

مهارت‌های اساسی در مشاوره

نویسنده:

کنت کلی

مترجم:

ماریا زرین

فاطمه السادات نقیبی



کلی، کنت	برشنامه
Kelly, Kenneth	عنوان و نام پدیدآور
مهارت‌های اساسی در مشاوره/ نویسنده کنت کلی؛ مترجمان مازیار فرزین، فاطمه‌السادات نقیبی.	مشخصات نشر
کرج: آذرگان، ۱۳۹۹.	مشخصات ظاهری
[۹۱]ص.	شابک
۲۵۰۰۰ ریال، ۸-۷۳۰۷۴۹-۶۲۲-۹۷۸ :	وضعیت فهرست نویسی
فیفا	یادداشت
عنوان اصلی: : Basic counselling skills : a student guide,c2017.	یادداشت
کتابنامه: ص: [۹۱].	موضوع
مشاوره	موضوع
Counseling	موضوع
فرزین، مازیار، ۱۳۶۲ - مترجم	شناسه افزوده
نقیبی، فاطمه‌السادات، ۱۳۶۴ - مترجم	شناسه افزوده
BF۶۳۷	رده بندی کنگره
۱۵۸/۳	رده بندی دیویی
۶۱۹۳۹۹۶	شماره کتابشناسی

مهارت‌های اساسی در مشاوره

نویسندگان: کنت کلی

مترجمان: مازیار فرزین، فاطمه‌السادات نقیبی

مؤسسه نشر سرسبز آمان آذرگان

نویسنده: آذرگان، ۱۳۹۹

چاپ و لیتوگرافی: چاپ پارسیدا

شمارگان: ۵۰

قیمت: ۲۵۰۰۰ ریال

شابک: ۸-۴۹-۷۳۰۷-۶۲۲-۷۸

آدرس: کرج، جاده ملارد، گلستان ۴۳، ساختمان دیبا، واحد ۲۹ - کد پستی: ۱۶۶۹۳۶۸۶



۵.....	سخن مترجمان
۱۱.....	پیشگفتار
۱۳.....	مقدمه‌ای بر مهارت‌ها
۱۵.....	فصل اول: آغاز یک جلسه مشاوره
۱۵.....	انتهای یک جلسه مشاوره
۱۶.....	نمونه‌ای از آغاز یک جلسه مشاوره
۲۱.....	فصل دوم: اختار گزارشات
۲۱.....	گزارش چیست؟
۲۲.....	راهی برای دادن.....
۲۲.....	اهمیت آماده سازی.....
۲۲.....	محیط مشاوره.....
۲۳.....	به خاطر سپردن اطلاعات کلیدی.....
۲۳.....	انعکاس.....
۲۳.....	شرایط اصلی.....
۲۴.....	مراحل بعدی در نوشتن گزارش.....
۲۵.....	فصل سوم: مهارت سکوت
۲۶.....	سکوت چیست؟
۲۶.....	سکوت چگونه می تواند به مشاوران کمک کند؟
۲۷.....	سکوت چگونه می تواند به مراجعین کمک کند؟
۲۸.....	تن و صدای سکوت.....
۲۸.....	استفاده مناسب از سکوت.....
۲۹.....	آرامش با سکوت.....
۳۱.....	فصل چهارم انعکاس
۳۱.....	فعال کردن مراجع برای شنیدن.....
۳۲.....	ارائه ی یک چشم انداز جدید.....
۳۲.....	تمرکز کردن.....

۳۳ وضوح درک

۳۵ مراحل بعدی انعکاس

۳۷ فصل پنجم تفسیر کردن

۳۷ چگونه مهارت تفسیر کردن باعث ایجاد همدلی می شود ؟

۳۸ مزایای دیگر تفسیر کردن

۴۰ گوش دادن به "لحن صدای پشت کلمات"

۴۱ مراحل بعدی در تفسیر کردن

۴۳ فصل شش تمرکز کردن

۴۳ انتخاب کنید که کجا تمرکز کنید

۴۳ چگونه تمرکز کنیم

۴۴ لحظه های حرکت و زمانی

۴۶ مراحل بعدی

۴۷ فصل هفتم سؤال مناسب

۴۷ سؤال در مشاوره فرد محور

۴۸ شناخت یا احساس ؟

۴۸ دیدگاه راجرز درباره ی سؤال کردن

۴۹ سوالات باز پاسخ در مقابل سوالات بسته پاسخ

۵۰ گزینه های دیگر برای سؤالات

۵۰ شما چگونه ؟

۵۱ فصل هشتم: مهارت مواجهه

۵۱ هدف از مواجهه

۵۲ تعریف مواجهه در مشاوره

۵۲ به آرامی مواجهه دادن

۵۳ با خیال راحت از مواجهه استفاده کنید

۵۴ شناخت یک مواجهه خوب

۵۴ مراحل بعدی در مواجهه

۵۷ فصل نهم: همدلی منحصر به فرد

۵۷	همدلی چیست؟
۵۸	اما در مورد "منحصر به فرد بودن" چه می توان گفت؟
۵۹	اهمیت رشد شخصی
۵۹	اهمیت دادن، "نجات دادن" نیست
۶۰	استفاده از همدلی منحصر به فرد
۶۰	استفاده از سوالات در مشاوره
۶۱	رشد لغات احساسی
۶۱	تنظیم لغات احساسی
۶۲	مراحل بعدی در استفاده از همدلی منحصر به فرد
۶۳	فصل نهم: مهارت تشبیه و استعاره
۶۳	هنگامی که ما به بیان شاعرانه به تصویر سازی می کنند
۶۴	ارتقا و از گان احساس
۶۴	استفاده از تصویر سازی به عنوان مشاور
۶۵	برقراری ارتباط در حاشیه خود آگاه
۶۵	برقراری ارتباط پیرامون "روزهای تاریک"
۶۶	احتیاط پیرامون تصویر سازی
۶۶	مراحل بعدی استفاده از تصویر سازی در مشاوره
۶۹	فصل یازدهم: مهارت بی واسطگی
۶۹	بی واسطگی چیست؟
۷۰	نمونه ای از فوریت و بی واسطگی
۷۰	آیا باید از آن استفاده کرد؟
۷۱	آیا می توانم بی واسطگی را در تمرین مهارت ها به کار بگیرم؟
۷۳	فصل دوازدهم: نظریه هفت مرحله ای پویایی (درمان مراجع محور)
۷۳	از ایستایی تا پویایی
۷۴	هفت مرحله غیر خطی
۸۳	فصل سیزدهم: پایان دادن (فقدان) و مشاوره
۸۳	پایان کار می تواند ایجاد سوء برداشت کند

۸۴	خطرات جلوگیری کردن از پایان دادن
۸۴	پایان دادن، یک فرایند است
۸۵	مراحل پایان دادن برنامه ریزی شده
۸۸	انواع مختلف پایان دادن
۸۹	کار در بستر جلسات محدود
۹۱	منابع

www.ketab.ir

سخن مترجمان

مشاوره فرآیندی تخصصی بین مراجع و مشاور است که از طریق آن مراجع با کمک مشاور به بررسی و تحلیل مشکلش اقدام می‌کند و بر نکات ناشناخته شخصیت خود آگاهی میابد و بر اثر تعامل و رابطه مشاوره‌ای خود با مشاور، به جستجوی راه حل برای مشکلاتش می‌پردازد. به یاد داشته باشید که مشاوره، یعنی همراهی کردن و راه رفتن در کنار فردی که در حال شناسایی جهان خویش است. بعضی‌ها می‌گویند یک مشاور باید به تعبیر استعاره ای با کفش‌های فرد دیگر راه برود (خود را جای دیگری بگذارد). در حقیقت این کار مهمی است که مشاور سعی می‌کند جهان را به صورتی که مراجع می‌بیند مشاهده و درک کند. ریشه مهارت‌های مشاوره ای در نظریه و فرایند و پشتوانه آن کار عملی و تحقیق است. مشاور، این مهارت‌ها را از تحصیل علم و کار عملی کسب می‌کند. مهارت‌های مشاوره‌ای، بزرگی ابعاد خود را از بزرگی مخاطبی بدست می‌آورند که فرد مشاور در رابطه با آنها است. مهارت‌های مشاوره ای علاوه بر توانایی درونی افراد برای آگاهی بخشی و وارد کردن افراد به افق‌های درک و بینش بالاتر، فرد می‌آموزند که چگونه صحیح فکر کند. به قول معروف، مشاور خوب مشاوره ای است که برای جمع مشکل مراجعین خود به آنها ماهیگیری بیاموزد و دقیقاً در مورد مثال ماهیگیری یاد دادن به ماهی دادن است مصداق دارد. مهارت‌های مشاوره ای در بستر زمان به بلوغ رسیده فردی که مهارت‌های مشاوره ای را دارا است باید روزها استاد و شب‌ها شاگرد باشد.

مازیار فرزین

فاطمه السادات نقیعی