

موضوع: نقش والدین در شکل‌گیری عزت‌نفس کودکان

چکیده

عزت‌نفس از ارکان اصلی رشد شخصیت و سلامت روان در دوران کودکی است. احساس ارزشمندی، پذیرش خود و اعتماد به توانایی‌ها، پایه‌گذار رفتارهای سالم، روابط اجتماعی مؤثر و مقاومت در برابر فشارهای روانی می‌باشد. والدین به‌عنوان اولین مدل‌های رفتاری کودک، نقشی تعیین‌کننده در شکل‌گیری و تقویت یا تضعیف عزت‌نفس او دارند. عزت‌نفس پایدار در کودک، مستلزم ایجاد یک محیط خانوادگی امن، محبت‌آمیز و مبتنی بر احترام متقابل است. والدین نه تنها باید نیازهای جسمی، بلکه نیازهای اساسی روانی کودک به احساس پذیرش و توانمندی را به درستی پاسخ دهند؛ موضوعی که در هر دو حوزه اسلام و روان‌شناسی تربیتی، یک اصل غیرقابل جایگزین تلقی می‌شود. هدف این مقاله بررسی نقش والدین در شکل‌گیری عزت‌نفس کودکان است و همچنین تبیین و تحلیل نقش اساسی و محوری والدین در فرایند شکل‌گیری، رشد و حفظ عزت‌نفس کودکان انجام شده است. پژوهش حاضر از نوع توصیفی-تحلیلی بوده و با رویکردی ترکیبی و کتابخانه‌ای انجام شده است. نتایج نشان می‌دهد که عزت‌نفس به‌عنوان یک سازه روان‌شناختی، محصول تعاملات اولیه کودک با محیط خانواده است. باعث نقش عاطفه و محبت والدین، شیوه‌های تربیتی والدین و اثر آن بر عزت‌نفس، الگوسازی و رفتارسازی والدین، زبان و نحوه ارتباط والدین با کودک و می‌شود.

کلیدواژه‌ها: نقش والدین ، عزت‌نفس، کودکان.

مقدمه

از دیدگاه روان‌شناسی رشد، عزت‌نفس مفهومی مرکزی در شکل‌گیری هویت و سازگاری فرد است. طبق نظریه کارل راجرز، هر انسان نیاز دارد ارزشمند و پذیرفته بودن خود را تجربه کند. خانواده نخستین محیطی است که این تجربه در آن شکل می‌گیرد. بنابراین رفتار، باور و الگوی ارتباطی والدین، سنگ بنای باور کودک نسبت به خودش است. عزت‌نفس، به‌عنوان هسته مرکزی ساختار شخصیتی و قضاوت فرد درباره شایستگی‌ها و ارزشمندی‌های وجودی خود، نقش تعیین‌کننده‌ای در سلامت روانی، عملکرد تحصیلی، روابط بین‌فردی و موفقیت‌های آتی فرد در بزرگسالی دارد. از منظر روان‌شناسی رشد، این سازه از سال‌های اولیه زندگی شکل گرفته و محیط پیرامون کودک، به‌ویژه نظام خانواده، مهم‌ترین بستر این فرآیند حیاتی است. کودک، ابتدا خود را از دریچه نگاه والدین می‌بیند؛ از این رو، کیفیت تعاملات، شیوه‌های ابراز محبت، نحوه برخورد با شکست‌ها و سبک فرزندپروری اعمال شده توسط پدر و مادر، به طور مستقیم بر «خودپنداره» و در نتیجه، بر عزت‌نفس او تأثیر می‌گذارد. از سوی دیگر، نظام‌های تربیتی و دینی، به‌ویژه تعالیم غنی اسلامی، بر اهمیت بنیادین تربیت صحیح و احترام به کرامت انسانی از دوران طفولیت تأکید ویژه‌ای دارند. روایات متعدد بر لزوم مهربانی، عدالت، تشویق و اجتناب از تحقیر کودکان تأکید می‌ورزند که همگی مؤلفه‌هایی کلیدی در تقویت عزت‌نفس از منظر روان‌شناختی هستند. با وجود اهمیت این موضوع، اغلب پژوهش‌ها یا صرفاً بر جنبه‌های روان‌شناختی و یا صرفاً بر بُعد دینی تمرکز کرده‌اند، و کمتر به یکپارچه‌سازی این دو حوزه برای ارائه یک الگوی تربیتی جامع و کاربردی پرداخته شده است.

ادبیات روان‌شناختی، به‌ویژه نظریات مربیانی چون اریک اریکسون و کارل راجرز، بر اهمیت «پذیرش بی قید و شرط» و «بازخورد مثبت» در شکل‌گیری هویت سالم تأکید دارند. سبک‌های فرزندپروری، به‌ویژه سبک مقتدرانه، به عنوان مؤثرترین رویکرد برای پرورش کودکانی با عزت‌نفس بالا شناخته شده‌اند. هم‌زمان، منابع دینی، ابعاد عمیق‌تری از این رابطه را ارائه می‌دهند؛ از لزوم نام نیکو نهادن بر فرزند تا تأکید بر بازی و تفریح به عنوان بخشی از حقوق مسلم کودک. این تلاقی مفاهیم نشان می‌دهد که تقویت عزت‌نفس یک امر صرفاً روان‌شناختی نبوده، بلکه یک اصل تربیتی و ایمانی است. مقاله حاضر با اتکا به این ضرورت، در پی پاسخگویی به این پرسش اصلی است که والدین از طریق چه مؤلفه‌هایی (عاطفی، رفتاری، زبانی و الگویی) می‌توانند به‌طور نظام‌مند به تقویت عزت‌نفس فرزندان خود کمک کنند؟ در همین راستا، مقاله‌ای در بخش اصلی ساختار یافته است.

مفهوم والدین

مفهوم لغوی: "والدین" در لغت به معنای پدر و مادر است^۱ این واژه در زبان عربی به صورت تثنیه (والدین) به کار می‌رود که به معنای دو والد است در قرآن کریم نیز این واژه به همین معنا به کار رفته است.^۲

مفهوم اصطلاحی: در اصطلاح، "والدین" به پدر و مادری گفته می‌شود که سرپرستی فرزند یا فرزندان را بر عهده دارند. این سرپرستی می‌تواند به صورت طبیعی (بیولوژیکی) باشد یا به صورت سرپرستی فرزند خوانده. به طور کلی، والدین به افرادی اطلاق می‌شود که نقش حمایتی، تربیتی و عاطفی نسبت به فرزندان خود دارند. واژه "والدین" در لغت به معنای پدر و مادر است و در اصطلاح به سرپرستان یک یا چند فرزند گفته می‌شود که می‌توانند والدین بیولوژیکی (طبیعی) یا والدین خوانده باشند لغت نامه. این واژه همچنین در قرآن کریم به کار رفته و مفسران آن را به پدر و مادر تعبیر کرده‌اند.^۳

مفهوم عزت نفس

واژه‌ی «عزت» در لغت از ریشه‌ی عَزَّ - يَعِزُّ گرفته شده و در لغت به معنای قدرت، بزرگی، استواری، غلبه و احترام آمده است.^۴ «عزت» را در برابر «ذلت» دانسته‌اند. در قرآن کریم، این واژه با سه بُعد معنایی ظاهر می‌شود: عزت ذاتی الهی: «فَإِنَّ الْعِزَّةَ لِلَّهِ جَمِيعًا» (فاطر/۱۰) - تمامی قدرت و سربلندی از آن خداست. عزت اعطایی به مؤمنان: «وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ» (منافقون/۸). عزت در برابر ذلت اخلاقی و گناه: یعنی پاسداشت کرامتی که خداوند به انسان عطا کرده است. «نفس» نیز در لغت به معنای ذات، جان، روح، و حقیقت انسانی است. از ترکیب این دو واژه، مفهوم «عزت نفس» در معنای لغوی چنین حاصل می‌شود: «توان و کرامت درونی انسان که او را از پستی، خواری، و وابستگی ناحق بازمی‌دارد.» **آدرس؟**

واژه‌ی «عزت» در اصطلاح در علوم تربیتی و روان‌شناسی، «عزت نفس» به عنوان یکی از نیازهای اساسی انسان و شاخص سلامت روان تعریف می‌شود. کارل راجرز آن را بخشی از «خودپنداره» می‌داند و می‌گوید: عزت نفس

^۱ علی اکبر، دهخدا، لغت نامه دهخدا، انتشارات زرین، تهران، ۱۳۸۵

^۲ حسن، عمید، فرهنگ عمید، انتشارات امیرکبیر، تهران، ج ۱، ۱۳۶۴، ذیل واژه والدین

^۳ حسین بن محمد، راغب اصفهانی، مفردات اصفهانی، مترجم غلامرضا خسروی حسینی، انتشارات مرتضوی، مشهد مقدس،

چاپ ۴، ۱۳۶۳، ص ۴۲۳

^۴ محمد بن مکرم، ابن منظور، لسان العرب، مترجم جعفر بهاء الدین، انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی،

چاپ ۱، ۱۳۸۵، ص ۴۳۲؛ خلیل بن احمد فراهیدی در العین

نتیجه‌ی انطباق میان خود واقعی و خود ایده‌آل است؛ هرچه این دو به هم نزدیک‌تر باشند، احساس ارزشمندی بیشتری پدید می‌آید. آبراهام مزلو نیز در سلسله‌مراتب نیازهای انسانی، عزت‌نفس را در سطحی بالاتر از نیازهای اجتماعی و پس از نیاز به تعلق قرار می‌دهد. از دیدگاه او، این نیاز در دو سطح تعریف می‌شود: احترام از سوی دیگران (منزلت اجتماعی، تأیید، شهرت)، احترام از سوی خود (حس توانایی و ارزشمندی شخصی)، فقدان عزت‌نفس می‌تواند به احساس ناتوانی، انزوا و شکست‌پذیری روانی بینجامد، در حالی که وجود آن موجب اعتمادبه‌نفس پایدار، مسئولیت‌پذیری و سلامت هیجانی می‌شود. در آموزه‌های اسلامی، عزت‌نفس نه حاصل مقایسه با دیگران، بلکه نتیجه‌ی درک کرامت الهی انسان است. قرآن کریم انسان را خلیفه‌ی خدا بر زمین معرفی می‌کند: «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ...» (اسراء/ ۷۰) اهل بیت علیهم‌السلام نیز عزت‌نفس را مرز شخصیت مؤمن دانسته‌اند؛ امام علی علیه‌السلام می‌فرماید: «مَنْ كَرَّمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ، هَانَتْ عَلَيْهِ شَهَوَاتُهُ؛ هرکس نفس خویش را عزیز بداند، خواسته‌های پست در نظرش خوار می‌شود...»^۱ بدین ترتیب، در نگاه اسلامی، عزت‌نفس ترکیبی از احترام به خود، پرهیز از گناه، حفظ کرامت انسانی و اتکال به خداوند است.^۲

نقش والدین در شکل‌گیری عزت‌نفس کودکان

نقش والدین در شکل‌گیری عزت‌نفس کودکان یکی از اساسی‌ترین عوامل در رشد شخصیت و سلامت روان آنان است. عزت‌نفس یعنی احساس ارزشمندی و باارزش دانستن خود، و ریشه‌های آن در سال‌های اولیه زندگی، به‌ویژه در تعامل‌های کودک با والدین شکل می‌گیرد. در ادامه توضیح می‌دهم که چگونه والدین می‌توانند این احساس ارزشمندی را در فرزندشان پرورش دهند:

۱. نقش عاطفه و محبت والدین

احساس امنیت عاطفی پایه‌ی اصلی رشد عزت‌نفس محسوب می‌شود. کودک زمانی احساس ارزشمندی می‌کند که اطمینان داشته باشد بدون قید و شرط مورد محبت و پذیرش والدین است؛ یعنی وجود او ارزشمند است، نه فقط عملکردش. محبت کلامی (مانند ابراز عشق و قدردانی) و محبت غیرکلامی (نوازش، لبخند، تماس چشمی) هر دو در این فرآیند حیاتی‌اند. پیامبر اکرم (ص) فرمودند: «مَنْ قَبَّلَ وَلَدَهُ كَتَبَ اللَّهُ لَهُ حَسَنَةً، وَ مَنْ

^۱ عبدالواحد بن محمد، آمدی، غررالحکم و دررالکلم، مترجم مهدی رجایی، انتشارات دارالکتاب الاسلامی، قم، ۱۳۶۸، حدیث

^۲ ناتانیل، براندن، تبیین علمی مفهوم عزت‌نفس، نقش والدین در شکل‌گیری آن، ترجمه دکتر مهدی قراچه‌داغی، انتشارات اندیشه احسان، تهران، ۱۳۸۸، ص ۱۶۹

فَرَحَهُ فَرَحَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ؛ هر کس فرزندش را ببوسد، خدا یک حسنه برایش می‌نویسد، و هر کس او را شاد کند، خدا روز قیامت او را شاد می‌گرداند.^۱ اسلام کودک را مستحق محبت آشکار می‌داند؛ محبت والدین، بنیان نخستین عزت نفس و آرامش روانی است. کودک در سال‌های نخست زندگی، خودش را از نگاه والدین می‌بیند. اگر والدین او را با محبت بی‌قیدوشرط بپذیرند — یعنی بدون وابستگی به رفتار، نمره یا ظاهر — کودک یاد می‌گیرد که صرفاً به خاطر وجودش ارزشمند است. برعکس، کودکانی که محبت را فقط هنگام موفقیت یا “خوب بودن” دریافت می‌کنند، یاد می‌گیرند که ارزش آن‌ها وابسته به عملکردشان است؛ که این سبب عزت نفس شکننده می‌شود. زمانی که کودک خطا یا شکست دارد، واکنش والدین تعیین کننده است. اگر والدین با درک و آرامش رفتار کنند و او را تشویق کنند که از اشتباه بیاموزد، کودک احساس امنیت و توانمندی می‌کند. اما اگر والدین سرزنش یا مقایسه کنند، کودک احساس بی‌ارزشی پیدا می‌کند و از ریسک کردن یا تجربه‌ی جدید می‌ترسد.^۲

بر اساس نظریه‌ی دلبستگی، رابطه‌ی عاطفی گرم و قابل پیش‌بینی با والدین، زیربنای عزت نفس بالاست. کودکی که می‌داند در صورت ناراحتی یا ترس می‌تواند به والدینش رجوع کند، احساس کفایت و امنیت درونی پیدا می‌کند؛ این احساس، پایه‌ی “من می‌تونم” در بزرگسالی است. کودک با مشاهده رفتار والدین می‌آموزد چگونه خودش را ببیند و با خود رفتار کند. اگر والدین به خود احترام بگذارند، از خود بدگویی نکنند و خطاهایشان را بپذیرند، به‌طور غیرمستقیم به کودک مهربانی با خویش را می‌آموزند؛ یعنی همان عزت نفس سالم. تشویق صادقانه و تمرکز بر تلاش کودک (نه فقط نتیجه) باعث می‌شود او منبع ارزشمندی را در تلاش و رشد خود ببیند، نه در تأیید دیگران. امام علی (ع) خطاب به امام حسن (ع) در نوجوانی: «يَا بُنَيَّ... أَحْيِ قَلْبَكَ بِالْمَوْعِظَةِ، وَ أَمِتْهُ بِالزَّهَادَةِ، وَ قَوِّهِ بِالْيَقِينِ؛ فرزندم... دلت را با پند زنده کن، با زهد از غرور بمیران و با یقین آن را نیرومند گردان.» پرورش فکری و معنوی فرزند با احترام و گفت‌وگو، عزت نفس و اعتماد به نفس او را قوی می‌کند.^۳ این نوع حمایت عاطفی یکی از قوی‌ترین تقویت‌کننده‌های عزت نفس است. عاطفه و محبت والدین سوخت اصلی عزت نفس کودک است. محبتی که امن، پایدار، و بی‌قیدوشرط باشد، باعث رشد حس ارزشمندی در کودک می‌شود. در مقابل، محیط سرد، انتقادگر یا مشروط به عملکرد، عزت نفس را تضعیف می‌کند.^۴

^۱ حسین بن محمد تقی، نوری، مستدرک الوسائل، انتشارات آل البيت (ع)، قم، ج ۱۵، ۱۳۶۹، ص ۱۶۹

^۲ محمدتقی، فعالی، نقش والدین در تربیت فرزند از دیدگاه قرآن و سنت، انتشارات معارف، قم، ۱۴۰۱، ص ۱۵۶

^۳ محمدبن حسین، شریف رضی، نهج‌البلاغه، مترجم صالح صبحی، انتشارات مؤسسه دارالهجره، قم، ۱۳۶۶، نامه ۳۱

^۴ محمود، شکوهی، تربیت کودک از تولد تا نوجوانی، انتشارات سمت، تهران، ۱۴۰۲، ص ۱۵۵

همیشه با احترام و حمایت انتقاد کنند، کودک یاد می‌گیرد درونی بگوید: «می‌تونم بهتر بشم، فقط باید دوباره امتحان کنم.» اگر والدین تحقیرآمیز یا شرطی تحسین کنند، ذهن کودک درونی می‌گوید: «من فقط وقتی ارزش دارم که بی‌نقص باشم.» به این ترتیب، نحوهٔ ارائهٔ بازخورد توسط والدین، صدای درونی آیندهٔ کودک را می‌سازد. «حَقُّ الْوَلَدِ عَلَى الْوَالِدِ أَنْ يُحَسِّنَ اسْمَهُ، وَيُحَسِّنَ آدَبَهُ، وَيُعَلِّمَهُ الْقُرْآنَ؛ حَقُّ فَرْزَنْدٍ بِرِ پَدَرِ اَیْنِ اَسْتِ کِه نام نیک بر او بگذارد، خوب تربیتش کند و قرآن به او بیاموزد.» این حدیث به ارزش‌گذاری هویت و شخصیت کودک اشاره دارد؛ نام نیک و تربیت صحیح، ستون عزت‌نفس است.^۱ کودکانی که از والدین بازخورد سازنده و تشویق سالم دریافت می‌کنند: خود را ارزشمند می‌دانند حتی هنگام شکست؛ مسئولیت رشد خود را می‌پذیرند؛ کمتر در برابر انتقاد فرو می‌ریزند. در مقابل، کودکانی که تشویق‌هاشان مشروط، وابسته به موفقیت یا مقایسه‌ای است: عزت‌نفسشان شکننده‌تر است؛ از اشتباه می‌ترسند؛ برای رضایت دیگران زندگی می‌کنند.^۲

۶. ایجاد فرصت برای استقلال و تصمیم‌گیری

وقتی به کودک اجازه داده می‌شود انتخاب کند، عواقب انتخابش را تجربه نماید و از اشتباهاتش بیاموزد، حس کنترل و کفایت درونی پیدا می‌کند. این حس پایه‌گذار عزت‌نفس سالم است، زیرا کودک درمی‌یابد که می‌تواند بر زندگی خود تأثیر بگذارد. پیامبر اکرم (ص) فرمودند: «مَنْ كَانَ عِنْدَهُ صَبِيٌّ فَلْيَتَصَابَ لَهُ؛ هر کس نزدش کودکی است، باید با او کودکانه رفتار کند.» بازی و تعامل کودکانه نشان‌دهنده پذیرش کودک و احترام به دنیای درونی اوست، که عزت‌نفس را تقویت می‌کند.^۳ کودک زمانی احساس ارزشمندی می‌کند که تجربه کند می‌تواند بر دنیای کوچک خود تأثیر بگذارد. هر بار که به او فرصت تصمیم‌گیری یا انجام کارها داده می‌شود، پیامی در ذهنش شکل می‌گیرد: «من توانمندم، من می‌توانم.» در مقابل، والدینی که بیش از اندازه دخالت یا کنترل می‌کنند، ناآگاهانه پیام می‌دهند: «تو نمی‌توانی، من باید برای تصمیم بگیرم.» و این به تدریج عزت‌نفس را تضعیف می‌کند. دادن انتخاب‌های متناسب با سن کودک که استقلال باید در سطح رشد کودک تنظیم شود؛ یعنی او در حوزه‌هایی تصمیم بگیرد که توانایی آن را دارد. مثلاً: برای یک کودک پیش‌دبستانی: انتخاب لباس، بازی، یا میان‌وعده. برای کودک دبستانی: انتخاب ترتیب انجام تکالیف یا نظم اتاقش. برای نوجوان:

^۱ محمد، ابن ماجه، سنن ابن ماجه، مترجم بشار معروف، انتشارات مکتب البشیری احمد جام، قم، ۱۳۹۹، حدیث ۳۶۷۱

^۲ زهرا، پورطباطبایی، تربیت معنوی کودک در سیره پیامبر (ص)، انتشارات بوستان کتاب، قم، ۱۳۸۹، ص ۲۸۹

^۳ علی بن حسام الدین، متقی، کنز العمال، مترجم محمود عمر دمیاطی، انتشارات دارالکتب العلمیه، بیروت، لبنان، ج ۱۶،

۱۴۱۹، حدیث ۴۵۴۰۹

تصمیم درباره فعالیت‌های فوق‌برنامه یا نحوه خرج کردن پول توجیبی. با هر تصمیم، کودک تجربه‌ی «اثرگذاری» را حس می‌کند و در نتیجه، احساس شایستگی در او تقویت می‌شود.^۱

پذیرش اشتباهات به‌عنوان بخشی از یادگیری که والدین باید اجازه دهند کودک از تصمیم‌هایش نتیجه بگیرد حتی اگر اشتباه کند. زیرا تجربه خطا، بنیاد عزت‌نفس پایدار است: کودک می‌آموزد که شکست، ارزش او را کاهش نمی‌دهد بلکه فرصتی برای رشد است. مثلاً: «دیدنی وقتی عجله کردی آبمیوه ریخت؟ اشکالی نداره، یاد گرفتیم باید با حوصله‌تر باشیم.» این لحن «پذیرنده و آموزشی» به کودک می‌آموزد که اشتباهاتش قابل جبران‌اند نه نشانه ضعف. اعتماد و واگذاری مسئولیت در وقتی والدین به کودک اعتماد می‌کنند و بخشی از وظایف را به او می‌سپارند (مثل نگهداری از وسایلش، آب دادن به گل‌ها، کمک در آشپزی یا خرید)، کودک حس می‌کند مورد اعتماد و ارزشمند است. احساس «اعتماد دیگران» یکی از قوی‌ترین پایه‌های عزت‌نفس است. حمایت به‌جای کنترل در مورد والدین باید در نقش هدایتگر و همراه باشند نه تصمیم‌گیرنده مطلق. یعنی: والد حمایت می‌کند، (راهنمایی، تشویق، و یادآوری خطرها) اما انتخاب نهایی را به خود کودک می‌سپارد. امام صادق (ع) فرمودند: «لَا تُكْثِرِ الْمَلَامَةَ لِوَلَدِكَ، فَإِنَّهُ يُجْسِرُهُ عَلَى الْمَعْصِيَةِ؛» فرزندت را زیاد سرزنش مکن، زیرا او را بر نافرمانی جسور می‌کند. سرزنش مداوم، عزت‌نفس را تخریب و حس بی‌ارزشی را ایجاد می‌کند؛ رویکرد اصلاح باید همراه احترام باشد.^۲ این تعادل باعث می‌شود کودک دچار ترس از اشتباه نشود، اما همچنان خود را مؤثر بداند. احترام به نظر و احساس کودک که وقتی نظر کودک ساده‌ترین نگاه او جدی گرفته می‌شود، پیام روشنی دریافت می‌کند: «نظر من اهمیت دارد، پس من باارزشم.» والدینی که فرزندشان را در تصمیم‌های خانوادگی کوچک (مثل انتخاب فیلم آخر هفته یا چیدمان میز) شریک می‌کنند، عملاً عزت‌نفس او را در زندگی روزمره پرورش می‌دهند. کودک با هر تجربه تصمیم‌گیری، هر بار که احساس می‌کند نظر و توان او دیده می‌شود، پله‌به‌پله به سمت اعتماد به نفس و عزت نفس سالم رشد می‌کند. وظیفه والدین این است که مسیر را امن کنند، نه اینکه راه را جای او بروند. استقلال یعنی اجازه‌ی تجربه کردن، احساس توانستن و یاد گرفتن از نتیجه‌ها. والدینی که این فضا را با عشق و اعتماد ایجاد می‌کنند، فرزند می‌پروراند که خودش را باور دارد.^۳

^۱ حسن، اسلامی، حقوق کودک در اسلام، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، ۱۳۸۹، ص ۱۱۴

^۲ محمد یعقوب، کلینی، اصول الکافی، ترجمه علی اکبر غفاری، انتشارات دارالکتب الاسلامیه، تهران، ج ۶، ۱۳۶۳، ص ۵۰

^۳ زهرا، مرادی، و همکاران، تأثیر رفتار والدین بر عزت‌نفس و اضطراب اجتماعی کودکان، مجله روان‌شناسی دانشگاه تبریز، ۱۴۰۰، ص ۱۳۷

نتیجه گیری

عزت نفس کودک حاصل پیوند عاطفی سالم، احترام متقابل، تشویق سازنده و الگوی مثبت والدین است. والدینی که با مهربانی، مرزگذاری منطقی و پذیرش بی قید و شرط فرزندان را پرورش می دهند، زمینه ساز رشد نسلی با اعتماد به نفس، مسئولیت پذیر و مقاوم در برابر فشارهای اجتماعی خواهند بود. به عبارت دیگر، عزت نفس کودکان آینهٔ عزت نفس والدین است. بررسی همه جانبه منابع علمی و تعلیم تربیتی اسلامی نشان می دهد که عزت نفس کودکان یک پدیده تصادفی نیست، بلکه محصول مستقیم، هدفمند و مداوم تعاملات والدینی است. والدین در حقیقت، معماران اصلی ارزشمندی درونی فرزندان خود هستند و هر رفتار، کلام یا رویکردی که اتخاذ می کنند، سنگی در بنای روانی آینده کودک خواهد بود. محبت، شالوده کرامت است: همان طور که در روایات تأکید شده، ابراز محبت آشکار و نوازش، زیربنای احساس امنیت و پذیرش کودک است. عزت نفس بر پایه این احساس عمیق بنا می شود که “من دوست داشته شده و پذیرفته شده هستم.” الگوی تربیتی مقتدرانه کلید تعادل است: روان شناسی رشد قویاً حمایت می کند که والدین باید در عین ارائه حد و مرزهای روشن و انتظارات سازنده (اقتدار)، از دایره حمایت عاطفی خارج نشوند. این توازن از کودک فردی مسئولیت پذیر و در عین حال، دارای حس شایستگی درونی می سازد. زبان، ابزار اصلی بازسازی یا تخریب است: پرهیز از تحقیر، سرزنش های کلی و مقایسه های نامناسب (که در منابع دینی قویاً نهی شده است) و جایگزینی آن ها با زبان تشویق، توجه به تلاش (نه فقط نتیجه) و تصدیق احساسات کودک، مهم ترین مداخله مثبت والدین محسوب می شود. استقلال و مسئولیت پذیری، تمرین عزت نفس است: عزت نفس نیازمند اثبات عملی است. واگذاری مسئولیت های متناسب با سن و احترام به انتخاب های کودک، به ویژه در محیط های کم فشار، به او این پیام را می رساند که “من به توانایی های تو اعتماد دارم.” در نهایت، تقویت عزت نفس کودک یک فرآیند روزانه و پیوسته است که نیازمند آگاهی، صبر و هماهنگی میان والدین است. والدین موفق کسانی نیستند که فرزندان بی نقص تربیت می کنند، بلکه والدینی هستند که فرزندان را تربیت می کنند که در مواجهه با نقص ها و شکست ها، از درون فرو نمی پاشند، زیرا ریشه های عمیق خودباوری در خانه کاشته شده است. این دواگانگی (تأکید دینی بر کرامت و تأکید علمی بر شیوه های رفتاری) یکدیگر را تقویت کرده و مدل جامعی برای والدین معاصر فراهم می آورد.

منابع

قرآن کریم

نهج البلاغه

- ۱- ابن ماجه، محمد، سنن ابن ماجه، مترجم بشار معروف، انتشارات مکتب البشري احمد جام، قم، ۱۳۹۹
- ۲- ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، مترجم جعفر بهاء الدین، انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، چاپ ۱، ۱۳۸۵
- ۳- ابوالقاسمی، سیف‌الله، نقش خانواده در رشد روانی کودک، انتشارات قومس، تهران، ۱۳۹۶
- ۴- احمدی، مریم، نقش محبت والدین در رشد خود پنداره و عزت نفس کودک از منظر اسلام و روان‌شناسی، مجله «پژوهش‌های اسلامی در علوم تربیتی»، قم، ۱۴۰۱
- ۵- اسلامی، حسن، حقوق کودک در اسلام، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، ۱۳۸۹
- ۶- امینی، ابراهیم، اصول تربیت در نهج البلاغه، انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، قم، ۱۳۹۲
- ۷- آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم، مترجم مهدی رجایی، انتشارات دارالکتاب الاسلامی، قم، ۱۳۶۸
- ۸- براندن، ناتانیل، تبیین علمی مفهوم عزت نفس، نقش والدین در شکل‌گیری آن، ترجمه دکتر مهدی قراچه‌داغی، انتشارات اندیشه احسان، تهران، ۱۳۸۸
- ۹- پورطباطبایی، زهرا، تربیت معنوی کودک در سیره پیامبر (ص)، انتشارات بوستان کتاب، قم، ۱۳۸۹
- ۱۰- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات اصفهانی، مترجم غلامرضا خسروی حسینی، انتشارات مرتضوی، مشهد مقدس، چاپ ۴، ۱۳۶۳
- ۱۱- شریف رضی، محمد بن حسین، نهج البلاغه، مترجم صالح صبحی، انتشارات مؤسسه دارالهجره، قم، ۱۳۶۶
- ۱۲- شکوهی، محمود، تربیت کودک از تولد تا نوجوانی، انتشارات سمت، تهران، ۱۴۰۲
- ۱۳- عمید، حسن، فرهنگ عمید، انتشارات امیرکبیر، تهران، ج ۱، ۱۳۶۴

- ۱۴- غلامی، فاطمه، بررسی رابطه سبک‌های فرزندپروری با عزت‌نفس کودکان دبستانی، نرگس خزاعی، فصلنامه «پژوهش‌های تربیتی»، دانشگاه خوارزمی، قم، ۱۳۹۹
- ۱۵- فعالی، محمدتقی، نقش والدین در تربیت فرزند از دیدگاه قرآن و سنت، انتشارات معارف، قم، ۱۴۰۱
- ۱۶- کریمی، یوسف، روان‌شناسی شخصیت، انتشارات ارسباران، تهران، ۱۳۹۶
- ۱۷- کلینی، محمد یعقوب، اصول الکافی، ترجمه علی اکبر غفاری، انتشارات دارالکتب الاسلامیه، تهران، ج ۶، ۱۳۶۳
- ۱۸- متقی، علی بن حسام الدین، کنز العمال، مترجم محمود عمر دمیاطی، انتشارات دارالکتب العلمیه، بیروت، لبنان، ج ۱۶، ۱۴۱۹
- ۱۹- مجلسی، محمدباقر بن محمد تقی، بحار الأنوار، مترجم علی اکبر غفاری، انتشارات دار احیاء التراث العربی، بیروت لبنان، ۱۳۶۲، ج ۱۰۴
- ۲۰- مرادی، زهرا، و همکاران، تأثیر رفتار والدین بر عزت‌نفس و اضطراب اجتماعی کودکان، مجله روان‌شناسی دانشگاه تبریز، ۱۴۰۰
- ۲۱- نوری، حسین بن محمد تقی، مستدرک الوسائل، انتشارات آل البيت (ع)، قم، ج ۱۵، ۱۳۶۹