

۱۵۲۹۷۹۱۱
۹۷۷ ۶۶

«هو العليم»

مشاوره شخص محور

(منصرو مفید)

راجر کیس مور

ترجمه :

دکتر محمد مهدی شریعت باقری

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی

دکتر سعید عبدالملکی

عضو هیئت علمی دانشگاه پیام نور



دانشگاه
سازمان

سرشناسه: کیس مور، راجر، ۱۹۴۱-م

عنوان و نام پدیدآور: مشاورهٔ شخص محور (مختصر و مفید) / راجر کیس مور

مترجمین: محمد مهدی شریعت باقری، سعید عبدالملکی

مشخصات نشر: تهران، دانژه، ۱۳۸۷

مشخصات ظاهری: ۱۸۰ ص. قلم: پالتویی

شابک: دروه: ۳-۳۹-۵۰۷۰-۶۰۰-۹۷۸

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: Person-centered counseling
(In a nutshell)

موضوع: مشاوره

موضوع: روان‌درمانی درمان‌جو گرا

شناسه افزوده: شریعت باقری، محمد مهدی

شناسه افزوده: عبدالملکی، سعید

رده بندی کنگره: ۱۳۸۷ ۹۶ ک ۵ / BF۶۳۷

رده بندی دیوئی: ۱۵۸ / ۳

شماره شابک: ۱۳۳۶۸۰۴ ملی

عنوان: مشاوره شخص محور

نویسنده: راجر کیس مور

مترجمان: دکتر محمد مهدی شریعت باقری - دکتر سعید عبدالملکی

صفحه آرا: مهتاب

ناشر: نشر دانژه

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: نشر دانژه

شمارگان: ۵۵۰ نسخه

نوبت چاپ: دوم - ۱۳۹۶

شابک: ۳-۳۹-۵۰۷۰-۶۰۰-۹۷۸

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

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

کدپستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱۱ صندوق پستی: ۴۱۴۶-۱۴۱۵۵ تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۴۲۵۴۳ تلفکس: ۸۸۸۱۳۰۸۳

www.danjeh.info

۱۱	مقدمه‌ی متن
----	-------------

فصل اول

روزی که رویکرد شخص محوری

در مشاوره و زندگی

۱۷	مقدمه‌ای بر رویکرد
۱۸	نخستین ملاقات با یک مراجع
۲۲	تاریخچه‌ای کوتاه از تکامل رویکرد
۲۵	فرض‌های فلسفی بنیادین
۲۷	سنس شرط لازم و کافی
۲۸	سروند سش گانه، هسته درمان
۳۰	رابطه درمانی مین سن شرط
۳۱	لازم و کافی
۳۲	مراحل دستیابی به شخص با کارکرد کامل در مشاوره
۳۱	خود شکوفایی
۳۴	گرایش به خود شکوفایی و شخص با کارکرد کامل
۳۷	نظریه راجرز در خصوص شخصیت و رفتار
۳۸	ارتباط و تجربه‌ی پذیرش غیر منروط
۴۱	ماهده بیدار ساختن
۴۲	اجتناب از کاربرد تکنیک و توسعه روشی خاص از بودن
۴۳	مربوط به فصل بعدی و منابع مطالعاتی

فصل دوم:

آغاز ارتباط مشاوره ای

۴۷	اهمیت ارتباط در مشاوره
۴۸	ارتباط روان شناختی بین شرط ضروری
۴۹	اهمیت فقدان حضور مراجع
۵۱	ارزیابی ارتباط
۵۴	یک مورد از اولین تجربه‌ی مسروط اساسی
۵۸	آمادگی دیدار با مراجع
۵۸	معی و بهر بودن
۵۹	دلیل بنسب
۶۰	یادآور در رهس اساسی
۶۳	تجربه‌ی مشاور از تبادله محوری در اسخاص
۶۵	ارزیابی و برقراری ارتباط روان شناختی
۶۶	حفظ و استمرار ارتباط روان شناختی
۶۷	مربوط به فصل بعدی و منابع مطالعاتی

فصل سوم:

باورهای زیربنایی روان شناس محوری

۷۱	دو فرضیه اساسی
۷۲	گرایش تکوینی
۷۳	گرایش جهانی
۷۴	معیار تیرگی روابط
۷۶	گرایش شکوفایی
۷۹	ویژگی‌های گرایش شکوفایی
۸۰	گرایش کلی و بی‌همتا
۸۰	گرایش همگانی
۸۱	افزایش آزادی عمل یا خود مختاری
۸۲	افزایش هشیاری و خود آگاهی
۸۲	کاملاً در لحظه زیستن
۸۳	اعتماد به خود

۸۴		سخن با کارکرد کم
۸۵		چهار متغیر تجربه
۸۶		پذیرش به مثابه‌ی اساس اعتماد
۹۰		چرا سؤال مراجع را، تنها مراجع می‌تواند پاسخ دهد
۹۳		مربوط به فصل بعدی و منابع مطالعاتی

فصل چهارم:

جانش سه شرط اساسی

۹۷		از سه شرط اساسی (شرط ۳)
۹۸		از سه شرط اساسی (شرط ۴)
۹۹		از سه شرط اساسی (شرط ۵)
۱۰۰		اولین شرط از بین سه شرط اساسی برابر
۱۰۲		اصلت مساوی
۱۰۳		روشن‌های متفاوت
۱۰۴		اصلت و جانش (نیاز به سر سختی برای شناسایی)
۱۰۵		حضور با تمام وجودمان
۱۰۵		اهمیت حالس و انعطاف‌ناپذیری
۱۰۶		ارزش دادن به مراجع (عشق و عشق‌ناپذیر)
۱۰۶		قدرت پذیرش کامل
۱۰۸		نمونه‌ای از جانش تجربه پذیرش
۱۱۰		اوپن ارتباط پذیرش
۱۱۲		مبارزه با پذیرفته شدن
۱۱۳		تجربه‌ی مراجع از پذیرش به عنوان عدم پذیرش
۱۱۳		پذیرش به مثابه‌ی یک حالس
۱۱۴		تأثیرپذیرش بر وضعیت ارزیابی
۱۱۵		جانش با گرایش خود سرزنشی
۱۱۵		مسأله، کاری دشوار
۱۱۶		جایگاه ارزیابی مساوی
۱۱۷		صمیمی و با قاصه
۱۱۸		نخودی « انگار که » در همدلی

- ۱۱۹..... توجه و اجتناب از تغییر
- ۱۲۰..... آموختن دوست داشتن خود
- ۱۲۱..... مربوط به فصل بعدی و منابع مطالعاتی

فصل پنجم:

فرآیند تغییر شخصیت در مشاوره و زندگی

- ۱۲۵..... تغییر شخصیت و شخص با کارکرد کامل
- ۱۲۶..... یک بخش مشترک غیر اصیل
- ۱۲۶..... آینه سدر را غیر اصیل بودن
- ۱۲۹..... مدت مرحله فرآیند کامل شدن
- ۱۳۰..... اولین مرحله
- ۱۳۱..... پاسخ دادن در مرحله اول
- ۱۳۱..... گرفتار شدن در مرحله اول
- ۱۳۲..... پیروی از مرحله اول
- ۱۳۳..... دومین مرحله
- ۱۳۴..... پاسخ دادن به مرحله دوم
- ۱۳۴..... گرفتار شدن در مرحله دوم
- ۱۳۵..... پیروی از مرحله دوم
- ۱۳۵..... سومین مرحله
- ۱۳۶..... پاسخ دادن به مرحله سوم
- ۱۳۷..... گرفتار شدن در مرحله سوم
- ۱۳۷..... پیروی از مرحله سوم
- ۱۳۸..... چهارمین مرحله
- ۱۳۹..... پاسخ دادن به مرحله چهارم
- ۱۳۹..... گرفتار شدن در مرحله چهارم
- ۱۴۰..... پیروی از مرحله چهارم
- ۱۴۱..... پنجمین مرحله
- ۱۴۱..... پاسخ دادن به مرحله پنجم
- ۱۴۲..... گرفتار شدن در مرحله پنجم
- ۱۴۳..... پیروی از مرحله پنجم

۱۴۳		ششمین مرحله
۱۴۳		دستخ دادن به مرحله ششم
۱۴۴		گرفتار شدن در مرحله ششم
۱۴۴		نیروی از مرحله ششم
۱۴۵		هفتمین مرحله
۱۴۶		ن من به عنوان یک مشاور و یک شخص
۱۴۷		شخصی فقط مشاور نبودن
۱۴۷		خصوصیات مشاور
۱۴۹		مربوط به فصل بعدی و منابع مطالعاتی

فصل ششم:

ایجاد به منابعی درمان

۱۵۳		ماهیت اصلی حضور به عنوان ویرانی مشاور
۱۵۴		خصوصیت مکمل
۱۵۵		نقاوت حضور دانستن یا حضور درمانی
۱۵۶		برقراری ارتباط عمیق حضور
۱۵۶		عناصر مختلف حضور درمانی
۱۵۷		آماده شدن برای حضور قبل از ملاقات
۱۵۹		آماده شدن برای حضور در زندگی روزمره
۱۶۰		تمام وجود مراجع و مشاور
۱۶۱		نمونه ای از تجربیدی یک مراجع از حضور مشاور
۱۶۱		تمام وجود مراجع
۱۷۰		مشوریدی شخص محوری کوتاه مدت و بلند مدت
۱۷۱		خطرات برای مشاور
۱۷۳		هر مراجع سفر مخاطره آمیز جدیدی در برقراری ارتباط
۱۷۵		منابع مطالعاتی
۱۷۷		وارد نما
۱۷۸		موضوع نما

« بِسْمِ ا... الْمُسْتَغَانِ »

بسمه مترجمین :

یک قدم داد آدم اندر ذوق نفس
 شد فراق صدر جنت ، طوق نفس
 همچو دیو ، از من شست می گریخت
 مهر نانی چند ، آب چشم ریخت
 گویچه یک موبد گنه گنونا ، بود
 لیبت آن من ، در دو دیده رسته بود
 بود آدم دیده نور قدم
 موی در دیده رسیده عظیم
 گر در آن ، آدم بکردی مشورت
 در پیشیممائی نگفتی بعدرت
 زانکسکه با عقلی چو عقلی جفت شد
 مانع باد فعلی و بد گفت شد
 عقل ، بسا عقل دگر دو تا شود
 نور ، افزون گشت و ره پیدا شود^۱

۱- شرح جامع مثنوی معنوی - زمانی ، کریم - انتشارات اطلاعات - سال ۱۳۷۴ -
 دفتر دوم - ابیات ۱۵ به بعد.

انتخاب آغازین کلمات این مقدمه با ابیاتی از مولانا جلال الدین که به وجود اختیار و مسئولیت انسان در اعمال خویش، امکان تفسیر نگرش، شرافت و قدر و منزلت شخصیت انسان و ضرورت امر مشاوره پرداخته و نزدیکی این سخنان با تعلیمات «راجرز»^۱ بر این مبناست که تأکیدشود زیر بنای تفکر راجرز، اساساً مذهبی بوده و ریشه در مکاتب و نحله‌های فلسفی مشرق مینماید و خود نیز به این امر واقف و معترف بوده و صریحاً اظهار داشته است که: «به خوبی می‌دانم که طرز فکر و دیدگاهم عجیب است و تقریباً رنگ و بوی شرقی دارد»^۲.

راجرز هر شخص را معیار سرنوشت خویش دانسته و در کنار حرفه‌ای‌اش بر خودشناسی، خودآزمایی و مسئولیت شخصی مراجع تمرکز نموده است. نگاه راجرز به انسان‌ها خوش‌بینانه و مثبت و بر این اساس استوار بوده به انسان‌ها توانمند، با انگیزه و مسئولیت‌پذیر می‌باشند و تمایل به دست‌یافت و گرایش به رشد و شکوفایی دارند. به اعتقاد وی «انسان‌ها هم‌اکنون موجودی است که می‌تواند به گونه‌ای واقعی از موقعیت‌های گذشته و آینده خویش آگاه باشد، از این رو می‌تواند دست به انتخاب زده و به گونه‌ای قابل ملاحظه‌ای سرنوشت خویش را شکل دهد»^۳.

۱. Rogers

- ۲- تحلیل روان‌شناختی خودشکوفایی از دیدگاه مولانا و راجرز - شریعت باقری، محمد مهدی - عبدالملکی، سعید - سال ۱۳۸۷ - انتشارات دانژه - ص ۴۴.
- ۳- کارل رانسوم راجرز - همتی، فاطمه - طالقانی، نرگس - سال ۱۳۸۶ - انتشارات دانژه - صفحات ۵۴ و ۵۵.

نقش مشاور که با تمام وجود، مراجع را پذیرفته و با او ارتباط عمیق درمانی برقرار می‌کند، نقشی است که می‌تواند به مراجع در مسیر «بودن» به «شدن» کمک شایان توجهی نماید.

«راج کیس مور»^۱ از تربیت شدگان مکتب راجرز با سابقه‌ای طولانی در تجربه‌ی کار مشاوره‌ای، در کتاب حاضر ضمن نگارش فلسفه‌ی پدیدین مشاوره‌ی شخص محور، با ذکر محتوای تعدادی از جلسات مشاوره، هسته‌ی درمانی، ارتباط مراجع و مشاور، حضور درمانی و نکات مهم و کلیدی دیگر، فرآیند کار مشاوره را به نحو زیبایی عرضه کرده است و امید آن می‌رود که این اثر که اولین کتاب از مجموعه پنج جلدی کتاب‌های مختصر و مفید است، مورد توجه سرنگان عزیز قرار گرفته و به عنوان یکی از منابع دروس میانی راهنمایی و مشاوره، نظریه‌های راهنمایی و مشاوره، روش‌ها و فنون راهنمایی و مشاوره و همچنین واحد تمرین عملی راهنمایی و مشاوره برای دانشجویان عزیز رشته‌های مشاوره و روان‌شناسی مورد استفاده قرار گیرد. در خاتمه این مقدمه بر خود فرض می‌دانیم که از راهنمایی‌های ارزنده استاد ارجمند سرکار خانم دکتر شکوه‌السادات بنی‌جمالی مساعدت‌های بی‌دریغ استاد وارسته جناب آقای دکتر علی حسین سازمند در چاپ اثر و زحمات دانشجویان گرامی رشته مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، سرکار خانم‌ها نسرین کشاورز و فرزانه محمدی

به جهت پاکنویسی برخی از فصول بازخوانی و اصلاح اغلاط تایی تشکر و قدردانی نمایم. همچنین از استادان ارجمند، دانشجویان فهیم و کلیه خوانندگان عزیز، ضمن تشکر پیشاپیش، صمیمانه تقاضا داریم که با ارائه نظرات ارزشمند خود و ارسال آن به آدرس انتشارات دانژه، ما را قرین محبت خویش فرموده و خرسند و هوشیارمان فرمایند، چرا که به

سبیر ما با:

مشورت ادراک و هشیاری دهد

عمر را مَر، عقل ها یاری دهد^۱