

Biannual Journal of Applied Counseling (JAC)
2020, 10(1), 43-64
Received: 04 Oct 2019
Accepted: 08 July 2020
DOI: 10.22055/jac.2020.30411.1690

دوفصلنامه مشاوره کاربردی
دانشگاه شهید چمران اهواز
۶۴-۴۳، ۱۰(۱)، ۱۳۹۹
دریافت: ۱۳۹۸/۰۷/۱۲
پذیرش: ۱۳۹۹/۰۴/۱۸

Identifying of the professional-development factors of students in the humanistic group counseling course

Saeedeh Safari*
Hossein Ahmad Barabadi**

Abstract

In assisted careers, especially counseling and psychotherapy, the training of experienced counselors to improve the mental health of individuals in the community is obvious, and paying attention to their training methods can lead to the professional development of counselors. The present study to aim was conducted to identify the professional- developmental factors of counseling students in group counseling course with a humanistic approach. This study was conducted qualitatively and using phenomenological method. The study population included all undergraduate counselors' students at Bojnourd University in group counseling course. 10 students (6 females and 4 males) were selected voluntarily among 48 students participated in group counseling course in fourteen two-hour sessions. Collecting data were conducted using using interview to the extent of theoretical saturation, and Colaizzi method. The data identified four main themes (development of communication skills, group cohesion, modeling and generalization and development of emotional intelligence components), thirty-four sub-themes and one hundred and eighty basic concepts. Based on the findings of this study, it can be concluded that the identified factors facilitate the personal and professional growth of counseling students. The results of this study can be used to encourage counseling students to participate in practical group counseling experiences, change the attitude of professors in the way they teach counseling in a practical way and planners of academic counseling courses, to make changes to improve educational quality and training efficient and developed consultants is beneficial.

Key words: Professional-development factors, group counseling, humanistic

* Ph.D. Student, Islamic Azad University, Bojnord, Bojnord, Iran

** Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Humanities, University of Bojnord, Bojnord, Iran (Corresponding Author) habarabadi@gmail.com

Extended Abstract

Introduction

With the advancement of scientific consultation, paying attention to the training of committed and well-educated counselors can lead to the professional - development counselors. Many developed countries offer a variety of training programs for counseling students so that they can be practically involved in theoretical learning and its practical application (Finnerty, Luke & Duffy, 2013; Ieva, Ohrt, Swank, & Young, 2009; Anderson & Price, 2001; Yalom, 1995). Since one of the major goals of counseling is to educate efficient and expert counselors, and this requires self-knowledge, development and ability in verbal and non-verbal skills. If in the course of group counseling theories which students actually experience the process of group therapy, there would be an opportunity to enhance their own development areas and test their skills in group counseling. They can practice how to manage the group too. Therefore, it seems that in order to institutionalize these concepts transfer them to practical environments. One of the goals of group counseling is to create a space group that fosters individual growth and enhances interpersonal skills. Therefore, it can be said that counseling students, who are future counselors in the learning process and learning experience, need to be put into practice during their studies. It makes them to enhance their developmental fields while experiencing it and test their skills in group counseling and actually learn how to manage the group. Humanistic approaches, especially Rogers' self-centered approach, emphasize the personal development of consultants more than any other approach. Research and experience show that learning, problem solving, and creativity occur best in classrooms that operate in a self-centered environment (Corey, 2011). The group counseling lessons will not only help in learning, but also the group process will enhance the individual and professional- development of counseling students. Since now, no research has been conducted in Iran to identify the professional-development factors of group counseling. It is necessary to examine this, in addition to comparing its findings with studies conducted in other countries; it will provide grounds for further researches. In general, the aim of this study was to identify the professional- development factors of counseling students as a result of the experience of humanistic group counseling

Method

The present study was a qualitative study using the phenomenological approach that describes the experiences of students who have experienced group of counseling course with a humanistic approach. The statistical population consisted of all undergraduate students in counseling at Bojnourd University in the group counseling course in year 2018-2019. 10 students (6 females and 4 males) were selected voluntarily among 48 students who had participated group counseling in fourteen two-hour sessions. The age ranges of participants were between 21 and 26 years. Also, among the participants, 3 were married and 7 were single. Collecting data were conducted using in-

depth and semi-structured interviews to the extent of theoretical saturation. Then Colaizzi method was used for data analysis.

Findings

Four main themes, thirty four sub-themes and one hundred eighty primary concepts were extracted from the ten interviews. The main themes were: growth of communication skills, group cohesion, modeling and generality and development emotional intelligence component. The first main theme was development of communication skills which included sub-themes such as: participating in group counseling helped members become more courageous. Participating in group counseling helped students gain higher self-esteem.

The second main theme was group cohesion such as: Forming security and trust in the group allows students to speak more easily. By avoiding generalization, they learned the ability to express effective feedback to the group. In the group process, members feel more attached to each other. The third main theme was modeling and generality such as: improving relationships with God by modeling members. Participants learned to moderate their irrational beliefs. At the beginning of the group formation, students thought that they are the only ones facing problems, and that the situation of others is better than them, but during the group counseling they realized that although human beings are unique, no one is without problems. And being in difficult situations is common to all.

The fourth main theme was development of emotional intelligence components. Participating in the group counseling allowed members to recognize their emotions such as: empathy with group members. They could express their emotions and achieved inner peace and contentment. Participating in the group also provided opportunities for members to reread their denied and repressed emotions and, by validating them, to improve their emotional well-being. In the group, members understood the feelings of others more deeply and tried to see the world of others. In sum, it can be deduced from the interpretation of meaningful factors indicate that the professional-development factors of counseling students has been enhanced as a result of the experience of humanistic group counseling.

Discussion

The results showed that four factors identified as a result of humanistic group counseling experience: 1) development of communication skills, 2) group cohesion, 3) modeling and generalization, 4) development emotional intelligence component. One of the professional-development factors of students who participated in the group counseling with a humanistic approach is the development of communication skills. Participating in the group counseling provides an opportunity for members to practice listening actively and expressing their desires directly and clearly during group practice. The group provides an opportunity for expression, and through this, members can become more daring (Dierick & Lietaer, 2008). One of the characteristics of an efficient consultant is the unconditional positive acceptance that

participants have actually experienced in the process of humanistic group counseling. So participating in group counseling helped members to evaluate and strengthen their communication skills.

The results showed that one of the factors causing professional development in students participating in the group counseling is the group cohesion. Being in the group also provides an opportunity for people who do not have intimate relationships to experience intimate relationships and, by distancing themselves from resistance, to feel more confident in the safe environment of the group. They learn the ability to express effective feedback during the group. The security that is created in the group reduces the resistance of the members and they can be consistent and give honest and genuine feedback in the created space (Knight & Newby, 2019).

The results showed that emotional intelligence components are one of the factors of professional development in students. The components of emotional intelligence include awareness of one's own and others' emotions, enlightenment, empathy, and emotional understanding of one's own feelings about others, and modification and rebuilding means controlling and balancing emotions (Mayer & Salovey, 1990). In the group process, students learned to evaluate their thoughts and emotions, thereby cultivating their emotions and developing their emotional intelligence. The group process also provides an opportunity for individuals to act in accordance with their desires and interests and to try to convey what they have learned to real-world situations. The development of emotional intelligence, by adapting all the components of existence to each other, helps to reduce ambiguities and make the person feel self-control, calm and effective.

Overall, it can be concluded that the results of this study identified four growth-professional factors of counseling students as a result of group counseling experience. Counseling is both science and art. Students apply science to the course based on the academic subject. But its art can be placed between practical lessons and the application of scientific theories and concepts.

Ethical Consideration

The general purposes of the research were explained to the participants before interviews; the participants' consent was acquired to record the interviews.

Conflict of Interests

The authors declared no potential conflicts of interest with respect to the research, authorship, and/or publication of this article.

Acknowledgement

The authors are thankful to all the counseling students who participated and helped with this research

شناسایی عوامل رشدی - حرفه‌ای دانش‌جویان در درس مشاوره‌ی گروهی انسان‌گرا^۱

سعیده صفری*
حسین احمد برآبادی**

چکیده

در حرفه‌های یاورانه بخصوص مشاوره و روان‌درمانی، تربیت مشاوران کارآموده برای ارتقای سطح سلامت روان افراد جامعه، امری بديهی است و توجه به شیوه‌های تعلیم و تربیت آنها می‌تواند به ارتقای رشدی- حرفه‌ای مشاوران بینجامد. پژوهش حاضر با هدف، شناسایی عوامل رشدی- حرفه‌ای دانش‌جویان رشته‌ی مشاوره در درس مشاوره‌ی گروهی با رویکرد انسان‌گرا انجام گرفت. این پژوهش از نوع کیفی و با روش پدیدارشناسی انجام شد. جامعه‌ی این پژوهش شامل کلیه‌ی دانش‌جویان کارشناسی رشته‌ی مشاوره‌ی دانشگاه بجنورد در درس مشاوره‌ی گروهی بود. ده دانش‌جو (شش دختر و چهار پسر) از میان چهل و هشت دانش‌جو که در چهارده جلسه‌ی دو ساعته درس مشاوره‌ی گروهی شرکت کرده بودند به صورت داوطلبانه انتخاب گردیدند. جمع‌آوری داده‌ها با استفاده از شیوه‌ی مصاحبه تا حد اشباع نظری انجام گرفت. داده‌ها با استفاده از روش کلایزی باعث شناسایی چهار مضمون اصلی (رشد مهارت‌های ارتباطی، انسجام گروهی، الگوگیری و عمومیت و رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی)، سی و چهار مضمون فرعی و یکصد و هشتاد مفهوم اولیه شد. بر اساس یافته‌های این مطالعه می‌توان نتیجه گرفت که عوامل شناسایی شده موجب تسهیل رشد شخصی و حرفه‌ای دانش‌جویان رشته‌ی مشاوره می‌شود. نتایج این پژوهش می‌تواند برای ترغیب دانش‌جویان مشاوره به شرکت در تجارب عملی مشاوره‌ی گروهی، تغییر نگرش اساتید در شیوه تدریس دروس مشاوره به صورت کاربردی و برنامه‌ریزان دروس دانشگاهی رشته مشاوره، جهت ایجاد تغییراتی برای ارتقای کیفیت آموزشی و تربیت مشاوران کارآمد و رشد یافته، سودمند باشد.

واژه‌های کلیدی: عوامل رشدی- حرفه‌ای، مشاوره‌ی گروهی، انسان‌گرا

مقدمه

رشد شخصی و حرفه‌ای و توانمندی‌های نظری و علمی برای اثربخش بودن در تمام حرفه‌ها و مشاغل مورد تأکید و توجه است. علاوه بر این، تحولات جامعه باعث ایجاد مطالبات جدید در سازمان‌ها و دانشگاه‌ها می‌شود. عوامل رشدی- حرفه‌ای دانشجویان شامل توسعه‌ی یک منبع شخصی یکپارچه از فارغ‌التحصیلان دانشگاهی است که توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دنیای خارج را در زمینه‌ی انجام وظایف حرفه‌ای، نقش‌های اجتماعی، شکل‌گیری شایستگی‌ها و ایجاد فردیت یکپارچه فراهم می‌آورد و

۱. این مقاله با مجوز پژوهشی گروه مشاوره دانشگاه بجنورد به شماره ۷۶۷۱۰۱/۸۹ انجام شده است.

* دانشجوی دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، بجنورد، ایران

** استادیار گروه راهنمایی و مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه بجنورد، بجنورد، ایران (نویسنده مسئول)

همچنین نقش ویژه‌ای در شکل‌گیری یک تجربه جامع برای حل مشکلات زندگی دارد (Enns & Shapovalova, 2015). عوامل رشدی- حرفه‌ای همچنین به‌عنوان ابزاری برای تأمل کافی روی خود، حرفه و تنظیم‌کننده مقتضیات لازم برای موفقیت در آن است. بدیهی است که هویت حرفه‌ای دانش‌جویان نیاز به کار ویژه‌ای در زمینه‌ی توسعه عوامل تأثیرگذار رشدی-حرفه‌ای آنها دارد. بنابراین، ضمن حفظ ویژگی‌های شکل‌گیری آگاهی حرفه‌ای و آموزش مسائل تئوری توسط سیستمی چون دانشگاه، جستجوی منابعی برای بهبود آن در حیطه عمل، پیش‌نیاز پیشرفت حرفه‌ای متخصصان و همچنین نشانگر کیفیت آموزش عالی است (Axinte, 2014). کنکاش در هویت خود باعث توجه به انتخاب‌ها و پذیرش مسئولیت در قبال آن‌ها و محیط حرفه‌ای فرد می‌شود (Mohammadi, Shikaleslami, & Fooladchang, 2019). شناسایی عوامل رشدی- حرفه‌ای یک پشتیبان روان‌شناختی مناسب برای شکل‌گیری هماهنگ هویت حرفه‌ای و استفاده‌ی بیشتر از منابع کار برای خدمت بهینه به جامعه است (Fear & Woolfe, 1999).

در حرفه‌های یاورانه بخصوص مشاوره و روان‌درمانی، تربیت مشاوران کارآموده برای ارتقای سطح سلامت روان افراد جامعه، امری بدیهی است و توجه به شیوه‌های تعلیم و تربیت آنها می‌تواند به ارتقای رشدی-حرفه‌ای مشاوران بینجامد. یافتن معنای زندگی از جمله مواردی است که می‌تواند به رشد شخصی دانش‌جویان کمک کند و به‌عنوان الگویی برای مشاوره شغلی مطرح شده است (Talebzade, 2016). حرفه مشاوره تلفیقی از علم و هنر است؛ گرچه می‌توان دانش‌جویان را با نظریه‌های برجسته آشنا کرد، اما آموزش درمانگر و مشاور شدن در عمل، فراتر از این است. آموزش مستلزم آن است که دانش‌جویان این حوزه راه خودشان را پیدا کرده، شهود خود را به کاربندند و بیاموزند که خودشان باشند (Lomas, 1981). هنر مشاور شدن مستلزم آن است که متقاضیان این رشته آمادگی‌هایی را که هر فرد باید قبل از ورود به این حرفه دارا باشد، همگام با آموزش، درونی سازند (Geldard & Geldard, 2005). فنون عملی که توسط مشاوران و درمان‌گران به کار برده می‌شوند، در مقایسه با ویژگی‌های منحصر به فرد شخصیتی این افراد، از اهمیت کمتری برخوردار است. مشاور به‌عنوان یک «شخص»، ابزاری است که بیشترین تأثیر را در عمل درمان برجای می‌گذارد. این اصل بر این منطق استوار است که هر چه مشاور و درمانگر به رشد شخصی بیشتری رسیده باشد، می‌تواند خود واقعی‌اش را بپذیرد و احساس ارزشمندی بیشتری کند، لذا بهتر می‌تواند به مراجع کمک کند تا به خودشناسی، خودارزشمندی و رشد شخصی برسد (Yalom, 1995). حرفه‌ی مشاوره با سایر حرفه‌های بهداشت روانی متفاوت است، زیرا مشاوران در امور درمانی مشارکت اساسی دارند. به همین جهت توانایی ایجاد رابطه درمانی خوب (Tannen, Daniels & Koro-Ljungberg, 2019) و داشتن بینش نسبت به رفتار برای مشاوران ضرورت دارد. در فرآیند یادگیری مشاوره و روان‌درمانی، سه جنبه‌ی اصلی و مهم وجود دارد که عبارتند از: خودآگاهی (self awareness)، درک فرآیند درمان (perception of the process of treatment) و تجربه‌ی عملی (practical experience). همه روش‌های مشاوره و روان‌درمانی با بازشناسی این عوامل، عنصر کار روی خود مشاور (مانند شرکت در کار

گروهی آزمایشی و استفاده از تجربه‌ی مراجع بودن، یا نگهداری یادداشت‌های شخصی روزانه با محتوای تفکر انعکاسی) را در برنامه‌ی کار خود گنجانده‌اند (Yalom, 1995).

یکی از تجارب یادگیری در کار مشاوره و روان‌درمانی عضویت در گروهی از یادگیرندگان همسال است. اعضای گروه در این گروه‌هایی‌ها، ضمن اینکه مورد حمایت قرار می‌گیرند، به چالش کشیده می‌شوند و نحوه‌ی بازخورد دادن به دیگران و بازخورد گرفتن از آنها را یاد می‌گیرند، در این میان توانایی استفاده از دانش و تخصص مرمی نیز اهمیت زیادی دارد تا اعضا بتوانند رهنمودها و استانداردهایی را فراهم کرده و از تمرین‌ها، به خوبی سرمشق بگیرند. گروه‌های رشدی- حرفه‌ای با هدف بهبود مهارت‌های عملی و ارتباط بین فردی کارآموزان روان‌شناسی، اولین بار در دانشگاه وسترن انتاریو (University of Western Ontario) در کانادا ایجاد شد (Knight & Newby, 2019). اهمیت شرکت در این گروه‌ها، یادگیری بهتر فنون مشاوره است که موجب درک بهتر بینش مراجعان و صمیمیت با سایر اعضا شده و برای اساتید آن‌ها که رهبران گروه هستند نیز امکان دریافت بازخورد صادقانه را فراهم می‌کند. شرکت در این گروه‌ها همچنین موجب تسهیل رشد حرفه‌ای دانش‌جویان گردیده و به آن‌ها کمک می‌کند ضمن مقابله با ترس از مورد قضاوت قرار گرفتن، به بینش و رشد فردی دست یابند (Ieva, Ohrt, Swank, & Young, 2009; Knight, & Newby, 2019). لذا دانش‌جویان سعی می‌کنند به‌طور گسترده از برنامه‌های مختلف آموزشی استفاده کنند و در مشاوره تبحر بیشتری کسب نمایند (Knight & Newby, 2019). اندرسون و پرایس (Anderson & Price, 2001) معتقدند که گروه‌های مشاوره رشدی- حرفه‌ای، فرصتی ایجاد می‌کنند که رشد شخصی افراد تسهیل یابد و مهارت‌های رهبری گروه در آنان تقویت شود. مطالعات نشان می‌دهد این گروه‌ها کمک می‌کنند تا افراد فرصت مناسبی برای خودآشنایی را تجربه کنند و این امر موجب بینش نسبت به نقاط قوت و ضعف و رشد فردی کارآموزان می‌گردد (Yalom & Leszcz, 2005). به عقیده ایوا، اوهارت، سوانت و یوانگ (Ieva, Ohrt, Swank, & Young, 2009) گروه‌های رشدی- حرفه‌ای برای افزایش رشد شخصی و حرفه‌ای کارآموزان مشاوره و روان‌درمانی، از جمله افزایش خودکارآمدی و آموزش مدیریت پویایی گروه، کاربرد دارد. یالوم (Yalom, 1995) مزایای مشاوره‌ی گروهی برای کارآموزان مشاوره را چنین بیان می‌کند: توسعه دانش کارآموزان، تا در آینده از این دانش به صورت عملی استفاده کنند؛ درک بهتر مراحل مشاوره‌ی گروهی، تا در آینده برای مراجعانشان بکار برند؛ و تجربه‌ی عملی از دروس نظری که در کلاس‌ها آموخته‌اند.

رویکردهای انسان‌گرایانه به ویژه رویکرد شخص‌محور راجرز بیش از سایر رویکردها تأکید بر رشد شخصی مشاوران دارد. راجرز در دهه‌های ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ تلاش زیادی برای رهبری گروه‌های رویارویی اساسی و رشد شخصی انجام داد. این گروه‌ها نقش زیادی در ایجاد انقلاب در جنبه‌ی عملی کار گروهی داشتند (Corey, 2011). راجرز و فریبرگ (Rogers & Friberg, 1994) با بررسی پژوهش‌های انجام شده در حوزه‌ی آموزش و پرورش شخص‌محور، دریافته‌اند که رویکرد انسان‌گرا، پیش شرط اصلی یادگیری است و نسبت به رویکردهای سنتی کارآیی بهتری دارد. پژوهش و تجربه نشان می‌دهد که یادگیری، حل مسأله و خلاقیت به بهترین وجه در کلاس‌هایی رخ می‌دهد که در فضای شخص‌محور عمل می‌کنند

(cited in Corey, 2011). متخصصان شخص‌محور به‌عنوان تسهیل‌گر گروه، ضمن برخورداری از سه شرط اصلی درمانی راجرز (اصالت / genuineness یا همخوانی / congruence، توجه مثبت نامشروط / unconditional positive regard و درک همدلانه / empathic understanding)، شیوه‌های خاصی را برای تسهیل‌گری فرآیند گروه ارائه می‌کنند، از جمله تشویق اعضا به ابراز صریح احساسات و انتظارات خود، آموزش به اعضا جهت تمرکز بر خود و احساساتشان، تلاش برای ایجاد فضایی امن که اعضا را به خطرپذیری تشویق کند، حمایت از اعضا جهت آزمودن رفتارهای جدید، ترویج سبک تعامل عضو با عضو و نه عضو با رهبر، کمک به اعضا برای غلبه بر موانع ارتباط مستقیم، کمک به اعضا برای یکپارچه‌سازی آنچه در گروه یاد می‌گیرند و یافتن شیوه‌هایی برای کاربرد آنها در زندگی روزمره، تشویق اعضا به ارزیابی مداوم از آنچه در گروه می‌گذرد و تعیین اینکه آیا چیزی هست که خواهان تغییرش باشند (Corey, 2011).

یالوم با روش‌شناسی کیو (Yalom, 1995) به شناسایی دوازده عامل درمانی مشاوره‌ی گروهی پرداخته است. این عوامل به ترتیب اولویت عبارتند از: نوع دوستی، انسجام گروهی، عمومیت، یادگیری میان‌فردی (درون داد)، یادگیری میان‌فردی (برون داد)، هدایت، تخلیه هیجانی، هویت بخشی، بازآفرینی تجربه خانوادگی، خودشناسی، القای امید و عوامل وجودی. نایت و نیوبای (Knight & Newby, 2019) مشابه همین پژوهش را با نه دانشجوی رشته مشاوره انجام دادند و یافته‌های آن‌ها چهار مقوله‌ی اصلی و یازده مقوله‌ی فرعی را شناسایی کرد که شامل موارد زیر است: یادگیری تجربی (ایجاد فرصتی برای کار با مراجعان، یادگیری درگیر شدن با مراجع به صورت عملی، یک تجربه جدید و اعتبار سنجی برای تأیید اهداف شغلی)، برقراری ارتباط (ارتباط با مراجع و احساساتش، ارتباط و عدم ارتباط با همسالان در اثر خود افشایی و صمیمیت)، موانع (ترس از مورد قضاوت دیگران قرار گرفتن، تفاوت افراد با پیشینه‌های مختلف و جریحه‌دار شدن احساسات از خودافشایی) و بازخودهای صادقانه (بینش نسبت به خود و سایرین و نحوه‌ی ایجاد ارتباط مؤثر و اعتماد به نفس به خاطر دریافت بازخوردها). یافته‌های پژوهش سانگ و اسکوالت (Sung & Skovholt, 2019) نیز نشان داد که مشاوره‌ی گروهی بر دو حیطة عملکرد فردی و گروهی تأثیر می‌گذارد.

علاقه‌ی فزاینده به حرفه‌های یاورانه از جمله مشاوره و افزایش تعداد دانش‌جویان این رشته‌ها در سال‌های اخیر موجب دشواری رقابت در بازار کار برای یافتن جایگاه شغلی مناسب و نیز دغدغه‌ی رشد شخصی و حرفه‌ای این قبیل دانش‌آموختگان را برای متولیان متعهد این رشته سبب شده است (Karfaki & Armakolas, 2019). به نظر می‌رسد نظام آموزشی، اساتید و دانش‌جویان از عوامل تأثیرگذار بر اشتغال دانش‌جویان هستند. به عقیده‌ی کارفاکی و آرماکولاس (Karfaki & Armakolas, 2019) برای تربیت و رشد حرفه‌ای مشاوران آینده باید تغییراتی در برنامه‌های درسی دانشگاه‌ها ایجاد گردد. اهمیت این موضوع این است که بدانیم برخی دانش‌آموختگان این رشته با مدرک کارشناسی جذب مشاغل حساسی به‌ویژه در حیطة تعلیم و تربیت و مشاوره می‌شوند بدون این‌که به صلاحیت‌های شخصی و حرفه‌ای لازم رسیده باشند؛ و طبیعی است که خطر آسیب به مراجعانشان افزایش یابد. لذا ضرورت شناسایی عوامل

رشدی- حرفه‌ای دانش‌جویان این رشته‌ها بیش از پیش نمایان می‌شود. برخی دروس ارائه شده حتی در مقطع کارشناسی (مانند مشاوره‌ی گروهی) قابلیت این را دارند تا با اتخاذ روش‌های خلاقانه به نحوی اجرا شوند که تجارب رشد شخصی و حرفه‌ای دانش‌جویان را ارتقاء بخشیده و خطر آسیب‌های احتمالی را کاهش دهند. شناسایی عوامل رشدی و حرفه‌ای دانش‌جویان در نتیجه مشاوره‌ی گروهی انسان‌گرا ممکن است به اساتید و مربیان این حوزه انگیزه بخشد تا شیوه‌های تدریس‌شان را با آموزه‌های این رویکرد ارتقاء بخشیده و در نتیجه به رشد شخصی و حرفه‌ای دانش‌جویان‌شان کمک نمایند. همچنین ممکن است به شناسایی این عوامل با استفاده از رویکردهای دیگر علاقه‌مند شده و داده‌هایی را که بتواند به رشد این حیطة کمک نماید وسعت بخشند. بنابراین سؤال پژوهش حاضر این است که عوامل رشدی- حرفه‌ای دانش‌جویان رشته‌ی مشاوره در تجربه‌ی مشاوره‌ی گروهی انسان‌گرا کدامند؟

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

پژوهش حاضر کیفی و از نوع پدیدارشناسی بود. روش پدیدارشناسی به بررسی تجارب زیسته افراد می‌پردازد. به همین منظور برای شناسایی عوامل رشدی- حرفه‌ای دانش‌جویان مشاوره در درس مشاوره‌ی گروهی انسان‌گرا این روش مناسب تشخیص داده شد. جامعه‌ی این پژوهش شامل کلیه‌ی دانش‌جویان کارشناسی رشته‌ی مشاوره دانشگاه بجنورد در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بود که درس مشاوره‌ی گروهی را به صورت عملی در چهارده جلسه‌ی دو ساعته گذرانده بودند (۴۸ دانش‌جو). ۱۰ دانش‌جو (۴ پسر و ۶ دختر) از میان دانش‌جویان به روش داوطلبانه انتخاب شدند و نمونه‌گیری تا رسیدن به اشباع داده‌ها ادامه یافت. دامنه‌ی سن شرکت‌کنندگان ۲۱ تا ۲۶ سال، ۲ نفر از مشارکت‌کنندگان بومی و ۸ نفر غیر بومی، ۳ نفر از دانش‌جویان متأهل و ۷ نفر مجرد بودند.

ابزار اندازه‌گیری

در این پژوهش داده‌ها از طریق مصاحبه نیمه ساختاریافته جمع‌آوری شدند. زمان هر مصاحبه به‌طور متوسط ۳۰ دقیقه بود. مصاحبه با سؤال کلی «تجربه‌ی مشاوره‌ی گروهی برای شما چه دستاوردهای رشدی- حرفه‌ای داشت؟ شروع می‌شد و در ادامه متناسب با روند گفتگو سؤالات عمیق‌تر و جزئی‌تر از تجربه‌ی مشاوره‌ی گروهی ادامه می‌یافت. اعتبار یافته‌های به‌دست آمده توسط چهار نفر از مشارکت‌کنندگان و سه نفر از اساتید متخصص در این حوزه مورد تأیید قرار گرفت.

روند اجرای پژوهش

قبل از اجرای مصاحبه‌ها از کلیه‌ی دانش‌جویانی که درس مشاوره‌ی گروهی را به صورت عملی گذرانده بودند برای شرکت در مصاحبه‌ها دعوت به عمل آمد. سپس برای افرادی که به صورت داوطلبانه حاضر به

شرکت در مصاحبه بودند در یک جلسه‌ی مقدماتی ماهیت و هدف پژوهش، نحوه‌ی اجرای مصاحبه، مدت زمان احتمالی، افشا نشدن اطلاعات و هویت آن‌ها توضیحات لازم داده شد. همچنین در مورد توافق ضبط کردن مصاحبه‌ها با دانش‌جویان صحبت به عمل آمد. سپس برای شرکت‌کننده‌های متقاضی متناسب با زمان فراغت‌شان روز و ساعت مصاحبه مشخص شد. مصاحبه با سؤالات کلی شروع و هم‌زمان با ضبط، یادداشت‌برداری صورت می‌گرفت و در فرایند مصاحبه چنانچه سؤالاتی برای روشن شدن موضوع به ذهن می‌رسید از مصاحبه شونده پرسیده می‌شد. مصاحبه با شرکت‌کنندگان تا رسیدن به اشباع اطلاعات ادامه می‌یافت. پس از ضبط هر مصاحبه بلافاصله پیاده‌سازی آن‌ها بر روی کاغذ انجام می‌شد.

تجزیه و تحلیل داده‌ها

تحلیل داده‌ها با استفاده از روش هفت مرحله‌ای کلایزی (Colaizzi) انجام شد که شامل خوانش توصیف‌های افراد نمونه، استخراج عبارت‌های مهم و مرتبط با موضوع، فرمول‌بندی معانی، سازمان‌دهی مفاهیم، ترکیب نتایج در قالب یک توصیف مفصل از پدیده و به دست آمدن مضامین، صورت‌بندی توصیف در قالب یک عبارت شناختی و معتبر سازی نهایی است (Mohammadpour, Fathiazar, Golparvar, Mirnasab, & Vahedi, 2016, 2013). به این ترتیب ابتدا متن مصاحبه‌ها چند بار خوانده می‌شد و جملات اصلی استخراج می‌گردید. در این راستا تلاش شد عبارت و جمله‌هایی استخراج شود که به‌طور مستقیم موضوعات رشدی- حرفه‌ای دانش‌جویان را در بر داشته باشد. سپس در مرحله‌ی فرموله کردن معانی، جملات مهم در قالب مضامین فرعی تنظیم گردید، در مرحله بعد تمامی اطلاعات به‌دست آمده ترکیب شدند و برای بررسی روایی مضامین به‌دست آمده با متن مصاحبه‌ها تطبیق داده شدند، در مرحله‌ی بعد یک توصیف جامع از نتایج و مضامین به دست آمده تهیه شد. سپس مضامین اصلی به‌عنوان توصیف‌کننده عوامل رشدی- حرفه‌ای دانش‌جویان در درس مشاوره‌ی گروهی با رویکرد انسان‌گرا صورت‌بندی شدند. به منظور اعتباریابی نهایی متن‌ها به چهار نفر از شرکت‌کنندگان ارجاع گردیدند و با پرسش از آن‌ها درباره‌ی نتایج علاوه بر اطمینان یافتن از صحت یافته‌ها در صورتی که نظر جدیدی مطرح شد تغییرات لازم اعمال گردد.

یافته‌ها

تحلیل داده‌ها منجر به شناسایی صد و هشتاد مفهوم اولیه، سی چهار مضمون فرعی و چهار مضمون اصلی شد. مضامین اصلی تحت عنوان «رشد مهارت‌های ارتباطی»، «انسجام گروهی»، «الگوگیری و عمومیت» و «رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی» شناسایی گردیدند.

جدول ۱
نتایج تحلیل مصاحبه‌ها

مضامین اصلی	مضامین فرعی
رشد مهارت‌های ارتباطی	جرات‌مندتر شدن در ارتباطات بازخوردهای رشد دهنده عزت‌نفس بیشتر در نتیجه مهارت‌های ارتباطی عدم قضاوت خود و دیگران گوش دادن همدلانه صریح و روشن حرف زدن و بیان خواسته‌ها تسهیل رشد فردی ایده‌هایی برای بهبود شخصیت پذیرش نامشروط خود و دیگران
انسجام گروهی	امنیت در گروه و احساس راحتی بیشتر با سایرین احساس تعلق بیشتر با اعضا صمیمیت بیشتر با اعضا خود افضایی اعضا و اعتماد بیشتر به یکدیگر دست کشیدن از مقاومت‌ها به دلیل انسجام گروه درک تفاوت‌های افراد رازداری و اعتماد به دیگران
الگوگیری و عمومیت	بهبود ارتباط با خدا در اثر الگوگیری از اعضا الگوگیری صبور بودن در مشکلات الگوگیری پیشرفت و ترقی یادگیری از دیگران در تعدیل باورهای غیر منطقی عمومیت مشکلات در بین اعضا توجه به ارزش‌ها و اولویت‌بندی آن‌ها معنایابی در اوج سختی‌ها تعمیم آموخته‌های گروه به محیط بیرون از گروه اجرای عملی آموخته‌های نظری و الگوگیری از یکدیگر تغییر نگرش نسبت به زندگی پذیرش موانع زندگی و برخورد مناسب با آن‌ها تقویت ایمان در برابر مصائب زندگی
رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی	شناخت و درک هیجانات و احساسات دیگران همدلی با اعضای گروه ابراز احساسات به‌طور آزادانه و صادقانه شناخت بهتر احساسات و هیجانات خود کنترل هیجانات همخوان بودن

رشد مهارت‌های ارتباطی

نخستین مضمون شناسایی شده از عوامل رشدی- حرفه‌ای دانش‌جویان در درس مشاوره‌ی گروهی انسان‌گرا، رشد مهارت‌های ارتباطی بود. مهارت‌های ارتباطی به توانایی انتقال اطلاعات به دیگران به‌طور مؤثر و کارآمد، اطلاق می‌شود که می‌تواند ارتباطات فردی و اجتماعی افراد را بهبود بخشیده و موجب بالا رفتن رضایت و کیفیت زندگی فرد شود. این مهارت‌ها همچنین تأثیرگذاری ارتباط را تعیین می‌کنند. بنابراین شرکت در مشاوره گروهی به اعضا کمک کرد تا بتوانند مهارت‌های ارتباطی خود را محک زده و تقویت کنند. مشارکت‌کنندگان یاد گرفتند خواسته‌هایشان را به‌طور صریح و مستقیم و بدون ابهام بیان کنند. اعضا همچنین توانستند با تغییر نگرش از ارزیابی بیرونی به ارزیابی درونی، خود را همان‌گونه که هستند، بپذیرند و در نهایت از عزت‌نفس بالاتری برخوردار شوند. در این زمینه نه مضمون فرعی شناسایی شد که در زیر هر یک به همراه نمونه‌ای از اظهارات شرکت‌کنندگان ارائه شده‌اند.

جرأت‌مندتر شدن در ارتباط: "همیشه کنفرانس دادن و حرف زدن در جمع برام سخت بود کم‌کم در جلسه‌های گروه بهتر شدم و جرأت‌مندتر شدم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۲).

بازخوردهای رشد دهنده: "من خیلی رشد کردم و این بیشتر به خاطر بازخوردهای دوستانم و رهبر گروه بود که روی من تأثیرگذار بودند تا مدت‌ها بهش فکر می‌کردم و بعد سعی می‌کردم نقاط ضعفم رو اصلاح و نقاط قوتم رو تقویت کنم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۹).

عزت‌نفس بیشتر در نتیجه مهارت‌های ارتباطی: "توانستم مهارت‌های ارتباط برقرار کردن با دیگران رو بهتر یاد بگیرم و این باعث شد احساس ارزشمندیم بالا بره و الان احساس عزت‌نفس بیشتری می‌کنم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۱).

عدم قضاوت خود و دیگران: "من یاد گرفتم به دیگران برچسب نزدم و خودم رو هم همین‌طور که هستم بپذیرم و قضاوت نکنم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۶).

گوش کردن همدلانه: "وقتی من حرف می‌زدم همه گوش می‌کردن و احساس می‌کردم کاملاً درکم می‌کنند خودمم سعی می‌کردم نسبت به دیگران همین‌طور باشم و وقتی دیگران حرف می‌زدند سعی می‌کنم فعالانه و همدلانه گوش کنم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۲).

صریح و روشن حرف زدن و بیان خواسته‌ها: "من در گروه یاد گرفتم خواسته‌هام رو از دیگران صریح و بدون ابهام بیان کنم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۱۰).

تسهیل رشد فردی: "در گروه من خیلی رشد کردم؛ مهارت‌هایی که به‌عنوان یک مشاور باید بلد باشیم و ویژگی‌های اخلاقی و شخصیتی که مشاور باید اونا رو داشته باشه رو ما در گروه یاد گرفتیم، می‌تونم بگم گروه مثل کاتالیزور عمل کرد که باعث شد این رشد بهتر و سریع‌تر اتفاق بیفته" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۵).

ایده‌هایی برای بهبود شخصیت: " خُب وقتی دوستانم به من درباره خصوصیات اخلاقیم بازخورد می‌دادند هر جلسه ایده‌های زیادی برای بهتر شدن شخصیتم پیدا می‌کردم و ساعت‌ها روی اون فکر می‌کردم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۳).

پذیرش نامشروط خود و دیگران: " همیشه سعی می‌کردم طبق نظر دیگران رفتار کنم تا مورد تأییدشون باشم ولی الان سعی می‌کنم طبق نظر خودم رفتار کنم و خودم رو بدون شرط می‌پذیرم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۸).

انسجام گروهی

شکل‌گیری امنیت و اعتماد در گروه باعث می‌شود افراد بتوانند راحت‌تر حرف بزنند و انسجام گروه بیشتر شود. آن‌ها با پرهیز از کلی‌گویی، توانایی بیان بازخورد مؤثر را در جریان گروه می‌آموزند و نسبت به گروه احساس تعلق بیشتری می‌کنند. حضور در گروه برای افرادی که فاقد ارتباطات صمیمی هستند نیز، فرصتی فراهم می‌کند تا روابط صمیمانه را تجربه کرده و با فاصله گرفتن از مقاومت‌ها، در فضای امن گروه خودافشایی بیشتری نمایند آنها با پرهیز از کلی‌گویی، توانایی بیان بازخورد مؤثر را در جریان گروه می‌آموزند. در این زمینه هفت مضمون فرعی شناسایی شد که هر یک به همراه نمونه‌ای از اظهارات شرکت‌کنندگان ارائه می‌گردد.

امنیت در گروه و احساس راحتی بیشتر با سایرین: " من گروه رو جایی دیدم که می‌تونم به بقیه اعتماد کنم و همین احساس امنیت باعث شد بتونم راحت‌تر حرفام رو بگم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۹).

احساس تعلق بیشتر با اعضا: " حمایت‌هایی که از رهبر گروه و دوستان دریافت می‌کردم خیلی دلگرم می‌کرد و احساس تعلق بیشتری می‌کردم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۷).

صمیمیت بیشتر با اعضا: " صمیمیت بین بچه‌ها خیلی بیشتر شد من قبلاً همچین حس صمیمیتی در هیچ گروهی تجربه نکرده بودم ولی الان نه فقط من بلکه همه‌مون احساس دل‌بستگی ایمن می‌کنیم و فکر می‌کنم حتی بعد از دانشگاه هم این دوستی و صمیمیت ادامه داره " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۴).

خودافشایی اعضا و اعتماد بیشتر به یکدیگر: " خودافشایی‌های دیگران به من حس امنیت بیشتری می‌داد و منم ترغیب می‌شدم صادقانه خودافشایی کنم و مطمئن باشم دوستانم همه راز نگه دارند " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۶).

دست کشیدن از مقاومت‌ها به دلیل انسجام گروه: " گروه ما خیلی منسجم بود و این به من حس امنیت بیشتری می‌داد و ترغیب می‌شدم صادقانه خودافشایی کنم و مقاومت‌م رو کنار بزارم بارها می‌خواستم حرف بزنم ولی با خودم می‌گفتم جلسه بعد بالاخره تونستم مقاومت‌م رو بشکنم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۲).

درک تفاوت‌های افراد: " من در گروه فهمیدم انتظار تغییر دیگران معقول نیست آدم فقط خودش رو می‌تونه تغییر بده و کافیه درک بکنیم که آدم‌ها با هم متفاوتند، فهم این موضوع خیلی به من کمک کرد تا تفاوت خودم و همسرم رو درک کنم و این رو به‌عنوان اختلاف ندونم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۹).

رازداری و اعتماد به دیگران: " برای ما اونقدر فضای گروه امن بود که همه به هم اعتماد داشتیم برای همین رازهامون رو تونستیم در گروه بگیم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۷).

الگوگیری و عمومیت

هنگام ورود به گروه مشاوره، افراد خیال می‌کنند تنها خودشان با مشکل روبه‌رو هستند و شرایط دیگران بهتر از آن‌هاست، اما در جریان مشاوره گروهی متوجه می‌شوند اگرچه انسان‌ها منحصر به فرد هستند اما هیچ کس بدون مشکل نیست و قرار گرفتن در شرایط سخت بین همه مشترک است. مشاهده و الگوگیری از انسان‌های رشد یافته که مشکلات را پله‌های ترقی خود قرار داده‌اند، به اعضا امید و انگیزه می‌دهد تا بتوانند در برابر شرایط سخت تاب‌آوری بیشتری داشته و با تلاش بیشتر، مشکلات خود را به فرصت تبدیل کنند. اعضا ممکن است در بعضی از جنبه‌ها خودشان را همانند اعضای دیگر و یا رهبر گروه ببینند که این امر به خصوص در گروه‌های هم‌تا که بر روی مشکلات مشابهی متمرکز هستند، اثرات درمانی بیشتری دارد. در این زمینه دوازده مضمون فرعی شناسایی شد که هر یک به همراه نمونه‌ای از اظهارات شرکت‌کنندگان ارائه شده‌اند.

بهبود ارتباط با خدا در اثر الگوگیری از اعضا: " گروه باعث شده دید من نسبت به خیلی چیزها عوض شه وقتی بچه‌ها از رابطه‌شون با خدا حرف می‌زدند ذهن من مدتها درگیر شده بود و یاد گرفتم ارتباطم رو با خدا بهتر کنم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۱).

الگوگیری صبور بودن در مشکلات: "وقتی مشکلات بعضی از بچه‌ها رو فهمیدم که اصلاً فکرش رو هم نمی‌کردم اما دیدم اونا چقدر در مقابل مشکلات صبوری می‌کنند و همچنان با قدرت به جلو پیش می‌رند و فقط من نیستم که تو زندگی مشکل دارم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۳).

الگوگیری پیشرفت و ترقی: " من از بچه‌های گروه واقعاً خیلی چیزها یاد گرفتم وقتی رازها و مشکلاتشون رو فهمیدم اگه من جای اونا بودم نمی‌تونستم با وجود مشکلات به سمت پیشرفت و موفقیت برم؛ حالا یاد گرفتم منم زود جا نزنم و با تلاش و پشتکار از مشکلات پله‌های ترقی رو بسازم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۱۰).

یادگیری از دیگران در تعدیل باورهای غیرمنطقی: " من از بازخوردهایی که به من می‌دادند فهمیدم بعضی از باورهام غیرمنطقی‌اند و لازمه تغییرشون بدم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۶).

عمومیت مشکلات در بین اعضا: " همیشه با خودم فکر می‌کردم فقط منم که مثلاً فلان مشکل برام پیش اومده ولی در گروه فهمیدم بقیه هم مثل من این جور مشکلات رو دارند " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۹).

توجه به ارزش‌ها و اولویت‌بندی آن‌ها: " من فهمیدم ارزش‌های واقعی زندگی‌م چه چیزهایی هستند هرچند قبلاً خیلی براشون وقت نمی‌زاشتم ولی یاد گرفتم لازمه اونا رو اولویت‌بندی کنم و طبق ارزش‌هام زندگی کنم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۲).

معنایابی در اوج سختی‌ها: " من یاد گرفتم در دل هر سختی آدم می‌تونه معنایی پیدا کنه تا راهش رو ادامه بده و ناامید نشه" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۷).

تعمیم آموخته‌های گروه به محیط بیرون از گروه: " من چیزهایی که در گروه یاد گرفتم سعی می‌کنم در زندگی بکار ببندم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۳).

اجرای عملی آموخته‌های نظری و الگوگیری از یکدیگر: " تکنیک‌ها و فنونی که در کتاب‌ها خونده بودیم در گروه عملاً تجربه کردیم و این خیلی عالی بود مثلاً من سعی می‌کردم از رهبر و سایرین یاد بگیرم بازخوردهای سازنده و اصیل بدم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۲).

تغییر نگرش نسبت به زندگی: " راستش باید بگم وقتی گروه تموم شد نگرش من به زندگی عوض شده بود خیلی چیزا یاد گرفتم و نگاه من به زندگی یه طور دیگه‌ای شد" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۱).

پذیرش موانع زندگی و برخورد مناسب با آن‌ها: " برای من این خیلی جالب بود که همه تو زندگی‌تون شرایط سخت رو تجربه کرده بودند یا همین الان هم با اون دست و پنجه نرم می‌کنند ولی بعضی‌ها درجا می‌زنند و بعضی‌ها ازشون پل می‌سازند" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۸).

تقویت ایمان در برابر مصائب زندگی: " وقتی فهمیدم یکی از بهترین بچه‌های کلاس اینقدر در زندگی مشکل داره ولی با این همه ایمانش اینقدر قویه خیلی انگیزه گرفتم که منم میتونم تاب‌آوریم رو بیشتر کنم و در مقابل مشکلات زود جا نزنم و ایمانم رو به خدا بیشتر کنم" (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۵).

رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی

در مشاوره گروهی فضایی ایجاد می‌شود که اعضا می‌توانند آزادانه هیجانات خود را شناسایی نمایند، ابراز کنند و به آرامش و رضایت درونی دست یابند. همچنین در این گروه‌ها فرصت‌هایی فراهم می‌شود تا اعضا هیجانات انکار و سرکوب شده خود را بازخوانی کرده و با اعتبار بخشیدن به آن‌ها، موجب اصلاح عاطفی خود گردند. علاوه بر این اعضا احساسات دیگران را عمیق‌تر درک کرده و تلاش می‌کنند با دیدن دنیای دیگران از دریچه چشم آن‌ها، با آنها همدلی کنند که خود باعث کاهش اضطراب اعضا در گروه می‌شود. تمامی این موارد به‌عنوان مؤلفه‌های هوش هیجانی، در ارتقای رشدی- حرفه‌ای مشاوران نقش به‌سزایی دارند. در این زمینه شش مضمون فرعی شناسایی شد که هر یک به همراه نمونه‌ای از اظهارات شرکت‌کنندگان ارائه می‌گردد.

شناخت و درک هیجان‌ها و احساسات دیگران: " من تونستم در گروه یاد بگیرم احساسات و هیجان‌ها افراد رو بشناسم و درک کنم و نه تنها به پیام‌های کلامی که میگن بلکه باید به پیام‌های غیر کلامی هم توجه کنم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۶).

همدلی با اعضای گروه: " وقتی از خشمم نسبت به همسر حرف زدم و استاد و بچه‌ها همه با من همدلی کردند خیلی حس خوبی داشتم و یا وقتی بچه‌ها حرف می‌زدند سعی می‌کردم خودم رو جای اونا بزارم و باهاشون همدلی کنم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۴).

ابراز احساسات به‌طور آزادانه و صادقانه: " گروه جوی داشت که هیجان‌ها راحت بالا می‌ومد و می‌تونستم صادقانه احساساتم رو آزادانه بگم، احساس آرامش می‌کردم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۲).

شناخت بهتر احساسات و هیجان‌ها خود: " وقتی در گروه تونستم درباره اتفاقات تلخ بچه‌گیم حرف بزنم و دوباره اون احساسات و هیجان‌ها رو تجربه کردم حس کردم خیلی راحت شدم و تونستم احساساتم رو بهتر بشناسم (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۹).

کنترل هیجان‌ها: " قبلاً نمی‌تونستم راحت از احساساتم حرف بزنم و موقع حرف زدن در جمع اضطراب زیادی داشتم ولی تمرین‌های گروه کمک کرد یا بگیرم چطور هیجان‌ها رو کنترل کنم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۸).

همخوان بودن: " الان میتونم راحت و صادقانه و اصیل خودم باشم وقتی از رفتار کسی ناراحت می‌شم می‌تونم حسم رو بهش بگم و واقعاً فکر می‌کنم رشد کردم " (شرکت‌کننده‌ی شماره‌ی ۱).

بحث

این پژوهش با هدف شناسایی عوامل رشدی- حرفه‌ای دانش‌جویان مشاوره در نتیجه‌ی تجربه‌ی مشاوره‌ی گروهی انسان‌گرا صورت گرفت. بر اساس اطلاعات به دست آمده از تحلیل یافته‌ها چهار عامل شناسایی شد: ۱) رشد مهارت‌های ارتباطی، ۲) انسجام گروهی، ۳) الگوگیری و عمومیت و ۴) رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌هایی همچون دیریک و لیتر (Dierick & Lietaer, 2008)، اردمن (Erdman, 2009)، نایت و نیو بای (Knight & Newby, 2019)، یالوم (Yalom, 1995) و سانگ و اسکوال (Sung & Skovholt, 2019) همخوان است. آنچه در مورد یافته‌های پژوهش حاضر قابل بحث است، این است که در جریان گروه اعضا پذیرش نامشروط را از رهبر و سایرین دریافت می‌کنند که این خود باعث تقویت عزت‌نفس آن‌ها می‌گردد (Sung & Skovholt, 2019). مشاوره‌ی گروهی با رویکرد انسان‌گرا فرصتی را برای اعضا فراهم می‌کند تا بتوانند به جای توجه به ارزیابی‌های بیرونی، خود را چنان که هستند بپذیرند. همچنین اعضا مهارت‌های گوش دادن و بیان مستقیم و واضح خواسته‌هایشان را در جریان گروه عملاً تمرین می‌کنند. گروه فرصت ابراز وجود را فراهم می‌کند و از این طریق اعضا می‌توانند جرأت‌مندتر شوند (Dierick & Lietaer, 2008). از جمله ویژگی‌های یک مشاور کارآمد،

پذیرش مثبت نامشروط است که در فرآیند مشاوره‌ی گروهی انسان‌گرا، مشارکت‌کنندگان این اصل را عملاً تجربه کرده بودند و آن را اولین عامل رشدی- حرفه‌ای در خود می‌دانستند.

از دیگر ویژگی‌های یک مشاور توانایی ایجاد رابطه درمانی خوب با مراجع است. توانایی ایجاد مرزهای انعطاف‌پذیر باعث تسهیل شکل‌گیری رابطه درمانی خوب بین مراجع- درمانگر می‌شود. همچنین رابطه خوب یک امر لازم برای موفقیت گروه است (Yalom, 1995). زمانی یک رابطه درمانی خوب شکل می‌گیرد که مشاور همخوان باشد (Geldard & Geldard, 2005). در فرآیند مشاوره‌ی گروهی انسان‌گرا افراد بازخورد دادن و بازخورد گرفتن‌های صادقانه و اصیل را عملاً تجربه می‌کنند. روحیه صمیمی اعضا و انسجام گروه، دو عامل به هم وابسته‌اند. صمیمیت در گروه می‌تواند پادزهری علیه فرهنگ صنعتی امروز باشد. در جهان امروزی مرز روابط به سمت خشکی و نفوذناپذیری گرایش پیدا کرده و به همین خاطر صمیمیت‌ها کمتر شده است. گروه فضایی برای ایجاد صمیمیت و دل‌بستگی ایمن فراهم می‌کند (Yalom, 2005). امنیتی که در گروه ایجاد می‌شود، باعث کاهش مقاومت اعضا شده و آن‌ها می‌توانند همخوان باشند و در فضای ایجاد شده بازخوردهای صادقانه و اصیل بدهند (Knight & Newby, 2019). لذا یکی از عوامل ایجاد رشد حرفه‌ای در دانش‌جویان شرکت‌کننده در مشاوره‌ی گروهی انسجام گروه است.

الگوگیری و عمومیت از دیگر یافته‌های این پژوهش بود. در جریان گروه هنگامی که اعضا از مشکلاتشان صحبت می‌کنند، سایرین متوجه می‌شوند که مشکل آن‌ها بزرگترین مشکل نیست و نه تنها خود را تنها نمی‌بینند، بلکه نگاهشان نسبت به مسائل و پیچیدگی‌های زندگی‌شان واقع‌بینانه‌تر شده و نیاز کمتری به تحریف واقعیت پیدا می‌کنند. اعضا می‌توانند در تعیین اهداف و مسیر موفقیت، منطقی‌تر عمل کرده و برنامه‌ی زندگی‌شان را طوری طرح‌ریزی کنند که با وجود مشکلاتی که قبلاً داشتند، باز هم در مسیر رشد و پیشرفت قرار بگیرند. در نهایت می‌توان گفت در گروه فضایی ایجاد می‌شود که افراد را قادر می‌سازد از تجارب، عملکرد و نحوه رفتار سایرین، شیوه‌های نگرش و مقابله‌ای جدیدی را بیاموزند. الگوگیری و رفتارهای تقلیدی به اعضای گروه کمک می‌کند تا صرفاً در قالب‌های خشک رفتاری قرار نگیرند و رفتارهای جدیدی را تجربه کنند. این فرآیند، تأثیر درمانی پایداری دارد (Yalom, 2011).

از دیگر یافته‌های این پژوهش رشد مؤلفه‌های هوش هیجانی در نتیجه تجربه مشاوره‌ی گروهی بود. هوش هیجانی شامل آگاهی داشتن از احساسات خود و دیگران، روشن‌سازی و بصیرت، همدلی و درک هیجانی در مورد احساسات خود نسبت به دیگران و اصلاح و بازسازی به معنی کنترل و تنظیم هیجان‌ات و متعادل نمودن آن‌ها است (Mayer & Salovey, 1990). یکی از مؤلفه‌های هوش هیجانی همدلی است. در رویکرد انسان‌گرا همدلی و یا گوش دادن همدلانه یک اصل مهم در مشاوره بشمار (Burger, 1986) در جریان گروه و با بیان برخی وقایع بحرانی، ممکن است مراجع احساسات منفی شدیدی را ابراز کند، در این مواقع رهبر می‌تواند با گوش دادن کامل و توأم با همدلی، طوری ادراک خود را منتقل کند که عضو آسیب دیده بفهمد وی بدون تعصب، قضاوت و فراقنی وارد دنیای او شده است (Yalom & Leszcz, 2005). رهبری هوشمندانه این امکان را به اعضا می‌دهد تا در عین حفظ استقلال، یاد بگیرند هیجان‌اتشان را شناخته و به‌طور

صحیحی مدیریت کنند. این تجربه به فرد کمک می‌کند تا در روابط خود و سایرین با درک حضور خود در لحظه اینجا و اکنون، آگاهانه و موفق‌تر عمل کند. به عقیده راجرز اضطراب، ناشی از ناهمخوانی بین تجربه ارگانیزی و خودپندارمان است. مشکل زمانی به وجود می‌آید که ما اضطراب را تجربه می‌کنیم ولی با واکنش‌های دفاعی متفاوتی پاسخ داده و با انکار یا تحریف تجربه، ارتباطمان با احساساتمان را از دست می‌دهیم (Corey, 2011). در مشاوره‌ی گروهی اعضای گروه به میزان قابل توجهی نسبت به باورهای خود و دنیای آشفته درونی‌شان آگاهی پیدا می‌کنند و یاد می‌گیرند رنج‌ها و روابط پیچیده اجتماعی‌شان را کنترل کنند که به عقیده مزلو (Mazlo) این افزایش آگاهی از خود، در ایجاد تغییر مؤثر است (Yalom, 1995). افراد در فرآیند گروه می‌آموزند افکار و عواطف خویش را مورد ارزیابی قرار داده و از این طریق موجب پرورش احساسات و رشد هوش هیجانی خود شوند. فرآیند گروه همچنین زمینه‌ای فراهم می‌کند تا افراد در راستای خواسته‌ها و علاقه‌شان رفتار کرده و تلاش کنند تا آموخته‌هایشان را به موقعیت‌های دنیای واقعی انتقال دهند. رشد هوش هیجانی از طریق سازگار کردن همه اجزای وجودی با یکدیگر، کمک می‌کند از ابهامات کاسته شده و فرد احساس تسلط بر خود، آرامش و مؤثر بودن کند.

در سایر کشورها گروه‌های رشدی- حرفه‌ای با هدف بهبود مهارت‌های عملی و ارتباط بین فردی کارآموزان فرصتی ایجاد می‌کند که رشد شخصی افراد تسهیل یابد. علاوه بر آن هر ساله پژوهش‌های فراوانی برای ارتقاء رشدی- حرفه‌ای، کیفیت آموزشی و برنامه‌ریزی مناسب ویژه دانشجویان مشاوره انجام می‌شود. از آنجا که در بررسی ادبیات داخلی محقق نتوانست پژوهشی پیدا کند که به شناسایی عوامل رشدی- حرفه‌ای دانشجویان مشاوره پرداخته باشد، می‌توان آن را به لحاظ هدف جدید دانست. اگرچه نتایج پژوهش حاضر در شناسایی عوامل رشدی- حرفه‌ای تکرار عوامل شناسایی شده در پژوهش‌های پیشین (Yalom, 1995; Knight & Newby, 2019) بوده است، ولیکن در تبیین آن می‌توان گفت این تکرار سبب اعتماد بیشتر به یافته‌های پژوهش‌های انجام شده است (Johnson & Christensen, 2014). نیاز به تکرار یافته‌ها در پژوهش‌های مربوط به تعلیم و تربیت حیاتی است زیرا ابزارهای سنجش ممکن است خطای اندازه‌گیری داشته باشند و کنترل عوامل نامربوط که ممکن است نتایج پژوهش را دچار اشتباه کند در این رشته دشوارتر است. به همین جهت تکرار این یافته‌ها ارزشمندتر است (Johnson & Christensen, 2014; Gall, Borg, & Gall, 2014). با توجه به اینکه در ایران در زمینه‌ی مسائل تربیت و تعلیم مشاوران پژوهش‌های خیلی کمی صورت گرفته است، نمی‌توان با قطعیت به تحلیل نتایج این پژوهش اکتفا کرد، اما در کل یافته‌های این پژوهش بیانگر آن است که شرکت در گروه‌های رشدی- حرفه‌ای اطلاعات ارزشمندی در مورد رشد شخصی و حرفه‌ای در میان کارآموزان مشاوره فراهم می‌آورد. همچنین بینش بهتری در مورد چگونگی بهبود برنامه‌های گروهی برای انسجام بهتر آن ارائه می‌دهد. دانش‌جویان شرکت‌کننده در درس مشاوره‌ی گروهی که به صورت عملی برگزار شده بود با استفاده از شنیدن نظرات و ایده‌های متفاوت برای حل مشکلات توانسته بودند به سادگی زاویه دید خود را تغییر بدهند. در برقراری روابطشان با دیگران متبحر شوند، از یکدیگر الگو

بگیرند و همچنین هوش هیجانی‌شان ارتقا یابد. این تجربیات به آن‌ها کمک کرد بهتر بتوانند کاربست دروس نظری را در عمل در زندگی خود پیاده کنند.

در مجموع می‌توان گفت ماحصل این پژوهش چهار عامل رشدی- حرفه‌ای دانش‌جویان مشاوره در نتیجه‌ی تجربه‌ی مشاوره‌ی گروهی شناسایی گردید. دانشجویان علم را در فرآیند گذراندن دروس بر اساس سرفصل‌های دانشگاهی می‌گذرانند. اما می‌توان هنر آن را در میان دروس عملی و کاربست نظریه‌ها و مفاهیم علمی جای داد. برای پرورش و تربیت مشاوران آینده ایجاد فرصت‌هایی همچون تجربه‌ی مشاوره‌ی گروهی کمک می‌کند تا علاوه بر آشنایی با مراحل اجرای گروه از اثرات درمانی آن در جهت رشد و ارتقای سطح حرفه‌ای خود استفاده کنند.

نتیجه‌گیری

پژوهش‌ها نشان می‌دهد علاوه بر آموزش دقیق، مشاور باید مهارت لازم برای درک وضعیت خاص هر فرد را داشته باشد تا نشان دهد که وی توانایی انجام مجدد عمل مشاوره را مطابق با نیازها، ویژگی‌ها و انتظارات هر مراجع را دارد. خلاقیت و توانایی تفکر مجدد، پذیرش و درک دنیای کیفی هر مراجع، که جدا از نظریه و مهارت‌های آموزشی نیازمند رشد شخصی و حرفه‌ای مشاور است (Yalom, 2002). محیط‌های مشاوره‌ای همچون گروه‌های رشدی- حرفه‌ای موجب صمیمیت اعضا و خودافشایی می‌شود. شرکت‌کنندگان نه تنها یاد می‌گیرند چگونه با دیگران ارتباط برقرار کنند، بلکه روش‌های ایجاد صمیمیت را نیز می‌آموزند. علاوه بر این یاد می‌گیرند بازخورد بدهند و بازخورد سازنده دیگران را هم بپذیرند. در مجموع می‌توان گفت دانش‌جویان با مهارت‌هایی که در تجربه‌ی گروهی به دست می‌آورند می‌توانند آموخته‌هایشان را در زندگی بکار ببرند. از آنجا که یک مشاور خودشناسی، رشدیافتگی و توانمندی در مهارت‌های کلامی و غیر کلامی را در خود ایجاد و تقویت می‌کند، حال چنانچه در درس نظریه‌های مشاوره‌ی گروهی که از دروس اصلی این رشته است، دانش‌جویان عملاً فرایند گروه درمانی را تجربه کنند، می‌توانند ضمن محک زدن آن، توانایی‌های رشدی- حرفه‌ای خود را نیز ارتقا بخشند. در نتیجه تربیت و پرورش مشاورانی کارآمد، ارتقای سطح سلامت روان در جامعه تسهیل می‌یابد. با توجه به این که پژوهش حاضر با روش کیفی انجام شده است لذا محدودیت‌های سایر پژوهش‌های کیفی را دارد و در تعمیم نتایج می‌بایست جانب احتیاط رعایت شود. پیشنهاد می‌شود با روش مشابه تجارب رشدی و حرفه‌ای اساتید حوزه‌ی مشاوره جهت استفاده‌ی دانش‌جویان شناسایی گردد.

ملاحظات اخلاقی

پیش از انجام مصاحبه‌ها اهداف پژوهش برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و مصاحبه‌ها با رضایت آن‌ها ضبط شد و برای انتشار نتایج پژوهش با تأکید بر اصل محرمانگی توضیحات کاملاً جامع و روشنی به آنها داده شد.

سپاسگزاری

در پایان از کلیه دانش‌جویانی که در این پژوهش شرکت و ما را در انجام این پژوهش یاری کردند، قدردانی می‌گردد.

References

- Anderson, R., & Price, G. (2001). Experiential groups in counselor education: Student attitudes and instructor participation. *Counselor Education and Supervision*, 41(2), 111-119.
- Axinte, R. (2014). The school counselor: competencies in a constructivist model of counseling for career development. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 142, 255-259.
- Burger, J. M. (1986). *Personality: Theory and research*. Wadsworth Publishing Company.
- Corey, G. (2011). *Theory and practice of group counseling*. Translated by Kiyanoosh Zahrkar. Tehran: Publishing Virayesh (Persian)
- Dierick, P., & Lietaer, G. (2008). Client perception of therapeutic factors in group psychotherapy and growth groups: An empirically-based hierarchical model. *International Journal of Group Psychotherapy*, 58(2), 203-230.
- Enns, E., & Shapovalova, M. (2015). Psycho-Pedagogical model of students' professional consciousness development. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 214, 385-392.
- Erdman, S. A. (2009). Therapeutic factors in group counseling: Implications for audiologic rehabilitation. *Perspectives on Aural Rehabilitation and Its Instrumentation*, 16(1), 15-28.
- Fathiazar, E., Golparvar, F., Mirnasab, M., & Vahedi, S. (2016). Phenomenological study of behavioral problems in high school students: Social-emotional and academic challenges. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 6(2), 53-72. (Persian)

- Fear, R., & Woolfe, R. (1999). The personal and professional development of the counsellor: The relationship between personal philosophy and theoretical orientation. *Counselling Psychology Quarterly*, 12(3), 253-262.
- Finnerty, S., Luke, M., & Duffy, J. T. (2019). A grounded theory of experiential group training of school counselors to engage in psychoeducational group lessons with first-in-family students. *The Journal for Specialists in Group Work*, 44(2), 99-117.
- Geldard, K., & Geldard, D. (2005). *Practical counselling skills: an integrative approach*. Macmillan International Higher Education.
- Gall, M. D., Borg, W. R., & Gall, J. P. (1996). *Educational research: An introduction*. 6th ed. Translated by Nasr et al. 9th Ed, The Organization for Reaserching and Composing University Textbooks in the Humanitias (SAMT). (Persian)
- Ieva, K., Ohrt, J., Swank, J., & Young, T. (2009). The impact of experiential groups on master students' counsellor and personal development: A qualitative investigation. *The Journal for Specialists in Group Work*, 34(4), 351-368.
- Johnson, B., & Christensen, L. (2014). *Educational research: Quantitative and qualitative approaches*. Translated by Kiamanesh et al. 5th Ed, Nashreelm. (Persian)
- Karfaki, E., & Armakolas, S. (2019). Video as a tool for student counselling in Higher Education. *Educational Journal of the University of Patras UNESCO Chair*, 5(3) 240-251.
- Knight, S. A., & Newby, W. G. (2019). The impact of professional development groups on student counsellors' personal and professional development. *Western Undergraduate Psychology Journal*, 7(1), 1-23.
- Lomas, P. (1981). *The case for a personal psychotherapy*. Oxford University Press.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, cognition and personality*, 9(3), 185-211.
- Mohammadi, S. A., Shikaleslami, R., & Fooladchang, M. (2019). Responsibility in emerging adulthood: The role of family communication patterns and identity dimentions. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 9(2), 1-22. (Persian)
- Mohammadpour, A. (2013). *Qualitative research method, anti-method*. Tehran, Jameeshenasan. (Persian)
- Sung, Y., & Skovholt, T. M. (2019). Master group counselors' case conceptualizations. *The Journal for Specialists in Group Work*, 44(2), 118-137.
- Talebzade, S. L., Monadi, M., Khademi, A. M., & Khamesan, A. (2016). Identifying students' meaning in life: A phenomenological study. *Biannual Journal of Applied Counseling*, 6(1), 59-76. (Persian)
- Tannen, T., Daniels, M. H., & Koro-Ljungberg, M. (2019). Choosing to be present with clients: an evidence-based model for building trainees' counselling competence. *British Journal of Guidance & Counselling*, 47(4), 405-419.

- Yalom, I. D. (1995). *The theory and practice of group psychotherapy* (4th Ed.). Bahram Ali Ghanbari Hashem Abadi. Beh Nashr. (Persian)
- Yalom, I. D. (2002). *The gift of therapy: An open letter to a new generation of therapists and their patients.*
- Yalom, I., & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy* (5th Ed). New York: Basic Books.



