

# وقتی مشاوره

## به کمک تعلیم و تربیت می آید

هما مردان

مشاوره، فن ارتباط، رویارویی، همدلی و پذیرش بی‌قید و شرط است. ارزش‌گذاری بر انسان است، ولو آن که او به انحراف و تباهی کشیده شده باشد. مشاوره زنده کردن دل‌های مرده است و احیای حیات انسانی. اگر بخواهد مثمر‌تر باشد، باید بتواند، سیستمی بنگرد و تیمی کار کند؛ تیم‌هایی مرکب از مشاوران، مددکاران اجتماعی، پزشکان، روان‌پزشکان، روان‌شناسان تربیتی و روانکاوان. هم‌چنین از مساعدت خانواده و از مشاوران دینی نیز بهره بگیرد. مشاوره‌ی خانواده و روش درون سیستمی می‌تواند زوایای ناشناخته‌ی بیش‌تری از مراجع و مشکل وی ارائه دهد و در حل مشکل کارساز باشد.

هدف خدمات راهنمایی، شناخت توانایی‌ها و محدودیت‌ها و بهره‌گیری هرچه بیش‌تر از آن‌هاست. می‌معتقد است، انسان‌ها به قدری سرگرم و شیفته‌ی ماشین شده‌اند که هویت انسانی خود را به تدریج فراموش می‌کنند و رابطه‌ی خود با خویشتن و نیز با دیگران را از دست می‌دهند. احساس تنهایی، پوچی و بی‌ارزشی، و اشتغال به کارهای یکنواخت حاصل از زندگی صنعتی، موجب احساس درماندگی و تحلیل کارآمدی انسان عصر حاضر شده و به این سبب است که به همراه هر شغلی، خدمات مشاوره‌ای نیز به مدد آمده‌اند و رشته‌های گوناگون روان‌شناسی به یاری انسان شتافته‌اند.

برخی عوامل تأثیرگذار بر پیدایش و گسترش راهنمایی و مشاوره عبارت‌اند از: گسترش فناوری و لزوم فرهنگ سازی و آماده سازی افراد برای بهره مندی پهنه از آن؛ رشد جمعیت و به‌ویژه جوان بودن جامعه و لزوم مجهز بودن این قشر به انواع مهارت‌ها از جمله مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های زندگی؛ حس انسان‌دوستی و تأکید دین بر راهنمایی و هدایت بشری از جانب خداوند، پیامبران و ائمه(ع) و پاکان و در واقع صاحب‌نظران امر راهنمایی؛ و سرانجام، به ویژگی‌های خاص آدمی، چون کمال‌گرایی، خودآگاهی، چندبعدی بودن، برگزیده شدن، داشتن قدرت انتخاب و مسئول بودن انسان که در کوتاه‌مدت و درازمدت به هدایت و راهنمایی نیاز دارد.

باید اذعان داشت که از مدرسه تا بازار کار، به مشاوره و فرایند تخصصی آن نیاز مبرمی وجود دارد. تحقیقات در داخل و خارج از کشور مبین این مهم است. از جمله، در مطالعات متعددی اثرات مشاوره در سازگاری کودکان و نوجوانان بررسی شده است. **شولتز و اسمیت** دریافتند، ۷۰ درصد کسانی که در طلب مشاوره حتی مشاوره‌های کوتاه‌مدت بوده‌اند، از نتایج رضایت داشته‌اند و ۴۴ درصد خانواده‌ها،

در زندگی امروزی و با توجه به فشردگی شبکه‌های ارتباطی، در تعلیم و تربیت هم نیاز بیش‌تری به برنامه‌ریزی و تعیین هدف‌های قابل دست‌یابی داریم. در این دوره و با در نظر گرفتن پیچیدگی‌های روزافزون فناوری که به نوعی بر پیچیدگی‌های زندگی نیز افزوده است، بخش عمده‌ی تعلیم و تربیت فرزندان کشور برعهده‌ی مدرسه است و در این زمینه، مدرسه‌ای موفق خواهد بود که به پرورش فرزندان پویا و خلاق اهتمام بورزد. چنین مدرسه‌ای، ابتدا خود باید به کادری پویا و پرشور و مسلط مجهز باشد تا بتواند فضایی شاداب و پرشور و نشاط برای میدان دادن به رشد کنجکاوی، ابتکار، خلاقیت، معرفت و بصیرت دانش‌آموزان فراهم کند.

مدرسه مبین ینش پژوهشی است و کارکنان آن، خود انسان‌های آزاداندیشی هستند که در تعامل با یکدیگر، به شناخت خویش نیز نائل شده‌اند. آن‌ها الگویی مطلوب برای خودشناسی و کسب رموز موفقیت و لذت از آن در بین دانش‌آموزان محسوب می‌شوند. چرا که به تعبیر «یونسکو»، یادگیری در قالب سه «H» یعنی HEAD (سر)، HEART (قلب) و HAND (دست) صورت می‌پذیرد که در سه حیطه‌ی شناختی، عاطفی و روانی- حرکتی گسترش یافته است. سر به منزله‌ی اندیشه، تفکر و عقلانیت، قلب به منزله‌ی کانون عشق، مهر و ایمان، و دست به منزله‌ی توانستن و انجام دادن و کسب مهارت‌های ضروری زندگی است.

در چنین مدرسه‌ی، مشاوره و راهنمایی نقش محوری دارد و با نگرش سیستمی، در جهت نزدیک کردن همه‌ی عوامل اجرایی به هم، برای تحقق اهداف با زنجیره‌ی اصل مشارکت‌جویی در امور، مشاوره در زمان‌های بحرانی، و نظارت بر حسن اجرای برنامه‌ها، می‌کوشد. البته این در صورتی است که بدانیم و باور داشته باشیم، مشاوره فن و هنری است که اگر مشاور به آن مجهز نباشد، زیانش به‌ویژه در درازمدت، بیش‌تر خواهد بود. خطرناک‌تر از کار یک عامی است که به او چاقوی جراحی داده شود و او خیال کند که می‌تواند، نقش پزشک را ایفا کند. و ای کاش در این جراحی ناشیانه، جسم آسیب می‌دید که تا حدودی جبران‌پذیرتر از آسیب روح آدمیان است.

مشاوره علم و فنی است که بسته به فرهنگ و شرایطی که مشاور در آن کار می‌کند، ابتدا باید بومی شود تا مجریان و استفاده‌کنندگان امر مشاوره، در صورت داشتن آموزش، تعهد و پرورش لازم، بتوانند از آن به نحو احسن در جامعه و به سود مراجعان بهره بگیرند.

عمرشان روانه‌ی کانون‌های اصلاح و تربیت شوند و در آن‌جا، پس از آشنایی با جرایم متعدد، سخت‌تر به آغوش زندگی سالم بازگردند. لذا پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و عوامل تأثیرگذار در این زمینه، از دیگر وظایف مشاوران آگاه و غیور است. به یاد داشته باشیم، همواره پیشگیری از درمان ساده‌تر و ارزان‌تر است.

اساساً شناخت نوجوان و پیشگیری، از اساسی‌ترین گام‌هایی است که می‌توان در راستای رشد و توسعه‌ی نیروی انسانی جوان برداشت. شناسایی عوامل مؤثر بر ایجاد مسائل و مشکلات نوجوانی، مانند تعارض‌ها و کشمکش‌های نوجوان با خود و با دنیای کودکی‌اش، طغیان علیه مراجع قدرت، اطمینان نداشتن به بزرگ‌سالان، شکل‌گیری هویت فردی، رشد و نمو و فعالیت غدد داخلی، عدم تعادل بین بلوغ جسمی و جنسی با رشد و بلوغ اجتماعی، عاطفی و عقلی، نقص‌های بدنی و تربیتی، کمبودها در زمینه‌ی سرگرمی و تفریح سالم، و... که همگی به نحوی مشکل‌زا هستند، به همراه کنجکاوی، تأثیر گروه هم‌سالان، وجود عوامل تحریک در خانواده‌ها و محیط نوجوان، تأثیر رایانه و اینترنت، و در کل سه عامل مهم تأثیرگذار بر سلامت روانی (خانواده، مدرسه و اجتماع) در این سنین، به آسیب‌شناسی هرچه دقیق‌تر در این زمینه کمک می‌کند و بی‌توجهی به آن‌ها، عواقب وخیمی خواهد داشت.

در مشاوره و برخورد با نوجوانان، به‌منظور کاهش مشکلات شخصیتی آنان، خوب است به این نکات توجه کنیم:

- ریشه‌یابی مشکل و درمان براساس علت‌ها.
- اهمیت دادن به خواسته‌های معقول نوجوانان و ارائه‌ی تکلیف در حد وسیع، جلوگیری از طردشدگی و توجه به خواب و تفریح سالم و غذا و برنامه‌ی آن‌ها.
- کمک به پذیرش خود و خودداری از حل مستقیم مشکل آن‌ها (درگیر کردن نوجوان با مشکل خود و تشویق به تفکر و تعمق در مورد راه‌حل‌ها) که این مهم می‌تواند، در ایجاد عزت‌نفس آن‌ها نقش مهمی ایفا کند.
- کمک به نوجوان برای شناخت خود، سازگاری با محیط و استفاده از آن، و کاوش و تحقیق در مورد مسائل مذهبی و عدم ترس از شک‌های مقدس این سنین، کمک به آن‌ها برای رسیدن به یقین و هویت دینی خود، و ایجاد زمینه‌ی گفت‌وگوی صمیمی با افراد آگاه و صاحب‌نظر در این خصوص.

● قرار دادن افراد شجاع و مسئولیت‌پذیر در دایره‌ی دوستی‌های آن‌ها.

● دعا و نیایش و ارتباط با خالق یکتا، اعتماد به بی‌زهات مطلق پاکی و زیبایی، و توسل به او در سختی‌ها، باور به حمایت او در همه‌ی دشواری‌ها و آسایش‌ها، استفاده از اماکن مذهبی متناسب با سلیقه‌های خاص نوجوان و لحاظ کردن زیبایی محیط‌های روحانی.

در صورت مؤثر واقع نشدن روش‌های فوق، معرفی نوجوان و جوان به کلینیک‌های درمانی تخصصی و مراقبت‌های درمانی زیر نظر روان‌شناس و روان‌پزشک توصیه می‌شود.



تغییرات مثبتی را به علت راهنمایی دریافت شده، گزارش کردند. در این پژوهش، بر ارتباط مؤثر و مطلوب بین مشاور و مراجع تأکید شده است.

بعد از خانواده، در مدرسه است که پایه‌های بهداشت روانی جامعه شکل می‌گیرد. ارائه‌ی امر مهم مشاوره، از ابتدایی تا دانشگاه ضروری است. به‌ویژه، استفاده از فنون مشاوره‌ی تخصصی، گوش دادن فعال، انعکاس و... می‌تواند در پیشگیری بسیاری از آسیب‌های روانی-اجتماعی مؤثر واقع شود. در مقابل، رعایت نشدن بهداشت روانی در مدرسه‌ها، کمرنگ بودن فرایند مشاوره به دلایل متعدد، می‌تواند در بیمار شدن روان دانش‌آموز در جریان آموزش و پرورش مؤثر باشد. بی‌توجهی به این مهم باعث می‌شود، نوجوانان در بهترین سال‌های