



شورای عالی حوزه علمیه قم  
مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خواهران  
مدرسه علمیه الزهرا (سلام الله علیها) شهرستان شیراز  
مقاله سطح دو (کارشناسی)

عنوان:

## نقش والدین در تقویت اعتماد به نفس کودکان در بعد رفتاری

استاد راهنما:  
سرکار خانم رضوی

پژوهشگر:  
راضیه زارع

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ



شورای عالی حوزه علمیه قم  
مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خواهران  
مدرسه علمیه الزهرا (سلام الله علیها) شهرستان شیراز  
مقاله سطح دو (کارشناسی)

عنوان:

## نقش والدین در تقویت اعتماد به نفس کودکان در بعد رفتاری

استاد راهنما:  
سرکار خانم رضوی

پژوهشگر:  
راضیه زارع

بهار ۹۶

## **چکیده**

از جمله مسائلی که از بدو تولد پایه های آن در انسان شکل می گیرد، اعتماد به نفس است که به معنای ایمان و باور به توانایی های خویش برای رسیدن به اهداف مورد نظر می باشد. افراد دارای اعتماد به نفس انتظارهای واقع بینانه دارند و حتی اگر بعضی از انتظاراتشان برآورده نشود، خود و تواناییهایشان را قبول دارند. ریشه اعتماد به نفس در دوران کودکی می باشد و به دست پدر و مادر، به عنوان اصلی ترین الگو برای کودک، پی ریزی می شود. بنابراین والدین اگر تمام تلاش خود را برای پیشبرد رشد اعتماد به نفس در کودکان به کار بینندن، بهترین فرصت ممکن را برای رشد و تکامل استعدادهای بالقوه ی آنان به عنوان افرادی منحصر به فرد و یا اعضای مؤثر جامعه مهیا کرده اند. از جمله راهکارهایی که والدین در بعد رفتاری می توانند انجام دهنند، تربیت مذهبی کودک، دادن آزادی عمل و استقلال، دادن حق انتخاب، بازی، ایجاد نگرش مثبت، انتقاد سازنده و ... می باشد. در این تحقیق ضمن بیان مفهوم اعتماد به نفس ، راهکارها و نقش والدین در تقویت اعتماد به نفس کودک در بعد رفتاری با روش توصیفی و کاربردی مورد بررسی قرار می گیرد.

**کلیدواژه ها: اعتماد به نفس، والدین، رفتاری.**

## ۱- مقدمه

هر انسانی به تناسب موقعیت و شرایط زندگی، یک تجربه‌ی ذهنی از خود و دیگران دارد که کیفیت، استواری و ثبات این تجربه‌ی ذهنی، از آن به «اعتماد به نفس» تعبیر می‌شود. اعتماد به نفس، شالوده و زیربنای شخصیت هر انسانی است که اگر خدشه دار شود، اثرات ناگواری بر عملکرد زندگی فرد می‌گذارد.

تحقیقات روانشناسی در زمینه‌ی اعتماد به نفس، بیانگر این است که کمبود این صفت، افسردگی، اضطراب، کاهش سلامت عمومی بدن، بی تفاوتی و احساس تنها‌ی، عدم رضایت شغلی، کاهش عملکرد و عدم موفقیت را در زندگی به وجود می‌آورد.

دین مبین اسلام نیز بر عزت نفس که زمینه‌ی ایجاد اعتماد به نفس را در فرد فراهم می‌آورد تأکید کرده و ذلت نفس را مزمعت می‌کنند. در این زمینه محیط خانواده، اولین و بادوام ترین عاملی است که بر رشد شخصیت افراد تأثیر می‌گذارد و والدین به عنوان مهم ترین افراد زندگی کودک نقش مهمی در شکل گیری اعتماد به نفس در کودک دارند.

برخورد والدین و به کارگیری روش‌های مناسب آموزشی به کودک، نقش مؤثری در برداشت کودک از خود دارد زیرا تصویری که هر فرد از خود در ذهنش ایجاد می‌کند در درون خانواده شکل می‌گیرد و نقش والدین به عنوان انتقال دهنده‌گان سیمای بیرونی کودک باعث ساخته شدن پیش فرض‌های ذهنی کودک می‌شود.

کودک در خانواده ضمن یادگیری مهارت‌های مختلف، ارزش‌های اخلاقی را کسب می‌کند و به خصلت‌های گوناگون متصف می‌شود و در بیشتر حالات خود، مقلد پدر و مادر در خلق و خوهای آن هاست.

بنابراین والدین اثری عمیق و پایدار در پی ریزی رفتار فردی و اجتماعی کودک در برانگیختن روح زندگی و آرامش درونی در او دارند. اگرچه همه‌ی کودکان دنیا دارای والدین هستند ولی می-

وقتی کودک مورد توجه والدین باشد و کارهایش مورد تأثیر آن ها قرار گیرد، این امر سبب می شود که کودک در درون احساس ارزش کند، اگر چه ممکن است کاستی ها و ناتوانایی هایی نیز داشته باشد، اما کودک با وجود همه این ها خود را می پذیرد و برای خود ارزش قائل است. به این ترتیب او با حس عدم اعتماد به نفس مواجه نمی شود و در ارتباط گیری با دیگران نیز موفق است.

باید توجه داشت که این به معنای نادیده گرفتن ضعف های کودک نیست، بلکه والدین باید در مواردی که ضعفی از کودک مشاهده می کنند آن را با بزرگ جلوه دادن نقاط قوت او برطرف سازند و به کودک فرصت دهند و او را یاری کنند که آن ها را جبران کنند. علاوه بر این اگر اشتباہی از کودک سر زد، از رفتار او انتقاد شود نه از شخصیتش و از انتقاد خشونت آمیز بپرهیزن.

بنابراین هرچه والدین از شناخت و آگاهی بیش تری برخوردار باشند و مهارت های لازم را در این زمینه تربیت کودک کسب کرده باشند در بعد رفتاری هم، برخوردهای بهتری را نسبت به کودک اعمال می کنند..

## فهرست منابع

\* قرآن کریم

\* نهج البلاغه

۱. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، تحف العقول، چاپ دوم، ج ۱، قم، جامعه‌ی مدرسین، ۱۴۰۴ق.
۲. ابن فهد حلی، احمد بن محمد، عده الداعی و نجاح الساعی، چاپ اول، قم، دارالکتب الاسلامی، ۱۴۰۷ق.
۳. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، چاپ سوم، ج ۱۴، بیروت، دارالفکر الطباعه و النشر و التوزیع، دارصادر، ۱۴۱۴ق.
۴. اشعشی، محمد بن محمد، **الجعفریات (الأشعشیات)**، چاپ اول، تهران، مکتبه النینوی الحدیثه، بی‌تا.
۵. امینایی، مریم، سال‌های حساس رشد از تولد تا سه سالگی، تهران، نشر مرکز، ۱۳۶۸.
۶. انوری، حسن، **فرهنگ بزرگ سخن**، چاپ هفتم، ج ۱، تهران، سخن، ۱۳۸۱.
۷. انیس و دیگران، ابراهیم، **فرهنگ معجم الوسيط**، ترجمه محمد بندرریگی، چاپ دوم، ج ۲، تهران، انتشارات اسلامی، ۱۳۸۲.
۸. آتش پور و دیگران، حمید، **واقعیت‌هایی برای خانواده‌ها (راهنمای علمی برای والدین)**، چاپ دوم، آبادان، نشر پرسش، ۱۳۸۹.
۹. بی‌ریا، ناصر و دیگران، **روان‌شناسی با نگرش به منابع اسلامی**، چاپ اول، تهران، انتشارات

۱۰. حر عاملی، محمد بن حسن، **الفصول المهمة فی الاصول الائمة** (کعله الوسائل)، چاپ اول، ج ۲، قم، مؤسسه معارف اسلامی امام رضا (علیه السلام)، ۱۴۱۸ق.
۱۱. حسینی دشتی، مصطفی، **معارف و معاریف**، دایرة المعارف جامع اسلامی، چاپ اول، ج ۴، تهران، آرایه، ۱۳۸۵.
۱۲. حلوانی، حسین بن محمد بن حسن بن نصر، **نזהه الناظر و تنبیه الخاطر**، چاپ اول، قم، مدرسة الامام المهدی (عجل الله تعالى فرجه الشریف)، ۱۴۰۸ق.
۱۳. حلی، حسن بن یوسف بن مطهر، **نهج الحق و کشف الصدق**، چاپ اول، بیروت، دارالكتاب اللبناني، ۱۹۸۲.
۱۴. دهنوی، حسین، **نسیم مهر: پرسش و پاسخ تربیت کودک و نوجوان**، چاپ سوم، ج ۳، قم، انتشارات خادم الرضا (علیه السلام)، ۱۳۸۷.
۱۵. سادات، محمد علی، **راهنمای پدران و مادران**، چاپ هفدهم، ج ۲، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۶.
۱۶. شرفی، محمدرضا، **جوان و نیروی چهارم زندگی**، چاپ سوم، تهران، سروش، ۱۳۸۰.
۱۷. شهید اول، محمد بن مکی، **الدرة الباهرة من الأصراف الطاهرية**، چاپ اول، قم، انتشارات زائر، ۱۳۷۳.
۱۸. صفوی پور، عبدالرحیم بن عبدالکریم، **منتهی الارب فی لغة العرب**، ج ۳، تهران، انتشارات کتابخانه سنایی، بی تا.
۱۹. طبرسی، علی بن حسین، **مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار**، چاپ دوم، نجف، المکتبة الحیدریة، ۱۳۸۵.
۲۰. عاملی نباتی، علی بن محمد بن علی بن یونس، **الصراط المستقیم الى مستحق**

- التقدیم، چاپ اول، ج ۳، نجف، المکتبة الحیدریة، ۱۳۸۴.
۲۱. العروسى الحویزی، عبدالعی بن جمعه، تفسیر نورالثقلین، چاپ چهارم، ج ۲، قم، اسماعیلیان،
- ۱۴۱۵ق.
۲۲. فرانس مولد، ماری، راحت حرفتان را بزنید، ترجمه‌ی نسرین گلدار، چاپ اول، تهران، مؤسسه فرهنگی منادی تربیت، ۱۳۸۱.
۲۳. فلسفی، محمد تقی، کودک از نظر وراثت و تربیت، چاپ سوم، ج ۲، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۱.
۲۴. قائمی مقدم، محمد رضا، روش‌های آسیب‌زا در تربیت، چاپ اول، تهران، مؤسسه پژوهشی حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۲.
۲۵. قمی مشهدی، محمد رضا، تفسیر کنز الدقائق و بحرالعرائب، چاپ اول، تهران، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۶۸.
۲۶. گاربر، استفن و دیگران، چگونه با کودکم رفتار کنم، ترجمه شاهین خزعلی و دیگران، چاپ دوم، تهران، مروارید، ۱۳۷۸.
۲۷. لیثی واسطی، علی بن محمد، عيون الحكم و الموعظ (لیثی)، چاپ اول، قم، دارالحدیث، ۱۳۷۶.
۲۸. متqi، علی بن حسام الدین، کنزالعمال فی السنن الاقوال و الافعال، چاپ اول، ج ۱۶، بيروت، دارالكتب العلميه، ۱۳۸۳.
۲۹. مجد تیموری، میرمحمدولی، اعتماد به نفس، چاپ اول، تهران، نشر قطره، ۱۳۸۶.
۳۰. مجلسی، محمد بن باقر بن محمد تقی، بحارالانوار، چاپ دوم، ج ۴۳، بيروت، دارالاحیاء التراث العربي، ۱۴۰۳ق.
۳۱. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحكمه، ترجمه‌ی حمیدرضا شیخی، چاپ هشتم، ج ۱۰،

قم، دارالحدیث، ۱۳۸۵.

۳۲. مصطفوی، حسن، التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، چاپ اول، ج ۸، تهران، وزارت

فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۶۸.

۳۳. مظاہری، علی اکبر، هشدارهای تربیتی، چاپ ششم، قم، انتشارات هجرت، ۱۳۷۸.

۳۴. معزالی، عبدالحمید بن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه، چاپ سوم، ج ۱۶، قم، انتشارات

کتابخانه آیت الله مرعشی نجفی، ۱۴۰۴ق.

۳۵. معلوم، لویس، المنجد فی اللغة و الاعلام فارسی، ترجمه‌ی محمد بندریگی، چاپ ششم،

ج ۲، تهران، انتشارات ایران، ۱۳۷۴.

۳۶. معین، محمد، فرهنگ فارسی معین، چاپ چهارم، ج ۳، تهران، اشجع، میکائیل، ۱۳۸۸.

۳۷. نیک خو، مهدی، گلبرگ زندگی (بررسی جنبه‌های گوناگون رشد و تربیت کودک)،

چاپ اول، قم، مؤسسه بوستان کتاب، ۱۳۸۶.

۳۸. ورام بن ابی فراس، مسعود بن عیسی، مجموعه ورام، چاپ اول، ج ۱، قم، مکتبة فقيه،

۱۴۱۰ق.

۳۹. همتی، مجید، اعتماد به نفس کودک من، چاپ دوم، تهران، مؤسسه آموزشی و پرورشی امام

خمینی، ۱۳۸۹.

۱. [www.tebyan.net](http://www.tebyan.net)

۲. [www.hawzah.net](http://www.hawzah.net)