

نقش آموزه های وحیانی در تقویت اعتماد بنفس زنان

فاطمه السادات حسینی¹

چکیده

این پژوهش به بررسی نقش آموزه های وحیانی در تقویت اعتماد بنفس زنان می پردازد. با توجه به چالش های اجتماعی و فرهنگی که زنان با آن مواجه هستند، هدف این مطالعه، تبیین تأثیر آموزه های قرآنی و روایی در ایجاد خودباوری و عزت نفس در زنان است. روش پژوهش، توصیفی-تحلیلی با استفاده از منابع کتابخانه ای و تحلیل محتوای آیات و روایات است. یافته ها نشان می دهد که قرآن کریم با تأکید بر کرامت ذاتی انسان و ارائه الگوهای زنانه برجسته، به تقویت اعتماد بنفس زنان کمک می کند. همچنین، آموزه های فقهی مانند حق مالکیت، انتخاب همسر، و مشارکت اجتماعی، زمینه ساز استقلال و خودباوری زنان هستند. این پژوهش بر آن است که تعالیم دینی می توانند به عنوان ابزاری مؤثر در شکستن باورهای تحقیرآمیز و تقویت هویت زنانه عمل کنند.

کلیدواژه ها: اعتماد بنفس، آموزه های وحیانی، زنان، قرآن کریم، کرامت انسانی

1. طلبه پایه پنجم، سطح دو حوزه علمیه امام خمینی رحمه الله علیه، کرمانشاه.

مقدمه

مسئله اعتمادبه‌نفس زنان به عنوان یکی از ابعاد مهم شخصیت فردی، همواره مورد توجه روان‌شناسان و اندیشمندان دینی بوده است. در جوامع مختلف، زنان با چالش‌های متعددی در زمینه خودباوری و عزت‌نفس مواجه هستند که ریشه در عوامل فرهنگی، اجتماعی و تاریخی دارد. این پژوهش با هدف بررسی نقش آموزه‌های وحیانی در تقویت اعتمادبه‌نفس زنان، به دنبال پاسخ به این پرسش است که چگونه تعالیم قرآنی و روایی می‌توانند به عنوان منبعی برای خودباوری زنان عمل کنند.

پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که مطالعات متعددی به بررسی اعتمادبه‌نفس از منظر روان‌شناسی پرداخته‌اند، اما کمتر به نقش آموزه‌های دینی در این زمینه توجه شده است. از این رو، این تحقیق با ترکیب دیدگاه‌های روان‌شناسی و دینی، به دنبال پر کردن این خلأ است. ضرورت این پژوهش از آنجا ناشی می‌شود که تقویت اعتمادبه‌نفس زنان نه تنها به بهبود کیفیت زندگی فردی آنان کمک می‌کند، بلکه نقش مؤثری در توسعه اجتماعی و فرهنگی دارد.

جنبه نوآوری این تحقیق، تحلیل جامع آموزه‌های قرآنی و فقهی در ارتباط با اعتمادبه‌نفس زنان است. سوالات اصلی

پژوهش عبارتند از:

۱. آموزه‌های وحیانی چگونه به تقویت اعتمادبه‌نفس زنان کمک می‌کنند؟

۲. الگوهای زنانه در قرآن چه تأثیری در خودباوری زنان دارند؟

۳. حقوق فقهی زنان چگونه زمینه‌ساز اعتمادبه‌نفس آنان است؟

ساختار مقاله به این شرح است: ابتدا مفاهیم اعتمادبه‌نفس و کرامت انسانی از منظر روان‌شناسی و دینی تعریف می‌شود. سپس نقش آموزه‌های قرآنی و الگوهای زنانه در تقویت اعتمادبه‌نفس بررسی می‌گردد. در ادامه، تأثیر حقوق فقهی در استقلال و خودباوری زنان تحلیل می‌شود و در نهایت، نتایج پژوهش ارائه می‌گردد.

مفاهیم اساسی در آن عبارتند از:

- اعتمادبه‌نفس: باور به توانایی‌های فردی برای مواجهه با چالش‌ها.

- کرامت انسانی: ارزش ذاتی انسان که در قرآن به آن تأکید شده است.

- آموزه‌های وحیانی: تعالیم دینی که از قرآن و روایات استخراج می‌شوند.

۱. مفهوم‌شناسی اعتمادبه‌نفس از منظر روان‌شناسی و متون دینی

۱،۱ اعتمادبه‌نفس

اعتمادبه‌نفس را می‌توان یکی از ابعاد کلیدی شخصیت فردی دانست که در آن، انسان با تکیه بر شناخت صحیح از خویش، قابلیت‌ها، توانایی‌ها و استعدادهای درونی خود را باور می‌کند و بر اساس این شناخت، توان مواجهه با مسائل و چالش‌های پیش‌رو را در خود احساس می‌نماید. این ویژگی روانی و تربیتی به فرد امکان می‌دهد در موقعیت‌های گوناگون زندگی تصمیم‌گیری کند، مسئولیت بپذیرد و از مواجهه با دشواری‌ها نهراسد. در تعریف دقیق‌تر، اعتمادبه‌نفس به معنای «باور به توانایی‌ها و استعدادهای فردی برای مواجهه مؤثر با چالش‌ها» آمده است (ابراهیمی، ۱۴۰۰،

۲,۱ تفاوت با غرور

گرچه در نگاه اول ممکن است اعتمادبه‌نفس با غرور یا تکبر شباهت‌هایی سطحی داشته باشد، اما در واقع این دو مفهوم از اساس با یکدیگر متفاوت‌اند. غرور نوعی احساس برتری کاذب است که معمولاً از شناخت نادرست از موقعیت خود و یا مقایسه تحقیرآمیز با دیگران ناشی می‌شود. در حالی که اعتمادبه‌نفس برخاسته از شناخت واقع‌بینانه از توانمندی‌هاست و همراه با احترام به دیگران و پذیرش کرامت انسانی آنان بروز می‌یابد. به عبارت دیگر، فرد با اعتمادبه‌نفس ضمن پذیرش استعدادها و امتیازات خود، از خود برتری بینی فاصله می‌گیرد و نگاه سالمی به خویشتن و جهان پیرامون دارد (ابراهیمی، ۱۴۰۰، ص. ۳۶۰).

۳,۱ ارتباط با کرامت انسانی

مبنای اصلی اعتمادبه‌نفس در اندیشه اسلامی، کرامت ذاتی انسان است. قرآن کریم در سوره اسراء آیه ۷۰ به صراحت به این موضوع اشاره دارد، آنجا که می‌فرماید:

➤ «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا» (اسراء/۷۰)

در این آیه، کرامت نوع انسانی بدون توجه به جنسیت یا نژاد، به عنوان ویژگی خدادادی بشر معرفی شده است. چنین جایگاهی به انسان عزت، شرافت و احساس ارزشمندی می‌بخشد که از مبانی اساسی اعتمادبه‌نفس محسوب می‌شود. از نظر مفسرین، این کرامت به معنای بهره‌مندی انسان از استعدادهای متعالی، عقل، اراده و اختیار و نیز شایستگی خلافت

الهی در زمین است (طباطبایی، ۱۳۶۰، ج ۱۷: ص ۷۰). بر همین اساس، می‌توان گفت که نگاه قرآنی به انسان، نگاهی بزرگ‌منشانه و الهی است که بنیان خودباوری حقیقی را در روح فرد نهادینه می‌سازد.

۲. نقش آموزه‌های قرآنی در ایجاد عزت‌نفس و اعتمادبه‌نفس در زنان

یکی از جلوه‌های برجسته آموزه‌های قرآنی، تأکید مکرر آن بر کرامت انسانی زن و مرد به‌طور برابر است. قرآن کریم در موارد متعدد، زنان را در کنار مردان، مخاطب ارزش‌های والای ایمانی، اخلاقی و انسانی قرار داده و آنان را در دستیابی به پاداش‌های اخروی و بهره‌مندی از حیات طیبه، شریک دانسته است. از جمله در آیه‌ای از سوره نحل آمده است:

➤ «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ ۖ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً» (نحل/۹۷)

این آیه با تصریح به جنسیت زن و مرد، هر دو را مشمول وعده زندگی پاک و شایسته در دنیا و آخرت قرار می‌دهد. چنین بیانی نشان می‌دهد که در منطق قرآن، ارزش انسان‌ها نه بر پایه جنسیت، بلکه بر مبنای ایمان و عمل صالح استوار است. این برابری معنوی و روحی، از عوامل اصلی تقویت حس عزت‌نفس و خودباوری در زنان محسوب می‌شود؛ زیرا آنان درمی‌یابند که در منظر الهی، ظرفیت شکوفایی روح و تعالی اخلاقی‌شان هیچ تفاوتی با مردان ندارد (طباطبایی، ۱۳۶۰، ج ۱۷: ص ۷۰).

از سوی دیگر، قرآن نه تنها جایگاه زنان مؤمن را به صورت نظری مطرح می‌سازد، بلکه در سوره‌های مختلف با ذکر نمونه‌های عینی از زنان الگو، ساحت عظمت روحی و استقامت ایمانی آنان را برجسته می‌سازد. برای نمونه، در سوره تحریم، قرآن کریم از زن فرعون - آسیه - یاد می‌کند که در اوج قدرت‌طلبی و فساد محیط زندگی‌اش، تسلیم ایمان شد و الگویی جاودان برای مؤمنان قرار گرفت. آنجا که می‌فرماید:

دانش‌آموزی را به مردان منحصر نساخته و زنان را نیز به فراگیری علم تشویق کرده است (پرتال علوم انسانی، ۱۳۹۵).
علامه طباطبایی در تفسیر آیات مربوط به علم، مشارکت زن و مرد در کسب دانش را هم‌سطح می‌داند و اشاره می‌کند که هیچ دلیل شرعی بر تبعیض در این زمینه وارد نشده است (طباطبایی، ۱۳۸۵، ج ۱۹، ص ۳۰۰). از سوی دیگر، در کتاب «مشارکت اجتماعی زنان در اسلام» نیز بر همین نکته تأکید شده که فراهم‌سازی بسترهای علمی برای زنان، یکی از راهبردهای فقه برای ارتقاء اعتمادبه‌نفس و پرورش توانمندی‌های فکری و اجتماعی آنان است (آیت‌اللهی و بادران، ۱۴۰۱، ص ۷۳).

حق مشارکت اجتماعی

یکی از مباحث مهم فقه اجتماعی اسلام، به رسمیت شناختن حضور زنان در عرصه‌های عمومی با رعایت ضوابط شرعی است. بر اساس آیات قرآن و سیره اهل بیت (ع)، مشارکت اجتماعی زنان امری مشروع و مطلوب تلقی می‌شود. در کتاب «مشارکت اجتماعی زنان از منظر قرآن و روایات» آمده است که اسلام با حفظ حدود شرعی و اخلاقی، به مشارکت بانوان در عرصه‌های اجتماعی، اقتصادی و سیاسی مشروعیت می‌بخشد و آن را نهی نمی‌کند (جربندی، ۱۳۸۸، ص ۴۵). افزون بر این، کتاب «مشارکت اجتماعی زنان در اسلام» نشان می‌دهد که فقه اسلامی به‌دنبال تحدید نقش اجتماعی زنان نیست، بلکه با حفظ کرامت آنان، این نقش را سامان می‌دهد و نظارت شرعی را در راستای حفظ سلامت فردی و اجتماعی قرار می‌دهد (آیت‌اللهی و بادران، ۱۴۰۱، ص ۱۲۰). این نگرش، زنان را نه به‌عنوان افراد منزوی، بلکه به‌مثابه بازیگران مسئول در عرصه جامعه مورد خطاب قرار می‌دهد.

۲,۵ تحلیل فقهی از حقوق زن در چارچوب کرامت و نه محدودیت

از مجموع حقوقی که فقه اسلامی برای زنان در نظر گرفته است، می‌توان نتیجه گرفت که نگاه شریعت به زن، نگاهی

کرامت‌محور و بر پایه اصول انسانی است. این حقوق نه امتیازاتی اضطراری یا قراردادی، بلکه جلوه‌هایی از کرامت ذاتی انسان هستند که در قالب احکام شرعی تبلور یافته‌اند. فقه امامیه، جایگاه زن را از منظر انسان‌شناسی دینی تعریف می‌کند و در این چارچوب، هیچ‌گونه تبعیض یا تحقیر ساختاری وجود ندارد. از این منظر، زن و مرد در دارایی، تصمیم‌گیری، علم‌آموزی و مشارکت اجتماعی در سطحی برابر قرار دارند و تمامی محدودیت‌هایی که ممکن است در برخی تفاسیر یا رفتارهای سنتی مشاهده شود، ریشه در برداشتهای ناقص یا فرهنگی دارد، نه در اصول فقهی اصیل. بنابراین، تحلیل حقوق زن در فقه اسلامی باید با تأکید بر کرامت انسانی و استقلال فکری و عملی او صورت گیرد (طباطبایی، ۱۴۲۱ق، ج ۱۴، ص ۳۶۲؛ مطهری، ۱۳۸۱، ص ۲۰۲).

نتیجه گیری

این پژوهش نشان داد که آموزه‌های وحیانی نقش بسزایی در تقویت اعتمادبه‌نفس زنان ایفا می‌کنند. قرآن کریم با تأکید بر کرامت ذاتی انسان و ارائه الگوهای زنانه همچون حضرت مریم و آسیه، به زنان می‌آموزد که چگونه در مواجهه با چالش‌ها، خودباوری و استقامت داشته باشند. همچنین، آموزه‌های فقهی مانند حق مالکیت، انتخاب همسر، و مشارکت اجتماعی، به زنان این امکان را می‌دهد تا در عرصه‌های مختلف زندگی، استقلال و اعتمادبه‌نفس خود را حفظ کنند.

نتایج این پژوهش حاکی از آن است که تعالیم دینی نه تنها به تقویت عزت‌نفس زنان کمک می‌کنند، بلکه ابزاری مؤثر برای مقابله با باورهای تحقیرآمیز و تبعیض‌آمیز هستند. بنابراین، ترویج این آموزه‌ها در جوامع اسلامی می‌تواند به ایجاد نگرشی مثبت نسبت به جایگاه زنان و تقویت خودباوری آنان بیانجامد. در پایان، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده به بررسی تطبیقی این موضوع در فرهنگ‌های مختلف بپردازند تا نقش آموزه‌های دینی در تقویت اعتمادبه‌نفس زنان به صورت جامع‌تر مورد تحلیل قرار گیرد.

منابع

قرآن کریم

۱. آیت‌اللهی، زهرا و بادران، مهناز. (۱۴۰۱) مشارکت اجتماعی زنان در اسلام (سیاست، دانش و اقتصاد)، چاپ اول، تهران: شورای فرهنگی اجتماعی زنان و خانواده.
۲. ابراهیمی، مهسا. (۱۴۰۰) «تحلیل و بررسی جایگاه اعتماد به نفس در روان‌شناسی»، رهیافت‌های نوین در مطالعات اسلامی، دوره ۳، شماره ۶، صص. ۳۷۴-۳۵۱.
۳. پرتال جامع علوم انسانی. (۱۳۹۵) «علم‌آموزی زن از دیدگاه اسلام»، فصل‌نامه علوم انسانی، شماره نامشخص،

۴. پورمحدث، مریم. (۱۳۹۳) توکل و خودباوری در قرآن، چاپ اول، قم: مدرسه الامام موسی صدر.
۵. حسینی، مهدی. (۱۳۹۷) فقه خانواده، چاپ اول، قم: مدرسه فقاقت.
۶. رضایی، لیلا. (۱۳۹۵) روایات و نقش زنان، چاپ اول، تهران: معارف.
۷. رفیعی، مهدی. (۱۳۹۵) عبادت و تعالی نفس، چاپ اول، تهران: سمت.
۸. رعایی، مریم و گلاب‌بخش، نسرین. (۱۳۸۷) «بلقیس، اشاره‌ای بر زن از دیدگاه قرآن»، مشکوه‌النور، شماره ۴، ص. ۳۱.
۹. سیدی‌جربندی، رقیه. (۱۳۸۸) مشارکت اجتماعی زنان از منظر قرآن و روایات، چاپ اول، قم: مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی (نور).
۱۰. طباطبایی، سید محمدحسین. (۱۳۶۰) تفسیر المیزان، ج ۱۷ و ج ۱۹، چاپ دوم، تهران: مؤسسه تحقیقاتی اسوه.
۱۱. طباطبایی، سید محمدحسین. (۱۳۹۶) زن در قرآن، چاپ اول، قم: مرکز نشر هاجر.
۱۲. طباطبایی، سید محمدحسین. (۱۴۲۱ق) ترجمه تفسیر المیزان، جلد ۱۴، چاپ اول، قم: مدرسه فقاقت.
۱۳. محمدی، محبوبه. (۱۳۸۰) جایگاه زن از پس ابرهای جاهلیت ثانی، چاپ اول، تهران: سازمان تحقیقات و مطالعات بسیج.
۱۴. معرفت، مریم. (۱۳۹۰) جایگاه زن در قرآن و روایات، چاپ اول، تهران: نشر نورالزهرا.
۱۵. مطهری، مرتضی. (۱۳۸۱) نظام حقوق زن در اسلام، چاپ بیستم، تهران: مؤسسه انتشارات صدرا.
۱۶. زیبایی‌نژاد، محمدرضا. (۱۴۰۱) «الگوی تربیت دختران در اسلام»
۱۷. Hawzah.net. (1395) «حضرت مریم، الگوی زن قرآنی»