

مشاوره و روانشناسی از منظر اسلام

محمدجواد حسن زاده^۱کارشناس ارشد روانشناسی، کارشناس ارشد سنجش و اندازه گیری (روانشنجی)، مدرس دانشگاه، پیام نور، شازند، ایران.^۱Email: hasanzadehmohammad@rocketmail.com^۱

چکیده:

در این مقاله ضمن ارائه تعاریفی از مشاوره و روان درمانی و مروری بر تاریخچه ی آنان سعی شده است که به بررسی مشاوره و مشورت، درمان جو و مراجع، جایگاه آن در دین مبین اسلام و مقایسه آن با دیدگاه علمی پرداخته شود؛ امروزه با توجه به مسائل و دشواری های عصر حاضر و نیز رشد تمدن انسانی نیاز به مشاور و روانشناس، برای کمک به حل این قبیل مشکلات ایجاد شده، در جامعه ی انسانی مطرح می شود. یکی از اهداف روانشناسی و مشاوره حل، هرچه صحیح تر و سریع تر این مسائل و مشکلات است، اما نحوه ی حل این مشکلات از دیدگاه نظریه پردازان مختلف متفاوت می باشد. مشاوره و مشورت از دیدگاه های مختلف مورد بررسی نظریه پردازان روانشناسی و مشاوره، قرار گرفته و نقش و جایگاه مشاوره، روان درمانگر و مراجع از نقطه نظر علمی در مقایسه با دیدگاه اسلامی؛ که برگرفته از قرآن، نهج البلاغه، نهج الفصاحه و دیگر آیات و روایات معصومین می باشد تا حدودی مشخص و بیان شود. امید است که با توجه به موضوع این مقاله به اهداف خواسته شده که همان ارتقاء هرچه بیشتر جایگاه مشاوره و روانشناسی اسلامی با توجه به ارزش و اعتبارات شده ی آن در زندگی افراد می باشد، دست یابیم.

کلمات کلیدی: مشاوره، اسلام، روانشناسی، مشورت، مراجع.

مقدمه

نیاز به مشاور با توجه به پیچیدگی های دنیای امروزی، امری اجتناب ناپذیر است و در زمینه های مختلف خانوادگی، تحصیلی، شغلی و توان بخشی صورت می گیرد. انسانها در طول تاریخ به مرور زمان در زندگی خویش دریافته اند برای بهبود زندگی خود همواره نیاز به مشاور وجود دارد. زیرا با کمک و همیاری مشاوران در زمینه های مختلف نه تنها سرعت کارها بالا می رود بلکه صحت و دقت آنان نیز بالا خواهد رفت.

و در این پیچیدگی های روزانه زندگی بشر، در عصر حاضر نقش مهارت های ارتباطی به همراه خلاقیت و گفتگو در زندگی به اثبات رسیده است. مسائل و رویدادهایی از قبیل بی تفاوتی، تبعیض، بی احترامی و رفتار های تحقیر آمیز که سازگاری و در کل بهداشت روان افراد را به خطر می اندازد رو به افزایش است. بسیاری از این رفتارها ممکن است عمدی نباشند، اما آنچه مسلم است؛ افراد زیادی طالب سازگار شدن با این قبیل مسائل و مشکلات هستند؛ ولی اصول بهداشت و سلامت روان را نمی دانند، بنابراین نیاز به مشاور همواره وجود دارد.

با توجه به اینکه مشاوره رابطه ای یاورانه است در کمک به افراد، شکوفایی استعداد های گوناگون و رشد افراد لازم است. اهمیت و ضرورت مشاوره برای انسانها آنقدر زیاد است که دین مبین اسلام در قرآن و ائمه ی اطهار (ع) در احادیث و روایات به آن اشاره نموده اند و توجه خاصی به امر مشورت و ضرورت آن صورت گرفته است. بحث از مشاوره در اسلام به منزله اعتراف به وجود نظریه ی مکتب روانشناسی در کنار ویا در مقابل دیگر مکاتب روانشناسی است.

هرگونه تعریف و توصیف از مشاوره با توجه به مکتبی که در آن شکل گرفته است، متناسب و هماهنگ است. و به عبارت ساده تر، هر تعریفی از مشاوره تابعی است از مجموع اصول و یا پیش فرض هایی که در شکل گیری مکتبی خاص نقش داشته اند. این مطلب در مورد مشاوره از دیدگاه اسلام نیز صادق است؛ لذا؛ پس از آن، با استفاده از منابع اصیل، معنا و مفهوم مشاوره را از دیدگاه اسلامی مورد بحث قرار داده شده است. و بالاخره اصول نظری این دو نظام فکری را در مسئله ی مشاوره بایکدیگر مقایسه و بحث شده است.

تعریف لغوی مشاوره:

مشاوره [م و و] در تداول فارسی زبانان کنکاش کننده (آندراج). (ناظم الاطباء)، رأی زننده، کسی که طرف مشورت قرار می گیرد. ولی تلفظ صحیح آن مشاور به فتح (واو) و (راء) است واژه ای عربی است از ریشه ی شار، بشیر به معنای بیرون آوردن و آراستن و رأی زدن است.

مشاور فردی است که بالاترین صلاحیت را از نظر علمی، حرفه ای و اخلاقی در کار خود داشته باشد. در مجموع سه بار کلمات هم خانواده ی آن ذکر شده است و به معنای توافق و هم رأی، اهتمام به جلب نظر و رأی مردم در مسائل حکومتی بوده است (دهخدا، لغت نامه: ص ۱۸۵۲۷).

مفهوم شورا از دیدگاه نظریه پردازان اسلامی مفهوم شورا با توجه به ریشه ی شور روشن می شود، برای این ماده مفاهیم گوناگونی ذکر شده است

راغب اصفهانی میگوید غسل را شور کردم، هنگامی که آن را از جایگاهش گرفته و از آن خارج میکنی.

این جمله این مفهوم را می رساند که؛ به اعانه و کمک اشاره می کند. یا در جای دیگر میگوید مرا به غسل اشاره کن؛ یعنی مرا به یافتن آن کمک کن و یا یاری ام بده .

معانی دیگر شورا عبارتند از: عرضه کردن، آزمودن، نیکو شدن، پنهان شدن است (قاضی، ۱۳۸۴: ص ۳). فخرالدین طریحی می نویسد: هنگامی که گفته میشود (شاوَرْتَه فی الامر و استشرته) به معنای آن است که مراجعه کردم به او تا نظر او را در آن مسئله ببینم. و جمله ی (اشار علی بكذا) به معنی این است که، آنچه به نظر او مصلحت بود به من نمایاند.

راغب اصفهانی نیز گفته: شاور، مشاور و مشورت به معنای استخراج آراست به این شکل که بعضی به بعضی دیگر مراجعه می کنند. شورا به وسیله ی رجوع به دیگران ، فهم مکنون و اندیشه ی دیگران و یاری جستن از آنها در امور همراه است؛ از این رو ریشه ی لغوی شورا که به معنای استخراج ، اعانه و کمک بود در مفهوم اصطلاحی مشورت نهاده شده است.

مفهوم اصطلاحی شورا به شکل زیر نیز بکار رفته است

شوری عبارت است از اصطکاک فکرها، جرقه ی مغزها و تکامل است (حسینی بیرجندی، ۴۸۳۱: ص ۹۲۱). در قرآن یک سوره تحت عنوان شوری آمده است، در آیاتی نیز مساله مشاوره مطرح و به انجام دادن آن دستور داده شده است.

استفاده از آرا و نظریات دیگران به منظور پی بردن به نظریات آنان و یاری جستن از آن نظریات در دستیابی هر چه بهتر و بیشتر به حقیقت، رفع شک و تردید و یا تشریح مساعی جمعی در مواردی که استفاده از نظریات جمع به نحو مطلوب وجود دارد بسیار سودمند است (قاضی، ۱۳۸۴: ص ۴).

مفهوم شورا گاهی اوقات در مواردی استعمال می شود که صرفاً تشخیص تشخیص حقیقت مورد توجه است، و در بعضی از موارد شورا تنها برای کشف حقیقت نیست، بلکه به واسطه ی آن امور دیگری چون حقوق افراد مورد مشورت مراعات می شود.

شورا گاهی استتکافی و طریقی است و گاهی اوقات موضوعی است؛ یعنی گاهی اوقات امر به مشورت از طریقت به کشف حقیقت را دارد و جز این چیز دیگری در امر مشورت مورد نظر نبوده است .

ول ذا اصل تبعیت از این امر و حد آن زمانی که حقیقت مورد نظربه دست نیامده است وجود دارد و زمانی امر به شورا موضوعیت دارد؛ گرچه حقیقت نیز قبلاً روشن و شروشن باشد و حتی در اثر مشورت و یا عمل به آن به مسیر نا صواب کشیده شود. شورا در تصمیم گیری های فردی استفاده از آرای دیگران در جهت دستیابی بیشتر و بهتر به حقیقت هدف و مسیری دیگر طی میکند (قاضی، ۱۳۸۴: ص ۵).

اما در امور متعلق به اجتماع، شورا می تواند جدای از طریقت، در جهت کشف حقیقت از موضوعیت نیز برخوردار باشد. در آیه ی (امرهم شوری بینهم) مشورت کننده و مشورت شونده از هم تفکیک نشده اند و همه ی مسلمانان در امور خویش مشورت کننده و مشورت شونده هستند. و در آیات مختلف تعابیری چون شاور، استشیر و مانند آن وجود دارد؛ که طی آن مشورت کننده از مشورت شونده، تفکیک شده است (قاضی، ۱۳۸۴: ص ۶).

مشاوره از دیدگاه علمی

مشاوره نوعی از روان درمانی، از گونه ی حمایتی یا باز پروری است؛ که برای کمک به حل مشکلات شغلی، مدرسه ای، زناشویی افراد و نیز برای حل مشکلات دیگری که در ردیف بیماری های روانی قرار نمی گیرند بکار میرود.

روان درمانی نیز شکلی از درمان مسائل و مشکلات است که ماهیت عاطفی دارند و در آن یک فرد متخصص یک رابطه ی تخصصی و حرفه ای با مراجع برقرار می کند و هدفش آن است که علائم و نشانه های موجود را برطرف و یا تغییر دهد و موجبات رشد و تکامل مثبت شخصیت را فراهم کند (شفیع آبادی، ۱۳۸۱: ص ۶۱).

نوعی وابستگی و رابطه بین دو فرد که یکی قصد دارد دیگری را در حل مشکلات خود در زمینه ی خود شناسی، شغلی و آموزشی کمک کند وجود دارد و این نوع کمک نیز معمولاً از طریق مصاحبه های شخصی و بعد از گردآوری اطلاعات و حقایق مربوط به آن شخص و مطالعه و بازنگری اطلاعات به دست آمده انجام می گیرد. شخصی را که به آن مشاور میگویند دیگران را در حل مسائل و مشکلات اجتماعی، تربیتی، آموزشی و شغلی کمک می کند. در اصطلاح کلی مشاوره برای فرایند های مختلف نظیر مصاحبه کردن، اجرای آزمون ها، راهنمایی و... به منظور کمک به افراد ویاری دادن به آنها جهت حل مشکلاتشان و برنامه ریزی برای آینده خود به کار می رود. اکثراً اصطلاح مشاوره برای فردی بکار میرود که در زمینه های گوناگون همچون شناخت و حل مشکلات زناشویی، کمک به افراد در رابطه با سوء استفاده از دارو و رهایی آنان از وابستگی به انواع اعتیادها و داروها، وگزینش شغلی و نظایر آن فعالیت می کند (ساعتچی، ۱۳۸۵: صص ۴۵-۴۶).

مشاوره به معنی هم فکری و رأی دیگران را در انجام کاری خواستن نیز بسیار متداول است. مشاوره یک فرایند تسهیل کننده، همکاری و تشریح مساعی است، این فرایند شامل حمایت و توانمند سازی افراد در تعیین مسیر خویش برای رشد شخصی و سلامت میباشد.

بطور کلی مشاوره رابطه ای تخصصی میان مشاور و مراجع است که بدان وسیله به مراجع کمک می شود تا پس از شناخت خویش تصمیمات معقول و مقبولی اتخاذ کند. به عبارت دیگر، مشاوره فرایند بحث و بررسی زمینه ی رشد و یا مشکلات و مسائلی است که مراجع با آن مواجه است و علاقمند به طرح آن می باشد. در تعاریف متعدد از مشاوره چندین عنصر مشترک وجود دارد.

۱- وجود حداقل دو نفر به صورت رو در رو ضروریست، که یکی مشاور و دیگری مراجع است. مراجع فردی است که در زمینه یا زمینه هایی برای تصمیم گیری، مواجهه با مشکل یا مشکلات نیازمند کمک می باشد و مشاور فرد متخصصی است که توان و صلاحیت علمی در کمک به دیگران در حل مشکلات یا تصمیم گیری های رشدی را دارد.

۲- هدف مشاوره رشد و کمک به افراد است. البته در کمک تهدید و اجبار وجود ندارد. از این رو، مشاوران تلاش میکنند تا مراجعان را برای مواجهه ی منطقی با مسائلشان ترغیب کنند.

۳- فرایند مشاوره یک جریان یادگیری است که معمولاً منجر به رشد و تغییر می شود (فولادی، ۱۳۸۷: صص ۲۴-۲۵).

۴- ایجاد رابطه ی حسنه نقش بسیار زیادی در مشاوره دارد به شکلی که آن را قلب مشاوره و مهمترین رکن در مشاوره می دانند که اگر این رابطه ی حسنه در مشاوره صورت نگیرد دیگر فنون مشاوره به سختی میتوانند تأثیر گذار باشند و تلاش برای ایجاد آن از اهداف اولیه ی مشاوران در فرایند مشاوره است (شفیع آبادی، ۱۳۸۷: ص ۴۸).

با توجه به ویژگی های ذکر شده در بالا، هر نوع فعالیتی که فاقد این ویژگی ها باشد را نمی توان لفظ مشاوره بر آن اطلاق نمود.

تاریخچه ی مشاوره

برای شروع اولیه ی مشاوره هیچ دلیلی در دست نیست؛ اما شواهد بسیاری وجود دارد مبنی بر اینکه اشخاص طی اعصار گذشته به دنبال رایزنی و مشاوره با اشخاصی بوده اند که با دانش، بصیرت و یا تجربه برتری آنان اعتقاد داشته اند. شاید همزادان مشاوران امروز روسای قبایل و پیرمردان جوامع قبیله ای باستان باشند که جوانان برای نظر خواهی و راهنمایی به آنان مراجعه می کردند و یا ارجاع داده می شدند، در این قبیل جوامع بدوی افراد به هم وابسته بودند و نیاز به مشورت در بین آنان ضروری بود. در تمدن های اولیه فلاسفه، شیوخ و یا سایر نمایندگان خدایان و مذاهب نقش رایزنی و مشاوره را بر عهده داشته اند.

از مشاوران یونان قدیم افلاطون بیش از هر شخص دیگری به عنوان یکی از اولین کسانی شناخته می شود که بینشهای روانشناختی را به صورت نظریه ی منظم سازماندهی کرده است (گیبسون و میشل ۱۳۸۲: ص ۱۸).

دومین مشاور تمدن های اولیه ارسطو شاگرد افلاطون بود که یکی از خدمات مهم او مطالعه مردم در رابطه با محیط و با درگران بود. در قرون وسطی تلاش های معطوف به مشاوره به طور فزاینده ای تحت کنترل کلیسا در آمد و به مرور زمان روانشناسی و مشاوره رشد پیدا کرد (همان: ص ۱۹).

اگر پزشکی ریشه ی تاریخی خود را در جادوگری، طلسم و اوراد مذهبی جستجو می کند مشاوره نیز می تواند ریشه های تاریخی خود را در ادیان، فلسفه و ادبیات بیابد.

در آموزه های زرتشت کتاب یسنا آمده است؛ هرکسی را برای انتخاب راه خود آزاد گذاشت تا در پیشامدها برای علاج خویش تدبیر کند.

تورات از مشاورانی نام میبرد که پادشاهان ایرانی جهت رایزنی همیشه آنان را در کنار خود داشتند و در امر کشورداری و چگونگی روابط با بیگانگان از آنان نظر می خواستند و از خرد و تجربه ی آنان استفاده می کردند. قرآن کریم به صراحت به پیامبر اکرم سفارش می کند که در امور کشورداری و جنگ ها با صحابه ی خود رایزنی کن.

آیه ی مبارک «و شاورهم فی الامر» زینت بخش مجالس بسیاری از کشورهای اسلامی است؛ که در قرآن به صراحت به ما می آموزد که راه منحصر تعالی و شکوفایی انسانها گام نهادن در راه رشد و اجتناب کردن از گمراهی است. خداوند در سوره ی فتح آیه ی ۲۹ خطاب به پیامبر خود می فرماید: تو و گروندگان همانگونه که در انجیل یادآور شدیم، لازم است مانند دانه ای که زیر زمین می روید و خود را به نور می رساند، خود را رشد دهید و شکوفا سازید، نگذارید تاریکی ها و خرافات و اقمار منسوخ گذشگان دانه ی پاک وجود شما را زیر خاک بدن مدفون سازد (قاضی، ۴۸۳۱: ص ۹۸).

نقش دین در گسترش مشاوره

اهمیت معنویت و رشد معنوی در انسان در چند دهه ی گذشته به صورت رو به گسترشی مورد توجه روانشناسان و متخصصان بهداشت روان قرار گرفته است.

پیشرفت روانشناسی از یک سو و ماهیت پویا و پیچیده ی جوامع امروزی از سوی دیگر باعث شده است که نیازهای معنوی بشر در برابر خواسته ها و نیازهای مادی قد علم کنند و اهمیت بیشتری بیابند و اینگونه به نظرمی رسد که

مردم امروزی بیش از گذشته به معنویات و مسائل معنوی گرایش دارند و روانشناسان و روان‌پزشکان نیز بطور روز افزون در می‌یابند که استفاده از روش‌های سنتی و ساده برای درمان اختلالات روانی کافی نیست. هم درمانگران و هم مراجعان مانند سایر افراد جامعه تجربه معنوی دارند و در فرآیند درمان نیز به خودی خود میتواند آشکارا بعد معنوی داشته باشد؛ در واقع می‌توان درمان را نوعی فرآیند معنوی قلمداد کرد (وست، ۱۳۸۷، ص: ۱۴).

راهنمایی و مشاوره به مفهوم عام با خلقت انسان همزمان است خداوند متعال پس آفرینش انسان، از طریق بعثت پیامبران و امامان بشر را در جهت نیل به کمال و سعادت در دنیا و آخرت راهنمایی کرد لذا به طور اعم را هنمایی و مشاوره برای اولین بار در دین و مذهب اعمال گردید و پیامبران اولین راهنمایان بشر به شمار می‌آیند بنابراین با توجه به آنچه که گفته شد راهنمایی و مشاوره در ابتدا به صورت تبادل نظر و مشورت با افراد دیگر صورت می‌گرفت؛ یعنی مشکلی برای فرد یا افرادی به وجود می‌آمد و با دیگران همچون ریش سفیدان محل، بزرگان خانواده و افرادی که مورد قبول بودند مشورت می‌کرد (انتصار فومنی، ۱۳۸۳، ص: ۴).

بنابراین کشاکشی که دائماً بین نیروهای خیر و شر وجود دارد اغلب مورد توجه ادیان است مشاور باید جوانان را کمک کرده تا در این میان به پرورش اخلاقی برسند. همه ادیان به ویژه دین مبین اسلام هدف غایی رسالت خود را تعالی بخشیدن و تشکیل صفات پسندیده‌ی اخلاقی برای ایجاد هر چه بهتر و وسیع‌تر ارتباط‌های سازنده‌ی افراد انسانی دانسته‌اند و این گفته‌ی حضرت محمد (ص) که «بعثت لاتمم مکارم الاخلاق» ناظر بر همین معنای مهم است (قاضی، ۱۳۸۳، صص ۱۰-۱۱).

تعاریف مشاوره از دیدگاه‌های مختلف

مشاوره را صاحب نظران مختلف به طرق گوناگونی تعریف کرده‌اند که در اینجا به مختصری از این تعاریف اشاره می‌شود

۱. کرومبولتز (۵۶۹۱): مشاوره از تمامی فعالیت‌های اخلاقی تشکیل یافته است که در آن مشاور تعهد و تلاش می‌کند تا به مراجع کمک کند تا به آن دسته از رفتارهایی بپردازد که بتواند به حل مشکلات و مسائل او منجر شود (جورج و کریستانی، ۱۳۸۶، ص: ۰۱).
۲. بورکس و استفلر مشاوره را رابطه حرفه‌ای که بین یک مشاور آموزش دیده و یک مراجع است دلالت می‌کند که در این رابطه بین دو نفر، که گرچه بعضی مواقع با بیش از دو نفر نیز صورت می‌گیرد؛ این رابطه برای کمک کردن به مراجعان جهت درک و روشن کردن نظریات آنها در مورد محیط زندگی خود و یا دادن راه رسیدن به اهداف انتخاب شده‌ی فردی از طریق انتخاب راه‌های سنجیده، با معنای فردی و حل مشکلات هیجانی میان فردی برگزار می‌شود.
۳. پارسونز: مشاوره دادن پندواندرز و نصیحت نیست و پاسخ دادن به پرسش‌ها را نیز انجام نمی‌دهد بلکه در حقیقت اصول آن بر رابطه حسنه انسانی مبتنی است.
۴. مشاوره رابطه‌ای تخصصی است که به طیب خاطر بین دو فرد ایجاد می‌شود؛ یعنی مراجع و درمانگر (اردبیلی، ۱۳۷۲، صص ۳۹۰-۳۹۱).

۵. پاترسون: بین فنون مشاوره و روان درمانی تفاوت مهمی وجود ندارد و هدف نهایی هر دو نهایتاً تأمین رشد و افزایش کارایی است و نیز بهبود تعامل فردی با دیگران است (نوابی نژاد، ۱۳۸۳: ص ۱۹).
۶. برام و شوستروم نیز ذکر میکنند که در مشاوره به اصلاح و رفع مشکلات تربیتی، حرفه ای، خانوادگی و سازگاری فرد عادی در زمان نسبتاً کوتاهی اقدام می شود، در حالیکه در روان درمانی به حل مشکلات حاد و مدت طولانی تر مبادرت می شود و در حالت کلی نمی توان مشاوره و روان درمانی را متمایز کرد.
۷. تایلر مشاوره کارکردن با افراد عادی می داند که هویت و شناخت روشن و صحیحی از خود ندارند و مشکلات آنان بیشتر ماهیت تربیتی دارد، در حالیکه روان درمانی کارکردن با افرادیست که مشکلات عمیق شخصیتی دارند (نوابی نژاد ۱۳۸۳: ص ۲۰).
۸. در تعریفی دیگر از ویلیامسون، مشاوره فرایندی آموزشی است که به رشد شخصیت فرد می انجامد.
۹. به نظر شرتز و استون مشاوره فرایند یادگیری است که بدان وسیله مراجع مطالبی را درباره ی خود و مناسباتش یاد می گیرد (شفیع آبادی، ۱۳۹۰: ص ۱۹).
۱۰. به نظر رن و نلسون جونز مشاوره رابطه ای هدفدار و پویاست که مراجع را در خود شناسی و تصمیم گیری مناسب و برآورد نیازهایش یاری می دهد.
۱۱. به نظر پاترسون مشاوره جریانی است که در آن وجود ارتباط خاص بین مراجع و مشاور ضرورت دارد. مراجع معمولاً معمولاً با مسئله و مشکل عاطفی مواجه است و مشاور در ارائه ی راه حل برای مشکلات عاطفی تخصص دارد مشاور از طریق برقراری رابطه ی مشاوره ای به مراجع کمک می کند تا راه حلی برای مشکلش پیدا کند .
۱۲. پاترسون مشاوره را یکی از خدمات راهنمایی می شمارد و ارائه ی اطلاعات صرف و پند دادن و تلقین عقاید را مشاوره به حساب نمی آورد. زیرا در این موارد ارتباط مشاوره ای که لازمه ی درمان است وجود ندارد و مشاور صرفاً افکار و عقایدش را به دیگری بیان میکند.
۱۳. به نظر آرباکل مشاوره فرایندی تخصصی بین مشاور و مراجع است که از طریق آن مراجع با کمک مشاور به بررسی و تحلیل مشکلش اقدام میکند بر نکات ناشناخته ی شخصیت خود آگاهی می یابد بر اثر تعامل و رابطه ی مشاوره ای با مشاور به جستجوی راه حل برای مشکلاتش می پردازد. (شفیع آبادی ۱۳۹۰: ص ۱۸)
۱۴. به عقیده ی دینک مایر مشاوره جریان فعال و پویایی بین مراجع و مشاور است که از طریق آن مراجع نحوه ی برقراری ارتباط با دیگران را می آموزد، شیوه ی معقول برای ارضای نیاز هایش را یاد می گیرد احساسات ناشناخته اش را می شناسد اطلاعات وسیع و عمیقی درباره ی خویش به دست می آورد و پس از شناخت اهداف زندگی چگونگی رسیدن به آنها را معین می سازد بر اساس این دیدگاه اعتقادات و نگرش ها و رفتار و در نهایت شیوه ی زندگی فرد از طریق مشاوره دگرگون می شود.

۱۵. به نظر پینسکی از طریق مشاوره مشکلات کنشی نسبتاً سطحی مراجع که خود در اثر یادگیری پدید آمده اند درمان می شود. به اعتقاد رابینسون از طریق مشاوره سازش مشاوره با خود و دیگران و نیز مسئولیت پذیری و بلوغ عاطفی وی افزایش می یابد. استفلا و گرانت مشاوره را رابطه ای یاری دهنده میدانند که مراجع پس از شناخت خصوصیات خویش در نهایت تصمیم گیری معقول و مناسب را یاد میگیرد.

۱۶. هکنی ونای مشاوره را فرایندی تخصصی قلمداد میکنند که مراجع از طریق ارتباط با مشاور به حل مشکلش موفق می شود.

۱۷. گوستاد مشاوره را رابطه ای آموزشی بین مشاور و مراجع قلمداد میکند که در آن بر یادگیری تاکیدی شود؛ در این تعریف مشاور می کوشد تا با بهره گیری از صلاحیت های علمی و تجارب شغلی خود مراجع را در شناخت امکانات و کسب بینش بیشتر در جهت حل مشکلات یاری دهد.

۱۸. به نظر مک دانیل مشاوره یک سلسله تماس های حضوری بین مشاور و مراجع است که از این رهگذر مراجع به تفکر درباره ی نگرش ها و طرح ها و امکاناتش تشویق می شود و روش های موثر سازگاری با خود و دیگران را یاد می گیرد. در این دیدگاه احترام به مراجع و تشویق او و کسب بینش جدید به منظور تغییر رفتار وی نقش بسزایی دارد.

به عقیده ی ترکسلر در مشاوره نباید صرفاً حل مشکلات آنی مراجع مد نظر باشد بلکه نقش اصلی و اساسی مشاوره ایجاد و توسعه ی اعتماد به نفس و استقلال و افزایش قدرت مبارزه با مشکلات و گسترش رشد فکری مراجع است. با بررسی تعاریف فوق می توان نتیجه گرفت که مشاوره به عنوان یک فعالیت تخصصی به تجزیه و تحلیل مشکل و یافتن راه حل های مناسب مبادرت می شود. چگونگی تصمیم گیری را می آموزد و سرانجام راه حلی را برای مشکلش پیدا میکند. مشکل مراجع ممکن است در زمینه های عاطفی، اجتماعی، ذهنی، اخلاقی، خانوادگی، تحصیلی و یا شغلی باشد. مشاور باید محیطی مملو از درک، همدلی و تفاهم به وجود آورد تا مراجع احساس آرامش و امنیت کند و مسائل خود را صادقانه مطرح سازد. از این رو در مشاوره اولاً ولاً برقراری تعامل و رابطه ی مداوم و همدار بین مراجع و مشاور ضروری است، ثانیاً ثانیاً هدف غائی، اتخاذ تصمیمی معقول و منطقی است که با نیازها، امکانات شخصی و اجتماعی مراجع سازگار باشد (شفیع آبادی، ۱۳۹۰، ص: ۲۰).

ضرورت راهنمایی و مشاوره

تحول جامعه از حالت ساده و ابتدایی به وضعی پیچیده و بغرنج مشکلاتی را برای انسان به وجود آورده است که پیشگیری و حل آن لزوم بهره گیری از راهنمایی و مشاوره را ضرورت می بخشد. در جوامع اولیه بر اثر ساده بودن زندگی، روابط افراد با یکدیگر نزدیک و صمیمی بود و مشکلات آنان اغلب به صورت کدخدا منشی توسط نزدیکان و وابستگان حل می شد. با گسترش جامعه، روابط افراد پیچیده تر گردید و لزوم راهنمایی و مشاوره به صورت جدی تر مطرح می شود. هر قدر جامعه گسترده تر و روابط افراد پیچیده تر باشد نیاز به ارائه ی خدمات راهنمایی بیشتر احساس می گردد. پیدایش مشاغل متنوع و متعدد نیاز به تخصص در انجام کارها راهنمایی شغلی

را ضروری ساخته است. با وقوع انقلاب صنعتی و تبدیل تدریجی کارهای دستی به فعالیت پیچیده ماشینی، کشاورزی سنتی و انجام کارها با دست نمی‌توانست پاسخگوی نیازهای روز افزون افراد باشد. از این رو مشاغل ساده و ابتدایی به کار در کارخانجات و موسسات صنعتی تبدیل گردید و تخصص و تقسیم کار مطرح شد. با تنوع و تعدد رشته‌های تحصیلی و شغلی امکان انتخاب صحیح و مناسب برای دانش‌آموزان به سادگی میسر نیست و در این زمینه به متخصصان راهنمایی تحصیلی و شغلی نیاز شدیدی احساس می‌شود (شفیع آبادی، ۱۳۹۰: ص ۲۱).

از جمله مشکلات گوناگونی دیگری که تکنولوژی برای انسان بوجود آورده است بروز بیماری‌ها و ناراحتی‌های روحی و روانی و تضعیف روابط و ارزشهای انسانی است. انسان برای بدست آوردن راحتی و تسهیلات، بسیاری از ارزش‌های خود را از دست داده است و خلاقیت و آزادی خود را تا حد زیادی وقف ماشین ساخته است. انسان قرن حاضر با پذیرش ماشین‌های غول‌پیکر، در برابر آن و مشکلات تبعی آن تسلیم گردیده و به دستگاه‌ها اجازه داده است که در موارد بسیار برای او و بجای او تصمیم بگیرند و آینده‌ی او را تعیین کنند.

انسان که اشرف مخلوقات است اکنون در برابر این ماشین‌های عظیم سر تسلیم فرود آورده است و از ماشین می‌خواهد برایش تصمیم بگیرد. و به گفته‌ی می: انسان‌ها بقدری سرگرم و شیفته‌ی ماشین شده‌اند که هویت انسانی خود را به تدریج فراموش می‌کنند و رابطه‌ی خود را با خویشستن و دیگران از دست می‌دهند.

تکنولوژی می‌تواند موجبات خوشبختی انسان را فراهم کند به شرط آنکه به عنوان وسیله‌ای برای تأمین نیازها مورد استفاده قرار گیرد. اگر انسان بتواند بر ماشین بی‌جان مسلط شود قادر خواهد بود با توجه به نیازها، آرزوها و ارزشها مسیر خود را مشخص سازد؛ در غیر این صورت مشکلات متعددی برای خود و اطرافیان به وجود می‌آورد، بنابراین این ضرورت مشاور برای یاری کردن به افراد برای غلبه بر این احساس پوچی و بی‌ارزشی، احساس تنهایی و اشتغال به کارهای یکنواخت را می‌رساند (شفیع آبادی، ۱۳۸۷: صص ۵-۶).

احمد صافی در کتاب مشاوره همتایان به زیبایی در شعری دلنشین به اهمیت و ضرورت مشاوره، اشاره می‌کند:

هرجا بلبلی به باغ نیاید قیامتی	در گلشن مشاوره سازد اقامتی
هرکس که بی مشاوره دستی زند به کار	سودی اگر بردنبود جز غرامتی
خواهی اگر به عالم توفیق ره بری	در چهره مشاور بنما عنایتی
تنها به مشاور تو مکن تکیه در حیات	شرط دگر بود که کنی استقامتی
در وهله‌ی بدایت و در آغاز هر مهم	تا رایزنی مشاوره که تا نهایتی
ساقی بیا که جان مشاور به لب رسید	از جام مشورت بچشان سقایتی

(صافی، ۱۳۸۳: ص ۶۸)

شخصیت انسان

شخصیت انسان به شیوه‌های مختلفی تعریف شده است و آلپورت در این باره به جمع‌آوری و ذکر پنجاه تعریف متفاوت پرداخته است، این تفاوت‌ها مربوط به اصل موضوع شخصیت نیست، بلکه متوجه مفهومی است که از آن ساخته‌اند در نتیجه منعکس‌کننده‌ی ناهمگرایی نظری مؤلفان است. هدف ما در اینجا نشان دادن شناخت‌های کنونی درباره‌ی شخصیت است پس می‌توانیم خود را به موضوعی که بررسی و ساخت آن مورد نظر است محدود سازیم و در نتیجه، تعریف ماهیت شخصیت فقط می‌تواند از راه پژوهش به دست آید و نمی‌تواند بر آن مقدم

باشد. اما موضوع شخصیت به بیانی ساده همان انسان واقعی است با همان وضعی که در خیابان، یا در کار یا به هنگام فراغت دارد. پس، از نظر ما شخصیت یک کلیت روانشناختی است که انسان خاصی را مشخص می سازد؛ در نتیجه یک مفهوم انتزاعی نیست بلکه تجلی همین موجود زنده ایست که ما از برون می نگریم و از درون حس می کنیم، نگرش و حس کردن در مورد افراد متفاوت است، پس، روانشناسی در بحث شخصیت همراه تفاوت ها ی فردی را مد نظر دارد، و هدف آن تعریف هرچه صحیح تر این تفاوت ها و تعیین آنهاست (مای لی، ۱۳۱۰: ص ۱۷).

خصوصیات مشاور

خصوصیات راهنما یا مشاور در موفقیت کارش بسیار موثر است مشاور باید:

۱. از سلامت روانی و جسمانی بر خوردار باشد.
۲. از بخل و حسد و دروغ بپرهیزد.
۳. به انسان ها و حل مشکلات آنان علاقه مند باشد
۴. در روابطش با دیگران انعطاف پذیر و صبور باشد و کسی را به تبعیت از خویش مجبور نکند
۵. صمیمی، مهربان و راز دار باشد و به دیگران احترام بگذارد
۶. در زمینه مشاوره، روانشناسی، تعلیم و تربیت و جامعه شناسی و نیز امکانات شغلی و تحصیلی و بهداشتی جامعه آگاهی کافی داشته باشد.
۷. -متقی و خوشنام باشد و خدمت صادقانه و خالصانه به هم نوع را مد نظر داشته
۸. حضور ذهن داشته باشد و بتواند سوالات دقیق و مناسب را به موقع مطرح سازد.
۹. به مطالعه و افزایش دانش خود علاقه مند باشد و بکوشد در جریان جدید ترین مطالب علمی درباره ی رشته اش قرار گیرد.
۱۰. در برقراری رابطه با انسان ها مجرب باشد و تحمل شنیدن مطالبی را که خود معتقد نیست داشته باشد (شفیع ۱۳۹۰: ص ۶۶).
۱۱. توانایی تجربه و تحلیل و شناخت مشکلات و مسائل و استنتاج مطالب
۱۲. برخوردار از فکر خلاق و نوآور
۱۳. توانایی تجربه کردن یا احساس کردن همه ی هیجانات آدمی نظیر شادی، غم، امید، عشق و...
۱۴. اثبات بودن در عمل، سخن، تفکر و برخوردار از ثبات عاطفی
۱۵. علاقمند بودن به کار گروهی خاصه در مراکز درمانی از توانایی ها و محدودیت های خود آگاه باشد
۱۶. بالیدگی، رازداری، علاقمند بودن به دفاع از حق و حقیقت، توانایی تحمل فشارهای روانی در موقعیت های خاص و بحرانی
۱۷. برخوردار از مقبولیت گروهی و اجتماعی
۱۸. علاقمند بودن به بررسی و تحقیق در ابعاد مختلف رفتار آدمی و نیز علاقمند بودن به مطالعه ی نتایج تحقیقات
۱۹. علاقمند بودن به پیگیری مسائل و نشان دادن ثبات در اینگونه علایق و پی گیری ها

۲۰. توانایی برای پی گیری مسائل و مشکلات و ادامه ی فعالیت خود تا مرحله ی حل مشکل
۲۱. توانایی تصمیم گیری در مواقع بحرانی
۲۲. علاقمند بودن به شرکت در بحث ها و کنفرانس ها و گفتگو در زمینه ی مشاوره و روان درمانی
۲۳. علاقمند بودن به روابط مناسب و مامشات و داشتن کنش متقابل با دیگران
۲۴. افزایش رشد شخصی خود از طریق مطالعه ، کسب تجربه و ارزیابی خود- باهوش باشد به راحتی و صراحت و فصاحت صحبت کند و توانایی لازم برای استدلال و درک و فهم مطالب داشته باشد (ساعتچی، ۱۳۸۵: صص ۷-۸).
۲۵. آرامش خود مشاور اهمیت فوق العاده ای دارد زیرا اگر او حال خوشی نداشته باشد احتمالا نمی تواند برای دیگران اثر بخش باشد. برای آنکه یک مشاور حال خوشی داشته باشد باید مشکلات شخصی خود را با رضایت خاطر حل کرده باشد (گلدارد، ۱۳۹۰: ص ۱۹۸).
- اصول پنج گانه ی راهنمایی و مشاوره از دیدگاه اسلام**
- اصل اول : راهنمایی و مشاوره در اصل به گونه ای سیستماتیک به رشد شخصی فرد منجر شود و به رشد ذهنی و عقلی فرد کمک شود (قاسم قاضی، ۱۳۸۳: ص ۱۸).
- اصل دوم: مسیر اصلی و هدف راهنمایی و مشاوره در روند رفتاری فرد واقع شده است و به دنیای شخصی فرد کمک می شود (همان: ص ۹۱).
- اصل سوم: سمت گیری راهنمایی و مشاوره به جانب همکاری و همیاری است نه اجبار و تحکم (همان: ص ۲۰).
- اصل چهارم: راهنمایی و مشاوره بر پایه ی به رسمیت شناختن شأن و ارزش فرد و نیز حق انتخاب او استوار است که برابری اساسی انسانها و نیاز آنها به آزادی عمل است و این برای انتخاب و رشد شخصی امری اساسی و حیاتی است (همان).
- اصل پنجم: راهنمایی و مشاوره امری پیوسته و روندی است که برای تکامل فرد است (قاسم قاضی ۱۳۸۳، ص: ۲۱)

رابطه ی یاورانه

نظریه پردازان، محققان و پزشکان صرف نظر از مراجعہ کنندگان، به اتفاق بر این باورند که رابطه یاورانه، بسیار حائز اهمیت است البته در مورد آن اتفاق نظر ندارند برخی بر خورد رابطه ی یاورانه را مورد تأکید قرار داده اند، برخی دیگر بر کاری که از طریق این رابطه انجام می گیرد تأکید دارند. تعدادی از مطالعات انجام شده حاکی از توانایی مراجعان در برقراری ارتباطات کاری با یاوران خود است (ایگن، ۱۳۸۳: ص ۷۱).

باین وجود رابطه ی درمانی تنها زمینه در مشاوره و روان درمانی است که در مانگران بیشترین اتفاق نظر را در در رابطه با عوامل مشترک توصیه های درمان دارند، برقرار کردن اتحاد درمانی نیرومند است.

این عامل که از همه ی عوامل نیرومند تر است، همواره یکی از عوامل تعیین کننده ی اصلی موفقیت روان درمانی بوده است. در انواع مختلف روان درمانی ها، درصد بسیار ی از نتیجه ی روان درمانی و اینکه چرا بیماران در روان

درمانی بهبود می یابند؟ بیشترین نوسان در نتیجه ی درمان به علت عوامل از پیش موجود مربوط به درمانجومانند: انتظار تغییر و شدت اختلال است. رابطه ی درمانی دومین سهم و متغیر ها ی راهکار و فنون سومین سهم را در تغییر بر عهده دارند. با این حال اهمیت رابطه ی درمانی همچنان بحث انگیز است. در برخی از درمان ها همچون درمان مراجع محور راجرز، رابطه ی خاص درمانی بصورت فرآیند ضروری در نظر گرفته می شود که موجب تغییر می شود و در درمان شناختی اهمیت آن کمتر است.

ملاک ها و شرایط ایجاد رابطه به شکل مختصر عبارت اند از:

۱. از بین دو نفر در رابطه درمانگر باید از درمانجو همخوان تر و از لحاظ هیجانی سالم تر باشد.
۲. درمانگر باید به شیوه ی اصیل ارتباط برقرار کند.
۳. درمانگر باید توجه مثبت نامشروط داشته باشد.
۴. درمانگر باید همدلی واقعی ایجاد کند.

به عقیده ی راجرز این شرط و فقط همین شرط برای نتیجه ی مثبت در درمان ضروریست. برخی از نظام های روان درمانی همچون درمان روانکاوی رابطه ی بین مراجع و مشاور را عمدتاً به صورت محتوایی در نظر می گیرند که باید در درمان بررسی شود. این نظر رابطه به این دلیل اهمیت دارد که محتوای درمان را مستقیماً در اتاق مشاور می آورد. بنابراین بجای اینکه فرد مجبور باشد روی موضوعاتی تمرکز کند که در خارج از اتاق مشاور روی می دهند محتوایی که باید تغییر کند می تواند در خلال درمان روی دهد (پروچسکا، ۱۳۸۹: صص ۹-۱۰).

هدایت در اسلام

۱- هدایت فطری: هدایت فطری عبارت است از رهنمودی که در نهاد موجودات به صورت فطری قرار داده شده و آنها را در مسیر کمال هدایت می کند. در سوره ی اعلی آیه ۲ و ۳ آمده است: "الذی خلق فسوی و الذی قدر فهدی" او خداوندی است که موجودات را خلق نمود و متناسب و موزون ساخت و اندازه و میزان برای آنها تعیین کرد و آنها را هدایت نمود. حضرت موسی (ع) در مقابل فرعون خصوصیات خود را چنین بیان می کند: "ربنا الذی اعطی کل شیء خلقه ثم هدی" پروردگارا کسی است که به هر موجودی نعمت خلقت را عطا نمود و آنگاه آن را هدایت نمود (طه، ۵). اینگونه هدایت که در نهاد موجودات قرار دارد و مسیر حرکت آنها را تعیین می کند هدایت فطری است (احمدی، ۱۳۸۰: ص ۱۹).

۲- هدایت تشریحی: هدایت تشریحی به وسیله ی پیامبران ارائه شده است. پیامبر اسلام (ص) مأمور به دعوت است و دعوت او بر مبنای حکمت و اندرز نیکوست.

"ادع الی سبیل ربک بالحکمه و الموعظه الحسنه و جادلهم بالتی هی احسن" مردم را به راه پروردگارت با حکمت و پند نیکو دعوت کن و با آنچه بهترین است با آنها به بحث بپرداز (نحل، ۵۲۱). به موسی و هارون سفارش می شود: "فقولاله قولاً لینالعله یتذکر او یخشی" با فرعون به نرمی سخن بگوید تا شاید پند پذیرد یا ترس از خداوند او را فراگیرد (طه، ۴۴). بر این اساس هدایت باید با نرمی گفتار و حکمت همراه باشد. انسان در برابر هدایت تشریحی اختیار دارد و آن را می پذیرد یا نمی پذیرد و به تعبیر قرآن مجید: "قد جاءکم الحق من ربکم فمن اهتدی

فانفآمایهتدی،مایهتدی لنفسه و من ضل فانمایضفانمایضلل علیها"حق و درستی از جانب خداوند آمده است. پس کسی که هدایت شود به نفع خویش هدایت یافته و هر که گمراه شود به ضرر خود اقدام کرده است. نپذیرفتن راه پیامبران باعث خسران و زیان آدمی می شود (یونس، ۱۰۸).

۳- هدایت عقلی:

از جمله امتیازهای انسان داشتن عقل و قدرت تفکر است. امام صادق (ع) عقل را راهنمای مؤمن می داند. پیامبر اسلام می فرماید: "استرشدوو العقل ترشدواولا تعصوه فتندموا" از عقل خود راهنمایی بخواهید تا هدایت شوید و از آن سرپیچی نکنید تا پشیمان نشوید همچنین فرمودند "لکل شی دعامة و دعامة المؤمن عقله و بقدر عقله تکون عبادته" هر چیزی دارای پایه و ریشه است و پایه و ریشه ی مومن عقل اوست و ارزش عبادت او به اندازه عقل و اندیشیدن اوست در قرآن مجید از عقل مجرد صحبت نشده است و بیشتر بر اندیشیدن، فکر کردن و تدبر نمودن تاکید شده است. آنچه آدمی را به راه راست رهنمون می شود فکر کردن و اندیشیدن است. قرآن مجید پلیدی را در نتیجه ی نیندیشدن دانسته و می فرماید: "و يجعل الرجس علی لذین لا یعقلون" خداوند برای کسانی که نمی اندیشند پلیدی مقرر داشته است (یونس، ۱۰۰). قرآن نیندیشدن را باعث کوری، کوری ولالی می داند (بقره، ۱۷۱). مقصود کوری و کوری و لالی ظاهری نیست بلکه به تعبیر قرآن "لاتعمی الابصارولکن تعمی القلوب التی فی الصدور" دیدگان ظاهر نا بینا نمی شود بلکه دلهایی که در سینه هاست کور می شود "حج ۴۶"، آنانکه نمی اندیشند حقایق را نمی بینند، نمی شنوند و به زبان نمی آورند و در واقع هدایت نشده اند.

با بررسی تعاریف فوق می توان نتیجه گرفت که مشاوره به عنوان یک فعالیت تخصصی به تجزیه و تحلیل مشکل و یافتن راه حل های مناسب مبادرت می شود. چگونگی تصمیم گیری را می آموزد و سرانجام راه حلی را برای مشکلش پیدا میکند. مشکل مراجع ممکن است در زمینه های عاطفی، اجتماعی، ذهنی، اخلاقی خانوادگی، تحصیلی یا شغلی باشد. مشاور باید محیطی مملو از درک، همدلی و تفاهم به وجود آورد تا مراجع احساس آرامش و امنیت کند و مسائل خود را صادقانه مطرح سازد. از این رو در مشاوره اولاً برقراری تعامل و رابطه ی مداوم و هدفدار بین مراجع و مشاور ضروری است، ثانیاً هدف غائی، اتخاذ تصمیمی معقول و منطقی است که با نیازها و امکانات شخصی و اجتماعی مراجع سازگار باشد (همان: ص ۲۰).

جایگاه شورا در حکومت اسلامی

شورا یکی از آموزه های مهم دینی بوده که ریشه در قرآن و احادیث دارد و در عرصه های مختلف مورد توجه قرار گرفته است جدا از اینکه به مشورت در امور فردی و شخصی اشاره شده است، در سه عرصه ی افتاء، قضا و حکومت نیز کم و بیش بحث شورا مورد توجه قرار گرفته است (قاضی، ۱۳۸۴: ص ۴).

اسلام وحدت، تفاهم، همکاری میان افراد را امری اساسی تلقی می کند؛ زیرا انسان را موجودی اجتماعی می داند که حیات جمعی و وضعی مخصوص به خود را دارد و حیات جمعی از حیات فردی جداست اعضای جامعه هم تابع وضع شخصی هستند و هم تحت نفوذ جمع قرار دارند. وظیفه ی افراد این است برای حل مشکلات اجتماعی کوشش کنند و برای آن به تفاهم و وحدت بین افراد و گروه ها باشد جامعه وقتی از حیات سالم برخوردار است که علاوه بر تفاهم و وحدت میان افراد، همکاری و همیاری روش اساسی زندگی را تشکیل دهد. در جریان همکاری وحدت

هدف و تقسیم کار وجود دارد و این اعمال با ایجاد شورا بین یکدیگر حاصل می شود و در آن تمام افراد با همکاری در فعالیت ها و برخورداری مشترک از نتایج و اقدامات جمعی به بهترین صورت انجام می گیرد استفاده می کنند. روی همین زمینه در اسلام اصل برادری و همکاری مهم تلقی شده است و در سوره ی مائده می فرمایند در امور نیکو تقوا و همکاری کنید و این دلایل همه نشانه هایی از اهمیت شورا از دیدگاه اسلام است که بر آن تأکید بسیاری شده است (شریعتمداری، ۱۳۸۸، ص: ۱۶۲-۱۶۳).

اهمیت مشاوره در آیات قرآن

مشاوره و مشورت یک امر سیاسی، اجتماعی و تربیتی است که آیات قرآن و روایات معصومین علیه السلام بر صحت و مشروعیت آن دلالت روشن دارند و از لحاظ عینیت بخشیدن به آن مورد تأکید پیامبر اسلام (ص) بود. در آغاز شکل گیری دین اسلام تا آخر عمر شریف آن حضرت همواره بر مشاوره با یکدیگر بنابر آیات و روایات تأکید داشتند و بر همین اساس ائمه معصوم علیه السلام و پیروان آنها نیز همین روش را مورد عمل خود قرار می دادند. و اهل دین نیز بر آن تأکید دارند.

«فبما رحمه من الله لنت لهم و لو كنت فظا غليظ القلب لا نفصو من حولك فاعف عنهم استغفر لهم و شامهم في الامر فاذا عزمتم فتوكل على الله ان الله يحب المتوكلين» (سوره ی آل عمران، آیه: ۹۵).

پس به لطف و رحمتی که از جانب خداوند به تو شده است، بر امت نرم شدی و دارای رحمت و اگر تند خو و قسی القلب بودی، آنان از اطراف تو پراکنده می شدند. بنابر این بر اساس همین سیاست الهی از تقصیر آنان در گذر و برای آنان از خداوند درخواست بخشش نما و آنگاه که تصمیم به انجام کاری گرفتی با توکل بر خدا، آن را انجام ده زیرا خداوند متوکلین را دوست دارد.

بنابر تفاسیر این آیه در پایان جنگ احد که به شکست مسلمانان انجامید صورت گرفت و خاطره ی تلخ آن برای مسلمین باقی گذاشت، خداوند دستور عفو عمومی داده و به پیامبر و به پیامبر دستور عفو و استغفار گناهان متخلفین از جنگ را می دهد و برای زنده کردن شخصیت آنها و تجدید حیات فکری و روحی آنان دستور می دهد که در کارها با مسلمانان مشورت کن و رأی و نظر آنان را بخواه این دستور بخاطر آن بود که پیامبر قبل از جنگ احد در چگونگی روبرو شدن با دشمن با اصحاب خود مشورت کرد و نظر اکثریت بر آن شد دامنه ی کوه احد مکان نبرد باشد که نتیجه ی آن شکست مسلمین بود. در اینجا این امر به نظر بسیاری رسید که در آینده پیامبر نباید با کسی مشورت کند، قرآن به این طرز فکر پاسخ می گوید و دستور می دهد که باز هم با آنها مشورت کن، هر چند که نتیجه ی مشورت پاره ای از موارد سودمند نباشد مانند غزه ی احد اما از نظر کلی منافع مشورت به مراتب بیشتر از زیانهای آن است (تفسیر نمونه، ج ۳: ص ۳۴۱).

بنابر این اثر بخشی مشورت و مشاوره برای رشد فرد و جامعه بسیار سودمند است.

بنابر آیه ی ۲۳۳ سوره ی بقره:

«فان اراد فصالان تراض منهما و تشاور فلا جناح عليهما»

این آیه در رابطه با شیر گرفتن اولاد است و خداوند در این آیه می فرماید: مدت رضاع فرزندان دو سال کامل است، می فرمایند اگر زن و شوهری یعنی پدر و مادر نوزاد بخواهند او را از شیر بگیرند اگر با مشورت یکدیگر این کار را

انجام دهند گناهی بر آنان وارد نیست و این آیه از اهمیت مشاوره در خانواده و بین زوجین را به ما میرساند و تاکید آیه بر بدست آوردن رضایت همدیگر در خانواده است.

در سوره ی شوری خداوند در اوصاف مومنان و انسانهای صالح آورده است

«والذین استجابوا لربهم و اقاموا الصلوة و امرهم شوری بینهم و مما رزقناهم ینفقون»

مؤمنان کسانی هستند که اطاعت خدا کرده اند و امر الهی را اجابت کرده و نماز بر پا می دارند و در کارها با یکدیگر مشورت میکنند و آنچه بر آنها روزی کرده ایم به فقرا انفاق میکنند».

این آیه این تفسیر را به ما میرساند که مومنان اهل مشورت اند و در به دست آوردن رای صحیح دقت را به عمل می آورند.

بنابر بر آیات ذکر شده میتوان بر اهمیت مشورت و مشاوره در بین مسلمانان و تلاش برای استفاده ی عملی آن در تمام مراحل زندگی توجه داشت.

اهمیت مشاوره از دیدگاه نهج الفصاحه «إذا استشار أحدكم أخاه فليشر عليه»

وقتی یکی از شما با برادر خود مشورت میکند باید رأی خود را صریح بگوید (پاینده، ۱۳۷۱:ص ۳۴).

«إن الرجل لا يزال في صحة رأيه ما نصح لمستشيريه فإذا غش مستشيريه سلله و الله و تعالی صحة رأيه» مرد تا هنگامی که مشورت کنان خود را رهبری کند از اصابت رأی بهره ور است همینکه با مشورت کنان خیانت کرد خدا اصابت رأی را از او میگیرد (پاینده، ۱۳۷۱:ص ۱۲۴).

«و إذا استنصحت فانصح له» از حقوق مسلمانان شش چیز است که یکی از آنان این است که وقتی با تو مشورت می کند رأی خود را با او بگو (پاینده، ۱۳۷۱:ص ۲۹۳).

«راس العقل بعد الايمان بالله التودد الى الناس و ما يستغنى رجل عن مشورت وانوانها لاهل المعروف في الدنيا هم اهل المعروف في الآخرة وان اهل المنكر في الدنيا هم اهل المنكر في الآخرة»

اساس عقل پس از ایمان بخدا دوستی با مردم است، هیچکس از مشورت بی نیاز نیست، نیکوکاران این جهان

، نیکوکاران آن جهان اند و بدکاران این جهان بدکاران آن جهان اند (پاینده، ۱۳۷۱:ص ۳۴۳).

«شرار امتی یلی القضاء ان اشتبه علیه لم یساور» بدترین امت من کسی است که عهده دار قضا شود اگر به تردید اقدام مشورت نکند (پاینده ۱۳۷۱:ص ۳۸۲).

«لن یهلك امرؤ بعد المشورة»

هیچکس از پس مشورت هلاک نشود (پاینده، ۱۷۳۱:ص ۴۸۶).

«لا مظاهره أوثق من المشورة»

تعاونی بهتر از مشورت نیست (پاینده، ۱۳۷۱:ص ۵۲۳).

«لا ندم من استشاره ولا افتقر من إقتصد»

هر که مشورت کند پشیمان نشود و هر که میانه روی کند فقیر نگردد (پاینده، ۱۳۷۱:ص ۵۲۴).

«ما شقی عبد قط بمشورت و ما سعد با ستغناء برأی»

هیچ کسی از مشورت بد بخت نشد و از خود رأیی خوشبخت نشد (پاینده، ۱۳۷۱:ص ۵۳۳).

«ما خاب من إستخار ولاندم من استشار»

هر که از خدا خیر جوید نومید نشود و هر که مشورت کند نادم نگردد (پاینده، ۱۳۷۱:ص ۵۳۶).

«من اختی بغير علم كان إثمه على من أقتاه و من أشاره على اخيه بأمر يعلم أن الرشد في غيره فقد خانه» هرکه بدون علم فتوی دهد گناه حاصل از آن بگردن دارد و هرکه به برادر خویش کار سفارش کند و داند که مصلحت در غیر از آن است به وی خیانت کرده است (پاینده ۱۳۷۱: ص ۱۰۶).

«من أراد أمر فشاور خير امرء مسلما و و فقه و الله ولا رشد»

هرکه اراده کاری کند و با مرد مسلمانی درباره ی آن مشورت کند خدایش به معقولترین کارها توفیق دهد (پاینده ۱۳۷۱: ص ۶۰۵).

«المستشار مومتن فان شاء اشاره و اشاء سکت و فان اشار فليسر بما لو نزل فعله»

کسی که با وی مشورت می کند نامتدار است اگر خواهد رأی دهد و اگر خواهد خاموش ماند و اگر داد همان گوید که اگر خود او بود این عمل را انجام می داد (پاینده، ۱۳۷۱: ص ۶۲۶).

«المشاورة حصن من الندامة و أمن من الملامة»

مشورت حصار ندامت است و ایمنی از ملامت است (پاینده، ۱۳۷۱: ص ۶۲۷).

«المومن منفعه إن ما شيتة و نفعك و إن شاورته نفعك و إن شاورت نفعك و كل شيء من أمره منفعه» مؤمن مایه ی سود است اگر همراهش شوی سودت دهد و اگر با وی مشورت کنی سودت دهد و اگر شریکش شوی سودت دهد و همه ی کارهای وی مایه ی سود است (پاینده، ۱۳۷۱: ص ۶۲۷).

اهمیت مشاوره از دیدگاه امیر المومنین در نهج البلاغه

«قال لا غنى كالعقلولا فقر كالجهل ولا ميراث كالألدت ولا ظهير كالمشاوره»

هیچ نوع بی نیازی مانند داشتن عقل و خرد نیست و هیچ فقرونداری بالاتر از نادانی نیست و هیچ ارثی بهتر از دارا بودن ادب و تربیت صحیح نیست و هیچ پشتوانه و یاری کننده ای بالاتر از مشورت کردن نیست (دشتی، ۱۳۷۹: ص ۷۳۶)

«من ملك استاثرومن استبدبرایه هلك و من شاور الرجال شارکها فی عقولها»

هر کس خود رای شد به هلاکت رسید و هر کس با دیگران مشورت کرد در عقل آنان شریک شد (دشتی ۱۳۷۹: ص ۶۵۵).

از این آیه این تفسیر را میتوان داشت که خود رأی بودن سبب هلاکت می شود و چون انسانها ی مستبد از پذیرفتن رای دیگران امتناع دارند و کسانی که با انسانها دارای عقل و اندیشه مشورت کند در عقل آنان سهیم می شود و این سخن امیر المومنین نشان از اهمیت مشورت و پرهیز از استبداد را می رساند.

امیر المومنین علیه السلام در نامه ی ۵۳ خود می فرماید:

بخیل را در مشورت کردن خود شرکت مده که تورا در نیکوکاری باز می دارد و از تنگدستی می ترساند ترسو را در مشورت دخالت مده که در انجام کارها روحیه ات را سست می کند .

حریص را در مشورت کردن دخالت مده که حرص را با ستمکاری در نظرت زینت می دهد همانا بخل و ترس و حرص غرائز گوناگونی هستند که ریشه آنان بدگمانی به خدای بزرگ است.

بدترین وزیران کسانی هستند که پیش از تو وزیر بدکاران بودند بدترین وزیران کسانی هستند که پیش از تو وزیر بدکاران بودند و در گناهان آنان شرکت داشتند پس مبادا چنین افرادی محرم راز تو باشند زیرا آنان یاوران گناهکاران و یاری دهنده ی ستمکاران اند (دستی، ۱۳۷۱: ص ۵۷۱).

خصوصیاتی که مشاور باید دارا باشد از دیدگاه ائمه اطهار

۱- عاقل، آزاد، متدین، صمیمی و رازدار باشد.

امام صادق (ع):

«ان الله المشورة لا تكون الا بحدودها فمن عرفها بحدودها و الا كانت مضر تها على المستشير اكثر من منفعتها له.

فاولها: ان يكون اللذی يشاوره عاقلاً

والثاني والثالث: ان يكون حراماً متديناً متديلاً

والرابع: ان يكون صديقاً مواخياً صديقاً مواخياً

والرابع: ان تطلع على سر سرکک فيكون علمه به كعلمك بنفسك ثم يستر ذالك و يكتمه.

فإنفإنه اذا كان عاقلاً عاقلاً انتفعت انتفعت بمشورته إذا كان حراماً متديماً متديناً جهد نفسه في النصيحة لك وإذا كان صديقاً صديقاً مواخياً مواخياً كتم سر سرکک اذا اطعته على سر سرکک إذا اطعته على سرک فکان علمه به كعلمك تمت المشورة كملت الناصحة صيحة» همانا شایسته نیست مشورت جز با رعایت حدودش، زیرا در غیر این صورت ضرر آن برای مشورت کننده، بیش از منفعتش خواهد بود. این ضوابط به این قرارند: اولاً و الا مشار باید عاقل باشد. ثانیاً ثانیاً آزاد و متدین باشد. ثالثاً ثالثاً دوست صمیمی باشد. رابعاً رابعاً همین که بر سر سر تو آگاهی یافت و علم و آگاهی او به تو همانند خواهد شد، آن را پوشیده و محکم نگه دارد. پس همانا اگر عاقل باشد، و از مشاورتش سود می بری و اگر آزاد متدین باشد، تمامی تلاش خود را برای خیر خواهی تو بکار خواهد بست و اگر دوست صمیمی باشد، سر سر ترا او که؛ بر او آشکار ساخته ای فاش نخواهد کرد و زمانی که او را بر سر سر خویش آگاه کرده باشی و آگاهی او نسبت به مسأله، مانند آگاهی تو باشد، در این حالت، مشورت تمام می شود و خیر خواهی و نصیحت، به کمال خود می رسد (حسینی بیرجندی ۱۳۸۴: ص ۱۳۷).

۲- دارای علم و تخصص نبی اکرم (ص):

«شاوورو العلماء الصالحين» با دانشمندان صالح مشورت کنید.

صاحب نظر (ذوالرأی) نبی اکرم (ص):

«الحزم مشاورة ذوی الرأی و التاباعهم»

دور اندیشی، در مشورت با صاحب نظران، پیروی کردن از آنها است.

خرمندان ژرف نگر و حقیقت بین (ذوالالباب) امام علی (ع) می فرمایند: «من شاور ذوی الالباب دل على الصواب» آنکس که با صاحبان خرد خالص مشورت کند، به راه درست راهنمایی شود ۳- تجربه و شیخ و خیت امام علی (ع) می فرمایند:

«رأی الشیخ أحب الی من جلد الغلام»

نزد من رأی و اندیشه پیرمرد سالخرده از تندی چابکی جوان کم سال محبوبتر است.

۴- تقوا

«رأى الرجل على قدر تجربته» نظر مرد به قدر تجربه او بستگی دارد.

نبی اکرم (ص) می فرماید:

«شاور المتألمتقين الذالذین يؤثرون الأخره على الدنيا و يؤثرن على انفسهم فى امورکم»
با پرهیزگارانى که آخرت را بر دنیا و کارهاى شما را بر کارهاى خودشان ترجیح می دهند مشورت کنید (حسینی
بیرجندی، ۴۸۳۱: ص ۱۳۸).

۵- امانتداری نبی اکرم (ص) فرمودند:

«المستشار مؤتمن فإن شاء سکت فان اشار فلیشربما ل نزل به فعله»
کسى که با ی مشورت کند امانتدار است اگر خواهد رأی دهد اگر خواهد خاموش ماند، اگر رأی داد، همان را گوید که
اگر خود او بود، آن می کرد.

وظایف مراجع در مشاوره با آیات و روایات

بر اساس تعالیم اسلام انسان موجودی مختار، صاحب اراده، مسئول و انتخابگر آفریده شده است و در سایه ی اراده
است که دست به انتخاب می زند و یکی از دو راه حق و باطل را پیش می گیرد و مسئول سرنوشت خویش
است. انسان می تواند از طریق سعی و تلاش دستورات و احکام الهی را بکار ببندد و استعداد بالقوه ی خود را متبلور
کند و ارزش واقعی خود را در یابد و به مقام قرب الهی نائل شود.

از سوی دیگر انسان این توانایی را نیز دارد که از دستورات الهی سرپیچی کرده و ارزش معنوی و انسانی خود را
نادیده بگیرد و لذا چون مشاوره ارتباطی انسانی و معنوی و یک نوع رابطه ی آزاد است که براساس تمایل مراجع
شکل میگیرد و در صدد است تغییری نسبتاً پایدار و مطلوب در ساختار شخصیت و رفتار فرد ایجاد کند حاصل
این تغییر برداشت واقعی تر مراجع از خود و سازگاری بهتر با زندگی و جهان خارج خواهد بود.

بنابر مطالب ذکر شده مهمترین وظایفی که مراجع باید رعایت کند عبارتند از:

۱- مشورت با خدا:

مراجع باید قبل از هرکسى با خدا مشورت کند صلاح و خیر را از خدا طلب کند و بنابر اهمیت آن حضرت محمد (ص)
می فرماید: وقتی می خواهید در انجام کارى مشورت کنید اول با خدا مشورت کنید و بعد با بنده ی خدا .

از پیامبر پرسیده شد مشورت با خدا یعنی چه؟ پیامبر (ص) فرمودند: یعنی انسانی که طالب مشورت است ابتدا از خدا
طلب خیر کند و بگوید خدایا خیر مرا پیش بیاور، آنگونه که صلاح و خیر من است بر مغز مشاور من تجلی کن، آن
چیزی که سعادت من است بر قلب شخص مشاور من نازل کن.

انسان باید از خدا بخواهد که مشاور او را خوب هدایت کند و چنین حالاتی داشته باشد؛ اول از خدا خیر و صلاح
را بخواهد که این مشاور خوب بفهمد و خوب نظر بدهد.

وقتی که انسان از خدا طلب خیر کند خداوند یک چیز بر زبان او وارد می کند که درست بفهمد.

۲- انتخاب مشاور و بکار بستن نظرات او:

بر مراجع است که با بررسی و تحقیق مشاور مورد نظر خود را انتخاب کند و چنانچه او را واجد صلاحیت های اخلاقی و علمی لازم دانست با اوبه مشاوره و مشورت بپردازد و از رأی و نظرو پیروی کند.
رسول اکرم (ص) می فرمایند:

از عاقل رشد یابی کن و از رأی و نظر او سرپیچی نکنید که نادم خواهید شد.
دوران دیشی، مشورت کردن با صاحبان اندیشه و پیروی کردن از آنان است.

حضرت علی (ع) نیز در این باره می فرمایند: همانا، نافرمانی کردن از نظر دوست خیر خواه، مهربان، اندیشمند، تجربه دیده، حیرت و سرگردانی به بار آورده و ندامت به دنبال خواهد آورد.

در مصباح الشیعه نیز به نقل از امام صادق آمده است که پس هرگاه خیر خواه عاقلی در مقام مشورت تو را راهنمایی کرد بر حذر باش از اینکه خلاف آن را عمل کنی که در این کار خسران و از دست دادن است.

هرگاه با کسی که قلبت صلاحیت او را تصدیق می کند مشورت کردی پس با او در آنچه ترا راهنمایی کرده مخالفت نکن، اگر چه بر خلاف خواسته و میل خودت باشد همانا نفس از قبول حق بسیار سرکش و یه هنگام روشن شدن حقایق مخالفت کننده است.

۳- مسئولیت تصمیم گیری:

انسان موجودی صاحب اراده و اختیار است و با دارا بودن اراده و اختیار در قبال افکار و اعمالی که از او سر می زند مسئول است و لذا این خود مراجع است که در مشاوره و مشورت برای حل مشکلات خویش باید تصمیم گیری کند و مسئولیت این تصمیم گیری نیز با خود اوست. آیات ذیل دلالت بر این دارند که افراد در قبال اعمال خویش مسئول بوده و نتایج اعمال و کردار خود را دریافت می کنند.

خداوند در سوره ی مدش می فرمایند:

هر کس در گروه اعمال خویش است.

و نیز در سوره ی انعام آمده است: که کسی بار دیگری را به دوش نمی گیرد.

خیانت در مشورت از دیدگاه بحار الانوار مشاور باید آنچه واقعا و اعدا در نظرش بهتر جلوه میکند را بیان کند آنگونه که اگر خودش در موقعیت مراجع بود نیز دست به همین کار می زد و موجب گمراهی مراجع نشود. امام صدق (ع) می فرمایند:

بدان آنکسی که با شمشیر، علی (ع) را زد و ارا به قتل رساند اگر به من اعتماد کند و از من نصیحتی را بخواهد من قبول می کنم امانتش را ادا خواهم کرد (بحار النوار، ج ۸۷، ص ۸۵۲).

حضرت علی (ع) فرمودند: کسی که در مشورت به مسلمانان خیانت کند، من از او بیزارم.

نتایج خیانت در مشورت

الف) عذاب الهی: خیانت کردن به کسی که تسلیم شده است و کسی که مشورت میکند، از دردناک ترین امور

و بزرگترین زشتیهاست که عذاب آتشین الهی را در بر خواهد داشت (بحار النوار، ج ۵۷، ص ۱۰۲).

ب) تدبیر و فکر و اندیشه از او گرفته می شود: زیرا اینها امانت های الهی است که بر اثر خیانت از او گرفته میشود. کسیکه طرف مشورت قرار میگیرد باید رأی خود را صادقانه بیان کند و اگر خالصانه عمل نکند خداوند رأی و اندیشه را از او می گیرد (بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۱۰۲).

ج) ظلم و خیانت کرده است حضرت محمد در نهج الفصاحه می فرمایند: مشاور مورد اعتماد و امانت دار است، اگر خواست مشورت خود را می دهد و اگر نخواست ساکت می شود. پس اگر نظر مشورتی داد باید ظری را بدهد که اگر این کار برای خود او پیش آمد به معنای واقعی آن عمل را انجام دهد و خود را با مراجع در مشورت دهی برابر بداند و دست به خیانت نزند و نظر واقعی خویش را بیان کند. مشاور باید به کسی رأی دهد که برایش ارزش فائل باشد. امام صادق در بحار النوار می فرمایند: نخستین رأی دهنده مباش؛ و از رأی ناپخته بپرهیز؛ از بدیهه گویی و بی اندیشه سخن گفتن، دوری کنو به انسان های خودرأی و لجوج نظر مده. از خدابترس و در رأی دادن خدا را در نظر داشته باش (بحار النوار، ج ۷۵، ص: ۱۰۴).

فنون بکار برده شده در مشاوره اسلامی در مورد افراد مختلف

- ۱- مراجعانی که به دلیل ارتکاب معصیت، احساس گناه می کنند و دچار اضطراب و ناراحتی شده اند، باید با استفاده از آیات و احادیث، آنها را برای توبه آماده کرد و در این مورد که خداوند متعال؛ از این طریق هر گناهی را می بخشد به آنها آگاهی داد ه شود. چنانچه مشاور این موضوع را در سطح فهم و ادراک مراجع مطرح کند؛ ناراحتی او با اقدام به توبه تخفیف خواهد یافت.
- ۲- برای کسانی که بر اثر پیش آمدهای ناگوار و حوادث تلخ دچار ناراحتی و اضطراب شده اند، ذکر و دعا بهترین وسیله برای درمان آنهاست. مشاور باید با چنین مراجعانی با استفاده از ذکر و دعا آنان را متوجه سازد و با طرح آیات و احادیث، اثرات دعا و ذکر را برای آنان توجیه کند. در صورتی که مشاور در این زمینه توفیق حاصل کند، نتیجه درمان تخفیف ناراحتی مراجع خواهد بود.
- ۳- مراجعانی هستند که برای درمان دردها و ناراحتی های خود، از همه ی راه ها اقدام کرده اند، ولی نتیجه نگرفتند و بالاخره به این نتیجه رسیدند که دوا ی درد آنان در شفاعت و توسل است؛ بنابراین به مشاور مراجعه می کنند و تصمیمی که گرفته اند را و نحوه ی انجام این کار را با کمک مشاور فرا می گیرند. این اقدام تا حد زیادی در تخفیف ناراحتی های آنان موثر خواهد بود. و با ذکر آنکه مواردی که از توسل نتیجه گرفته اند در استفاده از توجیه شرعی آن نیز در این زمینه، مفید واقع می شود (حسینی بیرجندی، ۱۳۸۴، ص: ۱۵۵).
- ۴- عوامل تامین بهداشت روانی شامل ایمان، رضایت، تسلیم، توکل و پرهیز از صفات ناشایست هستند و طرح آیات و احادیث مربوطه، برای تامین بهداشت روانی در مراجعانی که بالفعل دچار درد و ناراحتی نیستند، وسیله ی مناسبی خواهد بود. مشاوران می توانند این گونه مراجعان را به اثرات معجزه آسای عوامل مذکور در زمینه ی پیشگیری از ناراحتی ها و آلام درون متوجه سازند. چنانکه این عمل به درستی انجام گیرد و مراجع، خداوند تبارک و تعالی را تکیه گاه خود قرار دهد در مقابل تمام حوادث واکسینه می شود و آماده مقابله و پذیرش خواهد بود.
- ۵- فنون مطرح شده از دیدگاه اسلامی، اعم از عوامل پیشگیری یا درمان، در مورد مراجعان مسلمان اثر درمانی دارد و میزان اثر آنها به مهارت مشاور بستگی دارد.

فرد مؤمن در هر دین و مذهبی می تواند از فنون فوق بهره ببرد با این تفاوت که مشاور او باید به همان دین مؤمن باشد و در جهت باورهای مراجعش اقدام کند (حسینی بیرجندی، ۱۳۸۴: ص ۱۵۶).

برخی از روش های روان درمانی در اسلام

روش های درمانی تحت عنوان دعا درمانی، ذکر درمانی، توبه درمانی و توسل درمانی بیان شده است. در مورد مراجعانی موثر است که از نظر مذهبی، ایمان قوی داشته باشند؛ بنابر این هرگاه مراجعی برای مشاوره مراجعه می کند، باید دید که به لحاظ اعتقاد دینی، چه وضعیتی دارد.

۱- دعا درمانی

۲- ذکر درمانی

۳- توبه درمانی

۴- توسل درمانی

دعا درمانی: فردی که گرفتار مشکل و ناراحتی می شود، تعادل روانی خود را از دست می دهد و مضطرب و نگران می شود. احساس عجز و ناتوانی؛ فرد را به استمداد از دیگران وا می دارد و در نهایت او را متوجه خدا می سازد و خداوند در سوره ی فاطر آیه ی ۱۵ می فرماید:

همه ی انسان ها بر حسب نیاز وجودی خود به خدا نیازمندند. تنها خداوند است که بی نیاز و شایسته ی هرگونه حمد و ستایش است.

چون انسان در طول حیات خود محتاج درگاه خداوند است همین احتیاج وجودی او را وادار می سازد تا به دعا و استغاثه توسل جوید. کسی که گرفتاری و مشکلی داشته باشد دعا و نیایش به او آرامش می دهد درون درمانی روشی که اعمال می شود ایجاد محیطی مجاز و آزاد است تا مراجع مشکل خود را بیان کند. این روش موجب کاهش ناراحتی ها و عقده گشایی می شود و در دعا درمانی فرد در یک فضای اعتقادی آرام با بیان مشکلات خود و طلب رفع آنان از خداوند آلامش را تسکین می دهد.

چنانکه امام صادق می فرماید: از دعا کردن غفلت ننمایید؛ زیرا درمان هر دردی است.

قرآن کریم در سوره ی یوسف، آیه ی ۶۸ میفرماید: یعقوب در فراغ یوسف (ع) می گوید، شکایت و درد دل و اندوه خود را به خدا می گویم و می گوید از جانب خدا آنچه راکه شما نمی دانید انتظار دارم (حسینی بیرجندی، ۱۳۸۴: ص ۳۵).

۱- ذکر درمانی: یکی از عوامل آرام بخش دلها، مسکن آلام، برقرار کردن تعادل روانی ذکر و یاد خدا بودن است. چنانکه فرد مؤمن به گرفتاری و ناراحتی دچار شود، بهترین چاره آن است دو رکعت نماز بخواند و به ذکر و یاد خدا مشغول شود. ناراحتی او تا حد زیادی تخفیف خواهد یافت.

آیات و احادیثی چند از اثرات ذکر درمانی خداوند در سوره ی رعد آیه ی ۸۲ می فرماید: باید بدانید که دلها با ذکر خدا آرامش می یابد.

حضرت محمد (ص) فرمودند:

ذکر و یاد خدا شفا بخش دل هاست.

حضرت علی (ع) فرمودند:

مداومت بر یاد خدا موجب قدرت و قوت روح است.

حضرت علی (ع) در جایی دیگر ذکر میکنند:

یاد خدا بودن دوی درد های نفوس است.

در دعای کمیل آمده است که: ای آن که نامت درمان درد ها و یادت شفا بخش رنجوری هاست.

یکی دیگر از آثار ذکر ایجاد بصیرت در دل است.

حضرت علی (ع) در نهج البلاغه فرموده اند:

هر که خدا را یاد کند و به او روی آورد ، بصیرت می یابد (حسینی بیرجندی ۱۳۸۴، صص ۱۵۲-۱۵۳).

۲- توبه درمانی: کسانی که مرتکب گناه می شوند، بخصوص اگر گناهان ارتکابی آنان

کبیره باشد، آرامش خاطر از آنان سلب می شود و بر اثر شماتت وجدان اخلاقی یا نفس

لوامه، دچار تشویش ناراحتی درونی می شود. در این موارد تنها راه آرام بخش، توبه است.

در قرآن کریم آیات زیادی در مورد توبه وجود دارد که از جمله آنها در ذیل آمده است:

از خدای خود آرامش طلبیده و به سوی او توبه کنید (سوره ی هود، آیه ۳).

به درستی که خداوند توبه کنندگان را دوست دارد (سوره ی بقره، آیه ۲۲۲).

حضرت علی (ع) به فرزندش می فرمود: چنان به خدا امیدوار باش که اگر با گناهان اهل زمین در پیشگاهش حضور

یابی، همه ی گناهانت را ببخشد. در توبه درمانی، مراجع را باید متوجه ساخت که راه بازگشت و پاک کردن گناهان

باز است و او می تواند با توسل به توبه به جبران گناهان خود اقدام کند. این روش موجب خواهد شد که ناراحتی

ها و آلام درونی او تسکین یابد و با توبه کردن، به نفس خود حیات تازه بخشد.

۳- توسل درمانی: علاوه بر معجزات شفابخش توسل به ائمه ی اطهار (ع) باید گفت

که اصولاً توسل به عواملی که فرد بدان ها معتقد است، ناراحتی های او را کاهش می

دهد. مؤمنان قبل از هر اقدامی به خدا پیغمبر و ائمه ی اطهار متوسل می شوند و معتقدند که

مشاور و پزشک و سایر درمان گران وسیله هایی هستند که خداوند تبارک و تعالی برای کمک

بهدیگران قرار داده است، در حالی که درمان ، به قدرت خداوند بزرگ صورت می گیرد (حسینی

بیرجندی ، ۱۳۸۴، صص ۱۵۷-۱۵۸).

چنانکه معتقدات وی، از نظر ایمان به مبانی اسلامی، قوی باشد و او به پیامبر اکرم (ص) و ائمه ی اطهار (ع) یا سایر

پیامبران الهی ارادت داشته باشد، استفاده از فنون و مبانی فوق موثر خواهد بود. در مورد این گروه، مشاور باید

خداوند را به عنوان بهترین مشاور در رفع گرفتاری ها و مشکلات خود معرفی کند و از آنان بخواهد تا در موقع

ناراحتی، به ذکر و دعا یا توبه، آلام درونی خود را تسکین بخشد.

فرآیند علمی مصاحبه مشاوره

فرآیند مشاوره حتی پیش از آنکه مشاور و مراجع همدیگر را ملاقات کنند شروع می شود و مراحل برای انجام یک

مشاوره ی موفقیت آمیز طی میشود.

۱- تدارک :

در این مرحله قبل از گفتگوی حضوری بین مشاور و مراجع آغاز میشود و شامل انتظارات، دستور کار مشاور، انتظارات و تمرینات مراجع می باشد. قبل از اینکه مشاور و مراجع همدیگر را ببینند عقیدی از پیش تصور شده در مورد یکدیگر دارند؛ آنان با این عقاید پیش تعیین شده ی خویش وارد جلسه ی مشاوره می شوند.

۲- مقدمه:

نخستین ملاقات مشاور و مراجع در مرحله ی مقدم صورت میگیرد و این مرحله بسیار تأثیر گذار است زیرا نخستین تأثیرات بین مشاور و مراجع در این مرحله صورت می گیرد. بنابراین این بسیار مهم است که جو ارتباطی که از همان ابتدای کار بر قرار می شود؛ شرایط و محیطی مؤثر و تأثیر گذار باشد.

۳- شروع کار:

کار جلسه ی مشاوره با آغاز صحبت مراجع و بیان کردن چگونگی احساس خود آغاز می شود. در این جلسه مشاور آنچه را که برای مراجع تولید مشکل کرده است را شرح میدهد و آگاهی و آرامشی نسبی در مراجع ایجاد می شود.

۴- گوش دادن فعال:

هنگامی که مراجع شروع به صحبت کردن میکند مشاور با گوش دادن فعال خود آنچه را که از اعمال و گفته های مراجع دریافته است از طریق پاسخ های کوتاه، انعکاس احساس و محتوا؛ که بازگو کننده ی گفته های مراجع در قالب کلمات و جملات خود است مراجع را به ادامه ی صحبتش دعوت می کند. تشخیص و توضیح مشکل:

به مرور زمان مشاور بخش هایی از گفته های مراجع که مهم میدانند را بیرون می کشد و کمک می کند مراجع بر این بخش ها متمرکز شود. همانطور که اطمینان مراجع به مشاور بیشتر شد مشاور میتواند پرسش های مناسب را از مراجع پرسیده و به مراجع کمک کند در تشخیص عمده ترین مشکلش پیشرفت نماید.

۵- تسهیل در تغییر نگرش:

در این زمان مشاور مهارتهای خود را با توجه به رویکرد درمانی که دارد نظیر رویکرد شناختی، رفتاری، گشتالتی و... به اجرا در می آورد.

۶- بررسی گزینه ها و اقدام تسهیلی :

در این مرحله است که مشاور قادر خواهد بود به مراجع کمک کند تا به بررسی گزینه ها، حل دشواری ها و برنامه ریزی اقدام عملی دست پیدا کند. در این مرحله مشاور باید سعی کند آگاهی مراجع را بالا ببرد و به دنبال این نباشد که مراجع را به سمت عمل یا تصمیم معینی سوق دهد. اینکه از قبل به مراجع فشار آورده شود و حتی او را تشویق کردن به کاری تصمیم گیری برای او دشوارتر خواهد شد.

۷- ختم جلسه:

بهترین راه پایان دادن به جلسه ی مشاوره این است که تمام نکاتی که بین مشاور و مراجع رد و بدل شده خلاصه شده و دست به طبقه بندی آنان زد. اما هدف نهایی همه ی رویکردهای مشاوره ای و روان درمانی کمک به بهبودی

فرد و رسیدن به بالاترین درجات کمال و رشد است؛ که طی آن فرد به تواند در زندگی خویش توان کنترل بخش های مختلف آن را داشته باشد و به تصمیماتی دست بزند که به اهداف سودمند و رشد مفید و همه جانبه ی او در تمام مراحل زندگی اش بینجامد (گلدارد، ۰۹۳۱: صص ۱۲۷ تا ۴۳۱).

نتیجه گیری :

مشاوره، روان درمانی و دیگر خدمات یاورانه تازیبچه ای به قدمت بشریت دارند و تعالیم کلیه ی مذاهب، بشر را در غلبه بر مشکلات زندگی ناگزیر از همپاری و همدلی با همنوع خود میسازد. باوری و حل مسئله از تجربیات معمول و روزمره ی انسانهاست؛ لذا آموزش حل مسئله برای رفع مشکلات فردی و اجتماعی؛ باید آموزشی رایگان و همگانی شود.

امیدواریم روزی برسد که سطح ایمان دینی و مذهبی ، در حد مطلوب ارتقاء یابد تا اضطراب ها و ناراحتی های ناشی از بی ایمانی که هم اکنون بسیاری از جوامع را به تباهی کشانده، به حد اقل برسد؛ در آن شرایط است که روش های مشاوره و روان درمانی مبتنی بر اعتقادات الهی، می تواند کار ساز واقع شود و سلامت روان افراد و جامعه را تأمین کند.

در جامعه ی اسلامی، به دلیل آنکه اکثریت مردم در سطوح مختلف دارای گرایش های مذهبی هستند، مشاوران و روان درمانگرانی را که دارای اعتقادات قوی مذهبی هستند می ستایند و حتی کسانی هم که دارای گرایش های ضعیف مذهبی هستند به درمنگران معتقد و با تقوا اعتماد بیشتری دارند. در نتیجه مشاوران تربیت شده در مکتب رایج مشاوره و روان درمانی بر هدفدار بودن جهان و این که عالم محضر خداست و انسان در اتصال با روح عالم خلقت است اعتقاد دارند.

در حال حاضر نیز امیدواریم مشاوران برای رفع نگرانی و تأمین تعادل روانی مراجعان خود، از بعد اعتقادی استفاده کنند و در کاربرد فنون مشاوره ، بعد ایمانی را نیز مورد توجه قرار دهند. و به یاد داشته باشیم دین مبین اسلام واحادیث و روایات اهل بیت کاملترین منبع برای راهنمایی و مشاوره است، امیدواریم که تک تک ما انسانها بتوانیم از این منابع گرانبهادر نهایت بهره را برای رشد و تعالی خود ببریم.

منابع و مآخذ

۱. قرآن کریم
۲. نهج البلاغه، نگارش دشتی، محمد، (۱۳۷۹). نشر مؤسسه ی نشر الهادی، قم: چاپ پنجم.
۳. نهج الفصاحه، نگارش پاینده، ابوالقاسم (۱۳۷۱)، تهران: سازمان انتشارات جاویدان.
۴. انتصار فومنی، غلامحسین، (۱۳۸۳). زنجان: نیکان کتاب.
۵. احمدی، احمد، (۱۳۸۰). مبانی و اصول راهنمایی و مشاوره، تهران: سمت.
۶. ایگن، جرارد (۱۳۸۳)، م. هات‌های مشاوره رویکرد در حل مشکلات مددکاری، ترجمه طیبه، زندی پور، سوسن سیف، تهران، انتشارات سمت.
۷. پروچسکا، جیمزا (۱۳۸۹)، نظریه های روان درمانی و نظام های روان درمانی، ترجمه ی یحیی سید محمدی، چاپ دوم، تهران: نشر روان.
۸. جورج، ریکی ال؛ کریستیانی، ترزاس، (۱۳۸۶). ترجمه فلاحی، رضا؛ حاجیلو، محسن، تهران: رشد
۹. حسینی بیرجندی، سید مهدی، (۱۳۸۴). اصول و روشهای راهنمایی و مشاوره، تهران: رشد.
۱۰. دهخدا، علی اکبر، (۱۳۷۳). لغت نامه، چاپ اول، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
۱۱. ساعتچی، محمود (۱۳۸۵)، مشاوره و روان درمانی، تهران: مؤسسه ی نشر ویرایش.
۱۲. شریعتمداری، علی (۱۳۸۸). تعلیم و تربیت اسلامی، چاپ دوم، تهران: امیر کبیر .
۱۳. شفیع آبادی، عبدالله، (۱۳۹۰). مقدمات راهنمایی و مشاوره: مفاهیم و کاربرد ها، تهران: رشد.
۱۴. شفیع آبادی، عبدالله، (۱۳۷۸). فنون و روشهای مشاوره، تهران: ترمه.
۱۵. شفیع آبادی، عبدالله، (۱۳۸۹). نظریه های مشاوره و روان درمانی. چاپ نهم، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
۱۶. صافی، احمد (۱۳۸۳)، سازماندهی و اداره ی خدمات راهنمایی و مشاوره با تأکید بر ایران، تهران: روان.
۱۷. طباطبایی، محمد حسین، (۱۳۶۴). ترجمه تفسیر المیزان، جلد سوم، قم: مؤسسه ی مطبوعات دارالعلم.
۱۸. فولادی، عزت الله، (۱۳۸۱). مشاوره همتایان چشم اندازها، مفاهیم بهداشت روان و مهارت ها، تهران، طلوع دانش.
۱۹. قاضی، قاسم (۱۳۸۳)، زمینه ی مشاوره و روان درمانی، تهران: مؤسسه ی انتشارات و چاپ دانشگاه تهران .
۲۰. قاضی، کاظم (۱۳۸۴)، جایگاه شورا در حکومت اسلامی، تهران: عروج.
۲۱. کری، جرالد (۱۳۹۱)، نظریه و کاربرست مشاوره و روان درمانی، ترجمه یحیی سید محمدی، چاپ سوم، نشر ارسباران.
۲۲. گلدارد، دیوید (۱۳۹۷). مفاهیم بنیادی و مفاهیم تخصصی در مشاوره، ترجمه حسینیان، سیمین، تهران:



نشرکمال تربیت.

۲۳. گیبسون، رابرت؛ میشل ماریا، (۱۳۸۲)، مبنای مشاوره و راهنمایی، ترجمه ذاکر، باقرالثانی و همکاران. مؤسسه ی انتشارات بعثت.

۲۴. مای لی، ریچارد، (۱۳۸۰)، ساخت پدید آیی و تحول شخصیت، ترجمه محمود منصور، تهران، سمت.

۲۵. نوایی نژاد، شکوه، (۱۳۸۳)، راهنمایی و مشاوره گروهی، تهران: سمت.

۲۶. وست، ویلیام (۱۳۸۷)، روان درمانی و معنویت، ترجمه سلطانعلی شیر افکن، چاپ دوم، تهران: انتشارات رشد.