

عوامل موثر در ایجاد کرامت و عزت نفس در فرزندان از دیدگاه قرآن و روایات

الهام دهقانی احمدآباد^۱

چکیده:

عزت نفس از اساسی ترین موضوعاتی است که در زندگی هر انسان مطرح و در موفقیت ها و شکست های وی تاثیر مستقیم دارد. در نظام تربیتی اسلام عزت نفس به عنوان یک هدف تربیتی مطرح است تا انسان ها را به سوی تربیت صحیح و سلامت معنوی سوق دهد. مطالعه حاضر با هدف تبیین کارکردهای نقش تربیتی والدین در ایجاد عزت نفس فرزندان و تاثیر آن در سلامت معنوی آن ها از منظر قرآن و روایات صورت گرفته است. بررسی منابع اصیل اسلامی نشان می دهد که عزت نفس یکی از مولفه های رسیدن به آرامش روان است. فردی که عزت نفس دارد به ارزش و تواناییهای خویش ایمان دارد و قادر است در جهت تحولات مثبت فردی و اجتماعی خویش گام بردارد. قرآن و روایات راهبردهای فراوانی را ترسیم کرده اند که والدین می توانند از آن ها در تربیت و ایجاد عزت نفس فرزندان بهره گیرند، از آن جمله می توان به محبت کردن، مشورت، مسئولیت پذیری، پرهیز از تحقیر و تمسخر، تشویق سازنده و احترام گذاشتن اشاره نمود. این مطالعه نشان میدهد که بهره گیری از این کارکردها از اهداف اخلاقی - تربیتی اسلام است که منجر به ارتقای سلامت معنوی فرزندخواهد شد.

کلید واژه: عزت، نفس، کرامت

مقدمه:

در گستره وسیع علوم انسانی و به ویژه روانشناسی تربیتی، مفاهیم "عزت نفس" و "کرامت انسانی" نه تنها سنگ بنای رشد فردی محسوب می شوند، بلکه به عنوان زیرساخت های اساسی برای شکل گیری جامعه ای سالم و پویا نیز شناخته شده اند. عزت نفس، به معنای ادراک فرد از ارزش و شایستگی درونی خود است؛

¹. طلبه مدرسه علمیه حضرت زهرا سلام الله علیها احمدآباد.

احساسی عمیق و چندوجهی که از تلاقی افکار، احساسات، عواطف و تجربیات زیسته در طول حیات شکل می‌گیرد. این حس ارزشمند بودن، که در متون دینی نیز ریشه‌های عمیقی دارد و به عنوان موهبتی الهی و منحصر به فرد در آفرینش انسان قلمداد می‌شود، پایه و اساس هرگونه رشد و بالندگی در ابعاد فردی و اجتماعی است. عزت نفس، عبارت از مقدار ارزشی که فرد به خود نسبت می‌دهد و یا مقدار ارزشی است که فرد فکر می‌کند دیگران به عنوان یک شخص برای او قائلند. تحقیقات زیادی حکایت از عزت نفس به عنوان یک صفت شخصیتی دارد که همگی بر ویژگیهای فرزندپروری تأکید می‌کنند از این رو عزت نفس و کرامت انسانی از بنیادی‌ترین مفاهیم در تربیت اسلامی به‌شمار می‌آیند؛ مفاهیمی که نه‌تنها در شکل‌گیری شخصیت فردی نقش دارند، بلکه در سلامت روانی، اجتماعی و معنوی انسان نیز تأثیرگذارند. در آموزه‌های قرآن کریم و روایات اهل بیت (ع)، عزت نفس به‌عنوان یکی از ارکان رشد و تعالی انسان معرفی شده و راهکارهای متعددی برای پرورش آن در محیط خانواده ارائه گردیده است. تربیت فرزند در بستر احترام، محبت، مسئولیت‌پذیری و مشارکت، زمینه‌ساز شکل‌گیری روحیه عزت‌مند در کودک است؛ روحیه‌ای که او را در برابر تحقیر، گناه و آسیب‌های روانی مقاوم می‌سازد.

در عصر حاضر، با گسترش آسیب‌های تربیتی ناشی از رسانه‌ها، فشارهای اجتماعی و ضعف ارتباطات خانوادگی، نیاز به بازخوانی اصول تربیتی اسلامی بیش از پیش احساس می‌شود. والدین به‌عنوان نخستین و مؤثرترین مربیان، نقش کلیدی در ایجاد و تقویت عزت نفس فرزندان دارند. از این‌رو، پژوهش حاضر با هدف واکاوی عوامل مؤثر بر عزت نفس کودکان از منظر قرآن و روایات، تلاش دارد تا با تبیین راهبردهای تربیتی، زمینه‌ای برای ارتقای سلامت معنوی و روانی نسل آینده فراهم آورد.

این تحقیق با تمرکز بر مفاهیمی چون احترام، محبت، مشورت، مسئولیت‌پذیری، پرهیز از تحقیر و تمسخر، و تشویق سازنده، به بررسی نقش والدین در شکل‌گیری کرامت نفس فرزندان پرداخته و نشان می‌دهد که تربیت عزت‌محور نه‌تنها موجب رشد فردی کودک، بلکه تضمین‌کننده سلامت اخلاقی و اجتماعی جامعه اسلامی خواهد بود. با توجه به این مقدمات، پژوهش حاضر بر آن است تا با بررسی عمیق عوامل مؤثر بر پرورش عزت نفس و کرامت در فرزندان، راهکارهای عملی و مبتنی بر آموزه‌های دینی و روانشناختی را ارائه نماید. پس باید دید که چگونه والدین می‌توانند در مسیر تربیت صحیح، عزت نفس را در فرزندان پرورش دهند؟

تا کنون در مورد این موضوع کتاب ها و مقالات زیادی نوشته شده است که در بخشی از آن به صورت اجمالی یا تفصیلی پرداخته شده است، کتابهایی مانند: تربیت متشخصانه از سید علیرضا تراشیون، تربیت کریمانه و روش های آن از محسن عباسی ولدی و...

ما در این مقاله به صورت اختصاصی به این موضوع پرداخته ایم و عوامل موثر در ایجاد عزت نفس در فرزندان را از کتاب های مختلف وبه روش کتابخانه ای بررسی و گردآوری نموده ایم.

تعاریف

1-تعریف لغوی

1-1 عزت: به معنای شکست ناپذیری، غلبه پیدا کردن بر دیگری، قوی بودن از نظر جسم و روح و کلام و ...²

2-1 نفس: ذات، وجود انسان، روح، جان، خودِ شخص (منِ انسانی)؛ گاهی به معنای تمایلات درونی یا غرایز نیز به کار می رود.³

3-1 کرامت: کرامت در لغت به معنای بزرگواری، شرافت، عزت و ارزشمندی است.⁴

تعریف اصطلاحی

عزت نفس: عبارت است از احساس ارزشمند بودن. این حس از مجموع افکار، احساس ها، عواطف و تجربیات در طول زندگی ناشی می شود.⁵

تعریف عزت در فرهنگ دین: خداوند یکتا، یگانه و منفرد در عزت است. قرآن کریم می فرماید:

² . قرشی، سید علی اکبر، قاموس قرآن.

³ . همان.

⁴ . همان.

⁵ . کلمز، هریس، ترجمه علی پور، روشهای تقویت عزت نفس در نوجوان ص 11.

«الْعِزَّةُ فَإِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا يَقِينًا همه عزت و قدرت فقط برای خداست»⁶.

پرورگار متعال نیرومندی است که کسی به او دست نمی یابد و ناتوان نگردد؛ یعنی بی مانند در توانایی و قدرت که همه قدرت ها و سلطنت ها مغلوب اوست.

در فرهنگ دین، عزت واقعی آن است که در سایه ایمان به خدا و ارتباط با او و اعتقاد به حق و مورد تأیید دین باشد و تمامی عزت های وابسته به زور و زر بی پایه و بی اعتبار است؛ زیرا شرف، و شکوهشان پایان پذیر است.⁷

کرامت: در اصطلاح دینی، گاهی به معنای امور خارق العاده ای است که از اولیای الهی صادر می شود (در مقابل معجزه که ویژه پیامبران است). در قرآن کریم، این مفهوم به عنوان یک اصل بنیادین در آفرینش انسان مطرح شده است. آیهی مشهور «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ... و به راستی ما فرزندان آدم را گرامی داشتیم...»⁸. بیانگر آن است که خداوند انسان را از میان همه موجودات، گرامی داشته و به او ویژگی هایی چون عقل، قدرت تشخیص، اختیار، و بهره مندی از نعمت های پاک، عطا کرده است.

اهمیت و جایگاه عزت نفس در انسان:

کرامت نفس محور و اساس اخلاق و تربیت اسلامی است و مهم ترین راه آن تکریم انسان در دوران کودکی است. یکی از مهم ترین نکات تربیتی که در تکریم شخصیت کودک باید به آن توجه شود، جدی گرفتن احساسات کودکان است. توجه به کرامت انسان سبب ایجاد عزت نفس می شود؛ عزت نفسی که زیر ساختی مهم برای پذیرش تربیت در فرزندان ماست. وقتی به فرزند خود احترام می گذاریم و او را تکریم می کنیم، او را برای تربیت پذیری آماده می کنیم. افراد دارای شخصیت سالم به کرامت خود ارج می نهند، یعنی برای شخصیت خود ارزش قائل هستند⁹. خداوند متعال در قرآن کریم کرامت انسان را اصل مهمی در آفرینش او دانسته است: «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ

⁶. نساء، 139.

⁷. وحیدی، محمد، عزت و ذلت، ص 10.

⁸. اسراء، 70.

⁹. تراشیون، سید علیرضا، تربیت متشخصانه ص 86.

خَلَقْنَا تَفْصِيلًا؛ ما فرزندان آدم را گرامی داشتیم و آنان را در خشکی و دریا نشاندیم از چیزهای پاکیزه روزی‌شان دادیم و آنان را بر بسیاری از آفریده‌های خود برتری آشکار دادیم».^{۱۰}

باید بسیار مراقب بود تا فرزند تحقیر نشود، چه در خلوت و چه در جمع. تحقیر فرزند به شخصیت او آسیب می‌زند. گاه والدین ندانسته شخصیت فرزند را زیر سوال می‌برند. در جایگاه والدین ما باید به فرزند خود بیاموزیم که مقوله احترام را همواره در نظر داشته باشد چه در خلوت خود و چه در جمع‌های صمیمانه و خودمانی و چه در محیط‌های دیگر هرگز، کرامت انسانی را زیر پا نگذارد.

یکی از موثرترین راه‌های کمک به فرزندانمان حفظ عزت نفس آنهاست. عزت نفس یکی از با ارزش‌ترین منابع است که فرزند می‌تواند در اختیار داشته باشد. تحقیقات نشان داده‌اند نوجوانی که از عزت نفس بالایی برخوردار است؛ خیلی موثرتر می‌آموزد، روابط سودمندتری را برقرار کند، بهتر می‌تواند از فرصت‌ها استفاده کند و خلاق و خودکفا باشد. همچنین در مقایسه با نوجوانی که عزت نفس کم دارد، دیدگاه روشنتری نسبت به مسیر زندگی خویش دارد. بنابراین وقتی که نوجوان با عزت نفس کاملاً رشد یافته مرحله نوجوانی را پشت سر می‌گذارد؛ در واقع به بخش عمده‌ای از این بنیاد استوار مجهز و وارد دنیای بزرگسالی می‌شود. در این زمانه ای که روند تحولات، سریع است یکی از مهم‌ترین منابعی که می‌توان در نوجوان تقویت کرد احساس ارزشمند بودن است. این نیرویی است که ممکن است همیشه در درون نوجوان باشد، زمانی که این نیرو در وجود او حضوری قوی داشته باشد، او می‌تواند در زندگی به آن تکیه کند و در مراحل زندگی موفق و کامروا باشد.^{۱۱}

فرزند دوست دارد شخصیتش مورد توجه و احترام اطرافیان قرار گیرد به همین دلیل، به صورت‌های گوناگون به ابراز شخصیت و نشان دادن خود می‌پردازد. زمانی که فرزند مورد تجلیل و احترام قرار گیرد، بزرگوار و با شخصیت بار می‌آید و برای حفظ شخصیت خویش از کارهای زشت اجتناب خواهد کرد. فرزندی که مورد

^{۱۰} . اسراء 70.

^{۱۱} . کلمز، هریس، ترجمه علی پور، روشهای تقویت عزت نفس در نوجوان ص 25.

در سیره معصومان - علیه السلام - نیز به شیوه‌های گوناگون کودکان و فرزندان خویش را احترام می کردند که به چند مورد از آنها اشاره می شود:

برخاستن و استقبال از فرزند به هنگام ورود او به مجلس

پیامبر اکرم - صلی الله علیه و آله - به طور معمول به هنگام ورود افراد به مجلس به احترام آنها می ایستادند و برای آنها جا باز می کردند، اما در مورد فرزندان خویش، حسنین - علیه السلام - و حضرت فاطمه - سلام الله علیها - علاوه بر اینکه به احترام آنها می ایستادند، چند قدم به استقبال آنها می رفتند. بحار الانوار.

پیامبر - صلی الله علیه و آله و سلم - حضرت فاطمه - سلام الله علیها - را در آغوش می گرفتند سر ایشان را می بوسیدند و می فرمودند فاطمه جان پدر به فدای تو و پیامبر دست حضرت زهرا را می بوسیدند جلوی پای ایشان بلند می شدند و به ایشان می فرمودند تو هم دختر منی و هم مادر من. این چنین به دخترشان عزت می دادند. پیامبر - صلی الله علیه و آله و سلم - نسبت به احساسات دخترشان حساس بودند روزی حضرت زهرا - سلام الله علیها - نزد پدر بزرگوارشان رفتند تا از ایشان درخواست یک خدمتکار بکنند وقتی که دیدند پیامبر مشغول صحبت هستند بدون اینکه درخواست خود را مطرح کنند رفتند. بعد از آن پیامبر نزد ایشان رفتند و فرمودند: «دخترم دیروز چیزی از من می خواستی»؟

احترام و شخصیت دادن به کودکان

معصومان علیه السلام همواره کودکان را با احترام و نام نیک صدا می کردند و نام کودکانی که نامی نامناسب یا زشت داشتند را عوض می کردند، در سیره معصومان - علیه السلام - موارد فراوانی یافت می شود که هنگام صحبت با فرزندان خویش از لفظ پسر، استفاده می کردند. همانگونه که لقمان فرزندش را با آن، مورد، بنی خطاب قرار می داد که موارد متعددی از آن در قرآن آمده است.^{۳۱}

پیامبر - صلی الله علیه و آله و سلم - فرمودند: «کودک تا ۷ سال اول فرمانده و پادشاه است در ۷ سال دوم فرمانبردار و در ۷ سال سوم مشاور و یاور پدر و مادر است».^{۳۲} در این روایت به این نکته اشاره نمی کند که

^{۳۱} . لقمان ۱۷ الی ۱۹.

^{۳۲} . آشتیانی، میرزا احمد، طرایف الحکم، ج ۲، ص ۱۱۸.

نباید برای بچه‌ها هیچ قانونی گذاشت. بلکه احتمالاً منظور پیامبر این است که؛ عزت بچه‌ها در ۷ سال اول خیلی مهم است. مثل اینکه پادشاه را تعظیم می‌کنید، باید احترام بچه‌ها را هم نگه دارید. البته گاهی اوقات پادشاه حکمی را صادر می‌کند، ولی نخست وزیر تشخیص می‌دهد که این حکم منطقی نیست. با احترام و آرامش به پادشاه توضیح می‌دهد و رای او را عوض می‌کند. یعنی ما نیز باید در خانه قوانین و مقررات بگذاریم، ولی هرگز با خشم و توهین، عزت نفس بچه‌هایمان را که بزرگترین سرمایه روانی برای زندگی سالم در آینده است از بین نبریم.³³

نوع نگاه معصومان به فرزندان و کودکان

نگاه به کودک این نیست که روز خود را با بازی به پایان می‌برند، بلکه آنها را افرادی با شخصیت و با فهم و آگاهی می‌دانستند که در آینده، بزرگان قوم خود خواهند شد و این را به کودکان القا می‌کردند.

شرکت دادن کودکان در جلسه دعا برای آمین گفتن

امام باقر- علیه السلام- هنگام دعا کودکان را جمع می‌کرد و آنها آمین می‌گفتند، یعنی در واقع آنها را در درگاه خدا مقرب می‌دانستند و از این طریق به آنها القا می‌کردند که شما در نزد خدا از احترام ویژه‌ای برخوردارید و اگر آمین بگویید دعا مستجاب می‌شود.

زیر بار ذلت نرفتن

در بسیاری از تعبیرات اسلامی این احساس شرافت تحت عنوان عزت نفس بیان شده است. عزیز یکی از صفات خداوند است که در قرآن، ذات پاک خدا 92 بار با این صفت یاد شده است.³⁴ عزت در انسان هم از همین ریشه سرچشمه می‌گیرد و مومن باید بداند که عزت اختصاصاً در انحصار اوست و باید عزیز باشد؛ عزت شایسته اوست.³⁵

³³. فلاح، محمد حسین، می‌خواهم عاشق بسازمت، ص 84.

³⁴. عبدوس، محمد تقی، آموزه های اخلاقی امامان شیعه، ص 164.

³⁵. مطهری، مرتضی، تعلیم و تربیت در اسلام، ص 141.

به همین تعبیر، شعار معروف حضرت سیدالشهدا که در روز عاشورا فرمودند: «الْمَوْتُ عَلَى الْعِزِّ خَيْرٌ مِنَ الْحَيَاةِ عَلَى الذُّلِّ؛ مردن با عزت از زندگی با ذلت بهتر است»³⁶ بیانگر همین موضوع مهم است.

نتیجه گیری

از آنجا که عزت نفس به عنوان یک هدف تربیتی به شمار می آید و انسان با کسب عزت نفس در مسیر رشد و تربیت صحیح قرار می گیرد والدین نقش اساسی در تربیت فرزندان دارند و راهبردهای تربیتی، چون احترام گذاشتن، توجه کردن، حمایت کردن، مشورت کردن و... از جمله اموری است که در پرورش عزت نفس مؤثر است و رعایت آنها سبب افزایش سلامت معنوی و توان آنان برای مقابله با فشارهای روانی و بحرانها در زندگی آتی می گردد. مهمترین تأثیری که عزت نفس در انسان می گذارد، احساس کرامت و دوری از گناه و معصیت است که تأمین کننده سلامت روح و روان و زمینه ای جهت ایجاد تربیت صحیح و الهی است. از آنجا که گناه عامل اساسی در آسیب رساندن به سلامت معنوی انسان و افزایش فشار روانی است، پرورش عزت نفس از کودکی سبب تربیت انسانی می گردد که با دوری از معاصی از بیماریهای روحی و روانی مصون می ماند. بنابراین آموزش و ارتقای آگاهی والدین درباره نحوه رفتار و تربیت فرزندان مبتنی بر آموزه های اسلامی ضرورت دارد.

یافته های این بحث نشان می دهد که مسیر پرورش عزت نفس و کرامت در فرزندان، مسیری چندوجهی و نیازمند رویکردی آگاهانه و دلسوزانه است. از کوچک ترین جزئیات رفتاری، مانند شیوه صدا زدن فرزند و گوش دادن فعال به سخنان او، تا سپردن مسئولیت های متناسب با توانایی ها، همگی می توانند در القای حس ارزشمندی و توانمندی به کودک نقش کلیدی ایفا کنند. پرهیز از رفتارهای آسیب زا مانند سرزنش، تمسخر و استفاده از القاب نامناسب، نه تنها یک توصیه تربیتی، بلکه یک ضرورت اخلاقی برای حفظ سلامت روان و شخصیت کودک است.

الگوبرداری از سیره معصومین (علیهم السلام) در تکریم کودکان، استقبال گرم از آنها، مشورت با آنان و توجه به افکار و درخواست هایشان، راهبردهای عملی و اثبات شده ای را پیش روی ما قرار می دهد که می توانند پایه های عزت نفس را در فرزندان مستحکم سازند. در نهایت، می توان چنین نتیجه گرفت که سرمایه گذاری

³⁶. مجلسی محمدباقر، بحارالانوار، ج 44، ص 192

بر پرورش عزت نفس در فرزندان، نه تنها به نفع خود آنهاست که در بزرگسالی افرادی مستقل، توانمند و مسئولیت‌پذیر خواهند بود، بلکه به نفع جامعه نیز هست. جامعه‌ای متشکل از افرادی با عزت نفس بالا، جامعه‌ای است که در آن تعارضات کمتر، همکاری‌ها بیشتر و پیشرفت در ابعاد مختلف سرعت می‌گیرد. امید است با درک عمیق‌تر این مفاهیم و به کارگیری عملی راهکارهای ارائه شده، بتوانیم نسلی را تربیت کنیم که نه تنها به ارزش‌های درونی خود آگاه‌اند، بلکه با کرامت و احترام متقابل، به ساختن آینده‌ای روشن‌تر برای خود و جامعه‌شان کمک کنند.

فهرست منابع

- *قرآن کریم، ترجمه آیت ا... مکارم شیرازی، قم، دارالقرآن الکریم، چاپ اول، 1373
- *نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی، قم، لاهیجی، چاپ سوم، 1381
- 1- آشتیانی، میرزا احمد، طرایف الحکم، تهران، کتابخانه صدوق، چاپ سوم، 1363
- 2- تراشیون، علیرضا، تربیت متشخصانه، قم، معارف، چاپ دوم، 1402
- 3- خرّمشاهی، بهاء‌الدین، پیام پیامبر، قم، منفرد، چاپ اول، 1376
- 4- شعیری، تاج‌الین، جامع الاخبار، قم، رضی، چاپ اول، 1405ق
- 5- شیخ صدوق، الخصال، قم، جامعه مدرسین حوزه علمیه، چاپ اول، 1362
- 6- عباسی ولدی، محسن، من دیگرما جلد نهم (تربیت کریمانه و روش‌های آن)، قم، آیین فطرت، 1400
- 7- عبدوس، محمد تقی، محمدی، محمد، آموزه‌های اخلاقی - رفتاری امامان شیعه، قم، بوستان کتاب، چاپ هشتم، 1391
- 8- قرشی، سید علی اکبر، قاموس قرآن، تهران، دارالکتب اسلامی، چاپ ششم، 1371

- 9- کلمز، هریس. کلارک، امینه. بین، رینولد، ترجمه ی علی پور، پروین، روش های تقویت عزت نفس در نوجوانان، مشهد، آستان قدس رضوی، چاپ نهم، 1388
- 10- فلاح، محمد حسین؛ طحانی، علی، می خواهم عاشق بسازمت، یزد، شهد علم، چاپ هفتم، 1393
- 11- فلاح، محمد حسین؛ طحانی، علی؛ صادقیان، احمد، شناخت دنیای متفاوت نوجوان، یزد، شهد علم، چاپ سوم، 1395
- 12- مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، بیروت، موسسه الوفاء، 1404ه ق.
- 13- محدثی، جواد، اخلاق معاشرت، قم، موسسه ی بوستان کتاب، چاپ نهم، 1385
- 14- مطهری، مرتضی، فلسفه اخلاق، تهران، صدرا، چاپ سی و دوم، 1388
- 15- مطهری، مرتضی، تعلیم و تربیت در اسلام، تهران، صدرا، چاپ شصت و دوم، 1388
- 16- وحیدی، محمد، عزت و ذلت، مشهد، موسسه فرهنگی - تحقیقاتی دارالذکر، چاپ اول، 1384
- 17- سایت WWW.noormags.ir