

آموزش مهارت ها و ظرافت های مشاوره ای و روان درمانی

مؤلفان:

سید امیر حسین سجادیه

فاطمه السادات سجادیه

سید محمدرضا سجادیه

آفتاب



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

سرشناسه	سجادیه، سیدامیر حسین، ۱۳۸۰-
عنوان و نام پدیدآور	آموزش مهارت‌ها و ظرافت‌های مشاوره‌ای و روان‌درمانی/مؤلفان سیدامیر حسین سجادیه، فاطمه‌السادات سجادیه سیدمحمد رضا سجادیه؛ ویراستار هوشنگ اسدزاده.
مشخصات نشر	تهران: آفتاب گیتی، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	۱۹۰ ص.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۳۱۴-۳۱۴-۴
وضعیت فهرست نویسی	فیبیا
یادداشت	کتابنامه.
موضوع	مشاوره روان‌درمانی Counseling Psychotherapy
شناسه افزوده	سجادیه، فاطمه‌السادات، ۱۳۷۲-
شناسه افزوده	سجادیه، سیدمحمد رضا، ۱۳۷۷-
رده بندی کنگره	BF۶۳۷
رده بندی دیویی	۳۱۵
شماره کتابشناسی ملی	۱۳۳۷۱۵
اطلاعات رکورد کتابشناسی	فیبیا

آفتاب گیتی

عنوان: آموزش مهارت‌ها و ظرافت‌های مشاوره‌ای و روان‌درمانی

مؤلفان: سیدامیر حسین سجادیه، فاطمه‌السادات سجادیه، سیدمحمد رضا سجادیه

ویراستار: هوشنگ اسدزاده

صفحه آرای و تنظیم: سیده مریم طباطبایی

نشر و پخش: موسسه انتشاراتی آفتاب گیتی

نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۲

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

چاپ: فدک

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۱۴-۳۱۴-۴

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

نشانی: تهران میدان انقلاب ضلع جنوب شرقی- نبش خیابان ۱۲ فروردین- ساختمان

ولیعصر- پلاک ۱۳۱۴ - طبقه دوم واحد ۷

www.aftabegiti.com نشر و پخش همراه: ۰۹۱۲۳۳۴۲۳۶۲ - ۰۲۱۶۶۹۶۹۸۳۷

فهرست مطالب

۱۶	پیشگفتار:
۱۸	فصل اول (نگاهی اجمالی به مشاوره و روان درمانی)
۱۹	مشاوره چیست؟
۲۰	معنی مشاوره
۲۰	مشاوره با راهنمایی چه تفاوتی دارد؟
۲۱	تفاوت مشاوره با روان درمانی
۲۱	اهداف مشاوره و روان درمانی
۲۱	انواع روش های مشاوره
۲۱	اهداف مشاوره روانشناسی
۲۲	هدف مشاوره فردی
۲۲	هدف نهایی مشاوره گروهی چیست؟
۲۲	مشاور کیست؟
۲۳	تعریف مشاوره خانواده
۲۳	تعریف خانواده از دیدگاه روانشناسی
۲۳	تعریف مشاوره با ۳۲ دیدگاه روانشناسان
۲۹	مشاوره تحصیلی چیست؟
۳۰	تعریف مشاوره تحصیلی

تعریف مشاوره شغلی	۳۰
رابطه مشاوره شغلی با مشاوره تحصیلی	۳۰
تاریخچه راهنمایی و مشاوره شغلی و حرفه ای	۳۰
رضایت شغلی و مدیر منابع انسانی	۳۲
پیامد های ناشی از انتخاب نادرست شغل و نارضایتی شغلی	۳۲
چه عواملی در رضایت شغلی تاثیر گذار هستند؟	۳۳
چرا مراجعه به متخصص مشاور شغلی مهم است؟	۳۳
اهمیت مشاوره تحصیلی و شغلی	۳۴
ضرورت نیاز به مشاور تحصیلی و شغلی	۳۵
نقش آموزش و پرورش در زمینه انتخاب شغلی	۳۵
فصل دوم (روش ها و فنون مشاوره)	۳۷
مشاهده	۳۸
اصول و روش های مشاهده	۳۸
تعبیر و تفسیر مشاهدات	۴۰
فنون مشاوره	۴۱
گوش کردن	۴۱
مهارت های توجه	۴۳
اثرات توجه و عدم توجه	۴۳
مهارت های انعکاسی	۴۴
قاب گیری یا شکل دهی مجدد	۴۸

- ۴۹..... مواجهه (رودرویی).....
- ۵۱..... طرح سؤالات.....
- ۵۲..... سازمان دادن.....
- ۵۳..... روش‌های سازمان دادن به جلسه مشاوره.....
- ۵۴..... رهبری.....
- ۵۸..... تشویق.....
- ۵۸..... سکوت.....
- ۵۸..... مقاومت.....
- ۵۹..... مهارت‌های مشاوره.....
- ۵۹..... محبت (توجه مثبت بدون شرط).....
- ۶۳..... همدلی.....
- ۶۵..... مشاهده.....
- ۶۷..... درگیر شدن.....
- ۷۰..... تنظیم شرح حال.....
- ۷۰..... آزمون.....
- ۷۱..... تفسیر و جمع‌بندی.....
- ۷۳..... فصل سوم (مهارت‌های غیرکلامی).....
- ۷۴..... ارتباط غیر کلامی چیست و چگونه باید آن را ارتقا دهید؟.....
- ۷۴..... انواع ارتباط غیر کلامی.....
- ۷۴..... حالات چهره.....

۷۴	اشارات
۷۵	فرازابانی
۷۶	زبان بدن و وضعیت بدن
۷۶	حفظ حریم خصوصی
۷۷	نگاه خیره
۷۷	لمس کردن
۷۸	ظاهر
۷۹	رزومه ساز
۷۹	اشیا
۸۰	روش‌های دیگر ارتباط غیر کلامی
۸۰	نحوه چیدمان دفتر
۸۰	ارتباط غیر کلامی و کلامی ناهمگون
۸۱	۱۰ نکته برای بهبود ارتباط غیر کلامی
۸۶	فصل چهارم (گوش دادن)
۸۷	مهارت گوش دادن
۸۷	نمونه ای از تکنیک‌ها
۸۸	به حرف درآوردن مراجع
۸۹	موانع گوش دادن
۹۲	مهارت گوش دادن
۹۳	ویژگی‌های مهارت گوش دادن فعال چیست؟

- هدف از یادگیری مهارت گوش دادن فعال چیست؟ ۹۳
- مزایای مهارت گوش دادن فعال ۹۵
- نکاتی برای تقویت مهارت گوش دادن فعال ۹۵
- علل شکل گیری فوبیا چیست؟ ۹۶
- نمونه ای از مهارت گوش دادن فعال ۹۶
- فصل پنجم (پاسخدهی) ۹۸
- تأکید کردن (تمرکز کردن) ۹۹
- انعکاس محتوا ۹۹
- انعکاس احساسات ۱۰۰
- انعکاس محتوا و احساسات ۱۰۱
- تمرکز بر نقاط قوت مشاور ۱۰۱
- همانندسازی ۱۰۲
- مهارت مواجهه (رویارویی) ۱۰۳
- شوخی و مزاح ۱۰۶
- مزاحمت های ذهنی ۱۰۶
- رفتار توجه آمیز ۱۰۷
- تماس چشمی ۱۰۸
- ارتباط رویارو با مراجع ۱۰۸
- مایل شدن به سمت فرد مقابل ۱۰۸
- وضعیت باز و راحت ۱۰۹

پیشگفتار:

به لطف و عنایت الهی و در سایه ی توجهات آقا امام زمان (عج) توانستیم که این کتاب آموزش مهارت ها و ظرافت های مشاوره ای و روان درمانی، را برای شما عزیزان به چاپ برسانیم.

کتاب حاضر از جمله کتاب هایی است که مطالب نظری و چگونگی کاربرد عملی مهارت ها را در کنار هم آموزش می دهد .

این کتاب در قالب هشت فصل تنظیم و تدوین گردیده است . که در فصل اول آن به نگاه اجمالی به مشاوره پرداخته شده است که به توضیحات مراجع و مشاور اشاره شده است.

فصل دوم این کتاب به مهارت ها و ظرافت های روش ها و فنون مشاوره پرداخته شده است .

فصل سوم به مهارت ها و ظرافت های مهارت های غیر کلامی در مشاوره مانند :ظاهر جسمانی، حرکات ، زیر و بمی صدا و ... اشاره نموده است .

فصل چهارم به مهارت ها و ظرافت های گوش دادن اشاره کرده است . که به موضوعاتی مانند موانع گوش کردن ، پیامد های گوش دادن فعال و ... اشاره شده است .

فصل پنجم به مهارت ها و ظرافت های پاسخدهی اعم از پاسخ های کوتاه و انعکاس محتوا و احساسات پرداخته شده است.

فصل ششم به مهارت و ظرافت های تجربه های مشاوره اشاره کرده است.

فصل هفتم به مهارت ها و ظرافت های مسائل اخلاقی و حرفه ای در مشاوره و روان درمانی پرداخته است.

فصل هشتم پرسشنامه فرسودگی شغلی برای تمرین مشاوره آورده شده است.

در پایان امیدواریم که این کتاب یکی از بهترین کتاب های طول عمر شما با خاطره ای خوش و نتیجه ای دلخواهی است همراه داشته باشد ، امید که خداوند در قدم اول و شما در قدم دوم کاملاً راضی و خشنود باشید .