

# پیامدهای تشویش والدین در تربیت فرزندان از دیدگاه اسلام

فاطمه ملک‌نیا<sup>۱</sup>

## چکیده

تربیت فرزندان یکی از مهم‌ترین و دشوارترین وظایف والدین است که تأثیر عمیقی بر آینده فردی و اجتماعی کودکان دارد. در دنیای امروز، والدین با چالش‌های متعددی روبرو هستند که می‌تواند منجر به بروز تشویش و اضطراب در آن‌ها شود. این تشویش‌ها، اگر به درستی مدیریت نشوند، می‌توانند آثار منفی بر تربیت اسلامی فرزندان داشته باشند. با استفاده از راهکارهایی مانند آموزش مهارت‌های مدیریت استرس، تقویت ارتباطات خانوادگی و برنامه‌ریزی برای تربیت دینی، می‌توان آثار منفی تشویش را کاهش داد و زمینه‌ای مناسب برای رشد سالم فرزندان فراهم کرد. ایجاد محیطی مناسب برای تربیت دینی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. والدین باید تلاش کنند تا ارزش‌های اسلامی را در زندگی روزمره خود پیاده کنند و به عنوان الگوهایی مثبت برای فرزندان خود عمل نمایند. در این مقاله به روش توصیفی-تحلیلی، به بررسی آثار تشویش والدین بر تربیت اسلامی فرزندان و ارائه راهکارهایی برای کاهش این آثار پرداخته خواهد شد.

**کلمات کلیدی:** تشویش، تربیت اسلامی، فرزندپروری، والدین.

---

<sup>۱</sup> سطح دو، مدرسه بنت الرسول شهرستان الشتر

## مقدمه

والدین، اولین الگوهای رفتاری فرزندان هستند که افزون بر خصوصیات ژنتیکی، ویژگی‌های رفتاری و فکری‌شان نیز تأثیر مستقیمی بر فرزندان دارد. شیوه‌های تربیتی والدین، تحت تأثیر ویژگی‌های شخصیتی و سیستم اعتقادی آنان است. والدین از دو جهت وراثتی و محیطی در تربیت فرزندان تأثیرگذارند. وراثت در صفاتی مانند گروه خونی تأثیر قطعی دارد، اما در برخی صفات دیگر مانند یادگیری مهارت‌های پیچیده، نقش مستقیم ندارد و فقط استعداد را در وجود فرزند فراهم می‌کند. فراهم کردن محیط جسمی و روحی سالم برای تربیت فرزند، موجب می‌شود نهال وجودی فرزند از منبع پاک‌ی تغذیه و زمینه خودشکوفایی او فراهم شود و فرزند در مسیر رسیدن به صفات انسان کامل قرار گیرد. نابهنجاری والدین در امور تربیتی، سبب می‌شود فرزند از مسیر هدایت دور شود. یکی از این نابهنجاری‌ها، اضطراب و تشویش والدین است که موجب بروز آسیب‌هایی در فرزندان می‌شود. والدین همواره الگوی اخلاقی، رفتاری و حتی کلامی فرزندانشان هستند؛ چه بسا فرزندان به رشد فکری لازم نرسیده باشند و دچار غفلت، تشخیص اشتباه و یا بهره‌گیری از الگوهای متضاد شوند. بنابراین الگوی تربیتی والدین، یکی از مهم‌ترین و اثربخش‌ترین روش‌های یادگیری و اجتماعی شدن فرزندان در تربیت عاطفی و مطلوب دینی است. سادگی و بی‌آلایشی روحی، پاک‌ی سرشت و انگیزه فرزندان و گرایش شدید آنان به انتخاب الگو در زندگی سبب می‌شود آن‌ها در اولین گام، پدر و مادر را الگوی خود قرار دهند. حال اگر پدر و مادر به دلیل روحیه مضطرب خود نتوانند الگوی شایسته‌ای برای فرزندان باشند، اثرهای نامطلوبی نیز بر شخصیت فرزندان‌شان خواهند گذاشت. هدف از تدوین این مقاله بررسی اثرات تشویش و اضطراب والدین بر تربیت دینی فرزندان است. پرداخت به این موضوع به این دلیل ضرورت پیدا می‌کند که شخصیت هر فرد، نوع رفتار وی را مشخص می‌کند؛ تعامل والدین با فرزندان و شیوه فرزندپروری‌شان - که مجموعه‌ای از رفتارها، روش‌ها و گفتارهای آنان نسبت به فرزندان خود است - از الگوی شخصیتی آنان پیروی می‌کند؛ زیرا محیط خانه، اولین و بادوام‌ترین عامل در رشد شخصیت فرزندان است و نفوذ والدین بر فرزندان تنها به ویژگی‌های ارثی محدود نمی‌شود؛ بلکه در رشد تمام ابعاد وجودی آن‌ها نقش تعیین‌کننده‌ای دارد. فرزندان از طریق خانواده با دنیای خارج آشنا می‌شوند، شیوه معاشرت و روابط اجتماعی با دیگران را می‌آموزند و راه و رسم زندگی، اخلاق و آداب و رسوم آن را فرا می‌گیرند. در واقع

فرزند از اولین مراحل رشد تا مرحله اجتماعی شدن، نگاهش به روابط والدین است و بسیاری از امور اخلاقی، دینی، علمی و اجتماعی را به طور مستقیم از آن‌ها می‌آموزد.

قبلا تحقیقاتی با موضوعات مشابه و یا نزدیک به آن صورت گرفته است؛ برای نمونه می‌توان به این مقالات اشاره کرد: کوخانی و رودمقدس در پژوهشی تحت عنوان بررسی سبک‌های فرزندپروری در منابع اسلامی، به شیوه‌های تربیت فرزند در منابع اسلامی می‌پردازند و تصریح می‌کنند که در منابع مختلف چهار سبک فرزندپروری مستبدانه، سهل‌گیرانه، مسامحه‌کارانه و مقتدرانه مطرح شده است که هریک دارای معایب و مزایای خاصی می‌باشند. حسینی زاده در مقاله غایت تربیت ازدیدگاه اسلامی به این نتیجه رسیده‌اند که تعلیم و تربیت اسلامی تنها یک هدف غایی دارد و آن رضوان الله است. قندی‌زاده و رفیعی هنر در مقاله روان‌شناسی خود که البته در آن از روش اجتهاد دینی استفاده شده است به این نتیجه رسیده‌اند که فرزندان والدین دارای اختلال اضطراب فراگیر مجبور به اطاعت از اوامر و نواهی والدین خود، که ناشی از اختلال آن‌هاست، نیستند.

سؤال اصلی تحقیق: آثار تشویش والدین بر تربیت اسلامی فرزندان چیست؟

سؤالات فرعی تحقیق: علل بروز تشویش در والدین چیست؟

چه راه‌کارهایی برای کاهش اضطراب و تشویش والدین وجود دارد؟

## 1-تعریف مفاهیم و اصطلاحات

ابتدا لازم است تا فرایند تربیت اسلامی تعریف شود؛ مجموعه اقدامات رفتاری و گفتاری که به تربیت و سامان‌یابی شخصیت دینی انسان می‌انجامد، فرایند تربیت اسلامی نام‌گذاری می‌شود. اما در مفهوم عام‌تر، تربیت دینی و اسلامی واژه‌ای است که هم بر آموزش و پرورش و هم بر تربیت قابل اطلاق است. بکارگیری متغیر آموزش، در فرایند پرورش از این رو است که اقدامات پرورشی، جدا و بریده از عملکردهای آموزشی نمی‌توانند پیش برنده و مفید باشند. بسیاری از منش و ساختارهای شخصیتی که بر اثر اقدامات عملی و رفتاری در فرد ایجاد میشوند، ریشه آموزشی دارند. البته آموزش به تنهایی کافی نیست و اقدامات مکمل پرورشی هم، لازم و ضروری است.

تربیت دینی به مفهوم فراگیر آن که به معنای آموزش و پرورش دینی است؛ می‌تواند کلیدی‌ترین نقش را در توسعه معنوی و کمال یک جامعه دینی ایفا نماید. هرگونه کاستی یا کوتاهی در این امر، موجب بروز اختلالات و نابهنجاری‌های جبران‌ناپذیری در پرورش نسل نوین هر جامعه می‌شود. از این رو، برای اصلاح جامعه و پیشگیری از انحرافات اجتماعی، لازم است فرایند تربیت در اندیشه دینی، شناسایی شود.<sup>۱</sup>

پرورش دینی که به صورت آموزش آداب در برخی روایات مورد توجه قرار گرفته است، بنا به سیره پیشوایان (ع) بهتر است عملی و در هنگامه رفتارهای روزمره باشد نه به صورت کلاس و درس و آموزش-های گفتاری. پیامبر (ص) نوجوانی را بامردی همراه دیدند. از نوجوان پرسیدند: این مرد کیست؟ گفت پدر من است. پیامبر به او فرمودند: «هرگز پیشاپیش او حرکت نکن و کاری نکن که دیگران به او ناسزا بگویند، پیش از وی منشین و به نام او را صدا نزن»<sup>۲</sup>.

---

<sup>۱</sup> شاملی، مطالعات راهبردی زنان، ش ۲۴

<sup>۲</sup> متقی، المرشد الی کنزالعمال، جلد ۱۶، ص ۴۷۴

یکی از خدمت‌گزاران پیامبر (ص) می‌گوید: مدتی با پیامبر بودم و گاهی اوقات بی‌اجازه خدمت آن حضرت می‌رسیدم. یک روز که بر ایشان وارد شدم، فرمودند: فرزندم! تو دیگر بزرگ شده‌ای، از این پس بی‌اجازه وارد نشو.<sup>۱</sup>

بنا به توصیه پیشوایان معصوم (ع)، آموزش و پرورش دینی فرزندان، باید بی‌درنگ و پیش از درگیری ذهن و دل آنان به زندگی روزمره یا دل‌مشغولی آنان به فکر، فرهنگ و باور دین‌ستیزانه باشد. زیرا ذهن و دل خالی جوانان، در این هنگام بسان استخر پاکیزه و تمیزی است که تازه ساخته شده است و با آب پاکیزه پر می‌شود. اگر مقداری از این استخر با آب آلوده پر شود و بعد آب پاکیزه در آن بریزیم، همه آب‌ها آلوده خواهد شد. ذهن و دل آلوده و درهم ریخته، باورهای درست و راه‌گشا را پس می‌زنند.

تقویت نیروی ایمان و باورهای مذهبی کودکان تأثیر به سزائی در جلوگیری از خطاها و لغزش‌های آنان دارد. این سخن حقیقتی انکارناپذیر است و در میان خانواده‌ها از دیرباز امری مسلّم و پذیرفته شده می‌باشد. تاریخ و تجربه نشان داده است افرادی که از اعتقادات عمیق مذهبی برخوردار بوده‌اند و به اصول و ارزش‌های آن پایبندی خود را نشان داده‌اند معمولاً افرادی صالح و به دور از خطاها و مفساد اجتماعی و انحرافات اخلاقی هستند. آنانکه به آیات قرآن، ایمان عمیق دارند و خود را در حضور خداوند عالمیان حس می‌کنند و به پیام‌های آسمانی آن گوش دل می‌سپارند کمتر در معرض آلودگی‌ها و اشتباهات هستند. به همین جهت امام صادق (ع) فرمود: «بادروا احداثکم بالحديث قبل ان يسبقکم اليهم المرجئه»؛ نوجوانان خود را با احادیث و معارف ما آشنا کنید قبل از اینکه گروه‌های منحرف بر شما پیشی گیرند (و آنان را به انحراف بکشانند). امام مجتبی (ع) نیز در مورد تأثیر آیات قرآن فرمود: در این قرآن چراغ‌های هدایت و شفای سینه هاست برای هر عارف صاحب بصیرتی شایسته است که در پرتو نور آن به قلب خویش جلا دهد و هر نکته سنجی را رواست که دل خویش را به توسط قرآن مهار کند و تفکر در آن حیات بخش قلب هاست و کسانی که به دنبال آن می‌روند، مانند کسانی هستند که در تاریکی‌ها به سراغ نور می‌روند.<sup>۲</sup> اساساً ایمان مذهبی و علاقه به اعتقادات دینی در فطرت انسان‌ها نهفته است. والدین و

---

<sup>۱</sup> بخاری، الادب المفرد، ص ۸۰۷

<sup>۲</sup> طوسی، التهذیب، ج ۸، ص ۱۱۱

<sup>۳</sup> الاربلی، کشف الغمه، ج ۱، ص ۵۷۳.

-پرخاشگری یا انفعال: فشار روانی ناشی از اضطراب والدین می‌تواند منجر به بروز رفتارهای پرخاشگرانه یا انزواطلبانه در کودکان شود. این رفتارها ممکن است نتیجه‌ای از عدم توانایی در بیان احساسات باشد. مشکلات تحصیلی: اضطراب می‌تواند بر تمرکز و عملکرد تحصیلی کودکان تأثیر بگذارد، که ممکن است منجر به افت تحصیلی شود.

## **۶-۵ تأثیر بر سلامت روان**

-افزایش خطر ابتلا به اختلالات روانی: کودکانی که در محیطی پر از اضطراب بزرگ می‌شوند، بیشتر مستعد ابتلا به اختلالات روانی مانند افسردگی و اضطراب هستند. تأثیر بر رشد عاطفی: عدم توانایی در مدیریت احساسات و استرس می‌تواند بر رشد عاطفی کودک تأثیر منفی بگذارد و او را در آینده با چالش‌های بیشتری مواجه کند.

## **۷-راه‌کارهای کاهش تشویش والدین**

ایجاد تعادل بین کار و زندگی: والدین باید زمان خود را به گونه‌ای برنامه‌ریزی کنند که هم به کار و هم به خانواده توجه کنند. اختصاص زمان برای استراحت و تفریح نیز ضروری است.

تقویت ارتباطات خانوادگی و گفتگو درباره احساسات: والدین باید فضایی را برای گفتگو درباره احساسات و نگرانی‌ها ایجاد کنند. این امر می‌تواند به تقویت ارتباط عاطفی بین والدین و فرزندان کمک کند.

تشویق فرزندان به بیان احساسات: والدین باید فرزندان خود را تشویق کنند تا احساساتشان را بیان کنند. این کار به کودکان کمک میکند تا با احساسات خود بهتر کنار بیایند و از اضطراب آنها کاسته شود.

ایجاد محیط مثبت: فراهم کردن محیطی مثبت و حمایت‌گر برای فرزندان، به آنها کمک می‌کند تا احساس امنیت بیشتری داشته باشند. این امر شامل ایجاد فضایی است که در آن کودکان بتوانند آزادانه بازی کنند و یاد بگیرند.

تقویت اعتماد به نفس کودکان:

تشویق استقلال: والدین باید اجازه دهند فرزندانشان مستقل عمل کنند و تصمیم‌گیری کنند. این کار باعث افزایش اعتماد به نفس در کودکان می‌شود.

ستایش تلاش‌ها: تأکید بر تلاش‌های فرزندان بجای نتایج نهایی، موجب افزایش اعتماد به نفس آنها خواهد شد.

کمک گرفتن از متخصصان و مشاوره حرفه‌ای: اگر اضطراب والدین شدید باشد، مشاوره با روانشناسان یا مشاوران خانواده می‌تواند راه‌کارهای مؤثری برای مدیریت اضطراب ارائه دهد و به والدین در فرآیند تربیت کمک کند.

ایجاد تعادل در انتظارات و تنظیم انتظارات واقعی: والدین باید انتظارات خود از فرزندان را واقع‌بینانه تنظیم کنند تا فشار کمتری بر آنها وارد شود.

با استفاده از این روش‌ها، والدین می‌توانند آثار تشویش خود را بر فرزندان کاهش دهند و محیطی سالم‌تر برای رشد و تربیت آنها فراهم کنند.

برنامه‌ریزی برای تربیت دینی: ایجاد محیطی مناسب برای تربیت دینی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. والدین باید تلاش کنند تا ارزش‌های اسلامی را در زندگی روزمره خود پیاده کنند و به عنوان الگوهایی مثبت برای فرزندان خود عمل نمایند.

## نتیجه گیری

خانواده، جایگاه بسیار مؤثری در شکل گیری شخصیت فرزندان دارد؛ به طوری که اختلالات خانوادگی در جامعه نیز تأثیرگذار است؛ مانند جایگاه سلول در بدن که اگر در سلول ها اختلالی رخ دهد، به تدریج عملکرد بدن نیز مختل می شود و در صورتی که اصلاح و ترمیم نشود، بدن نیز از فعالیت باز می ماند. والدین نیز در برابر تعلیم و تربیت فرزندان خود و رشد و کمال آنان، مسئول و مکلف اند. آن ها نباید با نگرانی های نابجا و تشویش و اضطراب مانع رشد و کمال فرزندان و سبب انحراف شان شوند. آغاز تربیت، آموزش ها و پرورش های مستقیم و غیر مستقیم خانواده است. خانواده نقش بستر سازی و پیش گیری را ایفا میکند. اگر در خانواده فرهنگ سازی و درونی سازی ارزش ها درست و به موقع انجام شود، بسیاری از مشکلات خود به خود از میان برداشته می شود. امروزه کارشناسان امور تربیتی معتقدند که اگر ما سرمایه گذاری های خود را از بستر سازی ها و پیشگیری ها آغاز کنیم، هم ریشه ای تر و اصولی تر و هم ارزان تر کار خود را پیش میبریم. به جای اینکه پس از مواجه شدن با هر مشکل با آن برخورد کرد، می توانیم بسیاری از این چالش ها را پیش از به وقوع پیوستن از میان برداریم.

نگرانی والدین می تواند تاثیر بسیار زیادی بر روی فرزند پروری آن ها بگذارد. نگرانی در مورد آینده فرزندان و در مورد آسیب دیدن آن ها طبیعی است اما برخی از والدین دایما برای رفع این اضطراب تلاش می کنند. بنابراین این والدین بیش از اینکه با ناراحتی خود کنار بیایند، از فرزندشان بیش از حد محافظت می کنند. متأسفانه این مسئله می تواند رشد کودک را متوقف کند و مانع او برای کسب مهارت های لازم جهت تبدیل شدن به یک بزرگسال مسؤول شود. اگر شیوه تربیت والدین براساس ترس و نگرانی مداوم و سخت گیرانه باشد، فرزندان به تدریج جرأت، خلاقیت و اعتماد به نفس شان را از دست می دهند.

تشویش والدین می تواند آثار منفی زیادی بر تربیت اسلامی فرزندان داشته باشد؛ احساس ناامنی، اضطراب، نقص در روابط اجتماعی و رفتارهای نادرست از جمله پیامدهای این تشویش هستند. با این حال، با استفاده از راهکارهایی مانند آموزش مهارت های مدیریت استرس، تقویت ارتباطات خانوادگی و برنامه ریزی برای تربیت دینی، می توان آثار منفی تشویش را کاهش داد و زمینه ای مناسب برای رشد سالم فرزندان فراهم کرد.



## منابع

- ۱- قرآن کریم
- ۲- نهج البلاغه
- ۳- الاربلی، ابوالحسن علب ابن عیسی، کشف الغمه فی معرفه ال ائمه، بیروت، دارالاضواء، ۱۴۰۵ ق.
- ۴- البخاری، ابوعبداله محمد، الادب المفرد، بیروت، مؤسسه الکتب الثقافیه، چاپ اول، ۱۴۰۶ ق.
- ۵- تهرانی دوست مهدی، شهرپور زهرا، محمودی قرایی جواد، علاقبند راد جواد، تأثیر آموزش تربیت سازنده فرزندان به والدین در کاهش مشکلات رفتاری کودکان، دوره ۱۴ ش ۴، صص ۳۷۹-۳۷۱، ۱۳۸۷ ه ش.
- ۶- حسینی زاده سید علی، غایت تربیت از دیدگاه اسلامی، نشریه تربیت اسلامی، دوره ۱۵ ش ۳۱، صص ۸۷-۶۷، ۱۳۹۹ ه ش.
- ۷- طوسی، شیخ محمد ابن حسن، تهذیب الاحکام، ترجمه علی آخوندی، تهران، دارالکتب الاسلامیه، چاپ چهارم، ۱۳۶۴ ه ش.
- ۸- ضیایی زهرا، ضیایی خدیجه، تأثیر روابط سالم والدین بر تربیت دینی فرزندان، طه‌ورا، سال چهارم ش ۱۰، ۱۳۹۰ ه ش.
- ۹- قائمی مقدم محمدرضا، روش الگویی در تربیت اسلامی، معرفت، ش ۶۹، ۱۳۸۹ ه ش.
- ۱۰- قندی زاده مجید، رفیعی هنر حمید، اطاعت فرزندان از والدین مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر، فقه و حقوق خانواده (ندای صادق)، دوره ۲۷ ش ۷۷، صص ۴۸-۴۱، ۱۴۰۱ ه ش.
- ۱۱- کوخانی آزاد، رود مقدس رمضانعلی، بررسی سبک‌های فرزند پروری در منابع اسلامی، نشریه بصیرت و تربیت اسلامی، دوره ۱۳ ش ۳۶، صص ۱۵۰-۱۲۹، ۱۳۹۵ ه ش.

۱۲-متقی، علا الدین ابن حسام الدین هندی، المرشد الی کنزالعمال فی سنن الاقوال و الاحوال، بیروت ۱۴۰۹ ق.

۱۳-محرری فاطمه، سلطانی فر عاطفه، خالصی حمید، اسلامی نجمه، بررسی تأثیر آموزش برنامه تربیت سازنده به مادران در بهبود روابط با فرزندان نوجوان، مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ش ۲، صص ۱۲۳-۱۱۶، ۱۳۹۱ ه ش.

۱۴-محمدی زکیه، نقش پدر و مادر در پرورش و تربیت فرزندان، پژوهش نامه اورمزد، ش ۵۷، ۱۴۰۰ ه ش.