

پویایی گروه و مشاوره گروهی

- ۱- انواع گروه را نام ببرید و یک مورد را به دلخواه شرح دهید
- ۲- احساس آرمان و هدف مشترک در گروه را شرح دهید
- ۳- شرایط لازم برای گروه سنجی را بنویسید
- ۴- مقاومت در برابر تغییر در گروه را بنویسید
- ۵- مرحله شناسایی و مکاشفه در گروه درمانی را شرح دهید
- ۶- رهبر چه مواردی را باید رعایت کند. ۲ مورد
- ۷- رهبر برای آگاهی از چگونگی روابط درون گروهی اعضا باید به چه مواردی توجه کند
- ۸- مشاوره گروهی آدلر به چه صورت بوده است ؟
- ۹- اصول اساسی گروه درمانی مراجع محوری را شرح دهید
- ۱۰- مشارکت جوانان در مشاوره گروهی حاوی چه اهدافی می باشد .

جواب

- ۱- گروه های اولیه- گروه های ثانویه- گروه های کوچک- گروه های بزرگ- گروه های راهنمایی- گروه های مشورت- گروه های باز و بسته- گروه مرجع
گروه مرجع: نگرش افراد نسبت به گروههای مختلف یکسان نیست اعمال و عقاید و رفتار هایش را از گروه مرجع دریافت میکند و از آنها تبعیت می کند به بیان دیگر شهر نوع قضاوت و طرز فکرش را از گروه مرجع گیرد و رفتار افراد گروه مرجع را سرمشق خود قرار می دهد پیشوایان مذهبی گروه مرجع محسوب می شوند
- ۲- هدف از نظر لغت به معنی نشانه و مقصد است که آدم برای رسیدن به آن می کوشد هدف ایجاد انگیزه می کند هدف یا اهدافی دارد و اعضا درصدد رسیدن به آن هستند وجود هدف باعث تداوم گروه می شود و گروه

های بی هدف به زودی متلاشی می گردند هدف اعضای گروه را به هم پیوند می دهد و موجب انسجام و همبستگی آنان می گردد رسیدن یا نرسیدن به هدف موجب دلگرمی یا دلسردی اعضا میشود هدف گروه باید برای تمام اعضا را روشن و آشکار باشد

۳- اولاً افراد گروه باید یکدیگر را به طور کامل بشناسند و از خصوصیات رفتاری یکدیگر آگاه باشند تا بتوانند در ارتباط با صفات مشخصی درباره یکدیگر به قضاوت بپردازند از این رو در مواردی که اعضای گروه یکدیگر را به خوبی می شناسند باید از گروه سنجی استفاده شود ثانیاً مفهوم صفتی که مورد سنجش و ارزیابی قرار می گیرد باید برای ارزیاب ها کامل روشن و مشخص باشد ثالثاً نتایج گروه سندی خصوصاً در زمینه مسائل روانی باید محرمانه تلقی شود و با هیچ فرد دیگری مطرح نشود

۴- ترس از نابسامانی و از هم گسیختگی وضع موجود یکی از علل مقاومت در برابر تغییر است فردی که به زندگی نسبتاً آرام و ثابت خو گرفته و عادت کرده میترسد مواد و پذیرش تغییرات جدید زندگی آرام را مختل کند ترس از آینده مبهم و به هم خوردن وضع موجود را مضطرب و نگران می کند و به مقاومت می انجامد برای افراد مسن که عادت آنان تثبیت شده است تغییر مشکل تر است- دلبستگی فرهنگی و علاقه شدید به ارزشها و آداب و رسوم قدیمی علت دیگری برای مقاومت در برابر تغییر است- جهل و نادانی که دیگر از علل مقاومت است

۵- در این مرحله هر یک از اعضا درصدد هستند تا یکدیگر را بشناسند و دریابند که آیا می توانند به یکدیگر اعتماد کنند یا نه. مشاور نقش فعال و حساسی را به عهده دارد و به بازگو کردن قوانین گروهی و حصول توافق بین اعضا اقدام می کند در این مرحله هم چنین اعضا به هم معرفی می گردند و هدف های تشکیل گروه از دیدگاه کلیه اعضا مشخص میشود مباحث گروه معمولاً سطحی است و بیشتر بر شناسایی اعزام تمرکز می باشد عواملی نظیر نوع گروه خصوصیات اعضا و شیوه رهبری گروه در چگونگی پی مرحله مکاشفه موثرند

۶- خود را در جلسه اول مشاوره گروهی به اعضای گروه معرفی می کند و حتی الامکان درباره علایق خود در زمینه گروه با اعضا صحبت می کند و اطلاعاتی به اعضا می دهد و سپس از هر یک از اعضای گروه می خواهد تا خود را معرفی و درباره علایقش صحبت کند- رهبر باید با توافق اعضا حد و مرزی برای رفتارهای خاص در گروه معین و مشخص کند- رهبر گروه نباید صرفاً در مشاوره گروهی نقش رهبری را به عهده داشته باشد باید حتی الامکان به عنوان عضوی از گروه نیز در مباحث شرکت داشته باشد

۷- آیا کسی بر بحث های گروهی تسلط دارد و بیش از اندازه حرف میزند- آیا کسانی هستند که حرفشان در گروه قطع شود- آیا اعضای گروه به یکدیگر گوش فرا می دهند- آیا بسته های اعضای گروه واقعی یا تصنعی هستند- نحوه نشستن اعضای گروه نسبت به یکدیگر چگونه است- آیا اعضا تماس چشمی دارند یا خیر

۸- با تعداد ۸ - ۱۰ نفر عضو تشکیل می شود محتای بحث کاملاً محرمانه است و رازداری اهمیت فوق العاده ای دارد . گروه جایی راحت و آرام هفته ای دو بار و هر بار به مدت یک تا دو ساعت جلسات خود را تشکیل می دهند .

۹- انسان به طور فردی یا گروهی اگر از ترس و وحشت فارغ باشد رفتار سازگار و مناسبی خواهد داشت - زندگی و هستی هر فردی حاصل تجربیات زمان حال و گذشته اوست - اگر فردی میخواهد روابط دیگران با او حسنه باشد باید در نحوه رفتارش تجدید نظر کند - هر فردی در رفتارهایش با موانع و مقاومتهایی مواجه است .

۱۰- شناخت بیشتر خصوصیات فردی - کسب اطلاعات مناسب برای حل مشکلات متعدد ، کسب اطلاعات مناسب برای حل مشکلات متعدد - ارزیابی توانایی ها و نقاط ضعف- افزایش اعتماد به نفس - قبول مسئولیت بیشتر درباره خود و دیگران