شیوه های پرورش عزت نفس در کودکان

پدید آورنده : محمدصادق شجاعی، کارشناس ارشد روانشناسی ، صفحه 29

اشاره

بدون شک، خانواده در شکل گیری و تربیت عزت نفس نقش اساسی دارد. کودک، بسیاری از خلق و خوها و آداب و رسوم را از والدین فرا می گیرد و آنان را در زندگی سرمشق خود قرار می دهد. در صورتی که والدین عزت نفس بالایی داشته باشند و نیز در رفتار تعاملی با فرزندان، به آن ها احترام بگذارند، به طور معمول فرزندان از طریق مشاهده و تقلید، آن را فراگرفته، به خود و دیگران نگرش مثبت می یابند. امّا اگر والدین، عزت نفس خود و دیگران را رعایت نکنند، فرزندان آن ها نیز احساس خوش بینی و ارزشمندی نخواهند کرد؛ بنابراین نقش خانواده در تربیت و شکوفایی ارزش های اخلاقی از نظر دین، امری پذیرفته و غیر قابل انکار است. براساس همین اصل، در مکتب اسلام، به سفارش هایی برمی خوریم که از یک طرف به بیان ارزشمندی و کرامت انسان می پردازد و از طرف دیگر، به والدین و مربیّان لزوم احترام گذاشتن به کودکان و نوجوانان را یادآور می شود.

1. احترام به کودکان

پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه وآله) همواره به کودکان احترام می گذاشت و دیگران را نیز به این امر سفارش می کرد. از سخنان آن حضرت است که فرمود:

فرزندان خود را گرامی بدارید و با آداب نیکو با آن ها معاشرت کنید.1

یکی از فلسفه های اصلی احترام به کودکان که در اسلام به آن سفارش شده، پرورش «عزت نفس» آن ها است.

2. انتخاب نام نیکو و شایسته برای فرزند

یکی از کارکردهای انتخاب نام شایسته برای کودک، آن است که شخصیت کودک گرامی داشته شود و کودک، خود را محترم و ارزشمند بداند، محتوا و مفهوم نام کودک، باعث ایجاد نوعی نگرش در او از شخصیت خود می شود و می کوشد که همان گونه باشد.

در اسلام، انتخاب نام نیکو از وظایف والدین و یکی از حقوق فرزند بر پدر ومادر شناخته شده است. پیامبر گرامی اسلام در این باره می فرماید:

«من حق الولد علی الوالد ان یُحسِنّ اسمه و یُحسنّ ادبه»2

یکی از حقوق فرزند بر پدر این است که برای او نام نیکو برگزیند و او را نیکو تربیت کند.

اهمیّت نامگذاری فرزند به حدّی است که سفارش شده، حتّی پیش از تولّد فرزند، برای وی نام مناسب برگزیده شود. حضرت علی (علیه السلام) می فرماید:

فرزندان خود را پیش از ولادتشان نامگذاری کنید و اگر نمی دانید فرزندتان پسر است یا دختر، نامی برایش برگزینید که مناسب دختر و پسر باشد؛ زیرا [اگر به دنیا آمد، به همان نام یاد می کنید، و اگر مرده متولد شد] روز قیامت شما را ملاقات می کند و به پدرش می گوید: چرا برای من نام ننهادی؟ مگر پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله) نوه خود را قبل از تولّد، محسن نام ننهاده بود؟3

در برخی روایات آمده است که رسول خدا (صلی الله علیه وآله) نام های ناپسند کودکان را تغییر می داد.

3. ابراز محبّت به کودکان

یکی از راه هایی که باعث می شود افراد، احساس ارزشمندی کنند، ابراز محبّت به آنان است. محبّت عامل بسیار نیرومندی در شکل گیری شخصیت در تمام دوره های رشد است؛ امّا این نیاز در دوره کودکی، اهمیّت و حساسیت بیش تری دارد، به گونه ای که شکل گیری و رشد شخصیت روانی کودک به ارضای این نیاز منوط است. از این رو، در آموزه های دینی، توجّه ویژه ای به آن شده و از محبّت به کودکان، به بهترین اعمال،4 وسیله رحمت الهی،5 و عبادت6 یاد شده و پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه وآله) مکرّر به محبّت فرزند سفارش کرده است:

«احبّوا الصبیان و ارحموهم و اذا وعدّتموهم ففوا لهم، فَانَّهم لاَ یَرَوُنَ اِلاّ اَنّکم ترزقونهم»7

کودکان را دوست بدارید و با آنان مهربانی کنید، و هرگاه به آنان وعده دادید، به وعده خود عمل کنید؛ زیرا آنان شما را روزی دهنده خود می دانند.

«رحم اللّه عبداً اعان وَلَدهُ علی برّه بالاحسن الیه و التألُّف له و تعلیمه و تأدیبه»8

خداوند بیامرزد بنده ای که فرزندش را بر نیکی و سعادتش یاری کند؛ به این که به وی احسان کند و با او رفتار دوستانه داشته باشد و به تعلیم و تربیتش بپردازد. محبّت به کودکان، سیره رسول خدا و امامان (علیهم السلام) بوده است.9

محبّت به کودک گستره وسیعی دارد. یکی از مصادیق آن، دست کشیدن به کودک و بوسیدن اوست.

در روایات آمده است:

«قَبِّلوا اولادکم فان لکم بکل قُبلةٍ درجةٌ فی الجنّة و ما بین کل درجتین خمس مأة عامٍ»10

فرزندان خود را ببوسید؛ زیرا برای هر بوسه درجه ای در بهشت خواهید داشت که فاصله هر درجه تا درجه دیگر، پانصد سال راه است. «مَنْ قبَّلَ ولده کتب اللّه له حسنة»11

هر کس فرزند خود را ببوسد، خداوند برای او نیکویی می نویسد.

4. رعایت عدالت و مساوات بین فرزندان

در زمینه رعایت عدالت بین فرزندان، از رسول خدا چنین روایت شده است:

«اعدلوا بین اولادکم کما تحبُّون ان یعدلوا بینکم فی البرِّ و اللطف»12

میان فرزندانتان به عدالت رفتار کنید؛ همان گونه که دوست دارید دیگران در نیکی و لطف با شما عدالت داشته باشند.

ـ عدالت در بوسیدن فرزند

بوسیدن کودک نشانه مهر و محبّت و رمز احترام به اوست. از نظر اسلام، در این باره نیز تبعیض روا نیست. در روایت آمده است:

رسول خدا به فردی که دو فرزند داشت و یکی از آن دو را بوسید و دیگری را نبوسید، فرمود: چرا بین آن دو مساوات [و عدالت] را رعایت نکردی؟13

ـ عدالت در هدیه دادن به کودکان

هدیه، اگر چه اغلب کالای مادّی است، از مهر و محبّت هدیه دهنده و احترام گذاشتن او به فرد حکایت دارد. نعمان بن بشیر از پیامبر (صلی الله علیه وآله) روایت می کند:

«اعدلوا بین اولادکم فی النحل کما تُحِبُّون ان یعدلوا بینکم فی البَّرِ و اللطف»14

بین فرزندان خود در دادن هدیه به عدالت رفتار کنید ؛ همان گونه که دوست دارید آنان نیز در نیکی و لطف و محبّت به شما عدالت داشته باشند.

5. سلام کردن به کودکان

یکی دیگر از عوامل و زمینه هایی که باعث احساس ارزشمندی در کودک می شود و اسلام بر آن تأکید کرده، سلام کردن به کودکان است. پیامبر گرامی اسلام در این باره فرمود:

«خمسٌ لا أدعهُنَّ حتّی المَمَاتِ [... الی ان قال] و التسلیم عَلَی الصّبیَانِ لِتَکُونَ سُنَّةً مِنْ بعدی»15

پنج چیز را تا هنگام مرگ ترک نخواهم کرد [... تا اینکه فرمود] و (پنجمین عمل) سلام کردن به کودکان (است) برای اینکه سنّتی باشد (و) پس از من (باقی بماند).

رسول خدا (صلی الله علیه وآله) خود به این سیره پایبند بود و همیشه آن را رعایت می کرد. انس ابن مالک می گوید: ما کودک بودیم که پیامبر (صلی الله علیه وآله) بر ما گذشت و فرمود: «سلام بر شما کودکان».16

6. عدم افراط در سرزنش و تنبیه کودک

تنبیه و سرزنش بیش از حدّ کودک، باعث تحقیر و درهم شکستن شخصیت او می شود و این نگرش و برداشت در او ایجاد می شود که موجودی بی ارزش و غیر مفید است. چه بسا کودک، براساس این تصوّر از خود، به ابراز رفتارهای ناهنجار پرداخته، می کوشد آنگونه که والدین او را ارزیابی کرده اند، همان گونه باشد؛ بدین سبب، امیرمؤمنان (علیه السلام) می فرماید:

«اَلافْرَاطُ فِی الملاَمَةِ یُشِبُّ نَارَ اللّجَاجَةِ»17

زیاده روی در ملامت، آتش لجاجت را شعله ور می کند.

آنچه درباره نقش خانواده در ایجاد و تربیت عزت نفس در کودکان بیان شد، شامل معلّمان و مربّیان نیز می شود که پس از خانواده، نقش مهمّی در شکل دهی و تکوین شخصیت کودک دارند.

7. عدم تبعیض بین فرزندان دختر و پسر

پیامبر (صلی الله علیه وآله) فرمود:

«من کانت له اُنثی فَلَمْ یُؤْذِهَا وَ لَمْ یُهِنُهَا وَ لَمْ یُؤثر وَلَدَهُ عَلَیهَا أَدْخَلَهُ اللّه ُ الجَنَّةَ»18

هر که دختری داشته باشد و به او آزار نرساند و بی احترامی نکند و پسرش را بر او مقدّم ندارد، خداوند او را وارد بهشت می کند.

8. عیبجویی نکردن از کودکان

هشام ابن عروه از پدر خود نقل می کند که روزی، مردی در حضور پیامبر (صلی الله علیه وآله) به سبب عملی که فرزندش انجام داده بود، از او عیبجویی کرد. رسول خدا (صلی الله علیه وآله) ناراحت شد و به وی فرمود:

«انّما ابنکَ سهمٌ من کنانتِک»19

فرزندت تیری از تیرهای تیردان توست. یعنی فرزندت ذخیره آینده توست و تو با توهین به شخصیت او، هم به خود ضربه می زنی و هم کسی را تضعیف می کنی و بی مقدار می سازی که در آینده به تو یاری خواهد رساند و پشتیبان تو خواهد بود.

9. خطاب نیکو به فرزندان

از دیگر دستورهای اسلامی برای احترام و تکریم کودکان، آن است که از دوران کودکی آنان را با اوصاف و لقب های نیکو و شایسته صدا بزنند. صدا کردن کودک با این قبیل اسم ها و لقب ها افزون بر تشدید روابط عاطفی، شخصیت آنان را به خوب بودن و احساس ارزشمندی تشویق می کند. رسول خدا (صلی الله علیه وآله) فرمود:

«بَادِرُوا اَوْلادکُم بِالکُنیِ قَبْلَ اَنْ تَغْلِبَ عَلیهِمُ الألْقَابُ» 20

پیش از آن که لقب ها [ی زشت] به فرزندانتان غلبه یابد، لقب ها و کنیه ها [ی خوب] بر آنان بگذارید و با القاب نیکو خطاب کنید.

شیوه های پرورش و تقویت عزت نفس فرزندان در دوره نوجوانی و جوانی

اولیاء و مربّیان در مراحل بعدی رشد نیز نقش و مسؤولیت مهم در ایجاد و تربیت عزت نفس نوجوانان و جوانان بر عهده دارند. والدین با استفاده از روش های ذیل می توانند به فرزندان جوان و نوجوانشان احترام بگذارند و عزت نفس را در آنان ایجاد و تقویت کنند:

1. مشورت با فرزندان

یکی از اصولی که والدین درباره نوجوانان باید رعایت کنند، مشورت با آن هاست. مشورت باعث می شود که نوجوان احساس شادی و ارزشمندی کند و خود را در نظام خانواده سهیم، مفید و کارا بداند. درباره اهمیّت مشورت همین بس که سوره ای از قرآن به همین نام آمده (شوری) و افزون بر آن، خداوند، پیامبر (صلی الله علیه وآله) را به مشورت با مؤمنان امر می کند (آل عمران، 159). پیامبر اسلام (صلی الله علیه وآله) درباره مشورت با نوجوانان می فرماید:

«الولد سیدٌ سبع سنین، و عبدٌ سبع سنین و وزیرٌ سبع سنین»21

فرزند در هفت سال اوّل زندگی، آقا [و سرور پدر و مادر] است، در هفت سال دوم، بنده فرمانبردار، و در هفت سال سوم، وزیر خانواده [و مشاور پدر و مادر] است.

امام صادق (علیه السلام) نیز فرمود:

«دَعْ اِبْنَکَ یَلْعَبْ سَبْعَ سنینَ وَ یُؤدِّبُ سَبْعَ سِنیِنَ، وَ الْزِمْهُ نَفْسَکَ سَبْعَ سِنینَ»22

فرزند خودت را هفت سال آزاد بگذار بازی کند، و هفت سال او را [با آداب و روش های مفید و لازم] تربیت کن، و در هفت سال دوم، مانند یک رفیق صمیمی مصاحب و ملازمش باش [و به شخصیت او احترام بگذار].

2. واگذاری مسؤولیت به فرزندان

یکی از راه های ایجاد عزت نفس و تقویت آن، در نوجوانان و جوانان، سپردن مسؤولیت به آن هاست. پیامبر (صلی الله علیه وآله) در مواردی از قبیل انتخاب اسامة بن زید به فرماندهی سپاه، به انسان ها آموخت که در صورت توانایی و لیاقت، باید نوجوانان و جوانان را در انجام امور سهیم و از این طریق، اصل «خود مسؤولی» را در آن ها تقویت کرد.

3. تعمیق باورهای اعتقادی و آموزش احکام و معارف اسلامی

آگاهی های درست و متناسب با نیازهای نوجوانان در زمینه خودشناسی، خداشناسی، اخلاق و معارف اسلامی، نقش مهمّی را در سرنوشت آینده آنان ایفا می کند؛ زیرا اساس شخصیت انسان را اندیشه او می سازد و اگر این اندیشه بر آگاهی های مستند و مستدل دینی مبتنی باشد، فرد، زندگی آگاهانه و هدفمند را در پیش گرفته، به اصول اخلاقی و ارزش های دینی وفادار خواهد بود. از این رو، آموزش اخلاق و معارف اسلامی به نوجوانان در روشنگری ذهن آنان و ایجاد زیرساخت های عزت نفس بسیار اهمیّت دارد.

یاد معاد، محرّک نیرومندی است که نوجوانان را نه تنها به سوی ارزش های انسانی هدایت می کند، بلکه استعداد آنان را برای به عهده گرفتن مسؤولیت رفتار خود و توجّه به اصل «خود مسؤولی» شکوفا می سازد؛ زیرا آنان به این باور می رسند که باید در جهان آخرت از عهده پاسخگویی به اعمال خوب و بد خود برآیند و نیز می آموزند که باید خود، منبع کامیابی و سعادت دنیایی و آخرتی خویشتن باشند. در پرتو اعتقاد به معاد، روح صداقت و درستکاری در انسان پرورش می یابد و زندگی، هدفدار و با معنا می شود.

روایات فراوانی از معصومان (علیهم السلام) وارد شده که فرزندان خود را به آگاهانه زیستن می خواندند و مسیر و هدف زندگی را برای آنان تبیین می کردند. امیرمؤمنان (علیه السلام) در نامه ای خطاب به فرزندش امام حسن مجتبی (علیه السلام) می نویسد:

فرزندم! پیش رویت راهی مشقّت بار و طولانی و به شدّت هراس آور است که تو را از آن گریزی نخواهد بود؛ پس چاره ای نیست جز آن که خوب پیش بینی کنی و توشه خود را اندازه گیری و سبک بار باشی. هرگز کوله بار سنگین تر از توانت بر دوش مگیر تا بر تو سنگینی نکند... .

بدان که نزول تو سرانجام یا در بهشت یا در جهنّم است؛ بنابراین، برای خویش پیش از رسیدنت به آن جهان وسایلی مهیا ساز و منزل را پیش از رفتنت آماده کن؛ زیرا پس از مرگ، عذر پذیرفته نمی شود و راه بازگشتی به دنیا نیست.

یکی از پیام های تربیتی این روایات به والدین، این است که فرزندان خود را با مسائل و موضوعات دینی و اعتقادی آشنا کنند و هدف زندگی را برای آنان بازگویند تا فرزندان از همان دوران کودکی و نوجوانی زندگی آگاهانه را در پیش گیرند.

پی نوشت ها:

1ـ بحارالانوار، ج 104، ص 95.

2ـ کنزالعمال، ج 16، ص 477.

3ـ بحارالانوار، ج 101، ص 138.

4ـ حضرت موسی از خداوند درباره بهترین اعمال پرسید: «یا رب ایُّ الاعمال افضل عندک؟ فقال: حُبُّ الاطفال...»؛ خدای من! برترین اعمال نزد تو کدام است؟ خداوند در پاسخ فرمود: دوستی با کودکان بهترین اعمال است... . (مستدرک الوسائل، ج 2، ص 615).

5ـ امام صادق (علیه السلام) می فرماید: «ان اللّه لیرحم العبد لشدةِ حبّه لولده»؛ خداوند در اثر مهرورزی به فرزندان، بنده خود را مورد رحمت قرار می دهد. (التوحید، ج 3، ص 310)

6ـ قال المعصوم (علیهم السلام): «نظر الوالد الی ولده حبّاً له عبادةٌ»؛ نگاه کردن پدر و مادر به فرزند از روی مهر و محبّت، عبادت است. (تفسیر مجمع البیان، ج 15، ص 170).

7ـ بحارالانوار، ج 104، ص 92.

8ـ مستدرک الوسائل، ج 2، ص 626.

9ـ بحارالانوار، ج 43، ص 246، 261، 284.

10ـ مستدرک الوسایل، ص 220.

11ـ وسائل الشیعة، ج 15، ص 194.

12ـ وسائل الشیعة، ج 23، ص 113.

13ـ وسائل الشیعه، ج 15، ص 204.

14ـ کنزالعمال، ج 16، ص 644.

15ـ وسائل الشیعه، ج 8، ص 441.

16ـ سیره نبوی، ج 2، ص 61.

17ـ میزان الحکمة، ج 8، ص 546.

18ـ مستدرک الوسائل، ج 15، ص 118.

19ـ کنزالعمال، ج 16، ص 584.

20ـ کنزالعمال، ص 419.

21ـ الکافی الاصول و الروضه، ج 6، ص 47.

22ـ بحارالانوار، ج 104، ص 95.