



مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خواهران
معاونت پژوهش

مشاوره کاربردی

رضا شاکری

شاگری، رضا، ۱۳۴۴

مشاوره کاربردی / رضا شاگری: [برای] مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خاوران؛ معاونت پژوهش. - قم: مرکز

مدیریت حوزه‌های علمیه خاوران، معاونت پژوهش، مرکز نشر هاجر، ۱۳۸۴

[۱۶۸] ص: جدول. - (روشها و مهارتها)

ISBN: 964-8579-37-7: ریال ۱۰۰۰۰

فهرست‌نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

کتابنامه [۱۶۸].

۱. مشاوره. ۲. آزمون‌های شخصیت. ۳. روان درمانی.

الف. مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خاوران، معاونت پژوهش. ب. عنوان.

۱۵۸/۳

ش ۵ م ۶۲۷ / BF

۱۳۸۴



مرکز مطالعه
حوزه‌های علمیه خاوران

● شناسنامه کتاب

- نام کتاب: مشاوره کاربردی
- نویسنده: رضا شاگری
- ناشر: مرکز نشر هاجر (وابسته به مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خاوران)
- برنامه ریزی و نظارت: مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خاوران / معاونت پژوهش
- حروفچینی و صفحه آرای: واحد نشر
- چاپخانه: زلال کوثر
- نیرت چاپ: اول - بهار ۸۵
- شمارگان: ۳۵۰۰ نسخه
- قیمت: ۱۰۰/۰۰۰ ریال
- تعداد صفحه و قطع: ۱۶۸ - رقعی

شابک: ۹۶۴-۸۵۷۹-۳۷-۷

آدرس: قم - خیابان صفائیه - کوچه ممتاز

تلفن مرکز پخش: ۰۲۵۱-۷۸۳۰۹۴۰

پایگاه اینترنتی: www.Whc.ir - نشانی الکترونیکی: Hajar@Whc.ir

فهرست مندرجات

مقدمه	۹
● بخش اول: کلیات مشاوره	
تاریخچه مشاوره	۱۱
تعریف مشاوره	۱۳
انواع مشاوره	۱۴
انواع مشاوره از حیث تعداد	۱۶
اهداف مشاوره و راهنمایی	۱۷
اصول مشاوره	۱۸
روش‌های مشاوره با توجه به زیربنای فلسفی	۲۱
فنون مشاوره	۲۷
مراحلی را که باید مشاور در روش انتخابی رعایت کند	۳۳
تکنیک‌ها و مهارت‌های خرد در مصاحبه	۴۰
● بخش دوم: مشکلات رایج و شیوه‌های درمان	
وسواس	۵۷
وسواس عملی	۵۹
روش‌های مقابله و درمان وسواس‌های عملی	۶۰
وسواس فکری	۶۱

۶۶	نمونه‌هایی از وسواس فکری به عبارت زیر است
۶۷	روش‌های مقابله با وسواس فکری
۷۳	افسردگی
۷۵	علل افسردگی
۷۹	روش‌های مواجهه و مقابله
۷۹	شیوه‌ها
۸۲	کمرویی
۸۳	افسام کمرویی
۸۷	علل و عوامل کمرویی
۹۱	روش‌های درمان
۹۵	اعتماد به نفس
۹۹	روشهای تقویت اعتماد به نفس
۱۰۴	تست شخصیت کتل

● ضمیمه: آشنایی با تست شخصیت کتل

۱۰۷	تست ۱۶ عامل شخصیت کتل
۱۰۷	۱- مقدمه
۱۰۸	۲- هدف و پهنه عمل تست
۱۰۹	۳- دستور اجرای تست
۱۱۱	۴- پرسشنامه تست
۱۴۷	۵- روش نمره گذاری
۱۴۸	۶- طرز استخراج نتایج
۱۴۹	جدول ۱- موضع پاسخ‌هایی که نمره به آنها تعلق می‌گیرند
۱۵۰	معنای عوامل (رگه‌های عمقی)
۱۶۴	۸- هنجارگزینی
۱۶۵	۹- هنجارگزینی ایرانی
۱۶۸	منابع



امروزه مشاوره به عنوان یکی از راه کارهای حل مشکلات فرد و جامعه و یکی از فنون و ابزار کارساز در زمینه درمان بحران‌های روحی-روانی در سطح جوامع مطرح است و از آن‌جا که عالمان و مبلغان دینی، هم به دلیل اعتماد مردم به آنها و هم خلوص آنان برای حل مشکلات، یکی از بهترین مشاوران مردم و آحاد جامعه‌اند؛ نگرش علمی به چند و چون فن مشاوره از ملزومات و ابزارهای یک مبلغ و عالم معتمد مردم است. به خاطر اهمیت مشاوره در امر تبلیغ و ارتباطات، این معاونت بر آن شد تا اثری پدید آورد که راهنمای مبلغان و مشاوران قرار گرفته و آنان را در این امر خطیر یاری رساند. از این روی از جناب مستطاب حجة الاسلام شاکری درخواست نمود تا کتاب مشاوره کاربردی را تألیف نماید. بحمدالله ایشان با تضلع، دانش و تجربه ارزنده‌ای که در این زمینه دارند اثر حاضر را تألیف کردند. این کتاب در واقع مکمل بخش نظری نظام خانواده در اسلام است و می‌بایست به طور کاربردی ناظر بر مشاوره خانواده باشد. ولی به جهت صعوبت و پیچیدگی مراحل و فرایند تدوین متون آموزشی تصمیم بر این گرفته شد که در متن حاضر طلاب محترم با کلیات مشاوره آشنا شوند؛ تا در مراحل بعدی در شکل منطقی‌تر به مباحث نظام خانواده در اسلام و مباحث بنیادین در این زمینه بپردازیم؛ زیرا ورود در مسائل خانواده و مشاوره در آن نیاز به کسب توانایی‌های لازم در زمینه مشاوره فردی و گروهی دارد. امید است مورد توجه و استفاده طلاب و دانش پژوهان عزیز قرار گیرد.

معاونت پژوهش

مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خواهران

مقدمه

مشاوره در تاریخ بشر، پیشینه‌ای کهن و قدیمی داشته و همواره یار و مددکار انسان در طول حیات او بوده است از این رو در همه اعصار، انسان خود را در ابعاد گوناگون نیازمند مشاوره دانسته است.

عقل و نقل، هر دو به نحوی شهادت می‌دهند که انسان جهت برخورداری از زندگی سالم و سعادت متدانه نیازمند مشاوره با دیگران است. و در واقع مشاوره - بنابر سخن علی علیه السلام - مشارکت جویی در عقول دیگران و سهم شدن در تجارب صاحبان عقل و معرفت می‌باشد.^۱

در عصر حاضر، نیاز به مشاوره از هر زمان دیگر بیشتر احساس می‌شود و این واقعیت را می‌توان از رویکرد عمومی، نسبت به پدیده مشاوره و رواج یافتن مراکزی با این عنوان، در دهه‌های اخیر دانست.

این امر، مسئولیت حوزه‌های علمیه و روحانیت - را که همیشه ملجاء و مرجع مردم در مشکلات بوده و همواره مورد اعتماد توده‌های مردم می‌باشند، بیش از هر زمانی سنگین‌تر می‌کند. هم اکنون اقشار جامعه و جوانان مذهبی، مشکلات زندگی خویش را می‌بایست به حوزه‌ها عرضه کنند و حوزه‌ها نیز مثل همیشه، مشکلات آنان را در همه زمینه‌ها پاسخگو باشند.

معاونت پژوهش مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خواهران، در یک اقدام ارزشمند؛ در راستای تحقق این مهم، برای اولین بار - به طور رسمی - مواد درسی مشاوره و راهنمایی را در دروس مدارس علمیه سراسر کشور قرار داد تا به نحوی، زمینه ساز حرکتی اساسی و بنیادین گردد. البته طبیعی است که نباید با گذراندن چند واحد درس مشاوره به توانایی افراد در امر مشاوره امید بست؛ ولی تردیدی نیست که این گام، گام‌های دیگری را به دنبال خواهد

۱. غررالحکم، ص ۴۲۱، من شاور الرجال شاركها فی عقولهم.

داشت و بالاخره تلاش‌ها به ثمر خواهد نشست.

در این کتاب سعی شده که مهمترین مسائل مشاوره، بانگاهی کاربردی در دو بخش؛ با عناوین کلیات مشاوره و مشکلات شایع و شیوه‌های مقابله مطرح شود تا عزیزان بتوانند در راستای اهداف مقدس و متعالی خویش از این علوم هم بهره‌ای گیرند و در مناسبات خویش با دیگران و حتی در امور تبلیغی، گام‌های مؤثرتری را بردارند.

رضا شاکری

زمستان ۱۳۸۱