

نمونه سوالات درس مشاوره با کودک (پاییز 1394).

منبع: مفاهیم بنیادی و مباحث تخصصی در مشاوره. نوشته دیوید گلدارد، ترجمه سیمین حسینیان.

فصل اول: چرا می خواهید مشاور شوید

1- کدام مورد نمی تواند، جزو اهداف یک مشاور باشد؟

(الف) کمک به مراجع جهت داشتن احساس بهتر. (ب) ایجاد تغییرات در مراجع با سرعت هر چه بیشتر

(ج) کمک به مراجع تا یاد بگیرد، چگونه هر چه بیشتر خودکفا شود. (د) نصیحت کردن مداوم مراجع و دادن راه حل به وی در تمام جلسات.

فصل دوم: رابطه مشاوره ای

2- کدام مورد جزو ویژگی های یک مشاور اثربخش نیست؟

(الف) همخوانی (ب) همدلی (ج) توجه مثبت مشروط (د) توجه مثبت نامشروط

3- این امر که مشاور بهتر است سعی کند خود واقعی اش را نشان دهد و نه اینکه تظاهر کند، بیانگر کدام ویژگی یک مشاور اثربخش است؟

(الف) همخوانی (ب) همدلی (ج) توجه مثبت مشروط (د) توجه مثبت نامشروط

4- این که مشاور سعی کند خود را به جای مراجع قرار داده و همانند او احساس و فکر کند، بیانگر کدام ویژگی یک مشاور اثربخش است؟

(الف) همخوانی (ب) همدلی (ج) توجه مثبت مشروط (د) توجه مثبت نامشروط

5- این که مشاور سعی کند تا مراجع را به صورت غیر داورانه بپذیرد، بیانگر کدام ویژگی یک مشاور اثربخش است؟

(الف) همخوانی (ب) همدلی (ج) توجه مثبت مشروط (د) توجه مثبت نامشروط

6- توجه مثبت نامشروط به معنای.....

(الف) این است که به مراجع بگوییم که با او موافق بوده و حرف هایش را تایید کنیم

(ب) این است که ارزش های مراجع را برای خود برگزینیم.

(ج) این است که مراجع را بپذیریم و در مورد او قضاوت نکنیم. (د) این است که بهتر است از وی انتقاد کنیم.

7- اولین گام در دستیابی به ویژگی توجه مثبت نامشروط این است که.....

(الف) سعی کنیم جهان را از دید مراجع مشاهده کنیم. (ب) سعی کنیم همواره موافق نظر دیگران باشیم.

(ج) سعی کنیم همواره خودمان باشیم و نقش بازی نکنیم. (د) برای مراجع به اندازه خودمان ارزش قایل باشیم.

8- کدام گزینه در مورد مشاور و نقش او در جلسه مشاوره، نادرست است؟

(الف) عباراتی که مشاور استفاده می کند، کم اهمیت تر از توانایی او در ایجاد یک رابطه معنادار با مشاور است.

(ب) یک مشاور اثربخش، بیشتر از آنکه حرف بزند، گوش می کند.

(ج) نقش مشاور این است که مسیر حرکت مراجع را انتخاب کند.

(د) نقش مشاور این است که به مراجع کمک کند، تا خود را کشف کرده و از سردرگمی درآید.

فصل چهارم: توجه به مراجع و استفاده از پاسخ های کوتاه

9- بهترین راه برای اینکه به مراجع نشان دهیم که توجه کاملی به وی داریم، کدام است؟

(الف) انعکاس دادن احساسات وی (ب) استفاده از پاسخ های کوتاه

(ج) انعکاس دادن محتوای صحبت های وی (د) نگاه کردن مداوم به چشمان وی

10- در زمینه استفاده از پاسخ های کوتاه، کدام مورد درست است؟

(الف) بهتر است مشاور از پاسخ های کوتاه به طور دایم و مداوم استفاده کند.

(ب) به منظور ایجاد یک رابطه محکم، مشاور بهتر است، که آهنگ و صدای خود را با آهنگ و لحن صدای مراجع هماهنگ کند.

(ج) مشاور باید همیشه فقط از پاسخ های کوتاه کلامی استفاده کند.

(د) بهتر است که مشاور همواره تماس چشمی مداومی با مراجع داشته باشد.

فصل پنجم: انعکاس محتوا

11- وظیفه اصلی مشاور این است که

- (الف) به طور فعال به حرف های مراجع گوش کند.
(ب) به طور فعال حرف بزند
(ج) به طور مداوم به مراجع راه حل داده و او را نصیحت کند.
(د) نشان دهد که بسیار دانا و ماهر است.

12- کدام مورد جزو مهارت هایی است که نشان دهنده توجه مشاور به مراجع است؟

- (الف) همانند سازی با رفتارهای کلامی و غیر کلامی مراجع
(ب) دادن پاسخ های کوتاه کلامی و غیر کلامی
(ج) استفاده از مهارت انعکاس محتوا
(د) همه موارد

13- در زمینه استفاده از انعکاس محتوا، کدام مورد صحیح می باشد.

- (الف) در زمان استفاده از این مهارت، مشاور بهتر است کلمه به کلمه آنچه که مراجع گفته است را تکرار کند.
(ب) در زمان استفاده از این مهارت، مشاور به جای تکرار تک تک کلمات مراجع، نکات مهم و اصل محتوا را بر می گزیند.

فصل ششم: انعکاس احساس

14- این مهارت شاید، مهمترین مهارت مشاوره می باشد؟ (الف) انعکاس احساس (ب) انعکاس محتوا (ج) استفاده از پاسخ های کوتاه

فصل نهم: طرح سوال

15- در زمینه استفاده از سوالات، در جلسه مشاوره، کدام مورد صحیح می باشد؟

- (الف) بهتر است فقط از سوالات بسته استفاده کنیم.
(ب) بهتر است فقط از سوالات باز استفاده کنیم.

(ج) این که از چه نوع سوالی استفاده شود، به هدف مشاور و نوع اطلاعات مورد نیاز بستگی دارد. (د) همه موارد

16- زمانی که هدف مشاور این باشد، که به مراجع کمک کند تا مشکلات خود را بیان کرده و آنها را باز کند، از چه نوع سوالی استفاده می شود؟
(الف) بسته پاسخ (ب) باز پاسخ (ج) هر دو مورد

فصل دهم: خلاصه گویی

17- کدام مورد شبیه مهارت بازگو کردن محتوای گفتار است؟

- (الف) شکل دهی مجدد (ب) انعکاس احساس (ج) پاسخ دهی کلامی (د) خلاصه کردن

فصل یازدهم: قاب گیری

18- در کدام مهارت، مشاور سعی می کند دید مراجع را نسبت به وقایع و موقعیت ها عوض کند؟

- (الف) شکل دهی مجدد (ب) انعکاس احساس (ج) پاسخ دهی کلامی (د) خلاصه کردن

19- کدام گزینه در مورد قاب گیری صحیح نمی باشد؟

- (الف) قاب گیری یعنی رد نگرش مراجع نسبت به دنیا (ب) قاب گیری به معنی رد نگرش مراجع نسبت به دنیا نیست.

(ج) قاب گیری یعنی آشنا کردن مراجع با دید وسیع تری از جهان

فصل دوازدهم: رو در رویی

20- هدف از مواجهه چیست؟

- (الف) گوش زد کردن نقاط ضعف مراجع (ب) بالا بردن آگاهی مراجع
(ج) عصبانی کردن مراجع. (د) نشان دادن اینکه مشاور فرد دانایی است.

21- استفاده از کدام تکنیک، همانند خوراندن دارویی تلخ به مراجع است؟

- (الف) انعکاس احساس (ب) انعکاس محتوا (ج) مواجهه (د) قاب گیری

22- تکنیک مواجهه زمانی باید استفاده شود که.....

(الف) مشاور عصبانی است. (ب) مشاور از دست مراجع خسته و بی حوصله شده است

(ج) مشاور در استفاده از سایر مهارت های خرد، شکست خورده است (د) تمامی موارد

فصل چهاردهم: بررسی راه حل ها

23- در اغلب موارد، مراجع به چه دلیلی به دیدن مشاور می آید؟

(الف) به این دلیل که احساس می کند، در موقعیت غیر قابل تحملی درمانده است.

(ب) به این دلیل که احساس می کند، هیچ راه حلی برای مشکلات او وجود ندارد.

(ج) به این دلیل که احساس می کند، حتما راه حلی وجود دارد.

(د) موارد الف و ب

24- در زمانی که به نظر می رسد، مراجع به تنگنا رسیده و نمی تواند راه حلی برای مشکلات خود بیابد، بهتر است مشاور چه اقدامی کند؟

(الف) احساس درماندگی مراجع را به او منعکس کند (ب) به مراجع راه حل بدهد

(ج) از مراجع در مورد انتخاب هایش سوال کند (د) موارد الف و ب

25- زمانی که مشاور، به جای ارایه راه حل از مراجع در مورد انتخاب هایش سوال می کند، مراجع را به چه چیزی تشویق می کند؟

(الف) پذیرش مسئولیت تصمیمات خود. (ب) عدم توقع دریافت راه حل از مشاور (ج) هر دو مورد.

26- یکی از موانع اصلی در تصمیم گیری زمانی پیش می آید که.....

(الف) راه حلی وجود ندارد (ب) راه حل های زیادی وجود دارد

(ج) افراد با دید درستی به بهایی که در بطن تصمیمشان نهفته است نمی نگرند.

فصل 16: پایان دادن به جلسه مشاوره

27- کدام مورد جزو دلایل وابستگی مراجع به مشاور است؟

(الف) صمیمی و گرم بودن رابطه مشاوره ای (ب) در میان گذاشتن مسایل خصوصی با مشاور

(ج) تنها بودن مراجع (د) همه موارد

29- در صورتی که مشخص شود در مراجع، وابستگی ایجاد شده است لازم است تا مشاور.....

(الف) این مساله را آشکار کرده و به مراجع بفهماند، که او از این امر آگاهی دارد.

(ب) این مساله را پنهان کرده و فرایند مشاوره را تعطیل نماید.

(ج) این مساله را پنهان کرده و فرایند مشاوره را ادامه دهد. (د) تمامی موارد ذکر شده، محتمل هستند.

30- برای ختم جلسه مشاوره، چه کار نباید انجام داد؟

(الف) سوال پرسیدن از مراجع (ب) انعکاس محتوای گفته های وی (ج) انعکاس احساسات (د) تمامی موارد

فصل 18: بیواسطگی تجربه مشاوره

31- یکی از علل رایج پریشانی های مراجع..... است.

(الف) ناتوانی او برای بیان مناسب احساسات منفی نسبت به دیگران (ج) ناتوانی او برای بیان مناسب افکار منفی نسبت به خود

(ب) ناتوانی او برای بیان مناسب احساسات منفی نسبت به خود (د) ناتوانی او برای بیان مناسب افکار منفی نسبت به دیگران

32- عصبانیتی که سرکوب شود، تبدیل به..... می شود.

(الف) افسردگی (ب) خشم (ج) آرامش (د) همه موارد محتمل اند

33- اگر از دست کسی ناراحت هستیم بهتر است.....

(الف) احساساتمان را به او نشان دهیم (ب) احساساتمان را سرکوب کنیم

- 34- اگر مشاور می خواهد رابطه درستی با مراجع برقرار کند باید.....
 الف) احساسات و هیجانات خود در مورد این رابطه را با مراجع در میان بگذارد.
 ب) احساسات و هیجانات خود در مورد این رابطه را مخفی کند.
 ج) اینکه احساسات خود را مخفی کند یا نه بستگی به سلیقه خود مشاور دارد.
 د) باید مشکل مراجع را حل نماید و یا حتما به او راه حل ارائه دهد.

35- به هنگام استفاده از بازخورد، بهتر است عبارات خود را با شروع کنیم.

- الف) من (ب) تو (ج) او (د) شما

36- بازخورد نامناسب،
 الف) رفتار مراجع را متهم می کند.
 ب) رفتار مراجع را سرزنش و یا تفسیر می کند.
 ج) معمولا با واژه شما شروع می شود.
 د) تمامی موارد.

فصل 22: مراجع خود کشی گرا

37- افرادی که در مورد خودکشی به عنوان آخرین وسیله حرف می زنند، دارای چه هدفی هستند؟

- الف) تحت تاثیر قرار دادن دیگران (ب) روشن سازی رفتار خود (ج) انتقام گرفتن از دیگران (د) خودکشی و خلاص شدن از رنج ها
 38- بزرگترین مشکل مشاور تازه کار در برخورد با افرادی که قصد خودکشی دارند، چیست؟

- الف) اضطراب مشاور (ب) اضطراب مراجع (ج) نا آگاهی مشاور (د) اقدام مراجع به خودکشی

39- در برخورد با مراجع خودکشی گرا، زمانی که اعتماد برقرار شد، بهتر است در مورد چه چیزی سوال بپرسیم؟

- الف) مسئولیت (ب) احساسات مراجع (ج) احساس خود مشاور (د) دلیل تصمیم گیری برای کشتن خود

40- برای آنکه استعداد درونی بالقوه خوب بودن، شناخته شود لازم است تا.....

- الف) در مورد دیگران احساس خوبی داشته باشیم (ب) در مورد خودمان احساس خوبی داشته باشیم.
 ج) دیگران در مورد ما احساس خوبی داشته باشند. (د) ارزش های اخلاقی خود را به دیگران تحمیل کنیم.

41- مسئولیت مشاور در کدام زمینه در اولویت قرار دارد؟

- الف) مسئولیت در قبال مراجع (ب) مسئولیت در قبال اجتماع (ج) مسئولیت در قبال سازمان