



مشاوره نرم

مروری بر چند ترفند ساده و کاربردی در جلسات مشاوره



نویسنده: هلن رونیان^۱
مترجم: مهتاب فردی

ساده و یا حتی بدیهی به نظر برسند. با این حال، طی آزمون و خطای فراوان، تأثیرگذاری و کارآمدی خود را به اثبات رسانده‌اند. **انعطاف‌پذیر باشید:** ایجاد تأثیر مثبت در دانش‌آموزان و مدیریت کارآمد کلاس به عوامل گوناگونی بستگی دارد و معمولاً بیش از یک روش برای رسیدن به نتیجه دلخواه وجود دارد. هیچ تکنیک واحدی نیست که روی همه مؤثر باشد و کارآمدی هر تکنیک به عواملی مثل دانش‌آموزان، خلق آن‌ها، سطح انرژی، گرسنگی و گرما، کلاس درس قبلی و یا اینکه به چه میزان از شما خوششان می‌آید و ... بستگی دارد. به دلیل وجود این عوامل متعدد باید انعطاف‌پذیر بود. حتی در مشاوره انفرادی با دانش‌آموزان، اگر یک روش به نتیجه نمی‌رسد، آن را تغییر دهید و تکنیکی را استفاده کنید که پاسخ‌گوی نیاز آن‌ها باشد.

خود را با سطح رشد دانش‌آموزان هر پایه تطبیق دهید. محتوایی که ارائه می‌کنید، باید به اندازه کافی چالش‌برانگیز باشد تا توجه دانش‌آموزان را حفظ کند، و در عین حال، متناسب با ظرفیت درک آن‌ها باشد تا از یادگیری دلسرد و ناامید نشوند. تکنیک‌های آموزشی متفاوتی را به کار ببرید تا مطمئن شوید، همه دانش‌آموزان مفاهیم را متوجه شده‌اند.

کلیدواژه‌ها: مدیریت کلاس، مشاور مدرسه، تکنیک‌های مشاوره مهارت‌های مدیریت مؤثر کلاس، برای دستیابی به هدف‌های آموزشی، در همه کلاس‌ها حیاتی و ضروری است. برگزاری جلسه‌های گروهی مشاوره در مدرسه نیز یکی از کلیدی‌ترین راه‌های انتقال مفاهیم تربیتی به دانش‌آموزان است و مدیریت کارآمد آن‌ها مستلزم مهارت‌هایی است که آن را از مدیریت کلاس برای معلمان متمایز می‌کند. از سوی دیگر، بی‌توجهی و به کارنگرفتن مهارت‌های حرفه‌ای در درازمدت تأثیر نامطلوبی بر وجهه حرفه‌ای مشاوران مدرسه‌ها خواهد داشت.

برخی از مشاورانی که سابقه تدریس به‌عنوان معلم را داشته‌اند، بر این باورند که به سادگی می‌توانند مهارت‌هایشان را در کلاس‌های مشاوره به کار گیرند. گرچه این گروه از مشاوران می‌توانند با اطمینان خاطر بیشتری در کلاس حضور یابند، اما باید توجه داشته باشیم که معلمان و مشاوران به مهارت‌های متفاوتی برای مدیریت کلاس نیاز دارند. به دلیل اینکه این مهارت‌ها نقش بسزایی در جلب مشارکت و توجه دانش‌آموزان دارند، در این مقاله قصد داریم به چند نکته ضروری برای مدیریت بهتر جلسه‌های مشاوره در مدرسه‌ها نگاهی بیندازیم. تکنیک‌ها و روش‌هایی که در ادامه به آن‌ها اشاره می‌کنیم، شاید



رفتاری یکنواخت و قابل اعتماد داشته باشید. اگر رفتار شما در کلاس و جلسه‌های مشاوره، با رفتار شما در موقعیت‌های دیگر مثل زنگ تفریح و در راهروهای مدرسه متفاوت باشد، دانش‌آموزان نمی‌توانند به راحتی اعتماد کنند

از آن‌ها بخواهید کاربرد مباحث مطرح شده را در زندگی‌شان پیدا کنند و از این طریق به آن‌ها فرصت صحبت کردن و اظهار نظر بدهید.

– **مباحثی جذاب و گیرا برای کلاس آماده کنید:** موضوع‌ها باید با سطح رشد دانش‌آموزان، جو مدرسه، تعداد دانش‌آموزان و وقایع جاری متناسب باشد. زمانی که مطالب درخور نیاز دانش‌آموزان باشد، توجه بهتر و بیشتری نشان می‌دهند و زمانی که مشغول یادگیری هستند، احتمال اینکه رفتارهای دشوار و چالش‌برانگیز بروز بدهند، کمتر است. به کارگیری مهارت‌های مدیریت کلاس و در عین حال اتخاذ شیوه‌ی جذاب و مناسب برای تدریس، عملکرد دانش‌آموزان را به طرز چشمگیری ارتقا می‌دهد. علاوه بر این، از برقراری ارتباط چشمی مناسب، داشتن چهره‌ای مثبت و زبان بدنی که نشان بدهد، به دانش‌آموز توجه می‌کنید، غافل نباشید.

محتوایی که ارائه می‌کنید باید به اندازه کافی چالش‌برانگیز باشد تا توجه دانش‌آموزان را حفظ کند، و در عین حال متناسب با ظرفیت درک آن‌ها باشد تا از یادگیری دلسرد و ناامید نشوند

– **نسبت به تفاوت‌های فرهنگی حساس باشید:** مشاوران مدرسه‌ها بیش از سایر افراد حاضر در مدرسه تفاوت‌های فرهنگی شهرها، روستاها و اقوام مختلف را لمس می‌کنند. این موضوع ضرورت به کارگیری زبان و محتوای متناسب با فرهنگ را بیش از پیش ساخته‌است. علاوه بر این، در کلان‌شهرهایی که خانواده‌هایی با پیشینه و فرهنگ‌های متنوع حضور دارند، آشنایی با فرهنگ هر دانش‌آموز نیز از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است.

– **مسیر را تغییر دهید:** گاهی ساده‌ترین راه برای کم کردن یا از بین بردن رفتار مشکل‌زا تغییر مسیر توجه دانش‌آموزان است. مثلاً می‌توانید در میان صحبت خود اسم دانش‌آموزی را به کار ببرید. به عنوان نمونه، اگر **احمد** مدام با بغل‌دستی خود پیچ می‌کند، می‌توانید بگویید: «احمد می‌دونستی که ...؟» و صحبت خود را ادامه دهید. روش ساده‌ی دیگر تغییر موضوع گفت‌وگوست. شاید مقدار زمانی که برای صحبت درباره‌ی یک موضوع اختصاص داده‌اید، زیاد است و به دلیل سرعت پایین کلاس، توجه دانش‌آموزان را از دست می‌دهید. بنابراین دقت به زمان‌بندی موضوعی حائز اهمیت است.

– **دانش‌آموزان را به مشارکت تشویق کنید:** این امر از طریق ایجاد جوی امن و دوستانه و تشویق تعاملات مثبت میسر می‌شود. رفتارهای مثبتی را در دانش‌آموزانی که به ایجاد چالش تمایل دارند، شناسایی و تحسین کنید.





بی توجهی و به کارنگرفتن مهارت‌های حرفه‌ای در درازمدت تأثیر نامطلوبی بر وجهه حرفه‌ای مشاوران مدرسه‌ها خواهد داشت

- رفتاری یکنواخت و قابل اعتماد داشته باشید. اگر رفتار شما در کلاس و جلسه‌های مشاوره، با رفتار شما در موقعیت‌های دیگر مثل زنگ تفریح و در راهروهای مدرسه متفاوت باشد، دانش‌آموزان نمی‌توانند به راحتی اعتماد کنند.
- به صحبت‌های آن‌ها گوش دهید و همدلی کنید. تا جایی که امکان دارد، زمان‌هایی اختصاصی برای هر دانش‌آموز در نظر بگیرید. با این تکنیک نشان می‌دهید که برایشان اهمیت قائلید.
- در زمان مناسب و به شیوه‌ای سنجیده احساسات دانش‌آموز را انعکاس دهید. صرفاً با فراهم آوردن محیطی امن است که می‌توانید درباره احساسات و هیجانات او گفت‌وگو کنید و بستری مناسب برای خودابرازی او فراهم آورید.
- علاوه بر همه نکات ذکر شده، در نظر داشته باشید که یک مشاور مدرسه خوب و کارآمد مرزهایی را ایجاد می‌کند. توانایی شما در ایجاد مرزها و محدودیت‌ها به اندازه مفاهیم ذکر شده در بالا حائز اهمیت است.
- در نهایت لازم به یادآوری است که برای اکتساب این مهارت‌ها و تسلط بر آن‌ها راهی غیر از اجرا و تمرین پیش رو ندارید. ابتدا ممکن است به‌خوبی از عهده آن‌ها بر نیایید و اشتباهاتی داشته باشید که اجتناب‌ناپذیر است. اما به مرور زمان و با تسلط کافی می‌توانید از این مهارت‌ها در راستای ارتقای کیفیت خدمات خود بهره ببرید.

بی‌نوشت

1. Helen Runyan

منبع

1. www.schoolcounselor.org

– قبل از کلاس آماده باشید: محتوای کلاس را قبل از شروع جلسه سازمان‌دهی کنید و چارچوب ارائه آن را مشخص کنید. اگر قصد پخش ویدیو یا یک فایل صوتی را دارید، از صحت دستگاه و فایل خود اطمینان حاصل کنید. برگه‌ها به تعداد کافی تکثیر شده باشند و چینش صندلی‌ها مناسب باشد. ایجاد وقفه در کلاس برای انجام این کارها توجه دانش‌آموزان را منحرف می‌کند. همچنین پس از انجام هر فعالیت گروهی، زمانی را برای گفت‌وگو درباره آن فعالیت، هدف و ارتباط آن با زندگی روزمره اختصاص دهید. انجام فعالیت بدون گفت‌وگو و پردازش عملاً بی‌حاصل است و ثمری ندارد. برای نظم بیشتر می‌توانید از وسیله‌هایی مثل زمان‌سنج شمارش معکوس یا ساعت‌شنی هم در کلاس استفاده کنید تا دانش‌آموزان بدانند، چه مقدار زمان دارند. گاهی اعلام زمان باقی‌مانده هم روش مناسبی است. برای مثال: «بچه‌ها فقط پنج دقیقه دیگر فرصت دارید.» در پایان می‌توانید ۱۰ ثانیه آخر را با صدای بلند و به صورت معکوس بشمارید.

– یک مشاور مدرسه تمام‌عیار باشید: ویژگی‌هایی که از شما یک مشاور خوب و کارآمد می‌سازد، در مدیریت کلاس هم به شما کمک می‌کند. تعدادی از مهم‌ترین ویژگی‌ها عبارت‌اند از:

- در ارتباط با دانش‌آموزان اصالت داشته باشید و ارتباطات را با آن‌ها گسترش دهید. دانش‌آموزان کاملاً متوجه هستند چه زمانی آن‌ها را به صورت کامل و فارغ از قضاوت پذیرفته‌اید و حمایت می‌کنید.

