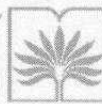


هویت یابی چالش اساسی نوجوانی

زهره وحید دستجردی

www.ketab.ir



سرشناسه	:	وحید دستجردی، زهره، ۱۳۵۰ -
عنوان و نام پدیدآور	:	هویت یابی چالش اساسی نوجوانی / زهره وحید دستجردی.
مشخصات نشر	:	فیض آباد مه ولات: انتشارات جالیز، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۱۴۲ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۶۴۱۱-۰۹-۷: ریال ۱۹۰۰۰۰
وضعیت فهرست نویسی	:	فینا
یادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	هویت (روانشناسی) در نوجوانان - ایران
موضوع	:	Identity (Psychology) in adolescence - Iran
موضوع	:	هویت (روانشناسی) -- جنبه های مذهبی - اسلام
موضوع	:	Identity (Psychology)-- Religious aspects--Islam
موضوع	:	هویت (روانشناسی) در کودکان
موضوع	:	Identity (Psychology) in Children
رده بندی کنگر	:	۳/BF۷۲۴ ۱۳۹۷ ۳/۵۹۳
رده بندی دیویی	:	۵۱۸۲/۱۵۵
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۴۸۰



هویت یابی چالش اساسی نوجوانی

مؤلف: زهره وحید دستجردی

ناشر: نشر جالیز

چاپ: اول، ۱۳۹۷ / ۱۰۰۰: نسخه

قطع: وزیری / تعداد صفحه: ۱۴۲

قیمت: ۱۹۰,۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۴۱۱-۰۹-۷

طراح جلد: صالح مقدم

صفحه آرایی: محمد ناصر مرادپور

حق چاپ محفوظ است

آدرس: خراسان رضوی مه ولات، مدرس ۴ پ ۱۰ تلفن تماس: ۰۵۱۵۶۷۲۸۷۹۷-۰۹۱۵۹۳۰۹۹۶۳

دفتر پخش: مشهد، پیروزی ۱۷ پلاک ۱۵ واحد ۳ تلفن تماس: ۰۹۱۵۸۳۱۹۵۳۵

فهرست مطالب

مقدمه.....	۱
------------	---

فصل اول هویت یابی

واژه‌شناسی.....	۹
الف) هویت.....	۹
ب) کودکی و نوجوانی.....	۱۰
ماهیت و مفهوم هویت.....	۱۱
یکل گیری هویت.....	۱۳
عوامل مؤثر بر شکل گیری هویت.....	۱۴
حالات هویت.....	۱۴
سبک های هویتی.....	۱۶
دسته بندی گونه های هویت.....	۱۹
الف) هویت فردی.....	۱۹
ب) هویت خانوادگی.....	۲۲
ج) هویت ملی.....	۲۳
د) هویت دینی.....	۲۵
ه) هویت اجتماعی.....	۲۶

فصل دوم: شکل گیری هویت

عوامل شکل گیری هویت از دیدگاه اسلام.....	۲۹
تعامل وراثت و محیط.....	۲۹
عوامل محیطی اثر گذار بر شکل گیری هویت.....	۳۰
الف) وضعیت خانوادگی.....	۳۰
ب) وضعیت فرهنگی.....	۳۲

۳۴	ج) تأثیر گروه بر جمع و هم‌سالان
۳۵	د) وضعیت الگودهی
۳۶	بررسی مراحل شکل‌گیری هویت در کودکان و نوجوانان
۳۶	نظریه‌های روان‌شناسان غربی
۳۶	الف) ویژگی‌های رشد اخلاقی
۳۸	ب) آغاز رشد اخلاقی و دگرگونی‌های آن
۳۹	ج) ابعاد و عوامل رشد اخلاقی از دیدگاه مکتب‌های روان‌شناسی
۴۳	اول - نظریه آن پیاژه
۴۶	دوم - نظریه لورنس کولبرگ
۴۹	سوم - نظریه هارمز
۵۱	چهارم - نظریه رونالد گلدمن
۵۲	نظریه‌های اندیشمندان مسلمان
۷۲	مراحل شکل‌گیری هویت دینی
۷۲	الف) از تولد تا هفت سالگی
۸۱	ب) هفت سال دوم زندگی
۸۷	ج) دوره نوجوانی

فصل سوم: روش‌های تشکیل هویت

۹۱	روش‌های اثرگذار بر شکل‌گیری هویت
۹۶	آسیب‌شناسی هویت در دوره‌های رشد
۹۶	۱. نام‌گذاری نامناسب
۹۸	۲. سرزنش و محبت بیش از اندازه
۹۹	۳. آسیب‌های تنبیه
۱۰۱	۴. افراط و تفریط والدین در آموزش مسائل دینی
۱۰۳	۵. محیط خانوادگی ناسالم

۶. تبعیض	۱۰۴
۷. ناهماهنگی در گفتار و کردار	۱۰۵
۸. آسیب‌های محیط بیرون خانه	۱۰۶
۹. آسیب‌های خطرناک انحراف‌های جنسی	۱۰۸
نظریه‌های مربوط به هویت	۱۱۰
نظریه اریکسون	۱۱۰
بحث پایگاه هویت	۱۱۲
دست‌بازی	۱۱۲
تعاب	۱۱۳
ممانعت	۱۱۴
پراکندگی	۱۱۵
برخی آثار احراز هویت	۱۱۵
آثار و نشانه‌های بحران هویت	۱۱۶
عوامل مؤثر بر شکل‌گیری هویت و بحران هویت	۱۱۷
۱- خانواده	۱۱۸
۲- عامل اقتصادی	۱۱۹
۳- عامل دین	۱۱۹
۴- عامل تفاوت‌های جنسیتی	۱۲۰
۵- عوامل شناختی	۱۲۱
پیامدهای بحران هویت	۱۲۱
راهکارهای کاهش بحران هویت	۱۲۲
پیشینه پژوهش	۱۳۵
منابع و مأخذ	۱۳۹

سالهاست که نوجوانی دورانی دشوارتر از دوران کودکی محسوب می شود. البته مفهوم نوجوانی تا اواخر قرن نوزدهم به عنوان مرحله ای که با پیچیدگی روانی توأم و قابل مطالعه علمی است قلمداد نمی شد.

قبل از هر چیز دوران تغییرات سریع جسمانی، جنسی، روانی، شناختی و اجتماعی است. تغییرات جسمانی بلوغ، از جمله بلوغ جنسی و جهش نموی نوجوانی از طریق افزایش کارآرد هورمونهای فعالی که به کمک غده هیپوفیز مترشح می شود آغاز می شود. این هورمونها سایر غدد مترشحه داخلی را تحریک می کند و این غدد، هورمونهای مربوط به رشد و جنسیت را ترشح می کنند شامل آندروژن، استروژن و پروژسترون است تولید می کنند. سن شروع و دوران جهش نموی نوجوانی در قد و وزن در میان کودکان بهنجار فرق می کند. سن متوسط شروع این دوران در دختران یازده سالگی و در پسران ۱۳ سالگی است، میزان رشد یک سال بعد از این به وجه - رشد می رسد.

نوجوانی یکی از مهمترین و پرارزشترین دوران زندگی هر فرد محسوب می شود زیرا سرآغاز تحولات و دگرگونیهای جسمی و روانی را اوست و بلوغ نقطه عطفی در گذر زندگی او از مرحله کودکی به بزرگسالی است. براساس تعریف سازمان جهانی دوره نوجوانی به گروه سنی ۱۰ تا ۱۹ سالگی اطلاق می شود و در اکثر کشورهای جهان به خصوص کشورهای درحال توسعه بخش قابل توجهی از جمعیت را نوجوانان تشکیل می دهند. با توجه به این واقعیت که نوجوانان، پدران و مادران فردا هستند پرداختن به مسائل بهداشتی شان (به خصوص بهداشت روان آنان) نه فقط برای خود آنها بلکه برای خانواده ها، جامعه و نسل آینده سودمند است و در برنامه توسعه هر کشوری می بایست به مسائل آنها توجه خاص شود. آشنا شدن با پدیده های جدید در زندگی، انسان را از بار



هیجانی همراه آن پدیده که غالباً اضطراب و آشفتگی است می‌رهند، مطالعات روانشناختی نشان داده است که تأثیر منفی عوامل استرس‌زا که همراه با آگاهی قبلی است بسیار کمتر از زمانی است که عوامل استرس‌زا ناگهان و بدون مقدمه به انسان وارد می‌شوند. در زمینه برخورد با پدیده بلوغ جنسی و تغییرات جسمانی و روانی متعاقب آن هر اندازه آگاهی نوجوانان ما بیشتر باشد نتایج مبحث این مرحله از زندگی در مسیر آینده نوجوان متر است. آگاهی نداشتن و یا عدم آگاهی کامل و صحیح، نوجوانان را گیج و سردرگم می‌کند و این حالات نتایج منفی و زیانباری به دنبال خواهد داشت. والدین و مربیان وظیفه دارند اطلاعات کافی در خصوص تغییراتی که در طول و به دنبال بلوغ جنسی در نوجوان اتفاق می‌افتد به تدریج و با استمرار ارائه کنند. عدم ارائه اطلاعات کافی و صحیح در مورد بلوغ باعث می‌شود که نوجوان از منابع دیگر که معمولاً انحرافی است، اطلاعات کسب کند و این اطلاعات نلط می‌تواند او را به انحراف کشاند. والدین و مربیان از یک تا دو سال قبل از بلوغ که نوجوان می‌بایستی اقدامات زیر را انجام دهند. - او را آماده کنند که به زودی و به تدریج تغییراتی را در جسم و روان خود احساس خواهد کرد. - به طرق مختلف او را مطمئن کنند که تغییرات ایجاد شده طبیعی است. - از اینکه این تغییرات در او شروع شده به او تبریک بگویند و ارتباط برقرار کنند که دوره جدیدی در زندگی او آغاز شده است. - به او یادآوری نمایند که این تغییرات در جهت تکامل فردی و قدمی به سوی اجتماعی شدن اوست به همین دلیل وعایف فردی و اجتماعی جدیدی برای او منظور شده است. - خاطر نشان کنند که این تغییرات قطعاً شروع می‌شود اما زمان دقیق و مشخصی ندارد؛ بنابراین اگر دیرتر از دیگران هم شروع شود یک امر طبیعی است. - به او بگویند که تغییرات جسمانی همراه با تغییرات روانی خواهد بود این تغییرات روانی در سه بعد هیجانی، خلقی و رفتاری اتفاق می‌افتد. نکته مهم در دوره بلوغ برقراری ارتباط صحیح با نوجوان است. کودک دل‌بند دیروز شما با تغییراتی که در جسم و روانش روی می‌دهد پا به دوران بزرگسالی می‌نهد. او می‌خواهد

هویت جدیدی را برای خودش به دست آورد بنابراین طبیعی است که در برقراری رابطه با او مشکلاتی برای شما به وجود آید. برای این که روابط شما والدین و مربیان با فرزند یا دانش آموز نوجوانان صمیمانه تر و گرم تر باشد، لازم است که به نکات زیر توجه کنید. پذیرش نوجوانان: گام اول برای ایجاد و تحکیم یک رابطه دوستانه و صمیمی با نوجوان این است که او را با همه کمی ها و کاستی هایش قبول داشته باشید. کاستی های رفتاری او را همچون نقاط قوت و توانایی هایش بپذیرد و او را به عنوان فردی که دارای استقلال، سلیقه های خاص و عقاید قابل ارائه است، نگاه کنید. احساساتش را پذیرفته و اعتماد به نفس او را با کم اهمیت جلوه دادن اشتباهات و تقدیر از کارهای پسندیده اش بالا ببرید. نوجوانان را درک کنید: درک و برداشت بزرگسال از زندگی و مسائل آن متفاوت از برداشتی است که راجوان دارد. او زندگی را به ساده ترین وجه ممکن می نگرد، بطوری که عقایدش بر او شفاف و پوی و مسخره است. نسبت به عقایدش بی اهمیت نباشید وی را مورد تمسخر قرار ندهد چرا که این استهزاء به تداوم رابطه عاطفی با فرزندان لطمه می زند. ارتباط را دو طرفه کنید: بسیاری از اوقات و به دلایل گوناگون ممکن است شما والدین و مربیان به نوجوان بگویید چه بکند و چه نکند و از او توقع حرف شنوی نیز داشته باشید. این برخورد با نوجوان که حاکی از ارتباط یک طرفه، معیوب و غیر قابل دوام است، منجر به سرکشی و عصیان نوجوان در برابر دستورات شما می شود و به رابطه عاطفی و صمیمانه بین شما و او لطمه می زند. در این مواقع به تر است در برخورد با نوجوان، هر زمان که سخنی را گفتید از او نیز سخنی بشنوید و نظر او را نسبت به وظایف محوله اش جویا شوید. از دادن پند و اندرز مستقیم خودداری کنید. نوجوانان از شنیدن نصیحت و اندرز مستقیم و اینکه آنها را یکجا ارائه کنید و اشکالات رفتاری و گفتاری شان را تذکر بدهید گریزان هستند. نوجوانان اعمال خود را بی نقص می دانند و تحمل شنیدن پند و اندرز از جانب شما را ندارند. جهت اصلاح رفتار، آنها را بطور غیر مستقیم نسبت به اعمال و رفتار نادرستشان آگاه کنید و خودتان الگویی برای آنها باشید تا با پیروی از



رفتار و گفتار شما روش صحیح برخورد را فرا گیرند. آزادی عمل به نوجوانان بدهید همچنان که به کودک نوپا اجازه می‌دهیم تا گاهی خود به تنهایی راه رفتن را امتحان کند و دفعاتی هم به زمین افتد، باید به نوجوان هم اجازه داد که تا حدودی پیامدهای رفتارهایش را تجربه کند و طعم برخی سختی‌ها را چشیده و برای زندگی مقاوم شود. برای ارتباط با نوجوان وقت کافی بگذارید: نوجوانان نیازمند توجه هستند، آنها می‌خواهند صحبت کنند. اعتراض کنند و از هیجانات و اتفاقاتی که در مدرسه می‌افتد و یا از دوستانش می‌شنوند، حرف بزنند؛ هر چه زمان این ارتباط با شما به عنوان مادر، پدر و یا مربی بیشتر باشد، خرد بیشتری آنها بیشتر شده و امکان ارتباط نادرست و غلط آنها کمتر خواهد شد. توجه به تأثیر مشکلات اجتماعی: مشکلات اجتماعی تأثیرات ناخوشایندی بر نوجوانان دارند. عدم مداخله معلمان و والدین و مربیان در بهبود شرایط اجتماعی، تأثیر تلاش‌هایتان را در خانه و مدرسه کم می‌کند. انرژی سرشار نوجوانان نیاز به تخلیه دارد: در این سن نوجوان دارای انرژی فراوان جسمانی است، بخشی از این انرژی در گزینه جنسی نهفته است که در شروع دوران نوجوانی، طریق مقبول اجتماع به طور مطلق امکان ندارد. نوجوان مقادیر دیگری از انرژی جسمانی خود را به صورت رفتارهای پرخطر و مبارزه طلبی، حادثه‌جویی و... تخلیه می‌کند. تشریح نوجوانان به انجام ورزشهای مختلف، شرکت در فعالیت‌های الگوسازی برای آنان، تحریک آنها بر همانندسازی با آن الگوها باعث می‌شود تا آنها انرژی خود را به طریق منطقی تخلیه کنند. وضعیت تحصیلی نوجوان را پیگیری کنید: در این سن ممکن است که فرزند شما نسبت به درس اظهار بی‌علاقگی نماید و به اموری مثل افراط در ورزش کردن، رسیدگی به سرووضع خود و ... بپردازد، چنانکه می‌دانید پند، اندرز، سرزنش و مقایسه با دیگران کارساز نیست لذا علت بی‌توجهی او را نسبت به درس جستجو کرده و سعی در برطرف نمودن مشکل کنید. آموزش مهارت در برقراری روابط اجتماعی: نوجوانان در دوره بحران بلوغ نسبت به تعلق داشتن خود در گروه کودکان و یا بزرگسالان سردرگم

می‌شوند و ممکن است که در میان جمع خانواده یا دوستان و آشنایان، رفتارهای بزرگتر از سن و یا گاهی کودکانه از خود بروز داده و روابط اجتماعی پسندیده‌ای برقرار نکنند، که با شرکت دادن فرزند نوجوانان در جمع دوستان و آشنایان مهارت روابط اجتماعی او را افزایش دهید؛ مثلاً با فرزند نوجوان خود به گردشهای دو نفره بروید و در بسیاری از روابط اجتماعی نظیر آشنا شدن با دیگران، خرید کردن از مغازه، پیدا کردن نشانی یک موسسه و درخواست انجام کاری از یک اداره با وی تمرین عملی کنید. استقلال طلبی نوجوان: نوجوان می‌خواهد از قید و بندهای دوران کودکی که او را به خانواده‌اش متصل کرده است، جدا شود و الگوهای جدیدی را جایگزین آنان کند. از طرفی نیز شدیداً به خانواده وابسته است و می‌خواهد که توقعاتش را برآورده کنند. لذا حس استقلال طلبی خود را با مخالفت مقاومت کردن و لجبازی با والدین و مربیان نشان می‌دهد و این نیاز نوجوان برای شناسایی آفرین می‌شود. برای برخورد با این رفتار نوجوان، بهتر است همیشه با او به لحنی صحبت کنید که احساس نکند برایش تصمیم‌گیری می‌کنید آزادی را به تدریج و متناسب با سنی که دارد به او عطا کنید و نظارت غیر مستقیم داشته باشید و اگر زمانی دریافتید که از آزادی شما سوء استفاده کرده به او تذکر داده و او را متوجه اعمالش بکنید. بدانید که حذف آزادی، برای یک مدت کوتاه می‌تواند برایش آموزنده باشد.

استقلال از خانواده از تکالیف نوجوانان است. والدین قاطعانه و صلح‌آمیزانه بخش‌هایی که برای خود مختاری و رفتار منضبط به یکسان ارزش قایلند برای نوجوان بر صیغ می‌کنند که چرا از او انتظاراتی دارند و یا او را از کارهایی منع می‌کنند و با این کار احساس استقلال را در او پرورش می‌دهند. نوجوانانی که والدین خود کامه و مستبد دارند و صرفاً به فرزندان می‌گویند که چه باید بکنند و نیز فرزندان والدین سهل‌گیر، بی‌بندوبار، مساوات طلب و یا والدین بی‌اعتنا که غیر مسئول و بی‌توجه هستند به مشکلات بسیاری دچار می‌شوند.



از آنجا که پیوند نوجوانان با والدینشان به تدریج ضعیف تر می شود همسالان در رشد روانی آنان نقش حساسی می یابند. همسالان امکاناتی برای یادگیری مهارت‌های اجتماعی، کنترل رفتار و درمیان گذاشتن مشکلات و احساسات مشابه فراهم می کنند، پذیرفته شدن از سوی همسالان و داشتن چند دوست نزدیک در زندگی نوجوان اهمیت بسیاری دارد. دوستان نزدیک معمولاً هم سن و هم جنس هستند و زمینه های خانوادگی و ارزش ها و هدف های مشابهی دارند، ولی استثناء هم وجود دارد (جذابیت‌های آدم هایی که خصوصاً بی مخالف خصوصیات نوجوان دارند).

بر خلاف عقیده رایج، همسالان ارزش های اساسی والدین را تقویت می کنند و با آن مخالف نیستند، هرچند که ممکن است از لحاظ سلیقه یا آداب و رسوم اختلافاتی داشته باشند. گروه های همسالان نوجوان شامل جمعیت بزرگتر و غیر شخصی و نیز دسته کوچکتر و دوستی های فردی است. بسیاری از عوامل در پذیرفته شدن نوجوانان از سوی همسالانشان تأثیر می گذارد و این عوامل عبارتند از هوش، شکل ظاهری و مهارت‌ها، موقعیت اجتماعی و استعداد های خاص. به طور کلی نوجوانان همسالانی را ترجیح می دهند که بدشانس، انعطاف پذیر، خوش طینت و مشتاق باشد، افرادی از نظر آنها محبوبند که به دیگران یاری دهند تا احساس کنند از سوی سایرین پذیرفته شده اند. روابط ضعیف با همسالان در دوران کودکی و نوجوانی پیشگویی ناسازگاری‌ها، عاطفی دوران بزرگسالی، بزهکاری، اختلالات در سازگاری جنسی و سایر رفتارهای ناسازگارانه است. نوجوانانی که می توانند نقش های اجتماعی و فردی متنوعی را ایفا کنند از لحاظ اجتماعی و عاطفی برای زندگی آتی و ازدواج مهیا ترند.

یکی از مسائل عمده نوجوانان شکل گیری هویت است. بر طبق نظریه اریک اریکسون، افرادی که احساس هویت قوی ای دارند خود را افرادی مجزا و متمایز از دیگران می دانند

که در نیازها و انگیزه ها و رفتار آنان انسجامی وجود دارد. استنباطی را از نوجوانان دارند که نوجوانان از خودشان دارند.

شکل گیری هویت در جوامع صنعتی مدرن بسیار پیچیده است، زیرا نوجوان در این گونه جوامع با اوضاع و احوالی روبرو می شود که به سرعت در حال تغییر است و به ناچار باید نقش های متنوعی را ایفا کند. مشکلاتی که بر سر راه شکل گیری هویت وجود دارد عبارت است از هویت یابی زودرس و سردرگمی در هویت یابی یا ناتوانی در ایجاد هویتی با ثبات. غالباً زمانی انسان به هویتی رشد یافته دست می یابد که دورانی پر از جستجو و عدم اطمینان را گذرانیده باشد.

www.ketab.ir