱. مشخصات ظاهری: ۴۰۰ ص.

شابک: 978-600-5413-84-7 وضعیت فهرست نویسی: فیپا

عنوان اصلی: Group counseling and psychotherapy with children and adolescents : theory, research, and practice, 2007. ادداشت: کتابنامه.

موضوع: کودکان - روان‌درمانی - نمونه پژوهی - نوجوانان - روان‌شناسی - نمونه پژوهی

- مشاوره گروهی برای کودکان - نوجوانان - مشاوره - نمونه پژوهی

شناسه افزوده: فرح‌بخش، کیومرث، ۱۳۴۵ - مترجم

شناسه افزوده: صیدمرادی، کاوه، مترجم

شناسه افزوده: نظری، علیرضا، ۱۳۶۱ - مترجم

رده بندی کنگره: ۵۰۴RJ / ش ۵م ۱۳۹۱

رده بندی دیویی: ۶۱۸/۹۱۸۹۴ شماره کتابشناسی ملی: ۲۷۸۸۸۷۸



مشاوره و روان‌درمانی گروهی با کودکان و نوجوانان

نویسنده: زیپرا شچمن

مترجمان: دکتر کیومرث فرح‌بخش - کاره صیدمرادی - علیرضا نظری

ناشر: انتشارات آوای نور

صفحه‌آرا: منیرالسادات حمینی

چاپ اول - ۱۳۹۱

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

صحافی: کسری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۴۱۳-۸۴-۷

تهران- خیابان انقلاب - خیابان ۱۲ فروردین - خیابان شهیدوحید نظری - پلاک ۹۹ - طبقه دوم

تلفن: ۶ - ۶۶۹۶۷۳۵۵ / نمایر: ۶۶۴۸۰۸۸۲ / همراه: ۹۱۲۲۰۰۴۵۵۷

نمایشگاه تخصصی کتب روانشناسی و علوم تربیتی: www.Bookway.ir

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

قیمت ۱۵۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

مقدمه	۱۳
بخش ۱: منطق استفاده مشاوره و روان درمانی گروهی برای کودکان و نوجوانان	
مقدمه ای بر بخش ۱	۲۱
فصل اول چه کسانی به مشاوره و روان درمانی گروهی نیاز دارند	۲۵
کودکان دچار اختلالات یادگیری (LD)	۲۷
کودکان طلاق	۲۹
کودکان مهاجر	۳۲
تجارب آسیب زا	۳۳
کودکان دچار مشکلات گوناگون	۳۶
فراهم آوردن حمایت برای همه کودکان	۳۸
انواع گروه‌های پیشنهادی	۴۰
خلاصه	۴۲
فصل دوم نظریه مشاوره گروهی با کودکان	۴۳
درمان حمایتی - بیانی	۴۴
حمایت پژوهشی	۴۶
شرح یک مورد	۵۰
فرآیند تغییر فرد	۵۳
رویکرد مشاوره‌ای سه مرحله ای هیل (۲۰۰۵)	۵۴
شرح یک مورد از رویکرد سه مرحله ای	۵۵
کاربرد رویکرد سه مرحله ای: حمایت پژوهشی	۵۶
رویکرد تغییر بین نظریه ای - پروچسکا (۱۹۹۹)	۵۷
شرح یک مورد از رویکرد تغییر بین نظریه ای	۵۸

۶۳	 کاربرد رویکرد بین نظریه ای: حمایت پژوهشی
۶۳	 خلاصه

۶۵ فصل سوم عوامل درمانی در گروه های کودکان

۶۵	 عوامل درمانی در گروه های بزرگسالان
۶۷	 عوامل درمانی در گروه های کودکان
۶۹	 مفهوم جوی رابطه ای در گروه های کودکان
۷۳	 خلاصه

بخش ۲ کاربرد روان درمانی گروهی با کودکان و نوجوانان

۷۷	 مقدمه بخش دوم
----	---------------------

۷۹ فصل چهارم رهبری در گروه های مشاوره با کودکان

۸۱	 نقش های مشاور در گروه های مشاوره با کودکان
۸۲	 شخصیت مشاور
۸۴	 مداخلات مشاور
۸۵	 مرحله آغازین
۸۸	 مرحله کار
۹۲	 مرحله اختتام
۹۳	 روش های آغاز و پایان گروه
۹۴	 مهارت های یاورانه مشاور
۹۷	 پژوهش های انجام شده در مورد مهارت های یاورانه مشاور در گروه های کودکان
۹۹	 خلاصه

۱۰۱ فصل پنجم فعالیت های گروهی: روشها و فنون

۱۰۲	 کتاب درمانی
۱۰۶	 تمرین کتاب درمانی
۱۱۱	 عکس درمانی
۱۱۳	 تمرین عکس درمانی
۱۱۵	 کارت های درمانی
۱۱۹	 خلاصه

فصل ششم طرح ریزی پیش گروهی و شکل دهی گروه مشاوره ۱۲۱

انتخاب اعضا	۱۲۲
ترکیب گروه	۱۲۶
مشکل همگنی یا ناهمگنی	۱۲۶
همگنی سطح مشکل	۱۲۸
همگنی و ناهمگنی جنسی	۱۲۹
همگنی سنی	۱۳۰
مدت شکل و اندازه گروه	۱۳۰
ساختار فیزیکی	۱۳۲
برنامه ریزی	۱۳۲
فراتر از کودکان	۱۳۳
خلاصه	۱۳۴

فصل هفتم مرحله آغازین ۱۳۷

شکل گیری روابط	۱۳۷
رشد زبان احساسات	۱۳۹
ایجاد هنجارهای سازنده گروهی	۱۴۰
پاسخ سازنده	۱۴۲
احساس امنیت	۱۴۴
خلاصه	۱۴۵

فصل هشتم مرحله انتقال ۱۴۷

مقاومت در گروه های کودکان	۱۴۹
مقاومت به یک فعالیت	۱۵۲
مقاومت در برابر رهبر گروه	۱۵۳
مقاومت به یک عضو گروه	۱۵۵
مقاومت به دلایل درونی	۱۵۶
خلاصه پژوهش	۱۵۷
تبیین داده: منابع مقاومت	۱۵۷
تبیین داده: انواع مقاومت	۱۵۹
تبیین داده مقاومت در برابر زمان	۱۶۰

فصل نهم مرحله کار ۱۶۳

۱۶۳	چگونگی بهبود تجربه عاطفی و حمایت گروهی
۱۶۵	مرحله کار در گروه های نوجوانان و کودکان کم سن و سال
۱۶۶	شکل های مختلف برای شروع فرآیند گروه
۱۶۷	فرآیندها در گروه های کودکان
۱۶۷	شناسایی هدف از طریق یک فعالیت با ساختار
۱۷۰	شناسایی هدف از طریق سؤال درباره عواطف
۱۷۳	فرآیندهای خودجوش
۱۷۶	فرآیندها در گروه های کودکان
۱۷۶	شناسایی هدف بر اساس موضوع مشترک
۱۷۸	شناسایی هدف با استفاده از فعالیت با ساختار
۱۸۰	پژوهش راجع به فرآیند های گروهی با کودکان
۱۸۰	کودکان به عنوان یاری کننده
۱۸۲	کودکان به عنوان مراجعان
۱۸۳	خلاصه

فصل دهم اختتام ۱۸۵

۱۸۵	جدایی و فاصله گرفتن
۱۸۷	وداع از طریق بازخورد مثبت
۱۸۹	ارزیابی رشد در داخل و بیرون گروه
۱۹۱	ارزیابی تجربه گروهی
۱۹۶	برنامه ریزی برای آینده
۱۹۷	جدایی از رهبر
۱۹۸	خلاصه

بخش ۳ مسئولیت و فرآیندها با گروه های مختلف

۲۰۳	مقدمه ای بر بخش ۳
-----	-------------------

فصل یازدهم مشاوره گروهی با کودکان و نوجوانان منزوی ۲۰۵

۲۰۸	آموزش و توانمندی اجتماعی
۲۱۰	رشد و شایستگی اجتماعی در گروه های صمیمی
۲۱۲	تقویت شایستگی اجتماعی در یک گروه مدرسه ابتدایی
۲۱۶	رشد شایستگی اجتماعی در یک گروه از نوجوانان
۲۱۹	نمود شایستگی اجتماعی در بازخورد کودکان
۲۲۰	رویدادهای مهم
۲۲۱	بازخورد در مرحله پایانی: کودکان ابتدایی
۲۲۲	بازخورد در مرحله پایانی: گروه های نوجوانان
۲۲۳	تحول خودفاش سازی
۲۲۵	نتایج پژوهش
۲۲۵	خودفاش سازی
۲۲۶	دوستی صمیمانه
۲۲۸	خلاصه

فصل ۱۲ مشاوره گروهی با کودکان دچار اختلالات یادگیری ۲۳۱

۲۳۳	بررسی پیشینه
۲۳۵	گروه های حل مسئله / آموزشی
۲۳۶	گروه های مشاوره ای
۲۳۷	شرح فرآیند
۲۴۴	ویژگیهای خاص گروه های دانش آموزان دارای اختلال یادگیری
۲۴۶	بازخورد کودکان
۲۴۸	نتایج پژوهش
۲۵۲	خلاصه

فصل سیزده مشاوره گروهی برای فرزندان طلاق ۲۵۵

۲۵۵	طرح مسئله
۲۵۶	مثال هایی از گروه های روانی - آموزشی
۲۵۹	مشاوره گروهی برای فرزندان طلاق
۲۶۰	گروه بچه های ابتدایی
۲۶۶	گروه نوجوانان
۲۷۲	تحقیقات مربوط به گروه های فرزندان طلاق

۳۶۱	ابراز چهره‌ای
۳۶۲	گروه رویایی من
۳۶۳	بازی توپ
۳۶۴	بازخودنوشتاری
۳۶۵	فعالیت هایی برای مرحله کار یا عمل
۳۶۵	درخت شخصی من
۳۶۶	پیوستار زندگی من
۳۶۸	بازی انعکاس
۳۶۹	کاغذ مجاله شده
۳۷۰	فعالیت هایی برای پایان گروه
۳۷۰	چمدان من
۳۷۱	گروه خورشیدی ما
۳۷۲	سوار شدن بر آخرین قطار
۳۷۳	در فرودگاه
۳۷۵	ضمیمه ۳: مقدمه
۳۷۵	مقیاس درجه بندی خودافشایی در سنین قبل از نوجوانی
۳۷۶	طبقه بندی‌های خودافشایی
۳۷۷	فرآیند تغییر
۳۷۷	مراحل تغییر
۳۷۹	تشریح سیستم کدگذاری
۳۸۱	نظام رفتاری مراجع
۳۸۱	تعاریف رفتار مراجعان
۳۸۲	تشریح یک جلسه گروهی
۳۸۴	نظام مهارت‌های کمکی
۳۸۴	تشریح مهارت‌های کمکی رهبر
۳۸۷	منابع

□ مقدمه

هدف از تالیف این کتاب کمک به ارتقاء سلامت روانی کودکان و نوجوان می‌باشد. خانه، مدرسه و جامعه مکان‌هایی هستند که کودکان بیشترین تجارب معنادار زندگی را بدست می‌آورند و گاهی به محیط‌های تهدید کننده و ناسالمی تبدیل می‌شوند. گاهی حمایت عاطفی از کودکان و نوجوانان در این محیط‌ها از بین رفته و موجب آسیب و رنجش آنان از سرزنش‌ها، طرد شدن و سوء رفتار اجتماعی و عاطفی می‌گردد و در فرایند کنسار آمدن با مشکلات موقعیتی یا رشدی که برایشان پیش می‌آید تنها هستند. برخلاف بزرگسالان که هنگام رویارویی با مشکلات، ممکن است در جستجوی کمک و حمایت حرفه‌ای باشند، کودکان و نوجوانان دوست ندارند، چنین کاری را انجام دهند و وقتی چنین مشکلاتی برای آنان پیش می‌آید اغلب در مقابل آن مقاومت می‌کنند. اگر چه از بزرگسالان انتظار زیادی دارند که آنها را در زندگی مورد حمایت قرار دهند، ولی به دلایل مختلف واقعی یا ذهنی اغلب ناامید می‌شوند. این مشکل در مورد کودکان و نوجوانانی که مشکلات هویتی دارند، بیشتر صدق می‌کند. بسیاری از کودکان معمولی در کشمکش با عوامل فشارزا و حوادث زندگی تنها می‌مانند.

تجربه شخصی من از دوران کودک تفاوت چندانی با این کودکان نداشت. اگر چه من هیچ مشکل روانی خاصی نداشتم که از آن رنج ببرم و دانش آموزی موفق و مورد پذیرش همسالانم بودم، ولی اغلب احساس تنهایی و ناامیدی می‌کردم. در یک خانواده مهاجر بزرگ شدم و نتوانسته حمایت‌های زیاد والدین را جلب کنم. من حتی از شادی‌های خود در مورد پیشرفت‌هایی که در مدرسه و تحصیل داشتم با آنها صحبت نمی‌کردم زیرا تصور می‌کردم که ممکن است احساساتشان را جریحه‌دار کنم و چون هر دوی آنها بی‌سواد بودند، احساس می‌کردم آنها

تحقیر خواهند شد. بنابراین، آنقدر متواضع و باشرم بودم که تمام موفقیت‌هایم را پنهان می‌کردم. مدرسه جایی بود که در آنجا قلدرها و گردن کلفت‌ها حکومت می‌کردند و من در این میان قربانی بچه‌ی همسایه مان بودم، زیرا هر وقت من در مدرسه نمره خوبی می‌گرفتم، مادرش او را کتک می‌زد. معلمی که خجالتی بودن من را دوست نداشت تصمیم گرفت در مبارزه با آن کمک کند اما او آدم آن‌چنان پخته‌ای نبود که بتواند من را یاری نماید احساساتم را بیان کنم مرا دل‌داری دهد یا نصیحتم کند. به تازه‌گی در اثر شرکت در یک گروه درمانی، به ترس از موفقیت در خویشتن پی برده‌ام. یقیناً خیلی زودتر از اینها می‌توانستم از این آگاهی استفاده کنم تا احساس تنهایی کمتری داشته باشم.

من اعتقاد دارم که این یک موقعیت عادی برای بسیاری از کودکان بهنجار است. اما در این میان کودکان دیگری هستند که از مشکلات رشدی، شکست تحصیلی، طرد اجتماعی و از هم گسیختگی خانواده رنج می‌برند و نیاز به حمایت و توجه بیشتری دارند و در صورت اهمیت سلامت روانی کودکان، حمایت و توجه به نیاز آنها ضروری است.

برای کمک به کودکان و نوجوانان راه‌های زیادی وجود دارد. در این کتاب من مشاوره و روان درمانی گروهی را به عنوان یک نمونه قابل قبول و عملی که بسیاری از مسائل آنها را مورد توجه و رسیدگی قرار می‌دهد، پیشنهاد می‌کنم. اگر چه که محیط‌های دیگری نیز مانند مراکز اجتماعی، مؤسسه‌های اصلاحی و خصوصی هستند که مشاوره و روان درمانی گروهی ممکن در آن جاها نیز مؤثر و قابل قبول باشد اما مدرسه یک مکان بسیار طبیعی برای ارائه کمک به کودکان می‌باشد، بدون اینکه به آنها برجستگی زده شود. آنچه اهمیت دارد و مراجعان را برای مشاوره می‌کشاند، این است که مشاوره شرایطی فراهم کند که مراجعان حس مصیبت‌زدگی خود را کاهش دهد، چیزی که خودشان به تنهایی قادر به انجام آن نیستند.

اگر چه به طور کلی، مشاوره گروهی با کودکان و نوجوانان در مدارس و دیگر مکان‌ها خیلی مناسب است، ولی این کار به ندرت صورت می‌گیرد. گروه‌هایی که در محیط مدرسه تشکیل می‌شوند، شامل گروه‌های پیشگیرانه روانی-آموزشی^۱ می‌باشند که دارای جهت‌گیری رفتاری-شناختی و رویکرد حل مسئله بوده و بر مهارت آموزی تمرکز دارند (بارلو، برلینگیم و فوریمن^۲، ۲۰۰۲). ولی من گروه‌های مشاوره‌ای با رویکرد تلفیقی را

1. preventive psycho-educational groups
2. Barlow, Burlingame & Fuhrman

پیشنهاد می‌کنم که بر عواطف تمرکز زیاد دارند. با توجه با انتقاد راجرز (۱۹۸۰) از مدارس مبنی بر اینکه مدارس ذهن کودکان را فعال می‌کند، اجازه فعالیت بدنی را به آنها می‌دهد ولی به احساسات توجهی نمی‌کنند، من احساسات، بدن و ذهن را با هم مورد توجه قرار می‌دهم.

فرض این کتاب این است که همه کودکان، چه کودکان عادی و چه کودکانی که نیازهای ویژه‌ای دارند، بیشتر دوست دارند در گروه‌های فرایند-مدار^۱ که در آن بیان احساسات مجاز و تشویق می‌شود، حمایت بین فردی مدام اعضا از یکدیگر را تجربه می‌کنند، اقدامات مفید و مؤثری برای مسائل انجام می‌شود، شرکت کنند. من معتقد هستم که تغییر در رفتار و کسب مهارت‌ها از طریق تجربه مجدد روابط مثبت بسیار مؤثر و مفیدتر از کسب آن از طریق آموزش می‌باشد. بر اثر تجارب زیادی که من و همکارانم در مشاوره و روان‌درمانی گروهی با کودکان داشته‌ایم، شاهد لحظه‌های هیجان انگیز زیادی بوده‌ایم که در آن کودکان اهداف جدیدی را برای زندگی‌شان تعیین کردند و از دیگران کمک خواستند تا رفتارهای ناسازگارانه‌شان را اصلاح کنند. این اعمال همیشه به واسطه خودفاش‌سازی^۲، وجود پذیرش و حمایت به پیش برده می‌شوند.

مشاوره و روان‌درمانی گروهی فرایندهای روانی و اجتماعی هستند که به طور همزمان در سطوح فردی و بین فردی عمل می‌کنند. من و همکارانم در سطح فردی، یک رویکرد تلفیقی را بکار برده‌ایم که شامل روان‌پویایی، انسان‌گرایی و جهت‌گیری‌های شناختی است (کرامر-آزیما^۳، ۲۰۰۲) و با فرایند تغییر رشدی مطابقت دارد (هیل^۴، ۲۰۰۵). در سطح بین فردی یک رویکرد بین نظریه‌ای^۵ را بکار برده‌ایم که بر اساس آن تعاملات بین فردی مکانیزم اصلی تغییر است (بالوم و لسز^۶، ۲۰۰۵). بهتر است این روش را رویکرد حمایتی-بیانی^۷ بنامیم (اشپیگل و کلاسن^۸، ۲۰۰۰) زیرا که در آن بر رهایی از احساسات، خودفاش-سازی و تخلیه هیجانی در یک جو گروهی حمایتی و پذیرا تأکید می‌شود.

-
1. Process-oriented groups
 2. Self-disclosure
 3. Cramer-azima
 4. Hill
 5. Transtheoretical
 6. Yalom & Leszcz
 7. Expressive-supportive
 8. Spiegel & Classen

تمرکز خاص این گروه‌ها بر احساسات و عواطف است، بطور موفقیت آمیزی در مدارس مورد استفاده قرار می‌گیرند. این گروه‌ها همانند دیگر گروه‌ها در محیط مدرسه اداره می‌گردند، معمولاً به صورت کوتاه مدت هستند و از کودکان تشکیل شده‌اند که بواسطه معلمان و دیگر کادر مدرسه برای مشکلات مختلف رفتاری، عاطفی و اجتماعی ارجاع داده می‌شوند. نکته اساسی در رهبری و آموزش گروه قبل از اینکه از آنان انتظار داشته باشیم رفتارشان را تغییر دهند این است که این باور را تقویت و منعکس کنیم که کودکان قبل از هر چیز باید مورد پذیرش و احترام قرار گیرند، به آنان گوش دهیم، آنها را حمایت کنیم. این گروه‌های فرایند-مدار به رهبری ماهر و آموزش دیده نیاز دارند. من امیدوارم در این کتاب حداقل به حدودی به این هدف دست یابیم.

ویژگی انحصاری این کتاب- جدای از توجه خاصی که به عواطف دارد- این است که مبتنی بر پژوهش‌های زیادی وجود آمده است. که این امر برای اثبات مشاوره و روان‌درمانی مؤثر بسیار حائز اهمیت است. درمان‌های شواهد-مدار^۱ در مورد کودکان به تازگی رواج پیدا کرده‌اند و بیشتر آنها در سطح فردی و اغلب رفتاری-شناختی^۲ هستند (کازدین و ویز^۳، ۲۰۰۳). مشاوره گروهی با کودکان و نوجوانان به ندرت مورد پژوهش و بررسی قرار گرفته است (بارلو و همکاران، ۲۰۰۰). این کتاب با توجه به روش‌کرد ما از درمان گروهی برای انواع مختلفی از مشکلات، اطلاعاتی ارائه می‌کند. به هر حال، با انجام پژوهش روی فرایندهای گروه درمانی با کودکان اطلاعاتی فراهم می‌شود که در ادبیات تخصصی نادر هستند. این اطلاعات به متخصصان گروه درمانی که معمولاً در روشهای درمان گروهی در حال آموزش دیدن هستند، کمک می‌کنند تا بتوانند به نحو مؤثرتری گروه‌هایشان را هدایت و رهبری کنند. به هر حال، این عامل ممکن است دامنه درمان گروهی را گسترش دهد و در مورد افراد و مسائل مختلف کاربرد داشته باشد. من امیدوارم پژوهشگران تشویق شوند که برای انجام پژوهش‌های بیشتر و دقیق‌تر به ما بپیوندند.

این کتاب می‌تواند برای دانشجویان و متخصصان روانشناسی و مشاوره که در کار خود با کودکان و نوجوانان سروکار دارند، بسیار مفید باشد. همچنین این کتاب می‌تواند منبعی بسیار غنی برای روانشناسان و مشاوران مدرسه باشد که دائماً با کودکان و نوجوانان سروکار

-
1. Evidence-based
 2. Cognitive-behavioral
 3. Kazdin & Weisz

دارند ولی برای این کار آمادگی لازم را ندارند. مددکاران اجتماعی که سروکار آنان با افراد منحرف و نابهنجار است می‌توانند از این کتاب برای بهبود کارشان استفاده کنند. معلمان که بسیاری از وقت خود را به ارتقاء و سلامت روانی کودکان اختصاص می‌دهند، می‌توانند از روش‌ها و فنون ارائه شده در این کتاب به منظور کمک به احساس امنیت و سلامت کودکان در مدرسه استفاده کنند و همچنین این کتاب منبع بسیار ارزشمندی برای والدین می‌باشد تا بتوانند با استفاده از آن درباره نیازهای عاطفی و اجتماعی و مشکلات کودکانشان آگاهی یابند. در پایان از پژوهش‌گران مشاوره و روان درمانی دعوت می‌شود که سن و همکارانم را در ارتقای دانش مشاوره و روان درمانی گروهی با کودکان و نوجوانان یاری نمایند.