

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

روان‌شناسی راهنمایی و مشاوره

ویژه دانشجویان دانشگاه پیام نور

پدیدآورنده: فاطمه رئیسی

نویسنده: نیلا آخوندی

انتشارات علمی
پویندگان



سر کتاب: روانشناسی، راهنمای و مشاوره ویژه دانشجویان دانشگاه پند نور
 نویسنده: دکتر فریاد زاده، دانشیار و مشاوره ویژه دانشجویان دانشگاه پند نور
 چاپ: کتابخانه مرکزی دانشگاه پند نور، چاپخانه دانشگاه، ۱۳۹۱
 مشخصات نشر: ۱۳۹۱، تهران، چاپخانه دانشگاه پند نور
 شابک: ۹۷۸-۶۰۲-۷۵۰۰-۰۰۰-۰۰۰
 و شابک: ۹۷۸-۶۰۲-۷۵۰۰-۰۰۰-۰۰۰-۰۰۰
 یادداشت: کتاب حاضر، یکی از کتاب‌های روانشناسی راهنمای و مشاوره رشته روان‌شناسی
 تألیف: دکتر فریاد زاده، دانشیار و مشاوره ویژه دانشجویان دانشگاه پند نور
 عنوان دیگر: روانشناسی راهنمای و مشاوره رشته روان‌شناسی
 موضوع: مشاوره - آموزش روان‌شناسی
 موضوع: مشاوره - روانشناسی (علمی زعمانی)
 موضوع: مشاوره - روانشناسی (علمی زعمانی)
 شماره افزود: آخوندی، ایک روانشناسی راهنمای و مشاوره رشته روان‌شناسی
 شماره افزود: دانشگاه پیام نور، ۱۳۹۰، ۱۳۹۲، ۱۳۹۳
 رده‌بندی کتبی: ۱۵۸۱۳
 رده‌بندی دیویدی: ۲۸۷۶۰۸
 شماره کتابشناسی: ۲۸۷۶۰۸



روانشناسی راهنمای و مشاوره

محقق: دکتر فریاد زاده، دانشیار و مشاوره ویژه دانشجویان دانشگاه پند نور
 نویسنده: دکتر فریاد زاده، دانشیار و مشاوره ویژه دانشجویان دانشگاه پند نور
 چاپ: کتابخانه مرکزی دانشگاه پند نور، چاپخانه دانشگاه، ۱۳۹۱
 مشخصات نشر: ۱۳۹۱، تهران، چاپخانه دانشگاه پند نور
 شابک: ۹۷۸-۶۰۲-۷۵۰۰-۰۰۰-۰۰۰-۰۰۰
 و شابک: ۹۷۸-۶۰۲-۷۵۰۰-۰۰۰-۰۰۰-۰۰۰
 یادداشت: کتاب حاضر، یکی از کتاب‌های روانشناسی راهنمای و مشاوره رشته روان‌شناسی
 تألیف: دکتر فریاد زاده، دانشیار و مشاوره ویژه دانشجویان دانشگاه پند نور
 عنوان دیگر: روانشناسی راهنمای و مشاوره رشته روان‌شناسی
 موضوع: مشاوره - آموزش روان‌شناسی
 موضوع: مشاوره - روانشناسی (علمی زعمانی)
 موضوع: مشاوره - روانشناسی (علمی زعمانی)
 شماره افزود: آخوندی، ایک روانشناسی راهنمای و مشاوره رشته روان‌شناسی
 شماره افزود: دانشگاه پیام نور، ۱۳۹۰، ۱۳۹۲، ۱۳۹۳
 رده‌بندی کتبی: ۱۵۸۱۳
 رده‌بندی دیویدی: ۲۸۷۶۰۸
 شماره کتابشناسی: ۲۸۷۶۰۸

تهران، میدان انقلاب، پلاک ۱۲، فروردین و سپهری چاپخانه
 خیابان شهید نظری، پلاک ۱۳۰، طبقه چهارم شرقی
 تلفن: ۶۶۹۵۰۵۲۲ - ۶۶۹۵۰۶۳۷ - ۶۶۹۷۱۲۲۵ - ۶۶۹۷۱۲۲۵

مقدمه ناشر

به نام خدا

مؤسسه انتشارات علمی و فرهنگی بنظران دانشگاه با توجه به رسالت فرهنگی علمی و آموزشی خود جهت ارتقای سطح علمی دانشجویان دانشجوهای سراسر کشور، مجموعه کتابهای طلایی را برای کلیه رشته‌های دانشگاهی تألیف و منتشر می‌نماید. بسیاری از کتابهای دانشگاهی که در بازار دانشجویان قرار می‌گیرد بسیار یرحجم بوده و انسجام و پیوستگی علمی و منطقی در آنها کمتر دیده می‌شود. از طرفی دیگر چون قانون کپی رایت در کشور ما رعایت نمی‌شود لذا تعداد زیادی از کتابهای دانشگاهی به صورت غیرقانونی کپی شده و استفاده از آنها مشکل می‌باشد. با توجه به موارد فوق بسیاری از دانشجویان متقاضی استفاده بهینه از این کتابها را ندارند. به همین جهت مؤسسه طلایی پویندگان دانشگاه در نظر دارد کتابهای مورد نیاز کلیه دانشجویان همین اسلامی را به زبانی بسیار ساده و روان تألیف و در اختیار آنان قرار دهد، ما معتقدیم مناسب‌ترین راه و بهترین مسیر مطالعه و برنامه‌ریزی آموزشی در سه مرحله‌ی زیر صورت می‌پذیرد:

مرحله‌ی اول: ادراک مفاهیم

مرحله‌ی دوم: تثبیت و تسلط

مرحله‌ی سوم: ارزیابی و جمع‌بندی

مرحله‌ی اول: ادراک مفاهیم

اولین مرحله آموزش درک مفاهیم است لذا ضروریست دانشجویان با مطالعه‌ی دقیق و عمیق مفاهیم کتاب، تسلط کافی را به دست آورند.

مرحله‌ی دوم: تثبیت و تسلط

برای تثبیت و تسلط بیشتر در ادراک مفاهیم، لازم است دانشجویان به حل تمرینات و مسائل چهارگزینه‌ای بپردازند تا آموخته‌های خود را عمق ببخشند.

مرحله‌ی سوم: ارزیابی و جمع‌بندی

مرحله‌ی پایانی ارزیابی و جمع‌بندی است که دانشجویان برای آمادگی هرچه بیشتر در آزمون‌های پایانی، ضروریست آزمون‌های برگزار شده پایان ترم را پاسخگو باشند.

موفق باشید

حسین نصیری

سخن استاد

پیشگفتار

در گذشته رشته‌ی مشاوره را متخصص گفتنی می‌دانستند که شهرت عاطفی و روانی داشتند، اما امروزه مشاوره حتی به افرادی که خواهان خودشناسی و خودشکوفایی هستند، کمک می‌کند از مشکلات پیشگیری و در صورت مشکل روانی نوع درمان را تعیین می‌کند.

سؤال ۱- کدام یک از موارد زیر از اهداف کنونی رشته‌ی مشاوره است؟ (۱۳، سطر ۳)

(ب) پیشگیری از مشکلات

(الف) خودشناسی و خودشکوفایی

(ج) تعیین نوع درمان

(د) همه‌ی موارد

پاسخ: گزینه د صحیح است. اهداف کنونی مشاوره علاوه بر خودشناسی و خودشکوفایی، پیشگیری از مشکلات و تعیین نوع درمان می‌باشد.

فهرست مطالب

۱۱	فصل اول: روان‌شناسی دوره و اهداف
۱۱	مقدمه
۱۱	تعریف راهنمایی
۱۲	تعریف مشاوره
۱۴	اهداف راهنمایی و مشاوره
۱۵	روند تکاملی راهنمایی و مشاوره
۱۷	اهداف دوره‌ی راهنمایی تحصیلی در ایران
۱۸	سازمان ملی جوانان
۱۸	سازمان نظام روانشناسی و مشاوره‌ی جمهوری اسلامی ایران
۱۹	ویژگی مشاور
۱۹	مراحل مشاوره
۲۱	زمینه‌های شغلی مشاوران
۲۲	تست‌های طبقه‌بندی فصل اول
۲۴	پاسخ تست‌های طبقه‌بندی فصل اول
۲۵	فصل دوم: رویکردهای روان‌تحلیل‌گری
۲۵	مقدمه
۲۵	ساختار ذهن
۲۶	ساختار شخصیت
۲۶	مراحل رشد
۲۸	مکانیسم‌های دفاعی
۳۱	مکانیسم‌های دفاعی و سازگاری
۳۱	نقش مشاوره در روان‌تحلیل‌گری
۳۱	درمان به شیوه‌ی روان‌تحلیل‌گری فرویدی
۳۲	نوآوری‌های روان‌تحلیل‌گران جدید
۳۲	نظریه‌ی الگود آدلر



۳۳	احساس حقارت و برتری جویی
۳۴	نقش نظریه‌ی آدلر در روانشناسی و مشاوره
۳۴	کارن هورنای
۳۵	نقش نظریه‌ی هورنای در روانشناسی و مشاوره
۳۵	کارن یونگ
۳۵	نقش و نهادهای مؤثر در تکوین شخصیت
۳۶	شیوه مشاوره و درمان
۳۶	اریکسون
۳۷	مراحل رشد روانی - اجتماعی اریکسون
۳۹	تست‌های طبقه‌بندی
۴۴	پاسخ تست‌های طبقه‌بندی فصل دوم
۴۵	فصل سوم: رویکردهای رفتاری
۴۵	مقدمه
۴۵	ایوان پتروویچ پاولوف
۴۶	جان بی. واتسون
۴۶	کاربردهای شرطی‌سازی کلاسیک در مشاوره
۴۷	رفتار گرابان بعدی
۵۰	چگونگی ایجاد صفات شخصیتی
۵۰	کاربردهای شرطی‌سازی کنتگر در مشاوره
۵۱	البرت بندورا
۵۱	انواع تقویت
۵۲	فراایندهای مؤثر بر یادگیری مشاهده‌ای
۵۳	خودتنظیم‌دهی رفتار
۵۳	فراایندهای پردازش اطلاعات
۵۳	ماهیت انسان در نظریه‌ی بندورا
۵۴	کاربردهای یادگیری مشاهده‌ای در مشاوره
۵۴	ماهیت انسان در رویکرد رفتارگرایی
۵۵	ویژگی‌های رویکرد رفتاری
۵۵	مشاوره در رویکرد رفتاری
۵۵	نقش رویکرد رفتارگرایی و راهبردی و مشاوره
۵۶	انتقادات وارده بر رویکرد رفتارگرایی
۵۷	تست‌های طبقه‌بندی فصل سوم
۵۷	پاسخ تست‌های طبقه‌بندی فصل سوم
۶۱	فصل چهارم: رویکردهای شناختی و شناختی - رفتاری مشاوره
۶۱	مقدمه
۶۱	رویکرد شناخت درمانی یک و مفاهیم اساسی
۶۱	افکار خودآیند
۶۳	مشاوره و شناخت درمانی
۶۴	نقش مشاور در شناخت درمانی
۶۵	نقش مراجع در مشاوره‌ی شناخت درمانی



۶۶	رویکردهای شناختی - رفتاری
۶۶	رویکردهای رفتاردرمانی عقلانی - عاطفی (REBT) الیس
۶۷	فرض‌های زیربنایی رفتاردرمانی به شیوهی عقلانی - عاطفی
۶۷	اهداف درمان
۶۸	عمل مؤثر بر رشد شخصیت
۷۱	مکان‌های درمانی شناختی - عاطفی و رفتاری در نظریه‌ی الیس
۷۲	نقش مشاور
۷۲	نقش بررسی
۷۳	تست‌های طبقه‌بندی فصل چهارم
۷۶	پاسخ تست‌های طبقه‌بندی فصل چهارم
۷۷	فصل پنجم: رویکردی عاطفی
۷۷	مقدمه
۷۷	رویکرد وجود درمی
۷۸	ماهیت انسان
۷۸	انتخاب
۷۹	آزادی
۷۹	علت ایجاد اضطراب از دید وجودی
۸۰	فرایند مشاوره و درمان وجودی
۸۱	نقش مشاور وجودگرا
۸۱	نقش مراجع در درمان وجودی
۸۲	مراجع محوری کارل راجرز
۸۳	گرایش به خودشکوفایی
۸۳	توجه نامشروط و مشروط
۸۴	فرایند ارزش‌گذاری در انسان
۸۴	سنجش شخصیت در مراجع محوری
۸۵	نقش مشاور از دیدگاه رویکرد مراجع‌محوری
۸۶	نقش مراجع در رویکرد مراجع‌محوری
۸۶	نقد نظریه‌ی مراجع‌محوری
۸۸	تست‌های طبقه‌بندی فصل پنجم
۹۲	پاسخ تست‌های طبقه‌بندی فصل پنجم
۹۳	فصل ششم: تشخیص، سنجش و درمان
۹۳	طبقه‌بندی‌های تشخیصی
۹۴	سنجش و ارزیابی رفتار
۹۵	شیوه‌های تشخیص و شناخت مشکل
۹۵	انواع مصاحبه
۹۶	رفتارهای کلامی و غیر کلامی
۹۶	آزمون
۹۹	قیاس درجه‌بندی
۹۹	نگرش سنج‌ها
۱۰۰	سنجش ارزش‌ها و مقیاس‌های آن



۱۰۰	پرسش‌نامه‌ها و آزمون‌های مشاور ساخته
۱۰۱	شناخت - سنجش و تشخیص و تشخیص به کمک رایانه
۱۰۱	قنون و شیوه‌های درمانی
۱۰۱	شیوه‌ها و قنون درمانی برگرفته از رویکرد روان تحلیل‌گری
۱۰۳	روان تحلیل‌گری کودک از طریق بازی درمانی
۱۰۳	قنون برگرفته از رویکرد رفتاری
۱۰۴	قنون روش‌های برگرفته از رویکرد انسان‌گرایی و مراجع‌محوری
۱۰۶	تست‌های طبقه‌بندی فصل ششم
۱۱۰	پاسخ تست‌های طبقه‌بندی فصل ششم
۱۱۱	فصل هفتم: راه‌نمایی و مشاوره‌ی تحصیلی و شغلی
۱۱۲	تعریف راه‌نمایی و تحصیلی
۱۱۲	اهداف راه‌نمایی و مشاوره‌ی تحصیلی
۱۱۲	عوامل مؤثر در مشاوره‌ی تحصیلی
۱۱۳	روش‌های یادگیری و روش مطالعه
۱۱۴	وضعیت اقتصادی - اجتماعی و فرهنگی
۱۱۴	طلاق یا مرگ، عاملی در پیشرفت تحصیلی
۱۱۴	پیشرفت علم و تکنولوژی
۱۱۴	مدرسه
۱۱۴	وسایل ارتباط جمعی و رسانه‌های گوناگونی
۱۱۵	روش‌ها و ابزار جمع‌آوری اطلاعات در روش‌های مشاوره
۱۱۵	پرسش‌نامه‌ها و فرم‌های اطلاعات
۱۱۵	آزمون‌ها
۱۱۵	جدول انتظارات
۱۱۵	نشیات تحصیلی
۱۱۵	استفاده از تکنولوژی روز - ابزارهایی همانند ماهواره، اینترنت و ...
۱۱۶	نمرات درسی
۱۱۶	تکنیک‌های مشاهده‌ای
۱۱۶	مصاحبه
۱۱۶	مقیاس درجه‌بندی
۱۱۷	جامعه‌سنجی
۱۱۷	شرح حال نویسی
۱۱۷	برنامه‌ریزی تحصیلی
۱۱۷	مراحل برنامه‌ریزی تحصیلی
۱۱۸	نقش و وظیفه‌ی مشاور تحصیلی
۱۱۹	مشکلات تحصیلی و عوامل مؤثر در ایجاد و حل مشکل
۱۱۹	ضعف پایه‌ی تحصیلی
۱۲۰	اقت تحصیلی
۱۲۰	سیک‌های یادگیری
۱۲۰	عادات، روش‌ها و قنون مطالعه
۱۲۰	نقش والدین در مشاوره‌ی تحصیلی



۱۳۱	راهنمایی و مشاوره‌ی شغلی و حرفه‌ای
۱۳۳	تعریف راهنمایی، مشاوره‌ی شغلی و حرفه‌ای
۱۳۳	اهمیت و ضرورت راهنمایی و مشاوره‌ی شغلی و حرفه‌ای
۱۳۳	اهداف راهنمایی و مشاوره‌ی شغلی و حرفه‌ای
۱۳۳	وظایف راهنمایان و مشاوران مناسب
۱۳۴	شیوه‌های ارائه‌ی اطلاعات شغلی
۱۳۶	راهنمایی و مشاوره‌ی شغلی و ارائه‌ی آموزش‌های شغل در مدارس
۱۳۷	تست‌های طبقه‌بندی فصل هفتم
۱۳۹	پاسخ تست‌های طبقه‌بندی فصل هفتم
۱۳۱	فصل هشتم راهنمایی و مشاوره‌ی افراد با ویژگی‌های خاص
۱۳۱	راهنمایی و مشاوره‌ی افراد سرستین و مراحل مختلف رشد
۱۳۱	راهنمایی و مشاوره‌ی افراد دارای معلولیت
۱۳۲	آزمون سنجش ویژگی‌های کودکان
۱۳۳	راهنمایی و مشاوره‌ی کودکان
۱۳۳	مشکلات خاص نوجوانان، نوجوانان و درمان
۱۳۵	راهنمایی و مشاوره‌ی با افراد مبتلایان به اختلالات
۱۳۶	چگونگی ارتقای سطح بهداشت روانی سالمندان
۱۳۷	راهنمایی و مشاوره‌ی با کودکان استثنایی
۱۳۸	مشکلات افراد استثنایی و راهنمایی و مشاوره‌ی آنان
۱۳۸	راهنمایی و مشاوره‌ی با والدین کودکان استثنایی
۱۴۰	راهنمایی و مشاوره‌ی با والدین کودکان سرآمد و نابینا
۱۴۰	راهنمایی و مشاوره‌ی در موقعیت‌های بحرانی
۱۴۱	کمک مشاورین و روان‌شناسان در بحران
۱۴۱	مراحل مشاوره‌ی با افراد بحران‌زده
۱۴۲	راهنمایی و مشاوره‌ی با آسیب‌دیدگان از طلاق
۱۴۳	راهنمایی و مشاوره‌ی با معتادین
۱۴۳	نقش مشاوره‌ی در پیشگیری و درمان اعتیاد
۱۴۴	روش و مراحل درمان اعتیاد
۱۴۵	راهنمایی و مشاوره‌ی افراد با بیماری‌های خاص
۱۴۶	مشاوره‌ی با افراد، کنترل و پیشگیری
۱۴۷	تست‌های طبقه‌بندی فصل هشتم
۱۴۹	پاسخ تست‌های طبقه‌بندی فصل هشتم