

پیشگفتار مترجمان

خلقت آدمی از گروهی دونفره شروع شده و به مرور به گروههای بزرگ تری همچون خانواده، قبیله، عشیره و ملت گسترش یافته است. زندگی گروهی انسانها چنان توسعه یافته است که زندگی گروهی او ویژگی فطری اش تلقی می شود. آدمی در گروه خانواده به دنیا می آید، در گروههای همسالان، همبازیها، همکلاسیها، همکاران، زندگی می کند و پس از مرگ نیز در میان گروه دفن می شود؛ قیامت نیز برای او به صورت گروهی برپا می شود.

گروه آنچنان با زندگی انسان درهم تنیده که مورینو (پدر گروه درمانی) گفته است: آدمی در گروه زندگی می کند، رشد می کند و در گروه بیمار می شود، پس چرا در گروه درمان نشود؟ از زمان مورینو، درمانهای گروهی شکل گرفت و توسعه یافت؛ در حال حاضر این نوع درمان به عنوان شاخه ای از رشته مشاوره و روان درمانی آموزش داده می شود. هم اکنون، آموزش، مشاوره و درمان گروهی گستره وسیعی یافته است و در آموزشگاهها، مدارس، دانشگاهها، ادارات، مؤسسات بهداشتی و درمانی، بیمارستانها و زندانها، به فور به کار گرفته می شود. گروههای مختلفی برای متقاضیان مشاوره و روان درمانی، معنادان، آسیب دیدگان اجتماعی، بزهکاران و غیره، تشکیل می شود. علاوه بر آن، برای مدیران جامعه، صاحبان مشاغل خاص، بیماران مزمن از قبیل مبتلایان به سرطان، دیابت، بیماریهای قلبی، متقاضیان پیوند اعضا و غیره، گروههایی تشکیل می شود.

در کشور ما که در دو دهه گذشته مشاوره و روان درمانی دوره رشد و

شکوفایی خود را طی می‌کند، ۲ یا ۳ واحد درسی با این موضوع، در دوره‌های کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکتری، برای دانشجویان مشاوره و روان‌درمانی ارائه می‌شود. هرچند ۲ یا ۳ واحد درسی برای اداره گروهها، به ویژه گروههای مشاوره و روان‌درمانی کافی نیست، ولی وجود منابع غنی و جدید می‌تواند برای تشکیل و هدایت رهبری گروهها مفید باشد. کتاب حاضر یکی از همین منابع است که نویسندگان آن (ادوارد ای. جیکوبز، رابرت ال. ماسن، و ریلی ال. هارویل) تلاش کرده‌اند نظر و عمل را در سراسر کتاب با هم تلفیق نمایند و مطالب کاربردی و مفیدی را برای خوانندگان فراهم سازند.

با توجه به اینکه تشکیل و رهبری گروه نیازمند مهارتها و فنونی فراتر از مشاوره و روان‌درمانی فردی است، به تمامی علاقه‌مندانی که اقدام به رهبری گروه می‌کنند یا علاقه‌مند به آن هستند یا قصد رهبری گروهها را دارند، مطالعه دقیق این کتاب توصیه می‌شود. در ضمن، باید توجه داشت کلیه فعالیتها و خدمات مشاوره در زمینه فرهنگی و اجتماعی هر جامعه صورت می‌گیرد؛ بنابراین ارزشهای والای فرهنگی، مذهبی و اجتماعی جامعه باید در تمامی این امور لحاظ شود.

امید است به زودی در کشورمان، شاهد رشد جلسات روان‌درمانی گروهی‌ای باشیم که براساس تئوری و اصول حرفه‌ای برپا می‌شود، متأسفانه، برخی از روان‌شناسان، مشاوران، مددکاران، پرستاران، روان‌پزشکان و پزشکان و حتی مدیران سازمانها و دست‌اندرکاران همچون متخصصان بهداشتی - هرچند دارای شایستگی حرفه‌ای لازم در زمینه نظریه‌ها و فنون رهبری گروه نیستند - اما اقدام به رهبری گروه می‌کنند. آرزوی مترجمان آن است که مشاوره و روان‌درمانی گروهی به منزله گرایش مستقلی در مقاطع دکتری و کارشناسی ارشد ایجاد شود؛ همچنین در برنامه درسی پرستاران، روان‌پزشکان، پزشکان، متخصصان بهداشتی، مدیران و معلمان نیز چند واحد درسی با عنوان رهبری گروه، گنجانده و آموزش داده شود.

در اینجا، لازم است از تمامی کسانی که ما را در ترجمه و چاپ این اثر یاری کرده‌اند تشکر کنیم: سپاس ویژه از دکتر شکوه نوابی نژاد که همواره در مقام استاد و

معلمی دلسوز یاری مان کرده‌اند؛ همچنین از جناب آقای اربابی برای ترجمه و واژه‌گزینی، آقای حبیبی و خانم انوری برای حروفچینی و اصلاح متن اولیه، و سرکار خانم گودرزی برای پیگیری خوبی که در این زمینه داشتند.

خدا بخش احمدی

فاطمه حسینی

درباره نویسنده‌گان

اد جیکوبز هماهنگ‌کننده برنامه فوق لیسانس مشاوره، روان‌شناسی مشاوره و گروه بازتوانی در دانشگاه ویرجینیای غربی است. او همچنین مؤسس و مدیر انجمن درمان تماسی، و مدرس دروس فنون، نظریه‌ها، گروه و اعتیاد است و همچنین مجری کارگاههایی در امریکا، کانادا و اروپا در زمینه مشاوره گروهی و درمان تماسی است. او سه کتاب مشاوره‌ای دیگری نیز نوشته است که عبارت‌اند از: رهبری گروهها، درمان تماسی، و فنون مشاوره خلاق: راهنمای تشریحی. در مجموع او به مسافرت، بیسبال، تنیس، دوچرخه‌سواری، اسکی و ملاقات دوستانش در دیگر کشورها علاقه‌مند است.

باب ماسن به مدت سی سال است که استاد دانشگاه ویرجینیای غربی در مشاوره، روان‌شناسی مشاوره و گروه بازتوانی است. هم‌اکنون استاد مسلم دانشگاه گلف کویست فلوریدا است. وی دروس فنون مشاوره، نظریه‌های مشاوره، مشاوره گروهی و مشاوره بازتوانی را تدریس می‌کند. همچنین باب از بودن در کنار همسرش کتی، قایق‌سواری، دوچرخه‌سواری و مسافرت لذت می‌برد.

ریلی هارویل یکی از مؤسسان شرکت هاربک است که مؤسسه‌ای در زمینه مشاوره و آموزش منابع انسانی است که در دالاس و تگزاس شمالی واقع است و درسهای مشاوره فردی و گروهی را تدریس می‌کند. او از بودن در خانواده و مسافرت و دوچرخه‌سواری به همراه خانواده لذت می‌برد. ریلی همچنین به فعالیتهای خلاقانه و نویسندگی علاقه‌مند است.

دیباچه

مشاوره گروهی: راهبردها و فنون، ویرایش پنجم، نگاه عمقی به مشاوره گروهی را با تأکید بر دانش و فنون عملی برای رهبری مؤثر گروهی فراهم ساخته است. این کتاب برای مشاوران، مددکاران اجتماعی، روان‌شناسان و همه کسانی است که انواع گروهها را رهبری می‌کنند. رویکرد فعال ما به رهبری گروهی منعکس‌کننده این باور است که مسئولیت اولیه رهبری، طرح‌ریزی و اعمال رهبری گروهی است. ما دریافتیم که در بیشتر نشستها - مدارس، بیمارستانها، مراکز بازتوانی و بهداشت روانی - رهبر باید در تسهیل گروه، نقش بسیار فعالی را داشته باشد. ما در سراسر کتاب انواع مختلفی از گروهها را مورد بحث قرار داده‌ایم و در آن، هم مهارتهای اساسی و هم مهارتهای پیشرفته را توضیح داده‌ایم. مثالهایی که شامل نمونه گفتگوهای از گروههاست به خواننده کمک می‌کند تا بداند که رهبر مؤثر چگونه این مهارتها را به کار می‌گیرد. ما در این ویرایش، مثالهای بیشتری (مثالهای نسبتاً زیادی درباره گروههای مرتبط با مدرسه) را اضافه کردیم، چرا که پیوسته بازخوردهایی را دریافت می‌کردیم حاکی از اینکه ذکر مثالها بسیار مفید است.

هدف این متن تجمیع نظریه‌های سنتی و مفاهیم فرایند گروهی با راهبردهای متفکرانه، تمرینها و تکالیف ویژه است. ما تصدیق می‌کنیم که رهبری گروه یکی از انواع بسیار دشوار کار حرفه‌ای است که درمانگران، مشاوران مدرسه، مشاوران اعتیاد، مشاوران تحصیلی، پرستاران و سایر متخصصان حرفه‌های یابوری بر عهده می‌گیرند. هدف ما ایجاد پلی بر شکاف بین نظریه و عمل همراه با فرهیختگی است تا هم برای دانشجویان مبتدی و هم متخصصان حرفه‌ای در دسترس قرار گیرد. بیشتر

مهارت‌های ارائه شده تقریباً در تمامی گروه‌ها کاربرد دارد، هرچند برخی از گروه‌ها به مهارت‌های متفاوت یا بیشتری نیاز دارند. ما در هر فصل نیازهای مشاوران، مددکاران، متصدیان تأدیبی، کشیشها، پرستاران و سایر کسانی که ممکن است این کتاب را مطالعه کنند مد نظر قرار داده‌ایم.

در ویرایش پنجم، فصل جدیدی در زمینه کاربرد نظریه‌ها در گروه اضافه شده است. ما در این فصل مثال‌های بسیار مفیدی را در مورد به کارگیری عمیق نظریه توسط رهبر ارائه کرده‌ایم. همچنین در کتاب بخش جدیدی با موضوع جمعیت‌های خاص آمده است که مطالبی را در زمینه موضوع تعدد فرهنگی در کار گروهی ارائه می‌دهد.

ساختار کتاب

در این ویرایش، ما تمامی آنچه را که باید براساس پیشنهادهای داوران و ویراستاران به لحاظ ترتیب فصول تغییر می کرد مورد بحث قرار دادیم؛ و سه یا چهار روش را برای تنظیم فصول امتحان کردیم اما در نهایت تصمیم گرفتیم تا سازماندهی فصول را طبق ویرایش قبلی حفظ کنیم، چرا که با سرفصلهایی که در درس مشاوره گروهی تدریس می کردیم منطبق بود. سرفصلهایی که تدریس می کنیم عبارت‌اند از: مرور اجمالی، فنون پایه، طرح‌ریزی، چگونگی شکل دادن به گروه، فنون پیشرفته و چگونگی پایان بخشیدن به گروه؛ دو فصل آخر موضوعات و جمعیت‌های خاص را بررسی می کنند؛ هرچند بسیاری از اساتید، دانشجویانی دارند که این فصول را در دو هفته اول نیمسال می خوانند. اگرچه ارائه چینهش متفاوتی براساس نحوه کاربرد کتاب مناسب تر است، ولی ما نمی دانیم که چه نوع چینهی در عمل به کار افراد بیشتری می آید. آن دسته از خوانندگان که در حال حاضر رهبری گروه را بر عهده دارند، معمولاً به سراغ فصولی می روند که متناسب نیازهای فعلی و فوری‌شان باشد.

سه فصل آغازین کتاب، به طور اجمالی رهبری گروه را مورد بررسی قرار داده است. در این فصول انواع گروهها، سبکهای رهبری، کاربرد نظریه‌های رایج، پویاییهای گروهی، نیروهای درمانی گروه، فرایندهای گروه و اهداف گروهها بررسی شده است. در فصل اول، رویکردمان به رهبری گروهی را بر مبنای درمان تماسی مطرح ساخته‌ایم که رویکردی فعال و چندجانبه به مشاوره است. همچنین در فصل اول تصویر روشنی از رویکردهای متفاوت به رهبری گروه ارائه کرده‌ایم و

تفاوت بین رویکردهای بین‌فردی^۱ و درون‌فردی^۲ را در رهبری گروه با جزئیات مختلف آن، مورد بحث قرار داده‌ایم. در فصل دوم این ویرایش تأکید بیشتری بر نیروهای درمانی یالوم^۳ داشته‌ایم و در فصل سوم به اهمیت تصریح هدف گروه تأکید کرده‌ایم.

فصلهای چهارم، پنجم و ششم سلسله فنون رهبری پایه و پیشرفته را برای طرح‌ریزی و اجرای یک گروه و نیز فنون و راهبردهای ویژه‌ای را برای شروع اولین و دومین جلسه گروه پوشش داده است. فصل چهارم در زمینه طرح‌ریزی گروه است. فصل پنجم که بر جلسات اول و دوم گروه تمرکز دارد دربارهٔ موارد بسیار متفاوتی که رهبر گروه باید در جلسات اول مورد ملاحظه قرار دهد بحث می‌کند؛ مثالهای متعددی آورده‌ایم که انواع گوناگون گروهها چگونه شروع می‌شوند. ما همچنین فنون معرفی اعضا و معرفی عضو جدید در جلسهٔ دوم یا جلسات بعدی را نیز بیان کرده‌ایم. در فصل ششم، فنون اساسی رهبری گروه را مورد توجه قرار داده‌ایم. تصریح و به کارگیری روشهای اثربخش نگاه کردن، از جمله فنون مورد بحث است. همچنین در بخش طرح‌ریزی این فصل، از نمونه طرحها با جزئیات بیشتری بحث شده است.

فصل هفتم اهمیت ایجاد، حفظ و عمق بخشیدن به تمرکز در گروه را بیان کرده است؛ ما در این فصل روشهایی ابتکاری را برای تمرکز گروه مطرح کرده‌ایم و نقشهٔ مؤثری را مطرح کرده‌ایم که ابزاری برای نشان دادن عمق جلسه است. فصل هشتم فنونی را مطرح می‌کند که به ترک گروه از سوی اعضا و قطع صحبت اعضایی مربوط می‌شود که از موضوع اصلی گروه فاصله می‌گیرند و تمرکز گروه را به هم می‌زنند. استفادهٔ اساسی کل گروه و دوتاییها از این مهارتها، همراه با نمونه مثالهای متعددی در فصل نهم آمده است. سایر تکالیف به طور وسیع در فصول دهم و یازدهم آورده شده است. تکالیف نوشتاری، حرکتی، تخیلی و ابتکاری در این

1. interpersonal
2. intrapersonal
3. Yalom

فصول مرور شده‌اند و بسیاری از آنها تکالیف منحصر به فردی با قابلیت کاربرد خلاقانه به همراه دارند که در این ویرایش آمده است. هریک از فنون شروع جلسه و تکالیف مربوط به ادامهٔ جلسات، به همراه ملاحظات اخلاقی و احتیاطهای ویژه برای به کارگیری، بیان شده‌اند.

فصل دوازدهم به اهمیت راهبردها و فنون مخصوص جلسات میانی گروه، اختصاص یافته است. ما در این فصل روشی را برای رهبر گروه ارائه دادیم تا برای مباحثه در زمینهٔ موضوعات مهم در جلسات میانی، آمادگی پیدا کند. در این فصل چهار موضوع اساسی از قبیل: جنسیت، تأییدخواهی، مذهب و حرمت نفس مورد بحث قرار گرفته است. همچنین ما موضوعاتی از قبیل اعتماد و تعهد، اشتباهات رایج برخی از رهبران گروه در این دوره و راهبردهای مختلف برای افزایش اثربخشی گروه را مورد توجه قرار داده‌ایم. فصل سیزدهم فصلی تازه در مورد نظریه‌های مربوط به گروه است. این فصل شرح مختصری است از پنج نظریه به همراه مثالهای متعددی در زمینهٔ اینکه چگونه نظریه‌ها می‌توانند در گروه‌ها به کار گرفته شوند. بحث نظریه‌ها در این فصل متفاوت از آن چیزی است که در کتابهای دیگر، با موضوع گروه، آمده است.

فصل چهاردهم به طور اختصاصی مهارتها و فنون ضروری برای رهبری گروه‌درمانی را مورد توجه قرار داده است. در این فصل نقش و مسئولیتهای رهبر، فرایند درمان، فنون ویژه و اشتباهات رایج را مطرح کرده‌ایم؛ همچنین روشهای درمان رفتاری یک عضو را در زمانی که سایر اعضای گروه درگیرند نیز آورده‌ایم. فصل پانزدهم شامل فنون پایان بخشیدن به جلسات و گروه است. فصل شانزدهم راهبردهایی برای کنترل و ادارهٔ اعضای مشکل‌دار گروه (مشکلاتی همچون مقاومت، احساسات جنسی و تعارض بین اعضا) را مطرح کرده است. فصل هفدهم موضوعات ویژه‌ای دربارهٔ جمعیت‌های خاص نظیر کودکان، نوجوانان، همسران، سالمندان، افراد وابسته به مواد شیمیایی، افراد طلاق گرفته، بازماندگان سوءاستفادهٔ جنسی و کودکان الکلی را مورد بحث قرار داده است. در این ویرایش

بخش جدیدی در مورد موضوعات چندفرهنگی گنجانده شده است. در فصل هجدهم اندیشه‌هایی دربارهٔ کمک‌رهبی، موضوعات قانونی و اخلاقی، پژوهش و فنون ارزیابی مطرح شده است. همچنین تربیت مشاور گروهی و آیندهٔ کار گروه در این فصل بررسی شده است.

برای ساده‌تر شدن بیان اصطلاحات مشاوره و درمان را به جای همدیگر به کار برده‌ایم.