

۲۵۴۳۱۵۹

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

مشاوره و ارتقاء سلامت

www.ketab.ir

تألیف:

دکتر لیلی صالحی
محبوبه عدالت منش
نسرین رحمانی

سرشناسه	صالحی، لیلی - ۱۳۵۰.
عنوان و پدیدآور	مشاوره و ارتقاء سلامت/ مولف: دکتر لیلی صالحی، محبوبه عدالت منش، نسرین رحمانی؛ ویراستار: محمود عدالت منش.
مشخصات نشر	تهران، نور علم، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری	۱۱۶ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۱۶۹-۶۶۳-۳
موضوع	بهداشت روانی - Mental health سلامت‌پروری روانی - Mental health promotion
شناسه افزوده	عدالت منش، محبوبه، ۱۳۵۱، مولف
شناسه افزوده	رحمانی، نسرین، ۱۳۴۹، مولف.
شناسه افزوده	عدالت منش محمود، ۱۳۵۲، مولف.
رده بندی کنگره	BF ۴۸۱
رده بندی دیویی	۱۵۸/۷

نشر نور علم و قلم سینا: تهران - انقلاب - خ ۱۲ فروردین - پلاک ۲۸۶ - تلفن: ۶۶۴۰۵۸۸۰ و

۶۶۹۵۷۱۲۰ و ۶۶۹۵۷۰۲۱

وب سایت <https://www.modiranketab.ir> پیج اینستاگرام @modiranketab -

مشاوره و ارتقاء سلامت

مولف: دکتر لیلی صالحی، محبوبه عدالت منش، نسرین رحمانی

ویراستار: محمود عدالت منش

ناشر: نور علم

شمارگان: ۱۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۶۹-۶۶۳-۳

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۳

چاپ و صحافی: سورنا

قیمت: ۱۵۰۰۰۰ تومان

در صورت عدم دسترسی به کتابها، از طریق تماس با
۰۹۱۲۳۳۳۴۲۲۹ کتابها به تمام نقاط ایران ارسال می شود.

فصل اول: مشاوره

۵	تاریخچه مشاوره
۶	تعریف راهنمایی و مشاوره
۶	راهنمایی (Guidance)
۶	مشاوره (Consultation)
۸	هدف مشاوره
۸	انواع مشاوره
۹	مراحل مشاوره

فصل دوم: کلیات و فنون مشاوره

۱۵	اهمیت خودآگاهی در مشاوره
۱۵	انواع خود آگاهی
۲۰	کلیات و اصول و فنون مشاوره
۲۱	اصول مشاوره
۲۳	مهارت‌ها و مراحل محوری اجرای مشاوره موفق
۲۶	مهارت‌های شروع مشاوره و مدیریت مصاحبه
۲۸	تکنیک‌های شروع، ادامه و اتمام جلسه مشاوره
۲۸	شروع گفتگو
۲۸	مرحله آغاز مصاحبه
۲۹	ادامه گفتگو
۲۹	خاتمه گفتگو
۳۰	موانع ارتباط موثر
۳۰	مهارت‌های گوش دادن فعالانه، مهارت‌های سوال کردن و بازخورد دادن
۳۱	وظایف مشاور

فصل سوم: کلیات و نظریات دانشمندان

۳۳	رویکردها و نظریات دانشمندان در خصوص مشاوره
۳۳	نظریه روانکاوی
۳۷	تئوری شناختی و رفتاری
۴۱	رویکرد روانشناسی انسان گرا

فصل چهارم: گروه در مشاوره

۴۷	تعاریف راهنمایی و مشاوره گروهی
۴۷	مشاوره گروهی چیست؟
۴۸	راهنمایی گروهی
۴۸	مشاوره گروهی
۴۹	روش های راهنمایی گروهی
۴۹	روش مشاوره گروهی
۵۲	اصول رفتاری در برنامه آموزش روانی
۵۳	محاسن
۵۴	محدودیت ها
۵۵	تاریخچه گروه درمانی
۵۵	قوانین اساسی گروه
۵۷	اهداف مشاوره و روان درمانی
۵۷	فرایند تشکیل مشاوره گروهی
۶۴	رهبری مشاوره گروهی
۶۶	نقش اعضا در مشاوره گروهی
۶۷	تصمیم گیری در مشاوره گروهی
۶۸	روش کاربردی موثر در جامعه ایران
۷۳	جهت گیری های چهارگانه در مشاوره و روان درمانی
۷۴	مشاوره در سوگ

ابزارهای مشاوره

۱۰۷	پرسشنامه هوش هیجانی گلمن
۱۱۲	پرسشنامه نئو (NEO)
۱۱۵	منابع و مآخذ

پیشرفت تکنولوژی مشکلات گوناگونی را برای انسان به وجود آورده است. سرعت در تکنولوژی باعث دقت در امور برای بشر شده و این افزایش دقت و سرعت در کارها موجب بروز برخی بیماری‌ها و ناراحتی‌های روانی و عاطفی و ارزش‌های انسانی نیز گردیده است. انسان برای به دست آوردن راحتی و تسهیلات، بسیاری از ارزشهای خود را رها ساخته و خلاقیت و آزادیش را تا حد زیادی وقف ماشین کرده است. انسان قرن حاضر با پذیرش ماشین‌های غول پیکر در برابر مشکلات حاصل از آن تسلیم شده و از این دستگاه‌ها انتظار دارد که در موارد بسیار برای او و به جای او تصمیم بگیرند و آینده او را تعیین کنند. با ادامه چنین وضعی انسان در راه خود-تخریبی و از دست دادن هویت خویش گام بر می‌دارد. به گفته می^۱ (۱۹۶۷) انسان‌ها سرگرم و شیفته ماشین شده‌اند، هویت انسانی خود را به تدریج فراموش کرده‌اند و رابطه خود را با خویشتن و با دیگران از دست داده‌اند. به بیان دیگر انسان طبیعت را فراموش و محو و در خدمت ماشین قرار گرفته است. این مهم است که انسان به عنوان اشرف مخلوقات خود کنترل ماشین را در اختیار گیرد و در جهت ارزش و مقام انسان و در جهت خیر و صلاح از آن بهره ببرد. مشاوران و روان درمانگران برای کمک به انسان برای غلبه بر نگرانی‌ها و ناراحتی‌ها تخصص دارند و می‌توانند فرد درمانده را در رها شدن از این گرفتاری یاری کنند (شفیع آبادی - ۱۳۹۸).

^۱.May