

اشاره

جلب اعتماد و اعتمادسازی در روابط بین مشاور و مراجع یکی از دغدغه‌های جدی مشاوران بوده و هست، بازخوانی تجارب دیگران، فرصتی است برای مرور یافته‌های تازه، این مقاله تلاش دارد با نگاهی کوتاه به این مسأله، تجارب دیگران را در اختیار مشاوران محترم قرار دهد. بی تردید، توجه به شرایط بومی، راه را برای وصول به نتیجه‌ی بهتر، هموارتر خواهد کرد.

کارهای مدرسه زیاد هستند؟ جدایی پدر و مادرتان شما را ترسانده است؟ نگران دوستان‌تان هستید؟ احساس بی‌ارزشی می‌کنید؟

گاهی حل مشکلات به تنهایی امکان‌پذیر نیست. وقتی مشکلی به وجود می‌آید ممکن است دچار بی‌خوابی یا افسردگی شوید یا نتوانید بر تکالیف درسی تمرکز کنید. وقتی نیاز به گفتگو با کسی دارید، بهترین‌جا برای آغاز می‌تواند مشاور مدرسه (که مشاور راهنما هم نامیده می‌شود) باشد.



مشاوران مدرسه

مترجم: منا خاطری
کارشناس ارشد مشاوره



مشاوران، شما را در رویایی با مشکلات و حل آن‌ها یاری می‌کنند

مشاوران مدرسه شیوه گوش دادن و یاری را می‌دانند. آن‌ها مشکل شما را جدی می‌گیرند و شما را یاری می‌کنند تا راه‌حلی درست برای مشکل بیابید. مشاوران مدرسه برای یاری شما در همه زمینه‌ها آموزش دیده‌اند، حتی در زمینه مشکلات خارج از مدرسه مشاور می‌تواند شما را برای رویارویی با غم از دست دادن نزدیکانتان یاری کند راه ورود به دانشگاه را برایتان هموار نماید.

مشاور مدرسه شدن نیازمند آموزش‌های بسیاری است. بسیاری از مشاوران دارای مدرک کارشناسی ارشد هستند و گاهی دوره‌های خاصی را در این زمینه می‌گذرانند. یکی از نکات مثبت در مورد مشاوران این است که اطلاعات آن‌ها در مورد همه مسائل تأثیرگذار بر دانش‌آموزان، به روز است.

مشاوران مدرسه می‌توانند همه راهنمایی‌ها و حمایت‌های لازم را برای حل مشکلات و تصمیم‌گیری‌های درست، ارائه دهند. معمولاً مشکل شما هرچه که باشد، مشاور شما پیشتر متوجه آن شده است و پیشنهاد‌های بسیار مناسبی برای حل مشکلاتتان خواهد داشت. مشاوران می‌توانند شما را یاری کنند تا در برابر زورگویی دیگران از حق خود دفاع کنید، ترس را مدیریت کنید، با والدین خود گفتگو کنید، و در برابر خشم و احساسات ناخوشایند دیگر رفتاری معقول داشته باشید. افزون بر این، مشاوران می‌توانند شما را در حل مشکلات با آموزگاران، از جمله مشکلات برقراری ارتباط یا سؤال در مورد نمره، یاری کنند.

مشاوران مدرسه با دیگر انجمن‌های مدرسه، و در بسیاری از موارد با انجمن‌های بیرون مدرسه، در ارتباط هستند. بنابراین آن‌ها می‌توانند دانش‌آموزان را به مراکز دیگر از جمله مراکز درمان اعتیاد، درمانگران حرفه‌ای و حتی کلینیک‌های سلامت، ارجاع دهند.

بهتر است از خدمات حمایتی که مشاوران مدرسه ارائه می‌دهند آگاهی داشته باشید، حتی اگر فعلاً برای شما کارایی نداشته باشد. در سایت اینترنتی برخی مدارس، وظایف مشاوران و شیوه تعیین وقت قبلی شرح داده شده است. می‌توانید خدمات ارائه شده توسط مشاوران را با عناوینی چون: «چاره‌اندیشی برای دانش‌آموزان»، «خدمات برای دانش‌آموزان» یا «مشاوره برای دانش‌آموزان» بیابید.

هم چنین سایت اینترنتی مدرسه می‌تواند نقش سایر کارکنانی را که می‌توانند دانش‌آموزان را در حل مشکلات مربوط به مدرسه یاری کنند، شرح دهد. این افراد بسته به اندازه کلاس شما می‌توانند روانشناس مدرسه، معلم، مشاور تحصیلی یا شغلی، یا پرستار مدرسه باشند. نقش مشاور در هر مدرسه و محله متفاوت است، بنابراین فکر نکنید مشاور مدرسه شما و دوستان خدمات یکسانی را ارائه می‌دهند.

چگونه می‌توان مشاور را ملاقات کرد؟

گاهی در آغاز سال تحصیلی، مدرسه شما را ملزم می‌کند با مشاور ملاقات داشته باشید و گاهی نیز انجام این کار را به عهده خودتان می‌گذارند. هم چنین گاهی مشاور برای گفتگو در مورد موضوع‌های خاصی به کلاس شما می‌آید و اعلام می‌کند چه وقت‌هایی در دسترس است. در برخی مدارس، آموزگاران و مربیان بهداشت اگر بفهمند دانش‌آموزی نیاز به یاری دارد، او را به مشاور مدرسه ارجاع می‌دهند. سیاست مدارس در برقراری ارتباط بین مشاور و دانش‌آموزان یا یکدیگر متفاوت است.

هم‌چنین سایت اینترنتی مدرسه، مدیریت و یا آموزگاران مورد اعتماد، می‌توانند به دانش‌آموزان بگویند چگونه برای ملاقات مشاور وقت قبلی تعیین کنند. در بسیاری از مدارس، منشی راهنمایی وجود دارد که این ملاقات‌ها را هماهنگ می‌کند. ترجیح بسیاری از مشاوران بر این است که قرار ملاقات با برنامه درسی دانش‌آموز تداخل نداشته باشد؛ برای مثال: پیش از، بعد از و یا هنگام وقت ناهار باشد.

شاید بهتر باشد حتی اگر مشکلی نداشته باشید مشاور مدرسه را ملاقات کنید و با او آشنا شوید. این امر موجب می‌شود در موارد بحران برای مراجعه به مشاور احساس راحتی داشته باشید. وقتی از پیش احساس کنید با مشاور راحت هستید، آسان‌تر می‌توانید در مورد مسائل ناخوشایند با او گفتگو کنید. هم‌چنین وقتی که در میانه مشکلات نباشید، دیدار مشاور این فرصت را به شما می‌دهد تا در مورد رازداری و شیوه عملکرد او برای حل مشکلات گفتگو نمایید.

ملاقات‌های دانش‌آموز - مشاور

جلسات مشاوره با دانش‌آموزان به دو روش فردی یا گروهی برگزار می‌شود. اما متداول‌ترین شیوه برای دانش‌آموزان ملاقات‌های فردی است که، تنها با حضور مشاور و دانش‌آموز انجام می‌شود. بسیاری از مشاوران مدرسه اتاقی دارند که می‌توانید آنجا بنشینید و گفتگو کنید.

در گفتگو با مشاور مدرسه لازم نیست بدانید که دقیقاً چه چیزی شما را آشفته کرده است. می‌توانید تنها به این دلیل که احساس ناخوشایندی دارید یا عملکرد شما در مدرسه آن‌طور که می‌خواهید نیست، با هم صحبت کنید. این وظیفه مشاور مدرسه است تا افراد را یاری کند و بفهمد که مشکل چیست. در حقیقت، بهتر است به محض این‌که متوجه مشکلی شدید، حتی اگر دقیقاً ندانید که مشکل چیست، نزد مشاور بروید. وقتی مهارت کافی و حمایت مشاور پشتوانه شما باشد سریع‌تر می‌توانید مشکل را حل کنید.

تعداد جلسات مشاور به نوع مشکل شما و در نهایت، به تصمیمتان بستگی دارد. برخی مشکلات با یک جلسه حل می‌شوند در حالی که برخی دیگر نیازمند ملاقات‌های منظم هستند.

هم‌چنین گاهی مشاوران برای دانش‌آموزان جلسات مشاوره گروهی

ترتیب می‌دهند. ملاقات‌های گروهی برای افرادی که با مشکلات مشابه، از جمله طلاق، ربو و روبرو هستند بسیار سودمند است. افراد در این گروه‌ها می‌توانند احساسات‌شان را با یکدیگر در میان بگذارند و مهارت‌های رویارویی را بیاموزند. نه تنها در مشاوره‌های گروهی با نظریه‌های مختلف آشنا می‌شوید، بلکه درمی‌یابید دانش‌آموزان دیگر نیز احساساتی شبیه به شما دارند و شما را درک می‌کنند.

افزون بر این، گاهی مشاوران به کلاس می‌آیند تا مسائلی چون مهارت‌های مطالعه را که برای همه دانش‌آموزان سودمند است، آموزش دهند.

گاهی جلسه مشاور با شما باید با حضور آموزگار یا والدینتان برگزار شود، به ویژه اگر از آموزگار یا والدین خواسته شود در جلسه حضور داشته باشند.

محرمانه بودن جلسه مشاوره

در جلسات مشاوره انفرادی، گفتگوی بین شما محرمانه خواهد بود. مشاور، موضوع شما را در مدرسه فاش نخواهد کرد. با این وجود، هر مدرسه در این مورد سیاست خاص خود را دارد. بنابراین بی‌پرده از مشاور خود بپرسید چه چیزی در جلسه محرمانه خواهد ماند.

مشاور در مواردی استثنایی نمی‌تواند به اصل رازداری پایبند بماند. قانون، مشاور را موظف می‌دارد که اگر احساس کرد فردی در معرض خطر قرار دارد مسئولین را در جریان امر قرار دهد. حتی در این موارد استثنایی نیز مشاور تنها این اطلاعات را برای افرادی بازگو می‌کند که باید از آن آگاهی داشته باشند.

گاهی اوقات دانش‌آموزان از مراجعه به مشاور، واهمه دارند. این واهمه ممکن است از عکس‌العمل هم‌کلاسی‌هایشان باشد که خیال می‌کنند دوستشان دچار مشکلی جدی شده است. نیازی نیست دوستان و هم‌کلاسی‌های شما بدانند به مشاور مراجعه می‌کنید مگر این که خود شما بخواهید به آن‌ها بگویید.

مشاور مدرسه که از زندگی شما جدا است، بزرگسال بی‌طرفی که نه والد، نه خویشاوند، و نه آموزگار است. مشاور مدرسه، درمانگر نیست. (بنابراین مراجعه به مشاور نمی‌تواند به معنای روان‌درمانی باشد.) اگر نیاز به یاری در زمینه‌ای داشته باشید که مشاور نتواند شما را یاری کند، اطلاعات لازم برای مراجعه به متخصص از جمله نام درمانگر را به شما خواهد داد.

مهم نیست مشکل شما چیست، تلاش کنید به مشاور به عنوان طرفدار و حمایت‌کننده خود بنگرید. حتی اگر در گذشته از مشاور یا درمانگری تجربه‌ی ناخوشایند داشته‌اید، در مراجعه به مشاور مدرسه درنگ نکنید. اگر نتوانستید با مشاور کنونی خود ارتباط برقرار کنید، از دفتر مشاوره بپرسید تا شما را در مراجعه به مشاور دیگری راهنمایی کند. مشاوران با یکدیگر متفاوت هستند، و همه آن‌ها می‌دانند گاهی می‌شود

با افرادی راحت‌تر از دیگران بود.

اگر متوجه شدید والدین شما مشاور مدرسه را می‌شناسند، هیچ‌ان‌زده نشوید. حتی ممکن است آن‌ها با یکدیگر در تماس باشند. گاهی مشاوران جلسه‌هایی را برای والدین، به همراه یا بدون فرزندان، در مورد موضوع‌هایی چون مهارت‌های مطالعه یا پیش‌گیری از استعمال مواد مخدر، ترتیب می‌دهند. وقتی همه چیز خوب پیش می‌رود، برای مشاور و والدین بهتر است همدیگر را بشناسند. بدین شیوه، اگر مشکلاتی چون آزار دیدن شما از سوی زورگویان مدرسه یا مرگ فردی از افراد خانواده پیش آید، و لازم شود از مدرسه خارج شوید، آن‌ها می‌توانند به راحتی با یکدیگر همکاری داشته باشند.

مطمئن باشید هر آنچه در جلسه مشاوره گفته شود بین شما و مشاور خواهد ماند، مگر این که مشاور احساس کند شما قصد آسیب رساندن به خود یا دیگری را دارید.

وظیفه مشاوران مدرسه، یاری شما در تجربه کردن مدرسه به بهترین شیوه است. امروزه نقش مشاور مدرسه با دوره والدین شما کاملاً متفاوت است. امروزه مشاوران به جای این که فقط به تکالیف درسی و مشاغل توجه داشته باشند، حضور گسترده‌تری برای دانش‌آموزان دارند. آن‌ها دانش‌آموزان را یاری می‌کنند تا بتوانند اکثر مشکلاتی را که مانع یادگیری می‌شوند حل کنند و دانش‌آموزان را به سوی آینده‌ای پرثمر سوق دهند و تلاش می‌کنند که محیط خوشایندی مگر این که مشاور احساس کند شما قصد آسیب رساندن به خود یا دیگران را دارید برای همه افراد مدرسه ایجاد کنند.

رسانی و مطالعات فرهنگی
ترا جامع علوم انسانی

