

مدرسه راه حل مدار

عباس مرزبان^۱، هما وعده^۲، بهنوش فروزش^۳

^۱ دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه اصفهان

^۲ کارشناسی ارشد رشته برنامه ریزی آموزشی

^۳ کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

نویسنده مسئول:

عباس مرزبان

چکیده:

هدف این مقاله معرفی ویژگی‌ها و شرایط ایجاد مدرسه راه حل مدار می‌باشد. بخش‌های اصلی این مقاله شامل معرفی رویکرد راه حل مدار و همچنین ویژگی‌ها، شرایط، پیش فرض‌های عملی در هدایت فرایند مشاوره و وظایف عمده مشاوره مدرسه راه حل مدار می‌باشد. مداخلات درمان کوتاه مدت راه حل مدار معمولاً بسیار کوتاه مدت بوده و شامل تعداد کمی جلسه و یا حتی یک جلسه باشد که در آن بر رابطه درمانی دوستانه بین مراجع و مشاور تأکید می‌شود. این رویکرد عمل‌گرا و انعطاف‌پذیر بوده و تغییرات کوچک می‌تواند به نتایج بزرگ بیانجامد. در آن به جای تمرکز بر خود مشکلات، به شناسایی و تقویت استثنای مشکلات مراجعان می‌پردازد. با توجه به تعداد زیاد دانش آموزان و اینکه مشاوران، کار زیاد و زمان کمی دارند لازم است مشاوران در فکر ایجاد شرایط خاصی باشند که در آن بتواند از پتانسیل‌های موجود در مدرسه استفاده کنند بر این اساس ایده مدرسه راه حل مدار ابداع گردید برای ایجاد مدرسه راه حل مدار لازم است مشاور مدرسه همواره فعالانه، فلسفه، راه حل مداری را به همه‌ی کارکنان مدرسه آموزش دهد. از زبان جدیدی استفاده کند و شرایطی را فراهم نماید تا مدیران، از کنترل بیش از اندازه‌ی امور دست بردارند و دیگر کارکنان، برای بالا بردن کیفیت کار، مسئولیت بیشتری را در خود احساس می‌کند همچنین از معلمین هم به عنوان بخشی از اولین مداخله کننده‌ها، استفاده نموده و در فرایند تغییر و ایجاد راه حل آنها را دخیل نمایند. آموزش مفاهیم اصلی فعالیت راه حل مدارانه به معلمان، به آنها کمک می‌کند تا روشی عملی را در پیگیری مشکلات دانش آموزان، بیاموزند.

کلید واژه: مدرسه راه حل مدار، مشاور مدرسه راه حل مدار.

مقدمه:

در مشاوره مدرسه زمان به سرعت در حال گذر است و شما غرق در مسئولیت‌های خود هستید و زمان کمی جهت کار کردن با دانش آموزان در اختیار دارید. ممکن است احساس دلسردی کنید که چرا فقط چند جلسه ی کوتاه می توانید به دانش آموزان دارای مشکل اختصاص دهید. که در آن نمی‌توان نتیجه‌ی خوبی بدست آورد. از آنجا که انگیزه اصلی خودتان از مشاور مدرسه شدن کمک به دانش-آموزان بوده ممکن است دانش‌آموزان، شما را از خواب غفلت بیدار کنند و شما را به سوی رویکردی کوتاه مدت سوق دهند. و وارد زمینه-های درمانی دیگری شوید. همانطور که استفاده از این روش جدید برای تغییر تمرکز از مشکلات به راه حل می‌باشد شروع به توجه به تغییرات مثبت در دانش‌آموزان می‌کنید. آنها با اعتماد به نفس بیشتری شروع به رسمیت شناختن نقاط قوت و منابع خود را که قبلاً از آنها دور مانده بودند، می‌کنید. جلسات شما یک تمرکز مثبت در دانش‌آموزان نسبت به تکرار موفقیت‌های خود، و ایجاد موفقیت‌های دیگر بر اساس موفقیت‌های قبلی می باشد. و در دانش‌آموزان یک احساس خوش بینی و انرژی و امید در انجام همه ی کارها در جلسات مشاوره ایجاد می کنید (فرانکلین، موری، کلی، هاپسون، لورا؛ ۲۰۰۸).

تمرین‌های مشاوران مدارس باید بر اساس واقعیت‌های محیط مدرسه باشد نه بر اساس استراتژی‌های مشاوره در آموزش و پرورش. برنامه های آموزش و پرورش در خصوص مشاوره به طور معمول نظری، بر مدل های مشاوره که نیاز به درمان‌های بلندمدت‌تر، عمیق‌تر و نیاز به زمان بیشتری دارند تاکید می‌کنند. درمان‌های طولانی‌مدت و عمیق، فراتر از محدوده مدرسه و وظایف مشاور است. اگرچه درک محتوای نظری روانکاوی، گشتالت درمانی، رفتاری، تجزیه و تحلیل تعاملاتی، عقلانی عاطفی الیس، آدلری و مشاوره شخص محور برای مشاوران مهم است ولی انتظار از مشاوران برای اعمال این مدل ها در مدرسه غیر واقعی است. علاوه بر این، بسیاری از روش‌های مشاوره مورد استفاده در آموزش و پرورش بر روی مشکلات تمرکز می‌کنند، بنابراین یادآوری می‌کنند که مشکلی با مراجع همراه است. این تاکید بر مشکل معمولاً به بررسی گسترده و وقت‌گیری از مشکلات، تاریخ، و علل منجر می شود.

رسانه ها، تلویزیون و روزنامه آگهی های هم در ترویج مشاوره با تکیه بر تلفظ عدم توانایی مردم برای مقابله با مسائل روزمره تاکید می‌کنند. دانش‌آموزان در معرض این توصیف ممکن است خود را به عنوان ناکارآمد تلقی نمایند و بیشتر بر صفات منفی خود تمرکز داشته باشند. با این دیدگاه بی میلی دانش‌آموزان به صحبت با مشاوران قابل درک است. با این وجود روند های مراقبت های بهداشتی نشان دهنده چیزی است که در حال حاضر در عرصه سلامت روان خواستار تغییرات فوری قابل مشاهده می‌باشند. مشاور موثر و سریع به منظور محدود کردن تعداد جلسات که برای آنها هزینه پرداخت خواهد شد می‌باشد. شکست برای بازسازی یک فرد می تواند بلافاصله به از دست دادن اعتماد به نفس در مشاوران و روند مشاوره شود.

خوشبختانه، مشاوران مدرسه در حال حاضر یک رویکرد مشاوره نوآورانه در مشاوره کوتاه مدت راه حل مدار فراهم کرده‌اند که راه‌حلی برای این معضلات می باشد. درمانگران راه حل مدار بر این باورند که کار آنها بر خلاف درمان شناختی رفتاری است. آنها موضع متخصص در ارتباط با مراجعان خود اتخاذ نمی‌کنند. از ناکارآمدی نسبی راه‌حل‌های تولید شده توسط درمانگران در مقایسه با راه‌حل‌هایی تولید شده توسط مراجعان آگاه‌اند. درمان شناختی رفتاری در اوایل دهه ی ۱۹۸۰ از آمریکا به بریتانیا آمد. ولی با این حال، درمان راه حل مدار به عنوان درمان کوتاه مدت در انگلستان بهتر شناخته شده است، کتاب‌های درسی و ادبیات درمان شناختی رفتاری به تدریج بیشتر به مشارکتی و مراجع محور تبدیل شده‌اند. درمانگران راه حل مدار بیشتر مایل به ترکیب کار خود را با روش‌های دیگر در صورتی که راه‌حل‌ها نیاز به آنها داشته باشند روی آورده‌اند (میلنر، ۲۰۰۱). در حال حاضر اشکال مختلف خانواده درمانی، سازگار با محیط مدرسه استفاده شده است (اپیتون، ۱۹۷۶؛ داولینگ و آزبورن^۴ ۱۹۸۵). این نویسندگان از جلسات مشترک، که در آن اعضای خانواده و کارکنان مدرسه مرتبط با مشکل با هم در محیط مدرسه ملاقات کرده تا در مورد نگرانی‌ها و مداخلات درمانی صحبت نمایند. استفاده از رویکرد راه حل مدار در مدارس یک برنامه بسیار جدید است (رودس و اجمال^۵ ۲۰۰۴).

رویکرد راه حل مدار نیاز به بررسی سوابق تاریخی مشکلات مراجعان و بررسی‌های عمیق مشکلات را حذف نموده و از این طریق به طور چشمگیری باعث کوتاه شدن زمان مورد نیاز برای مشاوره شده است. مشاوران راه حل مدار، با استفاده از کلمات مراجعان خود، برای مراجعان آسان تر درک و همچنین به رسمیت شناختن توانایی‌های دانش‌آموزان برای برقراری ارتباط باعث ایجاد یک وضعیت ایده‌آل خواهد شد (مورفی، ۲۰۰۸). درمان راه حل مدار شامل فرض‌های نیرو بخشی می‌باشد. افراد سالم هستند، افراد با کفایت هستند آنها از

¹ Franklin, Moore, Kelly; Hopson, Laura

² solution focused brief counseling

³ Aponte

⁴ Dowling and Osborne

⁵ Rhodes & Ajmal

توانایی ایجاد کردن راه‌حلهایی که می‌تواند زندگی آنها را بهتر کند، برخوردارند (پروچسکا، ترجمه ی سید محمدی، ۱۳۸۷). در این رویکرد استثنایا به عنوان نمونه هایی از توانایی‌های قبلی مراجعان به سمت ایجاد راه‌حل خدمت می‌کنند. آنها همچنین به مراجعان یادآوری می‌کنند که مشکلات "همیشه قدرتمند نیستند و برای همیشه وجود ندارند" (کوری، ۲۰۰۹). مهمتر از همه، از سوالات استثنا برای بیرون کشیدن منابع و نقاط قوت مراجعان که آنها قبلاً داشته‌اند برای حل مشکلات استفاده می‌شود. پایه این رویکرد بر اساس تمرکز بر نقاط قوت، استثنائات به مشکل و اهداف آینده، و نه توجه بر مشکلات و نقاط ضعف می‌باشد (ریس، ۲۰۰۳). مداخلات درمان کوتاه مدت راه‌حل‌مدار معمولاً بسیار کوتاه‌مدت بوده و امری غیر معمول نیست درمان شامل تعداد کمی جلسه و یا حتی یک جلسه باشد (کورکوران و فیلیا، ۲۰۰۹). در درمان راه‌حل‌مدار اعتقاد بر این است که یک روش خطی و یا مستقیم که مشکل را حل کند، مؤثر نیست. در این روش، هدفهای درمانی به صورت مثبت فرمول‌بندی می‌شوند: مثلاً به جای «حذف جر و بحث» به صورت «توانایی حل مسئله از طریق بحث آزاد» چارچوب‌بندی می‌شوند (سعیدی و همکاران، ۱۳۸۵).

توجه رویکرد راه‌حل‌مدار معطوف به راه‌حل بوده (شوارتز و همکاران، ۲۰۰۲) و در آن بر رابطه درمانی دوستانه بین مراجع و مشاور تاکید شده (بهراری، ۱۳۸۸) که البته در این رابطه مراجع کارشناس ارائه‌ی راه‌حل‌های بالقوه برای خود است (مک فارلند، ۱۹۹۵). این رویکرد عمل‌گرا و انعطاف‌پذیر بوده (برگ و میلر، ۱۹۹۲) و تغییرات کوچک می‌تواند به نتایج بزرگ بیانجامد (گاترمن، ترجمه‌ی فاتحی‌زاده و میرنیام، ۱۳۹۰). این رویکرد آینده‌محور (بورویل و چن، ۲۰۰۶)، تغییر را امری دائمی و اجتناب‌ناپذیر دانسته (میلنر و اوباین، ۲۰۰۲) و به جای تمرکز بر خود مشکلات، به شناسایی و تقویت استثنایهای مشکلات مراجعان می‌پردازد (ویلیامز، ۲۰۰۰). همچنین مشاوره راه حل‌مدار هدف‌گرا (والتر و پیلر، ۱۹۹۲)، مختصر و کوتاه‌مدت بوده و تاکید بر توجه داشتن به زمان و استفاده عاقلانه از آن مدنظر می‌باشد.

اهداف در مشاوره‌ی راه‌حل‌مدار از قبل تنظیم شده نیستند و درباره‌ی هر مراجعی اهداف متفاوت و منحصر به فرد هستند. درمانجویان از این نظر که چه هدفهایی را می‌خواهند تدوین کنند، مهارت دارند. هدفها همیشه برای هر درمانجویی بی‌همتا هستند و خود درمانجو آنها را برای آینده‌ای بهتر تدوین می‌کند (بهراری، ۱۳۸۸). اهدافی که به بخوبی سازمان یافته باشند دارای ویژگی‌هایی مثل اولاً نماینگر وجود چیزی، به جای نبودن آن ثانیاً به زبان مراجع و عاری از اصطلاحات تخصصی و به صورت مثبت ثالثاً واقع‌گرایانه و برای مراجع قابل قبول بوده و به صورت مشترک به وسیله مشاور و مراجع تدوین شوند رابعاً عملی و قابل اجرا و در نگاه اول، کوچک ولی قابل گسترش به نظر می‌رسند و در نهایت اختصاصی، رفتاری، قابل مشاهده و قابل اندازه‌گیری می‌باشند (برگ و میلر، ۱۹۹۲).

بر اساس تحلیل‌های متعدد از نتایج تحقیقات در مورد مشاوره و روان‌درمانی، (اسای و لامبرت، ۱۹۹۹؛ لامبرت و اوگلز، ۲۰۰۴) نتیجه گرفتند که نتایج مؤثر در درجه اول نتیجه چهار عامل مشترک تغییر می‌باشند که درصد تاثیر این عوامل در کمک به نتایج موفقیت آمیز، به شرح زیر است:

الف) عوامل مراجع (۴۰٪ از تغییر را باعث می‌شوند): هر چیزی که مراجع با خود به مشاوره می‌آورد شامل: نقاط قوت، علائق، نگرش‌ها، ارزش‌ها، حمایت اجتماعی، انعطاف‌پذیری، و منابع دیگر

ب) عوامل ارتباط (۳۰٪ از تغییر را باعث می‌شوند): تجربه مراجع از احترام، همکاری، پذیرش، و اعتبار نسبت به مشاور

ج) عوامل امید (۱۵٪ از تغییر را باعث می‌شوند): انتظار و پیش‌بینی مثبت مراجع از تغییر

د) عوامل مدل / روش (۱۵٪ از تغییر را باعث می‌شوند): مدل نظری و تکنیک‌های مداخله‌ای مشاور (مورفی، ۲۰۰۸).

می‌توان گفت مشاوره راه‌حل‌مدار با توجه به اینکه این شرایط تغییر را در دل خود دارد از اثربخشی ویژه‌ای برخوردار می‌باشد. و این امر باعث افزایش استفاده از این رویکرد کوتاه‌مدت شده است به طوری که استفاده از رویکرد راه‌حل‌مدار در تمام زمینه‌های مشاوره به ویژه در مدارس برای ارائه مداخلات عملی برای دانش‌آموزان، معلمان و والدین افزایش یافته است یکی از جنبه‌های که این رویکرد را برای دانش‌آموزان و کودکان مناسب کرده است استفاده از زبان و واژگان آنها و هدایت آنها به سمت اقدامات مثبت است. در واقع مدیران و والدین اکثراً می‌خواهند که فرد مراجعه کننده را برای جلوگیری از انجام کاری (مبارزه، هم زدن، بد صحبت کردن) ترغیب نمایند. در

¹ Corey

² Rees

³ Schwartz et al

⁴ McFarland

⁵ Milner & O'Byrne

⁶ Asay & Lambert

⁷ Lambert & Ogles

حالی که به انجام رساندن اهداف منفی بسیار دشوار است. ولی تمرکز بر رفتارهای مثبت در کودکان و ترغیب به انجام دادن کاری قابل انجام می باشد (فرانکلین، بیویر، مور، کلمونس، و اسکاماردو^۱، ۲۰۰۱).

تغییر جوهر مشاوره در مدارس و جاهای دیگر است. دانشجویان وارد مشاوره می شوند به خاطر کسی، که معمولا یک معلم یا پدر و مادر، که مشتاق تغییر در عملکرد مدرسه و یا رفتار او می باشند. سودمندی ما به عنوان کمک کننده حرفه ای مدرسه محور، توجه وسیع به توانایی ها در تعامل با دانش آموزان و دیگران و راه دیگر تشویق تغییر و راه حل هاست. تحقیقات تجربی نکات با ارزشی در این زمینه ارائه می دهد. اصطلاح "مراجع" به طور کامل در این استراتژی برای دانش آموزان، والدین، معلمان، و یا هر کس دیگری که ما با آنها کار می کنیم و به حل و فصل مشکلات مدرسه می پردازد بکار برده می شود.

به عنوان یک رویکرد انعطاف پذیر، درمان کوتاه مدت راه حل مدار همواره مورد استقبال قرار گرفته و در طیف وسیعی از زمینه ها و گروه های مراجعان، از جمله مدارس و تنظیمات خانواده، گروه ها و افراد، متخصصان و اعضای جامعه، گروه های داوطلب و اجباری کاربرد دارد (کورکوران و فیلیا^۲، ۲۰۰۹؛ کلی، کیم و فرانکلین^۳، ۲۰۰۸). حتی با وجود کمبود مطالعات تاثیر تجربی، تئوری راه حل مدار در هر دو حالت مشاوره فردی و گروهی روش مفید در مدارس شناخته شده است. بنابراین، بسیار مهم است که به درک اصول اولیه تئوری راه حل مدار، و چگونگی کاربرد آن در برنامه مشاوره مدرسه آشنا شوید (کوآدی و همکاران^۴، ۲۰۰۰).

مدرسه ای را تصور کنید که در آن همه کارکنان به جای تمرکز بر مشکلات، در فکر چیزهای خوب باشند به طور مثال در یک مدرسه همه ی همکاران به فکر ثبت کردن عملکردهای موفق دیگران باشند و هر یک از کارکنان مدرسه هر وقت یکی از همکاران خود را در حال انجام کار مثبتی مشاهده کند، آن را ثبت و گزارش کند. هر کارمندی که بیشترین عملکرد مثبت را داشته باشد، در پایان سال پاداش قابل توجهی دریافت نماید. برای اینکه ایده مدارس راه حل مدار به واقعیت بپیوندد، مشاور مدرسه باید نقش محوری داشته باشد. بدین معنا که جنبه های مختلف مشاوره راه حل مدار را به دیگران آموزش دهد و خود نیز در این زمینه به منزله الگو عمل کند و نشان دهد که مشاوره راه حل مدار به جای تاکید بر رکود و ایستایی مشکلات، خود به ایجاد راه حل ها می انجامد. مشاور مدرسه راه حل مدار برای دستیابی سریعتر به موفقیت باید دارای ویژگی های ذیل باشد: (دیویس و آزبورن، ترجمه ی ادیب راد و نظری، ۱۳۸۹).

- ۱- کارورزی مطلع و آگاه بودن
- ۲- آگاهی از زمان
- ۳- عمل گرایی مبتنی بر منابع علمی
- ۴- در نظر گرفتن احتمالات
- ۵- در نظر گرفتن موارد استثنا
- ۶- ساختارگرایی سلامت بخش
- ۷- گشاده دستی در تعریف و ستایش
- ۸- پرورش تعاون و همکاری

پیش فرض های عملی

این رویکرد دارای پیش فرض های عملی در هدایت فرایند مشاوره راه حل مدار موثر در مدارس می باشد که توجه به این پیش فرض ها نقش موثری در موفقیت مشاور در مدرسه خواهند داشت (مورفی، ۲۰۰۸).

- ۱- اگر کار می کند، آن را بیشتر انجام دهید. اگر آن کار نمی کند، کاری متفاوت انجام دهید. مشاور راه حل مدار باید دانش آموزان را توصیه های در جهت انجام راه حل های که موثر بوده اند نماید و در شناسایی آنچه که برای مراجعان موثر است بکوشد. آنها را تشویق به شناسایی نقاط قوت خود، موفقیت ها، و منابع دیگر نماید. و اگر راه حلی موثر نیست کاری متفاوت با آن انجام گردد (مورفی، ۲۰۰۸).

۲- هر مراجعی منحصر به فرد، مدبر و قادر به تغییر است. این فرض به ما در برابر طبقه بندی دانش آموزان و مشکلات بر اساس تجارب قبلی ما و یا تئوری های مورد علاقه ی ما هشدار می دهد. مشاوره راه حل مدار یک داستان غنی تر و امیدوارتر را با به کار بردن

¹ Franklin, Biever, Moore, Clemons, & Scamardo

² Corcoran & Pillai

³ Kelly, Kim & Franklin

⁴ Coady at al

نقاط قوت و منابع منحصر به فرد دانش آموز خلق نموده و او را به سوی اهداف معنادار را تشویق می کند. در این رویکرد مشکلات مدرسه به عنوان موانع موقت به جای نشانه های آسیب شناسی دیده می شود (مورفی، ۲۰۰۸).

۳- روابط مشارکتی در افزایش راه حل موثر است. کیفیت رابطه مراجع و مشاور بهترین پیش بینی نتایج در مشاوره است (و امپولد، ۲۰۰۱). روابط در مشاوره موثر بر احترام متقابل و اهداف مشترک بنا شده و دانش آموزان، والدین و معلمان، در مقایسه با ایده هایی که به آنها تحمیل می شود بیشتر مایل به انجام مداخلاتی که از ورودی ها و منابع خودشان استفاده می شود می باشند. مشارکت مراجع از ویژگی های اساسی، یک اتحاد قوی است. می توان روحیه مشارکت در دانش آموزان را با تغییر تمرکز به سمت اعتباردهی به ادراکات دانش آموز، تشویق مشارکت فعال، ایجاد امید برای تغییر بر اساس توانایی فرد، صحبت در مورد هر گونه تغییرات مثبت هر چقدر کوچک، تایید بهبود دانش آموز، تمرکز بر راه حل های آینده به جای مشکلات گذشته و ارائه بازخورد مثبت ایجاد نماییم (مورفی، ۲۰۰۸).

۴- گرفتن بازخورد از مراجع نتایج را بهبود می بخشد. بدست آوردن بازخورد رسمی از مراجع علاوه بر ایجاد روابط مشارکتی و پاسخگو، اثر بخشی مشاوره را تا دو برابر افزایش می دهد (لامبرت و همکاران، ۲۰۰۳).

۵- هیچ مشکلی ثابت نیست. صرف نظر از چگونگی ثابت به نظر رسیدن یک مشکل، همیشه نوسانات در میزان و شدت آن وجود دارد. مشاوران راه حل مدار به دنبال این نوسانات یا "استثنا" هستند. این موارد استثنا، امید دانش آموز به توانایی خود و حل مشکل را افزایش می دهد.

۶- مشکلات بزرگ همیشه نیاز به راه حل های بزرگ ندارند. مشاوره راه حل مدار بر مفهوم عملی که یک تغییر کوچک در هر بخشی از سیستم مشکل می تواند به تغییرات بزرگتر و مهم تر منجر شود معتقد است.

۷- از وظایف عمده مشاوره راه حل مدار در مدارس می توان به ایجاد روابط مشارکتی، آشکار کردن مسئله و اطلاعات مرتبط توسعه اهداف روشن و معنی دار، ساخت استثنا و سایر منابع، تغییر مشاهده ی مشکل و انجام عمل، ارزیابی و توانمندسازی پیشرفت اشاره نمود (مورفی، ۲۰۰۸).

مشاوره راه حل مدار در مدرسه، نمی تواند در خلاء رشد و فعالیت کند. همه ی ما می دانیم که ایجاد تغییرات مثبت و پایدار بدون همکاری والدین، معلمان و مدیران، ممکن نیست. به عقیده جیسبیز و هندرسون (۱۹۹۴) یکی از دلایلی که باعث می شود برخی از مشاوران مدارس احساس کنند وظایف زیادی دور آنها را احاطه کرده این است که برخی از آنها تمایل ندارند دیگران در ارائه راهنمایی ها نقشی داشته باشند و احساس می کنند که همه ی برنامه ها را باید خودشان اجرا کنند و این امر باعث می شود که مشاوران مدرسه وقت بسیاری کم بیاورند. مدرسه ی راه حل مدار تنها زمانی ایجاد می شود که سایر کارکنان مدرسه هم، به طور فعال، درگیر فعالیت مشاوره شوند. برای این کار لازم است مشاور مدرسه همواره فعالانه، فلسفه، راه حل مدار را به همه ی کارکنان مدرسه آموزش دهد. شورت و گریر (۱۹۹۷) عنوان می کنند که وقتی مدیران، از کنترل بیش از اندازه ی امور دست بردارند و دیگر کارکنان، برای بالا بردن کیفیت کار، مسئولیت بیشتری را در خود احساس می کنند. مدیران با اعتماد کردن به همکاران خود، به نیازهای همه توجه می کنند، تفاوتها را محترم می شماری و باعث می شوند که کارکنان بدون ترس از توبیخ شدن، به جستجوی راه حل های تازه بپردازند. باید بدانیم که مدیر مدرسه به عنوان مسئول اجرایی، برای هدایت مدرسه به سمت یک مدرسه ی راه حل مدار، اهمیت زیادی دارد (دیویس و آزبورن، ترجمه ی ادیب راد و نظری، ۱۳۸۹).

تشویق کارکنان مدرسه به اینکه به مواقعی فکر کنند که مشکل وجود ندارد و کارها به خوبی پیش می روند، مدرسه را به سمت راه حل مدار شدن سوق می دهد یک تمرین مفید و اساسی این است که معلمان، مشاوران، مدیر و دیگر کارکنان مدرسه، با خود تصور کنند که یک مدرسه ی خوب و منحصر به فرد، چگونه باید باشد و چگونه می تواند باشد (دیویس و آزبورن، ۱۹۹۹). این تمرین مشابه پرسش معجزه آسا و نمونه ای از موارد استثنایی در آینده می باشد. در واقع در رویکرد راه حل مدار توجه مشاوره نباید فقط به دانش آموزان باشد زیرا در صورت این نوع عملکرد، دامنه ی عملکرد مشاور در مدرسه را محدود و از ایجاد مدرسه راه حل مدار جلوگیری می کند. در استفاده ی بهتر از تمرینات راه حل مداری، ابتدا باید عواملی آزادکننده، عوامل استرس زا، تلف کننده ی انرژی و ضعیف کننده و افکار ناراحت کننده را برای مدت کوتاهی کنار گذاشت و وضعیت مثبتی را تصور کنید. در پی محو شدن آنها، وضعیت مدرسه شما چگونه خواهد شد؟ چه چیزهایی

جایگزین عوامل تضعیف‌کننده و منفی می‌شود؟ معلمان به چه چیزی توجه خواهند کرد؟ دانش‌آموزان متوجه تغییر در چه چیزی می‌شوند؟ والدین در وهله‌ی اول به چه چیزی توجه می‌کنند؟ و مدیر و دیگر عوامل اجرایی مدرسه به چه چیز متفاوتی پی خواهند برد؟ کوچکترین نشانه‌های پیشرفت به سمت تحقق مدرسه راه‌حل‌مدار چیست؟ این سوالات بر مبنای این پیش‌فرض که تغییرات حتماً رخ خواهند داد و در واقع در حال رخ‌دادن هستند، تهیه شده‌اند. این سوال‌ها به کارکنان اجازه خواهند داد تا تفکراتشان را در چارچوبی جدید و البته مثبت، از نو سازماندهی کنند. عناصر ایجاد یک مدرسه خوب و نمونه از قبل وجود داشته‌اند. تنها باید آنها را بشناسیم و تقویت کنیم. از دیدگاه راه‌حل‌مداری، شناسایی و پرورش دقیق این راه‌حل‌ها و عناصر معجزه‌آسا برای ایجاد یک مدرسه‌ی راه‌حل‌مدار، حیاتی است. این تمرین آینده‌محور، از این جهت مفید است که باعث می‌شود کارکنان مدرسه، درباره‌ی مشکلات و محدودیت‌های موجود در مدرسه، به گسترش و پروراندن استثنائات بپردازند (دیویس و آزبورن، ترجمه‌ی ادیب راد و نظری، ۱۳۸۹).

برای ایجاد یک مدرسه‌ی راه‌حل‌مدار، باید از زبان جدیدی استفاده کنیم که در آن بر مشکل تاکید نشود. در صحبت با معلمان درباره‌ی وضعیت دانش‌آموزان، می‌توانیم واژه‌های خاصی مانند «به جای» و «متفاوت» را در گفتارمان به کار ببریم. در گفتگو به شیوه راه‌حل‌مدار عبارت‌های مثل «وقتی نمره‌ات در آزمون به سطح قابل قبولی برسد» و یا «چه برنامه‌ریزی‌ای کرده‌ای که موقعیت‌ها را از دست ندهی» به وفور به کار می‌روند. به علاوه واژه‌ها یا عبارت‌های که تلاش برای حل و فصل مشکلات را نشان می‌دهند، باعث می‌شوند یک فرد یا کل مجموعه، به مسیر اصلی بازگردد و در جهت رسیدن به هدفی والا تلاش کند. در این شیوه زبانی، به جای تاسف خوردن برای شکست‌ها یا وسواس نشان دادن درباره‌ی انجام کارها به بهترین نحو، به تجربه‌های موفق و راه‌حل‌های مثبتی که در گذشته بکار برده شده، توجه می‌شود. بنابراین، در صحبت راه‌حل‌مدارانه لزوماً بر نتیجه و محصول نهایی تاکید نمی‌شود ولی بر فرآیند تلاش و تحرک تاکید می‌گردد (دیویس و آزبورن، ترجمه‌ی ادیب راد و نظری، ۱۳۸۹). گفتگوی راه‌حل‌مدارانه، امکان تغییر و پیشرفت را در خود دارد و آن را منتقل می‌کند. در این شیوه، کلمات امید بخش را منتقل می‌کنند.

با توجه به اینکه مشاوران، کار زیاد و زمان کمی دارند باید از معلمین هم به عنوان بخشی از اولین مداخله‌کننده‌ها، استفاده نموده و در فرایند تغییر و ایجاد راه‌حل آنها را دخیل نمایند. باید استفاده از سوال‌های مناسب که باعث ایجاد تمرکز بر راه‌حل می‌شود و همچنین شیوه‌ی راه‌حل‌مداری و نحوه صحبت کردن راه‌حل‌مدار را برای به عمل در آوردن توسط معلمان، را به آنها آموزش داد (رودیس و اجمال، ۱۹۹۵).

آموزش مفاهیم اصلی فعالیت راه‌حل‌مدارانه به معلمان، به آنها کمک می‌کند تا روشی عملی را در پیگیری مشکلات دانش‌آموزان، بیاموزند. به عنوان مثال، معلمانی که در اداره کلاس درس مشکل دارند، می‌توانند از فلسفه‌ی راه‌حل‌مداری بهره گیرند (آزنتون و چانگ، ۱۹۹۹). و زمانی که یاد بگیرند که چگونه با این چالش‌ها و مشکلات دانش‌آموزان برخورد کنند، روش‌های را برای مقابله با چالش‌های موجود در کلاس می‌آموزند.

وظایف عمده مشاوره راه‌حل‌مدار در مدارس

وظایف اصلی مشاوره راه‌حل‌مدار در زیر خلاصه شده است. اصطلاح "مراجع" به طور کامل در این استراتژی برای دانش‌آموزان، والدین، معلمان، و یا هر کس دیگری که ما با آنها کار می‌کنیم و به حل و فصل مشکلات مدرسه می‌پردازد بکار برده می‌شود (مورفی، ۲۰۰۸).

۱- ایجاد روابط مشارکتی، تغییر تمرکز در روابط

- اتخاذ یک موقعیت از روی کنجکاوی "ذهن مبتدی" رویکرد مشاور نسبت مراجعان با فروتنی و احترام باشد، به عنوان مثال، "چگونه این مشکل برای شما بوجود آمد؟" "من تعجب می‌کنم چه اتفاقی خواهد افتاد اگر دفعه بعد شما سعی کنید چیزی واقعاً متفاوت در مقابل عمل دانش‌آموز در کلاس داشته باشید." (مورفی، ۲۰۰۸).

- نگاه کردن، گوش‌دادن و یادگیری از مراجعان

- اعتبار بخشیدن به برداشت و راهکارهای مراجعان، به عنوان مثال، "جای تعجب نیست شما در این مورد ناراحت هستید".
- تعریف از مراجعان برای افزایش خودکارآمدی آنان
- استفاده از زبان آینده محور برای توانمندسازی امید، به عنوان مثال، "وقتی شما کارهای را برای بهتر شدن در مدرسه شروع کنید چه کسی اولین نفر متوجه تغییر شما خواهد شد؟".
- به دست آوردن بازخورد مراجع از نتیجه و اتحاد با استفاده سوالات، به عنوان مثال، "این جلسه برای شما چه طور بود؟"، بحث در مورد بازخورد، به عنوان مثال، "چه چیز متفاوتی برای مفیدتر شدن جلسه می توانم انجام دهم؟"، و تنظیم خدمات مطابق با مراجع (مورفی، ۲۰۰۸).

۲- روشن کردن مسئله و اطلاعات مرتبط

- تعریف مشکلات بصورت قابل تغییر با لغات رفتاری و روشن، "اگر من عملکرد شما را در کلاس ضبط کنم، شما چه چیزی انجام خواهید داد؟"، "چه رفتارهای غیر مسئولانه ای انجام می دهید؟ شبیه چی؟ (مورفی، ۲۰۰۸).
- کاوش در اطلاعات مرتبط از جمله تلاش های قبلی برای ایجاد راه حل، تئوری های مراجع بر روی مشکل و راه حل، و اینکه مشاوره چگونه ممکن است کمک کننده باشد، به عنوان مثال، "شما در حال حاضر چگونه سعی می کردید و چگونه آن را به کار می بردید؟"، "چه اتفاقی باید بیافتد تا اوضاع در مدرسه بهتر شود؟" (مورفی، ۲۰۰۸).

۳- توسعه اهداف روشن و معنی دار

- دعوت از مراجعان به تمرکز بر آینده ای بهتر، و توصیف اولین قدم ها در این مسیر، به عنوان مثال، "بیا بید از هم اکنون تا یک ماه وانمود کنید که مدرسه خیلی بهتر است، شما برخی از تغییرات را که اتفاق می افتد بسازید. اولین گام های کوچک و یا تغییراتی که شما به نوبه خود و یا چیزهایی که از طرف مدرسه انجام شده را بگویید." (مورفی، ۲۰۰۸).
- تدوین و فرموله کردن اهداف شخصی معنی دار، خاص و مثبت، به عنوان مثال، "چه چیزی در زندگی تان را می خواهید نگه دارید؟"، "چه اعمال کوچکی می توانید فردا در مدرسه انجام دهید که شما را به هدفتان نزدیک کند" (مورفی، ۲۰۰۸).

۴- ساختن استثناها و سایر منابع

- شناسایی و ساختن استثناها، به عنوان مثال، "به من در مورد زمان های در این هفته که مشکل اتفاق نمی افتد و یا شدت آن کمتر بود بگوئید چه چیزی در مورد آن موقعیت از حد معمول متفاوت بود؟ چگونه می تواند کاری کنید که این اتفاقات بیشتر بیافتد؟" (مورفی، ۲۰۰۸).
- شناسایی و ساختن منابع دیگر مراجع مانند علایق خاص و استعداد، افراد با نفوذ، مهارت های مقابله ای و ایده هایی برای حل مشکل، به عنوان مثال، "من تعجب می کنم که چگونه است که سرسختی و شجاعت شما در ورزش اسکیت بورد به شما کمک نمی کند تا بتواند در رسیدگی به این مشکل در مدرسه از آن استفاده کنید"، "چه کسی به شما احترام بیشتری گذارد، و آنچه را که او در مورد این مشکل به شما توصیه می کند انجام دهید؟"، "چگونه شما از چیزهایی که باعث بدتر شدن مشکل می شوند دور مانده اید؟"، "شما فکر می کنید چه چیزهایی از طرف مدرسه به شما کمک می کند؟" (مورفی، ۲۰۰۸).

۵- تغییر دادن نحوه مشاهده از مشکل

• تغییر دادن نحوه مشاهده از مشکل، توسط پیشنهاد آزمایش‌های رفتاری و یا تشویق تغییرات دیگری در عملکرد، به عنوان مثال، "به نظر نمی‌رسد این برای شما کار کند، اما من هیچ ایده‌ی بهتری را ندارم. من قصد دارم که انجام کاری متفاوت را پیشنهاد دهم، که در آن شما چیزی واقعاً متفاوت را امتحان کنید و نتایج را مشاهده نمایید" (مورفی، ۲۰۰۸).

• تغییر دادن نحوه مشاهده از مشکل، توسط پیشنهاد تفسیر و یا توضیح، به عنوان مثال، برای یک دانش‌آموز که می‌گوید: معلم او متوسط است زیرا او خودش تکالیفش را انجام نمی‌دهد، مشاور ممکن است بگوید، "می‌تواند از آن باشد که معلم شما در مورد تکالیف می‌خواهد به شما اهمیت دهد و با نادیده گرفتن آن‌ها می‌خواهد به یادگیری شما کمک کرده و با این کار از شما حمایت نموده و پشت سر شما قرار گیرد" (مورفی، ۲۰۰۸).

۶- ارزیابی و توانمندسازی پیشرفت

• ارزیابی پیشرفت به صورت مداوم با استفاده اقدامات و تغییرات بر اساس اهداف مشاوره، به عنوان مثال، از معلمان بخواهد که مقیاس درجه‌بندی رفتار را قبل و بعد از خدمات مشاوره کامل کنند؛ بررسی رفتارهای معرف نظم و انضباط، نمونه کار کلاس‌های درسی و نمرات دانش‌آموزان (مورفی، ۲۰۰۸).

• توانمندسازی پیشرفت در هر زمان با دادن اعتبار برای رسیدن به موفقیت، کشف توانمندی‌های شخصی/اجتماعی تاثیرگذار بر بهبود، و درخواست مشاوره خود را برای دیگران رخ می‌دهد، به عنوان مثال، "چگونه موفق به این پیشرفت شدید؟"، "چگونه معلمان شما رفتار متفاوتی داشته‌اند و اکنون که شما این تغییرات را ساخته‌اید؟"، "این تغییرات چه چیزی در مورد خودتان به شما آموزش داده است؟"، "چه توصیه‌ای برای کلاس‌های دیگر هم پایه که با این مشکل روبرو هستند دارید؟" (مورفی، ۲۰۰۸).

به طور خلاصه مشاوره راه‌حل‌مدار در یک عبارت، همه چیز در دست مراجع است. دانش‌آموزان، والدین و معلمان خودشان می‌دانند که شرایط بهتر خواهد شد. راه‌حل‌های موثر به احتمال زیاد رخ می‌دهد وقتی که مراجعان به عنوان قهرمانان تغییرات مشاهده شوند، و اهداف خود، منابع و برداشتهای خود را در طول فرآیند مشاوره را در محوریت کار قرار دهند (مورفی، ۲۰۰۸).

مشاورانی که بر رویکرد راه‌حل‌مدار متمرکز شده‌اند ادعا کرده‌اند که این روش سریع تغییرات پایدار، و درجه بالایی از رضایت را در افراد ایجاد می‌کند (استاکر و همکاران، ۱۹۹۹). تحقیقات در درمان راه‌حل‌مدار، به طور پیوسته در طول چند سال گذشته در حال رشد می‌باشد. مطالعات اسپرینگر، لانچ و روبین^۱، ۲۰۰۰؛ لافاونتین^۲، ۱۹۹۶؛ نیوسام^۳، ۲۰۰۴، در خصوص تاثیر درمان راه‌حل‌مدار در مدارس انجام شده‌اند و نتایج امیدوارکننده‌ای از نظر معدل، بیش فعالی، رفتار کلاس درس، و رسیدن به اهداف فردی را نشان دادن است.

کیم و فرانکلین (۲۰۰۹) در بررسی‌های به طور خاص به استفاده از درمان کوتاه‌مدت راه‌حل‌مدار در مدارس متمرکز شدند و شواهد تاثیر درمان کوتاه‌مدت راه‌حل‌مدار در رابطه با بهبود نتایج دانشگاهی و برخورد با رفتارهای برون‌سازی‌شده، از جمله تجاوز، همکاری و پرسه‌زنی در برداشت (فرانکلین و همکاران^۴، ۲۰۰۸).

کوک و کافنبرگر^۵ (۲۰۰۳) در مطالعه‌ای بر گروه برنامه‌ریزی و مهارت‌های مطالعه متمرکز بر مدارس با رویکرد راه‌حل‌مدار، بهبود در بیش از پنجاه درصد از معدل دانش‌آموزان را گزارش نمودند. همچنین کورکوران و استفانسن^۶ (۲۰۰۰) اثربخشی رویکرد راه‌حل‌مدار را در مشاوره مدرسه نشان می‌دهد. از طرفی ماسترت و همکاران (۱۹۹۷) عنوان می‌کنند که "آموزش مدل مدرسه‌ی راه‌حل‌مدار به کارکنان آموزشی مدرسه، تعارضهای بین کارکنان را کاهش می‌دهد و همچنین باعث کاهش تاخیر در حل مشکل مراجعان می‌شود.

¹ Springer, Lynch, & Rubin

² LaFountain

³ Newsome

⁴ Franklin et al

⁵ Cook & Kaffenberger

⁶ Corcoran and Stephenson

لیترل و همکاران (۱۹۹۵) در مطالعه‌ای بر روی دانش‌آموزان دبیرستانی نشان دادند که درمان راه‌حل‌مدار در رسیدن دانش‌آموزان به اهداف خود و کاهش احساسات ناراحت‌کننده در مورد مشکلات خود موفق و کمک‌کننده است.

فرانکلین و همکاران (۲۰۰۱) در یک مطالعه‌ی موردی تحت عنوان بررسی اثربخشی درمان راه‌حل‌مدار در محیط مدرسه نشان دادند که پنج نفر از هفت نفر (۷۱ درصد) بهبود در معلمان از طریق درمان راه‌حل‌مدار گزارش شده است.

بحث و نتیجه گیری:

با توجه به وقت محدود، تعداد دانش‌آموزان زیاد، تنوع زیاد مشکلات دانش‌آموزان و مسئولیت‌های بیشمار و زمان کمی که مشاوران مدرسه در اختیار دارند باید بتواند از پتانسیل‌های موجود در مدرسه استفاده کنند. ایده مدرسه راه‌حل‌مدار برای کمک به مشاوران و استفاده از توانمندی همکاران مدرسه برای حل مشکلات پیش رو در جهت کاهش نیاز مراجعه دانش‌آموزان به مشاور ابداع گردید. در این شیوه کوتاه مدت، فلسفه راه‌حل‌مداری از طرف مشاور به همه ی کارکنان مدرسه آموزش داده می‌شود. تا شرایطی ایجاد گردد که کارکنان مدرسه از توانمندی خود برای حل مشکلات دانش‌آموزان نهایت استفاده را ببرند. و احساس مسئولیت بیشتری کنند. با توجه به کوتاه مدت بودن این رویکرد و عملی و موفق بودن آن بر اساس تحقیقات بیشمار به نظر می‌رسد شاهد رونق روزافزون این مدارس در جهان باشیم.

منابع:

- بهاری، فرشاد. (۱۳۸۸). دیدگاه اکوسیستمی در مشاوره و روان درمانی. با تاکید بر مفاهیم، اصول و فنون درمان مختصر راه حل مدار. تهران: تزکیه.
- تقی پور، ابراهیم؛ خوش کنش، ابوالقاسم؛ صالحی، فاطمه. (۱۳۹۰). اثر بخشی مشاوره گروهی راه حل محور بر افزایش عملکرد تحصیلی و خودکارآمد پنداری دانش آموزان متوسطه. مشاوره شغلی و سازمانی. شماره ۶. ص ۶۲ تا ۸۰.
- دیویس، توماس ای؛ آزبورن، سینتا جی. (۱۳۸۹). مشاوره مدرسه با رویکرد راه حل محور، ترجمه ی نسترن ادیب راد و علی محمد نظری. تهران: انتشارات علم.
- Aponte, H. J. (1976). The family- school interview. *Family Process*, 15, 303-310.
- Asay, T. P., & Lambert, M. J. (1999). The empirical case for the common factors in therapy: Quantitative findings. In M. A. Hubble, S. D. Miller, & B. L. Duncan, (Eds.), *The heart and soul of change: What works in therapy* (pp. 33-55). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Berg, I. K., & Miller, S. D. (1992). *Working with the problem drinker: A solution focused approach*. New York: W. W. Norton.
- Burwell, R. & Chen, C. P. (2006). Applying the principles and techniques of solution- focused therapy to career counseling. *University of Toronto Ontario, Canada. Counseling psychology Quarterly*, V:19-1:2-p:189-203.
- Coady, N., Stalker, C., & Levene, J. (2000). A closer examination of the empirical support for claims about the effectiveness of solution-focused brief therapy: Stalker et al. respond to Gingerich. *Families in Society*, 81, 223-230.
- Cook, J. B., & Kaffenberger, C. J. (2003). Solution shop: A solution-focused counseling and study skills program for middle school. *Professional School Counseling*, 6, 116-124.
- Corcoran, J., & Pillai, V. (2009). A review of the research on solution-focused therapy. *British Journal of Social Work*, 39, 234-242.
- Corcoran, J., & Stephenson, M. (2000). The effectiveness of solution focused therapy with child behavior problems: A preliminary report. *Families in Society*, 81, 468-474.
- Davis, T. E. & Osborn, C. J. (1999). The solution-focused school: An exceptional model. *National Association of Secondary School Principals' Bulletin*, 83, 40-46.
- Dowling, E., & Osborne, E. (Eds.). (1985). *The family and the school: A joint systems approach to problems with children*. Boston: Routledge & Kegan Paul, 203 pp.
- Franklin, C, Moore, K., & Hopson, L. (2008). Effectiveness of Solution-Focused Brief Therapy in a School Setting. *Children and Schools*, 30(1), 15-26.
- Franklin, C., Biever, J., Moore, K., Clemons, D., & Scamardo, M. (۲۰۰۱). The effectiveness of solution-focused theory with children in a school setting. *Research on Social Work Practice*, ۱۱, ۴۳۴-۴۱۱.
- Kelly, M. S., Kim, J. S., & Franklin, C. (۲۰۰۸). *Solution-focused brief therapy in schools: a ۳۶۰-degree view of research and practice*. New York: Oxford University Press.
- LaFountain, R. M., & Garner, N. E. (1996). Solution focused counseling groups: The results are in. *Journal for Specialists in Group Work*, 21, 128-143.
- Lambert, M. J., & Ogles, B. (2004). The efficacy and effectiveness of psychotherapy. In M. J. Lambert (Ed.), *Bergin and Garfield's handbook of psychotherapy and behavior change* (5th ed., pp. 39-193). New York: Wiley.
- Lambert, M. J., Whipple, J. L., Hawkins, E. J., Vermeersch, D. A., Nielsen, S. L., & Smart, D. W. (2003). Is it time for clinicians routinely to track patient outcome? A meta-analysis. *Clinical Psychology*, 10, 288-301.
- Littrell, J. M., Malia, J. A., & Vanderwood, M. (1995). Single-session brief counselling in a high-school. *Journal of Counseling and Development*, 73, 451-458.
- McFarland, B. (1995). *Brief therapy and eating disorders: A practical guide to solution-focused work with clients*. San Francisco: Jossey-Bass.

- Milner, J. (2001). *Women and Social Work: Narrative Approache*. Basingstoke: Palgrave/Macmillan
- Milner, J., & O'Byrne, P. (2002). *Brief counselling: Narratives and solutions*. New York: Palgrave.
- Mostert, D.L., Johnson, E., & Mostert, M.P. (1997). The utility of solution-focused brief counseling in schools: Potential from an initial study. *Professional*
- Murphy, J. J. (2008). *Solution-focused counseling in the schools* (2nd Ed.). Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Newsome, S. (2004). Solution-focused brief therapy group work with at-risk junior high school students: Enhancing the bottom line. *Research on Social Work Practice*, 14, 336-343.
- Rhodes, J. and Ajmal, Y. (1995). *Solution-focused Thinking in Schools*. London: BT Press.
- School Counselor, 1, 21-24.
- Schwartz, B., Ward, A., Monterosso, J., Lyubomirsky, S., White, K., & Lehman, D. R. (2002). Maximizing versus satisficing: Happiness is a matter of choice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 1178-1197.
- Springer, D.W., Lynch, C., & Rubin, A. (2000). Effects of a solution-focused mutual aid group for Hispanic children of incarcerated parents. *Child and Adolescent Social Work*, 17, 431- 442.
- Walter, J., & Peller, J. (1992). *Becoming solution-focused in brief therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Wampold, B. E. (2001). *The great psychotherapy debate: Models, methods, and findings*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Williams, G. R. (2000). The Application of Solution-Focused Brief Therapy in a Public School Setting. *The Family Journal*, 8(1), 76-78.