

۱۵۶ ۳۳۴۲
۱۴۰۳ / ۸ / ۲۱

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مبانی مشاوره

ویراست هفتم (۲۰۱۱)

www.ketab.ir

تألیف :

اسکات مایر

سوزان دیویس

ترجمه :

دکتر کیانوش زهراکار

(عضو هیأت علمی دانشگاه خوارزمی)

زهرا کهلوئی

ویراست

Scott T. Meier

سرشناسه: مایر، اسکات، تی. ۱۹۵۵- م.

عنوان و نام پدیدآور: مبانی مشاوره، ویراست هفتم (۲۰۱۱)/ تألیف اسکات مایر، سوزان دیویس؛

ترجمه: کیانوش زهراکار و زهراکهلونی

مشخصات نشر: تهران: روان، ۱۴۰۳

مشخصات ظاهری، شانزده، ۱۶۸ ص.

شابک: 1 - 97 - 8345 - 964 - 978 ISBN

وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: (2011) *The Elements Of Counselling (Seventh Edition)*

یادداشت: کتاب حاضر نخستین بار تحت عنوان «اصول و مهارت‌های مشاوره» توسط نشر روان در سال

۱۳۸۷ منتشر شده است.

یادداشت: واژه‌نامه، کتابنامه.

عنوان دیگر: اصول و مهارت‌های مشاوره

موضوع: مشاوره -- روان‌شناسی مشاوره

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۴ م ۲۵۳ م ۵ / ۶۳۷ BF

رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۳

شماره کتابشناسی ملی: ۴۱۲۴۲۳۲

بیاید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

مخاطب عزیز، خواننده گرامی، این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله مترجم و ناشر است. تکثیر آن به هر شکل و میزانی، بدون اجازه از ناشر و مؤلف، و خرید و فروش آن کاری نادرست، غیرقانونی، و غیرشرعی است. پیامد این عمل تأصیب 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 خود شما و فرزندان‌تان خواهد شد.

سایت

www.ravabook.ir



پست الکترونیکی

ravan_shams@yahoo.com

▣ مبانی مشاوره (ویراست هفتم) ۲۰۱۱

▣ تألیف: اسکات مایر و سوزان دیویس

▣ ترجمه: دکتر کیانوش زهراکار و زهراکهلونی

▣ ناشر: روان

▣ نوبت چاپ: هشتم، پاییز ۱۴۰۳

▣ تعداد صفحات: ۱۸۴ صفحه

▣ شمارگان: ۲۰۰ جلد

▣ لیتوگرافی، چاپ و صحافی: طیف‌نگار

ISBN : 978 - 964 - 8345 - 97 - 1

▣ شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۸۳۴۵-۹۷-۱

مرکز پخش: تهران - خیابان زرتشت غربی، بین خیابان علیزاده و شیخلر، پلاک ۶۳

تلفکس: ۸۸۹۶۲۷۰۷

۸۸۹۶۱۰۵۰

۸۸۹۶۱۰۷۰

تلفن: ۹ - ۸۸۹۷۳۳۵۸

فهرست مطالب

مطالبی درباره نویسندگان این کتاب	شش
پیش‌گفتار مؤلفان	هفت
پیش‌گفتار مترجمان	سیزده

● فصل ۱: زمینه‌سازی فرایند مشاوره

۱: برقراری تماس شخصی	۲
۲: ایجاد اتحاد کاری	۳
۳: توضیح مشاوره برای مراجع	۴
۴: همگام شدن با مراجع و هدایت او	۸
۵: خلاصه‌وار صحبت کنید	۱۱
۶: وقتی نمی‌دانید چه بگویید، پس چیزی نگویید	۱۳
۷: ممکن است به همان اندازه که به مراجع کمک کرده‌اید با او مواجه شوید	۱۵
۸: اگر قصد تغییر چیزی را دارید، آن را مرحله به مرحله انجام دهید	۱۶
۹: مشاوره خود را فردی و منحصر به فرد سازید	۱۷
۱۰: به مقاومت مراجع توجه داشته باشید	۱۹
۱۱: هنگامی که دچار تردید می‌شوید، بر احساسات مراجع متمرکز شوید	۲۱
۱۲: از همان آغاز مشاوره برای پایان آن برنامه‌ریزی کنید	۲۴
۱۳: شرایط فیزیکی را به درستی فراهم کنید	۲۶
الف) لباس مناسبی بپوشید	۲۷
ب) به محیط فیزیکی توجه داشته باشید	۲۷
ج) جلسه مشاوره را در محیطی آرام برگزار کنید	۲۷
د) از چیزهایی که باعث مزاحمت و حواس‌پرتی می‌شوند، دوری کنید	۲۷
ه) به موقع در جلسه مشاوره حاضر شوید	۲۷
ب) یک بسته دستمال کاغذی در اتاق خود داشته باشید	۲۸
ت) رازداری را به خاطر داشته باشید	۲۸
خلاصه فصل و سئوالاتی برای بحث و گفتگو	۲۹

● فصل ۲: راهبردهایی برای کمک به خودکاوی مراجع

- ۱۴: از نصیحت کردن پرهیزید. ۳۲
- ۱۵: در حل مسئله عجله نکنید. ۳۳
- ۱۶: از اتکا و وابستگی به سؤالات اجتناب کنید. ۳۴
- ۱۷: به سخنان مراجع با دقت گوش کنید. ۳۶
- ۱۸: به رفتارهای غیرکلامی توجه کنید. ۳۸
- ۱۹: مراجع را کانون توجه قرار دهید. ۴۰
- ۲۰: واضح و مشخص عمل کنید. ۴۲
- ۲۱: از استعاره استفاده کنید. ۴۳
- ۲۲: خلاصه کنید. ۴۴
- خلاصه فصل و سؤالاتی برای بحث و گفتگو. ۴۶

● فصل ۳: برخی از فرضیات غلط

- ۲۳: همدلی مساوی، توافق نیست. ۴۷
- ۲۴: تصور نکنید که تغییر کردن به آسانی امکان پذیر است. ۴۸
- ۲۵: منظور از تفکر مثبت تفکر عقلانی نیست. ۴۹
- ۲۶: به جای قضاوت‌های اخلاقی، ارزیابی‌های روانی داشته باشید. ۵۰
- ۲۷: وانمود نکنید که احساسات، افکار و رفتارهای مراجعان را می‌فهمید. ۵۱
- ۲۸: وانمود نکنید که می‌دانید مراجعان چه عکس‌العمل‌هایی در برابر احساسات، افکار و رفتارهای خود نشان می‌دهند. ۵۳
- خلاصه فصل و سؤالاتی برای بحث و گفتگو. ۵۵

● فصل ۴: موضوعات مهم

- ۲۹: مهارت‌های مداخله در بحران را کسب کنید. ۵۸
- الف) کنترل اوضاع را به دست بگیرید. ۶۰
- ب) مراجع واقعی را مشخص کنید. ۶۱
- ج) توانمندی‌ها و نقاط قوت را مورد تأکید قرار دهید. ۶۲
- د) منابع اجتماعی را بسیج کنید. ۶۳
- ۳۰: از لحاظ فرهنگی، صلاحیت کسب کنید. ۶۴
- ۳۱: از رویکردهای مشاوره گروهی و خانوادگی استقبال کنید. ۷۰
- ۳۲: در مورد سوگ، فقدان و ضربه، مواردی را بیاموزید. ۷۲
- ۳۳: در ارجاع مراجعان خود دقت کنید. ۷۶
- ۳۴: انتظار وخیم شدن حال مراجعان را داشته باشید. ۷۷
- ۳۵: در خود نوعی احساس علاقه به پژوهش‌های مشاوره‌ای ایجاد کنید. ۷۹
- ۳۶: کارتان را ثبت کنید. ۸۱
- ۳۷: غیبت مراجعان را پیگیری کنید. ۸۲

۳۸:	چگونگی تجسم‌سازی مسایل برای مراجعان را بیاموزید	۸۳
۳۹:	مطالبی در مورد مراقبت کنترل‌شده بیاموزید	۸۷
۴۰:	مهارت‌های فناوری را گسترش دهید	۹۰
۹۲:	خلاصه و چکیده مطالب و سئوالاتی برای بحث و گفتگو	۹۲

● فصل ۵: مشاور باید خودش را بشناسد

۴۱:	از مسایل شخصی خود آگاه شوید و آنها را مورد توجه قرار دهید	۹۵
۹۶:	الف) چطور تصمیم گرفتید که مشاور شوید؟	۹۶
۹۷:	ب) چه هیجاناتی شما را می‌رنجانند؟	۹۷
۹۷:	ج) چه مقدار پیشرفت قابل قبول است؟	۹۷
۹۸:	د) با احساساتی که مراجعان نسبت به شما دارند چه برخوردی خواهید داشت؟	۹۸
۹۹:	ه) چگونه احساسات خود را نسبت به مراجعان کنترل می‌کنید؟	۹۹
۱۰۰:	ب) آیا می‌توانید انعطاف‌پذیر، پذیرا و آرام باشید؟	۱۰۰
۴۲:	برای تحت سرپرستی قرار گرفتن باز و پذیرا باشید	۱۰۱
۴۳:	خودتان را پشت اجرای آزمون پنهان نکنید	۱۰۲
۴۴:	در خصوص مسایل اخلاقی مشورت کنید	۱۰۴
۱۰۶:	خلاصه و چکیده مطالب و سئوالاتی برای بحث و گفتگو	۱۰۶

● فصل ۶: درآمدی کوتاه بر مداخله در مشاوره

۴۵:	متون اصلی مشاوره	۱۰۹
۴۶:	مشاوره شخص‌محور	۱۱۰
۴۷:	مشاوره رفتاری	۱۱۱
۴۸:	مشاوره شناختی، شناختی - رفتاری و نظریه یادگیری اجتماعی	۱۱۲
۴۹:	مشاوره گشتالتی	۱۱۵
۵۰:	مشاوره روان‌تحلیلی و روان‌پویشی	۱۱۶
۵۱:	مشاوره وجودی	۱۱۸
۵۲:	مشاوره گروهی	۱۱۹
۵۳:	مشاوره نظام‌ها / خانواده	۱۲۰
۵۴:	مشاوره چندفرهنگی	۱۲۲
۵۵:	درمان فمینیستی	۱۲۴
۵۶:	درمان کوتاه مدت و درمان راه‌حل‌محور	۱۲۷
۵۷:	رویکردهای یکپارچه‌نگر	۱۳۱
۵۸:	درمان روایتی	۱۳۴
۵۹:	رویکردهای جدید و در حال ظهور	۱۳۷
۶۰:	پژوهش در مشاوره و روان‌درمانی	۱۴۱
۶۱:	سایر منابع مهم	۱۴۴
۱۴۵:	سئوالاتی برای بحث و گفتگو	۱۴۵
۱۴۷:	واژه‌نامه	۱۴۷
۱۵۳:	منابع و مآخذ	۱۵۳

مطالبی درباره نویسندگان این کتاب

اسکات مایر، روان‌شناس مجاز دکترای خود را در رشته روان‌شناسی مشاوره از دانشگاه ایلینویز جنوبی در کاربوندال دریافت کرد. او استاد برنامه‌ریزی در مشاوره و روان‌شناسی مدرسه و عضو هیأت علمی گروه روان‌شناسی تربیتی، مدرسه و مشاوره در سانی بافالو می‌باشد. سوزن آر. دیویس روان‌شناس دارای مجوز و پروانه کار مدرک دکترای خود را در رشته روان‌شناسی بالینی از دانشگاه ایلینویز جنوبی در کاربوندال دریافت کرد. او به صورت تمام‌وقت در مطب خصوصی خود اشتغال دارد.

پیش‌گفتار مؤلفان

کتاب «اصول شیوه نگارش» اثر استرانک و وایت^۱ (۲۰۰۰)، به عنوان مقدمه‌ای برای نگارش انگلیسی، الگویی برای این کتاب فراهم کرد. همان‌طور که وایت هم در مقدمه خود اشاره می‌کند، استرانک در اصل کتاب «اصول شیوه نگارش» را به این دلیل نوشت که، «از پیچیدگی بسیار لفاظی انگلیسی بکاهد و اصول و قوانین آن را به طور خلاصه بنویسد». استرانک که استاد زبان و ادبیات انگلیسی دانشگاه است، اقدام به تهیه و ارائه مجموعه‌ای از قوانین کرده که به کمک آنها دانشجویان از اشتباهات اساسی در نگارش اجتناب کنند. ما نیز هدف مشابهی داریم، مبانی و ارکان اصلی مشاوره را به صورت فشرده بیان می‌کنیم و آموزش می‌دهیم که منظور از مشاوره چیست و به چه چیزی مشاوره نمی‌گویند.

هدف کتاب مبانی مشاوره ارائه اطلاعاتی است که آگاهی از آن برای مشاوران تازه‌کار و یادآوری آن برای مشاوران باتجربه ضروری است. بسیاری از مربیان از این اصول به عنوان یک سازمان‌دهنده پیشرفته و نو برای آموزش و عمل، فراهم آوردن امکان تفکر در مورد مشاوره و روشن کردن ماهیت مشاوره استفاده می‌کنند. کتاب مبانی مشاوره می‌تواند برای دانشجویان فارغ‌التحصیل از حرفه‌های یاورانه^۲ همچون روانپزشکی، روان‌شناسی، مددکاری اجتماعی و مشاوره و نیز برای مشاوران نیمه‌حرفه‌ای^۳ و هم‌ردیف^۴ و مشاورانی که قصد یادگیری مهارت‌های اساسی مشاوره، برقراری ارتباط و

1. Strunk and White

2. helping professions

3. paraprofessional

4. peer counselors

گوش کردن را دارند، مفید باشد. این کتاب به دانشجویانی که واحدهای مقدماتی مشاوره و روان‌شناسی را می‌گذرانند، کمک می‌کند تا با بخش‌های کاربردی روان‌شناسی آشنا شوند. همچنین این کتاب می‌تواند توسط پرستاران، پزشکان، مربیان، افسران پلیس و تجار مورد استفاده قرار گیرد و از طریق مطالعه این کتاب آنها به اهمیت مهارت‌های گوش کردن و ارتباط در مشاغل خود واقف خواهند شد.

ما همچنین امیدواریم که علاوه بر مشاوران مبتدی، دانشجویان بااستعداد و درمانگران شاغل مطالب این کتاب را به عنوان نکات مفید و مؤثر یادآوری‌کننده در نظر بگیرند. بعضی از مشاوران شاغل، حجم کاری زیادی را برعهده دارند در حالی که از سرپرستی کامل و حرفه‌ای بی‌بهره‌اند و به همین دلیل، تا حدی نظم حرفه‌ای خود را از دست می‌دهند. در چنین شرایطی، فرد به راحتی می‌تواند در نقش‌های بی‌اثر قرار بگیرد (مثلاً مثل مادر یا پدر رفتار کند) و فراموش کند که همان‌طور که پیشرفت در مشاوره می‌تواند تا حد زیادی به آنچه مشاور انجام می‌دهد بستگی داشته باشد، می‌تواند به آنچه او انجام نمی‌دهد نیز بستگی داشته باشد. علاوه بر این، می‌توان بسیاری از مفاهیم این کتاب را به عنوان نتایج بینایی در نظر گرفت، یعنی مراحل ضروری که در توالی و ترتیب موجود در مسیر حل موفقیت‌آمیز مشکلات اصلی مراجع وجود دارد. عواملی همچون اتحاد کاری ضعیف، خودافشایی ناکافی از سوی مراجعان و خواسته‌های نامناسب درمانگر همگی با شکست درمان مرتبط هستند (ماش و هانسلی^۱، ۱۹۹۳). چنین موضوعاتی مطالب اصلی این کتاب را تشکیل می‌دهند و هنگامی که مراجعان پیشرفت نمی‌کنند اصول کلیدی قابل توجه به شمار می‌روند.

توضیح مبانی و اصول اصلی مشاوره کار مشکلی است. آنچه که مشاوره بدان نیاز دارد یک اتفاق نظر قوی در مورد مسایل مهمی همچون تلفیق و یکپارچه کردن رویکردهای مختلف مشاوره (ایوی^۲، ۱۹۸۰)، مفید بودن پژوهش‌های مشاوره در عمل (گلسو^۳، ۱۹۷۹؛ گولدمن^۴، ۱۹۷۶؛ رایس^۵، ۱۹۹۷؛ تریویلر و استریکر^۶، ۱۹۹۸) و ارتباط صریح و روشن بین ویژگی‌های مراجع و رویکردهای مشاوره (کرومبولتز^۷،

1. Mush and Hunsley

2. Ivey

3. Gelso

4. Goldman

5. Rice

6. Trierweiler & Stricker

7. Krumboltz

است. گفته می‌شود که بیش از چهارصد نوع روان‌درمانی وجود دارد که در دسترس می‌باشند (کازدین^۱، ۱۹۹۴؛ پیرز^۲، ۱۹۹۶). همچنین، بیش از ۵۵۰ درمان وجود دارد که برای کودکان و نوجوانان قابل کاربرد می‌باشد (کازدین، ۲۰۰۰). با توجه به جوان بودن افراد مشغول در حرفه‌های یاورانه و نیز پیچیدگی کار آنها، عدم توافق در بین آنها طبیعی و قابل پیش‌بینی است.

علاوه بر این بسیاری دیگر از شاخه‌های روان‌شناسی و علوم اجتماعی دچار این چنددسته‌گی هستند (به کتاب مایر^۳، ۱۹۸۷ مراجعه کنید) و توجه زیادی به این موضوعات معطوف می‌شود (پروچاسکا^۴، جانسون و لی^۵، ۱۹۹۸؛ واچتل و میسر^۶، ۱۹۹۷؛ زیگ^۷، ۱۹۹۷). شایان ذکر است که شغل مشاوره خود مبنای علمی دارد و نظر اکثریت به مؤثر بودن آن است، اما با وجود این، تئوری، تحقیق، و عمل در مشاوره اغلب به‌طور پراکنده و متناقض دیده می‌شود.

اگر چنددسته‌گی بسیار زیادی در مشاوره وجود دارد، پس چه چیزی را می‌توان در یک کتاب به عنوان اصول اساسی آموزش داد؟ منظور ما این است که بسیاری از اختلاف‌ها در موضوع مداخله‌های مشاوره‌ای متمرکز می‌شوند؛ مشاوران اغلب در مورد مراحل ابتدایی مشاوره تفاهم بیشتری دارند. مثلاً اکثر مشاوران معتقدند که باید اطلاعاتی در خصوص مراجع جمع‌آوری کرد و اینکه باید نوعی ارتباط و تفاهم^۸ بین مراجع و مشاور ایجاد شود. این کتاب بر مبنای آثار دیگران، تلاش ما را در خصوص تشریح اصول اصلی مشاوره ارایه می‌کند. بنابراین کتاب اصول و مهارت‌های مشاوره بر برقراری ارتباط، خودکاوی^۹ و نیز اصولی که مداخله‌های بیشتر بر مبنای آن صورت می‌گیرد، می‌پردازد. اگرچه مشاوران در خصوص اعمال و روال اصلی مشاوره تا حدودی اتفاق نظر دارند، اما با این حال، هنوز تفاهم زیادی درباره اهمیت زمان‌بندی و ترتیب این اعمال ندارند (گولفرید^{۱۰}، ۱۹۸۳، همچنین به کتاب کورمیر^{۱۱}، ۱۹۸۸ مراجعه کنید). بنابراین ممکن است اساتید مشاوره و مشاوران گوناگون، بخش‌های اصلی این کتاب را

1. Kazdin

2. Perez

3. Meier

4. Prochaska

5. Johnson and Lee

6. Wachtel and Messer

7. Zeig

8. rapport

9. self-exploration

10. Goldfried

11. Cormier

برای مطابقت با اولویت‌ها و تجارب خود تغییر دهند، مثلاً مربیان مشاوره که به خصوصیات مشاور و روابط مشاور - مراجع اهمیت زیادی می‌دهند، باید فصل پنجم یعنی «مشاور باید خودش را بشناسد» را به عنوان فصل اول کتاب مطالعه کنند. این کتاب می‌تواند به عنوان یک کتاب درسی به صورت بخش‌های جداگانه یا سلسله‌وار خوانده شود.

باتوجه به جایگاه مناسب این کتاب به عنوان کتاب درسی مقدماتی و واکنش‌های مثبت مستمر نسبت به شش چاپ اول آن، تغییراتی را که تا حد زیادی باعث طولانی شدن مطالب کتاب می‌شد، کاهش دادیم. ما قسمت مربوط به مشاوران از لحاظ فرهنگی دارای صلاحیت را تجدید نظر کردیم و با توجه به تأکید فزاینده حرفه‌های مشاوره، در مورد اثرات جهانی شدن و نیاز به مشاورانی که به فرهنگ نظامی آشنا باشند تا بتوانند با کهنه‌سربازان و خانواده‌هایشان کار کنند، این قسمت را نیز به کتاب افزودیم. در فصل ششم، بخش جدیدی تحت عنوان «رویکردهای جدید و در حال ظهور» به مشاوره اضافه گردید که در آن، به‌طور خلاصه چندین شیوه جدیدتر که در رویکردهایشان به مداخله، دارای نوآوری هستند، توصیف گردیدند. ما همچنین یک بخش جدید به فصل چهارم افزودیم که در آن تعدادی از مسایل مهم در جهان مبتلا به سوگ، فقدان، و آسیب (ضربه) را مرور کرده‌ایم.

هرچند کتاب مبانی مشاوره قوانین و رهنمودهایی را ارائه می‌کند، اما هیچ‌کس نمی‌تواند صرفاً با حفظ کردن آنها مشاور شود. با توجه به ویژگی مختصر بودن اجتناب‌ناپذیر این کتاب، دانشجویان می‌توانند فقط با خواندن آن، نقاط ضعف و قوت توانایی‌های خود را ارزیابی کنند. ازجمله شرایط لازم برای مشاوران ماهر، تمرین ایفای نقش، تجربه واقعی، سرپرستی و نظارت حرفه‌ای و گسترش یک نظریه مشاوره فردی می‌باشد. همچنین نمی‌توان ادعا کرد که این کتاب به‌طور کامل تمام اصول مشاوره را فراهم می‌کند. کتاب مبانی مشاوره برای استفاده به عنوان یک منبع مختصر تهیه شده است. امیدواریم که سادگی، وضوح و خلاصه بودن این کتاب وجود هر نوع کاستی را جبران کند.

افراد زیادی در نوشتن کتاب مبانی مشاوره با ما همکاری کردند، از جمله: اساتید سابق، اساتید راهنما، همکاران و دانشجویان - که مطالبی را در مورد اصول مشاوره به ما

آموختند. از همه شما سپاسگزاریم. از دکتر توماس فرانتس^۱ و جنیفر لارنس^۲ به خاطر
ارایه ایده‌های زیادی که در فصل چهارم در قسمت سوگ و ضربه توصیف شده است،
تشکر ویژه داریم. همچنین از نظرات و پیشنهادات مؤثر برایان آموس^۳ همکار
فارغ‌التحصیل و نیز منتقدان کتاب که اسامی آنها در زیر آمده است تشکر می‌کنیم:

- دنیس آرنولد^۴، دانشکده پیرس
- استوارت ایتزکowitz^۵، دانشگاه دولتی وین
- جان توبرن^۶، دانشگاه سیاتل

www.ketab.ir

پیش‌گفتار مترجمان

مشاوره یکی از حرفه‌های یاورانه است که در آن مشاور جهت پیشگیری، درمان، رشد و ارتقای مراجعان کمک‌های لازم را به آنها ارایه می‌دهد. مشاوره یک علم و حرفه وسیع و گسترده است که تمام ابعاد زندگی انسان (ابعاد تحصیلی، شغلی، خانوادگی، زناشویی، فردی، اجتماعی و ...) را تحت پوشش قرار می‌دهد. این حرفه دارای اهداف بنیادی و اساسی مانند ارتقای خودآگاهی، افزایش پیشرفت، ارتقای محیط‌شناسی، کمک به خودپذیری و دیگرپذیری، تسهیل خودشکوفایی، نیرومختی، کمک به تصمیم‌گیری، کمک به حل مسئله، توسعه مهارت‌های سازگاران، توسعه مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی، تسهیل تغییر رفتار، و ... مراجعان و در نهایت ارتقای سلامت روانی - اجتماعی آنان می‌باشد. مشاوران برای رسیدن به این اهداف باید نقش‌های متنوع و زیادی مانند، سنجش فردی، ارزشیابی، مشاوره فردی، مشاوره خانواده، کارهای گروهی، مشاورت، میانجی‌گری، اجرا یا مدیریت، سرپرستی، تحقیق و ... را ایفا کنند.

با کمی دقت و ملاحظه می‌توان پی برد که مشاوره از حیث وسعت و گستردگی اهداف، مخاطبان و مراجعان، موقعیت ویژه و برجسته‌ای را در بین حرفه‌های یاورانه داراست. مشاوران برای اجرای یک مشاوره اثربخش و کارآمد و نیز تحت پوشش قرار دادن اهداف وسیع و نقش‌های متنوع خود باید به یک سری اصول، مهارت‌ها و فنون تجهیز شوند. اصول و مهارت‌های مشاوره فارغ از رویکرد نظری مشاوران می‌تواند آنها را در همه زمینه‌ها یاری دهد. مشاوران کارآموز با تجهیز خود به این اصول، مهارت‌ها و فنون، نحوه مناسب شروع، تداوم و به پایان رساندن مشاوره را می‌آموزند و نحوه برخورد کارا با مراجعان را در مراحل مختلف فرایند مشاوره یاد می‌گیرند. مشاوران با

آموختن و اجرای این مهارت‌ها و فنون، مشاور اثربخش و کارآمدی خواهند شد و اشتباهاتی را که ممکن است در صورت عدم تجهیز به این مهارت‌های مرکب شوند، به حداقل می‌رسانند. به عبارت دیگر، این مهارت‌ها و فنون از این جهت که هم انجام اقدامات مناسب را ارتقا می‌دهند و هم اجتناب از اقدامات نامناسب را به مشاوران می‌آموزند و یادآوری می‌کنند، می‌توانند روشنی‌بخش کارهای تخصصی و حرفه‌ای آنان باشند. کتاب اصول و مهارت‌های مشاوره یکی از جدیدترین (۲۰۱۱) و پرفروش‌ترین (چاپ هفتم) منابع موجودی است که می‌تواند در این زمینه یاریگر مشاوران و روان‌شناسان، مددکاران اجتماعی و حتی پزشکان و پرستاران باشد.

کتاب مبانی مشاوره دارای چند ویژگی مهم است. اولین و مهم‌ترین ویژگی آن، خلاصه و مختصر بودن است به طوری که در قالب شش فصل و ۶۱ پایه، ارکان، مهارت‌ها و فنون مشاوره را آرایه می‌دهد و در کمترین زمان به بهترین نحو خواننده را با این اصول و مهارت‌ها آشنا می‌کند. دومین ویژگی این کتاب، عینیت، وضوح و سادگی درک مطالب آن است، به طوری که در آرایه مطالب از مثال‌های زیادی استفاده شده و مطالب آن برای خواننده قابل فهم و اجرا است. سومین ویژگی کتاب مبانی مشاوره، جامع بودن آن است به شکلی که با وجود رعایت اختصار در آرایه مطالب، دید نسبتاً کاملی را در آرایه ارکان و مبانی مشاوره داشته و توانسته است به خوبی این ارکان و مبانی را پوشش دهد. چهارمین ویژگی کتاب مبانی مشاوره این است که در آن سعی شده مطالب و مباحث و حوزه‌های جدیدتر مثل مهارت‌های فناوری، چگونگی تعامل با شرکت‌های بیمه، رویکرد مشاوره چندفرهنگی، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، طرح‌واره درمانی، درمان فمینیستی، درمان کوتاه‌مدت و راه‌حل محور، رویکردهای یکپارچه‌نگر و درمان روایتی را به شکل مناسبی شامل گردد.

کتاب مبانی مشاوره می‌تواند به عنوان منبعی مناسب و خوب جهت تدریس و یادگیری درس روش‌ها و فنون راهنمایی و مشاوره، درس مبانی راهنمایی و مشاوره رشته راهنمایی و مشاوره و نیز دروس کلیات راهنمایی و مشاوره و مقدمات راهنمایی و مشاوره رشته‌های علوم تربیتی و آموزش معلمان مورد استفاده قرار گیرد. قطعاً ترجمه این کتاب خالی از اشکال نیست، از خوانندگان محترم تقاضا داریم بعد از مطالعه این اثر، انتقادات و پیشنهادات خود را جهت تصحیح و ارتقای کیفی آن برای ما ارسال فرمایند.

امید است که ترجمه این کتاب بتواند در زمینه ارتقای دانشجویان عزیز رشته‌های مشاوره، روان‌شناسی و علوم تربیتی و نیز مشاوران و روان‌درمانگران محترم تأثیرگذار باشد. در پایان از تمام کسانی که در ترجمه این کتاب یاریگر ما بوده‌اند و امکان چاپ و نشر آن را برای ما میسر ساخته‌اند، خصوصاً آقایان سیدسعید میرجلالی، غلامرضا پناهی، دکتر قاسم شمس، و سرکار خانم منصوره خاتلری و سایر کارکنان نشر روان، نهایت سپاسگزاری را داریم.

با سپاس

دکتر کیانوش زهراکار

زهرا کهلویی