

به نام خدا

راهنمای عملی اصول و فنون مشاوره

محمد ارقبایی

یحیی میان بندی

فرزانه مهدیان فر

بهناز لطفی



انتشارات فرا انگیزش

عنوان و نام پدیدآور	: راهنمای علمی اصول و فنون مشاوره
مشخصات نشر	: مشهد: فرا انگیزش، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	: ۲۴۳ ص.
شابک	: 978-964-2698-76-9
وضعیت فهرست نویسی	: فیپای مختصر
یادداشت	: این مدرک در آدرس http://opac.nlai.ir قابل دسترسی است.
یادداشت	: کتابنامه.
شناسه افزوده	: ارقبایی، محمد، ۱۳۶۷ -
شناسه افزوده	: میان بندی، یحیی، ۱۳۶۸ -
شناسه افزوده	: مهدیان فر، فرزانه، ۱۳۶۷ -
شناسه افزوده	: لطفی، بهناز، ۱۳۵۴ -
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۷۷۲۹۶۷

پست الکترونیکی Faraangizesh@yahoo.com
آدرس اینترنتی www.chaponashr.ir/faraangizesh



انتشارات فرا انگیزش

راهنمای علمی اصول و فنون مشاوره

مولفان: محمد ارقبایی، یحیی میان بندی، فرزانه مهدیان فر، بهناز لطفی

ناشر: فرا انگیزش

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۴ تعداد صفحات: ۲۴۳ صفحه

تیراژ: ۵۰۰

طراح جلد: زهرا قربان پور یامی

صفحه آرای: (محمد علی سالاری ۰۹۱۵۳۰۰۹۸۲۸)

چاپ و صحافی: معین

قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان

ISBN: 978-964-2698-76-9

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۹۸-۷۶-۹

مشهد - خیابان سعدی - پاساژ مهتاب - طبقه منهای دو - نشر فرا انگیزش

تلفن: ۳۲۲۲۷۸۶۳ تلفکس: ۳۲۲۴۰۷۶۸ - ۵۱

حق چاپ محفوظ است

فهرست مطالب

۸	فصل اول: مصاحبه
۹	تعریف مصاحبه
۱۲	مصاحبه کلینیکی
۱۵	تقسیم بندی مصاحبه
۱۶	انواع مصاحبه کلینیکی
۲۳	مصاحبه قبل از درمان
۲۴	کاربرد مصاحبه
۲۵	برگزاری مصاحبه
۲۷	ضروریات و تکنیک های مصاحبه
۳۰	مصاحبه درمانی
۳۲	مقاومت و حل آن در مصاحبه
۳۵	اشتباهات مصاحبه و راه حل آن ها
۳۶	فصل دوم: راهنمایی
۳۷	تعریف راهنمایی
۳۸	انواع راهنمایی
۴۰	تاریخچه راهنمایی
۴۰	فرایند مشاوره
۴۱	ویژگیهای مشاوره
۴۴	فصل سوم: نظریه های روان درمانی
۴۵	مقدمه
۴۵	روشهای روان درمانی
۴۶	اهداف روان درمانی
۴۸	تئوری و روش های روان درمانی در غرب
۵۴	تشخیص
۵۵	تعریف روان درمانی
۵۶	روان درمانی واقعا چیست؟
۵۸	یک تعریف ممکن
۶۲	فصل چهارم: نظریه های روان تحلیل گری
۶۳	شخصیت از نظر فروید
۶۳	چگونه شخصیت سازمان داده می شود
۶۴	کالبد شناسی شخصیت
۶۵	ساختار شخصیت از نظر یونگ
۶۶	کارکردهای ذهن
۶۹	انواع کارکرد

۶۹	طرز برخورد ها.....
۷۰	تیپ های روانشناختی.....
۷۲	تحرك شخصیت، نیروی زندگی.....
۷۴	ویژگی های نظریه آدلر.....
۷۴	نظریه اریک فروم.....
۷۵	نظریه اریک اریکسون.....
۷۷	نظریه تحلیل عاملی کتل.....
۷۸	نظریه آیزنک.....
۸۰	نوروفیزیولوژی برون گرایی و درون گرایی.....
۸۲	فصل پنجم : نظریه ی تحلیل رفتار متقابل
۸۳	نظریه تحلیل رفتار متقابل.....
۸۶	تعریف "کودک".....
۸۷	تقسیم بندی کنشی.....
۸۹	تقسیم بندی های "کودک".....
۹۱	کودک درون.....
۹۳	کشف کودک درون.....
۹۹	"ابزار مراقبت از کودک درون".....
۱۰۲	الگوهای تصمیم گیری.....
۱۰۳	روش بستن قرارداد.....
۱۰۴	ارتباط باز و نامحدوده.....
۱۰۸	تعریف "بالغ".....
۱۰۹	تعریف "والد".....
۱۱۲	شناخت حالات نفسانی (تحلیل رفتار متقابل).....
۱۱۳	گفتاری کوتاه در مورد "کودک".....
۱۱۹	نوازش و تقویت رفتار.....
۱۲۸	فصل ششم: نظریه گشتالت درمانی
۱۲۹	گشتالت و مفاهیم اساسی گشتالت درمانی.....
۱۳۱	ماهیت انسان از دیدگاه روانشناسی گشتالت.....
۱۳۲	مکتب گشتالت.....
۱۳۳	ریشه های فلسفی و تجربی گشتالت درمانی.....
۱۳۷	پرز.....
۱۴۱	مفاهیم اساسی گشتالت درمانی.....
۱۴۶	گشتالت درمانی یا تمرکز درمانی.....
۱۴۶	فرآیند مشاوره ای درمان گشتالتی.....
۱۵۵	نقد گشتالت درمانی از دیدگاه رفتاری.....
۱۵۷	کارکرد مشاور گشتالتی.....
۱۵۸	کاربرد گشتالت درمانی.....
۱۵۹	نظریه شناختی گشتالت.....
۱۶۰	قانون های گشتالت.....

فصل هفتم: نظریه مراجع محوری..... ۱۶۲

مشاوره و روان‌درمانی مراجع محوری کارل راجرز..... ۱۶۳

راجرز..... ۱۶۴

نقش و وظیفه درمانگر در نظریه مراجع محوری راجرز..... ۱۶۶

چگونگی شروع رویکرد مراجع محوری راجرز..... ۱۶۸

ماهیت اضطراب در نظریه راجرز..... ۱۶۹

طبیعت و ماهیت بشر در نظریه مراجع محوری راجرز..... ۱۷۰

تکنیک‌ها و ابزار مشاوره مراجع محوری راجرز..... ۱۷۴

مراحل شکل‌گیری مشاوره و روان‌درمانی مراجع محوری..... ۱۷۵

تقابل جبر و اختیار در نظریه راجرز..... ۱۷۷

گرایش به خود شکوفایی در نظریه راجرز..... ۱۷۸

شیوه درمان مراجع - محوری..... ۱۸۱

انتقاد از نظریه مشاوره و روان‌درمانی مراجع - محوری راجرز..... ۱۸۵

فصل هشتم: نظریه‌ی شناختی - منطقی..... ۱۸۸

شناخت درمانی..... ۱۸۹

انواع روش‌های شناختی و کاربرد آن‌ها..... ۱۹۰

روان‌درمانی‌های منطقی..... ۱۹۱

مفاهیم بنیادی نظریه الیس..... ۱۹۲

خطاهای شناختی از دیدگاه الیس..... ۱۹۶

پذیرش بی‌قید و شرط خود..... ۲۰۳

اهداف درمان عقلانی - عاطفی در گروه..... ۲۰۴

نقش و عملکرد رهبر گروه..... ۲۰۵

فرایند و تکنیک‌های درمانی..... ۲۰۷

روش‌های شناختی در درمان عقلانی - عاطفی..... ۲۰۸

مباحثه باورهای غیرمنطقی..... ۲۰۸

آموزش کنار آمدن با عبارات خودساخته..... ۲۰۹

روش‌های روان‌آموزشی..... ۲۱۰

پذیرش بی‌قید و شرط..... ۲۱۱

تمرین‌های مقابله با شرم..... ۲۱۳

ایفای نقش..... ۲۱۴

روش‌های رفتاری در درمان گروهی عقلانی - عاطفی..... ۲۱۶

شناخت درمانی بک..... ۲۲۰

تعلیم خودآموزی..... ۲۲۹

آموزش مهارت‌های سازگارانۀ..... ۲۳۲

درمان به شیوه حل مسأله..... ۲۳۵

منابع فارسی..... ۲۳۹

منابع انگلیسی..... ۲۴۲

این کتاب گزیده‌ای از عقاید گوناگونی را شرح می‌دهد که روان‌شناسان و متخصصان حرفه‌ای برای توضیح نظریات مشاوره و راهنمایی ابراز کرده‌اند. این کتاب عمدتاً برای دانشجویان دوره لیسانس و بالاتر از آن تدارک دیده شده است تا بتوانند در کنار مطالعه کتاب‌های اساسی در این حوزه از آن به عنوان راهنمای عملی در مطالعات خود بهره گرفته و اطلاعات خود را در این زمینه بالا ببرند. وجه تمایز این کتاب با سایر مطالب منتشر شده در این حوزه در این است که مطالب موجود در آن بر کاربرد عملی آن‌ها در مطالعات دانشجویان تأکید می‌کند. هدف این کتاب این است که خوانندگان عزیز ضمن آگاهی از مفاهیم کلی موجود در روان‌شناسی و مشاوره بتوانند انتخاب خردمندانه‌ای از میان نظریات و فنون گوناگون داشته و به آن‌ها کمک شود که سبک خاص خود را در مشاوره به وجود آورند. دو فصل اول این کتاب به موضوعاتی می‌پردازد که برای کاربرست مشاوره و روان‌درمانی اساسی هستند و فصل‌های بعدی گزیده‌ای از نظریات مهم در روان‌شناسی را در اختیار خوانندگان قرار می‌دهد. با وجود این حتماً کاستی‌هایی در این اثر یافت می‌شود که با عنایت همکاران و دانشجویان عزیز و دادن بازخورد به مولفان در رفع آن‌ها اقدام خواهد شد. در خاتمه از نشر فرانگیزش که اقدام به چاپ این اثر کرد و کلیه کسانی که در این امر سهیم بوده‌اند نهایت تشکر را داشته و خدمت همه آن‌ها را به جامعه روان‌شناسی ایران ارج می‌نهم.