

# این فایل شامل دو قسمت است:

## قسمت اول:

تستهای تالیفی کتاب نظریه های مشاوره و روان وان درمانی جerald کری، ترجمه یحیی سید محمدی :

**۲۲۸ تست همراه پاسخ تستی، تشریحی و تحلیل تست**

**از صفحه ۱ الی ۸۴**

## قسمت دوم:

سوالات شبیه سازی شده و پرتکرار نظریه های مشاوره و روان درمانی (همتزار آزمونهای استخدامی):

**۱۱۵ تست همراه پاسخ تستی، تشریحی و تحلیل تست**

**از صفحه ۸۵ الی انتها**

۱. کدام گزینه به بهترین شکل، جوهر اصلی دیدگاه مطرح شده در خصوص رابطه بین «فرد عادی بودن» و «متخصص بالینی بودن» مشاور را توصیف می کند؟ (bzhik.ir)

الف) این دو جنبه باید کاملاً از یکدیگر تفکیک شوند تا ویژگی های شخصی مشاور در فرایند درمان مداخله نکند.

ب) جنبه «انسان بودن» مشاور و تجربیات شخصی او، یکی از نیرومندترین عوامل تعیین کننده در مواجهه درمانی است.

ج) اثربخشی مشاور در درجه اول به مهارت های فنی و دانش نظری او بستگی دارد و ویژگی های شخصی در درجه دوم اهمیت قرار دارند.

د) مشاور باید تلاش کند تا جنبه «فرد عادی» خود را پشت یک نقش حرفه ای پنهان سازد تا بتواند رابطه ای عینی با درمانجو برقرار کند.

**پاسخ صحیح: گزینه «ب»**

پاسخ تشریحی:

اثربخشی یک مشاور صرفاً به فنون و دانش او محدود نمی شود. ویژگی های انسانی، تجربیات، ارزش ها و صفات شخصیتی مشاور، عواملی هستند که به شدت بر فرایند درمان تأثیر می گذارند و در واقع، جنبه انسانی وجود مشاور یکی از قدرتمندترین متغیرهای مؤثر در نتیجه درمان است. این دو هویت «فرد عادی» و «متخصص بالینی» هستی هایی درهم تنیده هستند.



۲. بر اساس ویژگی‌های مشاوران کارآمد، کدام یک از موارد زیر صحیح است؟ (bzhik.ir)

- الف) آن‌ها هویتی ثابت و از پیش تعریف شده دارند و کمتر دچار تغییر در دیدگاه‌های خود می‌شوند.
- ب) آن‌ها به دلیل احساس ارزشمندی و توانمندی درونی، قادر به کمک و دوست داشتن دیگران هستند.
- ج) آن‌ها با اجتناب از پذیرش قدرت خود، تلاش می‌کنند تا رابطه‌ای برابر و بدون تنش با دیگران ایجاد نمایند.
- د) آن‌ها با رضایت از وضعیت موجود، از ریسک کردن برای ایجاد تغییرات بزرگ در زندگی خود پرهیز می‌کنند.

پاسخ صحیح: گزینه «ب»

پاسخ تشریحی:

مشاوران کارآمد برای خودشان احترام قائل‌اند و احساس ارزشمندی می‌کنند. همین نگرش مثبت به خود، به آن‌ها این توانایی را می‌دهد که بتوانند به دیگران کمک کرده و آن‌ها را دوست بدارند. سایر گزینه‌ها نادرست هستند؛ زیرا مشاوران کارآمد هویتی پویا دارند، آماده تغییر هستند و قدرت خود را تشخیص داده و می‌پذیرند.

۳. مهم‌ترین نتیجه‌ای که یک مشاور بالقوه از شرکت در فرایند «مشاوره شخصی» برای خودش کسب می‌کند، چیست؟ (bzhik.ir)

- الف) یادگیری فنون درمانی جدید از طریق مشاهده مستقیم کار یک مشاور دیگر.
- ب) اثبات سلامت روانی خود به نهادهای آموزشی و کسب صلاحیت حرفه‌ای.
- ج) افزایش سطح خودآگاهی و ارزیابی انگیزه‌های شخصی برای ورود به حرفه مشاوره.
- د) یافتن راه‌حل‌های قطعی برای تمام مشکلات شخصی خود پیش از شروع به کار.

پاسخ صحیح: گزینه «ج»

پاسخ تشریحی:

هدف اصلی از مشاوره شخصی برای مشاور، یک نوع خودکاوی عمیق است که به افزایش سطح خودآگاهی او منجر می‌شود. این تجربه به مشاور کمک می‌کند تا انگیزه‌ها، ارزش‌ها، نیازها و نگرش‌های خود را که او را به سمت این حرفه سوق داده‌اند، ارزیابی و درک کند و بفهمد از کمک کردن به دیگران چه نفعی می‌برد.

۴. چرا پرداختن به پدیده «انتقال متقابل» (countertransference) برای مشاوران، به‌ویژه از طریق تجربه کردن درمان

شخصی، یک ضرورت اساسی تلقی می‌شود؟ (bzhik.ir)

- الف) زیرا به مشاور کمک می‌کند تا واکنش‌های هیجانی خود نسبت به درمانجو را شناسایی کرده و از استفاده از رابطه درمانی برای ارضای نیازهای شخصی خود اجتناب ورزد.
- ب) زیرا این پدیده صرفاً در مشاوران تازه‌کار رخ می‌دهد و با تجربه درمان شخصی می‌توان آن را برای همیشه از بین برد.
- ج) زیرا به مشاور می‌آموزد که چگونه احساسات درمانجو (انتقال) را به سمت خود هدایت کرده و آن را مدیریت کند.
- د) زیرا به مشاوران اجازه می‌دهد که احساسات خود را به طور کامل در جلسات درمان ابراز کنند تا رابطه‌ای صمیمانه‌تر شکل گیرد.



پاسخ صحیح: گزینه «الف»

پاسخ تشریحی:

یکی از ضروری ترین قابلیت های یک مشاور کارآمد، تشخیص واکنش های انتقال متقابل در خودش است. انتقال متقابل به معنای فرایند دیدن خود در درمانجویان، همانندسازی بیش از حد با آنها، یا ارضا کردن نیازهای شخصی از طریق آنهاست. تجربه درمان شخصی به مشاور کمک می کند تا از تعارض ها و نیازهای خود آگاه شود و مانع از آن شود که این مسائل شخصی، فرایند کمک به درمانجو را مختل کند.

۵. در خصوص نقش ارزش های شخصی مشاور در فرایند درمان، کدام دیدگاه صحیح تر است؟ (bzhik.ir)

الف) مشاور باید کاملاً از لحاظ ارزشی خنثی باشد و اجازه ندهد هیچ یک از ارزش هایش در فرایند درمان آشکار شود.

ب) مشاور باید فعالانه تلاش کند تا درمانجو را به سمت پذیرش ارزش هایی که از نظر او «درست» هستند، هدایت نماید.

ج) خنثی بودن ارزشی نه ممکن و نه مطلوب است؛ لذا نقش مشاور، آگاهی از ارزش های خود و ایجاد فضایی برای کشف ارزش های درمانجو است.

د) ارزش های مشاور تنها در مرحله هدف گذاری اولیه اهمیت دارند و پس از آن باید به طور کامل از فرایند درمان کنار گذاشته شوند.

پاسخ صحیح: گزینه «ج»

پاسخ تشریحی:

مشاوران نمی توانند و نباید از لحاظ ارزشی خنثی باشند، زیرا مداخلات درمانی بر ارزش های آنها استوار است. با این حال، دو موضع افراطی یعنی «تحمیل ارزش ها» و «تلاش برای خنثی بودن کامل» هر دو اشتباه هستند. نقش صحیح مشاور، ایجاد فضایی امن است که در آن درمانجویان بتوانند افکار، احساسات و اعمال خود را بررسی کرده و به راه حل هایی برسند که با ارزش های خودشان همخوان باشد.

۶. مسئولیت اصلی تعیین کردن اهداف مشاوره بر عهده چه کسی است؟ (bzhik.ir)

الف) درمانگر، که بر اساس نظریه و تخصص خود اهداف درمانی را مشخص می کند.

ب) درمانجو، که با همکاری و پیشروی درمانگر در تعیین اهداف نقش اصلی را ایفا می کند.

ج) خانواده درمانجو، که نیازها و انتظارات خود را از فرایند درمان مشخص می سازند.

د) پروتکل های درمانی استاندارد که اهداف را برای انواع مشکلات به طور ثابت تعیین کرده اند.

پاسخ صحیح: گزینه «ب»

پاسخ تشریحی:

تقریباً همه نظریه های مشاوره موافق هستند که مسئولیت تعیین کردن اهداف عمدتاً به عهده درمانجوست. درمانگر در این فرایند نقش یک همکار را دارد که با پیشروی درمان، به درمانجو در شفاف سازی و تعیین دقیق تر اهداف کمک می کند، اما انتخاب نهایی و جهت گیری اصلی توسط درمانجو صورت می گیرد.

۷. بر اساس چارچوب صلاحیت چندفرهنگی که توسط «سو، آردوندو و مک دیویس» ارائه شده، کدام گزینه یکی از سه زمینه

اصلی شایستگی محسوب نمی شود؟ (bzhik.ir)

الف) عقاید و نگرش ها



(ب) دانش

(ج) مهارت

(د) سوابق تحصیلی

**پاسخ صحیح: گزینه «د»**

پاسخ تشریحی:

چارچوب معروف برای قابلیت‌های مشاوره چندفرهنگی شامل سه جنبه اصلی است: (۱) عقاید و نگرش‌ها (مانند آگاهی از سوگیری‌های خود)، (۲) دانش (مانند اطلاع از پیشینه فرهنگی درمانجو)، و (۳) مهارت (مانند استفاده از راهبردهای مداخله متناسب با فرهنگ). سوابق تحصیلی اگرچه مهم است، اما به عنوان یکی از سه ستون اصلی این چارچوب خاص ذکر نشده است.

۸. توصیه اصلی «کاردمیل و بتل» به درمانگران برای بهبود رابطه درمانی با مراجعان از نژاد یا قومیت متفاوت

چیست؟ (bzhik.ir)

(الف) اجتناب کامل از بحث در مورد مسائل نژادی و قومی برای جلوگیری از ایجاد تنش در جلسه.

(ب) ارجاع دادن درمانجو به مشاوره از نژاد و قومیت مشابه برای تضمین درک متقابل.

(ج) آغاز کردن بحثی بی‌پرده و مستقیم در مورد مسائل نژادی و قومی با درمانجویان.

(د) تمرکز صرف بر مشکلات روان‌شناختی فردی و نادیده گرفتن عوامل اجتماعی و فرهنگی.

**پاسخ صحیح: گزینه «ج»**

پاسخ تشریحی:

کاردمیل و بتل معتقدند که بحث بی‌پرده در رابطه با مسائل نژادی و قومی با درمانجویان، رابطه درمانی را بهبود بخشیده و به نتایج بهتری منجر می‌شود. این کار به جلوگیری از کلیشه‌سازی، درک تفاوت‌ها و اذعان به تأثیر عواملی مانند قدرت و نژادپرستی بر تعامل درمانی کمک می‌کند.

۹. کدام گزینه دو گرایش افراطی و اشتباه را که مشاوران تازه‌کار در زمینه «خود بودن و برملا کردن خویشتن» ممکن است دچار

آن شوند، به درستی توصیف می‌کند؟ (bzhik.ir)

(الف) سکوت بیش از حد در مقابل صحبت کردن بیش از حد در مورد نظریه‌های درمانی.

(ب) پنهان شدن پشت یک صورت ظاهر حرفه‌ای در مقابل تلاش افراطی برای اثبات «انسان بودن» خود.

(ج) تمرکز کامل بر گذشته درمانجو در مقابل تمرکز کامل بر آینده او.

(د) پذیرش کامل مسئولیت درمان در مقابل واگذاری کامل مسئولیت به درمانجو.

**پاسخ صحیح: گزینه «ب»**

پاسخ تشریحی:

مشاوران بی‌تجربه در زمینه «خود بودن» ممکن است به سمت یکی از دو انتهای یک طیف افراطی کشیده شوند. در یک انتها، ممکن است خود را در نقش ثابت خویش گم کرده و پشت یک نقاب حرفه‌ای پنهان شوند. در انتهای دیگر، ممکن است آن‌قدر برای اثبات «انسان بودن» خود تلاش کنند که به شکلی نامناسب به درمانجو فشار بیاورند. هیچ‌کدام از این دو حالت، «خود واقعی» مشاور نیست.

