

دانشگاه علوم و معارف قرآن کریم

دانشکده تفسیر و معارف قرآن قم

پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد

رشته علوم قرآن مجید

موضوع:

نقش مشاوره روان شناختی در سبک زندگی

اسلامی از دیدگاه آیات و روایات

استاد راهنما:

دکتر جعفر بچاری

دانشجو:

سید شجاع درخشان

تابستان ۱۳۹۵

## چکیده

انگیزه ما از طرح این مسأله این بوده است که چون در جامعه امروزی، افراد کمتری در زندگی خود سبک زندگی اسلامی آنرا با توجه به آیات و روایات مورد توجه قرار داده، بیشتر به سراغ الگوهای خارج از حوزه دین می روند در حالی که دین برای سبک زندگی افراد جامعه برنامه دارد که رعایت آن موجب زندگی سالم می شود.

هدف از این تحقیق، بررسی نقش مشاوره روان شناختی در سبک زندگی اسلامی از دیدگاه آیات و روایات می باشد، این تحقیق از نوع تحلیلی - توصیفی بوده و بر مبنای آیات و روایات و نظر دانشمندان از جمله دانشمندان غربی می باشد که در این راستا به مشاوره با اهل فن و خبرگان تأکید شده چون گرفتن مشاوره موجب اتخاذ تصمیمات بهتر می شود که ما در این پایان نامه تلاش کردیم نقش مشاوره روان شناختی در سبک زندگی اسلامی از نظر آیات و روایات را تبیین نماییم.

پس از بررسی آیات و روایات و نظر دانشمندان به این نتیجه می رسیم که بهترین راه زندگی بهتر، رعایت آداب زندگی با توجه به آیات و روایات است. یکی از آداب زندگی از نظر آیات و روایات مشاوره با اهل خبره و اهل فن می باشد که این امر نقش مهمی در رسیدن ما به سبک زندگی اسلامی ایفا می کند.

**کلید واژگان:** ۱- مشاوره، ۲- روان شناختی، ۳- سبک، ۴ زندگی، ۵- سبک زندگی اسلامی،

۶- سبک زندگی غیر اسلامی

## فهرست مطالب

### فصل اول: کلیات و مفاهیم

۱-۱- مقدمه .....	۱
۱-۲- بیان مساله .....	۱
۱-۳- ضرورت و اهمیت پژوهش .....	۳
۱-۴- اهداف پژوهش .....	۳
۱-۵- سوالات پژوهش .....	۳
۱-۵-۱- سوال اصلی .....	۳
۱-۵-۲- سوالات فرعی پژوهش .....	۳
۱-۶- فرضیه های پژوهش .....	۴
۱-۷- پیشینه پژوهش .....	۴
۱-۸- روش گردآوری اطلاعات و داده‌ها .....	۵
۱-۹- پیش فرضهای پژوهش .....	۶
۱-۱۰- روش پژوهش .....	۶
۱-۱۱- جنبه جدید بودن و نوآوری تحقیق .....	۶
۱-۱۲- نتایج علمی و عملی تحقیق .....	۶
۱-۱۳- مفهوم شناسی .....	۶
۱-۱۳-۱- مشاوره .....	۶
۱-۱۳-۲- روان شناختی .....	۷
۱-۱۳-۳- سبک .....	۷
۱-۱۳-۴- زندگی .....	۸
۱-۱۳-۵- سبک زندگی .....	۸
۱-۱۳-۶- سبک زندگی اسلامی .....	۸
۱-۱۳-۷- سبک زندگی غیراسلامی .....	۹

### فصل دوم: جایگاه مشاوره از منظر مطالعات غرب و آیات و روایات

۲-۱- جایگاه مشاوره از منظر مطالعات غرب .....	۱۱
۲-۲- جایگاه مشاوره از منظر آیات و روایات .....	۱۷

- ۱۸-۲-۱- تأکید اسلام بر بهداشت روانی و سلامت روح انسانها ..... ۱۸
- ۱۹-۲-۲- لزوم توجه به نمایات، هنجارها و وظایف اسلامی در تدوین نظریه درمانی کاربرد مشاوره در جوامع اسلامی: ..... ۱۹
- ۲۰-۲-۳- ضرورت توجه به باورها، اعتقادات و ارزش‌های دینی مراجعان: ..... ۲۰
- ۲۰-۲-۴- وجود توصیه‌های ارزشمند و راه کارهای موثر مشاوره‌ای در کلام و مرام معصومین "علیهم السلام": ..... ۲۰
- ۲۱-۳- اهمیت مشاوره در احادیث: ..... ۲۱
- ۲۲-۴- هدفهای مشاوره ..... ۲۲
- ۲۳-۵- خصوصیات راهنما و مشاور از دیدگاه اسلام ..... ۲۳
- ۲۴-۶- وظایف مشاوران: ..... ۲۴
- ۲۶-۷- فنون مشاوره و راهنمایی در اسلام: ..... ۲۶
- ۲۹-۸-۲- مقایسه مشاوره از منظر روان‌شناسی و مشاوره تخصصی از منظر روایات و آیات ..... ۲۹

### فصل سوم: اقسام سبک زندگی از منظر مطالعات غرب و آیات و روایات

- ۳۲-۱-۳- تعریف سبک زندگی ..... ۳۲
- ۳۳-۲-۳- سبک زندگی چیست؟ ..... ۳۳
- ۳۴-۳-۳- سبک زندگی در نگاه غرب ..... ۳۴
- ۴۴-۴-۳- زمینه‌های فلسفی و فکری سبک زندگی غربی کدام است؟ ..... ۴۴
- ۴۵-۵-۳- تاثیر سبک زندگی غربی بر جامعه ایران ..... ۴۵
- ۴۷-۶-۳- حوزه‌های متأثر از سبک زندگی غربی ..... ۴۷
- ۴۷-۷-۳- دیدگاه‌های سبک زندگی ..... ۴۷
- ۵۱-۸-۳- اقسام سبک زندگی از منظر آیات و روایات ..... ۵۱
- ۵۱-۹-۳- سبک زندگی در نگاه اسلامی ..... ۵۱
- ۵۳-۱۰-۳- اشاری قرآن به سبک زندگی ..... ۵۳
- ۵۴-۱۱-۳- سندی از نهج البلاغه در مورد اهمیت سبک زندگی ..... ۵۴

### فصل چهارم: اصول و مولفه‌های مشاوره روان‌شناختی و سبک زندگی از منظر مطالعات غرب و آیات و روایات

- ۵۸-۱-۴- اصول و مولفه‌های مشاوره روان‌شناختی از منظر مطالعات غرب ..... ۵۸
- ۵۹-۲-۴- اصول و مولفه‌های مشاوره روان‌شناختی از منظر آیات و روایات ..... ۵۹
- ۷۲-۳-۴- اصول و مولفه‌های سبک زندگی از منظر مطالعات غرب ..... ۷۲
- ۷۵-۴-۴- اصول و مولفه‌های سبک زندگی از منظر آیات و روایات ..... ۷۵
- ۷۵-۵-۴- اهمیت پرداختن به بحث "سبک زندگی": ..... ۷۵

۶-۴- سبک زندگی دینی و سبک زندگی اسلامی-ایرانی: ..... ۷۷

۷-۴- سبک‌های زندگی اسلامی ..... ۷۸

فصل پنجم: نقش مشاوره روان شناختی در راهکار سازی در سبک زندگی اسلامی از منظر آیات و روایات

۱-۵- نقش مشاوره روانشناختی در راهکار سازی در سبک زندگی اسلامی از منظر آیات: ..... ۸۹

۲-۵- نقش مشاوره روان شناختی در راهکار سازی در سبک زندگی اسلامی از منظر روایات: ..... ۹۲

۳-۵- سبک زندگی کنونی ما در مواجهه با غرب مدرن ..... ۱۰۳

### فصل ششم: نتیجه گیری

۱-۶- نتیجه گیری: ..... ۱۰۷

۲-۶- پیشنهاد و راهکار ها ..... ۱۰۸

منابع و ماخذ : ..... ۱۰۹

# فصل اول: کلیات و مفاهیم

## ۱-۱- مقدمه

با مرور تاریخ نظریه های مشاوره و روان درمانی می توان جنین استنباط کرد که برای شکل گیری هر رویکرد مشاوره و روان درمانی پنج گام اساسی باید برداشته شود. گام اول عبارت است از پی ریزی بنیادها یا به تعبیر دیگر فرضیه های فلسفی که شامل هستی شناسی، انسان شناسی و معرفت شناسی، گام دوم ریشه یابی اختلالات و نابسامانی های روانی، و به معنای دیگر، تشخیص ریشه اصلی اختلالات روانی. در گام سوم، هدف از مشاوره و روان درمانی باید بیان شود. گام چهارم، شیوه درمان می باشد. گام پنجم، به پژوهش های بالینی از قبیل مطالعات موردی اختصاص دارد. هدف از این گام، ارزیابی نظریه، تأیید، اصلاح، و شرح آن می باشد. هدف از این پایان نامه، این است که بینیم مشاوره روانشناختی چه تأثیری بر سبک زندگی اسلامی دارد؟

## ۱-۲- بیان مساله

بدون تردید قرآن کریم بهترین و عالی ترین کتاب تربیت و هدایت بشر است و احکام و آموزه های آن همگی در راستای رساندن انسان به کمال و سعادت مطلوب اوست. مفسر اصلی این آیات که بدرستی می تواند آنها را برای انسان تبیین کنند، احادیث و روایات اهل بیت عصمت و طهارت علیهم السلام است. از این روتوجه و التزام به اوامر و نواهی آیات قرآن کریم و روایات معصومین علیهم السلام می تواند انسان را در مسیر زندگی به سوی کمال شایسته اش هدایت نماید یکی از آموزه های قرآنی و روایی که به آن پرداخته شده "مشاوره" و "مشورت دادن" است. قرآن کریم در چندین جا به موضوع مشاوره پرداخته است که هر کدام نشان از اهمیت موضوع دارد:

۱- "فَاغْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ" پس چون امت بد کنند از آنان در گذر و از خدا بر آنها طلب آمرزش کن و برای دلجوئی آنها در کار جنگ مشورت نما لیکن آنچه خود تصمیم گرفتی با توکل به خدا انجام ده که خدا آنان که بر او اعتماد کنند دوست دارد.<sup>۱</sup>

پس چون امت بد کنند از آنان در گذر و از خدا بر آنها طلب آمرزش کن و برای دلجویی آنها در کار جنگ مشورت نما لیکن آنچه خود تصمیم گرفتی با توکل به خدا انجام ده. "دلالت این آیه بر اهمیت مشورت، بدین سبب است که پیامبر اکرم "صلی الله علیه وآله وسلم" با آنکه از خردواندیشه ای برتر برخوردار بودومی توانست با کمک وحی تصمیم بگیرد و راه صواب را برگزیند، فرمان یافته است تا در تصمیم گیریهای مهم از فکر جمعی استفاده کند، باشد که در این رهگذر، فرهنگ نظرخواهی و رایزنی

<sup>۱</sup> آل عمران/ ۱۵۹

گسترش یابد و به صورت سنتی ماندگار و فرهنگی نهادینه درآید. مشاوره اقدامی حمایتی برپایه علوم روان شناسی در حمایت از فردی است که آسیب دیده یا در معرض آسیب قرار دارد. مشاوره، کمک مشورتی، فکری و اطلاعاتی همراه با آزادی دادن درگزينش راه حل و همراه با احترام، با استفاده از دانش روان شناسی به فردی است که در شرایط انتخاب راه حل و تصمیم گیری قرار دارد، یا در سازگاری با محیط اطراف خود دچار مشکل است. مشاوران با بهره گیری از مهارت های گوناگون روان شناختی و مهارت های کلامی از راه سعی در تقویت عزت نفس، تفکر مثبت سلامتی روان، تقویت قدرت روحی و آگاهی بخشی، به حل مشکل مددجو توسط خود او و با توجه به تفاوت های فردی و شرایط و احساس وی کمک می کنند. مشاوره از دیدی روانشناسانه به ساده سازی و تسهیل رشد شخصیت افراد کمک می کند، مشاوره را می توان برخورد دو جانبه مشاور و مراجع دانست که در یک وضعیت حرفه ای و برای ایجاد تغییراتی در رفتار مراجع صورت می گیرد. البته باید دانست که بین مشاوره و روان درمانی تفاوت هایی قائل شده اند، گفته شده است که مشاوره برای برخورد با افراد عادی و روان درمانی برای مواجهه با افراد غیر عادی است. مشاوره برای ساده سازی رشد مراجع و روان درمانی برای بر طرف نمودن تعارضهای شخصیتی او است. هدف از مشاوره روان شناسی، که جنبه روان شناختی دارد، بهبود وضعیت روحی - روانی و کیفیت بخشی به زندگی مراجع از جهت روانی است. لذا با مشاوره روانشناختی سعی بر این داریم که رفتارهای ناهنجار افراد را که در اثر روان و درون در هم ریخته فرد صورت می گیرد را تغییر دهیم. بی تردید زندگی هدفمند آدمی همراه با آمل و آرزوهایی است که هر کسی برای دست یافتن به آن، خرد، دانش و تجربه خویش را به کار می گیرد. اما نباید این حقیقت را از نظر دور داشت که خرد و دانش آدمی، هم محدود است و هم متنوع، از آن رو که محدود است برای موفقیت و دست یافتن به هدف کافی نیست، و بدان سبب که متنوع است و هر کسی اندیشه و فکری رانتهفته دارد، آدمی از خرد و اندیشه دیگران بی نیاز نیست، پس باید با روی آوردن به مشورت و بهره مندی از فکر جمعی، اندیشه ها را درهم آمیخت و از آن، راه موفقیت را به دست آورد چرا که بی گمان از تلاقی اندیشه هاست که از ره آورد آن می توان راه پویایی و شکوفایی را پیمود و به مقصود خویش رسید. مشاوره که در هر زمانی پسندیده است در روزگار ما پسندیده تر است، زیرا زندگی در روزگار ما پیچیدگی های ویژه خود را دارد و به تناسب آن، آگاهیها و مهارتهای خاص خود را می طلبد و این نمی شود جز با استفاده از فکر جمعی که در مشورت و رایزنی تجلی پیدا می یابد.

### ۱-۳- ضرورت و اهمیت پژوهش

در این عصر پیشرفت و تکنولوژی، مشغله های فراوان، آرامش روحی و روانی انسان را به خطر انداخته، برخی اشخاص، گروه ها، رسانه ها... ادعای این را دارند که می خواهند بامشاوره دادن و راهنمایی کردن به افراد، آرامش را به زندگی آنها باز گردانند ولی متأسفانه هیچ کدام به معنای واقع نتوانستند چنین کنند و دور ماندن انسان از آموزه های هدایت بخش و آرامش بخش قرآن و روایات اهل بیت علیهم السلام باعث شده است که روز به روز آرامش و طریقه زندگی کردن به سبک و شیوه اسلامی از زندگی انسان ها دور و دورتر شود.

لذا مناسب دیدم که همگی بدانیم و بفهمانیم که بهترین مشاور و راهنمایی کننده برای رسیدن انسان به زندگی توأم با آرامش واقعی و زندگی به سبک اسلامی، دستورات الهی و فرمایشات معصومین "علیهم السلام" می باشد و باید به آنها مراجعه نمود.

### ۱-۴- اهداف پژوهش

هدف اصلی این پژوهش آشنایی با نقش روان شناختی مشاوره در سبک زندگی اسلامی از منظر آیات و روایات می باشد، تا همگی بدانند برای داشتن یک زندگی به سبک اسلامی باید از افراد متدین و متخصص در امور دینی - اسلامی مشاوره و راهنمایی گرفت، نه اینکه هر فردی را مشاور و راهنمای خود قرارداد.

### ۱-۵- سوالات پژوهش

#### ۱-۵-۱- سوال اصلی

نقش مشاوره روان شناختی در سبک زندگی اسلامی از دیدگاه آیات و روایات چیست؟

#### ۱-۵-۲- سوالات فرعی پژوهش

۱) آیا مشاوره به عنوان یک اصل پذیرفته شده از طرف شارع مقدس برای فهم سبک زندگی اسلامی می باشد؟

۲) آیا آیات و روایات، می توانند به عنوان یک مشاور دقیق انسان را به زندگی دینی همراه با آرامش سوق دهند؟

۳) آیا مشاوره روان شناختی بیشتر رویکرد تربیتی و شیوه تغییر رفتار را دنبال می کند؟

- ۴) آیا سبک زندگی اسلامی، به معنای این که رفتار و گفتار انسان طبق آموزه های اسلامی توأم با اعتقاد به آن آموزه ها باشد، می باشد؟
- ۵) آیا مشاوره روان شناختی، نقش مهمی در امر فردی و خانوادگی و اجتماعی ایفا می کند؟
- ۶) آیا آگاهی مشاوران و مراجعان، به نقش خود تأثیری بر امر مشاوره دارد؟

### ۱-۶- فرضیه های پژوهش

- ۱) مشاوره به عنوان یکی از اصول پذیرفته شده شارع مقدس، راهی مناسب برای فهم سبک زندگی اسلامی است.
- ۲) آیات و روایات می توانند به عنوان یک مشاور دقیق انسان را به زندگی دینی، توأم با آرامش برسانند.
- ۳) مشاوره روانشناختی بیشتر تربیتی و برای ساده سازی رشد و تغییر رفتار است.
- ۴) سبک زندگی اسلامی یعنی رفتار و گفتار انسان براساس آموزه های اسلامی و توأم با اعتقاد به آن آموزه ها باشد.
- ۵) مشاوره روان شناختی نقش مهمی در امر فردی و خانوادگی و اجتماعی مانند دوری از اسراف و رعایت بهداشت و ازدواج و... دارد.
- ۶) مشاوران و مراجعان هرکدام باید به وظیفه خود در امر مشاوره آگاه و به خوبی به آن عمل کنند.

### ۱-۷- پیشینه پژوهش

در پژوهشی که آقایان علی برومند و علی مشرقیتحت عنوان مقایسه سبک زندگی در جامعه قرآنی با سبک زندگی غربی انجام داده اند، این طور بیان داشته اند که آنچه در این پژوهش دنبال می شود مقایسه سبک زندگی از دیدگاه اندیشه غرب و اسلام است. در اندیشه غرب آنقدر به روبناها و ظواهر زندگی انسانها پرداخته شده که اغلب به لایه های عمیق انسانی توجه نشده است. اما در تفکر توحیدی؛ نوع نگاه کاملاً متفاوت است چرا که به ندای فطری بشر پاسخ مثبت داده شده که برای بهتر زندگی کردن با الگوها و تکنیک های دینی می توان دغدغه های بشر را از بین برد و حتی افکار را در جهت مثبت هدایت کرد.

در این پژوهش برای درک و شناخت بهتر سبک زندگی، ضمن شناخت مفهوم آن، ابتدا این موضوع را از نگاه باورهای غربی که بسیار بر روی آن ادعا دارند مورد مطالعه قرار می دهیم و نمونه های

بارز آن را مطرح می‌کنیم و سپس از نگاه اسلام مورد بحث و بررسی قرار می‌دهیم. تاروشن گردد که تفاوت میان سبک زندگی غربی و سبک قرآنی-اسلامی در کجا و تا چه حدی است و چه عمقی از زندگی‌های روزمره‌ی مسلمانان درگیر در سبک زندگی غربی و آمریکایی شده است. برای تکمیل استدلال‌ها و تحلیل‌ها از منابع و کتب مفیدی استفاده شده و از راهنمایی‌های صاحب‌نظران مختلفی بهره‌گرفته شده است امید است خوانندگان این مطالب با نقد و اظهار نظرهای خود یاریگر ما باشند.

در تحقیقی دیگر که دکتر عباس امان‌اللهی انجام داده است این طور مطرح نموده که در تحقیق خود ضمن تبیین مفهوم مشاوره و بیان تفاوت‌های مفهومی مشاوره استدلال شده است که اسلام یک مکتب و نظریه مشاوره‌ای نیست بلکه نظام فکری، عقیدتی و رفتاری جامعی است که چارپوب‌های کلی زندگی انسان را ترسیم کرده است و راههای وصول به فلاح و سعادت نهایی را مشخص نموده است و اصول و روشهای مشاوره همچون سایر امور بشری باید لااقل در جوامع اسلامی با اهداف، ارزش‌ها، هنجارها، برنامه‌ها و تکالیف اسلامی سازگاری یابد. بدین ترتیب روشن می‌شود که چرا باید مشاوره و روان‌درمانی از دیدگاه اسلام مورد بررسی قرار گیرد. تأکید اسلام بر مسأله مقدماتی و زیربنایی بهداشت و سلامت روانی انسانها و ارائه راهکارهای مناسب برای تحقق آن، لزوم توجه به غایات، هنجارها و وظایفی که اسلام برای بشر معین کرده است در تدوین نظریه درمانی و تنظیم روشهای مشاوره وجود توصیه‌های ارزشمند و ارائه راهبردهای کارآمد مشاوره‌ای در کلام و مرام معصومین "علیهم السلام" و اهمیت توجه به باورها، اعتقادات و ارزشهای دینی مراجعان در امر مشاوره و راهنمایی، پاره‌ای از دلایل پرداختن به این موضوع از دیدگاه اسلام می‌باشند.

بررسی‌های صورت گرفته نشان می‌دهد که در موضوع مشاوره بحث‌ها و کتاب‌های مختلفی نوشته شده اما دقیقاً "به این موضوع یعنی نقش روان‌شناختی مشاوره در سبک زندگی اسلامی از دیدگاه آیات و روایات" پرداخته نشده است، لذا این موضوع به این عنوان موضوع جدیدی است که پیشینه‌ای ندارد. از جمله کتاب‌هایی که در زمینه مشاوره نوشته شده است می‌توان به کتاب اصول و فنون مشاوره، کتاب فنون و روش‌های مشاوره اشاره کرد.

## ۱-۸- روش گردآوری اطلاعات و داده‌ها

روش جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش، کتابخانه‌ای می‌باشد.

## ۹-۱- پیش فرض‌های پژوهش

مشاوره صحیح گرفتن از نظر عقلی و شرعی مورد تأیید است، هر فرد مسلمان اگر بخواهد یک زندگی به سبک اسلامی داشته باشد باید طبق آیات قرآن و دستورات اهل بیت علیهم السلام از افراد مطلع و متخصص در امور زندگی اسلامی مشورت بگیرد و آنها را به عنوان مشاوران خود قرار دهد تا یک زندگی اسلامی توأم با آرامش داشته باشد.

## ۱۰-۱- روش پژوهش

توصیفی □ تجربی □ تاریخی □ علی □ توصیفی-تحلیلی ■

## ۱۱-۱- جنبه جدید بودن و نوآوری تحقیق

نگاه متفاوت به این موضوع از آن جهت است که می‌خواهد از منظر آیات و روایات، نقش مشاوره روان شناختی در سبک زندگی اسلامی را مورد بررسی قرار دهد و می‌خواهیم به طور تفصیلی و جزئی نقش مشاوره روان شناختی در سبک زندگی اسلامی را مورد تحلیل و بررسی قرار دهیم.

## ۱۲-۱- نتایج علمی و عملی تحقیق

نتیجه علمی این تحقیق، بهره‌گیری از قرآن و اهل بیت "علیهم السلام" درباره نقش مشاوره روان شناختی در سبک زندگی اسلامی، در راستای آشنایی با بحث روان شناختی مشاوره و گسترش آن در بین جوانان، نوجوانان، دانش‌آموزان و بطور کلی خانواده‌ها می‌باشد.

## ۱۳-۱- مفهوم شناسی

### ۱-۱۳-۱- مشاوره

مشاوره در لغت عرب، نظرخواهی از طرف مشورت است. راغب در مفردات می‌گوید:  
"الفاظ سه‌گانه «تساور»، «مشاوره» و «مشورت» به معنای استخراج رأی صحیح است؛" یعنی این که آدمی در مواقعی که درباره کاری رأی صحیح از خود ندارد، به دیگری مراجعه کند و از او رأی صحیح

<sup>۱</sup> المفردات فی غریب القرآن، راغب اصفهانی، ص ۲۷۰

بخواهد و این کلمه از ماده (ش، و، ر) گرفته شده و در قرآن کریم نیز سخن از مشاوره آمده است. در لغت نامه دهخدا واژه «مشاوره» چنین تعریف شده است:

کلمه مشورت و مشاوره، که در تداول فارسی زبانان به کسر «واو» و «راء» تلفظ می شود ولی تلفظ صحیح آن مشاوره به فتح «واو» و «راء» است، واژه ای عربی از ریشه شَارَ یَشِيرُ به معنای بیرون آوردن، آراستن و رأی زدن است.<sup>۱</sup>

مشاوره، در اصطلاح به معنای تعاملی است بین مراجع و مشاور که بدین وسیله به مراجع کمک می شود تا پس از شناختن خویش تصمیمات معقول و مقبولی اتخاذ کند. به بیان دیگر، مشاوره جریان بحث و بررسی مشکلات و مسائلی است که مراجع با آن ها روبه روست و علاقه مند به طرح آن ها می باشد. مراجع از طریق بحث و گفت و گو درباره مشکلش با مشاور در جریان رابطه مشاوره ای توأم با درک و تفاهم، به خودشناسی و کشف راه حلی موفق می گردد و سرانجام تصمیم معقول و مناسبی اتخاذ می کند. با استفاده از معنای لغوی و اصطلاحی مشاوره، می توان در تعریف آن گفت: "مشورت و مشاوره پویایی است که به انسان کمک می کند تا با استفاده از فرصتهای فردی و اجتماعی و نیز با آگاهی از کاستی ها و نارسایی ها، از فرصتهای فردی و اجتماعی بهتر استفاده کند و برای حل مشکل خود و جامعه، تصمیمی درست و راه حل مناسبی اتخاذ نماید."<sup>۲</sup>

### ۱-۱۳-۲- روان شناختی

"یعنی شناختن روان یا ذهن. چون نمی توانیم از فرایند ذهنی دیگران، یعنی از آنچه در درون مغز دیگران اتفاق می افتد، شناخت مستقیم داشته باشیم، به اجبار باید عملکرد آنها یا، به سخن دیگر، رفتار آنها را در نظر بگیریم. روان شناختی در واقع یعنی اینکه از رفتار فرد پی به افکار او می بریم."<sup>۳</sup>

### ۱-۱۳-۳- سبک

این واژه از مصدر ثلاثی مجرد، به معنای "گذاختن و قالب گیری طلا و نقره" است.<sup>۴</sup> امروزه در زبان عربی از معادل اسلوب برای معنای سبک بهره می برند. در مجموع می توان معانی زیر را برای این واژه برشمرد: روش، شیوه و روش انجام چیزی، مد، عادت و رسوم.<sup>۵</sup>

<sup>۱</sup> لغت نامه، علی اکبر دهخدا، ج ۱۲، ص ۱۸۴۷۸.

<sup>۲</sup> فرهنگ روابط اجتماعی در آموزه های اسلامی، مشاوره، رضا وطن دوست، ص ۴۱۰، ج ۲.

<sup>۳</sup> مقدمه ای بر مشاوره و روان درمانی، سیداحمد احمدی، ص ۱۲۳.

<sup>۴</sup> لسان العرب، محمدبن مکرم بن منظور، ج ۱۰، ص ۴۳۸.

<sup>۵</sup> دین و سبک زندگی، محمد سعید مهدوی کنی، ص ۴۷.

معنای اصطلاحی سبک عبارت است از نوع خاص و چگونگی و روش انجام کاری و باتوجه به معنای لغوی واژه سبک در زبان عربی که عبارت از گذاختن و قالب گیری طلا و نقره است و با توجه به نزدیکی معنایی "سبک" و "قالب"، شاد بتوان سبک را به قالب نیز تعریف کرد و چنین برداشت نمود که رفتارهای انسان همچون طلاها و نقره هایی است که به گذاختن و تحلیل نیاز دارد و در نهایت در قالبی ریخته می شود تا شکل خاصی بیابد و در نتیجه آن شخصیت انسانی شکل بگیرد انسان را در راه رشد و تکامل به سوی هدف و مقصد خویش حرکت کند و به کمال دست یابد.<sup>۱</sup>

### ۱-۱۳-۴- زندگی

این واژه در لغت مترادف واژه های زندگانی، معاش، حیات و نقیض مرگ و ممات است.<sup>۲</sup> افزون بر واژه "معاش"، واژه "معیشه" نیز که با "معاش" هم ریشه است، در قرآن کریم به کار رفته است. این دو واژه از ریشه "عیش" بوده و آن برنامه معینی است برای اموری همچون خوراک، لباس، مسکن، شغل، خواب و حالات خود بر می گزینند. حیات نیز از صفت های انسان است که به مسئله وجود باز می گردد.<sup>۳</sup> مفهوم اصطلاحی حیات نیز به تعیین محدوده حیات هر موجود بر اساس تعریف ما از آن موجود بستگی دارد که بر این اساس حیات واقعی هر موجود متناسب با منزلت حقیقی آن موجود تعریف می شود. لذا حقیقت حیات انسانی ایمان و اعتقاد به خدا و آشنایی با معاد و علوم معارف الهی شمرده می شود.<sup>۴</sup>

### ۱-۱۳-۵- سبک زندگی

"سبک زندگی شیوه ای نسبتاً ثابت است که فرد اهداف خود را به آن طریق دنبال می کند، یعنی راهی است برای رسیدن به اهداف، این شیوه ها، حاصل زندگی دوران کودکی فرد است، بعد عینی و کمیت پذیر شخصیت افراد است."<sup>۵</sup>

### ۱-۱۳-۶- سبک زندگی اسلامی

"سبک زندگی اسلامی، یعنی آنچه به رفتار فرد همراه با پشتوانه شناخت و عواطف می پردازد، یعنی باتوجه به اینکه در سبک زندگی اسلامی تاکید بر روی رفتار است، ولی به حداقل های عواطف و شناخت ها نیز نظر دارد. در واقع در سبک زندگی اسلامی رفتار فرد باید به دنبال یک نیت

<sup>۱</sup> مؤلفه ها و شاخص های سبک زندگی اسلامی، محمد شبیدینی - ابراهیم نصرالله پور - علی کریمی، ص ۲۶

<sup>۲</sup> لغت نامه، علی اکبر دهخدا، ج ۶، ص ۸۱۱۹ و ج ۸، ص ۱۱۴۲۲

<sup>۳</sup> المفردات فی غریب القرآن، حسین محمد بن راغب اصفهانی، ص ۵۹۶

<sup>۴</sup> مؤلفه ها و شاخص های سبک زندگی اسلامی، محمد شبیدینی - ابراهیم نصرالله پور - علی کریمی، ص ۲۹

<sup>۵</sup> سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن، محمد کاویانی، ص ۱۶

درست و صحیح باشد. یعنی این که شیوه والگوی رفتار بر مبنای ارزش های اسلامی است که مقصد آن پیشرفت و تشکیل جامعه اسلامی است.<sup>۱</sup>

### ۱-۱۳-۷- سبک زندگی غیراسلامی

"زیمل" از دانشمندان غربی سبک زندگی را اینطور تعریف می کندومی گوید: "سبک زندگی تجسم تلاش انسان است برای یافتن ارزش های بنیادی خود در فرهنگ عینی اش و شناساندن آن به دیگران، به سخن دیگر، انسان برای معنای مورد نظر خود، شکل های رفتاری ای را برمی گزیند."<sup>۲</sup>

---

<sup>۱</sup> همان، ص ۱۸

<sup>۲</sup> همان، ص ۳۴

<sup>۱</sup> zimel

# فصل دوم: جایگاه مشاوره از منظر مطالعات

## غرب و آیات و روایات

جایگاه مشاوره از منظر مطالعات غرب

جایگاه مشاوره از منظر آیات و روایات

## ۲-۱- جایگاه مشاوره از منظر مطالعات غرب

ظهور رشته روانشناسی در اواخر قرن نوزدهم به عنوان مطالعه علمی رفتار و توجه به "مشاوره" به عنوان یک حرفه تخصصی مبتنی بر روانشناسی، واجد اهمیت است.<sup>۱</sup> شروع رسمی روانشناسی به عنوان علمی مستقل در سال "۱۸۷۹" هنگامی رخ داد که ویلهلم ونت، انستیتوی روانشناسی خود را در دانشگاه لایپزیک تاسیس کرد.<sup>۲</sup> این اقدام، شروع نهضت در راستای مطالعه منظم رفتار انسان، به عوض مشاهدات بی هدف و غالباً سودار و یک طرفه بود. مشاوره به عنوان یک رشته تخصصی با کار "جی دیویس" در سال "۱۸۹۸" آغاز شد. دیویس از مشکلات اجتماعی و حرفه ای دانش آموزان خود رنج می برد. او درس انشاء را مناسب ترین موضوعی یافت که در آن می تواند به هدایت حرفه ای و اخلاقی دانش آموزان بپردازد. برای دیویس تعریف و هدف مشاوره چیزی جز این نبود که دانش آموزان نسبت به شخصیت خود درک بهتری پیدا کنند و به عنوان یک فرد برای خود، دیگران، جامعه و برای شغل آینده خود ارزش قائل شوند. همزمان با دیویس، پیش کسوت دیگری در هدایت حرفه ای به نام "پارسونز" ظهور کرد. پارسونز را پدر مشاوره حرفه ای نامیده اند. پارسونز برای اولین بار مرکزی را برای هدایت حرفه ای جوانان دایر کرد. او متوجه شد که باید به افراد کمک کرد تا نقاط قوت و ضعف خود را بشناسند و از این علم و اطلاع در انتخاب مشاغل استفاده کنند.<sup>۳</sup> برنامه مشاوره حرفه ای از جنبش اصلاح اجتماعی نشأت می گرفت. "در سال ۱۹۱۳. م. مؤسسه اطلاعات شغلی و حرفه ای در "بستن" به وجود آمد و در همین راستا، در سال ۱۹۱۵. م. مجله "بولتن حرفه ای" منتشر شد و در سال "۱۹۲۲. م" پاترسون، مقاله ای نوشت و پرسشنامه شغلی تهیه کرد و در سال "۱۹۳۳. م" مرکز اشتغال و کاربایی ایجاد شد و در سال "۱۹۳۸"، وزارت آموزش و پرورش، دفتر خدمات راهنمایی و اطلاعات شغلی تاسیس کرد. در سال "۱۹۵۱"، گینزبرگ، اقتصاددان معروف با همکاریانش، کتاب "انتخاب یک حرفه" را منتشر ساخت. و در سال "۱۹۵۸"، قانون دفاع ملی آموزش و پرورش، میلیونها دلار را به خدمات راهنمایی و تربیت مشاوران اختصاص داد. از نظر تعداد مشاوران در آمریکا، در سال "۱۹۱۷"، پنجاه نفر و در سال "۱۹۶۳"، ۳۶ هزار نفر و در سال "۱۹۷۰" ، چهل هزار نفر بوده و تعداد مؤسسات و دانشگاههایی که در تربیت مشاوران شرکت داشتند، در سال "۱۹۵۷"، ۲۱۲ و در سال "۱۹۶۸"، ۴۵۰ عدد بوده است. در کشورهای دیگر نیز مشابه آمریکا عمل شده است و در خصوص راهنمایی حرفه ای در بلژیک، در سال "۱۹۱۴" و در فرانسه در سال

<sup>۱</sup>مقدمات راهنمایی و مشاوره، عبدالله شفیق آبادی، ص ۲۳

<sup>۲</sup>زمینه مشاوره و راهنمایی، رابرت گیسیون - ماریان میشل، مترجم باقر ثنائی، ص ۲۳

<sup>۳</sup>مقدمه ای بر مشاوره و روان درمانی، سید احمد احمدی، ص ۶