

۲۰۴۰۷۹۷

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مبانی مشاوره توانبخشی و حرفه ای

(رویکرد عملی برای مشاوران و روانشناسان)

Foundations of Rehabilitation and Professional Counseling

مولفان:

دکتر پریسا باقری
فرزانه مردانی
علی آقا زیارتی

با مقدمه ای از
دکتر تقی پورابراهیم
(عضو هیئت علمی دانشگاه شهید بهشتی)

شناسنامه

نام کتاب: مبانی مشاوره توانبخشی و حرفه‌ای
مولفان: دکتر پریسا باقری - فرزانه مردانی - علی آقازارتی
صفحه آرا و طراح جلد: حسین حسین زاده

تیراژ: ۱۰۰۰

قطر: وزیری

تعداد صفحه: ۱۰۰

ناشر: پیام موغ

نوبت چاپ: اول

قیمت: ۴۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۴-۹۶۴-۷۹۱۹-۶۰-۹

میدان انقلاب - خیابان شهدای زاندارمیری - وجه ۱ - پلاک ۲ - واحد ۴۶

تلفن: ۶۶۹۷۲۹۸۹ - ۱۳ - ۰۹۱۳۰۲۱

سرشناسه: باقری، پریسا، ۱۳۵۷ -

عنوان و مولفان: مبانی مشاوره توانبخشی و حرفه‌ای (رویکرد عملی برای مشاوران و روان‌شناسان) = Foundations of Rehabilitation and Professional Counseling / مولفان پریسا باقری، فرزانه مردانی، علی آقازارتی؛ با مقدمه‌ای از تقی پورابراهیم

مشخصات نشر: تهران: پیام موغ، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۲۵۰ ص.

شابک: ۹۷۴-۹۶۴-۷۹۱۹-۶۰-۹ - ۴۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: مشاوره توانبخشی - Rehabilitation counseling - مشاوره - Counseling - روان‌درمانی - Psychotherapy

شناسه افزوده: مردانی، فرزانه، ۱۳۶۵ - آقازارتی، علی، ۱۳۶۸ - پورابراهیم، تقی، ۱۳۴۹ -، مقدمه‌نویس

رده بندی کنگره: HD۷۲۵۵/۵

رده بندی دیویی: ۳۶۲/۰۴۲۵

شماره کتابشناسی ملی: ۵۷۱۳۱۷۵

طبق قانون حمایت از آثار مولفین و مترجمین، تمامی حقوق جهت مؤلف و ناشر براساس قرارداد فی مابین محفوظ است و هرگونه کپی برداری ممنوع و پیگرد قانونی دارد.

مقدمه به قلم دکتر پورابراهیم

مشاوره‌ی توانبخشی کمک روان‌شناختی به مراجعین، در ایستاده از منابع شخصی و محیطی است تا به بازتوانی روان‌شناختی دست یابند. در این تعریف، این فرض مستتر است که منابع شخصی و محیطی واقعاً وجود دارد اما مراجع به آن آگاه نیست یا نمی‌داند چگونه از آن‌ها استفاده کند. نظریه‌ها، روش‌ها، رویکردها و به تبع آن فنون مشاوره، راهنمای عملی برای مشاوران توانبخشی هستند که توجه به آن‌ها مشاور بتواند مراجع را در استفاده از منابع و توانایی‌ها کمک کند.

مشاوره‌ی توانبخشی نگاه مثبتی به انسان دارد چرا که اساساً انسان را توانمند می‌داند. این نگاه مثبت به انسان در برخی نظریه‌ها از جمله نظریه‌ی مراجع-محوری مطرح است و در این کتاب هم مجموعه‌ی به‌کارگیری این دیدگاه در مشاوره‌ی توانبخشی پرداخته شده است. نظریه‌ی دیگری که در مشاوره‌ی توانبخشی می‌تواند راهنمای عمل باشد، روش راه‌حل‌محور است که بر توانایی‌های افراد برای حل مشکل تأکید می‌کند. به این نحو که افراد زمان‌هایی از توانایی‌هایی که داشته‌اند استفاده کرده و خود مشکلاتشان را حل کرده‌اند. مشاوره‌ی توانبخشی در چهارچوب روانشناسی مثبت که امروزه موج جدیدی در روانشناسی است هم قرار می‌گیرد چرا که در اینجا هم باور به توانایی‌های انسان به عنوان یک فرض اصلی مطرح است. مشاوره‌ی توانبخشی یک عنصر ضروری برای عملکرد مشاورانی است که با افرادی سروکار دارند که

درگیر موقعیت‌های بحرانی شده‌اند یا در حال حاضر در آن به سر می‌برند. برخی از این افراد عبارت‌اند از: کودکان با نیازهای ویژه، معلولان، سالمندان، معتادان و کسانی که به علت قرار گرفتن در شرایط بحرانی نظیر حوادث طبیعی، افسردگی شدید و اقدام به خودکشی، تروما، سوءاستفاده، ناتوانی جسمی، اعتیاد و... به کمک نیاز دارند چرا که مسائل روانشناختی نظیر افسردگی، اضطراب، وحشت‌زدگی، درماندگی و... برای آن‌ها پیش آمده است. این افراد نیازمند مداخله‌های روان‌شناختی هستند. مداخله‌های روان‌شناختی هرگونه اقداماتی است که روان‌شناسان و مشاوران به منظور پیشگیری، درمان و کاهش مشکلات روان‌شناختی افراد به کار می‌برند. در مشاوره‌ی توانبخشی، هدف نهایی این مداخله‌ها کمک به افراد برای افزایش قابلیت و توانمندی، سازگاری و ارتقای سلامت روانی آن‌هاست.

مشاور توانبخشی به‌طور فزاینده‌ای به‌عنوان رایزن در خدمت سازمان‌هایی است که مستقیماً کمک‌های روان‌شناختی ارائه می‌دهند و یا به نحوی درگیر مسائل روانشناختی ناشی از بحران‌ها هستند. مسائلی نظیر استعمال مواد مخدر، مرگ، فقدان از خانه، آسیب‌ها و صدمات مخرب و جبران‌ناپذیر اجتماعی، خودکشی، مرگ یکی از اعضای خانواده، دیگر مسائل و مشکلات، همگی از جمله بحران‌های از پای درآورنده و نابودکننده هستند.

هنگامی که زندگی فردی دستخوش بحران می‌شود، این مسئله می‌تواند باعث سردرگمی و نگرانی شود. جرم و بزه، نگرانی، اضطراب، عصبانیت، غم و سوگ تسلی‌ناپذیر عزیزان، همگی از آن دسته احساسات و هیجاناتی هستند که می‌توانند شوک عاطفی، درد نمایند و افراد را از پای درآورند. بنابراین لازم است مشاوره‌ی توانبخشی برای مشاوران بهتر تعریف شود.

مشاوره‌ی توانبخشی علاوه بر این که فنون و مهارت‌های عام و خاص را نیاز دارد، مهارت‌های خاص خود را می‌طلبد. به نظر می‌رسد مشاوران که در حوزه‌ی توانبخشی کار می‌کنند باید به کسب مهارت‌های خاص این حوزه از حرفه‌های کمکی نیاز دارند. توانایی ایجاد یا طراحی راهبردها، برای موقعیت‌های خاص، صفت بارز مشاوره‌ی توانبخشی مؤثر است. دانش گسترده‌ای برای کار با جمعیت‌های خاص مورد نیاز است و بنابراین راهبردهای ویژه‌ای هم نیاز دارد. مشاوره با افرادی که دچار ناتوانی شده‌اند به فنون و راهبردهای ویژه نیاز دارد. این کتاب مجموعه‌ای از مهارت‌های مشاوره‌ی توانبخشی را برای کار کردن با جمعیت‌هایی که نیاز به بازتوانی روانشناختی دارند به متخصصان بهداشت روان ارائه می‌کند.

یکی از دشوارترین مسائل در یادگیری هر کدام از حرفه‌های کمکی چگونگی شناخت اصول یا اصول بنیادین و کمک‌رسانی واقعی به شخص است. این مسئله در مورد افراد شاغل در حرفه‌های کمکی و

هنگام تعهد آنان برای فعالیت در خدمات مشاوره‌ای کاملاً صدق می‌کند. نظریه‌ها و مفاهیم مربوط به مشاوره‌ی توانبخشی یک‌سوی قضیه، و سوی دیگر توانایی افراد در به‌کارگیری مؤثر آن‌هاست. یک روش برای پیوند نظریه‌ها و مفاهیم با عملکرد مؤثر، مطالعه موارد واقعی، تأمل در مورد آن‌ها است. مطالعات موردی و تفسیری مهارت‌های مشاور توانبخشی را افزایش می‌دهد. در این کتاب مثال‌هایی از مشاوره‌ی توانبخشی ارائه شده است؛ گرچه این موارد اندک است اما این مثال‌ها واقعی و به‌روز هستند که نشان می‌دهند وقتی مشاوره‌ی توانبخشی به کار گرفته شود، چگونه می‌توانیم رفتار را تغییر دهیم.

زمانی که مشاوران توانبخشی خدماتی ارائه می‌دهند، هدف اولیه آن‌ها کمک به مراجع است تا بتواند به‌طور مؤثرتری از توانایی‌ها، منابع موجود استفاده کند مشاوران توانبخشی نیاز دارند از رشد حرفه‌ای و شخصی، دانش مشاوره در رفتار انسانی و مجموعه مهارت‌هایی برخوردار باشند به‌طوری که در عملکردشان مؤثر ظاهر شوند. افرادی که نیازمند مشاوره توانبخشی هستند، به‌عنوان افرادی دیده می‌شوند که با محیط‌های اجتماعی یا سیستم‌هایی با عملکرد بد، زندگی می‌کنند. نگرانی که مداخلات، علاوه بر فرد، متمرکز بر سیستم هم باشد مؤثرتر خواهد بود. مشاوران توانبخشی باید بتوانند به‌طور مستقیم کار کنند. تأثیرات محیط و جامعه بر افراد رشد مداوم دارد. جامعه تغییر می‌کند و اگر چه به نظر می‌رسد بسیاری از این تغییرات سودمند است، اما می‌تواند منجر به پیامدهای منفی خاصی برای مردم شود. با توجه به پیچیدگی‌تر شدن روزافزون محیط‌های آموزشی، سازمانی و اجتماعی و چند علتی بودن مشکلات روانشناختی، لازم است مشاوران توانبخشی مراجعان خود را در سیستم‌هایی که در آن زندگی می‌کنند ببینند. آن‌ها با سؤالاتی شبیه اینکه سیستم چه ضعف‌هایی دارد؟ چه چیزهایی باید در سیستم اصلاح شود؟ و این که چگونه سیستم موجب درگیری در افراد شده است؟ مواجهه هستند. آن‌ها منابع در دسترس سیستم را معین می‌سازند، یعنی لازم است مشاوران توانبخشی با سیستم‌ها هم کار کنند و پیوند ارتباطی بین محیط اجتماعی و فردی که نیاز به توانبخشی روانشناختی دارد، برقرار کنند. هدف اصلی این متن، علاوه بر تأمین دیدگاهی در خصوص مشاوره‌ی توانبخشی، آشنایی با برخی مهارت‌های لازم در این زمینه است تا بتوان خدمات را به روشی مؤثر ارائه داد. مطالعه‌ی این کتاب می‌تواند برای تمام افراد شاغل در حرفه‌های کمکی سودمند باشد.

دکتر تقی پورابراهیم

عضو هیات علمی دانشگاه شهید بهشتی

بهار ۱۳۹۸

فهرست

۳	مقدمه به قلم دکتر پورابراهیم
۹	فصل اول: مقدمه ای بر مشاوره حرفه ای توانبخشی
۱۱	ریشه های تاریخی اولیه
۱۲	تحول اخیر رویکردهای نظری
۱۴	اثربخشی مشاوره و روان درمانی
۱۶	فصل دوم: مبانی مشاوره توانبخشی
۱۷	مقدمه
۱۸	تاریخچه و بستر
۲۰	تعریف
۲۰	فلسفه
۲۲	نقش ها و کارکردها
۲۴	حوزه های دانش و مهارت
۲۵	اعتبارسنجی
۲۷	مسائل آموزشی
۳۲	نتیجه گیری
۳۴	فصل سوم: نظریه های روان درمانی در حوزه توانبخشی
۳۵	روان درمانی فرد مدار
۵۴	درمان آدلری
۷۷	درمان گشتالتی
۷۹	مفاهیم اصلی درمان گشتالتی
۹۷	درمان شناختی رفتاری (CBT)
۱۱۳	رفتار درمان عقلانی هیجانی (REBT)
۱۳۷	فصل چهارم: مهارت های پایه ای مشاوره
۱۳۸	مهارت های مؤثر رابطه و ارتباطات
۱۳۹	مشاوره خرد یا مهارت های خرد
۱۴۶	سؤالات

فهرست

۱۵۸	فصل پنجم: مصاحبه‌ی انگیزشی
۱۶۰	تاریخچه
۱۶۲	مفاهیم اصلی
۱۶۳	«اصل» مصاحبه‌ی انگیزشی
۱۸۸	فصل ششم: مشاغل با افراد دچار ناتوانی جسمی
۱۹۰	استرس و تجربه روحی پس از آغاز ناتوانی
۱۹۲	مقابله با بیماری‌های مزمن و ناتوانی
۱۹۵	عاطفه منفی
۱۹۹	عاطفه مثبت
۲۰۴	آموزش اثربخشی مقابله
۲۰۵	مقابله درمانی شناختی
۲۰۹	فصل هفتم: فصل مداخله‌های مشاوره
۲۱۰	چالش‌های ناتوانی‌های روانی
۲۱۵	اصول مشاوره
۲۱۹	روش مبتنی بر شواهد
۲۲۹	منابع