

بسم الله الرحمن الرحيم

هویت چیست؟

(چگونه هویت خود را بشناسیم)

مؤلف : جمیلہ حمیدی

(روان شناس)

انتشارات کمال اندیشہ

سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور : هویت چیست؟ چگونه هویت خود را بشناسیم؟ / مولف جمیله حمیدی.
مشخصات نشر : تهران: کمال اندیشه تهران، ۱۳۸۸.
مشخصات ظاهری : ۹۸ ص.
شابک : 978-964-2662-73-9
وضعیت فهرست‌نویسی : فیفا
موضوع : هویت
رده‌بندی کنگره : ۱۳۸۸ ح۸۳۷ BD۲۳۷
رده‌بندی دیویی : ۱۱۱/۸۲
شماره کتابشناسی ملی : ۱۶۷۰۳۳۸

انتشارات کمال اندیشه

نام کتاب : هویت چیست؟ چگونه هویت خود را بشناسیم
مؤلف : جمیله حمیدی
ناشر : کمال اندیشه
ناشر همکار : مهرمهدیس
نوبت چاپ : اول بهار ۸۸
چاپخانه : رامین
تیراژ : ۱۰۰۰ جلد
قیمت : ۳۸۰۰ تومان
شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۶۲-۷۳-۹

آدرس : تهران، میدان انقلاب خ کارگر جنوبی، خ روانمهر، کوچه دولتشاهی
پلاک ۱ واحد ۲ انتشارات کمال اندیشه تلفن : ۵-۲۶۹۷۳۶۶۳
(کلیه حقوق مادی و معنوی برای مؤلف محفوظ است)

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
۱- مقدمه	۵
۲- هویت چیست؟	۷
۳- چگونه هویت بررسی می شود	۱۲
۴- آیا هویت یابی با هوش افراد ارتباط دارد!	۱۳
۵- تعریف هویت	۱۴
۶- انواع هویت	۱۵
۷- بحران هویت	۱۷
۸- هویت منفی	۱۷
۹- هویت کاذب	۱۸
۱۰- تاریخچه مطالعه هویت	۱۸
۱۱- مطالعه تاریخی هویت در غرب	۲۰
۱۲- مطالعه تاریخی هویت در شرق	۲۴
۱۳- مطالعه هویت در جنگ جهانی دوم	۲۵
۱۴- شکل گیری هویت در دوران کودکی	۲۸
۱۵- رشد هویت جنسی	۲۹
۱۶- هویت و عزت نفس	۴۳

صفحه

عنوان

۴۵.....	۱۷- روشهای سنجش عزت نفس
۴۹.....	۱۸- شکل گیری هویت در نوجوانی
۵۲.....	۱۹- مشکلات هویت یابی
۵۳.....	۲۰- هویت یابی زودرس
۵۵.....	۲۱- سردرگمی هویت
۵۶.....	۲۲- هویت موفق
۵۷.....	۲۳- شکل گیری هویت
۵۸.....	۲۴- هویت جنسی
۶۲.....	۲۵- هویت شغلی
۷۰.....	۲۶- اخلاق و ارزش نوجوان
۷۸.....	۲۷- مراحل اصلی شکل گیری هویت در نوجوانی
۷۹.....	۲۸- روشهای مختلف تلاش برای هویت یابی
۷۹.....	۲۹- هویت در افراد باهوش
۸۳.....	۳۰- نظریه های مربوط به هویت

مقدمه :

در جریان رشد انسان سالهای حساسی وجود دارد که نقش خود را در زندگی فرد بر جای می‌گذارد. سالهای آغازین کودکی و دوره نوجوانی از این مراحل مهم است. نوجوانی دوران عبور از مرحله کودکی به بزرگسالی است و مانند همه دورانهای گذرا، با مشکلات و تعارض‌ها و هم چنین بحران‌هایی همراه است.

خانواده به عنوان اولین پایگاه تربیت، در تمام مراحل رشد به ویژه در سالهای نوجوانی نقش مهمی بر عهده دارد. در حقیقت پایه و اساس شخصیت فرد در خانواده پی ریزی می‌شود. ساختار خانواده تاثیر مهمی در رشد عاطفی اجتماعی نوجوان دارد. روابط پدر و مادر با یکدیگر و با فرزندان، نقش تعیین کننده‌ای در سلامت روانی نوجوان بر جای می‌گذارد.

اگر این روابط براساس اصول درستی استوار باشد می‌تواند نوجوان را در عبور از این مرحله دشوار یاری رساند. و اگر نامناسب باشد، زمینه برای ایجاد مشکلات و انحرافات فراهم می‌گردد. نوجوان در این دوره، در کنار تاثیر پذیری از خانواده، به شدت تحت تاثیر الگوهای اجتماعی قرار می‌گیرد. به علاوه بسیاری

از نیازهای نوجوان را خانواده به تنهایی نمی‌تواند برطرف سازد. نوجوانی دوره رشد سریع جسمی است. تغییرات شدید جسمی بر رشد عاطفی نوجوان تاثیر می‌گذارد و او را دچار اضطراب، تعارض، ناآرامی، کج خلقی، نارضایتی و زودرنجی می‌کند. به ویژه اگر در این زمینه، آگاهی کافی به او داده نشود. از نظر ذهنی نوجوان در این دوره کمتر به واقعیات توجه دارد و به رغم رشد عقلی رفتارش بیشتر تابع عواطف و احساسات است تا تفکر و منطق.

نوجوان به جای پرداختن به واقعیات، به دنیای تخیلات پناه می‌برد. و برای رسیدن به هدفها و ارضای نیازهای خویش، به جای راه حل‌های واقعی و منطقی، به رویاهای خود فرو می‌رود. و به عقاید و نظرات دیگران وابستگی فراوان داشته و کمتر می‌تواند در برابر مشکلات و موقعیت‌ها تصمیم درست بگیرد، و این امر او را به شدت آسیب پذیر می‌سازد.