

بسم الله الرحمن الرحيم

*موضوع وینار: من کیستم؟

**سخنران : استاد سید خلیل سیدزاده

***ارائه ای از موسسه ی فرهنگی هنری راز نگاه آفتاب گردان

****جلسه دوازدهم :چهار شنبه ۱۹ مرداد ۱۴۰۱

هرچه والدین هویت فرزندانشان را بیشتر به عهده بگیرند شانس فرزندان در دوران بلوغ برای دوری از خطرات بیشتر است.

*رسالت والدین راهنمایی کردن است نه دخالت کردن.

والدین اگر نتوانند به بحران هویت فرزند خود کمک کنند بزرگترین مانع برای هویت یابی فرزند خود هستند.

*فرق گذاشتن بین فرزندان در رشد هویت آنها تاثیر دارد.

آینده موفقیت آمیز زندگی ما داشتن بحران هویت است و این هویت لازمه پخته شدن و بالغ شدن است.



آفتابگردان
The Secret of The Sunflower Book

بحران هویت بخش جدایی ناپذیر، برای رشد روانی ما است.

تنها راه نجات از بحران هویت روش های صحیح تربیتی و روش های صحیح برخورد با کودکان است .

آیا بحران هویت مخصوص سن نوجوانی است؟

خیر – هویت در دوران نوجوانی بروز میکند و تا آخر عمر گسترش پیدا میکند و ادامه میابد. هر اتفاقی که باعث شود ما احساس ترس و مشکل کنیم و آسیب هایی به ما وارد شود ، بحران هویت محسوب میشود.

*بحران هویت با اعتماد به نفس عجین است.

هر که هویت دارد اعتماد به نفس دارد و برعکس .

یکی از ویژگی های والدین کنترل گر اضطراب است و برای دفع این اضطراب علاقه هایشان را به فرزندانشان تحمیل میکنند.

*هویت افراد در چالش ها و سختی ها ظهور میکند.

به فرزندان خود اجازه آزمون و خطا بدهیم زیرا آنها از اشتباهات زندگی خود درس میگیرند
*عبور از بحران هویت، اتفاقی مبارک و ماندن در آن، اتفاقی بد است.



چرا در گذشته بحران هویت کمتر دیده میشد؟
زیرا کنترل بر فرزندان و الگوها و هویت های گوناگون کمتر بوده است.

چگونه بفهمیم هویت داریم یا نه؟

برای اینکه این موضوع را بفهمیم باید چند سوال از خود بپرسیم:

(۱) چقدر با خود واقعیتان آشنا هستید؟

(۲) آیا از نقشی که در جامعه دارید راضی هستید؟

(۳) آیا از زندگی خود لذت میبرید؟

(۴) آیا در زندگی هدف دارید؟

(۵) آیا اعتماد به نفس قوی دارید؟

(۶) آیا در حل مشکلات زندگی توانمند هستید؟

*بحران هویت یکی از معضلات کلی جوامع بشریت است و باعث تغییر فرهنگ ها و رفتارها می شود و یک احساس نسبتا پایدار از یگانگی ، در عرصه های مختلف زندگی است.

هویت:

ما باید هویت شخصی پیدا کنیم و بر یک ارزش خاص تمرکز کنیم.



هشت مرحله هویت:

(۱) سن نوزاد

(۲) خودمختاری در مقابل شک و تردید

(۳) ابتکار در مقابل احساس گناه

(۴) کارایی در مقابل احساس حقارت

(۵) هویت در مقابل سردرگمی

(۶) صمیمیت در مقابل کناره گیری

(۷) زاینده‌گی در مقابل فرورفتگی

(۸) انسجام پیدا کردن در مقابل سختی ها



آفتابگردان

The Secret of The Sunflower Book