

۱۵۱۳۱۳۱۳۱۳۱۳

خودمراقبتی مشاوران و روان درمانگران

مؤلفان:

جرالد کوری - میشل موراتوری
جود آستین - جولیوس آستین

مترجمان:

دکتر یاسر مدنی
عضو هیات علمی دانشگاه تهران
دکترای تربیت مشاور

صالحه ایرانمنش
کارشناسی ارشد مشاوره خانواده



نشر دانش

چنانچه شما خواننده عزیز، کتابی از کتاب‌های دانژه را در صفحه اینستاگرام خود معرفی یا تحلیل می‌کنید؛ لطفاً همراه مطلب خود شناسه ما را هم مورد اشاره (mention) قرار دهید تا از مطلب شما مطلع شویم و آن را با شناسه خودتان در بخش گزارش (story) حساب رسمی مان بازنشر دهیم.

@danjehpub

- عنوان و نام پدیدآور : خودمراقبتی مشاوران و روان‌درمانگران/ مؤلفان: جرالد کوری ... و دیگران؛ مترجمان : یاسر مدنی، صالحه ایرانمنش.
- مشخصات نشر : تهران: دانژه، ۱۴۰۱.
- مشخصات ظاهری : ۳۵۴ص.
- شابک : 978-600-250-332-9
- وضعیت فهرست نویسی : فیبا
- یادداشت : عنوان اصلی: [2018]. Counselor self-care
- موضوع : روان‌شناسان مشاوره‌ای - بهداشت روانی
- Counseling psychologists - Mental health
- روان‌شناسان مشاوره‌ای - فشار روانی کار
- Counseling psychologists - Job stress
- مشاوران - بهداشت روانی.
- Counselors - Mental health
- مشاوران - فشار روانی کار
- Consultants -- Job stress
- شناسه افزوده : کوری، جرالد، ۱۹۳۷-م.
- شناسه افزوده : Corey, Gerald
- شناسه افزوده : مدنی، یاسر، ۱۳۵۵-، مترجم
- شناسه افزوده : ایرانمنش، صالحه، ۱۳۶۷-، مترجم
- رده بندی کنگره : RF۶۳۷
- رده بندی دیویی : ۱۵۸/۳۰۳۳
- شماره کتابشناسی ملی : ۹۰۱۰۵۰۸

این کتاب ترجمه‌ای است از:

Counselor Self-Care

Creating Connection

Gerald Corey - Michelle Muratori - Jude T. Austin II - Julius A. Austin

Third edition published 2020

مخاطب عزیز، این کتاب حاصل دسترنج شبانه‌روزی و چندساله مترجم و ناشر است. تکثیر آن به هر شکل و میزانی، بدون اجازه از مترجم و ناشر و خرید و فروش آن، کاری نادرست، غیراخلاقی، غیر شرعی و غیرقانونی است. ضمناً هیچ شخصی حق هرگونه بهره‌برداری و استفاده به هر شیوه و ترفندی از جمله به‌منظور اصلاحات نسخه‌های مشابه از کتاب حاضر و همچنین کتاب کاربست نظریه دلبستگی را ندارد و متخلفین به‌موجب بند ۵ ماده ۲ قانون حمایت از ناشران تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند. پیامد این عمل ناشایست موجب بی‌اعتمادی در فضای نشر و فروش کتاب می‌شود و می‌تواند زمینه‌ساز محیطی ناسالم جهت بی‌ارزش کردن زحمات دست‌اندرکاران فعالیت‌های فرهنگی و اقتصادی در جامعه شود که در نهایت، به زیان خودتان و فرزندانتان خواهد شد.

پایگاه

www.danjehpub.com



نشر و نشر

پست الکترونیکی

info@danjehpub.com

خودمراقبتی مشاوران و روان‌درمانگران

مؤلفان: جرالند کوری - میشل موراتوری - جود آستین - جولیوس آستین

مترجمان: دکتر یاسر مدنی - صالحه ایرانمنش

نمونه‌خوان: منصوره یزدانی چالستری

صفحه‌آرایی: علم‌روز

نوبت چاپ: اول، پاییز ۱۴۰۱

لیتوگرافی و چاپ: چاووش / ایده‌آل

شمارگان: ۵۵۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۳۳۲-۹

مرکز پخش: تهران - خیابان استاد مطهری، خیابان سلیمان خاطر (امیراتابک)، کوچه اسلامی، شماره ۴/۲

کدپستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱۱ صندوق پستی: ۴۱۴۶-۱۴۱۵۵ تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸-۸۸۸۴۲۵۴۳ تلفکس: ۸۸۸۱۲۰۸۳

تلفن دفتر پخش: ۶۶۴۶۲۰۶۱-۶۶۴۷۶۳۷۵-۶۶۴۷۶۳۸۹ تلفکس:

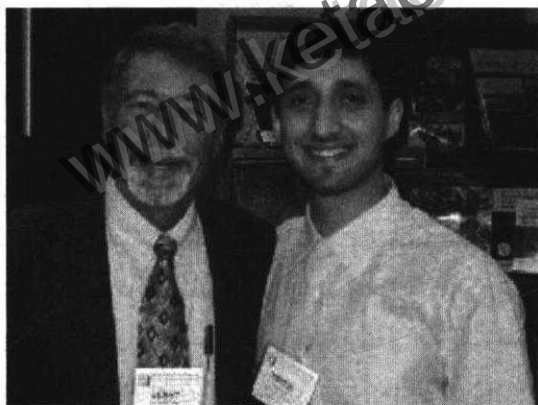
قیمت: ۲۱۰۰۰۰ تومان

فهرست

۷.....	دبیاجه مترجمان
۱۱.....	فصل یکم: مراقبت از خودتان
۴۵.....	فصل دوم: دوران مختلف یک حرفه
۸۷.....	فصل سوم: خودمراقبتی در دوره تحصیلات تکمیلی
۱۲۱.....	فصل چهارم: عوامل استرس‌زای شخصی و حرفه‌ای
۱۵۳.....	فصل پنجم: مدیریت استرس در یک دنیای استرس‌زا
۱۹۷.....	فصل ششم: ایجاد مرزهای شخصی و حرفه‌ای
۲۲۹.....	فصل هفتم: روابط با خود و دیگران
۲۷۱.....	فصل هشتم: یافتن معنا در زندگی
۳۰۵.....	فصل نهم: طراحی یک برنامه خودمراقبتی واقع‌بینانه
۳۳۵.....	منابع
۳۴۵.....	واژه‌نما
۳۴۷.....	نمایه

دیباچه مترجمان

«مشاوره هنری است مقدس، که از علم روان‌شناسی بهره می‌گیرد»
دکتر یاسر مدنی



دکتر یاسر مدنی و دکتر جرالد کوری در آمریکا

اینجانب مدرک کارشناسی خود را در رشته روان‌شناسی از دانشگاه کُرادو در دِنور^۱ (آمریکا) در سال ۱۹۹۹ میلادی دریافت کردم. در سال ۲۰۰۳، مدرک کارشناسی ارشد رشته مشاوره را از دانشگاه کلرادوی شمالی^۲ (آمریکا) اخذ نمودم. در ادامه

1. University of Colorado at Denver (UCD) - USA

2. University of Northern Colorado (UNC) - USA

تحصیلات تکمیلی، وارد رشته تربیت و نظارت مشاور^۱ شدم. در سال ۲۰۰۸ با دفاع موفقیت‌آمیز از پایان‌نامه دکتری با عنوان «معنا و مفهوم ارزیابی در متن ارتباط با استاد ناظر از دیدگاه مشاوران تحت آموزش»^۲، مدرک دکترای تخصصی را از دانشکده آموزش عالی دانشگاه ایالتی کلرادو^۳ دریافت کردم. سپس، تحت نظارت مستقیم آقای دکتر جان لیتل^۴ از استادان سرشناس و بین‌المللی در حوزه مشاوره و درمان کوتاه‌مدت، دوره فوق دکترای مشاوره و روان‌درمانی کوتاه‌مدت را سپری کردم و در سال ۲۰۰۹ به اتمام رساندم. در خلال ۲۰۰۹ تا ۲۰۱۲ به تدریس کلاس‌های تخصصی روان‌شناسی و مشاوره در دانشکده‌های دولتی کلرادو پرداختم. بعد از کسب چند سال تجربه تدریس در این رشته و به‌کارگیری آموخته‌های علمی و عملی در این مدت، در همان سال یعنی ۱۳۹۱ شمس به‌عنوان عضو هیئت علمی گروه آموزشی روان‌شناسی تربیتی و مشاوره، به دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران پیوستم. در سال ۱۳۹۲ به مدت چند سال مسئولیت ریاست کلینیک مشاوره و بهداشت روان دانشکده را بر عهده داشتم. در این مدت توفیق ایجاد و برگزاری دوره‌های تخصصی و منحصر به فرد تربیت مشاور و روان‌درمانگر را در سطح ملی به‌دست آوردم. طراحی و تجهیز اصولی اتاق‌های آموزش و تربیت مشاور، استفاده بهینه از آینه یک‌طرفه، تهیه و به‌کارگیری امکانات پیشرفته ضبط، آرشیو، پخش...، شناسایی و دعوت از همکاران مجرب مشاور و روانشناس برای مشارکت در امر نظارت، و تربیت و مهارت‌افزایی صدها نفر کارورز و شرکت‌کننده در دوره‌های مختلف کوتاه و بلندمدت از اقدامات صورت‌گرفته در دوره سرپرستی این جانب در آن مرکز است.

تمامی چهار مؤلف این کتاب از اشخاص تأثیرگذار در عرصه مشاوره و روان‌درمانی هستند و مناصب دانشگاهی و مسئولیت‌های آکادمیک و حرفه‌ای گوناگونی داشته‌اند. مؤلف اول، دکتر جerald کوری، از مفاخر معاصر مشاوره

1. Counselor Education and Supervision

2. The Meaning of Evaluation in the Supervisory Relationship for Counselors-in-Training (Madani, Y., 2008)

3. Colorado State University (CSU) - School of Education - USA

4. John M. Littrell, EdD

بخصوص در زمینه تهیه کتاب‌های جامع و تخصصی دانشگاهی محسوب می‌شود. این جانب به‌عنوان دانشجوی ارشد رشته مشاوره، از طریق منابع درسی با نام دکتر جرالد کوری آشنا شدم. مؤلفان کتاب «خودمراقبتی مشاوران و روان‌درمانگران» در نه فصل به موضوعات ضروری در امر خودمراقبتی مشاوران و روان‌درمانگران پرداخته‌اند. اثر فاخر دیگری از ایشان تحت عنوان گروه‌ها: فرایند و روش^۱ نیز به ترجمه این جانب و همکارم از انتشارات دانشگاه تهران چند بار تجدید چاپ شده است. کتاب دیگری از دکتر کوری و همکارانش تحت عنوان «نظارت بالینی در حرفه‌های یاری‌رسان: یک راهنمای عملی» را هم به‌همراه همکارم از همین انتشارات ارزشمند به چاپ رسیده است.

نویسندگان این کتاب با درایت و دسته‌بندی خاصی به ارائه مطالب و موضوعات مهم پیرامون عنوان کتاب پرداخته‌اند. هر یک از نه فصل این کتاب یک بعد مهم دخیل در سلامت مشاور و روان‌درمانگران را مورد بحث قرار داده است. از ویژگی‌های منحصر به فرد این کتاب، استفاده از تجربیات تعداد زیادی از دانشجویان، استادان و متخصصین مشغول به‌کار است، که به زبانی روان و روشی شیوا به نگارش در آمده است.

در اینجا مایل‌ام از همکاری ارزشمند سرکار خانم صالحه ایرانمنش در ترجمه این کتاب ارزشمند صمیمانه تشکر کنم. ایشان از دانشجویان دارای منش حرفه‌ای، اخلاق، و علمی این جانب در کلاس‌های مختلف مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه تهران بودند، که در سال ۱۳۹۶ در رشته مشاوره خانواده فارغ‌التحصیل شدند.

فراگیری جهانی کرونا موجب پر رنگ‌تر شدن اهمیت و ضرورت خودمراقبتی برای مشاوران و روان‌درمانگران به‌عنوان مراقبان سلامت روان مردم شده است. از آنجا که مشاوران و روان‌درمانگران همواره به درد و مشقت‌های گوناگون مراجعان می‌پردازند، خودشان ممکن است سریعتر از دیگر مردم دچار فرسودگی شغلی یا لطمه‌های روانی گردند. در ایران، درباره موضوع خودمراقبتی به‌خصوص در حوزه مشاوره و روان‌درمانی تقریباً شاهد فقدان پژوهش یا کتاب مناسب هستیم. مطالعه

دقیق این کتاب توسط تمامی مشاوران و روانشناسان، روان‌پزشکان، مددکاران اجتماعی، و یا کارورزان هر یک از این رشته‌ها، اعضای هیأت علمی، مدرسان، مربیان، و استادان ناظر که درگیر نوعی رابطه درمانی یا آموزشی با جمعیت مراجعان یا مددجویان هستند، جداً توصیه می‌شود. در ترجمه این کتاب ارزشمند، تلاش شده تا متن ارائه‌شده روان و قابل فهم تقدیم شما گردد. با این حال، از تمامی شما عزیزان خواهشمند است در صورت هرگونه پیشنهاد سازنده، ما را در بهبود نسخه‌های آینده کتاب یاری نمایید. شما می‌توانید از برخی فعالیت‌های آموزشی این جانب از طریق فضای مجازی به آدرس ^۱@karvarzy مطلع شوید.

با تشکر فراوان

دکتر یاسر مدنی

عضو هیأت علمی دانشگاه تهران

karvarzee@gmail.com

www.ketab.ir