

مشاوره گروهی

راهبردها و مهارت‌ها

پتی ادوین استیل

ترجمه:

دکتر روح اله رحیمی

الهه افشاری، مریم سادات اعتمادی

رضا سعیدی ابواسحق، محمود شاکرمی و محمدرضا سعیدیان

ویراستار علمی:

دکتر روح اله رحیمی



انتشارات آوای نور

تهران - 1403

سرشناسه	: استیل، پتی ادوین
عنوان و نام پدیدآور	: Steel, Patty Edwin مشاوره گروهی: راهبردها و مهارت‌ها/ پتی ادوین استیل؛ ترجمه روح‌اله رحیمی ... [و دیگران]؛ ویراستار علمی روح‌اله رحیمی.
مشخصات نشر	: تهران : آوای نور، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری	: ۱۴۰ ص: مصور (رنگی).
شابک	: 978-622-383-107-2
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: عنوان اصلی: Group counseling strategies and skills .
یادداشت	: ترجمه روح‌اله رحیمی، الهه افشاری، مریم‌السادات اعتمادی، رضا سعیدی‌ابواسحاقی، محمود شاکرمی، محمدرضا سعیدیان.
موضوع	: مشاوره گروهی Group counseling رهبری Leadership مشاوره گروهی -- جنبه‌های اخلاقی Group counseling -- Moral and ethical aspects
شناسه افزوده	: رحیمی، روح‌اله، ۱۳۵۸-، مترجم، ویراستار
رده بندی کنگره	: ۶۳۷BF
رده بندی دیویی	: ۳۵/۱۵۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۹۷۹۱۹۵۹
اطلاعات رکورد	: فیپا
کتابشناسی	

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



مشاوره گروهی - راهبردها و مهارت‌ها

تألیف: پتی ادوین استیل

ترجمه: دکتر روح اله رحیمی، الهه افشاری، مریم سادات اعتمادی،

رضا سعیدی ابواسحق، محمود شاکرمی، محمدرضا سعیدیان

ناشر: آوای نور

چاپ: اول 1403

شمارگان: 200 نسخه

شابک: 978-622-383-107-2

تهران، میدان انقلاب، خیابان 12 فروردین، خیابان شهید وحید نظری،

پلاک 99، طبقه دوم تلفن: 6 و 66967355 / شماره: 66480882

قیمت 170000 تومان

همه حقوق برای مترجم محفوظ است.

در این راهنمای جامع برای مشاوره گروهی،
راهبردها و مهارت‌های ضروری مورد نیاز برای تسهیل و
هدایت مؤثر جلسات گروه درمانی را مرور خواهید کرد. این کتاب
یک شیرجه عمیق به دنیای مشاوره گروهی ارائه می‌دهد
و همه چیز را از تاریخچه و مبانی نظری گرفته تا فنون عملی
برای رهبری گروه‌های موفق را در بر می‌گیرد.

فهرست مطالب

- پیشگفتار مترجمان 9
آنچه در این کتاب مرور می‌شود 13

فصل اول : معرفی مشاوره گروهی

- تعریف و هدف مشاوره گروهی 15
مزایای مشاوره گروهی 16
تاریخچه و روند تکامل مشاوره گروهی 16
انواع مشاوره گروهی 17
موقعیت‌های مشاوره گروهی 18
عوامل مؤثر بر نتایج مشاوره گروهی 19
چالش‌ها و محدودیت‌های مشاوره گروهی 20
راهبردهایی برای مشاوره گروهی مؤثر 21
ارزیابی نتایج مشاوره گروهی 22
بهبود مستمر و سازگاری در مشاوره گروهی 23
ادغام فناوری با مشاوره گروهی 24
مشاوره گروهی توانمند از نظر فرهنگی 25
همکاری بین رشته‌ای در مشاوره گروهی 26
ملاحظات قانونی و اخلاقی در مشاوره گروهی 27
جهت‌گیری‌های آینده در مشاوره گروهی 29

فصل دوم : فرایند مشاوره گروهی

- 31..... مراحل رشد گروه
- 33..... پویایی های گروه
- 35..... ایجاد قواعد و نقش های گروهی
- 38..... مدیریت تعارضات و چالش ها در مشاوره گروهی

فصل سوم : نظریه های مشاوره گروهی

- 41..... گروه درمانی روانکاوی
- 42..... گروه درمانی آدلری
- 44..... گروه درمانی شناختی-رفتاری
- 47..... گروه درمانی وجودی
- 49..... گروه درمانی شخص محور
- 51..... گروه درمانی گشتالتی
- 54..... گروه درمانی راه حل محور

فصل چهارم : مهارت های مشاوره گروهی

- 57..... گوش دادن فعال و پاسخ دهی
- 60..... تسهیل بحث گروهی
- 62..... ترغیب مشارکت و درگیرشوندگی
- 64..... توسعه همدلی و هوش هیجانی
- 67..... ارائه بازخورد و انعکاس
- 69..... ارتقای خودآگاهی و بینش

فصل پنجم : رهبری گروهی

73.....	نقش رهبر گروه
75.....	سبک‌های رهبری گروهی
78.....	ارتباط مؤثر در مشاوره گروهی
80.....	ایجاد اعتماد و امنیت
83.....	پرورش انسجام گروهی
86.....	ارزیابی پیشرفت و نتایج گروه

فصل ششم : مشاوره گروهی با افراد خاص

89.....	کودکان و نوجوانان
92.....	بزرگسالان
96.....	زوج‌ها و خانواده‌ها
99.....	سوء مصرف مواد و اعتیاد
103.....	بازماندگان تروما
106.....	سوگ و فقدان
109.....	فرهنگ و جمعیت‌های متنوع

فصل هفتم : مسائل اخلاقی در مشاوره گروهی

113.....	رازداری و حریم خصوصی
116.....	رضایت آگاهانه
119.....	مرزها و روابط دوگانه
122.....	صلاحیت و نظارت
124.....	پرداختن به مسائل فرهنگی و تنوع
127.....	تصمیم‌گیری اخلاقی

فصل هشتم : آینده مشاوره گروهی

- 131 پیشرفت در فناوری و مشاوره گروهی آنلاین
- 133 پژوهش و عمل مبتنی بر شواهد
- 134 ادغام علوم اعصاب و مشاوره گروهی
- 136 صلاحیت چندفرهنگی و دیدگاه‌های جهانی
- 138 نقش مشاوره گروهی در سیاست‌گذاری و حمایت از سلامت روان

پیشگفتار مترجمان

انسان به طور ذاتی موجودی اجتماعی است و اعمال و رفتار او تا حد زیادی متأثر از آداب و رسوم و شرایط اجتماعی است. ژاکوب مورنو، روانپزشک رومانیایی و خالق گروه درمانی، جمله معروفی دارد که گویای اثرات پیدا و پنهان گروه بر انسان است: «انسان در گروه متولد می‌شود، در گروه زندگی و کار می‌کند و در گروه بیمار و تیمار می‌شود.»

اگر به آغاز تاریخ زندگی بشر برگردیم، متوجه می‌شویم که انسان بدون حضور در گروه، حتی نمی‌توانست بقای خویش را تضمین کند! انسان بدون تعلق به گروه، احساس امنیت نمی‌کند. در واقع، گروه‌ها اجزای بنیادی زندگی اجتماعی ما را تشکیل می‌دهند و چه بخواهیم و چه نخواهیم، زندگی ما انسان‌ها در احاطهٔ انواع و اقسام گروه‌هاست.

گروه آن چنان در زندگی آدمی ریشه دوانیده است که انسان برای تأمین نیازهای خود در حوزهٔ تعلق و امنیت، منافع گروه را بر منافع خودش ترجیح می‌دهد! در جایی می‌خواندم در ژاپن اگر کسی بخواهد، خودش را معرفی کند؛ نمی‌گوید من، مثلاً آقا یا خانم فلانی از انجمن... هستم؛ اگر چنین چیزی بگوید دیگران او را یک آدم عاری از ادب خطاب می‌کنند؛ بنابراین می‌گوید من، از انجمن... آقا یا خانم فلانی هستم! یعنی فرد، اول گروهی را که به آن تعلق دارد، معرفی می‌کند و سپس خودش را. این یعنی اگر کسی گروه نداشته باشد؛ هویت ندارد! بر همین اساس، خیلی از زنان خانه‌دار در

ژاپن از سازمان‌ها و ادارات مختلف می‌خواهند که اجازه بدهند آنها هفته‌ای دو ساعت تایپ‌های غیر محرمانه‌شان را به صورت رایگان انجام دهند! فقط برای این که برای معرفی خود بگویند: «من از اداره یا سازمان فلان ... هستم». یعنی انسانی که هویت اجتماعی ندارد، اصلاً به عنوان یک انسان شناخته نمی‌شود و هنوز اجتماعی نشده است¹.

گروه درمانی هر چند که با اقدامات مورنو نضج گرفت، اما تاریخ بسیار دور و درازی دارد. از قرن هجدهم؛ یعنی زمانی که آنتوان مسمر، پزشک آلمانی در مطبش در وین به طور اتفاقی تلقین درمانی یا هیپنوتیزم گروهی را بنیان‌گذاری کرد، گروه درمانی نیز به صورت غیررسمی متولد شد و متخصصان علوم رفتاری و سایر علوم متوجه اهمیت گروه در سبب‌شناسی و درمان مشکلات روانی و اجتماعی و حتی جسمانی² شدند. هر چند که به نظر من، زمانی که مورنو در سال 1912 با استادش زیگموند فروید ملاقات کرد و آن جملات تاریخی را بر زبان آورد، گروه درمانی تازه جان گرفت و به طور رسمی آغاز شد. مورنو در پاسخ به فروید که پرسید، چه می‌کنی؟ جواب داد: «من از جایی آغاز می‌کنم که پایان راه شماست! شما با بیماران‌تان در محیط تصنعی دفترتان ملاقات می‌کنید، من با آنان در کوچه و در خانه و در محیط زندگی معمولی‌شان دیدار دارم.»

سال‌ها بعد از مورنو نیز یکی از پیشگامان خانواده درمانی به نام موری بوئن در حین کار با والدین دارای فرزند مبتلا به اسکیزوفرنی، با بیان مفهوم

1. این مطلب در سایت دکتر سرگلزایی در مقاله‌ای تحت عنوان "اجتماعی شدن" نقل شده است.

2. برخی بر این باورند که اولین گروه درمانی توسط یک پزشک آمریکایی به نام کلت انجام شد. او که متخصص درمان مسلولین بود برای تعدادی از بیمارانش به صورت گروهی، یک دوره آموزشی برگزار کرد. کلت متوجه شد افرادی که در این گروه‌ها شرکت کردند، روند سریع‌تر و بهتری در درمان دارند.

دربِ چرخان^۱، تأثیرات بی بدیل گروه را در بروز اختلالات روانی و عود کردن علائم آن نشان داد. آن جایی که بوئن در مطالعات طولی خود روی بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی و خانواده‌هایشان متوجه شد که بیماران مبتلا با بازگشت به خانه، در اثر تعاملات و بازخوردهای جمعی اعضای خانواده، دوباره به نشانگان بیماری پناه برده و درب‌های چرخان، دائما آنها را بین مسیر خانه و بیمارستان می‌چرخانند.

درست زمانی که احساس می‌کنیم، مشکلات مان سنگین‌تر از آن چیزی است که به تنهایی از پس آن برآییم و یا زمانی که به شدت احساس تنهایی می‌کنیم و نیاز به حمایت داریم، اینجا دقیقا جایی است که مشاوره گروهی و گروه درمانی می‌تواند خیلی به ما کمک کند. مشاوره گروهی نه تنها برای حل مشکلات و مسائل می‌تواند به ما کمک کند، بلکه فرصتی مناسب برای برقراری ارتباطات بهتر و دریافت احساس امنیت و همدلی نیز فراهم می‌آورد.

پژوهش‌های متعددی در طول تاریخ روان درمانی، برتری و کارایی بیشتر مشاوره گروهی بر درمان فردی را تأیید کرده‌اند. به نظرم شاید اولین و مهم‌ترین دلیل آن، عاملی تحت عنوان، عمومیت باشد! می‌دانید که اولین قدم برای تغییر، پذیرش است. معمولا در درمان‌های فردی، میزان مقاومت درمانجو بالاست ولی در گروه درمانی، وقتی درمانجو سایر اعضای گروه را می‌بیند که آنها نیز با مشکلی مشابه دست و پنجه نرم می‌کنند، مقاومت و انکارش در هم شکسته می‌شود و با پذیرش مشکل توسط درمانجو، مسیر برای تغییر بیشتر باز می‌شود. عمومیت، اغلب زمانی رخ می‌دهد که اعضای گروه متوجه می‌شوند تنها قایق شکستگان این دریا آنها نیستند! و دیگران هم به نوعی گرفتار شده‌اند.

1. Revolving door
2. generality

مروری بر کتاب‌های تألیفی و ترجمه در حوزه مشاوره گروهی و گروه درمانی در ایران نشان می‌دهد، جای یک کتاب جامع ولی کم حجم که متناسب با ترم‌های دانشگاهی باشد، در بین آثار منتشر شده خالی است و خود من به عنوان کسی که سالیان درازی درس مشاوره گروهی و گروه درمانی را در دانشگاه‌های مختلف تدریس کرده، حس کرده‌ام که هنوز به نیمه‌های کتاب نرسیده‌ایم، ترم تحصیلی تمام می‌شود! و این کتاب دقیقاً همان چیزی بود که من سال‌ها به دنبالش می‌گشتم تا دانشجویان رشته‌های مشاوره و روانشناسی در تمام مقاطع تحصیلی به عنوان یک منبع درسی برای دروس مشاوره گروهی، گروه درمانی و سایر دروس مشابه از آن استفاده کنند. البته کم حجم بودن کتاب به معنای ناقص بودنش نیست! بلکه به نظرم مؤلف کتاب (ادوین استیل) با تمرکز بر اصل مطالب، به تمامی آنچه یک متخصص برای مشاوره گروهی و گروه درمانی نیاز دارد، اشاره کرده است و اضافه بر آن، با مثال‌ها و نمونه‌های منحصر به فرد، کار را برای فهم مطالب توسط مخاطب کاملاً راحت کرده است.

در پایان جا دارد از دانشجویان عزیز در دوره دکتری رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بروجرد (خانم‌ها افشاری و اعتمادی و آقایان ابواسحقی، شاکرمی و سعیدیان) تشکر کنم که در فرآیند ترجمه این کتاب ارزشمند، بنده را همراهی کردند. همچنین از نشر وزین آوای نور و جناب آقای حسینی که امکان انتشار این اثر تخصصی را فراهم کردند، نهایت قدردانی و سپاس را دارم.

روح اله رحیمی

شهریورماه سال 1403

(دکتری تخصصی مشاوره)