

شروع به عنوان یک مشاور

صدیقه اکبری^۱

^۱پوهنیار، دیپارتمنت مشاوره، پوهنتون کابل، کابل - افغانستان

چکیده

دخترانی که در مراکز اصلاح و تربیت نوجوانان زندگی می‌کنند، به ویژه در نتیجه فرار از خانه یا تماس جنسی، ممکن است برایشان خیلی سخت باشد تا وارد جلسات مشاوره شوند. دلیل عمده می‌تواند این طرز فکر باشد که کمک گرفتن از یک روانشناس یا مشاور، معادل آن است که به آنها برچسب "دیوانه" زده شود. علاوه بر این، اعتقاد بر این است که اسرار خانوادگی باید در خانه باقی بماند، بنابراین دختران برای صحبت کردن درباره مشکلات خود احساس ناراحتی می‌کنند. در نتیجه تلاش‌های مشاوران ممکن است منجر به شکست شود. این بازتاب شخصی اولین تجربیات نویسنده در کار با مراجعین را نشان می‌دهد. در این مقاله استفاده از روش‌های فرهنگی ساده (مانند صنایع دستی و گفتن داستان) برای ایجاد رابطه درمانی، استفاده از مشاوره گروهی در مقابل مشاوره فردی و دخیل کردن اعضای خانواده برای حل مشکلات ناموسی پیشنهاد می‌شود.

کلیدواژه‌ها: نوجوانی، مشاوره خانواده، عزت، مرکز اصلاح و تربیت نوجوانان

عشق و عزت

یکی از اولین مراجعین من در مرکز اصلاح و تربیت نوجوانان^۱، مژگان، یک دختر ۱۶ ساله بود. گرچه او از کابوس و مشکلات خوابش رنج می‌برد، او در ابتدا مشتاق دیدار با من نبود. دختران در مرکز اصلاح و تربیت احساس می‌کردند که رفتن جهت دیدن یک روانشناس ثابت می‌کند که شما "دیوانه" بوده‌اید. با این حال، در پایان، او آمد و به من گفت چه چیزی او را ناراحت کرده است.

"من خسته هستم و انرژی ندارم که حتی حرکت کنم. باور کنید این آن زندگی نیست که من آرزو داشتم. من هر روز به مکتب می‌رفتم، دوستان خوبی داشتم، اما حالا من اینجا هستم و خانواده‌ام به طور کامل با من قطع رابطه کرده‌اند. من دیگر به آنها اهمیتی نمی‌دهم، آنها فقط در مورد خود و عزت خود فکر می‌کنند."

مژگان در مرکز اصلاح و تربیت نوجوانان نگهداری می‌شد، زیرا او احساسات عاشقانه‌ای نسبت به یک پسر داشت و مخفیانه چند بار با او بیرون رفته بود. آخرین بار که آنها ملاقات داشتند، هر دو آنها توسط پولیس دستگیر شدند. آن شب آنها مجبور بودند در اداره پولیس بمانند. صبح روز بعد والدین‌شان آنجا آمدند و جر و بحث کردند. پدر مژگان ادعا

آدرس برای تماس: صدیقه اکبری، پوهنیار، دیپارتمنت مشاوره، پوهنتون کابل، کابل - افغانستان.
ایمیل: sediqa.akbari@gmail.com

این یک ژورنال با دسترسی آزاد است و مقالات تحت اشتراک خلاق Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 License توزیع می‌شود که به دیگران اجازه می‌دهد تا به صورت غیر تجاری محتویات این اثر را باز ترکیب کنند و مورد استفاده قرار دهند به شرط آنکه اعتبار متناسب به این اثر داده شود و تولیدات جدید تحت شرایط مشابه مجوز داده شده باشند.
برای باز نشر اثر با این ایمیل به تماس شوید: reprints@medknow.com

شیوه ارجاع دادن این مقاله:

Akbari, S. (2018). Starting as a counsellor. *Intervention*, 276(3), 276-277.

۱. Juvenile Rehabilitation Center (JRC)

پس از آن تصمیم گرفتیم که به دختران در فعالیت‌هایی که برای آنها در مرکز اصلاح و تربیت نوجوانان سازماندهی شده بود، بپیوندیم: نشستن در یک دایره، انجام صنایع دستی، قصه‌گویی و گوش دادن. آنها به ما آموختند که صنایع دستی را انجام دهیم و به آرامی ما را وارد دنیای خود کردند. به این ترتیب، ما به آرامی با آنها تماس برقرار کردیم.

پس از آن، ما جلسات گروهی را شروع کردیم که شامل همه نوع فعالیت‌های جالب بود، و فقط صحبت کردن نبود. مشخص شد که دختران مرکز اصلاح و تربیت نسبت به یکدیگر کاملاً مشکوک و بی‌احترام بودند. آنها اغلب به یکدیگر کلمات بد می‌گفتند. بنابراین، ما در اولین جلسه درباره آن گفتگو کردیم. همراه با شرکت‌کنندگان، قوانین گروهی را ایجاد کردیم که گروه را یک محیط امن بسازد. بنابراین، یک قانون این بود:

"ما باید با نام‌های مان همدیگر را صدا کنیم."

در جلسات گروهی، از تمرینات فیزیکی و بازی‌ها به عنوان ایجاد کننده انرژی استفاده کردیم. ما از فعالیت‌هایی که شامل نوشتن بود اجتناب کردیم زیرا بیشتر دختران قادر به خواندن و نوشتن نبودند. همچنین، برای افزایش همدلی در میان شرکت‌کنندگان، ما توجه آنها را به احساسات تحریک کردیم. به عنوان مثال، یک دختر مجبور بود برای بیان احساسات خود از کارت احساسات یا نمایش بدون صحبت استفاده کند، در حالیکه بقیه گروه مجبور بودند حدس بزنند که چه احساسی بیان شده است.

معمولاً گفتگوهای گروهی با سوالاتی مانند این شروع می‌شد: "بهترین چیزی که امروز برای شما اتفاق افتاده است، چیست؟ بدترین چیزی که امروز برای شما اتفاق افتاده است چی بود؟ امروز چی یاد گرفتید؟" در آغاز، اکثر دختران تمایل داشتند که درباره گذشته صحبت کنند و خود یا خانواده‌هایشان را سرزنش کنند، اما پاسخ‌ها کم‌کم به چیزهای خوب تغییر یافتند. به عنوان مثال، یک دختر حامله گفت:

"من خوشحال هستم، زیرا سارا امروز به من کمک کرد تا لباس‌هایم را عوض کنم."

بنابراین، مشخص شد که این سوالات به آنها کمک کرد تا در زمان حاضر باشند و به آنها رفتارهای مثبت را یادآوری می‌کرد. در پایان جلسات، ما همه چیزهای خوب و نقاط یادگیری را به عنوان دستاوردها جمع‌آوری کردیم و آنها را روی تخته دیواری قرار دادیم، تا آنها هر روز بتوانند نقاط مثبت و یادگیری را ببینند.

کار کردن با خانواده

۳ ماه طول کشید تا خانواده مژگان به مرکز بیانند. از آنجا که مرکز اصلاح و تربیت هیچ مددکار اجتماعی ندارد، ما از یکی از کارمندان اداری خواستیم که به دیدن خانواده مژگان برود، اما او این کار را نکرد. بعداً، یکی از همکاران دیگر که هم‌زمان آنها بود و متعلق به یک گروه قومی و مذهبی بود، به دیدن آنها

کرد که پسر با دخترش رابطه جنسی داشت، که البته درست نبود و دختر هنوز هم باکره بود. با این وجود، پدرش از آن پسر شکایت کرد و هر دو به مرکز اصلاح و تربیت فرستاده شدند. برای سه ماه هیچکس از خانواده دختر به دیدنش نیامده بود.

به گفته پدرش، مژگان آبروی آنها را برده بود. او گفت: "اگر من او را به خانه ببرم، آنها او را می‌کشند. زیرا حالا که این اتفاق افتاده است، اقوام و دوستان ما را مسخره می‌کنند. ما هیچ راهی برای جلوگیری از آن نداریم. او دیگر دختر ما نیست." با توجه به نظر پدر و مادر آن پسر، پسرشان قربانی بود. آنها گفتند والدین مژگان پیشنهاد دادند که اگر پسر آنها با مژگان ازدواج کند، شکایت خود را پس می‌گیرند، اما ما نمی‌خواهیم چنین عروسی داشته باشیم. چطور می‌توانیم بین اقوام و همسایه‌ها زندگی کنیم؟ چطور او را به آنها نشان دهیم؟

مژگان در مورد تست بکارت که باید انجام می‌داد، عصبی بود. او احساس عصبانیت، غمگینی و بی‌ارزش بودن داشت و درباره کشتن خود صحبت کرد. دختران زیادی مثل مژگان در مرکز اصلاح و تربیت وجود داشتند. اکثر آنها خانواده‌هایی داشتند که دختران‌شان را نمی‌دیدند، طوری که قطع کردن رابطه تنها راه حفاظت از عزت بود. اما دختران منتظر اعضای خانواده خود بودند. پس از بحث‌های زیاد با دختران، خانواده‌ها و کارکنان مرکز اصلاح تربیت نوجوانان، ما متوجه شدیم که برنامه‌های روانی اجتماعی باید بر کاهش تنهایی، انزوا و سرزنش خود تمرکز نمایند و برقراری ارتباط موثر بین دختران و اعضای خانواده آنها را افزایش دهد. اگرچه ما متوجه شدیم که ما در اجرای برنامه‌های روانی اجتماعی با موانع مختلفی مواجه هستیم، اما بعضی از آنها را می‌توانستیم انجام دهیم.

کار کردن با دختران در مرکز اصلاح تربیت نوجوانان

پروژه مرکز اصلاح و تربیت نوجوانان برای ارائه خدمات روانی اجتماعی و حقوقی طراحی شده است. در میان کارمندان، یک وکیل حقوقی بود که با مسائل حقوقی مصروف بود و یک روانشناس که حمایت‌های روانی اجتماعی را فراهم می‌کرد. وقتی که من شروع به کار در بخش دختران کردم، من و همکارانم انتظار داشتیم که جلسات مشاوره فردی را ارائه کنیم. با این حال، اکثر دختران به جلسات خصوصی نمی‌آمدند. یکی از مراجعین به من گفت:

"از زمانی که شما آمدید و مرا ملاقات کردید، همه من را "دیوانه" می‌نامند! شما مشکلات ما را حتی بزرگتر کرده‌اید."

سپس ما جلسات گروهی را پیشنهاد دادیم، اما این کار نیز موثر نبود. به نظر می‌رسید که آنها به ما اعتماد نداشتند، که باعث شد به سختی با دختران رابطه‌ی درمانی ایجاد کنیم.

فقط پس از آن توانستم جلسات مشاوره گروهی را شروع کنم، و مداخلات ما مفید واقع شد. من متوجه شدم که دختران در مرکز اصلاح و تربیت به سختی به یکدیگر اعتماد دارند. بنابراین، یک مشاور باید از تکنیک‌ها و مهارت‌های ساده براساس فرهنگ و زمینه استفاده کند و مداخلات باید شامل فعالیت‌ها و مهارت‌هایی باشد که آنها کمک کند تا در ارتباط با یکدیگر باشند.

علاوه بر این، اکثر خانواده‌هایی که عضوی از آنها در مرکز اصلاح و تربیت است، معمولاً از دیدن او اجتناب می‌کنند، زیرا آنها در مورد آبروی خود و قضاوت دیگران نگران هستند، بنابراین آمدن به مرکز برای آنها تهدید کننده است. بنابراین خانواده‌ها نیاز به حمایت‌های روانی اجتماعی از طرف مشاوران مرکز اصلاح و تربیت داشتند. سرانجام، کار با دختران در باید شامل برنامه‌هایی برای حمایت از آنها در مرکز اصلاح و تربیت باشد، مهارت‌های زندگی در داخل و خارج از مرکز را به آنها آموزش دهد، از خانواده‌ها حمایت کند و ظرفیت کارمندان مرکز اصلاح و تربیت را افزایش دهد. به این ترتیب، ما می‌توانیم از نوجوانان و خانواده‌ها در یک حلقه حمایتی حمایت کنیم.

حمایت مالی و اسپانسر

ندارد

تضاد منافع

هیچ تضاد منافع وجود ندارد.

رفت. او توانست اعتماد خانواده را به دست بیاورد. در نتیجه ما توانستیم در نهایت خانواده را به مرکز بیاوریم.

نگرانی اصلی والدین این بود که آنچه که اتفاق افتاده به عنوان یک راز حفظ شود. آنها از آنچه که دیگران فکر می‌کنند و می‌گویند خیلی می‌ترسیدند. آنها می‌خواستند علیه پسر دوسیه‌ای را ثبت کنند، از دختر خود آزمایش بکارت بگیرند و آبروی خود را دوباره حفظ کنند. من احساس کردم که باید از نیت مثبت آنها برای محافظت از آبروی دختران‌شان قدردانی کنم، زیرا آنها نگران آینده او بودند زیرا ماندن در مرکز اصلاح و تربیت برای مژگان بسیار دردناک بود. به این ترتیب، من توانستم بدون تأیید نحوه رفتار با دخترشان، درک خود را نسبت به احساس آنها نشان دهم. پس از آن مداخله، والدین به جای آنکه احساس خطر کنند، احساس امنیت کردند. در نهایت، آنها موافقت کردند که برای دیدن مژگان به مرکز بیایند، زیرا مرکز اصلاح و تربیت تهدیدی برای آنها و برای آبروی آنها نبود.

چیزی که آموختم

وقتی در مرکز اصلاح و تربیت شروع به کار کردم، من تازه از دانشگاه فارغ‌التحصیل شده بودم. به من آموزش داده شده بود تا از طریق توجه به ناهنجاری‌ها و اختلالات، برای تشخیص، تماس با مراجعین را شروع کنم. با این حال، ایجاد یک تشخیص در ارائه مداخلات مفید خیلی کمک کننده نبود. آن وقت بود که به این فکر افتادم تا در فعالیت صنایع دستی دختران شرکت کنم. من در کنار آنها نشستم و از آنها خواستم به من آموزش دهند. به این ترتیب من توانستم ارتباط برقرار کنم و یک رابطه درمانی ایجاد کنم.