

دستبرگ «نقشه تسهیلگری من»



چه گروهی را برای تسهیلگری انتخاب کرده اید؟

گروه اول: خانواده خودم
گروه دوم: دوست همسر و خانمشون
گروه سوم: خانواده (خواهرم)
گروه چهارم: کادر مدرسه دخترم

گروه آموزشی: خانواده همسر و خانواده خودم

این گروه برای شما که هستند؟ چه فکرها و ذهنیت ها و فرضیه هایی درباره این گروه دارید؟ دو خط درباره آن بنویسید.

گروه اول خانواده: یعنی پدر و مادر، خواهرام و همسرانشون و بچه هاشون، برادرم، خودم، همسر و بچه هام. فکرهام: مگه میشه تغییر ایجاد کرد، اگه حرفی بزنی و انتقاد کنی دلخوری پیش میاد، روم نمیشه خیلی چیزها رو بگم، تو خونه ما همه صاحب نظرن.

گروه دوم: افرادی که به تازگی به درخواست همسر باهاشون آشنا شدم، قراره همراهیشون کنم که افسردگیشون گذر کنه و برنگرد. فکرهام: اونها خیلی با کلاس و من ادم راحت تری هستم، گفتن من و خانمشون بریم بازار آخه کجا سبک من و ایشون یکیه، دخترشون خونه ما سرویس بهداشتی هم نرفت یعنی چه سبک تربیتی دارن، بچه های من آزادترن، از اون دفعه که اومدن خونه ما چه فکری در مورد من و بچه هام دارن

گروه سوم: میخوام خواهرم و مشکلاتش رو درک کنم. فکرهام: آخه چرا یکم واقع بینانه نگاه نمیکنن، معلومه وقتی درست تصمیم نگیری و تلاش نکنی به نتیجه نمیرسی، اشتباه تصمیم میگیرن و اگه بهشون بگی خودت اشتباه کردی و ربطی به حسودی و طلسم نداره که ناراحت میشه و میگه تو با کفش ما راه نرفتی، من جرات ندارم حتی باهاش حرف بزنم بس که بهش برمیخوره

گروه چهارم: کادر مدرسه دخترم. فکرهام: چیزی از روان شناسی نمیدونن بعد میگن مدیر روان شناسی خونده، به بچه ها برچسب میزنن، حواسشون به جذب کردن بچه ها به مدرسه نیست

گروه آموزشی: فکرهام: معلومه گوشی دست بچه بدی یا بذارش پای پویا خیلی راحت تر از مراقب بچه بودن و بازی کردن باهاشونه، یکم به خودشون زحمت نمیدن بعد میگن بچه میخواد، بچه قبول نمیکنه و ...

دنیای تسهیلگری شما شامل چه نیت هایی است؟ چه نیت هایی برای تسهیلگری این گروه دارید؟

در دنیای تسهیلگری من مهر، پذیرش، آرامش، امنیت، همراهی هست.

گروه اول: مهر، همراهی، پذیرش، شنوایی، مشاهده، اتصال، صلح، شفافیت، انتقاد پذیری، آرامش، حمایت
گروه دوم: مهر، همراهی، پذیرش، صمیمیت، مشاهده، شنوایی
گروه سوم: مهر، شنوایی، درک
گروه چهارم: اتصال، همراهی، تغییر شرایط، آگاهی

گروه آموزشی: آگاهی، مهر، همراهی، خلاقیت و کشف بازی جدید،

چه فرصت هایی برای تسهیلگری این گروه می بینید؟

گروه اول: روزهای هفته رو تقسیم کنم و هر روز رو مختص یک خانواده بکنم و یک ساعت رو در هر روز زمان بذارم تا ارتباط با اون گروه مشخص شده بیشتر بشه و حرف هاشون رو بشنوم و بستر مهر و صلح باشم.

گروه دوم: ماهی دو بار برنامه بریزم چند ساعتی با هم باشیم و همدیگه رو بیشتر بشناسیم و بچه هامون با هم بازی کنن.

گروه سوم: هفته ای یکبار که همدیگه رو میبینیم یک ساعت حرف هاش رو بدون قضاوت بشنوم.

گروه چهارم: ماهی یک یا دو بار که مدرسه میرم برای جلسات سعی کنم زودتر مدرسه باشم تا آگه کمک و حمایت نیاز داشتنن همراهشون باشم و ارتباط با هاشون بیشتر بشه.

گروه آموزشی: زمان هایی که دور هم هستیم صحبت رو سمت مضمرات گوشی بیارم البته نه در تمام دورهمی ها. مثلا ماهی یکبار

چه موانعی برای تسهیلگری این گروه دارید؟

گروه اول: رودربایستی، احتمال قهر و دلخوری زیاد، عدم انتقاد پذیری

گروه دوم: نمیدونم اونها تمایل به رفت و آمد دارن یا نه، دعوای بچه ها باعث دلخوری نشه

گروه سوم: چطوری وقتی معتقدم که به خاطر تصمیم های غلطشون این همه مشکل دارن درکش کنم؟ چطوری باید باهاش حرف بزنم که دلخور نشه و قهر نکنه، آیا واقعا میتونم درکش کنم؟

گروه چهارم: نمیدونم واکنش کادر مدرسه چگونه و شناخت خاصی از شون ندارم، محدودیت زمان دارم، فقط میدونم فلان رفتار شون اشتباه هست اما نمیدونم دقیقا با چی درست میشه که سعی کنم آن رفتار رو جایگزین قبلی کنم.

گروه آموزشی: از نظر بقیه من خیلی سختگیرم و حس میکنم از نظرشون شیوه تربیتی من خیلی درست نیست، به شوخی میگن تحریم های من از آمریکا سخت تره
