

رویکرد راه حل مدار و کاربرد آن در مشاوره تحصیلی

عباس مرزبان^۱، بهنوش فروزش^۲

^۱دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه اصفهان

^۲کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

نویسنده مسئول:

عباس مرزبان

چکیده:

در این پژوهش تلاش شده است تا به معرفی رویکرد راه حل مدار و کاربرد آن مشاوره تحصیلی پرداخته شود. بخش های اصلی این مقاله شامل اصول، اهداف، ساختار، فنون درمانی رویکرد راه حل مدار و همچنین ویژگی ها و وظایف مشاوره مدرسه راه حل مدار و کاربرد آن در بعد تحصیلی می باشد. رویکرد راه حل مدار، کوتاه مدت بوده که جهت گفتگوهای مشاور و مراجع به سمت راه حل می باشد که در آن تغییرات جزئی به تغییرات بزرگ منتهی و از منابع و توانمندی های مراجع به جای نواقص و کاستی ها حداکثر استفاده به عمل می آید. بررسی پیشینه ی پژوهشی نشان از کاربرد فراوان رویکرد راه حل مدار با توجه به همخوانی آن با وضعیت مشاور در مدرسه دارد. با توجه به موفقیت درمان راه حل مدار و کوتاه مدت بودن تمرکز مشاوران در آینده به سمت این رویکرد خواهد بود.

کلید واژه: رویکرد راه حل مدار ، مشاور مدرسه.

مقدمه:

دیدگاه فرامدرن به عنوان پایه و بنیان معرفت‌شناختی^۱ مشاوره راه‌حل‌مدار معرفی می‌شود. فرامدرن نوعی واکنش و عکس‌العمل در برابر مفاهیم مدرنیته‌ی اطمینان، حقیقت و عینیت‌گرایی است که دانستن، را پدیده‌ای ذهنی می‌داند. همه رویکردهای فرامدرن در این ایده مشترکند که دانش انسان دارای محدودیت‌هایی است. در ابداع رویکرد راه‌حل‌مدار^۲ از رویکرد سازه‌گرایی اجتماعی استفاده شده است (گرگن^۳، ۱۹۸۵؛ به نقل از گاترمن ترجمه‌ی فاتحی زاده و میرنیام، ۱۳۹۰). مکتب سازه‌گرایی اجتماعی یک فلسفه پست مدرنیسم است. و معتقد است که واقعیت از نظر اجتماعی جای بحث و مذاکره دارد و هیچ واقعیت عینی، ثابت و لایتغیری وجود ندارد که بتوان آن را کشف کرد (بهاری، ۱۳۸۸). سازه‌گرایی اجتماعی هر گونه مفهوم‌سازی و تبیین آسیب‌شناختی از مراجع را رد می‌کند و همانند دیدگاه‌های مشاوره‌ای رابطه‌ی مشاور و مراجع را برای ایجاد فرآیند تغییر حیاتی می‌داند (وایت و اپستون^۴، ۱۹۹۰).

در درون زمینه خانواده‌درمانی یک رویکرد جدید و متمایز در اواخر قرن بیستم توسعه پیدا کرد که به عنوان رویکرد راه‌حل‌مدار نامگذاری گردید (دی شازر^۵، ۱۹۸۵). این رویکرد از تلاش عمده استیو (دی شازر) اینسوکیم برگ و همکارانشان در مرکز خانواده درمانی کوتاه مدت در میلوکی ایالت ویسکانسین، آمریکا شکل گرفت. می توان گفت که رویکرد راه‌حل‌مدار در یک سطح بسیار عملی و گاهی اوقات ساده و در سطح دیگر حاوی ایده‌ها و نظریه‌هایی که بسیاری از فرضیات درمانی و روانشناسی کاربردی را به چالش می‌کشد، می‌باشد (رودیس و اجمال^۶، ۱۹۹۵). این رویکرد یکی از انواع درمان‌های کوتاه‌مدت است که بر یافتن راه‌حل توسط مراجع با کمک درمانگر تاکید دارد (گرانث، ۲۰۱۷). و به دلیل دارا بودن ویژگی‌های چون تاکید شناختی، فراگیری آسان روشهای آن، ارائه راه‌حل‌های سریع، تمرکز بر نقاط قوت، برچسب نزدن، محوریت اهداف، ایمان داشتن به توانایی مراجعان، تمرکز بر استثنائات و دوری جستن از گذشته به نفع زمان حال و آینده با درمان‌های سنتی تفاوت داشته و توانسته است جایگاه مناسبی را در صنعت، مدارس، مراقبت و درمان پیدا کند (اهانلون و واینر - دیویس، ۱۹۸۹؛ دی شازر، ۱۹۹۴؛ لیپچیک، ۲۰۰۲).

فلسفه زیربنایی رویکرد راه‌حل‌مدار بر پایه این فکر بنا شده است که تغییر مداوم و اجتناب‌ناپذیر است. لذا در درمان، بر چیزی که ممکن است تاکید می‌شود. این مدل بر برداشتن قدم‌های کوچک برای شروع تغییر تاکید دارد. این رویکرد در واقع شکلی از درمان مختصر است که بر منابع مراجعان تکیه می‌زند (کوک و ارسلان، ۲۰۱۷). هدف این مدل درمانی آن است که از طریق فراخواندن و خلق راه‌حل‌هایی برای مشکلات مراجعان به آنها کمک کند به نتایج مورد نظرشان برسند. رویکرد راه‌حل‌مدار با درمان‌های سنتی متمرکز بر مشکل در اکثر رویکردهای دیگر در می‌افتد، همین‌طور با برخی از سنت‌های دیگر درمانی مغایر است (بهاری، ۱۳۸۸). رویکرد راه‌حل‌مدار به قدری روی آنچه امکان‌پذیر است تمرکز دارد که به کسب آگاهی از مشکل علاقه‌ای ندارد. زیرا از نظر آنها بین مشکلات و راه‌حل‌های آنها رابطه‌ی ضروری وجود ندارد (کوری، ترجمه‌ی سید محمدی، ۱۳۸۹). درمان راه‌حل‌مدار شامل فرض‌های نیروبخشی می‌باشد. افراد سالم هستند، افراد با کفایت هستند آنها از توانایی ایجاد کردن راه‌حل‌هایی که می‌تواند زندگی آنها را بهتر کند، برخوردارند (پروچسکا، ترجمه‌ی سید محمدی، ۱۳۸۷). یکی از فرض‌های مشاوره راه‌حل‌مدار این است که فرصت‌های مشاوره، اندک است. با توجه به محدودیت زمانی مشاور و تعداد زیاد دانش‌آموزان در مدرسه این مدل به علت کوتاه‌مدت بودن و استفاده مناسب از زمان در مدارس کاربرد فراوانی دارد. از آنجا که در این رویکرد، تمرکز بر راه‌حل‌هاست و کمتر به کاستی‌ها و نقایصی پرداخته می‌شود این روش، در کار با دانش‌آموزان خود ارجاع و نیز مراجعین فاقد انگیزه بسیار سودمند و نافع است و در نهایت چون این مشاوره، مبتنی بر به کارگیری نقاط قوت و تواناییهای مراجع است به وضوح به شیوه مدارس که مبتنی بر یادگیری است هماهنگی دارد (نظری، ۱۳۸۶). از آنجا که درمان‌های کوتاه-مدت در چهل سال اخیر محبوبیت زیادی پیدا کرده‌اند (دیویس و آزبورن^۷، ۲۰۰۰) و از طرفی می‌توان از کتابها و مقالات و کارگاه‌های فراوان در زمینه رویکرد راه‌حل‌مدار به محبوبیت آن پی‌برد. این مقاله به معرفی اصول، اهداف، ساختار، فنون درمانی رویکرد راه‌حل‌مدار و ویژگی‌ها و وظایف مشاوره مدرسه راه‌حل‌مدار و کاربرد آن در بعد تحصیلی می‌پردازد.

1. epistemological

2. Solution Focused Approaches

3. Gergen

4. White & Epston

5. De Shazer

6. Ajmal Rhodes

7. Davis & Osborn

اصول مشاوره راه حل مدار

- ۱- تمرکز بر راه حل: توجه رویکرد راه حل مدار معطوف به راه حل می باشد. تفکر بنیادین مدل راه حل مدار این است که انسان ها آنقدر شدید درگیر فهم مشکلات خود می شوند که از دیدن راه حل که درست جلو چشمشان قرار دارد، غافل می مانند (گاترمن، ترجمه ی فاتحی زاده و میرنیام، ۱۳۹۰). این عقیده باعث می شود که مراجعان نگرش و نحوه ی بیان خود از صحبت کردن درباره ی مشکل را به صحبت کردن درباره ی راه حل تغییر دهند (شوارتز و همکاران^۱، ۲۰۰۲).
- ۲- رویکرد همیارانه و مبتنی بر مشارکت: رابطه درمانی دوستانه بین مراجع و مشاور در این رویکرد ضروری است. تکیه بر توانایی ها، دیدگاه ها و عقاید دانش آموزان و به کارگیری آنها در امور درمان، موجب افزایش همکاری دانش آموزان و پذیرش مسئولیت بیشتر در فرایند بهبود می شود (بورویل و چن^۲، ۲۰۰۶).
- ۳- تغییرات کوچک می تواند به نتایج بزرگ بیانجامد: یک تغییر کوچک می تواند هم چون اثر یک گلوله ی برفی که در مسیر سرازیری قرار می گیرد. به تغییرات بزرگ تر و حل مشکلات بزرگ تری بیانجامد که ممکن است پیش روی مراجع قرار گیرد (گاترمن، ترجمه ی فاتحی زاده و میرنیام، ۱۳۹۰).
- ۴- مراجع به عنوان متخصص: مراجعان، با توجه به شرایط خاص خود کارشناس ارائه ی راه حل های بالقوه برای خود هستند. به عبارت دیگر، مشاوران در مورد آنچه مراجعان خود نیاز دارد کارشناس نیستند (دیویس و آیزورن، ۲۰۰۰). در عوض، مراجع و درمانگر در تعریف هدف درمان و عملکرد مراجع به عنوان متخصص در درمانش به صورت مشارکتی با هم کار کنند (مک فارلند^۳، ۱۹۹۵).
- ۵- تاکید بر فرآیند: یک ویژگی مهم و متمایزکننده رویکرد راه حل مدار تاکید آن بر فرآیند تغییر به جای تاکید بر محتوایی است که باید تغییر کند، مشاور به جای تمرکز بر خود مشکلات، به شناسایی و تقویت استثنای مشکلات مراجعان خود می پردازد. در مشاوره ی راه حل مدار اعتقاد بر آن است که مراجعان متخصص محتوایی هستند که قرار است تغییر یابد، در حالی که مشاوران متخصص فرآیندهای تغییر هستند. تاکید می شود که وظیفه ی مشاوران هدایت مراجعان در مسیر تغییر است، نه اینکه به آنها بگوئیم چه تغییری کنند (گاترمن ترجمه ی فاتحی زاده و میرنیام، ۱۳۹۰).
- ۶- عملی و انعطاف پذیر بودن: فلسفه مرکزی مشاوره راه حل مدار، عمل گرا و انعطاف پذیر بودن در حل مسئله است. بر روی آنچه کار می کند تمرکز دارد، درحالی که آنچه کار نمی کند را نادیده می گیرد. این فرض بر آن است که: (الف) اگر آن شکسته است، درستش نکنید، (ب) هنگامی که می دانید کار می کند، آن را بیشتر انجام دهید (ج) اگر کار نمی کند، آن را دوباره انجام ندهید و کاری متفاوت انجام دهید (برگ و میلر^۴، ۱۹۹۲).
- ۷- مداخله مختصر و کوتاه مدت: تاکید بر توجه داشتن به زمان و استفاده عاقلانه از آن، در نظر گرفتن آگاهانه محدودیت های زمانی در سرتاسر فرایند تغییر از ویژگی های اصلی مشاوره مختصر و کوتاه مدت است. در دیدگاه راه حل مدار این نکته حائز اهمیت است که دائماً این آگاهی و شناخت را داشته باشیم که هر جلسه ی مشاوره ممکن است آخرین جلسه باشد (گاترمن، ترجمه ی فاتحی زاده و میرنیام، ۱۳۹۰). در مشاوره راه حل مدار محدودیت زمان طبیعی است و همانند بخشی از کار مشاوره مورد احترام است. مشاوره حرفه ای با محدودیت زمانی، مشاور و مراجع را به سمت راه حل هایی با کارایی و بهره وری بالاتر هل می دهد و این روند به نوبه خود، باعث تحریک اجرای عمل در برنامه ریزی شغلی، تصمیم گیری و حل مسئله می شود (بورویل و چن، ۲۰۰۶).
- ۸- آینده محور: اگر چه حوادث و تجارب گذشته به خوبی شناخته شده و مورد بررسی قرار می گیرند ولی در روند مشاوره، سند چشم انداز عملی و استراتژی نگاه به حال و آینده است. آنجاست که می توان مشکلات را حل کرد. طراحی مسیر با توجه به مشکلات موجود و برنامه های آینده و کمک به مراجع برای پیدا کردن راه حل ها و گزینه های بهتر توان حرفه ای مشاور را بالا می برد (بورویل و چن، ۲۰۰۶).

1. Schwartz et al

2. Burwell & Chen

3. McFarland

4. Berg & Miller

۹- حتمی بودن تغییرات و دگرگونی‌ها: تغییر خصوصاً تغییر مثبت یکی از پیش فرض اصلی مشاوره راه حل مدار است (دشازر، ۱۹۸۸). راه حل ها به این دلیل امکان پذیرند که تغییر، امری دائمی و اجتناب ناپذیر است. مسائل و مشکلات، به جای آنکه موانعی گسترده و غیر قابل حل در نظر گرفته شوند، به صورت مشکلاتی موقتی در نظر گرفته می شوند. این رویکرد روی مسائلی تمرکز می شود که در آنها احتمال تغییر وجود دارد (دیویس و آیزورن، ۲۰۰۰). به همین دلیل مشاوره راه حل مدار، به عنوان «مشاوره امیدواری» شهرت یافته است (میلنر و اوبایرن^۱، ۲۰۰۲).

۱۰- توجه به راه حل ها و نه حل مشکلات: در مشاوره راه حل مدار مشکلات حل نمی شود، بلکه راه حل ها ساخته می شوند. راه حل به عنوان قطب متضاد مشکلات دیده می شود و به عنوان تغییر مثبت تلقی می شوند. مشاوران راه حل مدار مراجعان خود را از بررسی چگونگی ایجاد مشکل بر حذر می دارند، و خودشان را نیز از حدس و گمان های این چینی دور نگه می دارند (دیویس و آیزورن، ۲۰۰۰). نکته ضروری در ادارک این اصل این است که راه حل ها ابداع و ایجاد می شوند، نه آنکه کشف شوند (والتر و پیلر^۲، ۱۹۹۲).

۱۱- جهت گیری هدفمند: مشاوره راه حل مدار هدف گرا است. اهداف چنین مشاوره ای، همانا ساختن راه حل ها و جواب های مناسب برای شکایت ها و ناراحتی ها کنونی مراجع است. پیش فرض های ساخت راه حل عبارتند از ۱- برای هر مسئله ای راه حل وجود دارد. ۲- برای هر مسئله بیش از یک راه حل وجود دارد. ۳- راه حل ها را می توان ساخت. ۴- مراجع و مشاور با هم به ساخت راه حل می پردازند. ۵- به جای کشف، باید راه حل ها را ساخت یا ابداع کرد (والتر و پیلر، ۱۹۹۲).

۱۲- پاسخ گویی به مسایل بین فرهنگی و تنوع فرهنگی: توجه به مسایل بین فرهنگی در مشاوره راه حل مدار می تواند حیطه های مختلف از جمله جنس، جهت گیری جنسیتی، ناتوانی، قومیت گرایی، نژاد، وضعیت اقتصادی - اجتماعی، سن، معنویت، دین و ساختار خانواده را شامل شود. مشاوره راه حل مدار بر اهمیت ایجاد خود آگاهی، کسب دانش و کسب مهارت های متناسب با جهان بینی های متفاوت مراجعان واقف است در این رویکرد لازم است که مشاوران از نحوه ی شکل گیری جهان بینی مراجعان و نحوه ی تاثیر گذاری آن بر مشکلات و راه حل هایشان آگاهی کسب کنند (لی، ۲۰۰۱؛ به نقل از گاترمن ترجمه ی فاتحی زاده و میرنیام، ۱۳۹۰). البته مشاوره راه حل مدار دارای اصول دیگری همچون تاکید بر بهداشت روانی، بهره بردن کامل از منابع و توانایی های مراجع، موارد استثناء های موجود در مسائل و مشکلات و ... می باشد.

اهداف در رویکرد راه حل مدار

هدف اصلی مشاوره ی راه حل مدار کمک به مراجعان برای شناسایی، تقویت و افزایش استثنای مشکلات و حل شکایات مطرح شده می باشد. آنها این کار را با کمک به مراجع برای تفکر و یا انجام فعالیت متفاوتی که موجب خشنودی بیشتر او در زندگی اش می شود، محقق می سازند (بهاری، ۱۳۸۸). هدف در سطح دیگری، صرفاً کمک به مراجع برای شروع تغییر نحوه حرف زدن درباره ی مشکل به حرف زدن درباره راه حل است. اهداف در مشاوره ی راه حل مدار از قبل تنظیم شده نیستند و درباره ی هر مراجعی اهداف متفاوت و منحصر به فرد هستند. درمانجویان از این نظر که چه هدفهایی را می خواهند تدوین کنند، مهارت دارند. هدفها همیشه برای هر درمانجویی بی همتا هستند و خود درمانجو آنها را برای آینده ای بهتر تدوین می کند. در این رویکرد به افراد کمک می کنند تا در موقعیت خود تغییراتی را به وجود آورند، این تغییرات می بایست پایدار باشند نه سطحی و موقتی، هر چند که تغییر موقتی در مشکلات شخصی نیز می تواند درمانی باشد. چون درمانگر راه حل مدار قرار نیست «شخصیت یا ساخت های خانوادگی» را باز سازماندهی کند، گرایش می یابد که معتدل ترین هدف ها را تعیین کند. کمک به مراجع برای تعیین اهداف روشن و دست یافتنی عمده ترین مداخله در نوع خود است و جریان اندیشیدن درباره آینده و آنچه را که شخص می خواهد متفاوت باشد، بخش بزرگی از کاری است که درمانگر راه حل مدار انجام می دهد (بهاری، ۱۳۸۸).

اهدافی که به بخوبی سازمان یافته باشند دارای ویژگی هایی مثل اولاً نماینگر وجود چیزی، به جای نبودن آن ثانیاً به زبان مراجع و عاری از اصطلاحات تخصصی و به صورت مثبت ثالثاً واقع گرایانه 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 می رسند و در نهایت اختصاصی، رفتاری، قابل مشاهده و قابل اندازه گیری می باشند (برگ و میلر، ۱۹۹۲).

1. Milner & O'Byrne

2. Walter & Peller

ساختار درمان راه حل مدار

ساختار جریان راه حل مدار از ۳ جزء تشکیل شده است که عبارت است از:

۱. گفتگو درباره‌ی مشکل
۲. گفتگو درباره‌ی آینده
۳. گفتگو درباره‌ی راهکارها

هنگام گفتگو درباره‌ی مشکل برای این که مراجع احساس کند دلوپسی‌های وی از سوی مشاور شنیده و درک می‌شود. یک رابطه و اتحاد درمانی موفقیت‌آمیزی با مراجع برقرار می‌شود، سعی می‌شود که مراجع مشکل را در یک کلمه بیان کند و آن را به یک جمله تبدیل نماید. وقتی مشاور اطلاعات مربوط به مشکل را بدست آورد با استفاده از توصیف‌های عملی به جای برجسب‌زدن، آن را به یک هدف قابل دسترسی تبدیل می‌نماید. مشاور جهت همکاری با مراجع، سبک یا سیاق مشاوره را با وی متناسب و منطبق نموده و درباره تعریف مشکل با مراجع به بحث و مذاکره می‌پردازد. آنچه در این مرحله روی می‌دهد برای نتایج درمان مهم است. چنان چه مشاور به مراجع اجازه دهد که مشکل را به صورتی غیر قابل حل تعریف کند، شکست خود را تضمین کرده است. مهارت مشاور در آن است که در ارتباط تنگاتنگی با تعریف مراجع از مشکل قرار گیرد و آن را به تعریفی که قابل حل است سوق دهد (بهار، ۱۳۸۸).

گفتگو درباره آینده و استراتژی بیشترین وقت جلسه را به خود اختصاص می‌دهد. این توجه به آینده و توجه به منابع مراجع است که این رویکرد را از سایر رویکردها متمایز می‌سازد. در این رویکرد قواعد گفتگو مهم هستند و این گفتگوها محصولات مشترکی بین مراجع و مشاور می‌باشند که آن را شکل می‌دهند. مشاور با توجه به نقش خود اداره کننده گفتگو است. نوع گفتگویی که مشاور ترغیب می‌کند، دعوت می‌کند، تقویت و پاداش می‌دهد احتمال دارد که گسترش و رواج یابد. مشاور راه حل مدار به گفتگوها جهت گیری آینده می‌دهد و هدف این است که مراجع به او ملحق شود. مراجع ممکن است نتواند دید خود را به آینده برای مدتی طولانی حفظ کند. در این صورت مثل آن است که مراجع به زمین بنگرد مشاور به آسمان. هرچند مشاور شروع کننده گفتگوی راه حل مدارانه است، ولی از نزدیک حرفهای مراجع را دنبال کرده و خیلی نزدیک فرآیند گفتگوی مراجع باقی می‌ماند.

بعد از این که برای مراجع مشخص شد که می‌خواهد به کجا برسد، قدم بعدی کشف گام‌هایی است که برای رسیدن به آن جا برمی‌دارد. مشاور راهکارهایی را که به درد مراجع می‌خورد، فرا می‌خواند. برای این کار از اصل بهره‌وری استفاده می‌کند. اصل بهره‌وری و کاربرد آن در رویکرد راه حل مدار از کار میلتن اریکسون ناشی می‌شود. بهره‌وری به معنای آن است که مشاور از هر چیزی که مراجع با خود به جلسه درمان می‌آورد، از جمله عوامل خودآگاه و ناخودآگاه، منابع، تجربیات، توانایی‌ها، سرگرمی‌ها، روابط، نگرش‌ها، مشکلات و کمبودها استفاده کند. (زیگ و موینون، ۱۹۹۹).

فنون درمانی

تغییر پیش از درمان^۱

معمولاً تصور بر این است که شروع مشاوره زمانی است که مراجع به جلسه‌ی اول مشاوره قدم می‌گذارد. اما در رویکرد راه حل مدار یکی از سودمندترین زمانها برای تغییر، قبل از شروع جلسه‌ی اول می‌باشد. پیش از جلسه اول است که تصمیم مراجع برای روی آوردن به درمان محقق می‌شود. اکثر مشاوران برای به جریان انداختن امور پیش از شروع جلسه‌ی اول در ارتباط با مراجعان خود دست به مداخله می‌زنند. معمولاً درمانگر یا منشی وی، بسته به نوع درمان و فعالیت‌های که قرار است انجام گیرد، طی تماس تلفنی با مراجع می‌تواند به اتفاق مراجع شروع به تعریف اهداف و یا اکتشاف استثناها کند. با این کار مشاور می‌تواند در مراجع انتظار تغییر ایجاد نموده و این کار به نوبه‌ی خود در جلسات آتی مشاوره تقویت خواهد شد. تغییر پیش از درمان در حیطه‌ی مشاوره راه حل مدار به عنوان مبنایی جهت حل و فصل سریع مشکلات پدید آمده است (نس و مورفی^۲، ۲۰۰۱).

^۱. pretreatment change

^۲. Ness & Murphy

تکلیف نخستین جلسه:

در نخستین جلسه درمانی از مراجع می‌خواهند تا از بین وقایعی که در زندگی و روابطش روی می‌دهد، دوست دارد کدامیک همچنان استمرار یابد (دی شازر، ۱۹۸۵). این تکلیف به مراجع کمک می‌کند تا به جای مشغول کردن ذهنش به چیزهای بد زندگی‌اش روی چیزهای خوب زندگی‌اش تمرکز کند. این تکلیف به راهنمای تکلیف نخستین جلسه شناخته شده است و تکلیف متداولی است که در پایان نخستین جلسه درمانی توسط روان‌درمانگر راه‌حل‌مدار به مراجع داده می‌شود. از تو می‌خواهم از حالا تا جلسه بعد که با هم ملاقات خواهیم کرد خوب مشاهده کنی (طوری که جلسه آینده بتوانی برایم تشریح کنی) که از بین وقایعی که در زندگی، خانواده، ازدواج و روابط تو در جریانند، می‌خواهی کدام یک همچنان استمرار یابد (دشازر، ۱۹۸۵).

پرسش استثناء

دشازر (۱۹۸۸) استثنائات را زمانی تعریف می‌کند که مشکل وجود ندارد و یا اینکه مشکل تلقی نمی‌شود. با محل نگذاشتن به تصویری که مراجع از مشکلات خویش ترسیم می‌کند توجه او را به طرف عکس آن سوق می‌دهیم، یعنی به اوقاتی که هنوز این مشکلات را نداشتند. با کشف این اوقات و تفاوتی که با وضعیت الان دارند، مراجع به سرنخ‌هایی می‌رسد که می‌تواند او را در توسعه آن استثناء یاری دهد. افزون بر این، مراجع شاید در پرتو این واقعیت که او در مواقعی قادر به تغییر یا حذف مشکل بوده است، تغییراتی در دیدگاهش ایجاد و مشکل، حل شدنی در نظرش جلوه نکند. در جایی که پیدا کردن موارد استثنایی و بنا کردن بر اساس آن موثر واقع می‌شود، شاید دیگر نیاز چندانی برای مداخله درمانی بیشتر وجود نداشته باشد. اما در جای که پیدا کردن موارد استثناء و بنا کردن بر اساس آنها موثر واقع نشود یعنی یافتن موفقیت‌هایی در گذشته برای مراجع دشوار باشد، طرح پرسش معجزه می‌تواند مفید باشد. پرسشی مثل می‌توانی موفقیتی را در آینده تصور کنی؟

پرسش معجزه

پرسش معجزه چنین است «تصور کن یک شب وقتی تو خواب هستی، معجزه‌ای برای تو اتفاق بیافتد و مشکل تو حل شود، چگونه آگاه خواهی شد؟ این سوال سازمان ذهن را برای حل مسئله فعال می‌سازد، زیرا دورنمایی از هدف در ذهنش ایجاد می‌کند. این فن به مراجع کمک می‌کند تا نگاهی به ورای مشکل داشته باشد تا ببیند که آنچه واقعاً می‌خواهد شاید لزوماً حذف مشکل فی‌الفسه نباشد، بلکه بخواهد کارهایی را انجام دهد که آن مشکل، سد راه آن کارها شده است. چنانچه درمانگر بتواند مراجع را، صرف نظر از مشکلش، تشویق به انجام آن کارها بنماید، شاید به ناگهان مشکل آنچنان بزرگ هم به نظر جلوه نکند. این فن برای ایجاد امید در مراجع، سودمند است (میلنر و ابایرن^۱، ۲۰۰۲). پرسش معجزه زمانی که گلایه‌های مراجع مبهم هستند بیشترین تاثیر و استفاده را دارد (دی شازر، ۱۹۹۳).

پرسش قیاس گر

در ابتدا پرسش‌های قیاس گر به عنوان عنصر مهمی در درمان راه‌حل‌مدار برای کمک به گفتگوی درمانگر و مراجع پیرامون مقوله‌های مبهمی مانند افسردگی و ارتباط طراحی شدند، برای زمانی که شناسایی اهداف و تغییرات رفتاری مشخص، دشوار است (دشازر و برگ، ۱۹۹۳). از این پرسشها برای ترغیب مراجع به درجه بندی قدرت اراده‌اش در اجرای راه‌حل‌ها نیز استفاده می‌شود. پرسشهای قیاس گر، شیوه هوشمندانه‌ای برای پیش بینی مقاومت‌ها و تعدیل اهدافی که به نظر بسیار دور می‌رسند می‌باشند، از این طریق آنها می‌توان اهداف را به گام‌های کوچک عملی‌تری تقسیم نمود. ضمن این که تعهد به تغییر را نیز در مراجع تقویت می‌نماید.

پرسش سازگاری

پرسش سازگاری می‌تواند به مراجع کمک کند تا به توانایی‌ها و ذکاوت‌مندی‌های خود صرفاً از طریق شکیبایی بیش از قبل آگاه شود "چه چیزی تو را تحت چنین موقعیت دشواری حفظ می‌کند؟" «چگونه است که شرایط بدتر از این نیست؟» برای کارایی بهتر

¹. Milner & O'Byrne

رویکرد راه حل مدار در درمان فنون دیگری مثل شاه کلیدها، تکالیف سازنده، تکالیف توجه برانگیز، تکلیف کار متفاوتی انجام بده، تکالیف اتفاقی، تکالیف وانمودی، تکلیف پیش بینی کننده، ادامه به کاری که موثر است و فن بازخورد اشاره نمود (بهاری، ۱۳۸۸).

از آنجا که رویکرد کوتاه مدت راه حل مدار یک رویکرد سازه ای و اجتماعی می باشد و معلمان، پدر و مادر، و کسانی که با کودک سروکار دارند را به درمان تشویق می کند، آن را سازگار با ویژگی های مداخله می نماید که در محیط مدرسه موفق است (روانس و هاگوود^۱، ۲۰۰۰).

وظایف عمده مشاوره راه حل مدار در مدارس

وظایف اصلی مشاوره راه حل مدار در زیر خلاصه شده است. 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 (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 می کنم چه اتفاقی خواهد افتاد اگر دفعه بعد شما سعی کنید چیزی واقعاً متفاوت در مقابل عمل دانش آموز در کلاس داشته باشید." (مورفی، ۲۰۰۸).

- نگاه کردن، گوش دادن 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، "بیاپید 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).

¹. Roans & Hoagwood

۴- ساختن استثناها و سایر منابع

• شناسایی و ساختن استثناها، به عنوان مثال، "به من در مورد زمان‌های در این هفته که مشکل اتفاق نمی‌افتد و یا شدت آن کمتر بود بگوئید چه چیزی در مورد آن موقعیت از حد معمول متفاوت بود؟ چگونه می‌تواند کاری کنید که این اتفاقات بیشتر بیافتد؟" (مورفی، ۲۰۰۸).

• شناسایی و ساختن منابع دیگر مراجع مانند علایق خاص و استعداد، افراد با نفوذ، مهارت‌های مقابله‌ای و ایده‌هایی برای حل مشکل، به عنوان مثال، "من تعجب می‌کنم که چگونه است که سرسختی و شجاعت شما در ورزش اسکیت بورد به شما کمک نمی‌کند 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 می‌کند انجام دهید؟"، "چگونه شما از چیزهایی که باعث بدتر شدن مشکل می‌شوند دور مانده-اید؟"، "شما فکر می‌کنید چه چیزهایی از طرف مدرسه به شما کمک می‌کند؟" (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).

ویژگی های مشاوره مدرسه راه‌حل‌مدار

مشاوره‌ای که در مدرسه صورت می‌گیرد، همواره خلاصه و کوتاه مدت بوده است. محدودیت‌های زمانی، برنامه کاری و برنامه‌های درسی مدارس، تعداد زیاد دانش‌آموزان هر مدرسه و تنوع آنچه که مشاور در مدرسه در یک روز باید انجام دهد، موجب شده فرض شود که مشاوره در مدارس، حتماً باید کوتاه‌مدت باشد. از طرفی با توجه به این فرض مشاوره راه‌حل‌مدار که فرصتهای مشاوره، اندک است و باید به نحو احسن از این فرصت‌ها بهره برد. می‌توان گفت که این رویکرد برای کاربرد در مدرسه مناسب است. از آنجایی که در مشاوره راه-حل‌مدار تمرکز بر راه‌حل‌هاست و کمتر به کاستی‌ها و نقایص پرداخته می‌شود در کار با دانش‌آموزان خود ارجاع و نیز مراجعین فاقد انگیزه، بسیار سودمند و نافع است (دیویس و آزبورن، ترجمه ی ادیب راد و نظری، ۱۳۸۹). جهت اصلی این رویکرد مثبت و سازنده است و از همین رو برای مدارس جذاب و گیرا است. و در نهایت مشاوره راه‌حل‌مدار، مبتنی بر بکار گیری نقاط قوت و تواناییهای مراجع است که به وضوح با شیوه مدارس که مبتنی بر یادگیری است، هماهنگی دارد (داوینگ و هریسون، ۱۹۹۲). این رویکرد با فلسفه و اصول کلی

برنامه‌های تحصیلی که در مدارس گوناگون مورد قبول است، همخوان و همسو است و از طرفی شیوه مناسبی برای دانش‌آموزانی است که اغلب در انجام مشاوره اکراه دارند و یا در ابتدا همکاری نمی‌کنند (سلکمن، ۱۹۹۷). شاید بتوان گفت که مهمترین اصل مشاوره راه‌حل-مدار ایجاد ارتباطی مثبت با دانش‌آموزان است (والتر و پیلر، ۱۹۹۲). مشاوران راه‌حل‌مدار بر به کارگیری مهارت‌های دانش‌آموزان تاکید دارند و بر این باور هستند که مراجعان کارشناسان زندگی خویشند و آنها در مقایسه با مشاور بر زندگی و تجربیاتشان وقوف بیشتری دارند. و بر همین اساس مشاور باید تبحر مراجع را در جهت نیل به یک مشاوره موفق برانگیزد (شاری، دارمودی و مدائن^۱، ۲۰۰۲).

شما به عنوان یک مشاور راه‌حل‌مدار باید توانایی‌ها، منابع و استعدادهایی را که در حال حاضر در شما وجود دارد، به بالاترین سطح خود ارتقا دهید. به کارگیری آنچه که دارا هستید به بهترین صورت خود، نه فقط موجب تسهیل فرآیند تهیه کردن راه‌حل می‌شود، بلکه به شما اجازه می‌دهد تا در فعالیتهایتان با دانش‌آموزان به گونه‌ای مطمئن‌تر، اختصاصی‌تر و شدنی‌تر عمل کنید.

یافته‌های حاصل از تحقیقات متعدد نشان می‌دهند که مشاور مدرسه باید آنچه را خوانده و آنچه را که درباره‌ی دانش‌آموز و پیشرفت مراجع در نتیجه مشاوره می‌داند، در جهت موفقیت، در کارش بکار ببندد. به ویژه اینکه اولاً از هر ملاقاتی که با یک دانش‌آموز برگزار می‌کند، بیشترین بهره را ببرد. زیرا ممکن است تنها همین ملاقات را با او داشته باشد. ثانیاً تکریم و احترام به شخصیت دانش‌آموزان، خصوصاً به منابع و نقاط قوتی که در حال حاضر در آنها وجود دارد. که این امر موجبات تغییرات مثبت و سازنده را در او فراهم می‌کند. ثالثاً با توجه و اشاره به محیط پیرامون آنها، آنچه را که در مورد زندگی‌تان در زمانی که در کنار تان نیستند به تصور در آورید و آن را درک کنید. و به آنها یاد دهید که چگونه یاد گرفته‌های خود از جلسات مشاوره را به موقعیت‌های دیگر انتقال دهند. رابعاً تا حد امکان با دانش‌آموزان و اولیاء آنها ارتباط‌های عاری از مخالفت و مقابله برقرار کنید. خامساً سعی کنید دانش‌آموزان را نسبت به فرآیند مشاوره امیدوار کنید زیرا که «امید» موتور حرکت و دگرگونی است و دگرگونی و تغییر نیز اجتناب‌ناپذیر است و دگرگونی مثبت و سازنده نیز همیشه انجام‌پذیر است.

مشاوره راه‌حل‌مدار به صورت فردی و گروهی برای دانش‌آموزان قابل اجرا می‌باشد که رعایت یک سری راهکارهای اختصاصی برای کاربرد بهتر آن در زیر ارائه شده است.

مشاوره باید از خود کنجکاوی واقعی نشان دهد بدین صورت که این موضع که چیزی نمی‌داند را اتخاذ کند. به عبارتی مشاور خود را منبع جواب و سامان دهنده کارها و درمان‌کننده تلقی نکند. و بپذیرد که از ناگفته‌های زیادی بی‌خبر است. کنجکاوی واقعی نشان دهنده‌ی میلی واقعی برای درک مراجع و کمک در حل مشکل او است. هدف این است که دریابیم دانش‌آموز در مورد مشکل به وجود آمده، چه تصویری دارد. مثلاً موضوعی ممکن است برای مشاور بسیار کم اهمیت بوده ولی برای دانش‌آموز یک فاجعه تلقی شود (دیویس و آزبورن، ترجمه ی ادیب راد و نظری، ۱۳۸۹).

همچنین مشاور باید با زبان مراجع صحبت نموده و از واژه‌های خودمانی و غیر رسمی که در مدرسه استفاده می‌شود، استفاده نماید (مورفی، ۱۹۹۷). صحبت کردن به زبان دانش‌آموزان، این احساس را در آنها ایجاد می‌کند که ما دیدگاه‌های آنها را می‌پذیریم و به تجاربشان اهمیت می‌دهیم. گرچه هرگز این به معنای موافقت با آنها نیست. بر این اساس باید کلماتی را که دانش‌آموزان بر زبان می‌آورند به طور جدی دریابید. و به اظهارات کلامی و غیر کلامی آنها توجه داشته باشید. و با صحبت کردن به زبان آنها به آنها نزدیک شوید.

مشاور باید نسبت به برجسته کردن توانایی‌ها و استعدادها دانش‌آموزان اقدام نماید. فرآیند برجسته‌سازی شامل تشخیص دادن و فهرست بندی تواناییها و استعدادهای دانش‌آموزان می‌باشد. برای اجرای فرآیند برجسته‌سازی استفاده از سوالات کارآگاهی که بوسیله آنها بتوانیم نقاط مثبتی را در دانش‌آموز وجود دارد و قبلاً به آنها توجه نشده است موثر است. بر این اساس مشاوران مدارس باید با تمرکز بر تواناییها و استعدادهای دانش‌آموزان، آنها را تشویق کنند و به آنها اجازه دهند به کارهایی بپردازند که بهتر انجام می‌دهند. و این یکی از مهمترین اصول مشاوره‌ی راه‌حل‌مدار است.

مشاوران راه‌حل‌مدار بر اهمیت تحسین مراجعان به دلیل موفقیت‌های گذشته و تشویق آنها برای دست یافتن به موفقیت‌های جدید، تاکید می‌کنند (سلکمن، ۱۹۹۷). حتی برخی مثل کمپل و همکاران (۱۹۹۹) تاکید می‌کنند که در کل ماهیت این نوع مشاوره، ستایش-

¹. Sharry, Darmody, & Madden

کردن است. شما به عنوان مشاور راه حل مدار لازم است خصوصیات و توانایی های واقعی دانش آموزان را دریابید و از این طریق دانش آموزان را تحسین نمایید. زیرا انجام این کار به شکل غیر واقعی و ریاکارانه، با اصول اساسی این نوع مشاوره مغایرت دارد و شبیه تمسخر افراد است. در هر صورت مشاور راه حل مدار بر استفاده از واژه تحسین تاکید دارد.

یکی از فرضیات دیگر مشاوره ی راه حل مدار این است که تغییرات اجتناب ناپذیرند. و مسائل همیشه به حالتی ثابت باقی نمی ماند (والتر و پلر، ۱۹۹۲). براین اساس مشاور راه حل مدار باید تفکرات نادرست مراجعین در خصوص عدم تغییر شرایط را به چالش بکشند و با آنها مبارزه کنند.

یکی از شاخصه های مشاوران راه حل مدار این است که همواره برای حل مشکلات، به دنبال پیدا کردن موارد استثناء می گردند. موارد استثنائی یعنی مواقعی که یک مورد خاص، مشکل محسوب نمی شود و یا مواقعی که مشکل می توانست در یک زمان خاص اتفاق بیفتد اما اینگونه نشده است (برگ، ۱۹۹۴).

مشاور راه حل مدار در مدرسه بایستی نسبت به تعیین اهداف دقیق و ملموس و قابل اندازه گیری حساس باشد و در تعاملات خود با دانش آموز، دائما هدف اصلی را در نظر داشته باشد. تمرکز بر هدف باعث می شود که حتی یک دقیقه هدر نرود و در تمام مدت در مسیر اصلی منجر به هدف، قرار گیرند. و احتمال رسیدن به نتیجه مناسب و قابل قبول، به میزان زیادی افزایش یابد و تعاملات و کنش و واکنش های آگاهانه و هدفمند به بالاترین حد خود افزایش یابند. و در نتیجه به فرآیند ایجاد تغییر سرعت می بخشد (مورفی، ۱۹۹۷).

تحقیقات در درمان راه حل مدار، به طور پیوسته در طول چند سال گذشته در حال رشد می باشد. مطالعات (لیترل، مالیا و واندرود^۱، ۱۹۹۵؛ لافاونتین^۲، ۱۹۹۶؛ کوکران و استفانسون^۳، ۲۰۰۰؛ اسپرینگر، لانچ و روبین^۴، ۲۰۰۰؛ نیوسام^۵، ۲۰۰۴) بر بررسی تاثیر درمان راه حل مدار در مدارس انجام شده اند و نتایج امیدوارکننده ای از نظر معدل، بیش فعالی، رفتار کلاس درس، و رسیدن به اهداف فردی را نشان داده است. کوک و کافنبرگر (۲۰۰۳) در پژوهشی با عنوان کاربرد مشاوره راه حل مدار در بهبود عملکرد تحصیلی دانش آموزان نشان دادند که ۳۵ دانش آموز شرکت کننده ۲۰ نفر وضعیت تحصیلی مناسب تری پیدا کردند. رویکرد راه حل مدار به اعتماد به نفس در حل مسئله در سرپرستان منجر شده (مورفی^۶، ۲۰۰۸) همچنین در نظارت شوندگان نیز احساس یک حس افزایش اعتماد به نفس، توانمندسازی و موفقیت را ایجاد می نماید (خوب^۷، ۲۰۰۲؛ هسو^۸، ۲۰۰۷).

اتکینسون (۲۰۰۷) به بررسی رویکرد راه حل مدار در مصاحبه انگیزشی با نوجوانان پرداخت نتایج مطالعه نشان داد که این رویکرد در افزایش خودکارآمدی نوجوانان و افزایش گفتگوهای راه حل مدار میان گروه همسالان موثر است. تقی پور، خوش کنش و صالحی (۱۳۹۰) در پژوهشی با عنوان تاثیر مشاوره گروهی راه حل مدار بر افزایش عملکرد تحصیلی و خودکارآمد پنداری دانش آموزان نشان دادند که رویکرد راه حل مدار بر افزایش عملکرد تحصیلی تاثیر معنی داری دارد.

لیترل و همکاران (۱۹۹۵) در مطالعه ای بر روی دانش آموزان دبیرستانی نشان دادند که درمان راه حل مدار در رسیدن دانش آموزان به اهداف خود و کاهش احساسات ناراحت کننده در مورد مشکلات خود موفق و کمک کننده است. فرانکلین، بیویر، موری، کلموس و اسکاماردو^۹، (۲۰۰۱) در یک مطالعه ی موردی تحت عنوان بررسی تاثیر درمان راه حل مدار در محیط مدرسه نشان دادند که پنج نفر از هفت نفر (۷۱ درصد) بهبود در معلمان از طریق درمان راه حل مدار گزارش شده است.

1. Littrell, Malia, & Vanderwood

2. LaFountain

3. Corcoran & Stephenson

4. Springer, Lynch, & Rubin

5. Newsome

6. Murphy

7. Koob

8. Hsu

9. Franklin, Biever, Moore, Clemons, & Scamardo

پژوهش‌ها در رویکرد کوتاه‌مدت راه‌حل‌مدار در تنظیمات مدرسه نتایج امیدوارکننده ای در افزایش اعتماد به نفس و نگرش مثبت و نتایج تحصیلی و رفتاری مثبت و همچنین کاهش مشکلات رفتاری مربوط به کلاس درس را نشان می‌دهد (فرانکلین و همکاران، ۲۰۰۸).

بحث و نتیجه گیری:

مشاور در مدرسه دارای با توجه به تنوع زیاد مشکلات دانش آموزان، وقت محدود، تعداد دانش آموزان زیاد و مسئولیت های بیشماری که دارد با کمبود زمان مواجه است. بر این اساس باید به دنبال روشی کوتاه مدت که پاسخگویی نیازهای دانش آموزان باشد و بتواند از توانمندیهای آنها حداکثر بهره را ببرد بگردد. از آنجایی که رویکرد راه حل مدار، کوتاه مدت بوده و در آن جهت گفتگوهای مشاور و مراجع به سمت راه حل می باشد و در آن تغییرات جزئی به تغییرات بزرگ منتهی و از منابع و توانمندی های مراجع به جای نواقص و کاستی ها حداکثر استفاده به عمل می آید. و اهداف درمانی بصورت ساده و عملکردی به صورت مشترک توسط مشاور و مراجع طراحی شده سپس برای مشکلات راه حل هایی خلق می شوند. کاربرد فراوان رویکرد راه حل مدار با توجه به همخوانی آن با وضعیت مشاور در مدرسه، پیش بینی می شود. که البته پیشینه پژوهشی، حکایت از تایید تاثیر این رویکرد و کاربرد آن در مدارس دارد.

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.
- پروچاسکا، جیمز او و نورکراس، جان، سی. (۱۹۹۹). نظریه های روان درمانی، ترجمه سید محمدی. (۱۳۸۶). تهران: رشد.
- 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.
- گاترمن، تی، جفری. (۱۳۹۰). هنر مشاوره راه حل مدار، ترجمه مریم فاتحی زاده، لیلا میرنیام. اصفهان. نشر نهفت.
- نظری، ع. م. (۱۳۸۶). بررسی تأثیر مشاوره راه حل - محور بر رضایت زناشویی زوجین هر دو شاغل، تازه ها و پژوهشهای مشاوره، جلد ۵، شماره ۲.

- Atkinson, C., & Ames, M. (2007). Using solution-focused approaches in motivational interviewing with young people. *Pastoral Care in Education*, 25(2), 31-37.
- Berg, I. K. (1994). *Family-based services: A solution-focused approach*. New York: W.W. Norton.
- 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 counselling. *Counselling Psychology Quarterly*, 19(2), 189-203.
- Cook, J. B., & Kaffenberger, C. J. (2003). Solution shop: A solution-focused counseling and study skills program for middle school. *Professional School Counseling*, 116-123.
- Corcoran, J., & Stephenson, M. (2000). The effectiveness of solution-focused therapy with child behavior problems: A preliminary report. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 81(5), 468-474.
- Davis, T. E., & Osborn, C. J. (1999). The solution-focused school: An exceptional model. *NASSP Bulletin*, 83(603), 40-46.
- De Shazer, S. (1985). *Keys to solution in brief therapy*. Ww Norton.
- De Shazer, S. (1988). *Clues: investigating solution in brief therapy*. NY: W.W. Norton.
- De Shazer, S., & Berg, I. (1985). A part is not apart: Working with only one of the partners present. *Casebook of marital therapy*, 97-110.
- DeShazer, S. (1994). *Words were originally magic*. New York: Norton.
- Downing, J., & Harrison, T. (1992). Solutions and school counseling. *The School Counselor*, 39(5), 327-332.
- Franklin, C., Biever, J., Moore, K., Clemons, D., & Scamardo, M. (2001). The effectiveness of solution-focused therapy with children in a school setting. *Research on Social Work Practice*, 11(4), 411-434.
- Franklin, C., Moore, K., & Hopson, L. (2008). Effectiveness of solution-focused brief therapy in a school setting. *Children & Schools*, 30(1), 15-26.
- Grant, A. M. (2017). Solution-focused cognitive-behavioral coaching for sustainable high performance and circumventing stress, fatigue, and burnout. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 69(2), 98.
- Hsu, W. (2007). Effects of solution-focused supervision. *Bulletin of Educational Psychology*, 38(3), 331-354.
- Koc, H., & Arslan, C. (2017). Analyzing Interpersonal Problem Solving in Terms of Solution Focused Approach and Humor Styles of University Student. *Online Submission*, 8(27), 18-28.
- Koob, J. J. (2003). The effects of solution-focused supervision on the perceived self-efficacy of therapists in training. *The Clinical Supervisor*, 21(2), 161-183.
- Lafountain, R. M., & Gamer, N. E. (1996). Solution-focused counseling groups: The results are in. *Journal for Specialists in Group Work*, 21(2), 128-143.
- Lee, M. Y., Greene, G. J., Mentzer, R. A., Pinnell, S., & Niles, D. (2001). Solution-focused brief therapy and the treatment of depression: a pilot study. *Journal of brief therapy*, 1(1), 33-49.
- Lipchik, E. (2002). *Beyond technique in solution-focused therapy*. New York: Guilford press.
- 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*. Jossey-Bass.
- Milner, J., & O'Byrne, P. (2002). *Brief counselling: Narratives and solutions*. Palgrave Macmillan.
- Murphy, J. J. (2008). *Solution-focused counseling in the schools* (2nd Ed.). Alexandria, VA: American Counseling Association.

- Murphy, J.J. (1997) *Solution-focused Counselling in Middle and High Schools*. Alexandria, VA: American Counselling Association.
- Ness, M.E., & Murphy, J. J. (2001). The effect of inquiry technique on reports of pretreatment change by clients in a university's counseling center. *Journal of College Counseling*, 4, 20-31.
- 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.
- O'Hanlon, W. H. & Weiner- Davis, M. (1989). *In Search of Solutions: A New Direction in Psychotherapy*. NY: W.W. Norton.
- Rhodes, J. and Ajmal, Y. (1995). *Solution-focused Thinking in Schools*. London: BT Press.
- Roans, M., & Hoagwood, K. (2000). School-based mental health services: A research review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 3, 223-241.
- 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.
- Selekman, M. (1997). *Solution-focused therapy with children: Harnessing family strengths for systemic change*. New York: Guilford Press.
- Sharry, J., Darmody, M., & Madden, B. (2002). A solution-focused approach to working with clients who are suicidal. *British Journal of Guidance & Counselling*, 30, 383-399.
- 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.
- White, M., and D. Epston. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. New York: Norton.