



● مقدمه

قال علی بن الحسین (ع): «ما أحب أن
لی بدن نفسی حمر التّم»
(بهترین ثروتها و سرمایه‌ها در مقابل عزت
نفس ارزشی ندارد.)

انسان موجودی است که در موقعیتهای
گوناگون تحت تأثیر حالات و احساسات و
افکار خاصی قرار می‌گیرد. این شرایط آثار

متفاوتی بر انسان می‌گذارد. بعضی از این
موقعیتهای به ویژگیهای درونی و بیرونی فرد
مربوط می‌شود و بعضی به شرایط محیطی.
خداوند به انسان استعداد های زیادی
عطا فرموده است تا آنجا که می‌تواند به
وسيله آنها به درجات و کمالات والایی نایل
شود. اما گاهی انسان به واسطه شرایط
درونی یا موقعیتهای محیطی نمی‌تواند

آن گونه که باید از استعدادهای وجودی خویش بهره‌مند شود، در نتیجه در زندگی با مشکلات مختلفی مواجه می‌گردد. احساس حقارت یکی از این موانع است که در افراد زیادی با شدت و ضعف مختلف وجود دارد. «اگر این احساس شکل حاد به خود بگیرد ممکن است بتواند اثر مازنده‌ای داشته باشد. چون انسان به وسیله نیاز خود به غلبه بر احساس حقارتش به جلو رانده می‌شود و به وسیله تمایلش به برتر بودن به جلو کشیده می‌شود»^۱. اگر احساس حقارت از شکل معمول عادی خارج شود، به شکل بیماری درمی‌آید و خوشبختی و سعادت انسان را مخدوش می‌کند.

«خانواده به عنوان نخستین محیط اجتناب‌ناپذیر و حتمی است که کودک با آن در تماس است؛ محیطی که هلال لاجرم دزان چشم گشوده و رشد عمریش را آغاز می‌کند»^۲. اگر این محیط دارای شرایط مساعدی نباشد موجب رفتارهای غلط در کودکان می‌شود از جمله این رفتارها، عملکردهایی است که از احساس حقارت ناشی شده است. مدرسه نیز به عنوان پایگاه مهم تربیت اگر یک محیط سالم و واقعی تربیتی نباشد، برای کودکان مشکلات زیادی ایجاد می‌کند که در این میان نقش معلم بسیار حساس و مهم است. چرا که معلم با رفتار غلط خود می‌تواند احساس حقارت و دیگر ناهنجاریهای رفتاری را در دانش‌آموزان ایجاد کند.

بخش اول

۳۳ احساس حقارت

احساس حقارت از نوعی احساس بی‌کمالی یا ناتمامی در هر بعد زندگی ناشی می‌شود^۳.

فردی که دچار احساس حقارت است، خود را برای هرگونه کوشش و پیشرفتی نالایق می‌بیند. گاهی احساس نالایقی و خودکم‌بینی خود را زیر نقاب نخوت و

فخر فروشی پنهان می‌سازد. ولی گاهی هم با صراحت چنین احساسی را بیان می‌کند.

یکی دیگر از رفتارهای این افراد تواضع و شکسته‌نفسی غیر معمول است که ناشی از این است که شخص همیشه نسبت به ارزش و اعتبار خود دچار تردید است. اگر موفقیتی حاصل کند، آن را به حساب شانس می‌گذارد اما اگر در کاری توفیق نیابد، خود را مقصر و سبب و خفیر می‌داند. گاهی احساس حقارت و خفت به صورت نرس و تشویش، بی‌اساس درمی‌آید. مثلاً دانشمندی که در زمینه تحصیل و کار خود اطلاعات و سبمی دارد، از تصور این‌که بخواهد در جمعی صحبت کند دچار تشویش می‌گردد زیرا خود را برای صحبت کردن و ابراز وجود در جمع شایسته نمی‌بیند و چنین کاری را نوهی گزافه تصور می‌کند.

احساس حقارت و عدم ابراز وجود مانع رشد اعتماد به نفس یا به عبارت دیگر موجب سست‌تر شدن آن می‌شود. احساس حقارت و خفت معمولاً در تمام شئون زندگی شخصی عینی تأثیر می‌کند و در رفتار و اثر می‌گذارد؛ هرکاری و ناقص انجام می‌دهد. در آنگ صدا و کلماتش احساس حقارت و خودکم‌بینی مشهود است. برای وقت و قول و کلام و احساس و اعتقادات خود ارزش قائل نیست. حتی اگر دیگران برای او ارزش قایل شوند، تعجب می‌کند. رفتارش توأم با عذرخواهی است. اگر کسی برایش خدمت جزئی انجام دهد در نظرش بزرگ جلوه می‌کند و زیاده‌متشکر می‌شود. احساس حقارت و خفت در خواب هم به صورتهای گوناگون ظاهر می‌شود؛ مثلاً شخصی خواب می‌بیند که به صورت کرم یا موجود کثیفی درآمده و در مردابی می‌لغزد. خواب می‌بیند که برای جمعی صحبت می‌کند ولی کسی به او گوش نمی‌دهد، یا او را مسخره می‌کنند^۴.

علل احساس حقارت

علل احساس حقارت را می‌توان اجمالاً

به سه دسته تقسیم کرد:

الف: کهنری واقعی

ب: صفات یا خصوصیات غیر عادی و عجیب

ج: تأثیر محیط

● کهنری واقعی

احساس حقارت و کهنری ممکن است از یک کهنری واقعی بدنی یا روانی سرچشمه بگیرد. هر کودک با نوجوان عاجز، ناقص، کوریشت و با تنگ، نزدیک بین و یا سنگین گوش، کندذهن در برابر نارسایی خود دوبار رنج می‌برد: یک بار به این علت که در محیط خود واقعاً در محیط کهنری است و بار دیگر به این علت که مورد تمسخر و استهزاء دوستان و همسالان و اطرافیان قرار می‌گیرد. این نوع کهنری از انواع دیگر دردآورتر و تمام عمر گیر یا نگیر فرد است.

● صفات غیر عادی و عجیب

بالاخره وجود پاره‌ای از صفات و نشانه‌ها و یا خصوصیات غیر عادی و عجیب و غریب در پاره‌ای از افراد بدون آنکه جنبه کهنری واقعی داشته باشند، آنان را در معرض تمسخر و ریشخند قرار می‌دهد. گاهی برای این نوع افراد اسم مضحک یا مسخره‌کنی می‌سازند که تمام مدت زندگی، آن اسم دامگیر آنهاست. اصطلاحاتی مثل «پخمه» که از دوران کودکی یا نوجوانی باقی مانده است. گاهی مختصری نظمی یا عدم تناسب اندام باعث این شوخیها می‌شود.

● تأثیر محیط

منظور از محیط، خانواده، مدرسه، گروه همسالان و طبقه اجتماعی فرد است که ذیلاً

به شرح کیفیت تأثیر هر یک از عوامل فوق
می پردازیم:

۱- خانواده

کودک اماتنی است بزرگ از جانب
خدای آفریننده که ابتدا به پدر و مادر سپرده
می شود. وجود نوزاد همچون آینه ای است
صاف و خالی از هر نقش و قابل هر نقش.
این وجود پاک را به هر خوی که پدر و مادر
عادت دهند به همان شکل نشو و نما
می کند. ^۵ همچنین خانواده در آشنایی
کودک به زندگی جمعی و فرهنگ جامعه
نقش مؤثری را اجرا می کند. خانواده در
تمایلات بچه ها به افکار و عقاید آنها و طرز
برخورد ایشان با دیگران نفوذ می نماید. نظر
اعضای خانواده نسبت به بهداشت، تعلیم و
تربیت، غذا و به زندگی جمعی در طرز
پرورش کودک مؤثر است.

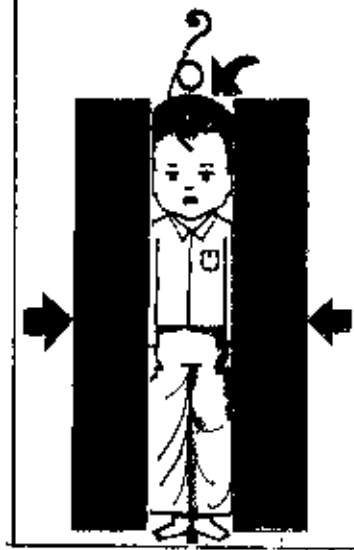
والدین گاهی آگاهانه چیزهایی به
کودک می آموزند ولی در موقعیهای متعدد،
کودک از طرز کار و رفتار والدین چیزهایی
یاد می گیرد که خود آنها متوجه نیستند. اکثر
تظاهرات عاطفی را کودک از والدین خود
فرامی گیرد.^۶

سهم مادر در امر تربیت کودک بسیار
مهم و اساسی تر است به طوری که افکار و
عقاید مادر و حتی خوراک او در دوران
بارداری در سعادت و شقاوت فرزندش تأثیر
دارد. چنین است که پیامبر اکرم (ص)
می فرمایند:

«السعيد سعيد في بطن امة والشفی
شقی فی بطن امة».

در سالهای رشد کودک نیز مادریش از
هر کس به فرزندش نزدیک است و وابستگی
و نیاز فرزند به او بیشتر از دیگران است. پس
نقش او در شکل گیری شخصیت کودک
بسیار حساس است.

خانواده ها را به لحاظ نوع رفتار آنها
نسبت به فرزندان می توان به چند
دسته تقسیم کرد:



سهم مادر در امر تربیت
کودک بسیار مهم و اساسی تر
است به طوری که افکار و عقاید
مادر و حتی خوراک او در
دوران بارداری در سعادت و
شقاوت فرزندش تأثیر دارد.



• انواع خانواده از لحاظ رفتار ۱- والدین با محبت و متساهل

ایس نوع والدین کسانی
هستند که در ذهن مردم به
عنوان نمونه شناخته می شوند. فرزند آنها
فعال، اجتماعی و مستقل است، نسبت به
دیگران محبت داشته و خصوصاً به خود
اطرافیان نشان نمی دهد. گاه احتمالاً کمی
پر خاشاک و جاه طلب می شود (به خصوص
در منزل) ولی در واقع این حالات در نتیجه
احساس ایمنی و عدم وجود پامسخهای
نامطلوب از سوی والدین برده نشانه
عصبانیت و ناکامی دائمی و درونی
نیست. گرچه ظاهراً کودکان والدین با
محبت و آزاد گذارنده شلوغ و بی فعالیت
هستند، جنبه های قوی شخصیت آنها مانند
اعتماد به نفس، دوستی، احساس استقلال و
تمایل برای تسلط به محیط نکات ضعف آنها
را از میان می برد.

۲- والدین با محبت ولی مقتید

اطفال این والدین حالت اتکالی بیشتر
دارند در روابط خود با همالان قدرت طلبی
ندارند. محدودیت اولیه یعنی تا سه سالگی
تأثیر زیادی در رفتار دوران کودکی و
نوجوانی دارد. این شیوه استقلال فردی را
کم می کند. وجه بسا به احساس حقارت
منجر گردد.

۳- والدین متخاصم و محدود کننده

این نوع والدین احساس خصمانه شدید
در اطفال خودشان به وجود می آورند ولی به
آنها اجازه ظاهر ساختن این احساس را
نمی دهند. این والدین حالت عصبی در
فرزندانشان به وجود می آورند. این اطفال در
بزرگسالی دارای تمایلات خود کشی بوده و
در روابط اجتماعی خجول، گوشه گیر هستند
و توانایی اعتماد به نفس را در رفتار با دیگران
ندارند.

۴ - والدین متخاصم و آزاد گذارنده

کودکان بزهکار اکثراً از این خانواده‌ها هستند. اطفال برخاسته رفتارشان با مادی و اصول اجتماعی مغایرت دارد، اینان غالباً از خانواده‌هایی هستند که والدینشان از عهدۀ نظارت رفتار آنها برنیاوده‌اند.

چنانکه دیدیم تنها خانواده‌هایی که با محبت باشند و به فرزندان خود آزادی لازم و کافی بدهند، می‌توانند فرزندان را اعتماد به نفس تربیت کنند و آن سه گروه دیگر تنها در پرورش این حس مهم موفق نیستند، بلکه فرزندان خود را در جهت عکس آن سوق داده، احساس کهنسری و حقارت را در آنها تقویت می‌کنند و مانع پیشرفت آنها می‌شوند.

• عوامل ایجاد احساس حقارت توسط والدین

والدین به اشکال مختلف در احساس حقارت کودکان نقش دارند که برخی از آنها اشاره می‌شود:

۱ - عدم تعادل در مهرورزی و افراط و تقریط

یکی از نیازهای اساسی روانی بچه‌ها احتیاج به محبت است. کودک میل دارد مورد محبت دیگران واقع شود و خود نیز نسبت به دیگران ابراز محبت کند. ابراز عشق و محبت باعث تأمین بهداشت روانی نوزاد انسانی است. محبت در رشد تکلم بچه‌ها و جنبه اجتماعی حیات ایشان تأثیر فراوان دارد.

محبت حس اعتماد به نفس را در کودکان تقویت می‌کند زیرا کودکان می‌فهمند که جای خود را در دل دیگران باز کرده‌اند و دوست داشتنی‌اند.

اما نباید این مسئله همواره مورد توجه باشد که در محبت کردن مرز وجود دارد و



* یکی از نیازهای اساسی روانی بچه‌ها احتیاج به محبت است. کودک میل دارد مورد محبت دیگران واقع شود و خود نیز نسبت به دیگران ابراز محبت کند.



نباید به افراط و تقریط گیرید.

کمبود محبت عامل بسیاری از ناسازگاریهاست.

هنگامی که والدین کودک خود را از لحاظ عاطفی رها کنند و یا او را به دست دایه سپارند، اگرچه طفل از دایه سیر می‌شود ولی تقریباً از غذای عاطفی محروم می‌ماند. در او یک حالت هیجانی ایجاد می‌گردد و در سنین بعدی کمبود محبت باعث احساس بی‌ارزشی و تنهایی می‌گردد. به همان نسبتی که کمبود محبت به کودک زیان می‌رساند، افراط در مهرورزی نیز ممکن است به مشکلات رفتاری از جمله احساس کهنسری منجر شود.

مادری که زیاد ناز کودک را می‌کشد، برای کوچکترین ناراحتی او دستپاچه می‌شود و در برابر یک خرابشدگی دست او واکنش شدید بروزی دهد، نادانسته او را غیرمستقل و متکی باز می‌آورد و این عدم استقلال در آینده او اثر می‌گذارد و احساس نلزل و بی‌ثباتی و در نتیجه خود کم‌بینی را در فرد رشد می‌دهد.

کودکی که در چنین موقعیتی رشد یافته باشد، در بدو ورود به اجتماع دچار ضعف و شکست می‌شود زیرا روحیه انگاشی اش توان مقابله با مشکلات را از او سلب می‌کند، لذا نه می‌تواند درست تصمیم بگیرد و نه به گونه‌ای مستقل عمل نماید. از طرف دیگر حس خود بزرگ بینی او که بواسطه محبت زیاده از حد و عنایت افراطی در خانواده نسبت به او ایجاد شده است، خدشه‌دار می‌گردد چرا که در اجتماع از جمله مدرسه دیگر کسی به او آن توجه را نخواهد داشت و این باعث ضربه مهم روحی در کودک می‌شود و او را از اوج فرود می‌آورد، آنگاه احساس کم‌ارزشی و ناتوانی می‌کند.

ادامه دارد