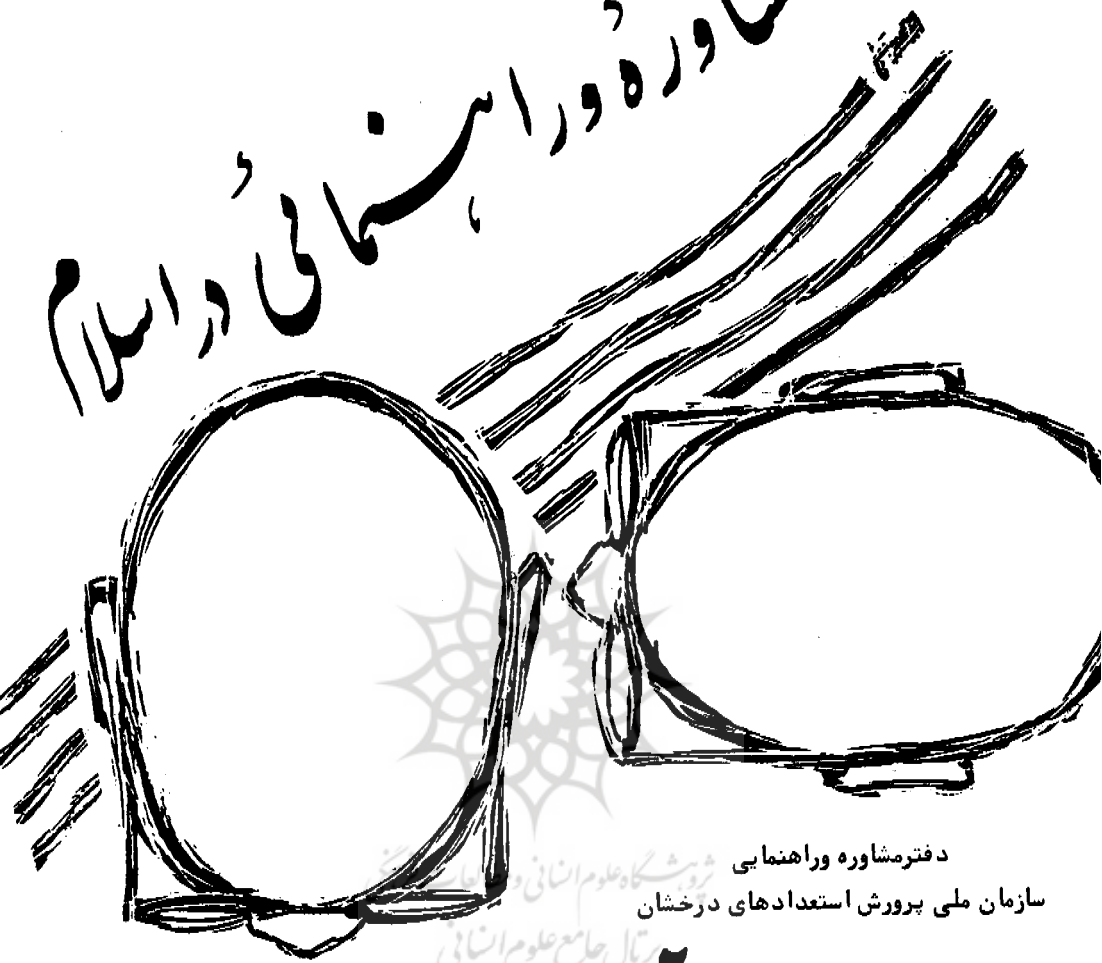


# مشاوره و راهنمایی در اسلام



دفتر مشاوره و راهنمایی  
سازمان ملی پرورش استعداد های درخشان

۲

بافت سازمان یافته و منسجم ، کلیه اجزاء و عناصر خویش را دربر می گیرد ، این جریان ، یک حرکت هدفدار است که مشاور با توجه به ویژگی های مستشیر ، خصائص لازمه وی را در امر مشاوره مورد تاءکید و تقویت قرار می دهد ، امکانات محیطی ، مکانی و نیز شرایط زمانی را برآورد نموده ، با بررسی موضوع و مورد مشاوره بر طبق اقتضاء روشهای مناسب را استعمال می کند . بنابراین عناصر مشاوره در یک ترکیب

## اصول مشاوره

پیش از بررسی روشهای مشاوره و راهنمایی و نیز مراحل آن ، شایسته است به اصول اساسی آن اشاره ای شود . این اصول بر مبنای عناصر و اجزای جریان مشاوره و سایر ویژگی های مربوط بدان ، پی ریزی شده اند .

۱- انسجام

امر مشاوره و راهنمایی به عنوان یک

توحیدی واقع شده اند که هر یک از آنها با دیگر اجزاء هماهنگ بوده، یکدیگر را تکمیل می کنند.

۲- اعتدال

اصل "اعتدال" به جنبه اختصاصی مشاوره و راهنمایی اشاره دارد، یعنی جریان مشاوره و راهنمایی برطبق قوانین تفاوت‌های فردی انجام می گیرد. برای هر فردی از افراد بشر، جریان مشاوره خاص وی وجود دارد که با دیگران متفاوت است.

اعتداف در اقدامات مشاوره ای به معنایی که ذکر شد، اقتضا می کند. که گاه ترکیب عناصر و یا نوع اجزاء و عوامل مربوطه مشاوره و راهنمایی را در گون سازیم. به عنوان مثال بر حسب ویژگی های مستشیر، موضوع و مورد، تغییر یابد و مسائلی بنیادین تر مورد بررسی قرار گیرند و یا به عوض یک فرد، از یک هیئت و گروه مشاور استفاده شود. افراد مشاور به اقتضاء و تناسب تغییر کنند، مدت زمان مشاوره تغییر یابد، و سرانجام روشهای گوناگون بطور طولی برای یک فرد مستشیر اعمال گردند.

بطور کلی اصل مزبور بیان می دارد که جریان مشاوره و راهنمایی بر مینا و محور "شخص مستشیر" تحقق می پذیرد و علاوه بر آن دارای یک سیر تدریجی و بطنی است.

### \_\_\_\_\_ مراحل مشاوره \_\_\_\_\_

امر مشاوره به عنوان یک جریان مستمر و پی گیر، دارای مراحل متعددی است که بطور کلی می توان آنها را در مراحل عمده زیر مورد بررسی قرار داد.

ایجاد ارتباط

توفیق در جریان مشاوره، بستگی تام به

ایجاد یک ارتباط عاطفی و مشاوره ای مستحکم دارد. عوامل متعدد و متفاوتی در حصول این امر تأثیر دارند که بدون لحاظ این عوامل، اساساً رابطه ای به وجود نخواهد آمد و بالطبع سایر مراحل یعنی تشخیص، هدایت و راهنمایی، مراقبت و پی گیری تحقق نخواهد یافت.

هر چه بیشتر فرد متصف به این خصایص و ویژگیها باشد، در تعامل محیطی و معاشرت و پیوندهای قوی، اجتماعی از هر نوع آن، موفق تر خواهد بود.

این ویژگیها در ایجاد پیوند، علاوه بر نقش تمهیدی و جذب، جنبه حفظ و تقویت نیز دارند. عوامل فراوان و متنوع ایجاد ارتباط را درش حیطه کلی می توان جمع بندی و تدوین کرد:

### یک- آمادگی ذهنی

اجتناب از هرگونه عامل ذهنی و درونی که زمینه های ایجاد رابطه را دچار خدش می سازد، آمادگی ذهنی است. عمده ترین اختلال ذهنی مؤثر در ایجاد پیوند، بدگمانی و سوء ظن نسبت به دیگران است. چنین حالت ذهنی علاوه بر پیشگیری از ایجاد ارتباط، موانع فراوان و پیچیده ای را در مسیر مزبور بوجود می آورد. در برخی موارد، "رجوع قلبی" (استفزاء از درون و دل خود) نشان از حب و بغض دیگران می دهد.

### دو- انگیزش

برخی از رفتارهای انگیزشی، بطور مستقیم یا غیر مستقیم در تشکیل پیوند و تقویت آن، تأثیر دارند. مهمترین رفتارهای انگیزشی دخیل، آداب پوشیدن لباس و آداب تغذیه و آشامیدن است.

وولع در آن خودداری ورزد و آن را ببرد یگران ایثار کند .

۱۱ - دست خود را جرب نکند و از ترک کردن نان و نمک اجتناب نماید .

۱۲ - در کسی که باوی مشغول صرف طعام است، ننگرد .

۱۳ - در لقمه هم سفره نظر نکند .

۱۴ - از پیش خود بخورد .

۱۵ - آنچه که از استخوان و غیر آن به دهان می برد، بر نان و سفره نگذارد .

۱۶ - اگر در لقمه، استخوان بود چنان از دهان بیفکند که کسی آگاه نشود .

۱۷ - به ارتکاب آنچه که از دیگری زشت و نکوهیده و نفرت انگیز می یابد، مبادرت نوزد .

۱۸ - غذای خود را چنان صرف کند که اگر کسی بخواهد از مابقی طعام او تناول کند، از آن متنفر نشود .

۱۹ - چیزی از دهان و لقمه در کاسه و برنان نیفکند .

۲۰ - پیش از دیگران دست از سفره برنگیرد بلکه اگر سیر شد درنگ نماید تا دیگران نیز فارغ شوند و اگر آنها دست از خوردن کشیدند او نیز دست بازگیرد، اگر چه گرسنه باشد، مگر در خانه خود و یا هنگامی که دیگران نباشند .

۲۱ - اگر در میان طعام به آب احتیاج داشت، در هنگام آشامیدن از دهان و حلق، سرو صدا خارج نسازد .

۲۲ - از خلل کردن دندانها به هر شکلی در میان جمع، خود داری نماید .

سه - معاشرت

انتخاب و گزینش دوست و معاشر نقش بسیار مهمی را در تشکیل رابطه با فرد ثالث و یا تقویت رابطه حاصل شده، ایفای می کند . به منظور گزینش

بهترین پوشاک آن است که شخص را از خداوند مشغول نسازد، بلکه وی را به ذکر و شکر و طاعت خداوند نزدیک کند . یعنی لباسی باشد که بر مذلت عبودیت و بندگی نفس در طاعات دلالت کند نه آنکه لباسی باشد که بر کبر، فخر، تفرعن، عجب، ریا و زینت طلبی دلالت ورزد . اینها عواملی هستند که عبودیت الهی بازمی دارند .

در طهارت و پاکی لباس ، چهار شرط وجود دارد :

اول : پاکی از نجاست

دوم : پاکی از جور و ستم و بی عدالتی

سوم : پاکی از حرمت

چهارم : پاکی از مفاخرت

ب - آداب خوراک

برای فردی که به خوراک و تغذیه مشغول می شود ، آدابی ذکر شده است :

۱ - نظافت دست و صورت را در هنگام شروع تغذیه رعایت کند .

۲ - مبادرت به خوردن طعام نکند، مگر آنکه میزبان حضور داشته باشد .

۳ - از آلوده ساختن دست و لباس اجتناب کند .

۴ - دهان خود را زیاد باز نکند .

۵ - لقمه بزرگ بر ندارد .

۶ - لقمه رازود فرو نبرد و بسیار نیز در دهان نگاه ندارد، بلکه اعتدال را رعایت نماید .

۷ - انگشت خود را نلیسد .

۸ - به رنگارنگی و الوان خوراک ها و اطعمه نظر نکند .

۹ - طعام را نبوید و نگزیند .

۱۰ - اگر بهترین طعام، کم باشد از برخوردی

بدعت ( دراموردینی ) ، بخیل ، ترسو و جیون ،  
و مانند آنها شایستگی مصاحبت را ندارند .

چهار - رفتار کلامی

حیطه بسیار مهم ایجاد ارتباط ، رفتار  
کلامی است ، به منظور اصلاح رفتار کلامی رعایت  
نکات زیر ضروری است :

۱- آداب سلام

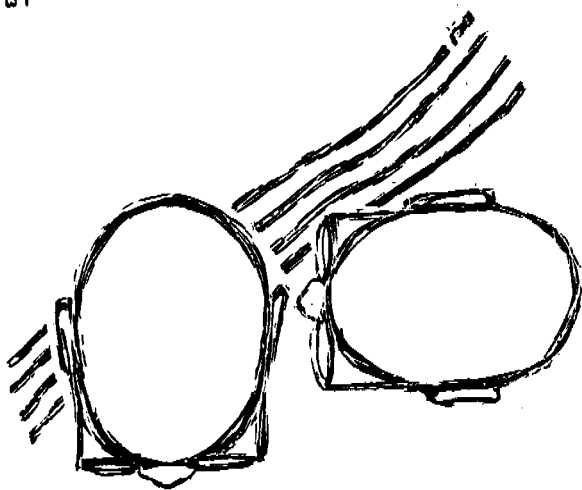
در هنگام آغاز مکالمه و گفتگو لازم است آن  
را به وسیله " سلام " انجام دهد . در سلام کردن  
افشای آن یعنی آشکاری از لحاظ صوت کافی  
برای ابلاغ ، ضروری است . علاوه بر آن آداب  
مزبور اقتضاء می کند که از جواب دادن کسی  
که بدون سلام ، مبادرت به کلام می نماید ،  
خودداری شود .

در سلام کردن ، کوچک بر بزرگ ، رونده بر  
نشسته ، افراد کم بر افراد کثیر ، سوار بر  
رونده ، تقدم نمایند . سلام کردن یکی و جواب  
دادن یکی از جماعت کفایت می کند .

۲- آداب کلی کلام

در رفتار کلامی رعایت برخی آداب صوری با  
اصلاح هر چه بیشتر آن یاری می کند .

شخص متکلم ، سخن خود را با ذکر " بسم اللہ  
الرحمن الرحیم ، آغاز نماید و در اثنای کلام ذکر  
استثناء ( الا ماشاء اللہ ) را فراموش نکند . در حین  
تکلم دیگران ، سخن نگوید ، از نجوا و سرگوشی  
سخن گفتن احتراز جوید ، چنانچه در ضمن تکلم  
عطسه نمود ، آداب عطسه نمودن یعنی ذکر  
" الحمد لله رب العالمین " را پس از عطسه  
رعایت کند ، در هنگام تکلم ، از حیث ظاهر صوت  
و آواز سخن ، حفظ آرامش کلامی و اعتدال را  
بنماید ( نه بلند و نه کوتاه ) ، همچنین از زیاد  
روی در تکلم و کثرت سخن ، خودداری ورزد .



دوستان اهل و باصلاح معاشرت ، ملاکهای ارائه  
شده است :

۱- عقل

دوست و مصاحب باید دارای عقل و خرد کافی  
بوده باشد ، بنابراین پرهیز از رفاقت با افراد  
جاهل ، ابله ، احمق و نیز اشخاص ناشناس ،  
مورد تأکید فراوان واقع شده است .

۲- صداقت

در انتخاب دوست باید به صداقت ، اخلاص ،  
وفاداری ، صفا و بی آلاشی وی توجه گردد ،  
بنابراین لازم است از فرد چاپلوس و منتملق  
دوری کرد .

۳- امانت

برای معاشر و مصاحب ، ویژگی امانت داری  
در امور و وفای به عهد در کلیه مراتب ضرورت  
دارد ، از این رو اشخاص کاذب ، دروغگو و امثال  
آن ، صلاحیت دوستی را نخواهند داشت .

۴- تقوی

دوست و رفیق باید واجد ویژگی تقوی ( پرهیز  
از محرّمات و معاصی ) باشد ، یعنی به بر ، خیر و  
سعادت وی توجه شود ، لذا افراد فاسق و فاجر  
( کسی که مبادرت به ارتکاب معاصی و محرّمات  
می کند ) ، قاطع رحم ( و عاق والدین ) ، اهل

خودداری و زبده‌نحوی که معانی را در الفاظ فدای حمله بندی و قافیه پردازی نماید تا کلام رازبیا نشان دهد و اظهار فضیلت کند و نیز بدون توجه به حقیقت و واقعیت در سخن گوئی، به ساخت و پرداخت کلمات بپردازد.

علاوه بر آن، از فحش، ناسزاگوئی و لعن اجتناب کند، از خواندن اشعار مشتمل بر خیالات و آراستگیهای باطل که به منظور دورسازی از حقایق و معارف است خودداری نماید، در شوخی و مزاح زیاده‌روی نکند، از تمسخر و استهزای دیگران که موجب تحقیر و اهانت است بپرهیزد، وعده دروغ ندهد، از قسم خوردن احتراز نماید، در سخن گفتن، غیبت نکند، از سخن چینی و نیمه اجتناب ورزد، دولسانین نباشد (یعنی کسی که بموافقت هریک از دو طرف که باهم مخالفند بمقیمی انعطافی سخن بگوید)، از مدح کردن در غیر موضع و محل خود، احتراز نماید، به سرزنش دیگران اقدام نکند و بطور کلی از خطاها و لغزشهای کلامی حتی الامکان پرهیز نماید، در این گونه موارد، سکوت بهتر از تکلم است.

۳- طیب کلام

اظهار دوستی و تولی نسبت به دیگران، مزاح و شوخی در حد موازین حق (که منجر به استهزاء نگردد)، رعایت کلامی که موجب خوشایندی و مسرت خاطر مخاطب گردد، آشکارسازی و برجسته ساختن نیکی‌ها و امور پسندیده و زیبایی که در شخص مخاطب وجود دارد، همگویی از مصادیق مهم "طیب کلام" هستند.

۴- امانت کلامی

شخص متکلم، از جنبه محتوایی کلام باید رعایت گفتار حق و صدق و راستی در حدیث و سخن را بنماید. در هنگام ضرورت برای دیگران به ادای شهادت بپردازد، از افشای اسرار و کلام دیگران خودداری کند، زبان را از آفات کلامی نگاهدارد، از کلام بیهوده و اموری که مورد نیاز و احتیاج نیست احتراز ورزد، از تعمق در امور باطل، معاصی و امور فسق آلود اجتناب نماید، از مرء و جدال و بحث بیهوده با دیگران بپرهیزد، در سخن های خویش، از گفتار خشم آلود و خشونت آمیز اجتناب کند، از تکلف و آلایش در ظاهر و صورت گفتار مثل کلام مسجع و تصنع

بقیه از صفحه ۷۷

۱ - Endler, Normans: Personality and behavioral disorder. 2nd. edition. 1984, vol. 2. MC. II, Book, page 349-351

۲- همان منبع، صفحه 350

3- Feindler, J. L.: Adolescent Anger Control Cognitive - Behavioral Techniques. 1986-Perigee press, page 19-50

۴- منبع ۳، صفحه 19-50

۵- منبع ۳، صفحه 19-50

6- Berquist, J. L.: The dynamics of aggression. 1970, Harper Pub. N.Y., page 24-30

1- Aggression : اصطلاحات

2- Instrumental Aggression

3- Reactive Aggression

4- Impulsive

5- Conduct Disorder - Aggressive Type

تحریک برانگیز با افراد مافوق ( والدین و اولیاء مدرسه) و...

این کودکان الگوهای رفتاری خود را می‌بایست به مدت ۶ ماه نشان دهند تا به روی آنها تشخیص فوق گذاشته شود.

مادر مقالات بعدی ان شاء... به شرایط استفاده از روشهای درمانی و تکنیکهای درمانی رفتاری - شناختی خواهیم پرداخت.

توأم باشد یا سبب پیدایش اضطراب گردد  
زودتر فراموش می شود و آنچه باخوشحالی  
شادمانی همراه است بهتر در خاطر می ماند  
عامل تشویق یا تقویت تاحدی در جریان  
یادآوری ناهیر ندارد. وقتی حفظ و یادگیری امر  
بارضایت خاطر و پاداش همراه شود مطلب  
آموختنی بیشتر در ذهن می ماند و بهتر بخاطر  
می آید.

نظر فرد و طرز برخورد او به امور مختلف در  
یادگیری و به خاطر آوردن آن ناهیر دارد  
وقتی فردی امری را با ارزش تلقی می کند آنرا  
بهتر می آموزد و به خاطر می سپارد، ولی اگر امر  
مورد یادگیری در نظر یادگیرنده مهم و با ارزش  
نباشد کمتر توجه او را جلب می کند و در نتیجه  
حفظ و یادآوری آن نیز بطور کامل صورت نمی  
گیرد. زمینه عاطفی مساعد مانند محرک فرد را به  
تلاش و کوشش وامی دارد و در جریان یادگیری  
و یادآوری نقش مؤثری بازی می کند.

می گیرند و بهتر به خاطر می آورند.  
تجربه نشان می دهد که سرعت یادگیری  
برای افرادی که مطالب بامعنی را فوراً فرا  
می گیرند، در مورد امور بی معنی و نامربوط کمتر  
است. در هر حال سرعت یادگیری مربوط به فهم  
و بصیرت و درک ارتباط میان اجزای امر آموختنی  
است. کسی که زودتر این ارتباط را درک کند  
و مطلب آموختنی را در طرح و زمینه ای قرار دهد،  
زودتر یاد می گیرد و بهتر به خاطر می آورد.  
عامل زمان خود بخود در این جریان مؤثر  
نیست، بنابراین نمی توان گفت آن که زودتر یاد  
می گیرد زودتر فراموش می کند و کسی که دیرتر  
می آموزد، دیرتر از یاد می برد. آنچه را باید  
در نظر گرفت، کیفیت یادگیری است.

## ۷- زمینه عاطفی :

در جریان یادگیری و حفظ، زمینه عاطفی  
نیز ناهیر دارد. معمولاً آنچه که با ناراحتی

می گردد.

ب : جزای عمل بد عذاب است  
(یعنی سیئه است) جزای عمل خوب نعمت  
است (یعنی حسنه)، باتوبه کردن، مجازات سوء  
مبدل می شود به بخشش و نعمت که حسنه است.  
ج : از انسان عمل نادرستی صادر می شود و به  
شقاوت و سوء درنیت مربوط نیست، بلکه به  
لحاظ جهل و بی خبری از موضوع است، مثل  
جریان دید موسی یک شبانی راه را. ظاهر  
رفتار و کلمات صادره کفر است و این سیئه است  
چون خدا از نیت سالم او باخبر است، سیئه او را به  
حسنة مبدل می کند. اینها احتمالاتی بود که  
در مورد تبدیل سیئه داده اند.

## بقیه از صفحه ۳۳

قبیح معلول نوعی آلودگی و شقاوت  
در ذات عامل است (بدنیتی) و چنین ذاتی  
محصولش عمل بد است. پس آنچه این جامه  
است منشاء صدور فعل است تا خود فعل!  
بنابراین کسی که توبه می کند در واقع سوء نیت  
و شقاوت ذات خود را اصلاح می کند و این شقاوت  
که سیئه است به حسن نیت که حسنه است تبدیل  
می شود (المیزان ج ۱۵ ص ۲۶۴).  
گفته شده است نیت مؤمن بهتر از عمل اوست و  
نیت کافر بدتر است از کردار او، زیرا علت و منشاء  
اصلی عمل همانا نیت است. از طرفی نیت همیشه  
همراه انسان است و جزو ذات او، ولی عمل، یک  
امر مقطعی است که گاهی صادر و گاهی تعطیل