

فرم نوجوان

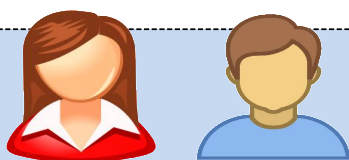
گزارش آزمون

ارتباط والد-نوجوان

حمید تستی

۱۴۰۵/۰۳/۱۷

## اطلاعات فردی آزمون دهنده



حمید
تستی
۰۹۳۰۰۰۵۲۰۰۳
۶۰
مرد
۲۳۸۰
۱۴۰۵/۰۳/۱۷

نام:

نام خانوادگی:

تلفن تماس:

سن:

جنس:

کد مراجع:

تاریخ انجام آزمون

### مقدمه:

ارتباط میان والدین و فرزندان یکی از مهم‌ترین بخش‌های زندگی خانوادگی است. وقتی اعضای خانواده بتوانند با یکدیگر راحت صحبت کنند و احساسات و فکرها را بیان کنند، فضای خانه آرام‌تر و صمیمی‌تر می‌شود. در دوران نوجوانی که فرد با تغییرات زیادی در زندگی روبه‌رو می‌شود، داشتن گفت‌وگوی مناسب با والدین می‌تواند به او کمک کند تا احساس امنیت و درک شدن داشته باشد.

این پرسشنامه برای بررسی کیفیت ارتباط میان نوجوان و والدین طراحی شده است. در این پرسشنامه از نوجوان خواسته می‌شود نظر خود را درباره شیوه صحبت کردن، میزان راحتی در بیان احساسات و همچنین مشکلات احتمالی در ارتباط با والدین بیان کند. پاسخ‌های نوجوان می‌تواند نشان دهد که ارتباط در خانواده تا چه اندازه باز، صمیمی و قابل اعتماد است.

برخی پرسش‌های این ابزار به میزان راحتی نوجوان در صحبت کردن با والدین مربوط می‌شود؛ برای مثال اینکه آیا می‌تواند احساسات و نگرانی‌های خود را با آنان در میان بگذارد یا نه. بخش دیگری از پرسش‌ها نیز به مشکلات احتمالی در ارتباط اشاره دارد؛ مانند سوء تفاهم‌ها، ناراحتی‌ها یا دشواری در بیان بعضی موضوعات.

نتیجه این پرسشنامه می‌تواند تصویر کلی از وضعیت ارتباط میان نوجوان و والدین ارائه دهد. این اطلاعات می‌تواند به شناخت بهتر

## توضیحات:

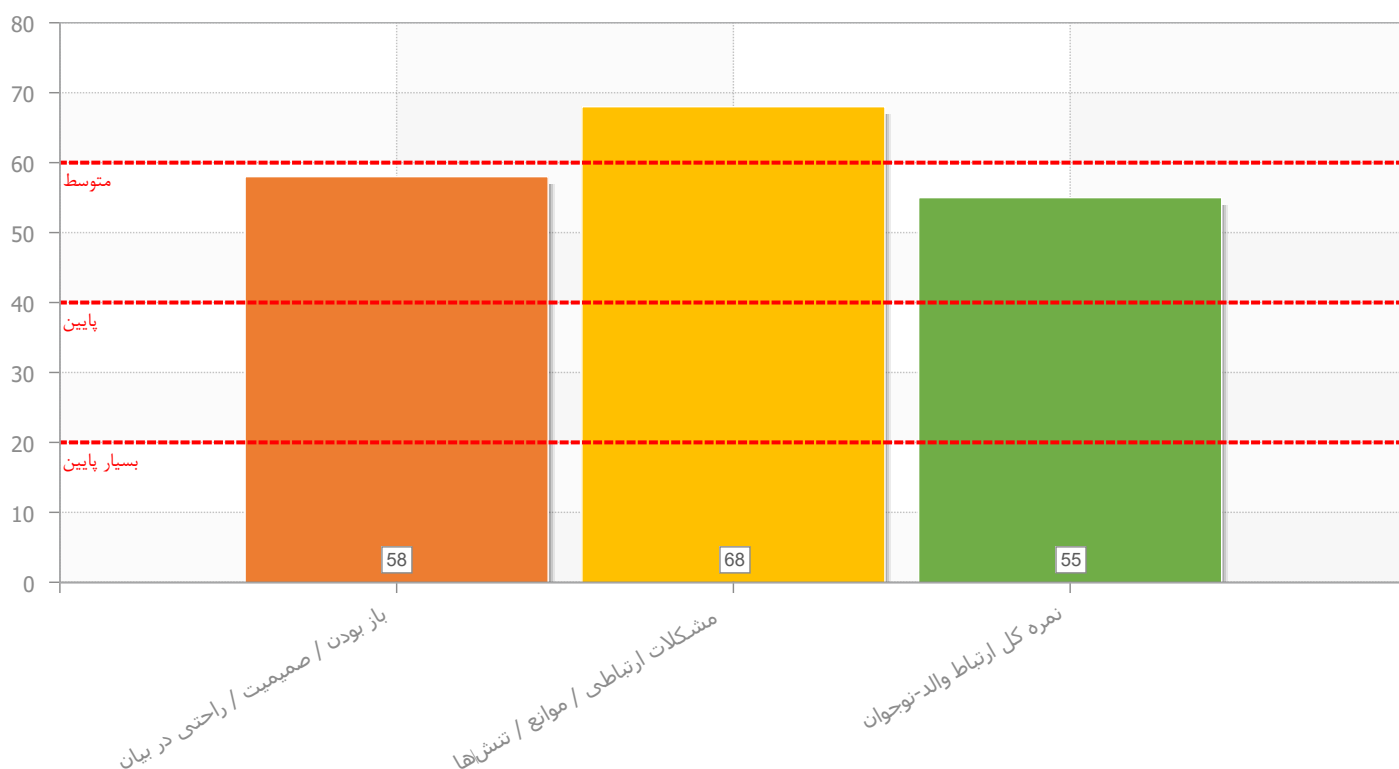
این پرسشنامه کیفیت ارتباط میان والد و فرزند را بر اساس دو مؤلفه اصلی بررسی می‌کند. مؤلفه نخست «گشودگی در ارتباط» است که نشان می‌دهد تا چه اندازه گفت‌وگو میان والد و فرزند صمیمی، صادقانه و همراه با درک متقابل است. مؤلفه دوم «مشکلات ارتباطی» است که به موانع و دشواری‌هایی اشاره دارد که ممکن است در فرایند گفت‌وگو و تعامل میان آن‌ها وجود داشته باشد.

در محاسبه نتایج، نمره **بخش نمره کل ارتباطی** به صورت معکوس در نظر گرفته می‌شود تا **در نهایت نمره کل بیانگر کیفیت کلی ارتباط باشد**. بنابراین نمره کل این پرسشنامه نشان‌دهنده سطح ارتباط میان والد و فرزند است و هرچه این نمره بالاتر باشد، بیانگر کیفیت بهتر ارتباط و تعامل در خانواده خواهد بود. در ادامه گزارش، نتایج مربوط به دو مؤلفه اصلی پرسشنامه یعنی گشودگی در ارتباط و مشکلات ارتباطی، به همراه نمره کل ارتباط والد و فرزند ارائه شده است. همچنین برای درک بهتر وضعیت ارتباطی، نموداری از این نمره‌ها نمایش داده شده است.

در جدول زیر نمرات خام و درصد هر مؤلفه همراه با وضعیت فرد در مؤلفه ارائه شده است. در صفحات بعد هر مؤلفه به صورت مجزا مورد تفسیر و تحلیل قرار گرفته است

عامل	نمره خام	درصد	وضعیت
باز بودن / صمیمیت / راحتی در بیان	۲۹	۵۸	متوسط
مشکلات ارتباطی / موانع / تنش‌ها	۳۴	۶۸	بالا
نمره کل ارتباط والد-نوجوان	۵۵	۵۵	متوسط

در جدول زیر نیمرخ مؤلفه های اصلی همراه با نقاط برش ارائه شده است.



وضعیت	درصد	نمره خام	عامل
متوسط	۵۸	۲۹	باز بودن / صمیمیت / راحتی در بیان

### تفسیر اختصاصی:

ه متوسط بیانگر یک رابطه عملگرا □ است. در این سطح، ارتباط میان فرزند و والدین در شرایط عادی به خوبی برقرار است و تبادل اطلاعات صورت می‌گیرد، اما در شرایط بحرانی یا در مواجهه با موضوعات حساس (مثل مسائل تابو یا اشتباهات بزرگ)، سیستم عاطفی دچار لکنت می‌شود. فرد در این سطح می‌داند که می‌تواند با والدین صحبت کند، اما همچنان نوعی □ خودسانسوری احتیاطی □ عمل می‌کند تا آرامش رابطه حفظ شود. این سطح از ارتباط پتانسیل بالایی برای رشد دارد. با افزایش □ همدلی □ و کاهش سبزی □، این رابطه می‌تواند به یک منبع قدرت و حمایت واقعی برای طرفین تبدیل شود. □

### در مورد این مولفه بیشتر بدانیم

مولفه «گشودگی در ارتباط» به میزان صراحت، راحتی و آزادی در گفت‌وگو میان والد و فرزند اشاره دارد. این مولفه نشان می‌دهد که تا چه اندازه افراد در رابطه خانوادگی می‌توانند افکار، احساسات و دیدگاه‌های خود را بدون ترس از قضاوت، سرزنش یا سوءبرداشت بیان کنند. در روابطی که گشودگی ارتباطی بیشتری وجود دارد، گفت‌وگوها معمولاً با صداقت، احترام متقابل و تمایل به درک دیدگاه یکدیگر همراه است و اعضای خانواده احساس می‌کنند که شنیده می‌شوند و مورد توجه قرار می‌گیرند.

گشودگی در ارتباط یکی از عوامل مهم در شکل‌گیری اعتماد، صمیمیت عاطفی و احساس امنیت روانی در خانواده محسوب می‌شود. زمانی که والد و فرزند بتوانند درباره موضوعات مختلف، از مسائل روزمره گرفته تا نگرانی‌ها و مشکلات شخصی، به راحتی با یکدیگر صحبت کنند، احتمال شکل‌گیری سوءتفاهم‌ها کاهش می‌یابد و زمینه برای حل مسائل به شیوه‌ای سازنده فراهم می‌شود. چنین فضایی به فرزند کمک می‌کند تا مهارت بیان احساسات و گفتگو را بهتر یاد بگیرد و در عین حال از حمایت عاطفی والدین نیز بهره‌مند شود.

برای تقویت گشودگی در ارتباط، ایجاد فضایی امن و پذیرنده در خانواده اهمیت زیادی دارد. گوش دادن فعال و همراه با توجه، پرهیز از واکنش‌های سریع و قضاوت‌گرانه، و تشویق فرزند به بیان دیدگاه‌ها و احساسات خود می‌تواند به افزایش کیفیت گفتگو کمک کند. همچنین نشان دادن احترام به نظرات یکدیگر، حتی در صورت وجود اختلاف نظر، می‌تواند به شکل‌گیری ارتباطی صمیمانه‌تر و پایدارتر میان والد و فرزند کمک کند.

وضعیت	درصد	نمره خام	عامل
بالا	۶۸	۳۴	مشکلات ارتباطی / موانع / تنش‌ها

### تفسیر اختصاصی:

نمره بالا در این بخش نشان‌دهنده وجود الگوهای ارتباطی آسیب‌زا و فرساینده در خانواده است. در این سطح، رابطه به شدت تحت تأثیر رفتارهای منفی مانند انتقادهای مداوم، سرزنش، تحقیر یا سکوت‌های تنبیهی قرار دارد. فرد در این فضا احساس امنیت نمی‌کند و هرگونه گفتگو به سرعت به یک میدان جنگ یا محلی برای بازگشایی پرونده‌های قدیمی تبدیل می‌شود. اعتماد در این رابطه به شدت خدشه‌دار شده و طرفین به جای گوش دادن به یکدیگر، به دنبال راهی برای اثبات مقصر بودن طرف مقابل هستند. این سطح از تنش می‌تواند زمینه‌ساز بروز مشکلاتی نظیر اضطراب، افسردگی و یا رفتارهای هنجارگریز در فرزند شود و نیازمند توجه فوری و تغییر در سبک‌های تربیتی و ارتباطی والدین است.

### در مورد این مولفه بیشتر بدانیم

مولفه «مشکلات ارتباطی» به موانع و دشواری‌هایی اشاره دارد که ممکن است در فرایند گفت‌وگو و تعامل میان والد و فرزند ایجاد شود. این مولفه نشان می‌دهد که تا چه اندازه سوءتفاهم‌ها، تنش‌ها، پرهیز از صحبت درباره برخی موضوعات یا شیوه‌های نامؤثر گفتگو می‌توانند بر کیفیت ارتباط در خانواده تأثیر بگذارند. زمانی که مشکلات ارتباطی بیشتر باشد، احتمال دارد گفت‌وگوها با ناراحتی، فاصله عاطفی یا احساس درک نشدن همراه شود.

وجود مشکلات ارتباطی معمولاً زمانی بیشتر دیده می‌شود که اعضای خانواده در بیان احساسات خود با دشواری روبه‌رو باشند یا نتوانند دیدگاه یکدیگر را به خوبی درک کنند. در چنین شرایطی ممکن است برخی موضوعات مهم بیان نشوند، گفتگوها به بحث و تنش تبدیل شوند یا افراد برای جلوگیری از اختلاف، از صحبت درباره بعضی مسائل اجتناب کنند. تداوم این وضعیت می‌تواند به تدریج موجب کاهش صمیمیت و افزایش فاصله در رابطه شود.

برای کاهش مشکلات ارتباطی در خانواده، توجه به شیوه بیان و نحوه گوش دادن اهمیت زیادی دارد. تلاش برای بیان احساسات و نیازها به شکل روشن و محترمانه، پرهیز از سرزنش یا استفاده از جملات تند، و ایجاد فرصت مناسب برای گفتگو می‌تواند به بهبود تعاملات کمک کند. همچنین تمرین همدلی و تلاش برای درک دیدگاه طرف مقابل می‌تواند نقش مهمی در کاهش سوءتفاهم‌ها و تقویت کیفیت ارتباط میان والد و فرزند داشته باشد.

عامل	نمره خام	درصد	وضعیت
نمره کل ارتباط والد-نوجوان	۵۵	۵۵	متوسط

### تفسیر اختصاصی:

نمره متوسط یعنی رابطه نه بد است و نه عالی. صمیمیت قابل قبولی وجود دارد اما ناپیوستگی، سو-برداشت‌ها یا تعارض‌های جزئی نیز دیده می‌شود. ارتباط در بسیاری مواقع کارکرد دارد، اما در برابر فشارها شکننده است. این سطح بهترین نقطه برای ارتقا و تقویت ارتباط محسوب می‌شود، زیرا پایه‌های رابطه سالم وجود دارد.

نمره کل این پرسشنامه نشان‌دهنده کیفیت کلی ارتباط میان والد و فرزند است و از ترکیب دو مولفه گشودگی در ارتباط و مشکلات ارتباطی به دست می‌آید. در محاسبه این نمره، امتیاز مربوط به مشکلات ارتباطی به صورت معکوس در نظر گرفته می‌شود تا در نهایت نمره کل بیانگر وضعیت کلی ارتباط باشد. به همین دلیل هرچه نمره کل بالاتر باشد، نشان‌دهنده ارتباط سازنده‌تر، صمیمانه‌تر و همراه با درک متقابل بیشتر میان والد و فرزند است.

نمره کل در واقع تصویری جامع از الگوی ارتباطی در خانواده ارائه می‌دهد. این نمره نشان می‌دهد که تا چه اندازه فضای گفتگو در رابطه والد و فرزند باز و قابل اعتماد است و در عین حال چه میزان از موانع یا تنش‌های ارتباطی در این رابطه وجود دارد. سطح مناسب این شاخص معمولاً با وجود گفتگوهای صادقانه، توانایی بیان احساسات، و تمایل به شنیدن و درک دیدگاه یکدیگر همراه است.

برای تقویت کیفیت کلی ارتباط در خانواده، توجه همزمان به افزایش صمیمیت در گفتگو و کاهش موانع ارتباطی اهمیت دارد. ایجاد فرصت‌های منظم برای گفتگو، توجه به احساسات و نیازهای یکدیگر، و تلاش برای حل اختلاف‌ها از طریق گفتگو می‌تواند به بهبود رابطه کمک کند. با تقویت این مهارت‌ها، فضای ارتباطی در خانواده می‌تواند به محیطی حمایت‌گر و امن تبدیل شود که در آن والد و فرزند بتوانند با آرامش بیشتری با یکدیگر تعامل داشته باشند.

### یک تفسیر از تفاضل نمرات دو مولفه در زیر آورده شده است

در این الگو گشودگی در ارتباط در سطح متوسط قرار دارد، اما مشکلات ارتباطی در سطح بالایی گزارش شده است. این وضعیت می‌تواند نشان‌دهنده رابطه‌ای باشد که در آن گفت‌وگو میان والد و فرزند وجود دارد، اما این گفت‌وگوها گاهی با تنش یا سو-تفاهم همراه می‌شود و ممکن است برخی موضوعات به راحتی قابل طرح نباشند.

## در زیر پاسخنامه کاربر آورده شده است

۱	من می‌توانم درباره باورها و عقاید با مادرم/پدرم صحبت کنم بدون اینکه احساس محدودیت یا خجالت کنم	۱
۲	گاهی برایم سخت است که همه چیزهایی را که مادرم/پدرم می‌گوید باور کنم	۲
۲	مادرم/پدرم همیشه شنونده خوبی است	۳
۲	گاهی می‌ترسم از مادرم/پدرم چیزی را که می‌خواهم درخواست کنم	۴
۲	مادرم/پدرم تمایل دارد چیزهایی به من بگوید که بهتر بود گفته نمی‌شد	۵
۲	مادرم/پدرم بدون اینکه بپرسد می‌تواند بفهمد من چه احساسی دارم	۶
۲	من از نحوه صحبت کردن خودم و مادرم/پدرم با یکدیگر بسیار راضی هستم	۷
۲	اگر دچار مشکل شوم، می‌توانم آن را به مادرم/پدرم بگویم	۸
۳	من علاقه و محبت خود را آشکارا به مادرم/پدرم نشان می‌دهم	۹
۳	وقتی بین ما مشکلی پیش می‌آید، اغلب با مادرم/پدرم قهر می‌کنم و با او صحبت نمی‌کنم	۱۰
۳	درباره چیزهایی که به مادرم/پدرم می‌گویم محتاط هستم	۱۱
۳	هنگام صحبت با مادرم/پدرم گاهی چیزهایی می‌گویم که بهتر بود گفته نمی‌شد	۱۲
۴	وقتی سؤال می‌پرسم، از مادرم/پدرم پاسخ‌های صادقانه دریافت می‌کنم	۱۳
۴	مادرم/پدرم تلاش می‌کند دیدگاه مرا درک کند	۱۴
۴	موضوعاتی وجود دارد که از صحبت درباره آن‌ها با مادرم/پدرم اجتناب می‌کنم	۱۵
۴	برای من آسان است که مشکلاتم را با مادرم/پدرم در میان بگذارم	۱۶
۵	برای من بسیار آسان است که همه احساسات واقعی خود را به مادرم/پدرم بیان کنم	۱۷
۵	مادرم/پدرم مدام غر می‌زند یا مرا اذیت می‌کند	۱۸
۵	وقتی مادرم/پدرم از من عصبانی می‌شود، به من توهین می‌کند	۱۹
۵	فکر نمی‌کنم بتوانم درباره برخی چیزها احساس واقعی خود را به مادرم/پدرم بگویم	۲۰