

مشاوره و درمان گروهی آدلری راهنمای گام به گام

تألیف:

منفورد ای. سانسنگارد، جیمز رابرت بیتر

ترجمه:

دکتر عبدالله شفیع آبادی (استاد دانشگاه علامه طباطبائی)

دکتر حسین داوودی (دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمین)



دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمین

- سرشناسه : سانس‌تگارد، منفورد ای. ۱۹۱۱ - م.
Sonstegard, Manford A.
- عنوان و نام پدیدآور : مشاوره و درمان گروهی آدلری راهنمای گام به گام
- مشخصات نشر : تهران: دانشگاه آزاد اسلامی، سازمان چاپ و انتشارات، ۱۳۹۴.
- مشخصات ظاهری : ۲۷۶ص. مصور، جدول
- شابک : 978-964-10-3073-7
- وضعیت فهرست نویسی : فبیای مختصر
- یادداشت : فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی: <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است
- یادداشت : عنوان اصلی: Adlerian group counseling and therapy : step-by-step, c2004.
- شناسه افزوده : بتر، جیمز رابرت، ۱۹۴۷ - م.
- شناسه افزوده : Bitter, James Robert
- شناسه افزوده : شفیع آبادی، عبدالله، ۱۳۲۲ -، مترجم
- شناسه افزوده : داوودی، حسین، ۱۳۵۰ -، مترجم
- شناسه افزوده : دانشگاه آزاد اسلامی. سازمان چاپ و انتشارات
- شماره کتابشناسی ملی : ۲۸۴۷۲۲۷

عنوان کتاب: مشاوره و درمان گروهی آدلری راهنمای گام به گام

تالیف: منفورد ای. سانس‌تگارد - جیمز رابرت بتر

ترجمه: دکتر عبدالله شفیع آبادی - دکتر حسین داوودی

ویراستار ادبی: الهه شاهی

حروفچینی و صفحه آرایی: دفتر فنی ولیعصر (سرای)

طراح جلد: فاطمه سرایی

چاپ اول: ۱۳۹۴

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

ناشر: سازمان چاپ و انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی (با همکاری واحد خمین)

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: سازمان چاپ و انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی

ISBN: 978-964-10-3073-7

شابک:

قیمت ۲۵۰۰۰۰ ریال

پیشگفتار

مشاوره و درمان گروهی آدلری، راهنمای گام به گام، کتابی است برای شما که علاقه‌مند به مباحث نظری و عملی مشاوره گروهی می‌باشید. در این کتاب، دکتر منفورد ای سانستگارد^۱ و دکتر جیم بیتر^۲ مشاوره گروهی را از دیدگاه آدلری مطرح ساخته‌اند. آنها به صورت روشن به توصیف فرآیند و عملکرد گروه درمانی آدلری از طریق تفسیرها و تعاملات نقل شده از فرآیند گروه خودشان پرداخته‌اند. آنها همچنین به طور مختصر، مفاهیم کلیدی نظریه آدلری را توصیف می‌کنند که می‌تواند برای گروه‌های آدلری و همچنین برای گروه‌های دیگر مبتنی بر پایه‌های نظری متفاوت به کار رود.

آلفرد آدلر سهم قابل توجهی در شیوه‌های درمان بخش معاصر مشاوره فردی و روان درمانی گروهی داشته است. آدلر، اولین روان‌پزشکی بود که از روش‌های گروهی به روشی نظام‌مند در مراکز راهنمایی کودک در دهه ۱۹۲۰ در وین استفاده نمود. بر اساس کار آدلر، رودلف درایکورس^۳ به ترجمه و توسعه بسیاری از اصول آدلری در تمرین مشاوره گروهی و گروه درمانی در هر دو محیط خصوصی و عمومی پرداخت. مداخلات آدلری به طور گسترده برای مراجعین مختلف، در تمام سنین و در بسیاری از محیط‌ها، به خصوص در مدارس مورد استفاده قرار می‌گیرد.

کمک آدلر به توسعه مشاوره گروهی، موجب رشد بسیاری دیگر از مدل‌های درمانی شد. از بسیاری جهات، می‌توان آدلر را پیش‌گام در زمینه مشاوره گروهی، اثر گذار بر

1. Manford Sonstegard

2. Jim Bitter

3. Rudolf Dreikurs

مدل‌های مبتنی بر پویایی، شناخت‌ها، پاسخ هیجانی و معنی وجودی دانست. نظریه‌های متعدد در اردوگاه‌شناختی- رفتاری به وضوح برخی از ریشه‌هایش را، از جمله درمان عقلانی- عاطفی- رفتاری و درمان‌شناختی از اصول و تلاش‌های آدلری گرفته است. علاوه بر این، بسیاری از ایده‌های آدلر در نوشته‌ها و نظریه‌های رولومی، ویکتور فرانکل و آبراهام مازلو¹ گنجانیده شده است. فرانکل و می هر دو آدلر را پیشگام جنبش هستی‌شناختی می‌دانند، چون آدلر معتقد بود که انسان‌ها آزادند که انتخاب کنند و به طور کامل مسئول اعمال خود هستند. این دیدگاه همچنین آدلر را در مرکز رویکرد شناختی در روان‌شناسی قرار می‌دهد. رویکردی که بر عوامل درونی موثر بر رفتار یعنی ارزش‌ها، باورها، نگرش‌ها، اهداف، منافع، معنای شخصی و برداشت‌ها در مورد واقعیت و تلاش در جهت خود شکوفایی متمرکز است. تمام این مفاهیم الزامات مهمی برای مشاوره و گروه درمانی هستند.

کتاب "مشاوره و درمان گروهی آدلری، راهنمای گام به گام"، نشانگر عصاره برخی از قابل توجه‌ترین عقاید آلفرد آدلر و رودلف درایکورس در کار گروهی است. دکتر سانس‌تگارد و دکتر بیتتر یک دلیل قانع‌کننده را برای تمرین کار گروهی ارائه نموده‌اند. این نویسندگان، رشد یک گروه را از زمان شکل‌گیری تا مرحله نهایی به تصویر کشیده و به خوانندگان تصویر روشنی را از آن چه که انجامش در هر مرحله از کار یک گروه مهم است؛ ارائه داده‌اند. این کتاب همچنین بسیاری از ابعاد عملی فرآیند گروه آدلری، از جمله این موارد را بررسی می‌کند: اهمیت شکل‌گیری یک رابطه گروهی؛ چگونگی ایجاد شرایط دموکراتیک و پذیرش در یک گروه، شیوه‌های ارزیابی روان‌شناختی هر یک از اعضای یک گروه به وسیله مشاوران گروه؛ رویکردهای افزایش آگاهی و بینش در مورد اعضا، فنون کمک‌کننده به اعضا برای تبدیل دیدگاه‌هایشان به عمل و استفاده از روش‌های جهت‌گیری مجدد و بازآموزی از طریق تشویق متکی بر نقاط قوت شخصی کشف شده در تجربه گروه. نویسندگان به شرح و استفاده از یک سبک فعال رهبری گروه

می‌پردازند که ساختاری را برای کمک به اعضا برای بیشترین استفاده از مشاوره گروهی پیشنهاد می‌کند. اگر چه رویکردی که آنها توصیف کرده‌اند بسیار سودمند است، آدلری‌ها احترام فراوانی را برای اعضای گروه و ظرفیت‌های آنان برای شرکت فعال در تجربه‌های رشد ذاتی در فرآیند گروه قائلند. مشاوره گروهی آدلری یک رویکرد مبتنی بر همکاری است که می‌تواند نتیجه بخش و موجب توانمندی اعضا باشد.

فصل نظریه و عمل در مشاوره گروهی آدلری را که به بررسی مفاهیم کلیدی و فنون گروهی خاص می‌پردازد، ارزشمند یافتیم. برخی از مفاهیمی که به اختصار شرح داده شده‌اند عبارتند از: کل گرایی، گرایش غایت‌شناختی، احساس و علاقه اجتماعی، شیوه زندگی و ارزیابی آن، فرآیند تشویق و چند نام دیگر. دکتر سانسگارد و بتر تعدادی از مداخلات را برجسته کرده‌اند که می‌تواند به طور سودمندی برای بسیاری از انواع مختلف گروه‌های دارای مراجعین متنوع به کار رود. چند تکنیک که من آنها را بسیار سودمند یافتم عبارتند از: تفسیر، استفاده از "پرسش"، ارزیابی شیوه زندگی، خاطرات اولیه و به چالش کشیدن اعتقادات اساسی. اگر چه این روش‌ها می‌توانند مورد علاقه بسیاری از خوانندگان قرار گیرند، باور من این است که فلسفه آدلری که بر تمرین گروهی تاکید می‌کند برای خوانندگان بسیار ارزشمند خواهد بود. من شخصاً بخش‌های بسیاری از فلسفه آدلری را در تمرین کار گروهی ام به کار برده‌ام و در یافته‌ام که این رویکرد به من یک بنیان قوی و همچنین میزان زیادی از آزادی را می‌بخشد. این مدل به خاطر گستردگی‌اش، همچنین قادر به استفاده از تکنیک‌های برگرفته شده از سایر مدل‌های نظری است. خوانندگان "مشاوره و درمان آدلری، راهنمای گام به گام"، کتاب را صرف نظر از سطح تجربه‌شان در مورد گروه‌های تسهیل‌گر، مفید خواهند یافت.

جرالد کوری

استاد بازنشسته خدمات انسانی

دانشگاه ایالتی کالیفرنیا در فولرتون

فهرست مطالب

مقدمه: جیمز رابرت ییتر	۱
منابع	۱۰
بخش اول: فرآیند و تمرین مشاوره و درمان گروهی آدلری	۱۳
فصل یکم: یک دلیل منطقی برای کار گروهی آدلری	۱۵
خلاصه	۳۳
منابع	۳۴
فصل دوم: مشاوره و درمان گروهی آدلری: راهنمای گام به گام	۳۷
شکل‌گیری یک رابطه گروهی	۴۱
بررسی روان‌شناختی در گروه	۵۰
افشاسازی روان‌شناختی در گروه	۶۹
خلاصه	۸۹
منابع	۹۰
بخش دوم: مبانی نظری	۹۳
فصل سوم: نظریه، فرآیند، و ساختار در کار گروه آدلری	۹۵
گروه درمانی آدلری: فرآیند و ساختار	۱۰۱

۱۰۱	ایجاد یک پایگاه اطلاعاتی
۱۰۳	شکل گیری یک رابطه گروهی
۱۰۴	نشست اعضا
۱۰۵	ایجاد توافقها
۱۰۸	یک پژوهش روان شناختی
۱۱۰	مصاحبه ذهنی
۱۱۱	"پرسش"
۱۱۴	مصاحبه عینی
۱۳۳	افشاسازی روان شناختی
۱۳۵	جهت گیری مجدد روان شناختی و بازآموزی
۱۳۶	حل مسئله گروهی
۱۴۱	خلاصه
۱۴۳	منابع
۱۴۷	فصل چهارم: تمرین مشاوره و درمان گروهی آدلری
۱۵۲	نظریه پشتیبان تمرین گروهی آدلری
۱۵۵	گروه های آدلری: فرآیند و عملکرد
۱۵۷	ارتباط
۱۵۹	ارزیابی روان شناختی
۱۶۲	آگاهی و افشاسازی روان شناختی
۱۶۷	جهت گیری مجدد
۱۷۰	پشتیبانی از فرآیند گروه
۱۷۱	انتخاب اعضای گروه
۱۷۴	ترکیب گروه
۱۷۶	حجم گروه
۱۷۸	محیط گروه
۱۸۰	فراوانی، طول و مدت زمان جلسات گروه

۱۸۱	نقش مشاور یا درمانگر گروه
۱۸۲	حضور
۱۸۳	جرات‌ورزی و اعتماد به نفس
۱۸۵	شجاعت و ریسک
۱۸۷	پذیرش، علاقه و مراقبت
۱۸۸	مدل‌سازی و همکاری
۱۸۹	سازگاری و حل شوخ طبعی
۱۹۰	گوش دادن غایت شناسانه
۱۹۰	کل‌گرایی و کار مطابق با الگوها
۱۹۲	رسیدگی به فرآیند گروه
۱۹۲	تدابیر حفاظتی و توافقات لازم برای فرآیند گروه
۱۹۴	ملاحظات اخلاقی
۱۹۹	نتیجه‌گیری
۲۰۱	منابع
۲۰۹	فصل پنجم: مشاوره کودکان در گروه‌ها
۲۱۲	تعاریف
۲۱۲	راهنمایی گروهی
۲۱۴	مشاوره گروهی
۲۱۴	گروه درمانی
۲۱۶	اصول اساسی
۲۱۷	الگو و هدف
۲۱۸	چهار هدف درایکورس
۲۲۶	اهداف آگاهانه
۲۲۹	مفاهیم غلط والدین در مورد کودکان
۲۳۳	مراحل مشاوره گروهی
۲۳۴	تشکیل یک رابطه گروهی

۲۳۶	 پژوهش روان‌شناختی
۲۳۷	 تفسیر
۲۳۹	 جهت‌گیری مجدد
۲۴۳	 نتیجه‌گیری
۲۴۴	 منابع
۲۴۹	فصل ششم: آموزش و تربیت درمانگر گروه
۲۵۳	 تجربه گروه برای دانشجویان تحصیلات رشته‌های یاورانه
۲۵۵	 آرام‌سازی، خشنود کردن
۲۵۶	 سرزنش کردن - اهمیت دادن
۲۵۸	 فوق‌العاده معقول - کنترل‌کننده
۲۵۸	 بی‌ربط - راحت
۲۶۴	 تجانس - علاقه اجتماعی
۲۶۶	 مشاهده فرآیند گروه در یک مدت زمان طولانی
۲۶۶	 یادداشت‌های روزانه و الکترونیکی
۲۶۹	 یادگیری در مورد گروه‌ها و دسترسی به پاسخ‌های سرپرست
۲۷۴	 نظریه گروهی، رهبری مشترک و نظارت
۲۸۰	 خلاصه
۲۸۳	 منابع

منفورد ای. سانستگارد

انسان و درمان او

مقدمه: جیمز رابرت بیتر

من برای اولین بار دکتر منفورد ای. سانستگارد را در سال ۱۹۷۴ دیدار کردم. او ۶۳ ساله بود و به عنوان معلم، مشاور، مدیر، راهنما و مربی مشاور خدمت کرده بود. او به تبعیت از معلم بزرگ خود، رودلف درایکورس، برای تاسیس مراکز آموزش خانواده در پنج ایالت مختلف، بخش‌هایی از جزایر کارائیب، اروپا و آفریقا- یعنی جایی که او به عنوان مشاور آموزشی برای دولت اتیوپی خدمت نموده- کمک کرده بود. علاوه بر این، او رویکرد غایی تحلیلی برای مشاوره گروهی به یک شکل هنری جامع را همراه با یک فرآیند و عمل کامل مطرح ساخته بود (درایکورس و سانستگارد، ۱۹۶۷، ۱۹۶۸ الف، ۱۹۶۸ ب. سانستگارد و درایکورس، ۱۹۷۳). سانستگارد در نهایت، فصل گروه خود را درایکورس را دو بار به روز رسانی نمود (سانستگارد و درایکورس، ۱۹۷۵؛ سانستگارد، درایکورس و بیتر، ۱۹۸۲).

در سال ۱۹۷۴، من مطالعات دکتری ام را در دانشگاه ایالتی آیداهو تکمیل کردم و کار هماهنگی اولین کنفرانس را - که در زمینه روان‌شناسی آدلری در آن دانشگاه برگزار شد -

بر عهده گرفتیم. دکتر استیون فایت^۱، سانسگارد را توصیه نمود. دکتر فایت، فارغ التحصیل دانشگاه وست ویرجینیا^۲، یک و یا دو دوره مورد نظر "سانست"^۳ را قبل از پیوستن به هیأت علمی در دپارتمان آموزش مشاور در دانشگاه ایالتی آیداهو برگزار نموده بود. دوره سانست را می‌شد در چند حوزه مختلف ارایه نمود، اما علاقه اصلی من کار با او در مورد گروه‌ها بود. من از او پرسیدم که آیا مایل به گفتگو در مورد برخی از موارد مشاوره گروهی و بحث در مورد روند مشاوره گروهی و روان درمانی آدلری هست یا خیر. پاسخ او مثبت بود اما تقاضا نمود "نوجوانانی که دانش آموزان 'A' نبودند" نیز مورد مطالعه قرار گیرند.

او گفت: "واقعاً دانش آموزان خوب همیشه داوطلبند، اما آنها در جالب‌ترین تظاهرات نقشی ندارند. جوانان دچار برخی از مشکلات، چیزهایی برای به دست آوردن و در نتیجه، چیزهای زیادی برای ارائه کردن دارند."

گفتم: "خب، فهمیدم که ما بدترین کودکان را دور هم جمع کرده ایم" و این دقیقاً همان کاری بود که من کرده بودم. به تمام مدارس منطقه رفته بودم و معلم‌ها، دانش آموزانی را معرفی کرده بودند که دچار افت یا مشکل تحصیلی یا قانونی بودند؛ همه ی هشت دانش آموز اصلی به صورتی هنرمندانه آشوبگر بودند. تنها پنج نفر از آنها به طور دقیق در جلسات گروهی دو ساعت و نیمه شرکت کردند. یکی از این جلسات بر روی صحنه و در مقابل تقریباً ۴۰۰ نفر - که در کنفرانس حضور داشتند - برگزار شد. در کتاب "مشاوره و درمان گروهی آدلری، راهنمای گام به گام" (فصل ۲)، ما یکی از این جلسات را به طور کامل تفسیر نموده ایم.

1. Steven Feit

2. West Virginia University

3. Sonste منظور همان سانسگارد است

این کنفرانس ۴ روز به طول انجامید و جلسات گروه، زندگی پنج نوجوان را تغییر داد. آنها تمام وقت دنبال دکتر سانشگارد بودند، با او غذا می‌خوردند و برای او هدیه می‌خریدند. او به حرف هایشان گوش می‌داد و به آنها در حد توان کمک می‌کرد. پیگیری‌های یک سال و شش ماهه معلم‌ها و والدین، نشان دهنده تداوم تغییرات در این پنج دانش آموز بود.

من مطالعات دکترای خود را در سال ۱۹۷۴ تکمیل کردم و در سپتامبر آن سال به اندازه کافی خوش شانس بودم که عضو علمی **برنامه مشاوره** به ریاست دکتر سانشگارد شوم که اکنون در کالج فارغ التحصیلی چارلستون دانشگاه مارشال، غرب ویرجینیا^۱ اجرا می‌شود. او، صبح روز اول انتصابم به دفتر من آمد. من جعبه‌های کتاب‌ها را باز کردم. او گفت: "بجنب. ما داریم به یک مدرسه می‌رویم تا چند مشاوره انجام دهیم."

همان طور که به سمت یک جامعه کوهستانی کوچک در حدود ۳۰ مایلی چارلستون می‌رفتیم، آموزش من به عنوان یک مربی مشاور آغاز شد. او در نهایت، به همه چیز از روند مشاوره و مشورت جمعی گرفته تا نظارت در محیط طبیعی پرداخت (درایکورس و سانشگارد، ۱۹۶۶)، اما کارش را با یک تفسیر در حین صبحانه آغاز نمود. "به آن مرد جوان- که در حین کار در دشت‌ها چپیس سیب زمینی می‌خورد و کوکاکولا می‌نوشد- نگاه کن. من هرگز او را استخدام نکرده‌ام. او نیاز به پروتئین دارد، او انرژی کافی برای کار تا بعد از ظهر را نخواهد داشت."

گفته‌های او تا حدی مرا نگران کرد، چرا که دقیقاً به همان چیزی اشاره می‌کرد که من یک ساعت پیش خورده بودم. وارد مدرسه شدیم، مدیر و یک زوج از معلم‌ها- که سانشت را قبلاً می‌شناختند- از او استقبال کردند و سر کارشان رفتند. در یک اتاق کوچک کافه تریا، پنج نوجوان و دو دانشجو منتظر دیدن ما بودند. سانشت یکی از دانشجویان را به

گروه نوجوانان معرفی کرد و از آنها پرسید که آیا این دانشجو می‌تواند با آنها برای مدتی صحبت کند. بعد به دانشجو گفت که می‌تواند کارش را شروع کند.

اگر چه او تا حد زیادی اطلاعات لازم را از این جوانان گرفت، ولی یادم می‌آید به این فکر می‌کردم که اعتماد به نفس او از من بیشتر است. حدود ۲۰ دقیقه بعد از آن جلسه، او بر این موضوع تمرکز کرد تا از سانس آن چه را که باید بعداً انجام دهد؛ بپرسد. سانس گفت: "چه چیزی را از نگرانی تام- در مورد این که می‌گفت، مردم همیشه او را دست می‌اندازند و او خیلی عصبانی می‌شود- فهمیدی؟" دانشجویی احساس می‌کرد که شاید تام صدمه دیده است. سپس سانس به طرح پرسش از دانشجوی دیگر و تک تک اعضای گروه پرداخت. هنگامی که به من رسید، دریافتم که فکر جدیدی به ذهنم نمی‌رسد.

سانس خاطر نشان ساخت: "من ایده دیگری دارم، آیا می‌خواهید بشنوید؟ من فکر می‌کنم تام را دست می‌اندازند، چرا که هر کس می‌داند که او یک هدف آسان است. او انتظار دارد که با او بد رفتاری شود و با کوچکترین تحریک، مانند یک ترقه در جشن چهارم جولای از کوره در می‌رود."

این اولین باری بود که بازتاب بازشناسی^۱ یک گروه را مشاهده می‌کردم. هم سالان او بلافاصله تایید کردند که چگونه اغلب، تام را "تحت فشار قرار می‌دادند" و "مسخره می‌کردند" تا او را عصبانی کنند. حتی تام اذعان کرد که به راحتی از کوره در می‌رود. با این حال، سانس اجازه نداد که این موضوع به یک بحث گروهی در مورد تام، یعنی فرد قربانی، تبدیل شود. او همه ما را درگیر بحث در مورد اهداف و مقاصد سوء استفاده از همتا نمود. حتی در آن زمان، تلاش می‌کرد به کسانی که احساس می‌کردند به وسیله ی افراد مورد توجه گروه به حاشیه رانده شده و کنار گذاشته شده‌اند؛ کمک کند، تلاشی که او هم چنان امروز آن را در کارش دنبال می‌کند (سانسگارد، بتر و پلونیس- پروس،

او در راه منزل، از من خواست که درباره کار صبح فکر کنم. من گفتم که چیزهای بسیاری آموختم، اما احساس نمی‌کنم چیز زیادی برای مطرح کردن داشته باشم. او گفت "چرند نگو. تو آن جا حضور و شرکت داشتی. دانشجویی که کار گروه را شروع نمود، دو ترم آخرش را با من به تماشای گروه پرداخته بود. این اولین باری بود که خودش یک کار گروهی را شروع می‌کرد. او این ترم را به صورت مشترک با من کار می‌کند و ترم بعد، می‌تواند برای شروع کار گروهی خودش آماده باشد و به نظارت هفتگی بپردازد و فقط به صورت دوره‌ای نیازمند مداخلات ما بشود." سپس با لبخند گفت: "آماده‌سازی و آموزش رهبران مناسب گروه، زمان می‌برد. من گفتم: "اجازه بدهید جواب را حدس بزنم. همه چیز با یک صبحانه خوب شروع می‌شود."

بدین ترتیب، یک دوستی و رابط کاری بین ما آغاز شد که بیش از یک ربع قرن به طول انجامید. در سال‌های اول، من به اندازه هر یک از دانشجویان، چیزهای زیادی را آموختم. من چیزهای زیادی را خواندم، اما فاقد تجربه و نظارت کافی بودم. سانس‌ت مانند یک همکار برجسته با من برخورد نمود و مرا آموزش داد. او مرا با خود به همه جا می‌برد. به مدارس و نهادهای اجتماعی، برای سفرهای مشاوره‌ای به بسیاری از شهرهای مختلف و برای عقد قراردادهایی که می‌توانستیم مواد و برنامه‌های جدید را ارائه دهیم. در ابتدا، پرسش‌های بسیاری می‌پرسیدم. با این حال، در یک مدت بسیار کوتاه، او با من کار می‌کرد و در مواقع ضروری، مداخله می‌نمود، اما برای آزمایش و طرح سبک شخصی‌ام مرا آزاد می‌گذاشت.

در آن زمان و اکنون، سانس‌ت بزرگترین معلمی است که تا به حال داشته‌ام. او تنها در کار خود خوب نبود. او الگوی هر چیزی بود که آموزش می‌داد. من باید مانند بسیاری از مردم، اصول روان‌شناسی آدلری را می‌آموختم و یک احساس اجتماعی نسبت به منافع

اجتماعی پیدا می‌کردم. این صفات در سانس، همیشه بخش طبیعی هستی واقعی اش بودند. هنگامی که درایکورس را دیدار نمود، ثابت کرد که به آن چه یاد گرفته بود؛ واقعاً باور داشت-آن چه که با آن "زندگی می‌کرد."

طرف داران آدلر بر این باورند که تمام رفتارها در یک بافت اجتماعی رخ می‌دهند و بنابراین، به صورت غیرشخصی برانگیخته و به بهترین وجه، به صورت نظام‌مند درک می‌شوند. بدین معنا، مشاوران و درمان گران آدلری تلاش می‌کنند تا افراد را به صورت کل نگرانه درک کنند. ما علاقه‌مند به مطالعه انسان به عنوان مجموعه‌ای از اجزا نیستیم، بلکه به دنبال دانستن کلیت شخص در طول زندگی هستیم. کودکان خردسال که تجربه یک احساس طبیعی حقارت را دارند، برای موقعیت بهتر- شایستگی و تسلط- تلاش می‌کنند. این تلاش‌های اولیه را می‌توان به عنوان جنبشی به سمت اهداف بی واسطه درک کرد. جنبشهایی که می‌توانند خود را گام یا ناخودآگاه باشند (آدلری‌ها از این واژه‌ها بیشتر به عنوان صفات استفاده می‌کنند تا به عنوان اسم‌هایی که نماینده حالت‌های متجسم ذهن اند). در نهایت، افراد اهداف دراز مدت‌تر را تکمیل، شکوفایی یا کامل مطرح می‌کنند و این اهداف، زندگی شخصی ما را طوری وحدت می‌بخشند که هر فکر، احساس، عمل، باور و اعتقاد راسخ و با ارزش را می‌تواند به عنوان بخشی از حرکت به سمت نقاط پایانی داستان ما روشن سازد.

این حرکت فردی به سمت یک هدف زندگی، چیزی است که آدلری‌ها آن را سبک زندگی یا شیوه زندگی شخص می‌نامند. از آن جا که ما موجوداتی اجتماعی هستیم، حرکت ما در طول زندگی به شدت به وسیله ی وراثت و محیط، تحت تاثیر قرار می‌گیرد. با این حال، هر دو مورد وراثت و محیط، اهمیت کمتری از تفاسیری دارند که مردم در مورد این تاثیرات استنباط می‌کنند. به عنوان مثال، خانواده بر آن چه که ما هستیم تاثیر زیادی دارد، اما نه مدل تعیین شده به وسیله ی والدین ما و نه ترتیب تولد ما در خانواده به

اهمیت معنایی است که هر فرد به این تجارب نسبت می‌دهد. همه ما زندگیمان را تفسیر می‌کنیم و سپس به دنبال یک جایگاه در آن می‌گردیم. چگونه می‌توانیم ادعا کنیم که آن جایگاه در زندگی ما بسیاری از ارزش‌ها و ارزش دیگران را تعریف می‌کند. ما این آزادی را داریم که انتخاب کنیم.

از آن جا که ما می‌توانیم انتخاب کنیم که چه باشیم و چگونه عمل کنیم، آدلر (۱۹۳۱/۱۹۵۸) یادآور شد که مردم می‌توانند هم به سمت زندگی بی‌فایده و هم به طرف مفید آن بروند. مورد اول تقریباً همیشه شامل مفاهیم اشتباه در مورد خود، دیگران و جهان است. این جهت بی‌فایده شامل بدبینی، غرق شدن در خود و برتری جویی در ارتباط با دیگران است. از سوی دیگر، جنبه دیگر زندگی با چیزی تجسم می‌یابد که آدلر آن را احساس جمعی^۱ می‌نامد، یعنی احساس تعلق به گذشته، حال و آینده جامعه بشری. چنین احساسی ذاتی است و باید در فرد جوان ایجاد شود؛ که از طریق آن چه آدلری‌ها علاقه اجتماعی^۲ می‌نامند به وجود می‌آید، یعنی علاقه به رفاه دیگران، درست به اندازه علاقه به رفاه خودمان. افراد دارای این نوع علاقه اجتماعی، احساس وابستگی به دیگران می‌کنند. آنها وظایف جهانی زندگی را با شجاعت، اعتماد به نفس (خوش بینی) و حس شوخ طبعی انجام می‌دهند. آنها زندگی را معنی دار می‌دانند و به دیگران به اندازه خود اهمیت می‌دهند. این اجازه می‌دهد تا رشد دیگران را تسهیل کنند، چرا که آنها آموخته‌اند که خودشان را مدیریت کنند (موزاک^۳، ۲۰۰۰).

در طول سال‌ها، همخوانی کلی اندیشه‌های سانست با مدل آدلری در آموزش مشاوران و درمانگران در ایالات متحده و کانادا و همچنین در آفریقا، اروپا و امریکای جنوبی به او کمک کرده است. او کارشناسان و فرا کارشناسانی را برای مشاوره فردی، زوجها و

1. community feeling

2. Social interest

3. Mosak

خانواده، کار با افراد در تمام سنین و با فرهنگ‌های متعدد آموزش داده و سرپرستی نموده است. اما اصلی‌ترین علاقه او، همپنجان تمرین و سرپرستی مشاوره و درمان گروهی آدلری است.

در سال ۱۹۹۶، در یک مصاحبه در ژورنال متخصصان در کار گروهی^۱ زندگی و کار سانشتگارد بررسی شده است (بیتر، ۱۹۹۶). این کتاب، حاصل تلاش اولیه رشد و تلاش به منظور ارائه مقیاسی برای خوانندگان، جهت سنجش نبوغ و جنبه‌های درمانی مطرح شده در کار سانشت است. این کتاب همانند سبک آموزش سانشت، به دو بخش تقسیم شده است. بخش اول برای تعامل تجربی خواننده در نظر گرفته شده که با یک دلیل منطقی کوتاه برای فرآیند گروه شروع می‌شود (فصل ۱) و بلافاصله به دنبال آن، اسناد واقعی از یک تجربه کار گروهی با نوجوانان - که سانشت در آیداهو انجام داده - آمده است (فصل ۲). این اسناد به گونه‌ای هستند که شما می‌توانید تفسیر ما را در مورد تجربه‌های این گروه ببینید. ما به شما توصیه می‌کنیم که ابتدا متن کل گروه را بدون تفسیر بخوانید و سپس دوباره آن را با تفسیر مبتنی بر تفکر و مداخلات هدفمند^۲ بررسی کنید. بخش دوم کتاب، مبانی نظری را ارائه می‌دهد که بر روش‌ها و مدل‌های ما منکلی است. در فصل ۳ نظریه، ساختار و جریان اساسی مشاوره گروهی و درمان آدلری را ارائه می‌دهیم. از آن جا که ما معتقدیم عملکرد روان‌شناختی نوجوانان مشابه با بزرگ سالان است - البته با تجربه کمتر در مورد جهان و مسائل رشدی آن‌ها - رهنمودهای لازم را برای مشاوره و درمان گروهی آدلری در فصل ۴ مطرح ساخته‌ایم. این با ملاحظات خاص همراه است که در مورد مشاوره گروهی با کودکان داشته ایم (فصل ۵). بخش دوم با نتیجه‌گیری در مورد افکار ما در مورد آموزش و پرورش، سرپرستی مشاوران گروه و درمانگران گروه به پایان می‌رسد (فصل ۶).

سانستگارد در سن ۹۲ سالگی، در حال همکاری با مشاوران در انگلستان، آموزش والدین و معلم ها و در حال هدایت گروه ها برای نوجوانان است. او با همسر خود، ریتا، در حومه یکی از شهرهای انگلیس زندگی می کند که از سال ۱۹۹۷ در آن جا بوده است. او درست قبل از ترک ایالات متحده به من گفت: " این یک ماجراجویی است، گاهی اوقات، ما مجبور به رها کردن همه چیزهایی هستیم که داریم، هر چیزی که می دانیم و هر آن چه که امن و آشناست. زندگی اکنون و در آینده اتفاق می افتد و ما باید برای دیدار با آن بیرون برویم."

www.ketab.ir