

پروفایل ارتباطی نوجوان

والد: حمید حیدری

کد مراجع والد: ۲۰۲۰

نوجوان: مینا حیدری

کد مراجع نوجوان: ۲۰۲۱

پیوندی مبتنی بر احترام، اعتماد و فهم متقابل

اطلاعات فردی آزمون دهنده

		نام:
مینا	حمید	نام خانوادگی:
حیدری	حیدری	تلفن تماس:
۰۹۳۰۰۰۵۲۰۰۳	۰۹۳۰۰۰۵۲۰۰۳	سن:
۱۵	۴۵	جنس:
زن	مرد	کد مراجع:
۲۰۲۱	۲۰۲۰	

مقدمه:

دوره نوجوانی یکی از حساس‌ترین مراحل رشد انسان است؛ دوره‌ای که در آن تغییرات سریع هیجانی، شناختی و اجتماعی رخ می‌دهد و نوجوان به تدریج در مسیر شکل‌گیری هویت، استقلال و مسئولیت‌پذیری قرار می‌گیرد. در این میان، کیفیت رابطه میان والدین و نوجوان نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت روان، احساس امنیت و رشد متعادل او دارد. بسیاری از تنش‌ها و سوءتفاهم‌هایی که در این دوره میان والد و نوجوان شکل می‌گیرد، نه از بی‌علاقگی یا ناسازگاری، بلکه از تفاوت در نیازها، شیوه‌های ارتباطی و درک متقابل ناشی می‌شود.

پکیج «پروفایل ارتباطی نوجوان» با هدف کمک به درک عمیق‌تر این رابطه طراحی شده است. این پکیج تلاش می‌کند با استفاده از ابزارهای علمی و در عین حال قابل‌فهم، تصویری روشن از وضعیت هیجانی نوجوان، الگوی ارتباط در خانواده، سبک‌های والدگری و نیازهای ارتباطی موجود ارائه دهد. هدف اصلی این ارزیابی، برجسب‌زدن یا قضاوت درباره نوجوان یا والدین نیست؛ بلکه کمک به شناخت الگوهایی است که ممکن است باعث تنش، فاصله یا سوءتفاهم در رابطه شوند.

ویژگی اصلی این پکیج آن است که نتایج ارزیابی‌ها تنها به صورت نمره یا اصطلاحات تخصصی ارائه نمی‌شوند، بلکه به زبان ساده و کاربردی ترجمه شده‌اند تا والدین بتوانند به روشنی درک کنند که وضعیت فعلی رابطه چگونه است، چه عواملی در شکل‌گیری مشکلات نقش دارند و چه اقداماتی می‌تواند به بهبود ارتباط و کاهش تنش کمک کند.

در نهایت، این گزارش تلاش می‌کند پلی میان دانش روان‌شناسی و زندگی واقعی خانواده‌ها ایجاد کند؛ پلی که به والدین کمک می‌کند نوجوان خود را بهتر بفهمند، فضای گفت‌وگو و اعتماد را تقویت کنند و مسیر رشد سالم و متعادل فرزندشان را هموارتر سازند.

در این بخش، نتایج آزمون توانایی‌ها و دشواری‌های نوجوان ارائه شده است. این ارزیابی بر پایه دو فرم جداگانه، شامل فرم والد

و فرم نوجوان انجام شده است؛ به این معنا که هم والدین بر اساس مشاهده و برداشت خود به پرسش‌ها پاسخ داده‌اند و هم نوجوان دیدگاه و تجربه

شخصی خود را در پاسخ‌ها منعکس کرده است. استفاده هم‌زمان از این دو منبع اطلاعاتی کمک می‌کند تا تصویر دقیق‌تر و کامل‌تری از وضعیت هیجانی، رفتاری

و اجتماعی نوجوان به دست آید.

در گام نخست، پاسخ‌های والد و نوجوان با یکدیگر مقایسه می‌شوند تا میزان هم‌سویی یا تفاوت دیدگاه‌ها در ابعاد مختلف مشخص شود. این مقایسه می‌تواند نشان

دهد که نوجوان و والدین تا چه اندازه در برداشت از مشکلات، توانمندی‌ها، رفتارها و وضعیت کلی روان‌شناختی توافق دارند یا تفاوت نظر دارند. چنین تفاوت‌ها و

شباهت‌هایی می‌توانند در فهم بهتر وضعیت نوجوان و شیوه تجربه یا مشاهده مسائل از سوی هر یک از پاسخ‌دهندگان نقش مهمی داشته باشند.

در مرحله بعد، نتایج هر فرم به صورت جداگانه و بر اساس دیدگاه پاسخ‌دهنده مورد بررسی قرار می‌گیرد. به عبارت دیگر، ارزیابی انجام‌شده از منظر نوجوان به طور

مستقل تحلیل می‌شود و همچنین برداشت والدین نیز به صورت مجزا مورد توجه قرار می‌گیرد. این شیوه بررسی کمک می‌کند تا هم تجربه درونی نوجوان و هم نگاه

بیرونی والدین نسبت به رفتارها و نشانه‌های او بهتر شناخته شود.

لازم به ذکر است که نتایج این آزمون به صورت مستقل تفسیر نمی‌شوند، بلکه در تعامل با سایر شاخص‌ها و نتایج آزمون‌های دیگر نیز مورد بررسی قرار

می‌گیرند. به همین دلیل، آنچه در این بخش و بخش‌های بعدی مشاهده می‌شود، تنها بیان یک نمره یا یک نتیجه ساده نیست، بلکه تلاشی برای درک پیوند میان

یافته‌های مختلف ارزیابی است. برای مثال، پاسخ‌های مربوط به این آزمون در کنار نتایج آزمون‌هایی مانند اضطراب و افسردگی بررسی می‌شوند تا روشن شود

ترکیب این یافته‌ها چه معنایی درباره وضعیت هیجانی، رفتاری و سازگاری نوجوان دارد.

توضیحات:

این پرسشنامه وضعیت هیجانی، رفتاری و اجتماعی فرد را بر اساس چند مؤلفه اصلی مورد بررسی قرار می‌دهد. این مؤلفه‌ها شامل نشانه‌های هیجانی، مشکلات

رفتاری، دشواری‌های مربوط به توجه و بی‌قراری، مشکلات در روابط با همسالان و همچنین رفتارهای اجتماعی مثبت مانند همکاری و همدلی هستند. هر یک از

این مؤلفه‌ها جنبه‌ای از سازگاری روانی و اجتماعی نوجوان را نشان می‌دهند و در کنار یکدیگر تصویری نسبتاً جامع از وضعیت کلی او ارائه می‌کنند.

در محاسبه نتایج، برای هر یک از حوزه‌های دشواری شامل نشانه‌های هیجانی، مشکلات رفتاری، بیش‌فعالی و مشکلات ارتباط با همسالان نمره‌ای جداگانه محاسبه

می‌شود. مجموع این چهار حوزه، «نمره کل مشکلات» را تشکیل می‌دهد که شاخصی کلی از میزان دشواری‌های هیجانی و رفتاری نوجوان به شمار می‌آید. هرچه

این نمره بالاتر باشد، نشان‌دهنده وجود نشانه‌های بیشتر در حوزه‌های یادشده است. در مقابل، مؤلفه رفتارهای اجتماعی مثبت به صورت جداگانه بررسی می‌شود و

بیانگر توانایی نوجوان در همدلی، همکاری و کمک به دیگران است.

در تفسیر نتایج، نمره هر یک از مؤلفه‌ها در سه سطح کلی عادی، مرزی و نیازمند توجه بیشتر طبقه‌بندی می‌شود. این طبقه‌بندی به درک بهتر وضعیت کودک

کمک می‌کند و نشان می‌دهد که آیا نشانه‌های مشاهده‌شده در محدوده طبیعی رشد قرار دارند یا ممکن است نیازمند توجه و بررسی بیشتری باشند.

در ادامه این گزارش، نتایج مربوط به هر یک از مؤلفه‌های اصلی به صورت جداگانه ارائه شده است. همچنین نمره کل مشکلات و تحلیل کلی وضعیت هیجانی و

رفتاری نوجوان گزارش شده تا تصویری روشن‌تر از وضعیت سازگاری او در حوزه‌های مختلف فراهم شود.

نشانه‌های هیجانی به احساساتی مانند نگرانی، ترس، ناراحتی یا حساسیت هیجانی مربوط می‌شود. بالا بودن این نشانه‌ها می‌تواند نشان‌دهنده تجربه فشارهای هیجانی

یا دشواری در مدیریت احساسات باشد.

مشکلات رفتاری به الگوهایی مانند نافرمانی، پرخاشگری، قانون‌گریزی یا دشواری در رعایت قواعد اشاره دارد. این مؤلفه نشان می‌دهد کودک تا چه اندازه در کنترل

رفتار و سازگاری با انتظارات محیطی با چالش روبه‌رو است.

بیش‌فعالی و مشکلات توجه به میزان بی‌قراری، تکانشگری و دشواری در تمرکز بر فعالیت‌ها مربوط می‌شود. این حوزه می‌تواند نشان‌دهنده میزان توانایی کودک در

حفظ توجه، سازماندهی رفتار و کنترل فعالیت‌های حرکتی باشد.

مشکلات ارتباط با همسالان به کیفیت روابط کودک با دیگر کودکان و احساس تعلق در جمع همسالان مربوط است. دشواری در این حوزه ممکن است با احساس

تنهایی، کنار گذاشته شدن یا مشکل در ایجاد و حفظ دوستی‌ها همراه باشد.

رفتارهای جامعه‌پسند به ویژگی‌هایی مانند همدلی، همکاری، کمک به دیگران و توجه به احساسات دیگران اشاره دارد. وجود این رفتارها نشان‌دهنده توانایی کودک

در برقراری تعاملات مثبت و سازنده با اطرافیان است.

در جدول زیر نتایج و نمرات بر اساس نظرات والد و نوجوان ارائه شده است. دقت کنید که در هر بخش سعی شده است که قسمت های سمت راست متعلق به والد باشد و قسمت های سمت چپ مربوط به نوجوان باشد تا در خوانش متن مشکلی به وجود نیاید. البته در ادامه مشاهده خواهید کرد که اسم فرد هم در بخش از موارد قید شده است که به تفکیک بندی متن کمک شایانی کرده است

مینا حیدری		حمید حیدری		مولفه
سطح	نمره	سطح	نمره	
عادی	۳	نگران کننده	۶	نشانه های هیجانی
عادی	۳	نگران کننده	۵	مشکلات رفتاری
عادی	۳	نگران کننده	۹	بیش فعالی
نگران کننده	۴	نگران کننده	۶	مشکلات با همسالان
مرزی	۵	نگران کننده	۱	رفتار اجتماعی مثبت
عادی	۱۳	نگران کننده	۲۶	نمره کل مشکلات

در کادر های سبز زیر به مقایسه نظر والدین نسبت به نوجوان پرداخته شده و تفسیر های لازم ارائه شده است

تطبیق و مقایسه نظر شما و نوجوانتان در تست از این جهت بسیار مهم است که به ما نشان می دهد آیا هر دو برداشت و نگاه یکسانی به رفتارها و احساسات او دارید یا خیر؛ چرا که نوجوانان گاهی برخی از نگرانی ها یا احساسات درونی خود (مثل اضطراب یا غمگینی) را بروز نمی دهند و والدین نیز ممکن است برخی مشکلات را از زاویه ای متفاوت ببینند. این مقایسه به روان شناس یا مشاور کمک می کند تا نقاط کور ارتباطی میان شما را شناسایی کند، به درک عمیق تری از دنیای درونی نوجوان برسد و در نهایت، مسیر گفتگو، همدلی و حل مسئله را برای شما هموارتر سازد.

در کادر های سبز زیر به مقایسه نظر والدین نسبت به نوجوان پرداخته شده و تفسیر های لازم ارائه شده است

شدت اختلاف بین نظرات چقدر است؟

فاصله ادراکی چشمگیری میان برداشت والد و نوجوان از مشکلات هیجانی و رفتاری وجود دارد. چنین شکافی ممکن است نشان دهنده دشواری در انتقال تجربه های درونی نوجوان یا محدود بودن گفتگوی مؤثر درباره مشکلات باشد.

جهت اختلاف از کدام طرف است؟

والد مشکلات نوجوان را بیش از ارزیابی خود نوجوان گزارش کرده است. این الگو ممکن است بازتاب نگرانی بالا یا حساسیت بیشتر والد نسبت به رفتارهای نوجوان باشد.

کدام مولفه دارای اختلاف بیشتری است؟

اختلاف عمده در حوزه بیش فعالی و تمرکز دیده می شود. این موضوع می تواند نشان دهنده تفاوت در مشاهده عملکرد نوجوان در خانه و محیط های دیگر باشد.

در ادامه به بررسی دو شاخص درونی سازی و برونی سازی می پردازیم در ابتدا در مورد شاخص درونی سازی و برونی سازی صحبت می شود و سپس تحلیل ها ارائه می گردد

شاخص برون ریزی نشان می دهد که آیا ناراحتی ها، فشارهای روانی یا مشکلات هیجانی نوجوان بیشتر به صورت رفتارهای قابل مشاهده در بیرون خودش را نشان می دهند یا نه. یعنی به جای اینکه نوجوان ناراحتی اش را فقط در درون خود نگه دارد، ممکن است آن را با رفتارهایی مثل عصبانیت، مخالفت، نافرمانی، پرخاشگری، بی قراری، عجول بودن یا رعایت نکردن قوانین نشان دهد. به همین دلیل، این شاخص به والدین و مشاوران کمک می کند بفهمند آیا بخشی از رفتارهای دشوار نوجوان می تواند نشانه ای از فشارها و مشکلات درونی او باشد. این شاخص معمولاً از ترکیب دو بخش «مشکلات رفتاری» و «بیش فعالی/نقص توجه» در پرسشنامه محاسبه می شود.

شاخص برونی سازی

تحلیل شاخص برونی سازی نوجوان

مقدار شاخص: ۰.۰ از ۲

وضعیت کلی

نتایج نشان می دهد سطح برون ریزی در محدوده طبیعی قرار دارد. در این وضعیت نوجوان معمولاً قادر است هیجانان خود را کنترل کند و در تعامل با قوانین خانه، مدرسه و روابط اجتماعی مشکل قابل توجهی نشان نمی دهد.

تحلیل مولفه های رفتاری:

در هر دو مولفه مشکلات رفتاری و بیش فعالی نمرات در محدوده طبیعی قرار دارند و الگوی رفتاری نوجوان متعادل گزارش شده است

جمع بندی

الگوی رفتاری نوجوان در محدوده سالم قرار دارد و تداوم تعاملات حمایتی خانواده می تواند این وضعیت را حفظ کند

شاخص درونی سازی نشان می دهد که آیا فشارها و ناراحتی های روانی نوجوان بیشتر در درون او باقی می ماند و به صورت احساساتی مانند نگرانی، غمگینی، حساسیت هیجانی یا احساس تنهایی بروز پیدا می کنند یا نه. این حالت معمولاً زمانی دیده می شود که نوجوان مشکلات خود را کمتر در رفتارهای آشکار نشان می دهد و بیشتر آن ها را در درون خود تجربه می کند. بالا بودن این شاخص می تواند با استرس، فشارهای اجتماعی، تغییرات دوره نوجوانی یا دشواری در ارتباط با همسالان همراه باشد. توجه به این نشانه ها و فراهم کردن فضای امن برای گفت و گو و حمایت عاطفی می تواند به کاهش فشار روانی نوجوان کمک کند. این شاخص از ترکیب مؤلفه «مشکلات هیجانی» و «مشکلات ارتباط با همسالان» در پرسشنامه نقاط قوت و دشواری و همچنین شاخص های اضطراب و افسردگی از پرسشنامه های دیگر به دست می آید.

شاخص درونی سازی

گوی درونی سازی فعال -- □ نتایج شاخص ترکیبی نشان می دهد که در چند حوزه مرتبط با درونی سازی، از جمله اضطراب، افسردگی، مشکلات هیجانی یا دشواری در روابط با همسالان، افزایش قابل توجهی مشاهده می شود. این الگو معمولاً نشان دهنده تجربه سطح بالاتری از فشار هیجانی درونی است.

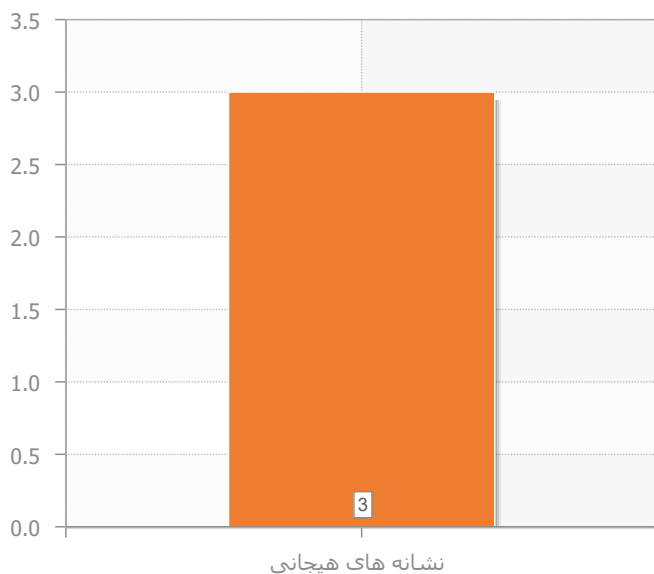
نوجوانانی که در این محدوده قرار می گیرند ممکن است نگرانی مداوم، حساسیت هیجانی بالا، احساس غمگینی یا کاهش انگیزه را تجربه کنند. در برخی موارد این احساسات به شکل درونی باقی می ماند و کمتر به صورت رفتارهای آشکار بروز پیدا می کنند، به همین دلیل ممکن است اطرافیان همیشه از میزان فشار هیجانی فرد آگاه نباشند.

همچنین ممکن است این وضعیت با دشواری در روابط اجتماعی، احساس تنهایی، یا حساسیت نسبت به ارزیابی دیگران همراه باشد. در چنین شرایطی توجه بیشتر به وضعیت هیجانی نوجوان و در صورت نیاز دریافت مشاوره تخصصی می تواند مفید باشد.

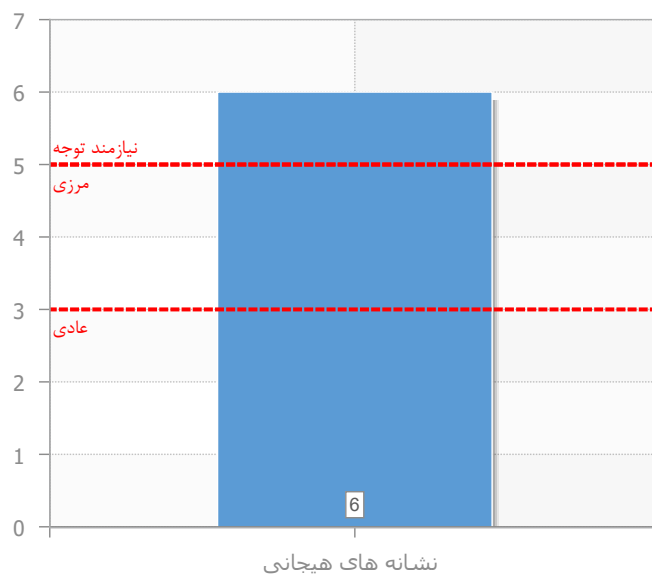
در صفحات قبل نتایج تست های توانایی و دشواری ها به صورت ترکیبی و با در نظر گرفتن نظرات والد و نوجوان مورد تحلیل قرار گرفت. در ادامه به صورت جداگانه نیز مورد تحلیل قرار گرفته اند

مولفه اول) نشانه های هیجانی

نمودار نشانه های هیجانی از نظر نوجوان



نمودار نشانه های هیجانی از نظر والد



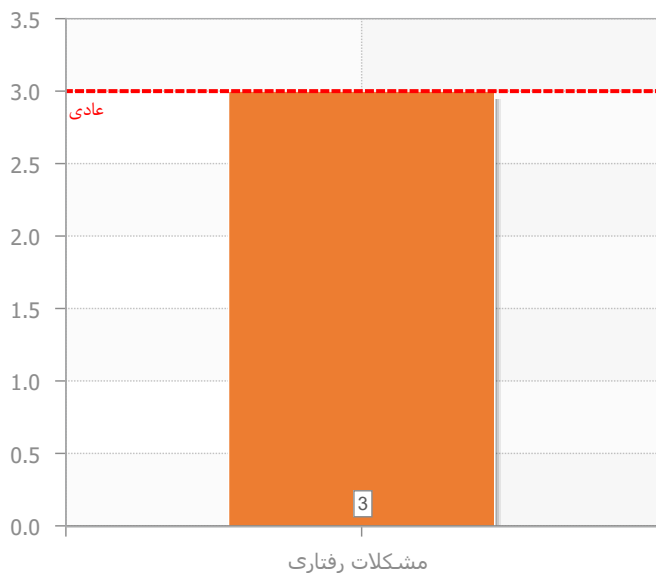
تحلیل نشانه های هیجانی به تنهایی بر اساس نتایج تست مینا

نشانه های هیجانی فرد در محدوده طبیعی قرار دارد و در حال حاضر شواهدی از اضطراب مداوم، نگرانی افراطی، ترس های غیرمعمول یا خلق پایین پایدار مشاهده نمی شود. واکنش های هیجانی فرد متناسب با موقعیت های روزمره و شرایط رشدی او ارزیابی می شود و نوسانات خلقی در حد طبیعی سن او قرار دارد. فرد احتمالاً می تواند احساسات خود را به شکل قابل قبولی مدیریت کند و در مواجهه با چالش های معمول زندگی مانند تکالیف مدرسه، روابط با همسالان یا تغییرات روزمره، واکنش های متعادلی نشان دهد. این وضعیت نشان دهنده ثبات نسبی هیجانی و سازگاری مناسب روانی است. وضعیت هیجانی در محدوده طبیعی است. حفظ فضای گفت و گوی عاطفی در خانواده، توجه مستمر به احساسات روزمره فرد، تشویق او به بیان نگرانی ها و تقویت رابطه حمایتی توصیه می شود تا این ثبات هیجانی تداوم یابد. در حال حاضر نشانه های از تأثیر منفی بر عملکرد تحصیلی، روابط اجتماعی یا زندگی خانوادگی مشاهده نمی شود و روند رشد هیجانی فرد طبیعی ارزیابی می شود.

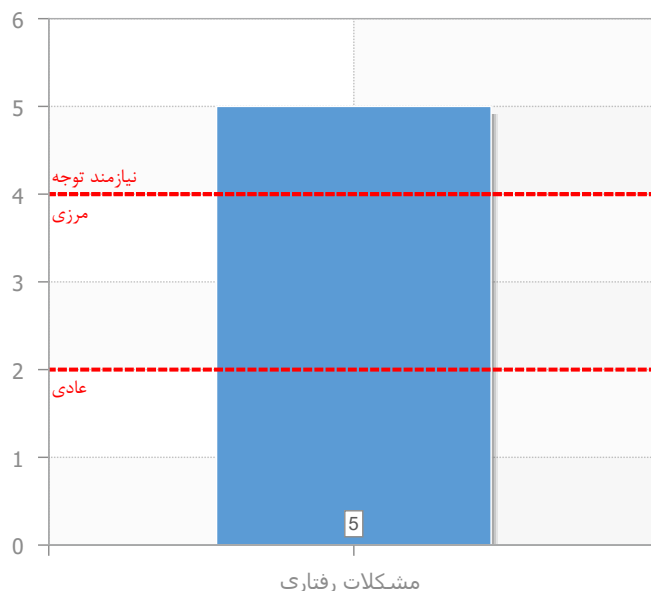
تحلیل نشانه های هیجانی به تنهایی بر اساس نتایج تست حمید

نشانه های هیجانی در سطح قابل توجهی مشاهده می شود و احتمال دارد فرد اضطراب شدید، نگرانی های مداوم، ترس های متعدد، شکایات جسمانی مرتبط با تنش روانی یا خلق پایین پایدار را تجربه کند. این سطح از علائم می تواند نشان دهنده دشواری جدی تر در تنظیم هیجان ها و مقابله با فشارهای روزمره باشد. در چنین شرایطی ممکن است فرد در محیط مدرسه با افت تمرکز یا عملکرد تحصیلی مواجه شود، در روابط با همسالان کناره گیری کند یا وابستگی و نگرانی بیشتری نسبت به والدین نشان دهد. تداوم این وضعیت بدون مداخله می تواند بر اعتماد به نفس، احساس امنیت روانی و رشد اجتماعی او اثر منفی بگذارد. نشانه های هیجانی در سطح بالا قرار دارد و نیازمند توجه جدی است. توصیه می شود ارزیابی تخصصی توسط روان شناس فرد یا مشاور انجام شود. ایجاد محیطی آرام و حمایتگر در خانه، کاهش عوامل استرس زا، اختصاص زمان منظم برای گفت و گوی عاطفی و در صورت لزوم دریافت مداخلات درمانی تخصصی می تواند به بهبود وضعیت کمک کند. این وضعیت می تواند بر عملکرد تحصیلی، روابط با همسالان، کیفیت خواب، اعتماد به نفس و آرامش روانی فرد تأثیر قابل توجه بگذارد و نیازمند پیگیری فعال است.

نمودار مشکلات رفتاری از نظر نوجوان



نمودار مشکلات رفتاری از نظر والد



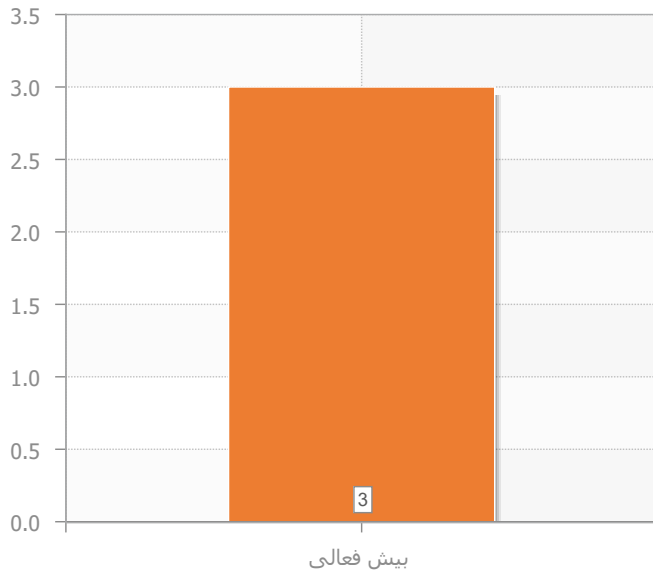
تحلیل مشکلات رفتاری به تنهایی بر اساس نتایج تست مینا

این نمره نشان می‌دهد که میزان مشکلات رفتاری فرد در محدوده طبیعی قرار دارد و نشانه‌های قابل توجهی از رفتارهای پرخاشگرانه، قانون‌شکنی، درگیری مکرر با دیگران یا نافرمانی شدید مشاهده نمی‌شود. فرد در اغلب موقعیت‌ها قادر است قوانین و انتظارات محیطی مانند مقررات خانه یا مدرسه را رعایت کند و رفتارهای او در چارچوب هنجارهای رشدی سن خود قرار دارد. ممکن است مانند هر فرد دیگری گاهی رفتارهای مخالف‌آمیز یا واکنش‌های هیجانی نشان دهد، اما این رفتارها معمولاً گذرا بوده و به شکل مداوم یا مشکل‌ساز ظاهر نمی‌شوند. این وضعیت بیانگر آن است که فرد تا حد زیادی توانایی کنترل تکانه‌ها، پذیرش قوانین و تنظیم رفتار خود در تعامل با دیگران را دارد. رفتارهای فرد در محدوده طبیعی ارزیابی می‌شود. ادامه تقویت رفتارهای مثبت، تعیین قوانین روشن در خانه، تشویق رفتارهای مسئولانه و استفاده از روش‌های تربیتی مبتنی بر گفت‌وگو و احترام متقابل می‌تواند به حفظ این وضعیت کمک کند. در حال حاضر نشانه‌ای از تأثیر منفی رفتار فرد بر روابط خانوادگی، تعامل با همسالان یا عملکرد مدرسه مشاهده نمی‌شود.

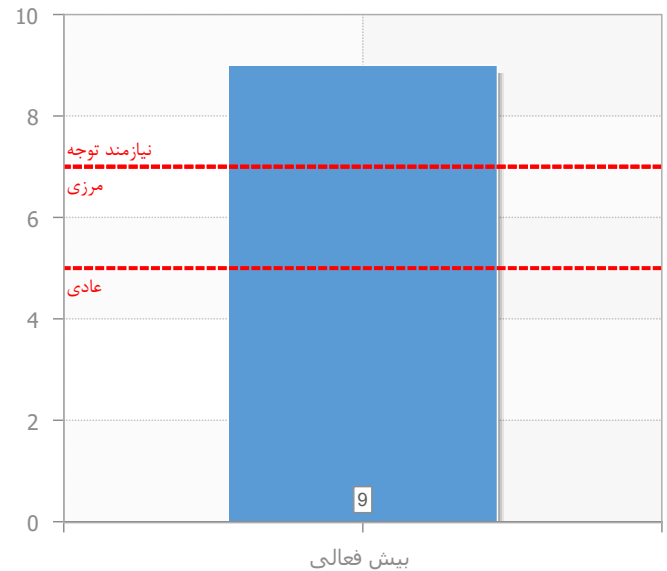
تحلیل مشکلات رفتاری به تنهایی بر اساس نتایج تست حمید

این نمره نشان‌دهنده سطح قابل توجهی از مشکلات رفتاری است و احتمال دارد فرد رفتارهایی مانند پرخاشگری، درگیری مکرر با دیگران، نافرمانی شدید، دروغ‌گویی، قانون‌شکنی یا رفتارهای تکانشی را بیشتر از حد معمول نشان دهد. چنین الگوهایی ممکن است باعث ایجاد تنش در روابط خانوادگی، بروز تعارض با همسالان یا مشکلات انضباطی در مدرسه شود. در برخی موارد فرد ممکن است در کنترل خشم، پذیرش قوانین یا درک پیامدهای رفتارهای خود با دشواری روبه‌رو باشد. اگر این الگوی رفتاری ادامه پیدا کند، می‌تواند بر رشد اجتماعی، احساس مسئولیت و سازگاری فرد با محیط‌های آموزشی و اجتماعی اثر منفی بگذارد و نیازمند توجه جدی‌تر باشد. سطح مشکلات رفتاری بالا ارزیابی می‌شود و نیازمند توجه جدی است. پیشنهاد می‌شود ارزیابی دقیق‌تری توسط روان‌شناس فرد یا مشاور انجام شود. استفاده از شیوه‌های تربیتی ساختارمند، تعیین مرزهای رفتاری روشن، تقویت رفتارهای مطلوب و آموزش مهارت‌های کنترل خشم می‌تواند در بهبود وضعیت مؤثر باشد. این وضعیت می‌تواند بر روابط فرد با والدین و معلمان، کیفیت تعامل با همسالان و عملکرد او در محیط مدرسه تأثیر قابل توجهی بگذارد و نیازمند پیگیری و حمایت مناسب است.

نمودار بیش فعالی از نظر نوجوان



نمودار بیش فعالی از نظر نوجوان



تحلیل بیش فعالی به تنهایی بر اساس نتایج تست مینا

این نمره نشان می‌دهد که سطح فعالیت بدنی، میزان تمرکز و توانایی کنترل تکانه‌های فرد در محدوده طبیعی و متناسب با سن او قرار دارد. فرد ممکن است پرنرزی، کنجکاو و فعال باشد، اما این ویژگی‌ها در چارچوب رشد طبیعی دیده می‌شود و معمولاً باعث اختلال قابل توجهی در یادگیری، روابط اجتماعی یا نظم رفتاری او نمی‌شود. در این وضعیت فرد قادر است در بیشتر موقعیت‌ها توجه خود را بر فعالیت‌ها و تکالیف متمرکز نگه دارد، دستورالعمل‌های بزرگسالان را دنبال کند و فعالیت‌های خود را تا حد قابل قبولی به پایان برساند. همچنین معمولاً می‌تواند در محیط‌های ساختارمند مانند کلاس درس یا فعالیت‌های گروهی برای مدت متناسب با سن خود آرام بنشیند و رفتار مناسبی نشان دهد. نوسانات کوتاه‌مدت در میزان توجه یا افزایش تحرک در شرایط هیجان‌انگیز، خستگی یا بی‌حوصلگی طبیعی تلقی می‌شود و لزوماً نشانه‌ای از مشکل رفتاری یا شناختی محسوب نمی‌شود. در مجموع، این نتیجه نشان‌دهنده تعادل مناسب میان سطح انرژی، توجه و کنترل رفتار در فرد است. سطح فعالیت، تمرکز و کنترل تکانه در محدوده طبیعی ارزیابی می‌شود. ادامه ایجاد برنامه‌های منظم روزانه، فراهم کردن فرصت‌های مناسب برای فعالیت بدنی و بازی، تشویق فرد به تکمیل فعالیت‌ها و ایجاد تعادل میان زمان مطالعه، استراحت و تفریح می‌تواند به حفظ این وضعیت مطلوب کمک کند. در حال حاضر نشانه‌ای از تأثیر منفی بیش فعالی یا بی‌توجهی بر عملکرد تحصیلی، تعامل با همسالان یا مشارکت فرد در فعالیت‌های روزمره مشاهده نمی‌شود.

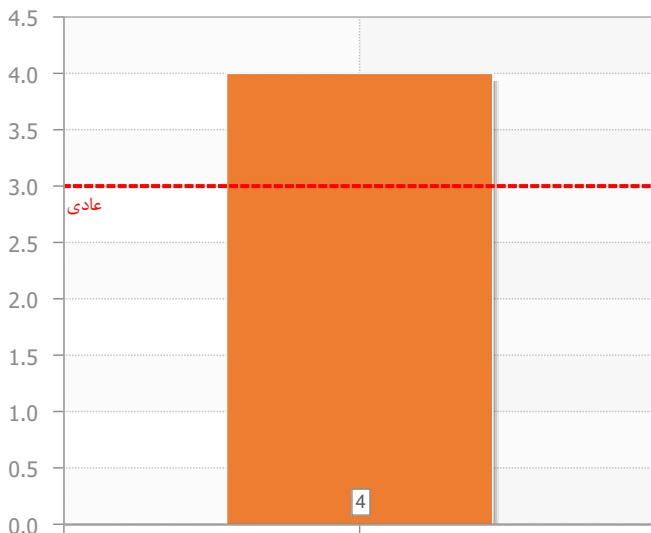
تحلیل بیش فعالی به تنهایی بر اساس نتایج تست حمید

این نمره نشان‌دهنده سطح بالایی از بیش‌فعالی، تکانشگری یا بی‌توجهی است که ممکن است فراتر از سطح معمول رشدی فرد باشد. در این وضعیت فرد ممکن است به طور مکرر در نشستن آرام، حفظ توجه بر فعالیت‌ها، گوش دادن دقیق به صحبت دیگران یا تکمیل وظایف با دشواری روبه‌رو شود. رفتارهایی مانند بی‌قراری مداوم، حرکت زیاد، قطع کردن صحبت دیگران، پاسخ دادن قبل از پایان سؤال یا انجام رفتارهای ناگهانی بدون فکر قبلی ممکن است بیشتر مشاهده شود. چنین الگوی رفتاری می‌تواند باعث کاهش تمرکز در کلاس، ناتمام ماندن تکالیف، دریافت تذکرات مکرر از معلمان یا ایجاد تنش در روابط با همسالان شود. در برخی موارد این وضعیت ممکن است با احساس ناکامی، کاهش اعتمادبه‌نفس یا تجربه بازخوردهای منفی مکرر از محیط همراه گردد. اگر این الگو به طور پایدار ادامه پیدا کند، می‌تواند نشان‌دهنده نیاز به بررسی دقیق‌تر در زمینه مشکلات توجه و کنترل تکانه، از جمله اختلال نقص توجه/بیش‌فعالی باشد.

سطح بیش‌فعالی و بی‌توجهی بالا ارزیابی می‌شود و نیازمند توجه جدی است.

توصیه می‌شود ارزیابی تخصصی توسط روان‌شناس یا روان‌پزشک فرد انجام شود. استفاده از مداخلات رفتاری ساختارمند، همکاری نزدیک میان خانواده و مدرسه، آموزش مهارت‌های خودنظم‌بخشی و در صورت لزوم بررسی گزینه‌های درمانی تخصصی می‌تواند در بهبود عملکرد فرد مؤثر باشد. این وضعیت می‌تواند بر تمرکز تحصیلی، پیشرفت درسی، کیفیت روابط اجتماعی و احساس کارآمدی فرد تأثیر قابل توجهی بگذارد و نیازمند پیگیری و حمایت هدفمند است.

نمودار مشکلات با همسالان از نظر نوجوان



نمودار مشکلات با همسالان از نظر والد



مشکلات با همسالان

تحلیل مشکلات با همسالان به تنهایی بر اساس نتایج تست مینا

این نمره نشان دهنده وجود مشکلات قابل توجه و پایدار در روابط فرد با همسالان است. فرد ممکن است به طور مکرر احساس تنهایی کند، در برقراری یا حفظ روابط دوستانه با دشواری جدی مواجه شود یا در محیط‌های گروهی کمتر پذیرفته شود. احتمال دارد تعاملات اجتماعی او با تعارض‌های مکرر، کناره‌گیری، یا طرد اجتماعی همراه باشد. در برخی موارد فرد ممکن است از مشارکت در فعالیت‌های جمعی اجتناب کند، اعتماد به نفس اجتماعی پایینی نشان دهد یا در درک نشانه‌های هیجانی و اجتماعی دیگران با مشکل روبه‌رو باشد. چنین الگویی می‌تواند بر احساس تعلق، امنیت روانی و رشد مهارت‌های ارتباطی او اثر منفی بگذارد. در صورت تداوم، این وضعیت ممکن است زمینه‌ساز مشکلات هیجانی ثانویه مانند اضطراب اجتماعی یا کاهش عزت نفس شود و نیازمند بررسی دقیق‌تر باشد.

سطح مشکلات در روابط با همسالان بالا ارزیابی می‌شود و نیازمند توجه جدی است.

توصیه می‌شود ارزیابی تخصصی توسط روان‌شناس فرد انجام شود. آموزش ساختاریافته مهارت‌های اجتماعی، تقویت اعتماد به نفس، ایجاد فرصت‌های هدایت‌شده برای تعامل مثبت با همسالان و همکاری نزدیک با مدرسه می‌تواند در بهبود وضعیت مؤثر باشد.

این وضعیت می‌تواند بر احساس تعلق اجتماعی، مشارکت در فعالیت‌های گروهی، کیفیت تجربه مدرسه و رشد عاطفی و اجتماعی فرد تأثیر قابل توجهی بگذارد و نیازمند پیگیری فعال و هدفمند است.

تحلیل مشکلات با همسالان به تنهایی بر اساس نتایج تست حمید

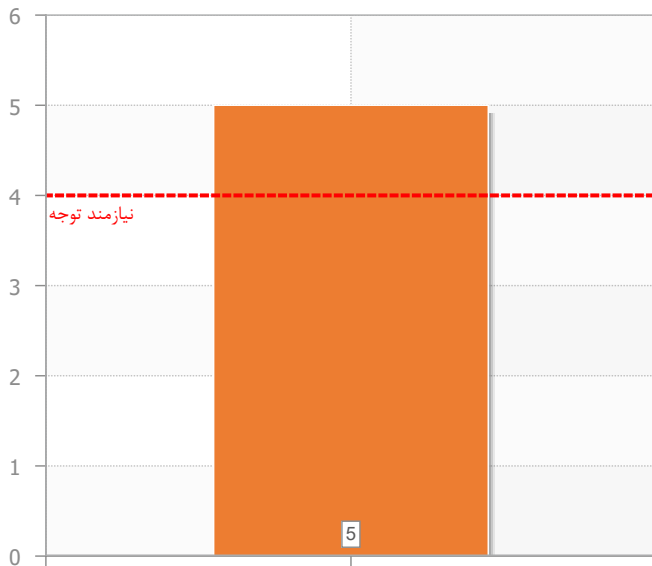
این نمره نشان دهنده وجود مشکلات قابل توجه و پایدار در روابط فرد با همسالان است. فرد ممکن است به طور مکرر احساس تنهایی کند، در برقراری یا حفظ روابط دوستانه با دشواری جدی مواجه شود یا در محیط‌های گروهی کمتر پذیرفته شود. احتمال دارد تعاملات اجتماعی او با تعارض‌های مکرر، کناره‌گیری، یا طرد اجتماعی همراه باشد. در برخی موارد فرد ممکن است از مشارکت در فعالیت‌های جمعی اجتناب کند، اعتماد به نفس اجتماعی پایینی نشان دهد یا در درک نشانه‌های هیجانی و اجتماعی دیگران با مشکل روبه‌رو باشد. چنین الگویی می‌تواند بر احساس تعلق، امنیت روانی و رشد مهارت‌های ارتباطی او اثر منفی بگذارد. در صورت تداوم، این وضعیت ممکن است زمینه‌ساز مشکلات هیجانی ثانویه مانند اضطراب اجتماعی یا کاهش عزت نفس شود و نیازمند بررسی دقیق‌تر باشد.

سطح مشکلات در روابط با همسالان بالا ارزیابی می‌شود و نیازمند توجه جدی است.

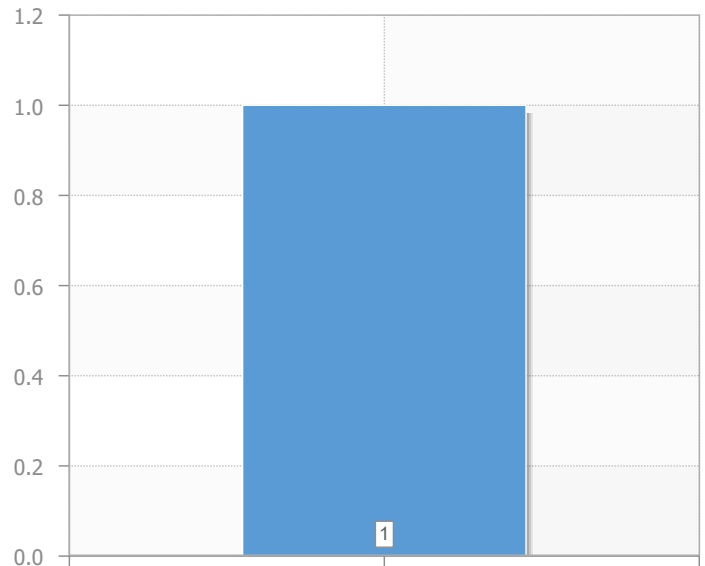
توصیه می‌شود ارزیابی تخصصی توسط روان‌شناس فرد انجام شود. آموزش ساختاریافته مهارت‌های اجتماعی، تقویت اعتماد به نفس، ایجاد فرصت‌های هدایت‌شده برای تعامل مثبت با همسالان و همکاری نزدیک با مدرسه می‌تواند در بهبود وضعیت مؤثر باشد.

نگران‌کننده

رفتارهای اجتماعی مثبت از نظر نوجوان



رفتارهای اجتماعی مثبت از نظر والد



تحلیل رفتار اجتماعی مثبت به تنهایی بر اساس نتایج تست مینا

این نمره نشان می‌دهد که برخی رفتارهای اجتماعی مثبت در فرد مشاهده می‌شود، اما ممکن است میزان یا ثبات این رفتارها کمتر از حد مورد انتظار برای سن او باشد. فرد ممکن است در برخی موقعیت‌ها تمایل به کمک کردن، همدلی یا همکاری نشان دهد، اما این رفتارها ممکن است به طور پایدار در همه موقعیت‌های اجتماعی ظاهر نشود. در برخی موارد فرد ممکن است بیشتر بر نیازها و خواسته‌های خود تمرکز کند یا در درک احساسات دیگران نیاز به راهنمایی بیشتری داشته باشد. این وضعیت معمولاً به معنای مشکل جدی در رشد اجتماعی نیست، اما می‌تواند نشان‌دهنده نیاز به تقویت بیشتر مهارت‌های همدلی، همکاری و مسئولیت‌پذیری اجتماعی باشد. توجه و آموزش تدریجی این مهارت‌ها می‌تواند به بهبود تعاملات اجتماعی فرد کمک کند.

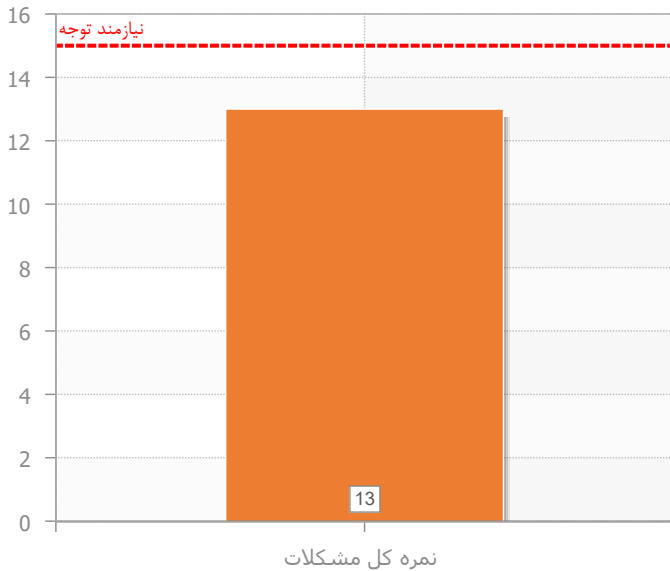
نگران‌کننده
پیشنهاد می‌شود از طریق آموزش مهارت‌های اجتماعی، تشویق رفتارهای همدلانه، و فراهم کردن فرصت‌هایی برای مشارکت در فعالیت‌های گروهی و کمک به دیگران، زمینه رشد این رفتارهای مثبت در فرد تقویت شود.
ممکن است در برخی تعاملات اجتماعی، میزان همکاری، همدلی یا توجه به نیازهای دیگران کمتر از حد انتظار باشد، اما این وضعیت معمولاً با آموزش و حمایت مناسب قابل بهبود است.

تحلیل رفتار اجتماعی مثبت به تنهایی بر اساس نتایج تست حمید

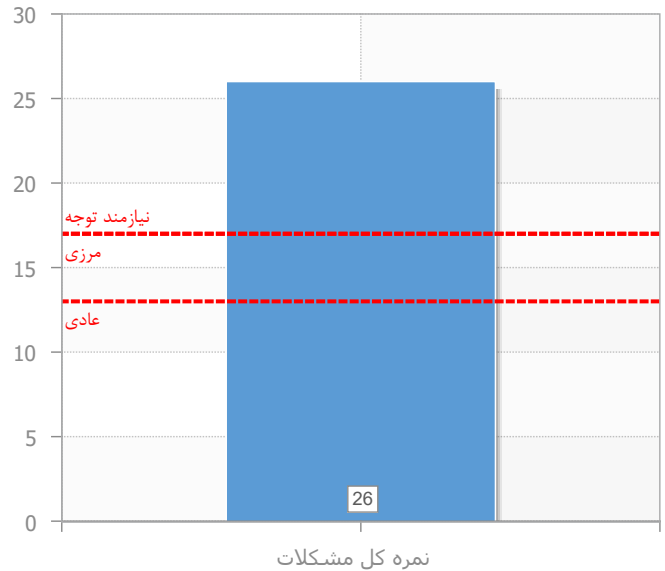
این نمره نشان‌دهنده سطح پایین رفتارهای اجتماعی مثبت در فرد است و ممکن است بیانگر دشواری در نشان دادن همدلی، همکاری یا توجه به نیازهای دیگران باشد. فرد ممکن است کمتر تمایل به کمک کردن، مشارکت در فعالیت‌های گروهی یا حمایت از دیگران نشان دهد و در برخی موقعیت‌ها بیشتر بر خواسته‌ها و نیازهای شخصی خود تمرکز کند. چنین الگویی می‌تواند بر کیفیت روابط اجتماعی فرد تأثیر بگذارد و در برخی موارد باعث بروز تعارض در تعامل با همسالان یا بزرگسالان شود. در صورت تداوم، این وضعیت ممکن است نشان‌دهنده نیاز به تقویت مهارت‌های اجتماعی، رشد همدلی و آموزش رفتارهای مشارکتی باشد. توجه به این حوزه اهمیت دارد، زیرا رفتارهای اجتماعی مثبت نقش مهمی در شکل‌گیری روابط سالم، احساس تعلق اجتماعی و سازگاری روانی فرد ایفا می‌کنند.

سطح رفتارهای اجتماعی مثبت پایین ارزیابی می‌شود و نیازمند توجه جدی است.
توصیه می‌شود آموزش هدفمند مهارت‌های اجتماعی و همدلی در محیط خانه و مدرسه تقویت شود. استفاده از فعالیت‌های گروهی هدایت‌شده، الگوسازی رفتارهای همدلانه توسط بزرگسالان و در صورت لزوم مشورت با متخصص رشد فرد می‌تواند در بهبود این مهارت‌ها مؤثر باشد.
این وضعیت می‌تواند بر کیفیت روابط اجتماعی، میزان پذیرش در گروه همسالان و شکل‌گیری تعاملات مثبت فرد با دیگران تأثیر بگذارد و نیازمند توجه و پیگیری مناسب است.

نمره کل مشکلات از نظر نوجوان



نمره کل مشکلات از نظر والد



تحلیل جمع کل مشکلات به تنهایی بر اساس نتایج تست مینا

این نمره نشان می‌دهد که مجموع نشانه‌های هیجانی و رفتاری فرد در محدوده طبیعی قرار دارد و در حال حاضر شواهدی از تجمع معنادار مشکلات روان‌شناختی مشاهده نمی‌شود. اگرچه ممکن است در برخی حوزه‌ها نوسانات یا چالش‌های خفیفی وجود داشته باشد، اما این موارد در چارچوب رشد طبیعی سن فرد ارزیابی می‌شود و شدت یا فراوانی آن‌ها به حدی نیست که موجب اختلال قابل توجه در عملکرد روزمره شود. فرد احتمالاً در اغلب زمینه‌ها از جمله عملکرد تحصیلی، روابط خانوادگی، تعامل با همسالان و تنظیم هیجان‌ها سازگاری مناسبی دارد. این نتیجه بیانگر تعادل نسبی در ابعاد مختلف سلامت روان بوده و نشان می‌دهد که مشکلات مشاهده‌شده پراکنده، موقعیتی یا گذرا هستند. در مجموع، وضعیت فعلی فرد از نظر شاخص کلی مشکلات در سطح طبیعی ارزیابی می‌شود.

نمره کل مشکلات در محدوده طبیعی قرار دارد.

توصیه می‌شود روند رشد هیجانی و رفتاری فرد همچنان مورد توجه قرار گیرد، ارتباط حمایتی با او حفظ شود و در صورت بروز تغییرات قابل توجه در رفتار یا خلق، ارزیابی مجدد انجام شود.

در حال حاضر نشانه‌ای از تأثیر منفی گسترده بر عملکرد تحصیلی، روابط اجتماعی یا سازگاری خانوادگی مشاهده نمی‌شود.

تحلیل جمع کل مشکلات به تنهایی بر اساس نتایج تست حمید

این نمره نشان‌دهنده سطح بالایی از مشکلات هیجانی و رفتاری در مجموع است و بیانگر آن است که فرد احتمالاً در چندین حوزه عملکردی به طور هم‌زمان با دشواری قابل توجه روبه‌رو است. تجمع نشانه‌ها در حوزه‌هایی مانند اضطراب یا خلق پایین، مشکلات رفتاری، بیش‌فعالی یا دشواری در روابط اجتماعی می‌تواند نشان‌دهنده فشار روانی قابل توجه یا وجود اختلالات احتمالی باشد. در این سطح، مشکلات ممکن است پایدارتر، فراگیرتر و تأثیرگذارتر بر عملکرد روزمره فرد باشند و بر پیشرفت تحصیلی، روابط خانوادگی، تعامل با همسالان و احساس کارآمدی او اثر منفی بگذارند. تداوم این وضعیت بدون مداخله می‌تواند خطر تشدید مشکلات روان‌شناختی و کاهش سازگاری اجتماعی را افزایش دهد. این نتیجه نیازمند توجه تخصصی و ارزیابی جامع‌تر برای شناسایی دقیق ابعاد مشکل و برنامه‌ریزی مداخلات مناسب است.

سطح کلی مشکلات بالا ارزیابی می‌شود و نیازمند توجه جدی است.

توصیه می‌شود ارزیابی کامل توسط روان‌شناس فرد یا روان‌پزشک انجام شود. بررسی هم‌زمان وضعیت هیجانی، رفتاری و عملکرد تحصیلی فرد و طراحی برنامه مداخله‌ای جامع (شامل آموزش والدین، همکاری با مدرسه و در صورت لزوم مداخلات تخصصی درمانی) ضروری است.

این وضعیت می‌تواند به طور گسترده بر عملکرد تحصیلی، کیفیت روابط اجتماعی، سازگاری خانوادگی و سلامت روان کلی فرد تأثیر بگذارد و نیازمند پیگیری فعال و چندبعدی است.

در این بخش یک جمع بندی نهایی برای این تست بر اساس نظارت هر شخص ارائه شده است

جمع بندی نهایی به تنهایی بر اساس نتایج تست مینا

الگوی نمرات نشان نمی‌دهد که مشکل برجسته و مشخصی در یکی از حوزه‌های اصلی وجود داشته باشد. سطح ریسک پایین است. بیشتر شاخص‌ها در محدوده عادی قرار دارند و تنها در ۰ حوزه نمره نگران‌کننده مشاهده شده است. نتایج این ارزیابی نشان می‌دهد که فرد در چندین حوزه از توانمندی‌های مثبت برخوردار است که شامل ثبات و تنظیم مناسب هیجانات، کنترل مناسب رفتار و پایبندی به قواعد، توانایی تمرکز و تنظیم توجه می‌باشد. وجود این ویژگی‌ها می‌تواند به عنوان عامل محافظت‌کننده در سلامت روان عمل کند. در حال حاضر نشانه قابل توجهی از مشکل در محدوده نگران‌کننده مشاهده نمی‌شود. توصیه می‌شود روند رشد هیجانی، رفتاری و اجتماعی فرد همچنان در محیط خانواده و مدرسه مورد توجه قرار گیرد.

جمع بندی نهایی به تنهایی بر اساس نتایج تست حمید

طبق گزارش والدین، الگوی نمرات نشان‌دهنده حضور همزمان نشانه‌های هیجانی، مشکلات رفتاری و دشواری در تنظیم توجه و تکانه‌ها است. در چنین الگویی فرزند شما ممکن است علاوه بر تجربه نگرانی یا تنش، در کنترل رفتار و رعایت قوانین خانه و مدرسه نیز با چالش مواجه باشد. سطح ریسک بالا است. در ۵ حوزه اصلی، نمرات گزارش شده توسط والدین در محدوده نگران‌کننده قرار دارد که نشان‌دهنده گستردگی دشواری‌ها است و بررسی توسط متخصص توصیه می‌شود. در ارزیابی ارائه شده توسط والدین، نشانه برجسته‌ای از یک نقطه قوت مشخص در حوزه‌های اندازه‌گیری شده مشاهده نشد. با این حال، باید توجه داشت که فرزند شما ممکن است در زمینه‌های دیگری مانند استعدادهای هنری، ورزشی یا مهارتی توانمند باشد که در این پرسشنامه بررسی نشده است. با توجه به نشانه‌های بی‌قراری و دشواری توجه، پیشنهاد می‌شود ساختار روزانه منظمی در خانه ایجاد کنید، تکالیف را به بخش‌های کوچک تقسیم نمایید و برای رفتارهای متمرکز، از تشویق‌های کلامی و غیرکلامی استفاده کنید.

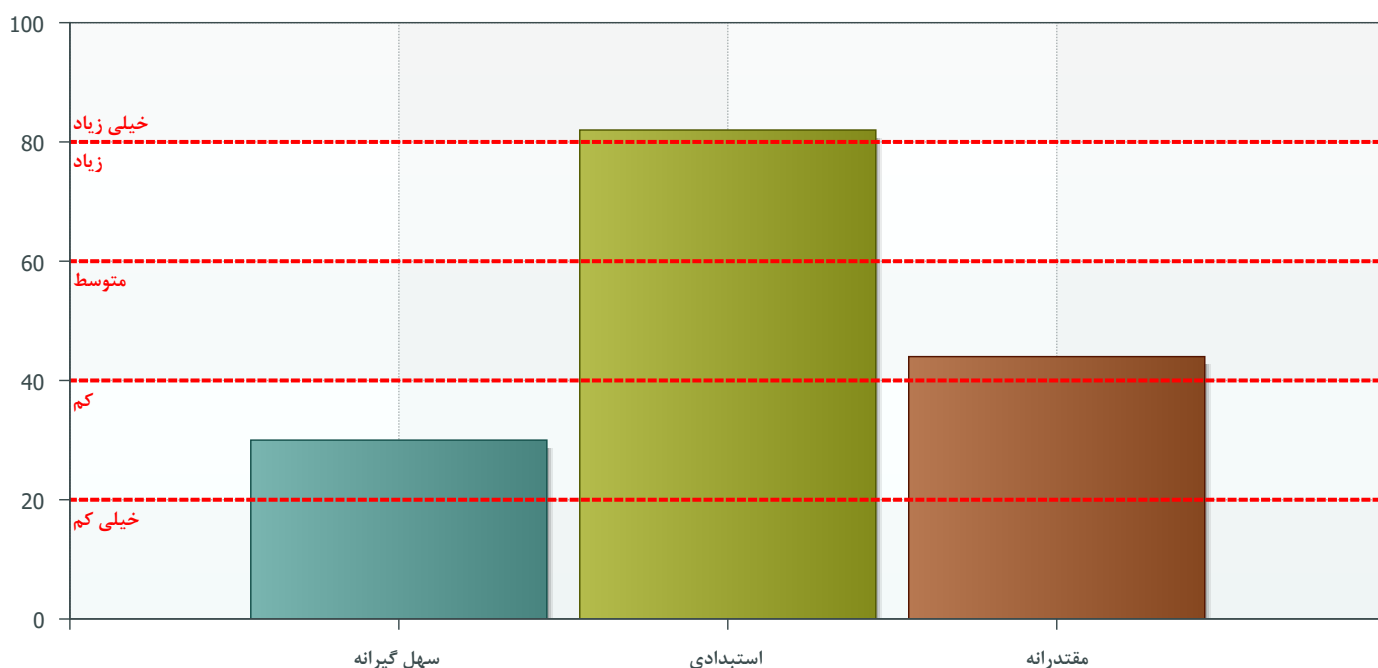


بخش دوم: تحلیل سبک‌های فرزندپروری در خانواده

سبک‌های فرزندپروری یعنی شیوه‌ای که پدر و مادر با فرزند خود رفتار می‌کنند، برای او قانون می‌گذارند، محبت نشان می‌دهند و او را راهنمایی می‌کنند؛ این سبک‌ها می‌توانند بر اعتماد به نفس، رفتار، مسئولیت‌پذیری و سلامت روان کودک اثر زیادی داشته باشند. لازم به ذکر است که سبک‌های فرزند پروری یک فرم داشته است و صرفاً توسط والدین تکمیل شده است

در این گزارش سه سبک فرزند پروری مورد بررسی قرار گرفته است و از شدت هر سبک و تعامل با تست‌های دیگر نتایج به

سبک فرزند پروری غالب: استبدادی



شدت هر سبک فرزند پروری در زیر آورده شده است. ممکن است فرد یک سبک غالب داشته باشد ولی شدت آن ضعیف باشد

سبک سهل‌گیرانه

سبک فرزندپروری شما تمایل به سهل‌گیری دارد. شما تلاش می‌کنید تا نیازهای فرزندتان را بدون ایجاد فشار یا محدودیت پاسخ دهید. این رویکرد می‌تواند فضای عاطفی خوبی ایجاد کند، اما ممکن است در درازمدت کودک را در تصمیم‌گیری و کنترل رفتار با مشکل روبه‌رو کند. کودکان علاوه بر عشق، به هدایت روشن و پایداری نیاز دارند. بهتر است مرزهایی شفاف و پایدار برای رفتار کودک تعیین کنید تا هم رابطه‌تان حفظ شود و هم نظم و مسئولیت در فرزند شکل بگیرد.

سبک استبدادی

سبک فرزندپروری شما بسیار استبدادی است. شما به شدت روی قوانین و محدودیت‌ها پافشاری می‌کنید و احتمالاً به ندرت انعطاف نشان می‌دهید. این ممکن است باعث انضباط شدید در کودک شود، اما همچنین می‌تواند رابطه عاطفی را تضعیف کرده و باعث بروز مشکلات رفتاری یا اضطراب در کودک گردد. توصیه می‌شود تعادل بیشتری بین انضباط و محبت برقرار کنید.

سبک مقتدرانه

سبک فرزندپروری شما متوسط مقتدرانه است. شما چارچوب‌های مشخصی تعیین می‌کنید و همزمان محبت و حمایت عاطفی را به فرزندتان ارائه می‌دهید. این تعادل به کودک کمک می‌کند تا هم احساس امنیت کند و هم مسئولیت‌پذیری را بیاموزد.

تحلیل ابعاد ساختاری و عاطفی نظام فرزندپروری

- ▣ ابعاد ساختاری و عاطفی نظام فرزندپروری: یعنی کل سیستم تربیت خانواده از دو بخش اساسی تشکیل شده است؛ بخش عاطفی (محبت و توجه) و بخش ساختاری (قوانین و نظم). این بخشها در کنار هم مشخص میکنند محیط خانه چقدر برای رشد فرزند آماده است.
- ▣ تحلیل تعادل اقتدار و کنترل: بررسی این موضوع است که آیا والدین به اندازه و بهجا از قدرت خود استفاده میکنند یا خیر. یعنی آیا مرزها و قوانین مشخصی دارند (کنترل و نظارت)، اما در عین حال به نظرات و استقلال فرزندشان هم احترام میگذارند (اقتدار منطقی)، یا اینکه بیش از حد سختگیر یا بیش از حد بیخیال هستند.
- ▣ تحلیل ساختار خانوادگی: یعنی بررسی شکل و چارچوب کلی خانه؛ مثل مشخص بودن نقشها (کی تصمیم میگیرد؟)، تقسیم وظایف، منظم بودن برنامهها و اینکه قوانین خانه چقدر ثبات دارند و با تغییر شرایط تغییر میکنند یا خیر.
- ▣ تحلیل گرمی عاطفی: سنجش میزان صمیمیت، محبت، ابراز عشق و همدلی والدین نسبت به فرزند است. این تحلیل نشان میدهد که فرزند چقدر در خانه احساس امنیت، پذیرفته شدن و دوست داشته شدن می‌کند.

تحلیل تعادل اقتدار و کنترل

الگوی تربیتی خانواده بیشتر مبتنی بر کنترل و دستور است. در چنین شرایطی ممکن است نوجوان احساس محدودیت یا شنیده نشدن داشته باشد. تداوم این وضعیت می‌تواند بر اعتماد متقابل و ابرازگری هیجانی نوجوان تأثیر بگذارد.

تحلیل ساختار خانوادگی

سطح ساختار خانوادگی در حد متوسط قرار دارد. در اغلب موقعیت‌ها ثبات نسبی دیده می‌شود اما ممکن است در برخی شرایط نیاز به شفاف سازی بیشتر وجود داشته باشد.

تحلیل گرمی عاطفی

سطح صمیمیت و گرمی عاطفی والد پایین ارزیابی می‌شود. ممکن است نوجوان احساس فاصله هیجانی یا کمبود حمایت عاطفی داشته باشد. کاهش گرمی عاطفی می‌تواند بر کیفیت ارتباط و اعتماد متقابل اثر بگذارد.

تحلیل سبک های فرزند پروری و ارتباط آن با اضطراب و افسردگی نوجوان

سبک فرزندپروری مستبدانه همراه با فشار هیجانی در نوجوان دیده می شود. بهبود کیفیت ارتباط و کاهش فضای کنترلی می تواند به کاهش تنش هیجانی کمک کند.

بخش سوم: تحلیل کیفیت ارتباط والد-نوجوان



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.

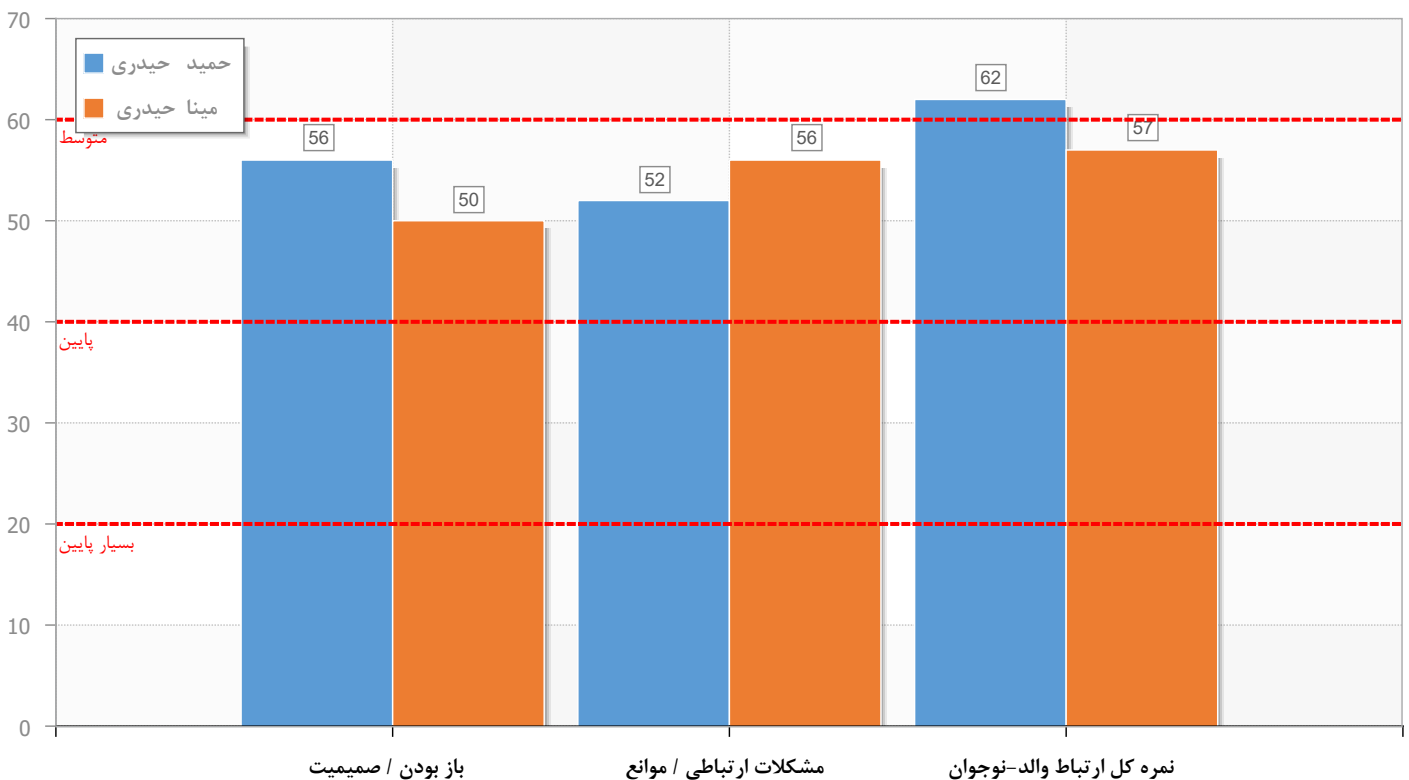
در محاسبه نتایج، نمره **بخش نمره کل ارتباطی** به صورت معکوس در نظر گرفته می‌شود تا **در نهایت نمره کل بیانگر کیفیت کلی ارتباط باشد**. بنابراین نمره کل این پرسشنامه نشان‌دهنده سطح ارتباط میان والد و فرزند است و هرچه این نمره بالاتر باشد، بیانگر کیفیت بهتر ارتباط و تعامل در خانواده خواهد بود.

در 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

مینا حیدری		حمید حیدری		عامل
وضعیت	درصد	وضعیت	درصد	
متوسط	۵۰	متوسط	۵۶	باز بودن / صمیمیت / راحتی در بیان
متوسط	۵۶	متوسط	۵۲	مشکلات ارتباطی / موانع / تنش‌ها
متوسط	۵۷	بالا	۶۲	نمره کل ارتباط والد-نوجوان

در زیر نیمرخ کیفیت ارتباط والد فرزند به صورت درصدی با نقاط برش ارائه شده است



در این صفحه نتایج مولفه ها با توجه به نظرات والدین و نوجوان به صورت جدا تحلیل و در صفحات بعد با هم تحلیل می شوند

حمید حیدری

حمید حیدری عزیز این نمره نشان دهنده سطحی متوسط از باز بودن ارتباط میان شما و فرزندتان است. در بسیاری از موقعیتها امکان گفتگو و تبادل نظر وجود دارد، اما در برخی موضوعات حساس یا هنگام بروز اختلاف نظر، ممکن است ارتباط با دشواری همراه شود. این سطح نشان می دهد که پایه های یک رابطه ارتباطی مناسب وجود دارد، اما هنوز ظرفیت قابل توجهی برای افزایش صمیمیت، درک متقابل و گفت و گوی آزادتر میان شما و فرزندتان وجود دارد.

نوجوان: مینا حیدری

مینا حیدری عزیز نمره 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 می گیرد، اما در شرایط بحرانی یا در مواجهه با موضوعات حساس (مثل مسائل تابو یا اشتباهات بزرگ)، سیستم ارتباطی دچار لکنت می شود. فرد در این سطح می داند که می تواند با والدین صحبت کند، اما همچنان نوعی خودسانسوری احتیاطی را اعمال می کند تا آرامش رابطه حفظ شود. این سطح از ارتباط پتانسیل بالایی برای رشد دارد. با کاهشی و همدمی، این سطح از ارتباط پتانسیل بالایی برای رشد دارد. با قدرت و حمایت واقعی برای طرفین تبدیل شود.

مشکلات ارتباطی / موانع

حمید حیدری عزیز این نمره بیانگر آن است که در ارتباط میان شما و فرزندتان میزان قابل توجهی از سوء تفاهمها یا تنش های ارتباطی وجود دارد. گاهی گفتگوها ممکن است با ناراحتی، دلخوری یا برداشت های نادرست همراه شود. در چنین شرایطی ممکن است طرفین احساس کنند که به طور کامل شنیده یا درک نمی شوند. این سطح نشان می دهد که بهبود مهارت های ارتباطی می تواند به کاهش تنش ها کمک کند.

مینا حیدری عزیز نمره متوسط در شاخص مشکلات ارتباطی نشان دهنده وجود جدی تعارضات در لایه های مختلف رابطه است. در این وضعیت، تعاملات میان فرزند و والدین غالباً با نوعی تنش زیرپوستی یا آشکار همراه است. سوء تفاهمها به کرات رخ می دهند و طرفین ممکن است احساس کنند که طرف مقابل به اندازه کافی به نیازها یا حرف های آنها اهمیت نمی دهد. در این سطح، رفتارهایی مانند قطع کردن حرف یکدیگر، جبهه گیری سریع یا استفاده از کلمات تند در هنگام اختلاف نظر دیده می شود. این وضعیت اگرچه هنوز به مرحله بحران نرسیده است، اما تداوم آن می تواند منجر به فرسایش عاطفی و دوری گزیدن فرزند از فضای خانواده شود. یادگیری فنون مدیریت خشم و مذاکره برای این رابطه ضروری است.

باز بودن / صمیمیت

حمید حیدری عزیز نمره بالا نشان می دهد که ارتباط میان شما و فرزندتان از کیفیت خوبی برخوردار است. گفتگوها معمولاً در فضایی نسبتاً باز و محترمانه انجام می شوند و در بسیاری از موارد امکان درک متقابل دیدگاهها وجود دارد. در این سطح، رابطه معمولاً با اعتماد، همکاری و تمایل به حل مسائل از طریق گفتگو همراه است.

مینا حیدری عزیز نمره متوسط یعنی رابطه نه بد است و نه عالی. صمیمیت بل قبولی وجود دارد اما ناپیوستگی، سوء برداشتها یا تعارض های جزئی نیز دیده می شود. ارتباط در بسیاری مواقع کارکرد دارد، اما در برابر فشارها شکننده است. این سطح بهترین نقطه برای ارتقا و تقویت ارتباط محسوب می شود، زیرا پایه های رابطه سالم وجود دارد.

نمره کل ارتباط والد

تحلیل کلی از نتایج تست حمید

مینا حیدری عزیز نتایج نشان می‌دهد که هر دو مؤلفه گشودگی در ارتباط و مشکلات ارتباطی در سطح متوسط قرار دارند. این الگو معمولاً بیانگر رابطه‌ای نسبتاً متعادل است؛ به این معنا که در بسیاری از مواقع امکان گفت‌وگو و تعامل میان والد و فرزند وجود دارد، اما در برخی شرایط نیز ممکن است مشکلات یا دشواری‌هایی در ارتباط دیده شود.

تحلیل کلی از نتایج تست مینا

مینا حیدری عزیز نتایج نشان می‌دهد که هر دو مؤلفه گشودگی در ارتباط و مشکلات ارتباطی در سطح متوسط قرار دارند. این الگو معمولاً بیانگر رابطه‌ای نسبتاً متعادل است؛ به این معنا که در بسیاری از مواقع امکان گفت‌وگو و تعامل میان والد و فرزند وجود دارد، اما در برخی شرایط نیز ممکن است مشکلات یا دشواری‌هایی در ارتباط دیده شود.

در این بخش تحلیل هیجان-ارتباط شامل اضطراب و افسردگی با کیفیت ارتباط والد-فرزند آورده شده است

نمره‌های اضطراب یا افسردگی نوجوان در سطح نسبتاً بالا قرار دارد، در حالی که کیفیت ارتباط با والد در سطح متوسط گزارش شده است. این وضعیت نشان می‌دهد که زمینه‌ای برای ارتباط وجود دارد، اما ممکن است عمق یا کیفیت آن برای حمایت هیجانی کافی نباشد.

تقویت مهارت‌های گوش‌دادن فعال، ابراز همدلی و ایجاد فرصت‌های بیشتر برای گفتگو می‌تواند به نوجوان کمک کند تا احساسات خود را راحت‌تر با والد در میان بگذارد و در مدیریت فشارهای هیجانی از حمایت بیشتری بهره‌مند شود.

بخش چهارم: بررسی وضعیت مینا از نظر اضطراب



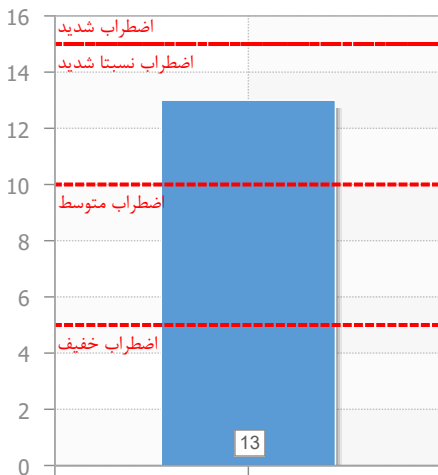
در این بخش، نتایج مربوط به اضطراب فراگیر مورد بررسی قرار گرفته است. اضطراب فراگیر به حالتی گفته می‌شود که فرد در آن برای مدت قابل توجهی دچار نگرانی مداوم، گسترده و کنترل‌ناپذیر درباره موضوعات مختلف زندگی می‌شود. این نگرانی‌ها ممکن است به مسائل گوناگونی مانند تحصیل، روابط با دیگران، آینده، عملکرد شخصی، وضعیت خانواده یا حتی رویدادهای روزمره مربوط باشند. در چنین شرایطی، فرد معمولاً تنها با یک نگرانی مشخص روبه‌رو نیست، بلکه ذهن او به طور مداوم درگیر افکار نگران‌کننده‌ای است که آرامش روانی او را تحت تأثیر قرار می‌دهند.

اضطراب فراگیر در نوجوانی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است، زیرا این دوره یکی از حساس‌ترین مراحل رشد روانی، هیجانی و اجتماعی به شمار می‌رود. نوجوانان در این سن با تغییرات گسترده‌ای در زمینه هویت، روابط اجتماعی، انتظارات تحصیلی، استقلال‌طلبی و تصویر ذهنی از خود روبه‌رو هستند. به همین دلیل، وجود نگرانی‌های شدید و مداوم می‌تواند بر تمرکز، خواب، عملکرد تحصیلی، اعتماد به نفس، روابط با خانواده و همسالان و حتی احساس کلی امنیت روانی آن‌ها تأثیر بگذارد.

شناخت اضطراب فراگیر در این دوره اهمیت زیادی دارد، زیرا گاهی نگرانی‌های نوجوان ممکن است در ظاهر بخشی طبیعی از رشد به نظر برسند، در حالی که شدت، تداوم و گستردگی آن‌ها می‌تواند نشان‌دهنده فشاری فراتر از حد معمول باشد. توجه به این نشانه‌ها به ما کمک می‌کند تا بهتر بفهمیم نوجوان تا چه اندازه درگیر تنش‌های درونی است و آیا این وضعیت بر سازگاری روزمره او اثر گذاشته است یا خیر.

در نتیجه، بررسی اضطراب فراگیر در نوجوانی تنها به شناسایی یک نشانه هیجانی محدود نمی‌شود، بلکه راهی برای درک عمیق‌تر وضعیت روانی نوجوان و میزان فشارهای تجربه‌شده در زندگی روزمره اوست. این شناخت می‌تواند در شناسایی به‌موقع نیازهای حمایتی، پیشگیری از تشدید مشکلات هیجانی و برنامه‌ریزی برای مداخلات مناسب نقش مهمی داشته باشد.

اضطراب فراگیر



سطح اضطراب مینا: اضطراب نسبتاً شدید

این سطح از نمره نشان می‌دهد که اضطراب فرد از حالت متوسط فراتر رفته و ویژگی‌هایی مانند نگرانی دائمی، بی‌قراری قابل توجه، تنش عضلانی، نشانه‌های جسمانی مرتبط با اضطراب مانند تپش قلب، دل‌درد، سردرد، افکار نگران‌کننده مداوم، و کاهش توانایی تمرکز ممکن است دیده شود. این سطح از علائم می‌تواند در عملکرد تحصیلی، روابط اجتماعی، خواب و کیفیت زندگی تأثیر گذاشته و فرد را در مدیریت موقعیت‌های روزمره دچار چالش کند. در صورت عدم مداخله احتمال تشدید علائم وجود دارد و لازم است که این وضعیت جدی گرفته شود.

پیشنهادات و راهکارها:

توصیه می‌شود فرد توسط متخصص روان‌شناسی ارزیابی شود تا نیاز به درمان مشخص شود. استفاده از تکنیک‌های شناختی-رفتاری، تمرین‌های آرام‌سازی، اصلاح سبک زندگی، و کاهش عوامل استرس‌زا اهمیت دارد.

تأثیرات بر ابعاد تحصیلی، خانوادگی و اجتماعی:

این سطح از اضطراب می‌تواند باعث افت عملکرد، دشواری در تمرکز، حساسیت شدید هیجانی، و کاهش کیفیت خواب یا روابط بین‌فردی شود.

بخش پنجم: بررسی وضعیت مینا از نظر افسردگی

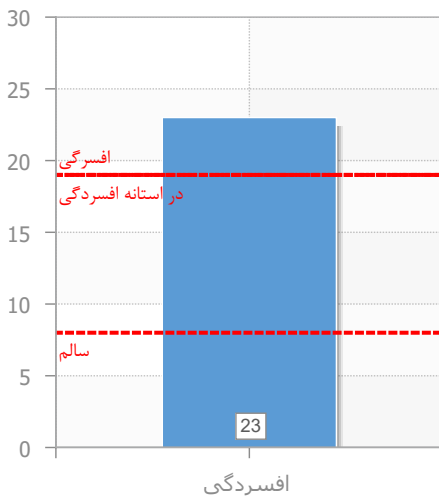
در این بخش، نتایج مربوط به افسردگی مورد بررسی قرار گرفته است. افسردگی به حالتی گفته می‌شود که در آن فرد برای مدتی دچار احساس غمگینی، بی‌انگیزگی، کاهش علاقه به فعالیت‌های روزمره، احساس ناامیدی یا خستگی روانی و جسمی می‌شود. این وضعیت تنها به معنای ناراحتی گذرا یا خلق پایین موقت نیست، بلکه می‌تواند بر شیوه فکر کردن، احساس کردن و عملکرد روزانه فرد تأثیر بگذارد. نوجوانی که با نشانه‌های افسردگی روبه‌رو است ممکن است لذت کمتری از فعالیت‌های معمول ببرد، در تمرکز و انجام وظایف دچار مشکل شود، نسبت به خود نگرش منفی‌تری پیدا کند یا احساس کند انرژی و توان سابق را ندارد.

افسردگی در دوره نوجوانی اهمیت ویژه‌ای دارد، زیرا این دوره یکی از حساس‌ترین مراحل رشد فرد است و تغییرات زیستی، هیجانی، اجتماعی و تحصیلی متعددی در آن رخ می‌دهد. نوجوان در این مرحله با مسائل مهمی مانند شکل‌گیری هویت، تغییر روابط با خانواده، نیاز به پذیرفته شدن در جمع همسالان، فشارهای تحصیلی و دغدغه‌های مربوط به آینده روبه‌رو است. در چنین شرایطی، وجود نشانه‌های افسردگی می‌تواند بر اعتماد به نفس، عملکرد تحصیلی، روابط اجتماعی، انگیزه فردی و احساس کلی ارزشمندی نوجوان اثر منفی بگذارد.

شناخت نشانه‌های افسردگی در نوجوانی بسیار مهم است، زیرا برخی از این علائم ممکن است به اشتباه به عنوان ویژگی‌های طبیعی این سن، مانند گوشه‌گیری، بی‌حوصلگی یا حساسیت هیجانی، تلقی شوند. در حالی که تداوم و شدت این نشانه‌ها می‌تواند نشان‌دهنده فشار روانی قابل توجهی باشد که نیازمند توجه و بررسی بیشتر است. توجه به این وضعیت به ما کمک می‌کند تا تصویر دقیق‌تری از حال هیجانی نوجوان به دست آوریم و بفهمیم آیا او درگیر نوعی افت خلق و کاهش عملکرد است که ممکن است بر بخش‌های مختلف زندگی‌اش اثر گذاشته باشد یا خیر.

در مجموع، بررسی افسردگی در این بخش با هدف شناخت بهتر وضعیت هیجانی نوجوان، توجه به نشانه‌های غمگینی و بی‌انگیزگی پایدار، و درک تأثیر آن بر زندگی روزمره انجام می‌شود. این شناخت می‌تواند نقش مهمی در شناسایی به‌موقع نیازهای حمایتی، پیشگیری از تشدید مشکلات هیجانی و فراهم کردن زمینه برای حمایت روان‌شناختی مناسب داشته باشد.

افسردگی



سطح افسردگی مینا: افسردگی بالا

این نمره نشان‌دهنده احتمال وجود نشانه‌های قابل توجه افسردگی در کودک است. احساس غمگینی پایدار، کاهش علاقه به فعالیت‌ها، احساس بی‌ارزشی یا ناامیدی، کاهش انرژی، مشکلات تمرکز، یا کناره‌گیری اجتماعی ممکن است مشاهده شود. چنین الگویی می‌تواند کیفیت زندگی کودک را تحت تأثیر قرار داده و در عملکرد تحصیلی، روابط با همسالان و تعاملات خانوادگی اختلال ایجاد کند. این سطح از نشانه‌ها معمولاً نیازمند بررسی تخصصی دقیق‌تر است.

پیشنهادات و راهکارها:

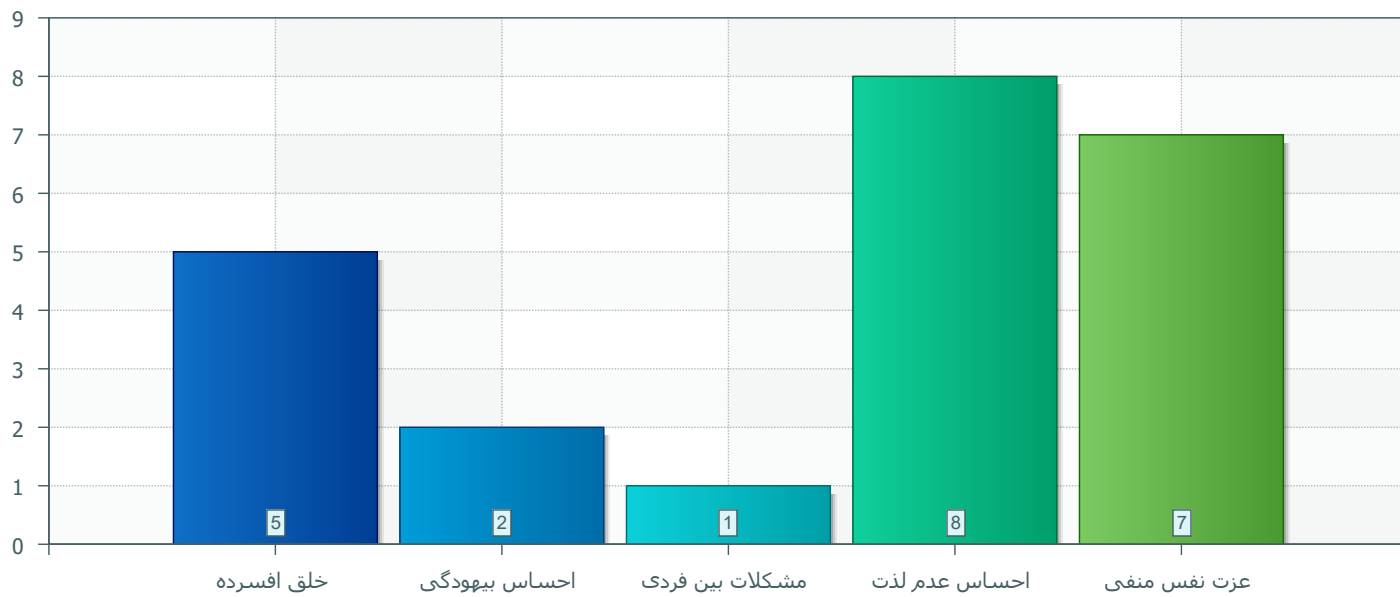
توصیه می‌شود کودک توسط روان‌شناس یا متخصص سلامت روان کودک ارزیابی شود تا وضعیت هیجانی او به‌طور دقیق بررسی گردد. استفاده از مداخلات روان‌شناختی، حمایت عاطفی خانواده، و در صورت نیاز برنامه‌های درمانی تخصصی می‌تواند به بهبود وضعیت کمک کند.

تأثیرات بر ابعاد تحصیلی، خانوادگی و اجتماعی:

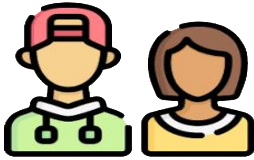
این سطح از افسردگی می‌تواند باعث افت عملکرد تحصیلی، کاهش تعامل اجتماعی، احساس ناامیدی، و کاهش انرژی یا انگیزه در فعالیت‌های روزمره شود.

در صورتی که نوجوان دارای افسردگی باشد می توانید از بخش زیر ابعاد آن را بررسی و مقایسه کنید

شاخص ها



خلاصه پروفایل ارتباطی والد-نوجوان



مینا

۱۴۰۳/۰۴/۰۱

اضطراب	<input checked="" type="radio"/>
--------	----------------------------------

۱۴۰۳/۰۴/۰۱

افسردگی	<input checked="" type="radio"/>
---------	----------------------------------

۱۴۰۳/۰۴/۰۱

نمره کل مشکلات	<input checked="" type="radio"/>	توانایی ها و مشکلات
نشانه‌های هیجانی	<input checked="" type="radio"/>	
مشکلات رفتاری	<input checked="" type="radio"/>	
بیش‌فعالی	<input checked="" type="radio"/>	
مشکلات با همسالان	<input type="radio"/>	
رفتار اجتماعی مثبت	<input type="radio"/>	

۱۴۰۳/۰۴/۰۱

ارتباط نوجوان-والد	ارتباط والد-نوجوان	
باز بودن / صمیمیت / راحتی در بیان		<input checked="" type="radio"/>
مشکلات ارتباطی / موانع / تنش‌ها		<input type="radio"/>
نمره کل ارتباط والد-نوجوان	<input type="radio"/>	



حمید

۱۴۰۳/۰۴/۰۱

سبک فرزند پروری	مقتدرانه	<input checked="" type="radio"/>
	استبدادی	<input checked="" type="radio"/>
	سهل‌گیرانه	<input checked="" type="radio"/>

۱۴۰۳/۰۴/۰۱

توانایی ها و مشکلات	نمره کل مشکلات	<input checked="" type="radio"/>
	نشانه‌های هیجانی	<input checked="" type="radio"/>
	مشکلات رفتاری	<input checked="" type="radio"/>
	بیش‌فعالی	<input checked="" type="radio"/>
	مشکلات با همسالان	<input checked="" type="radio"/>
	رفتار اجتماعی مثبت	<input checked="" type="radio"/>

۱۴۰۳/۰۴/۰۱

ارتباط والد-نوجوان	باز بودن / صمیمیت / راحتی در بیان	<input checked="" type="radio"/>
	مشکلات ارتباطی / موانع / تنش‌ها	<input type="radio"/>
	نمره کل ارتباط والد-نوجوان	<input checked="" type="radio"/>