2-2 شادکامی:

 2-2-2 معنویات نقش مهمی در شادکامی دارند.

 2-2-3 مذهب و شادکامی:

2-2-4 عوامل موثر در شادکامی

2-2-5 شادکامی در پژوهش ها:

2-2-6 چهار رويكرد كلي مربوط به شادكامي:

2-2-7 مهمترین اصول شادکامی

2-2-8 جنسیت

2-2-9 وضعیت تأهل

2-2-10 نظریه های شادمانی :

1- تئوری عقاید

1—1-مقایسه

2-1-ساخت اجتماعی:

3-1-ارزشیابی تفکر:

2-2-11 رابطه هوش هیجانی با شادکامی

2-3 عزت نفس

2-4 عزت نفس و شادکامی:

2-5 عزت نفس درقرآن مجید :

2-6 عزت نفس کلی:

2-7 عزت نفس اجتماعی:

2-8 عزت نفس تحصیلی:

2-9 مولفه های اساسی عزت نفس:

 2-10ماهیت عزت نفس:

2-11عزت نفس در دوره نوجواني

2-12 نظریات مرتبط با عزت نفس:

نظریه ی جمیز :

نظریه ی مید :

نظریه ی کولی:

نظریه ی سالیوان:

نظریه ی روزنبرگ:

نظریه ی هورنای :

نظریه ی آدلر :

نظریه راجرز:

2-13 شیوه های فرزند پروری

2-13-1 تاثیرات والدین:

2-13-2شخصیت:

2-13-3 ویژگی های شخصیتی فرزندان

2-13-4 سبك هاي فرزند پروری و خلاقیت:

2-14 سلطه جویی والدین

2-15 تنوع فرهنگی در رابطه با فرزند پروری

2-16 پیشینه تاریخی تحقیق:

منابع فارسی:

منابع لاتین:

-2 شادکامی**:**

 شادكامي» از مهم‌ترين نيازهاي رواني بشر است كه تأثير عمده‌اي بر شكل‌گيري شخصيت و سلامت روان دارد و همة انسان‌ها شادكامي را خود و براي افراد مورد علاقه‌شان مي‌خواهند. از عهد باستان تا كنون به احساسات مثبت انسان از جمله شادكامي توجه شده است. افلاطون در كتاب جمهوري به سه عنصر در وجود انسان اشاره مي‌كند كه عبارتند از: قوة عقل يا استدلال، احساسات و اميال. وي شادكامي را حالتي از انسان مي‌داند كه بين اين سه عنصر، تعادل و هماهنگي وجود داشته باشد. ارسطو معتقد است دست‌كم سه نوع شادماني وجود دارد؛ در پايين‌ترين سطح، شادي را همان لذّت مي‌داند؛ در سطح بالاتر شادي همان موفقيت و كاميابي است و نوع سوم شادي از نظر ارسطو، شادي ناشي از معنويت است. وي معتقد است شادكامي حقيقي از ارضاي اميال حاصل نمي‌شود، بلكه از انجام چيزي كه از لحاظ اخلاقي ارزش انجام دادن دارد، يعني از تجلّي فضيلت حاصل مي‌شود. به اعتقاد جرمي بنتام شادكامي غير قابل تشخيص از لذّت‌هاي جسماني بوده، عبارت است از فعاليت‌هايي كه افزايش آنها موجب لذّت و كاهش درد و ناراحتي‌ها مي‌شود. فارابي معتقد است سعادت دنيوي و اخروي انسان با تحقق چهار نوع فضيلت به دست مي‌آيد كه عبارتند از: فضيلت‌هاي نظري، فضيلت‌هاي فكري، فضيلت‌هاي اخلاقي و صناعات عملي. وي راه رسيدن به سعادت را داشتن ملكات اخلاقي دانسته، و خلق نيكو را اعتدال يا حد وسط افراط و تفريط مي‏داند (امانیان، 1388).

 برخي از پژوهش‌گران، شادكامي را حالت رواني مثبتي مي‌دانند كه با سطح بالاي رضامندي كلي از زندگي، عاطفه مثبت و سطح پايين عاطفه منفي مشخص مي‌شود. سليگمن، رشيد و پارك، مفهوم شادكامي را در سه مؤلفه جاي داده است: الف) هيجان‌هاي مثبت (زندگي بانشاط)؛ ب) تعهد (زندگي درگيرانه يا زندگي خوب؛ ج) معناداري (زندگي با معنا). سليگمن معتقد است بر اساس پژوهش‌هاي چند سال اخير، ثابت شده است شادكامي عامل پديدآورندة منافعي به مراتب بيشتر از صِرف احساس خوبي داشتن است؛ افراد شادكام، سالم‌تر و بسيار موفق‌ترند و درگيري و تعهد اجتماعي بيشتري دارند (آذربایجانی و علی محمدی، 1388).

2-2-1 حساس شادکامی و خوشبختی در زندگی**:**

 هیچ چیز مثل زندگی مثبت‌نگرانه نمی‌تواند احساس شادکامی و خوشبختی را در انسان بوجود بیاورد. انسان هایی که احساس خوشبختی می‌کنند افرادی هستند که کمتر با افکار و مسائل منفی سروکار دارند و اجازه نمی‌دهند بیش از مقدار لازم و طبیعی با مسائل منفی درگیر شوند. با نیمه پر لیوان زندگی می‌کنند و اتفاقات را از جانب مثبت ارزیابی می‌کنند. افکار روزانه آنها حول و حوش مسائل خوب دور می‌زند و با دیدگاهی مثبت کارها و امور زندگی خود را دنبال می‌کنند. آنها کمتر از نمی‌شود، نمی‌توان و ... استفاده می‌کنند. مثبت‌بینی نیروی انسان و اراده او را در جهت رسیدن به اهداف و خواسته‌هایش تامین می‌کند (امانیان، 1388).

|  |
| --- |
|  |

#  2-2-2 معنویات نقش مهمی در شادکامی دارند.

 امور معنوی و پیوندهای قلبی انسان با آنها بسیار موثر هستند. این پیوند ها علاوه بر کمک به انسان در جهت داشتن نگرشی مثبت به زندگی به او کمک می‌کنند در شرایط سخت و منفی و آزار دهنده نیز تسلط بیشتری روی مسائل داشته باشند. انسان بدون معنویات و ارتباطش با این منابع بی‌تکیه‌گاه است ( آهی، 1387).

2-2-3 مذهب و شادکامی**:**

 مذهب آثار مثبتی بر سلامت ذهنی خصوصا بر سلامت وجودی دارد اما بر شادکامی کلی بهداشت جسم و روان نیز تاثیر دارد فعالیت های مذهبی هیجانات مثبت و قوی ایجاد می کند مناسب و مناسک مذهبی نیز احساسات جامعه پسند تولید می کند و با حضور دیگران احساس وحدت ایجاد می شود(انارکی و همکاران ، 1382).

از آنجا که فرد با ایمان دارای ارتباطات و اعتقادات معنوی است کمتر احساس رها شدگی پوچی وتنهایی می کند .مایرز (2000)معتقد است ایمان مذهبی تاثیر زیادی بر میزان شادمانی دارد. ایمان مورد نظر مایرز ایمانی است که حمایت اجتماعی هدفمندی احساس پذیرفته شدن و امیدواری را برای فرد به ارمغان می آورد(میر شاه جعفری ، 1382).

سه راه عمده که از طریق آن مذهب می تواند موجب ارتقای سلامت و شادکامی شود عبارتند از :

- رابطه با خدا:"پولنر (1989)دریافت که گزارش نزدیکی با خداوند همبستگی معادل 40/0با شادمانی و رضایت از زندگی دارد. پولما و پندلتون (1991)دریافتند که تجربه اوج و تجربه بهترین پیش بینی کننده های سلامتی و خصوصا سلامت وجودی هستند تاثیر مذهبی بودن بر سلامت ذهنی برای سیاه پوستان امریکایی بیشتر از سفید پوستان گزارش شده است (انارکی وهمکاران ، 1382).

- تاثیر در مکان های مذهبی (مساجد کلیساو....) و یتر وهمکاران (1985)در فرا تحلیلی مربوط به 56 زمینه یابی در آمریکا دریافتند که حضوردر کلیسا قویترین رابطه را با شادی و سلامتی داشته است. این تاثیر برای سالخوردگان در بالاترین حد بوده است (انارکی و همکاران ، 1382).

- باورها:سومین راهی که از طریق آن مذهب ممکن است سلامتی را متاثر سازد از طریق باورها است الیسون (1991)دریافت که داشتن باورهای استوار که گاهی قطعیت وجودی نامیده می شود با رضایت از زندگی مستقل از حضور در مکان های مذهبی و دعاهای خصوصی همبستکی دارد (الیسون ، 1991).

قطعیت باورها نافذ است وموجب سلامت وجودی می شود اعتقاد به زندگی پس از مرگ نیز مفید است بخصوص در مورد کسانی که سالخورده و بیمارند و در معرض خطر جنگ قرار دارند.

از نظر گریلی (1975)فعالیت های مذهبی دارای کارکردهایی هستند که نهایتا موجب افزایش شادمانی فردی می گردد (میر شاه جعفری ،1382)

هلیز وآرچل (1998)در بیان این کارکردها به مواردی از جمله احساس اتصال با معبودی بسیار قدرتمند و مقدس ، عشق ،برابری واحساس در جمع بودن اشاره می کنند. همچنین در مذاهب به این ایماژها و عناصر یاد شده موجب فزایش شادمانی آنها می گردد . در زمینه تأثیر ایمان و فعالیتهای مذهبی بر میزان شادمانی افراد تحقیقات متعددی شده است (انارکی و همکاران،1382).

های (1982) در تحقیق خود گزارش کرده است که 61 درصد کسانیکه در مراسم مذهبی شرکت می کنند احساس آرامش و شادمانی می کنند (انارکی و همکاران ،1382).

در پژوهش دیگری که توسط هالمان ودمور (1987)انجام شد، این نتیجه به دست آمده که فعالیت های مذهبی از جمله حضور در کلیسا بر شادمانی افراد می افزاید. آنها در توجیه علت این امر به حمایت اجتماعی که حاصل شرکت در فعالیت های دسته جمعی است اشاره می کند (امانیان، 1388).

 کالدور (1994) معتقد است که افراد مذهبینزدیکترین دوستان خدود را از میان افراد مذهبی انتخاب می کنند و علاوه بر داشتن احساس نزدیکی به خداوند ، نسبت به مردم دید مثبتی دارند که همه عوامل بر شادمانی آنها می افزاید (انارکی و همکاران ،1382).

## 2-2-4 عوامل موثر در شادکامی

 یافته ها نشان می دهد که مردم شادمان خودشان آن را فراهم کرده اند و شادکامی امری تصادفی و یا ژنتیک و یا غیر انتخابی نیست. شاید به نظر برسد مردم شاد بهترین چیزها را در زندگی دارند ولی حقیقت این است که انها از آنچه دارند بیشترین بهره و لذت را می برند. مطالعه روی افراد شاد و دانستن اصول و روش زندگی آنها، به دیگران کمک می کند که با پیروی از آن اصول به زندگی شادمانه تری دست یابند.(اکبر زاده،1383).

2-2-5 شادکامی در پژوهش ها**:**

 يكي از پرسش‌هاي اساسي دربارة شادكامي اين است كه آيا شادكامي حالتي است كه به رويدادها و موقعيت‌هاي زندگي مربوط مي‌شود يا به شخصيت فرد ارتباط دارد و يا اينكه نتيجة تعامل ميان اين دو است؟ بيشتر بررسي‌ها نشان مي‌دهند كه شادكامي يك ويژگي شخصيتي است. بررسي‌هاي شخصيتي در مورد شادكامي نشان مي‌دهد كه افراد شاد و ناشاد، نيمرخ‌هاي شخصيتي متمايز دارند. در فرهنگ‌هاي غربي، افراد شاد برون‌گرا و خوش‌بين هستند و از عزت نفس بالا و كنترل دروني برخوردارند. در مقابل، افراد ناشاد به سطوح بالايي از روان‌رنجوري گرايش دارند. همبستگي برون‌گرايي با شادكامي يا عاطفي بودن مثبت حدود 70/0 است اما همبستگي روان‌رنجورگرايي با عاطفي بودن منفي بيش از 9/0 است. ‌در پژوهشي كه توسط مرادي، جعفري و عابدي در مورد «شادماني و شخصيت» انجام شد، به ارتباط معنادار شادكامي با ابعاد شناختي، اجتماعي، هيجاني و جسماني شخصيت اشاره شده است. در اين پ‍‍ژوهش، كنترل دروني، خوش‌بيني و تفكر مثبت، هدف‌مندي، خلاقيت، ثبات هيجاني، عزت نفس، خودكارآمدي، برون‌گرايي، نوع‌دوستي، توافق اجتماعي، وظيفه‌شناسي، روابط مثبت با ديگران و سلامت سيستم ايمني بدن به مثابه مؤلفه‌هاي شخصيتي مؤثر در شادكامي ياد شده است. اين پژوهش‌گران بر اين باورند كه بين شادكامي و مؤلفه‌هاي ياد شده، رابطة علّي و دوسويه برقرار است. برخي از پژوهش‌گران نيز شادكامي را متغيري شخصيتي مي‌دانند كه پايه‌اي زيست‌شناختي دارد. هيجان مثبت، رضايت از زندگي، نبود هيجان‌هاي منفي، روابط مثبت با ديگران، هدف‌مند بودن زندگي، رشد شخصيتي، دوست داشتن ديگران و طبيعت نيز شروط لازم براي رسيدن به شادكامي هستند. لوبوميرسكي و همكاران الگوي يكپارچه‌اي از شادكامي ارائه و عوامل شادكامي را از سه جنبه بررسي كرده‌اند: عوامل ژنتيكي (نقطه تنظيم)، شرايط محيطي و صفات شخصيتي (فعاليت‌ ارادي). بر اساس اين پژوهش، عوامل ژنتيكي 50% ، صفات شخصيتي 40% و عوامل محيطي 10% واريانس شادكامي را پيش‌بيني مي‌كنند. لوبوميرسكي و همكاران معتقدند عوامل ژنتيكي، در طول زمان ثابت و پايدار، و در برابر نفوذ و كنترل مقاومند و تغيير در صفات شخصيتي به مراتب بيشتر از عوامل محيطي ظرفيت شادكامي را افزايش مي‌دهد. به نظر مي‌رسد، گسترده‌ترين پژوهش‌ در زمينة شادكامي روان‌شناختي را آرگيل (2001) انجام داده است. وي حاصل پژوهش‌هايش را در كتابي با عنوان روان‌شناسي شادي گزارش كرده است ( آذربایجانی و علی محمدی، 1388).

 به طور کلی، افراد با حالت خوشی و ناخوشی به زندگی خود رنگ می دهند. فردي که از شادکامی بیشتري برخوردار است، آرامش و احساس امنیت بیشتر، تصمیم گیري راحت تر، میزان کار مطلوب و، مشارکت بیشتر، زندگی سالم و پر انرژي و در نهایت زندگی رضایتمندانه اي دارد (پریسمن و کوهن[[1]](#footnote-1)، 2005).

2-2-6 چهار رويكرد كلي مربوط به شادكامي**:**

 برخي مطالعات به بررسي مفهوم شادكامي پرداخته‌اند و اينكه آيا شادكامي يك صفت و ويژگي ذاتي و وراثتي است يا نه؛

در برخي از اين ‌پژوهش‌ها كه شايد بيشترين سهم از مطالعات شادكامي را به خود اختصاص داده باشد، بررسي همبستگي و رابطة عوامل مختلف شخصيتي، فرهنگي، اجتماعي و جمعيت‌شناختي با شادكامي مورد اهتمام بوده است؛ در تعدادي از اين بررسي‌ها سنجش ميزان شادكامي افراد و تهية ابزارهايي براي اين منظور مورد توجه بوده است؛ در بعضي پژوهش‌ها كه در سال‌هاي اخير بيشتر شده، بررسي عوامل مؤثر بر شادكامي و شيوه‌هاي افزايش شادكامي كانون توجه بوده است (قادری بافی، 1381).

## 2-2-7 مهمترین اصول شادکامی

 1- موفقیت در  روابط زوجی و خانوادگی خود هستند. و  زندگی خانوادگی و زوجی برای آنها اولویت اول است. مطاله موسسه گالوپ نشان می دهد هیچ چیز به اندازه زندگی خانوادگی در شادکامی نقش ندارد. این بررسی نشان می دهد اگر چه عواملی مانند موفقیت، خوش شانسی، شهرت، ثروت، آسایش و خیلی چیزهای دیگر برای بشر لذت بخش است ولی مهمترین عامل شادکامی زندگی خانوادگی است. البته در این مورد دو نکته مطرح است الف اصل رابطه ب) کیفیت رابطه: بررسی ها نشان می دهد افراد متاهل شادتر از مجردها، مطلقه ها و یا بیوه ها هستند. در بین خانواده ها، شادکامترین زوج هایی، کسانی هستند که فرزندان آنها بعد از رشد و کمال خانه را ترک گفته اند و ناشادترین افراد جامعه مادران ازدواج نکرده و والدین تک سرپرست هستند. البته تاهل یا رابطه زوجی به تنهایی منبع شادمانی نیست بلکه وجود رابطه رضایتمند جرء لازم شادکامی است. اگر چه زوج بودن حتی اگر در همه جهات خوب نباشد بهتر از نداشتن رابطه است. در هرحال به نظر می رسد آن چه زندگی زوجی را شادمانه می کند وجود گرمی، صمیمیت حمایت، یاری و همراهی است. در رابطه خانوادگی داشتن فرزند اگر چه در شادکامی نقش دارد ولی مساوی با شادمانی نیست و بسیار از زوجهای بدون فرزند هم زندگی شادمانه ای دارند. رابطه جنسی سالم نیز یکی از کلیدهای شادکامی است ولی تعداد دفعات آن ربطی به شادکامی ندارد.

2-بعد از ازدواج مهمترین عامل شادکامی “کار” است. کار به خودی خود می تواند حس مفید بودن و مولد بودن در انسان ایجاد کند. البته کار در شان و علاقه فرد، بیشترین تاثیر راد دارد. کار به انسان این امکان را می دهد که خود را جزئی ازجامعه ببیند و از نظر برخی روانشناسان کار خود علاج بخش برخی از بیماری ها و ناراحتی های روانی است. کار وسیله ای است برای بروز استعدادها و دستیابی به خود شکوفایی و نیز در آمد ناشی از کار، برآورده کننده نیازها اساسی انسان و دستیابی با ابزارها دیگر شادمانی است. اگر چه نوع کار در میزان شادکامی نقش دارد ولی در هر صورت هر نوع کاری بهتر از بی کاری و احساس بیهودگی است.

3- درگیری فعال با زندگی: افراد شاد اغلب اوقات مشغول کار، مردم، خانواده، و فعالیت های گوناگون هستند. آنها انسان هایی جستجو گر بوده و زندگی را با قدرت به پیش می برند، به مشکلات حمله می کنند و در آنها غوطه می خورند و زندگی را از درون مشکلات می سازند. مردم شاد بیشتر از زندگی دریافت می کنند چرا که بیشتر به آن می پردازند.

4- مثبت اندیشی: خوش بینی یا مثبت اندیشی یکی از مهمترین عوامل شادکامی است چناچه می توان آن را حلقه وصل دیگر عوامل به شادکامی دانست. این بدان معنی است که اگر فردی همه ملزومات شادکامی مانند ازدواج خوب، شغل مناسب، درآمد کافی، و دوستانی داشته باشد ولی نگرش اونسبت به زندگی منفی باشد از امکانات خود لذت نمی برد و به ممکن است که امکانات خود را از دست بدهد.

1. خود بودن: افراد شاد با خود راحت هستند خود را می شناسند با خود صادق هستند، با آنچه دردرونشان می گذرد به نحو احسن روبه رو می شوند، اتکا به خود، انگیزش های خود جوش، راحت بودن با خود و دیگران، برون گرایی و زندگی طبیعی، و عدم مقایسه خود با دیگری و احساس منحصر به فرد بودن از ویژگی ها خود بودن است (سیف،1380) .

## 2-2-8 جنسیت

 جنسیت نیز موضوع تحقیقات زیادی در ارتباط با شادمانی بوده است.

داینر همکاران (1999) معتقدند که میزان شادمانی زنان و مردان برابر است، اما هنگامی که افسردگی را در نظر می گیریم ، موضوع تا حدی پیچیده می شود . به این صورت که با وجود شادی یکسان زنان و مردان ، افسردگی در زنان بیشتر است. توضیح این امر توسط داینر و همکاران این است که زنان نسبت به مردان هم عاطفه منفی بیشتری و هم عاطفه مثبت بیشتری را تجربه می کنند و بر آیند این دو عاطفه ، شادی زنان و مردان را یکسان می سازد . فوجیتا، دایز و ساندویچ (1991) نیز بر همین اعتقاد هستند (به نقل از امانیان، 1388).

## 2-2-9 وضعیت تأهل

 شادمانی در بزرگسالان ارتباط زیادی با وضعیت تأهل دارد. لوپری و فرایدرس (1981) روند زندگی زناشویی و ارتباط آن بامیزان شادمانی را به شکل (U) تصور می کنند.

آن ها معتقدند وقتی فرد تصمیم می گیرد ازدواج کند، شادی او افزایش می یابد، وقتی که ازدواج صورت می گیرد از شادی ایجاد شده کم می شود و این کاهش تا زمان رسیدن فرزندان به سن نوجوانی، ادامه می یابد. بعد از این دوره، شادمانی مجدداً سیر صعودی پیدا می کند تا به سطح اولیه خود می رسد.

دانیز و همکاران (1999)معتقدند که افراد متأهل نسبت به کسانی که هرگز ازدواج نکرده یا جدا شدهاند و یا همسر خود را از دست داده اند، بیشتر احساس شادی و شادمانی می کنند. علاوه بر این افرادی که هنوز ازدواج نکرده اند اما با نامزد مورد علاقه خود زندگی می کنند، از کسانی که تنها زندگی می کنند خیلی شادمان ترند.

البته این امر به ارزش های فرهنگی مورد قبول جوامعی که فردگرایی رواج دارد، زندگی با نامزد مورد علاقه موجب شادمانی فرد می شود، اما در کشور های جمع گرا، افرادی که با نامزدی خود زندگی می کنند از افراد ازدواج کرده و یاافرادی که نامزد ندارند ، دارای شادمانی کمتری هستند.

این نتایج احتمالاً به این دلیل است که در جوامع فرد گرا، زندگی مشترک با نامزد پسندیده است ، ولی در کشور های جمع گرا این عمل کاری مذموم به حساب می آید. در جوامع جمع گرا، فردی که با نامزد خود زندگی می کند، احساس می کند که در مقابل ارزش های اجتماعی ایستاده است و جامعه هم علیه آنها عمل می کند و به این سبب شادمانی آن ها کاهش می یابد .

ماستکاسا (1994) تفاوت میزان شادمانی افراد مجرد و متأهل را این گونه توضیح می دهد: اولاً طلاق و جدایی استرس زا و ناخوشایندند و ثانیاً، ازدواج مزیت هایی برای فرد ایجاد می کند که در غیاب آن فرد از آن ها محروم می شود.

2-2-10 نظریه های شادمانی **:**

 الف : تئو ری های شناختی می گویند که شادمانی و محصولی از تفکر انسان است و منعکس کننده ی تفاوت های بین این که زندگی آن گونه که هست و این عقیده که زندگی چگونه باید باشد، گمان می رود که در عقاید مشترد و گروهی ریشه داشته باشد و در بین فرهنگ ها با یگدیگر فرق داشته باشد . این نظریه درباره ی شادمانی در فلسفه بارز و آشکار است و همچنین در تفکر بسیاری از دانشمندان اجتماعی نفوذ کرده است (وینهون و همکاران ، 2006 ، آهی ، 1387) .

1. **تئوری عقاید**

فرض اساس و بنیادی این تئوری این است که شادمانی بر پایه و اساس مقایسه بااستانداردها (ملاک، حد مطلوب) است، اگر چه که در ماهیت این استانداردها و روش های مقایسه تفاوت وجود دارد. فرض اساسی دیگراین است که عقاید اشتراکی و گروهی پیچیده درگیر هستند (آهی، 1387).

1—1-**مقایسه**

 این تئوری می پذیرد که ما استاندارد هایی از یک زندگی خوب را داریم که به طور دائم واقعیت و حقیقت زندگیمان را با این استاندارها ارزیابی می کنیم و می سنجیم فرض می شود که استانداردها متغیر باشند ودنباله رو احساساتو ادراکات احتمالی باشد . به عبارت دیگر ما تمایل داریم که زندگی را آنگونهکه ما فکر می کنیم واقعاً می تواند باشد قضاوت کنیم . تئوری های مختلف بر استانداردهای مختلفی تأکید می کند . در مقایسه زندگی ، مرکز توجهروی این است که آیا ما نسبت به قبل کارها را بهتر انجام می دهیم یا برتر (امانیان، 1388).

در این دیدگاه ، دوره کودکی شادمان ، بهشادمانی بزرگسالی چیزی اضافه نمی کند. گونه ی مقایسه اجتماعی به این موضوع اهمیت می دهد و تأکید می کند ، که به طور نسبی نسبت به دیگر مردم و در کل مردمی که شبیه ما هستند ، چقدر و به چه میزان بهتر عمل می کنیم .

در این دیدگاه ، شادمانی فراتر از چشم و هم چشمی است . چند تا از این تعوری ها در تعوری تفاوت های چند تایی و چند جانبه میکاو (1985،آهی ،1387) جمع شده است که می پذیرد که ما نه تنها شادمانی را با چیزهایی که ما می خواهیم و با چیزهایی که دیگران دارند مقایسه می کنیم ،بلکه آن را با چیزهایی که ما نیاز داریم و با چیزهایی که معتقد هستیم که منصفانه و خوب هستند مقایسه می کنیم .

2-1-**ساخت اجتماعی:**

 این عقیده که ما خودمان را با استانداردها مقایسه می کنیم در جستجوی پاسخ به این سؤال است که این استاندارها از کجا می آیند. این چنین که انتظار می رفت پیامدی از انطباق با جامعه است، که مستلزم اختیار و انتخاب عقاید جمعی زندگی خود، گاهی اوقات با تغییرات و اصلاحات جزئی است. این عقاید گروهی و مشترک زندگی خوب به عنوان ساخت های اجتماعی تفسیر می شوند که از فرهنگ وسیع تر و تاریخ گسترده تری گرفته می شود . در این مسیر بعضی از جامعه شناسان اظهار می کنند که شادمانی از این نوع نیز یک ساخت اجتماعی است در این دیدگاه ، شادمانی یک مفهوم متغیر فرهنگی ، قابل مقایسه با مفهوم زیبایی و قشنگی است (آهی،1387).

3-1-**ارزشیابی تفکر:**

 یک روایت جامعه شناسی اظهار می کند که ما تنها زندگی خود را با استانداردهای خودمان مقایسه می کنیم بلکه زندگی مان را از طریق دیدگاه دیگران نیز ارزشیبابی می کنیم به عبارت دیگر در این ارزشیابی این که چقدر ما خوشحال هستیم ما تخمین می زنیم مردم دیگر چقدر فکر می کنند که ما شاد و خوشحال هستیم، اگر چنین باشد، این استانداردهای مشترک و اصلی یک زندگی خوب را افزایش می دهد (آهی، 1387).

## 2-2-11 رابطه هوش هیجانی با شادکامی

 تقریباً ده سال بعد از این که مفهوم هوش هیجانی در روان‌شناسی جا افتاد، یک گروه از روان‌شناسان دیگر، در فکر در انداختن سقفی نو در روان‌شناسی افتادند. آنها که نام مکتب قرن بیست و یکمی ‌خودشان را گذاشتند روان‌شناسی مثبت‌گرا»، توجّه خودشان را گذاشتند روی جنبه مثبت زندگی انسان‌ها. آنها گفتند که تا کی روان‌شناسی می‌خواهد از بیماری و غم و غصّه مردم حرف بزند. این آدمیزاد، ویژگی‌های مثبتی هم دارد که باید مورد مطالعه قرار بگیرند. ویژگی‌هایی مثل خوشبینی، شادکامی، شجاعت، امیدواری، جرئت‌مندی، خردمندی و ایمان. آنها همان طور که روان‌پزشکان، بیماری‌های روانی را طبقه‌بندی کرده بودند، به لیست‌بندی توانایی‌های مثبت آدمی ‌پرداختند. آنها می‌گفتند اگر روان‌شناسی، نتواند مردم را شاد نگه دارد، به چه دردی می‌خورد؟ امّا قبل از آنها روان‌شناسانِ هوش هیجانی، به خوبی دریافته بودند که شادکامی‌، یکی از مؤلّفه‌های هوش هیجانی است (قامتی، 1387).

در واقع، آدمی‌که از هوش هیجانی بالایی برخوردار است، از چند راه می‌تواند شادکامی‌ خودش را حفظ کند:

1. با شناخت احساس‌هایش: در واقع، آنهایی که هوش هیجانی بالایی دارند، می‌توانند کوچک‌ترین تغییرات در احساسات خودشان را بشناسند و منفی یا مثبت بودنش را تشخیص دهند. آنها می‌دانند که الآن، شگفت‌زده شده‌اند یا از چیزی، چِندششان شده است. در واقع، تا کسی نتواند احساس‌های خودش را تشخیص دهد، نمی‌تواند آنها را به شادی تغییر دهد.

2. با توانایی کنترل احساساتش: کسی که هوش هیجانی بالایی دارد، می‌تواند هیجان‌های منفی‌اش را به شکل موقّت، در خودش نگه دارد و در این زمان، با تفکّر در مورد آنها، به آرامش بیشتری برسد. توانایی در انعطاف‌پذیری هیجانی، باعث می‌شود که انسان بتواند در شرایطی که محیط، نه کاملاً غم‌بار است و نه شاد، خودش را شاد نگه دارد.

3. با توانایی خودْانگیختگی: افرادِ با هوش هیجانی بالا، می‌توانند در هر شرایطی، خودشان را برای پذیرفتن یک مسئولیت جدید، شروع یک کار جدید و یا تجربه کردن یک حس جدید (مثل شادی)، بر انگیزند.

4. با توانایی برقراری رابطه خوب با دیگران: دیگران و داشتن رابطه خوب با آنها، یکی از منابع اصلی شادکامی‌ ما هستند. کسانی که هوش هیجانی بالایی دارند، می‌توانند به خوبی، احساسات دیگران را درک کنند، با آن ها همدل شوند و رابطه رضایت‌بخشی با آنها داشته باشند. کسانی که هوش هیجانی بالایی دارند، در ضمن، نمی‌گذارند که اوقاتْ‌تلخی دیگران، اوقاتشان را تلخ کند؛ به این خاطر که آنها احساسات مستقل خودشان را پذیرفته‌اند و به آن، احترام می‌گذارند

تا نزدیک به صد سال پس از ظهور علم روان شناسی، روان شناس ها وقتی که از هوش» حرف می زدند، منظورشان هوش منطقی بود. آنها روز به روز، تست های هوششان را پیشرفته تر می کردند تا چیزی که به عنوان IQ (بهره هوشی) از آن در می آوردند، دقیق تر و دقیق تر باشد (همان منبع).

## 2-3 عزت نفس

 يكي از موضوعات مهم مورد توافق نظريه پردازان روانشناسي عملكرد مهم "خود[[2]](#footnote-2)1 " در فرآيند شخصيت[[3]](#footnote-3)2 است. اگر چه امروزه، اين نظريه پردازان در مورد كانوني بودن "خود" و اهميت آن در فرايند شخصيت توافق دارند، ديدگاه هاي مختلف روان شناسي تعاريف مختلفي از "خود" ارائه مي دهند. در زمان هاي مختلف توجه به خود دستخوش تغييراتي گشته است. اگر چه در بعضي از زمان ها مطالعات روي "خود مورد غفلت قرار گرفته اند، در دهه هاي اخير اين مفهوم بار ديگر مورد توجه فراوان روان شناسان قرار گرفته است (پورشافعی،1370).

 عزت نفس يكي از عوامل مهم و اساسي در رشد و شكوفايي انسان هاست كه در دهه هاي اخير مورد توجه بسياري از روان شناسان و پژوهشگران امور تربيتي قرار گرفته است. عزت نفس به معناي قضاوت شخص از ارزشمندي خود است و به نگرش فرد از خود دلالت مي كند. افراد با بررسي نحوه ي كنار آمدن با استانداردها و ارزشهاي مورد نظر خود و مقايسه ي چگونگي عملكرد خود با ديگران به اين قضاوت دست مي پردازند. عزت نفس چگونگي احساس خود درباره ي خود است و بر همه ي افكار، ادراكات، هيجانات، آرزوها، ارزش ها و اهداف شخصي نفوذ دارد و كليد رفتار آدمي مي باشد. بنابراين، عزت نفس هسته ي مركزي ساختارهاي روانشناختي فرد است كه وي را در برابر اضطراب محافظت نموده و آسايش خاطر وي را فراهم مي آورد. عزت نفس نقش محافظت کننده ای در مقابله با فشارهاي رواني دارد كه از فرد در مقابل وقايع فشار آور منفي زندگي حمايت مي كند. فردي كه از ارزشمندي بالايي برخوردار است، به راحتي قادر است با تهديدها و وقايع فشارآور بيروني بدون تجربه ي برانگيختگي منفي و از هم پاشيدگي سازمان رواني مواجه شود. عزت نفس پائين به عنوان عامل خطر براي پرخاشگري، بزهكاري، سوء مصرف مواد، افسردگي، عملكرد ضعيف تحصيلي، همسر آزاري، كودك آزاري و نظاير آن مشاهده شده است. اخيراً برخي سياستمداران و مسئولان مدارس پيشنهاد كرده اند كه مدارس و ديگر مؤسسات اجتماعي بايد برنامه هايي براي ارتقای عزت نفس افراد طراحي كنند. اين پيشنهاد بر اين فرض استوار است كه عزت نفس علت و نه معلول مشكلات اجتماعي است، مستقل از موقعيت هاي خاص وجود دارد و مي تواند با مداخلات خارجي ارزيابي شود. بي ترديد عزت نفس يكي از مهمترين و اساسي ترين جنبه هاي شخصيت و تعيين كننده ويژگي هاي رفتاري ما است .توجه به اين امر، به ويژه در مورد كودكان داراي نيازهاي آموزشي ويژه و نيز كساني كه به آن ها آموزش مي دهند، از اهميت خاصي برخوردار است. عزت نفس به مانند يك سرمايه ي ارزشمند حياتي از مهمترين عوامل پيشرفت و شكوفايي استعداد و خلاقيت افراد می باشد. افراد دچار ناتواني، به دليل نگرش هاي منفي والدين، تجارب منفي در برخورد با همسالان عادي و ناكامي هاي پي در پي در مدرسه به تدريج دلسرد و سرخورده شده و توالي چنين شكست ها و مشكلاتي موجب مي شود که آن ها نسبت به خود احساس بي ارزشي داشته باشند و در نتيجه اين احساس منجر به آسيب در عزت نفس آن ها شود(ولی زاده و همکاران،1387).

 عزت نفس یک شاخص بسیار مهمی در شخصیت افراد است و به مقدار ارزشی که ما به خود نسبت می دهیم و فکر می کنیم دیگران برای ما قائل هستند، گفته می شود. قدمت تاریخی این موضوع به مباحثی که علما و فلاسفه تعلیم و تربیت در گذشته داشته اند برمی گیرد. در طول صد سال گذشته بسیاری از روان شناسان این نظر را پذیرفته اند که انسان دارای یک نیاز به عزت نفس می باشد(آدلر[[4]](#footnote-4) 1390).

 بعضی از نظریه پردازان اظهار می دارند که به طور کلی ارزش گذاری نسبت به خویشتن را می توان عزت نفس نامید(آلپورت [[5]](#footnote-5)1937، راجرز[[6]](#footnote-6) 1959 ، سالیوان[[7]](#footnote-7)1953، طارن هورنی[[8]](#footnote-8)1937، جیمز[[9]](#footnote-9)1890،مازلو[[10]](#footnote-10)1970). اسمیت هارتر و روزنبرگ عزت نفس را عنصری از خود پنداره می دانند که به قضاوت ما نسبت به توانایی های بالقوه و بالفعل دلالت دارد. فردی که عزت نفس بالایی دارد خود پذیرا و خود ارزشمند است. روانشناسان اجتماعی عزت نفس را ارزیابی مثبت و منفی از خود می دانند. به طور کلی فرض می شود عزت نفس تا حدودی باثبات است. همچنین عزت نفس به عنوان یک احساس کلی از خود ارزش و کفایت شخصی یا به عنوان احساس عمومی پذیرش خود، خوبی و احترام به خود تعریف می شود(کوپر اسمیت [[11]](#footnote-11)، 1967، وایلی[[12]](#footnote-12) ،1990، شهرآرای، 1387). عزت نفس یا همان خود بزرگواری یکی ا ز خصوصیات مهم و اساسی شخصیت هر فردی را تشکیل می دهد و به طور حتم روی سایر جنبه های شخصی انسان اثر می گذارد و کمبود یا فقدان آن باعث عدم رشد سایر جنبه های شخصیت یا ناموزونی آنها خواهد شد و حتی ممکن است پایه گذار بیماریهای روانی گوناگونی مانند افسردگی، کمرویی و ترس و...شود(بیابان گرد،1373).

 تحقیقات نشان داده است که بچه هایی که دچار ناتوانی یادگیریی هستند احتمالا سیکل منفی از عزت نفس پایین را تجربه می کنند، انگیزه و پشتکارشان برای انجام تکالیف کاهش می یابد و این باعث می شود شکست بیشتری را تجربه کنند(کاور، بروکواسکی [[13]](#footnote-13)1999، گریز[[14]](#footnote-14)1994، گارنی1988[[15]](#footnote-15)، به نقل از کوزن1999[[16]](#footnote-16)).

2-4 عزت نفس و شادکامی**:**

 مطالعات متعددی نشان داده اند که عزت نفس و احساس شادمانی با هم همبستگی دارند و این همبستگی 50 درصد یا بیشتر می باشد ( گوهری انارکی، 1382).

وارت (2001) عزت نفس را اساسی ترین عامل شادمانی می داند و ویلسون (1967)گزارش کرده است که عزت نفس یکی از مهم ترین پیشبینی کننده های شادی است (میر شاه جعفری، 1381).

اهمیت عزت نفس در ایجاد شادمانی به حدی است که برخی از صاحب نظران و محققان روانشناسی شادی، از جمله آرچل (2001) آن را جزء جدایی ناپذیر شادمانی می دانند (امانیان، 1388).

هیلز وآرچل (1998) همبستگی بین عزت نفس و شادمانی را دریک نمونه انگلیسی برابر87/0، گرب و همکاران (1996) همبستگی 82/0 و آریندل و همکاران (1997) همبستگی 45/0 بدست آوردند. شباهت زیاد پرسش نامه های سنجش شادی و پرسش نامه های سنجش عزت نفس گواهی براین ادعاست (گوهری انارکی، 1382).

داینر(1984)با استناد به 11 پژوهش، به وجود همبستگی بین شادمانی و عزت نفس اشاره می کند (میرشاه جعفری و همکاران، 1381).

تحقیقات از جمله بنتال (1992) نشان می دهد که دانش آموزانی که دارای عزت نفس پایین هستند،از حضور در جمع خودداری می کنند و این امر سبب گوشه گیر شدن آن ها و در نتیجه ایجاد افسردگی در آن ها می گردد. افسردگی نیز موجب کاهش میزان شادمانی فرد می شود (امانیان، 1388).

2-5 عزت نفس درقرآن مجید **:**

 قرآن مجید در سه مورد، همه را از آن خداوند می داند و می فرماید:

ولله العزه و لرسوله وللمومنین ؛(منافقون آیه، 8)یعنی اینکه عزت، مخصوص خدا و رسول او و مومنان است .

این آیات بیانگر آن است که خصلت عزت نفس، از صفات الهی است. آنان که دارایی این خصلت برزگ هستند، مظهر یکی از صفات الهی می باشند.

در قرآن آمده است که: لیتغون عندهم العزة فان العزه الله جمعیاً؛( نساء آیه 139) یعنی اینکه آیا آنان(منافقان عزت را نزد غیر خدا می جویند، با این که) قطعا همه عزت نزد خداست .

 در جای دیگری از قرآن کریم آمده است که: من کان یرید العزّه فللّه العزّه جمیعا( فاطر آیه، 10) یعنی اینکه کسی که خوانان عزت است(باید از خدا بخواهند ، چرا که) تمام عزت برای خدا است .

 با توجه به این آیات، پایه اساسی و شرایط اصلی تحصیل عزت، اعتقاد به خداست. بنابراین در کارها و برنامه ها ی غیر خدایی، هیچ گونه عزتی به دست نخواهد آمد.

 عزت نفس درجه و ارزشی است که یک فرد برای خود قایل می شود. عزت نفس به منزله بیان تأیید یا عدم تایید فرد نسبت به خویشتن است و نشان می دهد که تا چه اندازه فرد خود را توانا، ارزنده و پر اهمیت می داند و به عبارت دیگر عزت نفس یک تجربه شخصی است که ترجمان آن را می توان در سطح گفتار و در سطح رفتار های معنادار مشاهده کرد. عزت نفس می تواند بالا يا پايين باشد. زماني كه خود ادراك شده و خودآرماني با يكديگر همتراز باشند، فرد از عزت نفس بالايي برخوردار است. بر عكس چنانچه خودآرماني با خود ادراك شده تفاوت فاحش داشته باشد، فرد از عز ت نفس پايين برخوردار خواهد بود. هرگاه فرد ارزيابي مثبتي از عملكرد خود داشته باشد، باعث افزايش عزت نفس وي مي شود در حالي كه فرد اگر ارزيابي منفي از عملكرد خود داشته باشد، عزت نفس او كاهش مي يابد جايگاه مهار سلامت باور فرد به اين امر است كه سلامت وي تا چه حد تحت كنترل عوامل دروني (خود) و يا بيروني )افراد موثر يا با نفوذ و ساختار اوليه جايگاه مهار سلامت از بخت و اقبال) مي باشد. در نظريه يادگيري اجتماعي گفته مي شود كه يادگيري در فرد بر پايه تقويت هاي گذشته انجام مي شود و طي آن افراد انتظارات خاص و عمومي را در خود شكل مي دهند. جايگاه دروني مهار سلامت با آگاهي و نگرش مثبت، وضعيت روانشناختي، رفتارهاي بهداشتي و سلامت همراه و همگام مي شود. در مقابل، بيشتر منابع بيروني جايگاه مهار سلامت( به خصوص افراد موثر و با نفوذ؛ بخت و اقبال) با رفتارهاي بهداشتي منفي و وضعيت روانشناختي ضعيف همراه مي شوند(مشکی و همکاران، 1387).

2-6 عزت نفس کلی**:**

 ارزشیابی که شخصی نسبت به ارزشمندی خویش دارد در واقع عزت نفس قضاوت شخص به ارزشمندی وجود می باشد این خاصیت عمومی است و در همه انسان ها وجود دارد و نه یک حالت محدود گذرا بلکه ثابت و دائمی است( شاملو 1372).

عزت نفس به عنوان ظرفیت و توانایی تعبیر و تفسیر رویدادها به گونه اي که احساس خود ارزشی را در

فرد افزایش دهد و حفظ کند، تعریف شده است (کرنیس[[17]](#footnote-17)، 2006).

2-7 عزت نفس اجتماعی:

 احساسات و عقاید کودک در مورد خودش که به عنوان یک دوست برای دیگران دارد که کودکان، او را دوست دارند و افکار و عقاید او برای آنها ارزشمند است و او را در فعالیت هایشان شرکت می دهند و از ارتباط و تعامل با همسالان خود احساس رضایت می کند(بیابانگرد ، 1372).

2-8 عزت نفس تحصیلی:

 مبتنی بر ارزش است که فرد به عنوان یک دانش آموز در رابطه با تحصیل و جایگاه تحصیلی اش دارا است، موفقیت های تحصیلی افراد باعث ارزیابی مثبت دراین زمینه خواهد شد( بیابانگرد،1372).

2-9 مولفه های اساسی عزت نفس:

 پنج مولفه عزت نفس از دیدگاه جامع نگر«اینرونر» در ذیل مطرح شده است، توصیف موارد با استناد به عزت نفس بالا و پایین توسط بربا( 1989) مطرح شده است:

 1-امنیت: احساسی از اطمینان قوی است که شامل این نکات می شود، احساس راحتی، وقوف در آنجا که از وی انتظار می رود، توانایی وابستگی به افراد و موقعیت ها و درک قواعد و محدودیت ها، دارا بودن احساس قوی امنیت( می توانم از پشتیبانی دیگران بر خودار شوم) پایه ای است که ساختار مولفه های دیگران برآن اساس پایه ریزی می گردد از این رو کودکان باید قبل از انجام هر عملی نسبت به آن اطمینان خاطر حاصل نمایند، چنانچه کودک احساس ناراحتی نماید( نسبت به آنچه که از من انتظار می رود مطمئن نیستم) در جذب مولفه های دیگر عزت نفس با مشکل مواجه خواهد شد.

 2-خود پذیری: احساس فردیتی است که اطلاعاتی درباره خود و توصیف دقیق و واقع بینانه را بر حسب نقش ها، اسنادها و ویژگی های جسمانی را در بر می گیرد. کودکانی که واجد خود پذیری قوی باشند( من خود را دوست دارم و می پذیرم) احساس فرد گرایی، شایستگی، کفایت و تحسین از خود دارند وکودکانی که احساس خود پذیری ضعیفی دارند( من خودم را دوست ندارم) در پذیرش خود فاقد اراده اند.

 3-پیوند جویی: احساسی از پذیرفتن و مقبولیت است به ویژه در روابطی که مهم قلمداد می شوند، همچنین به معنای احساس پذیرفته شدن و مورد احترام قرار گرفتن از سوی دیگران به کار می رود. کودکانی که دارایی احساسات پیوند جویی قوی باشند(احساس تعلق داشتن) رابطه راحت و رضایتمندی با دیگران برقرار می کنند. حال آنکه احساس پیوند جویی ضعیف درکودک( کسی نمی خواهد با من باشد) منجر به انزوا طلبی و احساس بیگانگی وی خواهدشد.

 4-شایستگی: این مولفه به احساس موفقیت و فضیلت در کارایی اشاره دارد و شامل وقوف بر نیرومندی ها، توانمندی ها و پذیرش ضعف ها نیز می شود. کودکانی که واجد احساس شایستگی می باشند( من احساس توانایی می کنم، بنابراین می توانم با هر خطری رو برو شوم).

 5-تعهد: در این مولفه دارا بودن هدف وانگیزه درزندگی مورد نظر است به طوری که به خویشتن اجازه دهد تا اهداف واقع بینانه و قابل حصولی داشته باشد و در قبال پیامدهای تصمیمات خود احساس مسئولیت نماید.

 2-10ماهیت عزت نفس**:**

 از آن جایی که عزت نفس مفهوم روان شناختی بسیار عام وگسترده ای است و در عین حال بسیار مهمی می باشد، والدین معمولاً تشویق به رشد ویژه آن را دشوار می یابند، مگر اینکه عزت نفس را به طور مشخص تعریف کنند. عزت نفس همان ارزیابی نفس است که برطبق معیارهای فردی خاص صورت می پذیرد. هر فرد، نقش آن معیارها را در تعیین ارزش انسانی خود بسیار تلقی می کند.

 عزت نفس برای بقا و سلامت روانی انسان حیاتی است«عزت نفس» همیشه از ارزش ثابتی برخوردار نیست، بنابراین می توان بسته به شرایط جسمی(سلامت یا بیماری)، تجربه ها زندگی(موفقیت یا شکست)و حالات روحی(شاد یا غمگین) مثبت و منفی نوسان داشته باشد. عزت نفس یکی از ملزومات عاطفی زندگی است و بدون آن بسیاری از نیازهای اساسی برآورده نمی شوند(گرین برگ و همکاران 1992). در واقع، عزت نفس بعد ارزیابانه خود پنداره، توصیف فرد از خود است و اشاره به این داردکه چگونه خود را ارزشیابی می کنیم. برای انسان این امکان وجود دارد که رنگ ها، صداها، شکل ها و احساس های خاصی را دوست نداشته باشد. اما اگر فرد بخش های از خود را دوست نداشته باشد، ساختار روانی او به شدت آسیب می بیند.

## 2-11[عزت نفس در دوره نوجواني](http://research2.blogfa.com/post-18.aspx)

 مجموعه برداشت ها و ارزیابی ها و تجاربی كه از خویش داریم باعث می شود كه نسبت به خود احساس خوشایند ارزشمند بودن، یا بر عكس احساس ناخوشایند بی كفایتی داشته باشیم. همه ی افراد ، صرف نظر از سن، جنسیت، زمینه ی فرهنگی و جهت و نوع كاری كه در زندگی دارند، نیازمند عزت نفس هستند. عزت نفس، برابر است با خودباوری واقعی. یعنی : خود را آن گونه كه هستیم باور كنیم و برای خشنودی خودمان و دیگران تلاش نماییم . عزت نفس واقعاً بر همه سطوح زندگی اثر می گذارد. در حقیقت، بررسی های گوناگون حاكی از آن است كه چنانچه نیاز به عزت نفس ارضاء نشود ، نیازهای گسترده تری  نظیر نیاز به آفریدن ، پیشرفت ، و یا درك و شناسایی استعدادهای بالقوه محدود می ماند. به خاطر بیاورید هنگامی كه كاری را به بهترین نحو به پایان رسانده اید چه احساس خوشی به شما دست داده است. افرادی كه احساس خوبی نسبت به خود دارند، معمولاً احساس خوبی نیز نسبت به زندگی خواهند داشت. آن ها می توانند با اطمینان به خود و اطرافیان، با مشكلات و مسئولیت های زندگی مواجه شوند و از عهده آن ها برآیند (پورشافعی، 1370).

نوجوانی از دوران مهم و پر فراز و نشیب زندگی افراد محسوب شده و مرحله گذر از دوران کودکی به بزرگسالی با تغییرات فیزیکی و روانی متعددی همراه است. عزت نفس نوجوان یکی از تغییراتی است که دستاورد پدیده بلوغ دراین دوران است.

مطابق با تحقیقات انجام شده، افزایش عزت نفس نوجوان با سلامت جسمانی بویژه در دختران نوجوان رابطه مستقیم دارد. به عقیده متخصصان نوجوانانی که در خانواده‌هایی با بهداشت روانی سالم پرورش پیدا می‌کنند از عزت نفس بالاتری برخوردار بوده و در مقایسه با سایرین با تغییرات دوران بلوغ کنار می‌آیند. کاهش شاخص توده بدنی و برخورداری از تناسب اندام در این نوجوانان بیشتر مشاهده شده و این دسته از افراد کمتر تحت تأثیر گروهای دوستان قرار می‌گیرند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد، عزت نفس در دوران نوجوانی احتمال ابتلا به افسردگی، افزایش کلسترول و احتمال ابتلا به اضافه وزن و چاقی را در دوران میانسالی به میزان قابل توجهی کاهش می‌دهد. آزمایشاتی که روی ۲ هزار نوجوان دختر ۱۴ تا ۱۸ سال انجام شد نشان داد، دخترانی که والدین آن ها از تحصیلات دانشگاهی برخوردار بوده و وضعیت اقتصادی مناسبی داشتند، عزت نفس بالاتری نسبت به دیگر همسالان خود داشته‌اند. رژیم غذایی سرشار از پروتئین، کربوهیدرات، میوه و سبزیجات تازه و غلات، انجام تمرینات ورزشی و فضای آموزشی از دیگر عوامل مؤثر شناخته شده در افزایش عزت نفس در دوران نوجوانی است. محققان معتقدند، تغییرات فیزیولوژیکی مانند اضافه وزن و ایجاد آکنه در این دوران بلوغ ممکن است به کاهش عزت نفس و بروز عوارض پس از آن مانند بیماری‌های جسمی ‌و روحی بینجامد.

گفتنی است عز ت نفس از جمله فاکتورهای مهم بهداشت روانی در افراد جامعه محسوب می‌شود که کمبود آن در زندگی فردی و اجتماعی اثراتی منفی را در روابط اجتماعی – خانوادگی، اشتغال و طول عمر افراد ایفا می‌کند و از آن جایی که شکل گیری شخصیت افراد در دوران کودکی و نوجوانی پایه‌گذاری می‌شود توجه به این موضوع در نوجوانان از اهمیت برخوردار است( ماسن؛ ترجمه یاسایی، 1372).

نداشتن خود باوری و مشکل در ایجاد روابط اجتماعی با دیگر افـــراد، افسردگی و اضطراب، کاهش تمرکز در یادگیری، تمایل به ابــراز شکست یا مقصر دانستن دیگران در شکست از علائم کاهش عزت نفس در نوجوانان است.

منظور از عزت نفس دقیقاً چیست؟ و چه‌ رابطه‌اي بين عزت نفس و شادكامي وجود دارد؟ از آنجا که عزت نفس مفهوم روان‌شناختی بسیار عام و در عین حال بسیار مبهمی است، والدین معمولاً تشویق به رشد ویژه آن را دشوار می‌یابند، مگر اینکه عزت‌ نفس را به طور مشخص تعریف کنند.

شما می‌توانید با این تعریف شروع کنید که عزت نفس همان ارزیابی نفس است که بر طبق معیارهای فردی خاص صورت می‌پذیرد. هر فرد، نقش آن معیارها را در تعیین ارزش انسانی خود بسیار تلقی می‌کند.

عزت نفس همیشه از ارزش ثابتی برخوردار نیست، بنابراین می‌تواند بسته به شرایط جسمی (سلامت یا بیمار)، تجربه‌های زندگی (موفقیت یا شکست) و حالات روحی (شاد یا غمگین) بین مثبت و منفی نوسان داشته باشد. در طول زمان اکثر افراد پستی و بلندی‌هایی را در عزت نفس خود تجربه می‌کنند و دوره‌های متفاوتی را که در آن‌ها احساس بسیار بد و یا خوبی نسبت به خود داشته‌اند به یاد می‌آورند. بنابراین اگر پسر یا دختری دوره کاهش را تجربه می‌کند به این معنا نیست که دچار مشکلی خاص شده است. مشکل اصلی بازیافت ارزیابی مثبت به خویش است که از طریق تغییر رفتار (مثلاً نمرات بهتر در مدرسه) یا تغییر معیارهای فردی (مثلاً قضاوت‌های کمتر سختگیرانه نسبت به خود) حاصل می‌شود. بزرگ‌ترین اشتباه این است که با رفتار خود موجب کاهش عزت نفس یا وخیم‌تر شدن شرایط شویم.

مسأله عزت نفس و مقوله خود ارزشمندی از اساسی‌ترین عوامل در رشد مطلوب شخصیت کودکان و نوجوانان است. برخورداری از اراده و اعتماد به نفس قوی، قدرت تصمیم‌گیری و ابتکار، خلاقیت و نوآوری، سلامت فکر و بهداشت روانی رابطه مستقیمی با میزان و چگونگی عزت نفس و خودارزشمندی فرد دارد. امروزه در اصلاح و درمان بسیاری از اصلاحات شخصیتی و رفتاری کودکان و نوجوانان نظیر کمرویی و گوشه‌گیری، لجبازی، پرخاشگری، تنبلی و کندروی به عنوان اولین یا مهم ترین گام به ارزیابی و پرورش احساس عزت نفس، تقویت اعتماد به نفس و مهارت‌های فردی و اجتماعی آنان می‌پردازد ( امانیان، 1388) .

بدون تردید نوجوانانی که دارای احساس خودارزشمندی و عزت نفس قابل توجهی هستند، نسبت به همسالان خود در شرایط مشابه پیشرفت تحصیلی و کارآمدی بیشتری از خود نشان می‌دهند و نیز از برجسته‌ترین ویژگی‌های صاحبان تفکر واگرا و افراد خلاق داشتن اعتماد به نفس و احساس خودارزشمندی بسیار بالاست.

پرورش احساس خود ارزشمندی و عزت نفس در کودکان و نوجوانان از مهم‌ترین وظایف و رسالت‌های اولیا و مربیان می‌باشد، که در این ارتباط بیشترین نقش بر عهده الگوهای رفتاری است.

اکثر صاحب‌نظران برخورداری از عزت نفس (ارزیابی مثبت از خود) را به عنوان عامل مرکزی و اساسی در سازگاری عاطفی اجتماعی فرد می‌دانند. ابتدا روان‌شناسان و جامعه‌شناسان از جمله ویلیام جیمز، هربرت مبد، و چارلز کولی بر اهمیت عزت نفس مثبت تأکید داشتند و نتیجه گرفتند که عزت نفس (ارزیابی مثبت از خود) با شادکامی و کارکرد مفید فرد رابطه‌ای متقابل دارد. برای مثال: افسردگی را به یک سبک شناختی که مشتمل بر ارزیابی‌های شدیداً منفی و انتقادی از فرد خود است، ارتباط داده‌اند ( لانگ نیکولاس و همکاران؛ ترجمه حیدری،1383).

عزت نفس بر فرایندهای شناختی، گرایش ها، نیازها، علاقه ها و آرمان های فرد اثر گذار و اثرپذیر است. پیشرفت تحصیلی نیز می تواند متاثر از میزان عزت نفس دانش آموز باشد. الیس پاپ و همکارانش دریافته‌اند که بین عزت نفس مثبت و نمره‌های بالا در مدرسه‌ها، رابطه‌ی مستقیمی وجود دارد. عزت نفس، یک جنبه‌ی مهم در کارکرد یا کنش کلی فرد بوده وبا زمینه های دیگری چون: سلامت روانی اجتماعی و عملکرد تحصیلی او در ارتباط است.افرادی که دارای عزت نفس پایین‌تری هستند، نسبت به آنانی که عزت نفس بالاتری دارند،بیشتر تحت تاثیر رابطه های قانع کننده قرار می گیرند و بیشتر به هم رنگی و هم نوایی در موقعیت های اجتماعی تن در می دهند.

عزت نفس ، از خصوصیات شخصیت هر فرد میباشد که برای ارزش یابی و قضاوتی به نسبت پایدار برای او نسبت به خود،دلالت دارد که از تولد تا بزرگسالی علاوه بر تاثیرپذیری کودک از روند رشد جسمانی، تحت تاثیرعامل های مختلفی از جمله: خانواده، نزدیکان، مدرسه، فعالیت های جسمانی،سلامت جسمانی،پیشرفت تحصیلی و.............. قرار می‌گیرد.

به نظر می رسد که رابطه ی بین پیشرفت تحصیلی وعزت نفس،یک رابطه ی دو طرفه باشد، یعنی از طرفی داشتن عزت نفس، موجب پیشرفت تحصیلی می گردد چرا که در باور داشتن خود و برداشت مثبت از خویشتن در یادگیری، انگیزه برای تحصیل و.......اثر گذاشته و موجب پیشرفت تحصیلی می شود و از طرفی دیگر، موفقیت های تحصیلی در رسیدن به اوج درکار آموزش، موجب افزایش عزت نفس می شود.

بسیاری از روانشناسان معتقدند که بین این دو متغیر(عزت نفس و پیشرفت تحصیلی) رابطه ی تنگاتنگی وجود دارد.به طوری که میتوان با افزایش یا کاهش در یکی از آن ها،متغیر دیگر را نیز دستخوش تغییر کرد.

به عقیده کوپر اسمیت کودکانی که عزت نفس بیش تری دارند، کسانی هستند که در آنان خلاقیت،استقلال واحساس ارزشمندی بیشتری وجود دارد و کمتر تحت تاثیر و نفوذ عامل‌های محیطی قرار می‌گیرند.

جامعه‌ای که افراد آن از عزت نفس بالا واحساس مسوؤلیت برخوردار باشند، در مقابل فشارهای روانی، تهدید ها و واقعیت‌ها، مقاوم و پایدار خواهند بود.

عزت نفس برای جوانان و نوجوانان، اهمیت اساسی دارد. این کیفیت های روانی که به تدریج شکل می‌گیرند، پایه‌ی بهداشت روانی، شایستگی‌ها، ارتباط سالم و سازگاری اجتماعی،پیشرفت تحصیلی و آرمان شغلی محسوب می شوند (شاملو، ۱۳۶۸).

2-12 نظریات مرتبط با عزت نفس**:**

 جامعه شناسان و روان شناسان بصیرت ها و رهنمودهای عمده ای را برای مطالعه عزت نفس ارائه داده اند وعزت نفس را یک مورد مهم می دانند بر نظریات برخی از آنها به طور اختصار اشاره می کنیم:

نظریه ی جمیز**[[18]](#footnote-18) :**

 کوپر اسمیت[[19]](#footnote-19) در رابطه با نظریه جمیز(1967) از اولین کسانی است که در مورد عزت نفس نگاشته است به اعتقاد وی آرزوها و ارزشهای انسان نقش اساسی درتعیین اینکه آیا خود او را مطلوب می پندارد یا نه دارند احساس فرد دراین دنیا کاملاً به آنچه می خواهد باشد یا انجام می دهد بستگی دارد. وی می پنداشت که قضاوت فرد در مورد ارزش خود تابعی از موقعیتهای و کمالات وی نست به آنچه ادعا یا آرزوی خوب انجام دادن آن را دارد. اگر فرد به هیچ وجه به ریاضیات خود بنالد عملکرد ضعیف در امتحان ریاضی عزت نفس او هیچ تاثیری نخواهد گذاشت. جمیز این موضوع را با طرح کلی فرمول عزت نفس ابراز نموده است: عزت نفس= موقعیت / آرزوها یا انتظارات.

 بر اساس فرمول فوق اگر در زمینه ارزشمند پیشرفت به آرزوها نزدیک باشد یا به آن زمینه دست یابیم نتیجه آن عزت نفس بالاست. اگر اتلاف زیادی بی پیشرفت وآروزها وجود داشته باشد، خود را ضعیف می دانیم(کوپر اسمیت، 1967).

نظریه ی مید**[[20]](#footnote-20) :**

 کوپر اسمیت (1967) درباره نظریه مید می گوید او به عنوان جامعه شناس توجه اش به فرایندی بودکه در اثر آن فرد عنصر سازگار اجتماعش می شود. مید نتیجه می گیرد که درجریان این فرایند فرد ایده ها و نگرش های ابراز شده توسط افراد مهم زندگی اش را درونی می نماید. اعمال و نگرش های او را مشاهده می کند و آنها را اغلب بدون شناخت پذیرفته و مثل اینکه از آن خود می دارد. او نگرش خودش را کسب می کند که با نگرش هایی که افراد مهم در زندگی او ابراز کرده اند هماهنگ است و با درونی کردن واکنش دیگران نسبت به خودش آن گونه که آنان برای او ارزش قائل اند برا ی خودش ارزش قائل می شود و خودش را تا حدی که آنها او را طرد کرده نادیده گرفته و باور می کند چیزهایی را که دیگران به او نسبت می دهند. از گفته های مید استنباط می گردد که عزت نفس تا حدی از ارزیابی منعکس شده دیگران ناشی می شود هیچ انسانی در ارزیابی از خود یک جریره ی تنها نیست که فقط خودش قائل است، افرادی در زندگی او بوده اند که با توجه به احترام با او رفتار نموده اند و اگر او خود را دست کم می گیرد ا فراد مهم دیگر به صورت یک شی با او رفتار نموده اند تفکر و نحوه ی رفتار افراد مهم کلید اصلی نظریه مید در مطالعه عزت نفس است (پورشافعی،1370).

نظریه ی کولی**:**

 گی ریش[[21]](#footnote-21) (1989) درباره ی نظریه کولی می نویسد او همانند مید از دید جامعه شناسی به فرد نگاه می کند ونقش محیط را بسیار مهم می داند. او خود را جنبه ی اجتماعی شخصیت توصیف می کند و در بحث مفهوم خود بیان می نماید که اصولاً خود و جامعه دو پدیده همانند هستند که در یک ارتباط متقابل شکل می گیرند. آگاهی شخص ازخودش بازتاب افکار دیگران است.

 آلبرخت(1986) می گوید ازنظر کولی از طریق پاسخ ها یا به طور متداولتر تغییر و یا تفسیر پاسخ های که شخصی از دیگران دریافت می کند شکل می گیرد. درست همان طور که ما چهره مان را آئینه می بینیم خودمان را در آئینه اجتماعی تحت تاثیر واکنش دیگران به وجود مان صحبت هایمان و نیازهایمان می بینیم و این همان است که کولی آئینه خود نامیده است. به اعتقاد وی سه گام در رشد آئینه خود نما وجود دارد:

1-تصویر ظاهر شخص در نظر دیگران( آیا مرا چاق می بینید یا لاغر).

2-تصویرقضاوت دیگران درنظر دیگران(آیا ظاهر مرا مثبت ارزیابی می کنی یا منفی).

3- نتایجی که در آن مورد احساس می کند(غرور، حجالت، تحقیر ).

 بنابرین اگر افراد احساس کنند که دیگران به طور منفی به آنها پاسخ می دهند این می تواند به شدت به مفهوم خود آنها تاثیر بگذارد مگر اینکه دیگران تصویب و پذیرش را به آنها بدهند.

نظریه ی سالیوان**:**

 پیرسون(1977) می گوید«سالیوان از عزت نفس بر اساس نیاز به امنیت بین فردی نظر می دهد. طبق این نظریه ارزش خود با احساس توان فرد برای اجتناب از نا امنی بین فرد بالا می رود».

 اسمیت(1977) عنوان می کند که سالیون معتقد است فرد به طور مداوم در مقابل از دست دادن عزت نفس از خود دفاع می کند زیرا این فقدان اضطراب ایجاد می نماید در واقع فرد نیازمند است، دفع اضطراب کند زیرا اضطرابی را که در اثر تهدیدات بر عزت نفس(از طریق طرد یا ارزیابی منفی دیگران) حاصل شده است دفع نماید. زیرا اضطراب یک پدیده فردی است. هنگامی اتفاق می افتد که فرد انتظار طرد یا تحقیر شدن به وسیله دیگران را دارد یا واقعاً به وسیله خود یا دیگران طرد یا تحقیرشود.

 سالیوان همچنین درمورد اینکه فرد چگونه یاد می گیرد که تهدید به عزت نفس خود را تقلیل دهد یا بی اثر نماید صحبت نموده است افراد می آموزندکه با سبک های مختلف و درجات مختلف با چنین تهدید های روبرو می شوند. توانایی اجتناب با کاهش از دست دادن عزت نفس در حفظ سطح نسبتاً بالا ومطلوب عزت نفس مهم می باشد. گر چه سالیوان در مورد اینکه این توانایی چگونه به وجود می آید. بحثی به عمل نمی آورد ولی می پندارد که تجربیات اولیه خانوادگی اش نقش مهمی را ایفا می نماید. او بر بنیاد بین فردی عزت نفس یعنی اهمیت ویژه والدین وخواهران و برادران و اهمیت روش های کاهش دهنده حوادث تحقیر کننده تاکید کرده است.

 به اعتقاد پروین[[22]](#footnote-22)(1379) تاکید سالیون بر تاثیرات اجتماعی از نظریه های او درمورد رشد انسان مشهود است. این نظریات در تاثیرات بین فرد و در تاکید مراحل مهم رشد یعنی بعد از عقده ادیب به اریکسون است. مخصوصاً تاکید سالیون بر دوره نوجوانی و قبل از نوجوانی شایان ذکر است.

 در خلال مرحله نوجوانی تجارت کودک با دوستان ومعلمان خود با تاثیرات والدین رقابت می نماید. مقبولیت اجتماعی اهمیت پیدا می کند، اعتبار کودک در میان دیگران منبع مهمی برای عزت نفس با اضطراب می شود.

نظریه ی روزنبرگ**:**

 پترسون(1977) درباره نظریه ی روزنبرگ می گوید او با ابراز موضعی شبیه جمیز فرض می کند که فرایند قضاوت فرد درباره ارزش خود را می توان طی سه گام مورد تحلیل قرار داد:

1-فرد ابعادی را که بر اساس آن درباره ی خود قضاوت می نماید انتخاب می نماید مثلا قضاوت درمورد یک توانایی ورزشی یا تحصیلی.

2- فرد خودش را در این ابعاد ارزیابی می نماید. مثلاً من یک ورزشکار بد و یا دانش آموز ضعیف هستم.

3- اینکه فرد این ارزیابی را برحسب ارزش خود تقسیر می نماید مثلاً من یک ورزشکار و یا دانش آموز ضعیف هستم ما با وجود این یک انسان ارزشمند هستم. کوپر اسمیت(1967) درباره می گوید روزنبرگ مطالعات وسیعی درباره پیشایند های عزت نفس انجام داده است تحقیق او گامی مهم در روشن کردن بسیاری ار شرایط اجتماعی همراه با افزایش یا کاهش عرت نفس نشان می دهد.

نظریه ی هورنای**[[23]](#footnote-23):**

 هورنای دربحث دفاع درمقابل اضطراب بر عزت نفس تاکید می کند. اما درمورد دفاع ها می گوید که کی روش رویایی با اضطراب تشکیل تصویر آرمانی از ظرافتهای افراد است در واقع فرد برای غلبه بر اضطراب باید عزت نفس، خود را تقویت نماید و برای تقویت عزت نفس باید تصویر آرمانی بسازد. این تصویر آرمانی به هر دلیل عالی و بلند پایه بودن اثر تقویت و عزت نفس را دارد. اما چنانچه این تصویر آرمانی غیر واقع بینانه باشد و به آن نرسد منجر به نارضایتی می شود. بدینسان تصویر آرمانی نقش مهمی در اینکه فرد خود را چگونه ارزیابی می نماید. تصویر آرمانی هورنای از آرزوهای جمیز متفاوت است زیرا تصویر آرمانی(هورنای) ضرورتاً ناشی از احساسات منفی است ولی آرزوها( جیمز) ممکن است از احساسات مثبت یا منفی برخیزد.

نظریه ی آدلر**[[24]](#footnote-24):**

 آدلر( 1956-1927) در مقایسه با دیگر نظریه پردازان بر اهمیت ضعیف و با توانایی های واقعی که منجر به عزت نفس پایین می شود تاکید بیشتری نموده است. کوپر اسمیت( 1967) درباره نظریه ی آدلر می گوید: او در ابتدای کار تصور می نماید که احساس حقارت در حول و حوش اعضا الگو های مشخصی از رفتار که واقعاً نقص دارند به وجود می آید این نقص های واقعی(مثل کوری، ضعف جسمانی و....) ممکن است احساس ناکفایتی را به وجود آورند. اما بعداً آدلر این نقایص وناتوانی ها را حقارت عضوی نامیده از تعریف اجتماعی و فردی احساس حقارت متمایز می نماید.

 آدلر به شرط و پیشایند را که ممکن است پیامد های تاسف باری در رشد عزت نفس داشته باشد ذکر می کند:

اول حقارت های عضوی و تفاوت اندازه و قدرت این شرایط تا حدی زیادی غیر قابل اجتناب می باشد اما به علت اینکه اثرات برانگیختگی دارند می توان منجر به نتیجه مطلوب گردند. او مفروض می دارد که احساس حقارت ناگزیر در تجربیات دوران کودکی هر فرد به وجود می آید.

 پیشایند دوم که مهم نیز می باشد عبارت است از عدم دریافت میزان مناسب پذیرش و حمایت وتشویق از والدین و دوستان نزدیک می باشد. کودکان دارایی حقارت عضوی با دریافت پذیرش و حمایت می توانند ضعف ها را جبران و به قوت تبدیل نمایند اما آنها بدون چنین حالتی ناامید و پریشان می شوند.

 پیشایند سوم: افراط زیاد در حمایت و پذیرش است. در صورتی که آدلر معتقد است به اثرات سودمند حمایت و پذیرش می باشد ولی در مورد اثرات تخریبی افراط زیاد اخطاری می دهد او معتقد است که کودکان نازپرورده به میزان غیر واقع بینانه ای از ارزش دست خواهند یافت. آن ها خود محور و طلبکارانه می باشند و خواهان شرکت در روابط دو جانبه اجتماعی نیستند و یا آمادگی آن را ندارند.

نظریه راجرز**:**

 راجرز، عزت نفس را ارزیابی مداوم شخص از ارزشمندی خویشتن خود و یا نوعی قضاوت نسبت به ارزشندی وجودی خود تعریف كرده است. او معتقد است این صفت در انسان حالت عمومی دارد و محدود و زود گذر نیست. بر طبق نظر راجرز، عزت نفس در اثر نیاز به توجه مثبت دیگران به وجود می آید. نیاز به توجه مثبت دیگران، شامل بازخوردها، طرز برخورد گرم ‌و محبت‌آمیز، صمیمیت، پذیرش ومهربانی از طرف محیط به خصوص اولیاء كودك است (شاملو، ۱۳۶۸).

## 2-13 شیوه های فرزند پروری

 رابطة والدین اعم از آموزشی یا غیر آموزشی با فرزندان، رابطه ای یکسان و بر طبق یک الگو و مدل خاصی نیست. بر اساس تحقیقی در فرانسه، این مدلها در ارتباط با طبقة اجتماعی خانواده ها می باشند. (ژیفو لوواسور، 1995) به گفتة کاستلان "یک مدل فرزند پروری در همة خانواده ها وجود ندارد. بلکه به تعداد خانواده ها، تعداد روش های فرزند پروری وجود دارد" (کاستلان[[25]](#footnote-25)، 1986) .

برای مثال، در مورد فعالیت اجتماعی کردن کودکان، مدلهای متفاوتی وجود دارد. بومریند به نقل از سیف (همان منبع) با انجام پژوهشی در بارة 150 کودک 4 ساله، که در دورة آمادگی پیش دبستانی ثبت نام کرده بودند، والدین آنها را به سه گروه مختلف به شرح زیر تقسیم می کند:

گروه اول، والدینی هستند که فرزندان خود را مجبور به اطاعت کورکورانه می کنند. این گروه، فرزندان خود را محدود کرده، اختیار و آزادی کمتری به آنها می دهند و معتقدند که رفتار کودکان بایستی زیر نظر آنان باشد. در نتیجه، ضوابط رفتاری آنها انعطاف پذیر نبوده و یک جانبه است، و گاهی اوقات برای اجرای همان ضوابط رفتاری، کودکان را تنبیه می کنند. گروه دوم، والدینی هستند که با فرزندان خود با اقتدار رفتار کرده، ولی بر عکس گروه اول معتقد به انعطاف پذیری در رفتارند. به فرزندان خود فرصت می دهند تا در صورت لزوم اعتراض کنند و تربیت خاصی را با دلیل به آنها تفهیم می کنند. گروه سوم، والدینی هستند که نسبت به رفتار فرزندان تحمل پذیرند و در برابر اعمال خلاف، چشم پوشی می کنند. این والدین، معیارهای مشخصی را جهت رفتار کودکان در نظر می گیرند، و سایر رفتار آنان را با دیدة اغماض می نگرند، جز رفتارهائی که باعث صدمه و آسیب بدنی به آنها می شود. علی شریعتمداری نیز سه روش دمکراسی، آزادی و دیکتاتوری را تقریبا با همین محتوی به عنوان شیوه های فرزند پروری موجود در خانواده ها معرفی می کند. (شریعتمداری، 1367) در پژوهش حاضر، نکتة قابل تعمق در شیوه های فرزندپروری، حضور فیزیکی والدین در محیط خانه یعنی زمان بودن با فرزندان و چگونگی فضای فرهنگی حاکم بر خانواده مد نظر می باشد.

2-13-1 تاثیرات والدین:

 انسان، چون موجودی اجتماعی است و در ارتباط با محیط های اجتماعی مختلف می باشد، از هر محیطی چیزی می آموزد تا در مجموع از فرد بدونِ هویت، تبدیل به شخصِ اجتماعی (نیک گهر، 1369) و دارای هویت اجتماعی گردد و طبیعی است که این فرد شهروندی مثمر ثمر برای جامعة خویش می شود. در گذر از شخص فردی بدون هویت به شخص اجتماعی، فعالیت جامعه پذیری نسبت به وی اعمال می شود. امر جامعه پذیری توسط منابع مختلف بر روی انسان عملی شده، و هر یک بخشی از شخصیت فرهنگی و اجتماعی شخصِ اجتماعی شده را می سازند. در این بین، خانواده در اکثر جوامع از جمله ایران بیشترین نقش را ایفا کرده، (پیاژه، 1981) که این نقش در رفتارها و نوع فرزند پروری آن ها متبلور می شود.

 در این رابطه ثنائی به نقل از فریمو می گوید: "اثر خانواده بر اشخاص از تمام نیروهائی که تا بحال شناخته شده بیشتر است. یعنی اثر خانواده فراتر از فرهنگ جامعه، دنیای کار، دوستان، نزدیکان و امثال آن هاست" (ثنائی، 1378). ثنائی به نقل از مینوچین بر این باور است که، "فرد بدون خانواده، قابل تعریف نیست. در واقع خانواده کانون شکل گیری و هویت فرد است" (همان منبع). باقر ثنائی نیز خود معتقد است، " انسان عمدتا وارث برنامه ریزی های خودآگاه و ناخود آگاه خانواده و برون سازی های دوران کودکی خود با آنهاست" (همان منبع). اعزازی نیز به نقل از ماکس هورکهایمر معتقد است که " از میان تمام نهاد های اجتماعی که فرد را برای قبول اقتدار (دیکتاتوری در سطح جامعه) آماده می سازد، خانواده در مقام اول قرار دارد." (اعزازی، 1376) در همین رابطه کلاین برگ نقل می کند که، " ژاک در مطالعة استادانة خود در بارة قدرت طلبی درکودکان 4 ساله ثابت کرد که تغییر صفات شخصیت بر اثر تغییر اوضاع و احوال محیط ممکن است." (کلاین برگ، 1372) و تاثیر گذارترین این محیط ها خانواده می باشد. به عقیدة کاردینر "شیوة تربیت کودک (نخستین نهاد اجتماعی) ساختمان اساسی شخصیت را پی ریزی می کند." (همان منبع) نیوکمب چنین می گوید: "تفاوت جنبه های عملی تربیت کودکان نتیجة تفاوت فرهنگی و نیز تفاوت شخصیت است." (همان منبع) شیخاوندی نیز در مورد تاثیر خانواده بر شخصیت فرزندان معتقد است که "بر اساس مطالعات روانی- جامعوی، مثلا ملاحظه شده است که در خانواده های سخت گیر کودکان یا سر به طغیان می زنند و خشونت بخرج می دهند و یا احساس گناه و مجرمیت می کنند و در خود فرو می روند." (همان منبع)

 رابطة والدین با فرزندان یا شیوه های فرزند پروری، در گذر از اعمالی است که اهداف گوناگونی را در بر دارد. تربیت اخلاقی و روانی، شناسائی، رشد و پیشرفت استعدادهای فرزندان، آموزش مهارت ها، آشنا کردن با قوانین و هنجارهای جامعه از دید والدین، از جملة این اهداف می باشند. "پارسنز نیز دو کارکرد اساسی یعنی اجتماعی کردن و شکوفایی شخصیت فرزند را برای خانواده در نظر می گیرد." (اعزازی، 1376)
این گونه اهداف والدین که شامل تمام فعالیت ها و اعمالی می شود که به صورت مستقیم یا غیر مستقیم ارتباط آنها را با فرزندان در رفتارهای روزمره (برجه و لوکمان، 1986) نشان می دهد، هستة اصلی این مقاله بوده، که تحت عنوان فرزند پروری یا رابطة آموزشی مطرح می باشد. این فعالیت ها برطبق نظریة عمل بوردیو جامعه شناس معاصر فرانسوی (بوردیو[[26]](#footnote-26)، 1989) توسط نیروهائی هدایت و یا کنترل می شوند، که این نیروها به صورت یکسان و به یک اندازه نزد انسانها از جمله والدین وجود ندارد. این نیروها در ارتباط با وضعیت اقتصادی اجتماعی و فرهنگی خانواده می باشند. همچنین تصوراتی که والدین از فرزندان خود دارند، تاثیر بر روی چگونگی نوع روابط یعنی شیوه های فرزند پروری نیز دارند. (منادی، 1378) تصورات نیز تحت تاثیر طبقة اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی فرد (یا سرمایه های فرهنگی) می باشند. تصورات و فرهنگ فرد، یعنی عادت واره (بوردیو، 1380) هر دو عامل به صورت مستقیم و غیر مستقیم اعمال فرد را هدایت و کنترل می کنند. در این پژوهش، فرهنگ و تصورات والدین و نقش فرزند، هدایت کنندة رفتارهای آنها از جمله نوع رابطه با فرزندانشان می باشند.

2-13-2شخصیت:
 شخصیت مجموعة ویژگی های فکری، ذهنی، ذوقی و رفتاری انسان است که غالبا در گفتارها و رفتارها و عکس العمل انسان ها در فعالیت و برخوردهای روزمره اشان قابل رؤیت است. شخصیت به مانند "وجدان که امری اجتماعی است" (لوفور، 1976)، محصول محیط اجتماعی و فرهنگی ای است که فرد در آن متولد شده و بزرگ می شود. پر واضح است که خانواده، فرهنگ حاکم بر جامعه، رسانه ها و نهاد آموزش و پرورش هر یک به نوعی در ساختن ویژگی های شخصیت فرد سهیم هستند. ولی "تاثیر خانواده بر شخصیت افراد از امتیاز خاصی بر خوردار است" (پروین، 1374)

 شخصیتِ انسان بطور شگفت انگیزی پیچیده است. (گلدارد، 1374) یا به باور لاپاساد ناتمام است (لاپاساد، 1997) لذا، بسادگی نمی توان کلیة ویژگی های شخصیت یک انسان را شناسایی کرد. ما نیز قصد چنین کاری را در این پژوهش نداریم. از میان ویژگیهای متعدد شخصیت افراد، یک ویژگی برای ما قابل تعمق بوده است. اجتماعی بودن انسان یا چگونگی رابطة وی با محیط اطراف خود اعم از والدین، دوستان و یا در جامعه و مدرسه مد نظر می باشد. برای شناسایی اینگونه رابطه از اندیشة ژاک اردوآنو روانشناس اجتماعی معاصر فرانسوی استفاده کرده ایم.

 اردوآنو (اردوآنو، 1994)، رفتار و رابطة انسان را با هر نظامی ( خانه، مدرسه، محیط کار و غیره) که در آن قرار دارد به سه حالت معرفی می کند. وی معتقد است، وقتی انسان در مقابل قوانین، هنجارها و آداب های آشکار و پنهان نوشتاری و گفتاری یک نظامی قرار می گیرد، امکان انتخاب یکی از سه حالت مختلف را دارد. این سه حالت که هر یک ویژگی خاص خود را دارند، عبارتند از: رفتاری مجریانه، رفتاری بازیگرایانه، و رفتاری خالق گرایانه. این سه حالت هر یک محصول یکی از شیوه های فرزند پروری می باشند.
با توجه به اینکه والدین تشکیل دهنده های اصلی و اولیة هر کانون خانواده هستند، نوع نگاه آنها نسبت به فرزند یا جایگاه فرزند در خانواده، شکل رابطة آنها را با فرزندان مشخص و هدایت می کند. طبیعتا، فرزندان نیز نسبت به کنش های والدین، واکنش نشان می دهند. این واکنش ها در طی گذر زمان در شکل شخصیت آنان انعکاس می یابد. یعنی حرکت اصلی و اولیه توسط والدین آغاز و به اجرا گذاشته می شود. حرکت والدین تحت تاثیر جهان بینی یا سرمایه های فرهنگی آنان می باشد.

 در بعضی از خانواده ها، والدین تصمیم گیرندگان اصلی بوده و فرزندان بدون چون و چرا، اوامر و خواسته های آن ها را اطاعت می کنند. یعنی در این حالت، فرزندان نقشی پائین تر از والدین داشته، و روش والدین که فقط نان آور خانواده می باشند قائدتا استبدادی بوده، و در این حالت غالبا زمان گفتگوئی بین والدین و فرزندان وجود ندارد، یا در صورت وجود اندک خواهد بود.ژدر خانواده های دیگر، فرزند سالاری ملاک بوده، یعنی توجه و اهمیت بیش از حد به فرزندان می شود که باعث شده فرزند، محور قرار بگیرد و والدین نقش اصلی خود را در تهیة رفاه فرزندان خلاصه می کنند. در این حالت بیشتر یک رابطه بر اساس آزادی حاکم است و در مواقعی زمان گفتگو به مقدار کم وجود دارد، چون والدین وظیفة خود را در تهیة رفاه مادی فرزندان خلاصه کرده اند. خانواده هائی که در حالت میانه به صورت دموکراتیک رفتار می کنند، یعنی، هر دو بخش اعضاء خانواده دارای ارزش یکسانی بوده، ولی دارای وظایف متفاوتی می باشند. در این حالت، والدین هم نان آور خانواده بوده، هم به احساسات فرزندان توجه دارند، یعنی با فرزند گفتگو و مشورت می شود.

 هر یک از این سه حالت، یعنی فرزند عضو ضعیف خانواده باشد، یا فرزند محوری، و یا فرزند عضوی برابر با والدین باشد، این ویژگی ها در طبقات اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی متفاوتی نیز هستند. علاوه بر این عنصر، ویژگی های شخصیتی و فرهنگی والدین نیز در چگونه انگاشتن فرزند دخالت دارند. تحقیقی که توسط یک گروه متخصص در فرانسه در سال 1994، صورت گرفته است، به این نتیجه دست یافتند، هر چقدر والدین دارای شخصیتی درونی باشند، فرزندان خود را بیشتر پذیرا هستند و هر چقدر کمتر درونی باشند و بیشتر بیرونی باشند، کمتر فرزندان خود را می پذیرند (ورکر[[27]](#footnote-27) و همکاران، 1994).

## 2-13-3 ویژگی های شخصیتی فرزندان

 انسان ها دارای ویژگی های شخصیتی متفاوتی می باشند، یعنی دارای «خود»های (مید، 1963) متفاوتی می باشند، و خود آن ها نیز در برگیرندة دو بخش یعنی «خود فاعلی» و «خود مفعولی» است. خود مفعولی حاصل محیطی است که فرد در آن رشد می کند که یکسان نخواهد بود. چون محیط ها برای همة افراد یکسان نیست. ژاک اردوآنو رفتار و واکنش انسان را در مقابل نهادها و سازمانهای مختلف به سه صورت مجری، بازیگر و خالق ترسیم کرده است. بر اساس تفکر اردوآنو، این سه حالت و ویژگی در تمام محیط ها قابل مشاهده بوده، ما نیز آنها را در محیط خانواده بررسی می کنیم (اردوآنو[[28]](#footnote-28)، 1994) .

  **مجری**: فرزندانی هستند که مطیعِ بدون چون و چرای دستورات و خواسته های والدین خود بوده و هیچگونه مخالفتی نسبت به اومر آن ها نداشته و خود را مسؤل کارهای خود نمی دانند. اینگونه افراد در نتایج بدست آمده از پژوهش های انجام شده متعلق به خانواده هائی بودند که والدین رابطه ای مستبدانه با فرزندان خود داشتند. البته فقط در بین نمونه های مردم نگارانة خود، نمونه ای از پدر مستبد (استبداد استدلالی) و فرزند مجری برخوردیم که فرزند بعد از رسیدن به مرز نوجوانی از حالت مجری خارج شده و به رفتار بازیگر دست زده بود. در هیچ یک از نمونه هائی که والدین رابطه ای بر اساس دمکراسی و آزادی داشتند، فرزندانشان رفتاری مجریانه نداشتند.

**بازیگر:**

 فرزندانی هستند که هر چند مسؤلیتی در قبال اعمال خود ندارند، ولی سعی می کنند دستورات والدین خود را با توجه به شرایط خودشان تا حدودی تغییر دهند و شرایط را بر وفق مراد خود مهیا کنند. این نوع فرزندان مانند بازیگران نقش های مختلف را ایفا می کنند. به عبارت دیگر، بازیگران بر اساس محیط هائی که در آن قرار می گیرند، معنی خاصی از آن محیط کرده و رفتاری مشابه آن معنی دارند. (فرزاد و دولابار، 1990: 94) نمونة بارز اینگونه فرزندان در سنین بعد از نوجوانی مربوط به خانواده هائی است که رابطه ای استبدادی دارند. در نمونه های مردم نگاری خود فرزندانی را یافتیم که تا قبل از 18 سالگی روشی صد در صد مجری گرایانه داشتند، ولی زمانی که توانستند کمی پا را از محیط خانه فراتر بگذارند، رفتار بازیگرانه را در پیش گرفتند. چند مورد از خانواده هایی که در آن شیوة آزادی حاکم بود، رفتاری بازیگرانه داشتند. و فقط دو مورد خانواده با شرایط دمکراسی، دارای فرزندان بازیگر بودند.

 **خالق:** فرزندانی که حرف ها و دستورات والدین را گوش می کنند، شرایطی را بوجود می آورند که هم رضایت والدینشان را بدست آورده و هم به عقاید و خواسته های خودشان برسند. در واقع، آنها بر اساس خواسته های والدین و امکانات موجود، شرایط جدیدی را بوجود می آورند که مطابق رضایت خود و والدینشان باشند. اینگونه فرزندان بدون استثناء متعلق به خانواده هائی بودند که دمکراسی و یا آزادی در محیط خانواده اشان حاکم بود. اکثر موارد از خانواده هایی که شیوة دمکراسی را اجرا می کردند، فرزندانشان خالق بودند و چندفرزند از خانواده هایی با شیوة آزادی، فرزندانشان خالق بودند.

خانواده، مدرسه، رسانه ها، شبکة دوستان و مکان های عمومی ( کوی و برزن، مغازه ها، پارک ها، سینما، معابد و غیره) امروزه جزء منابع اصلی و تاثیر گذار هر جامعه ای می باشند. اما، در میان این عناصر، خانواده اولین و بیشترین تاثیر را بر روند ساخت هویت فرهنگی اجتماعی انسان و چگونگی شکل گیری این هویت دارد.

2-13-4 سبك هاي فرزند پروری[[29]](#footnote-29) و خلاقیت:

 خلاق بودن كودكان، تحت تاثير عوامل محيطي بويژه نگرش[[30]](#footnote-30) و شيوه هاي پرورشی و تربيتي والدین است مطالعه ارتباط اين دو متغيير، همواره مد نظر پژوهشگران بوده و هست. شواهد حاكي است خانواده مهم ترين نقش را در كنترل و هدايت تخيل و ظهور خلاقيتها ايفاء مي كند. برآيند كلي نتايج تحقيقات حاكي است كه بطور مشخص جو و محيط خانوادگي افراد خلاق، متفاوت از جو و محيط خانوادگي افراد غير خلاق است. اين تفاوت عمدتا ناشي از نوع ارتباط متقابل والدين و فرزندان بوده است براي مثال شيفر (1970) با مطالعه 10 نفر دانش آموز تيز هوش دختر كه زودتر از موعد مهارت خواندن را يادگرفته، سرگرمي هاي خلاقانه (نقاشي و شعر) داشته و داراي قدرت تخيل قوي بودند دريافت كه خانواده ها با آنان سخت گيري كمتري اعمال مي كردند. اوايل قرن 20 نگرشها، شيوه هاي تربيتي و الگوهاي رفتاري والدين با فرزندان تحت تاثير مكاتب رفتارگرايان[[31]](#footnote-31) خشك و خشن بود اما از سال هاي 1940 و تحت تاثير طرفداران مكتب روانكاوي بويژه بنيامين اسپاك كه به اهميت مسائل عاطفي، ارضاء نيازها و زيان ناشي از كنترل شديد تمايلات طبيعي تاكيد داشت، آسان گيري و انعطاف پذيري در تربيت جايگزين آن شد( كفايت، 1373، ص 5 و 6). برخي تحقيقات نشان مي دهد كه والدين كودكان خلاق، در رفتارهاي خود هماهنگي بيشتري نشان مي دهند و كودكان خود را آنگونه كه هستند قبول دارند و آن ها را به كنجكاوي در باره اشياء و امور تشويق مي كنند و كودكان خود را در انتخاب موضوعات مورد علاقه آزاد مي گذارند و صرفا كارها و برنامه هاي آنان را با نظارت و پيگري مد نظر قرار مي دهند تا دخالت. اگر كودكان بتوانند از محيط خود بخواهند كارهايي برايشان انجام دهد، در سنين پائين تر كمتر به پدر و مادر وابسته مي شوند و احساس سلطه بر محيط و شايستگي فردي خواهند كرد و به خوبي مي توانند از عهده مخاطرات كنجكاوي، جستجوگري، و خلاقيت فكري برآيند و در زندگي برخوردي كارساز و مشكل گشا پيدا كنند ( تافلر، 1371).

 بطور كلي خانواده ها، برای تربیت فرزندان خود یکی از روش های سلطه گری، وابستگی شدید و سهل انگاری را که به اختصار توضیح داده می شود بکار می برند.

سلطه گری[[32]](#footnote-32): این روش شامل ایجاد محدودیتهای زیاد در رفتار، گفتار و کردار فرزند در زمینه رعایت نظافت، مراقبت از وسایل، سکوت، اطاعت، بروز احساسات و... ازسوي والدين است والدین سلطه گر ممکن است حتی با بی تفاوتی و آرامش، خواسته های خود را به فرزندان تحمیل نمایند و یا روش هیجان آمیزی در پیش بگیرند.

وابستگی شدید[[33]](#footnote-33):  در این روش والدین خود را فدای فرزندان کرده و در هرحال آنها را نیازمند خود بار می آورند. این قبیل والدین قطع رابطه عاطفی با فرزندان را به تاخیر انداخته، مراقبت و نظارت کامل و مدام را ضروری می دانند. یعنی درهمه حال، حتی در بزرگسالی فرزندان را نیازمند حمایت، راهنمائی و کنترل می دانند. طبيعي است اين قبيل رفتارها مانع بروز خلاقيت خواهند بود. رو[[34]](#footnote-34) ( 1953) در تحقيقي كه در باره زندگی دانشمندان برجسته انجام داده نشان مي دهد كه احساس استقلال و بي شباهت بودن به ديگران در افراد خلاق که به صورت آشكار و زودرس بروز مي كند مشخص كننده نياز به خودپيروي[[35]](#footnote-35) در آن هاست (ميناكاري، 1368، ص 82). استقلال واقعی از والدین کار چندان آسانی نیست چرا که اولا انگیزه ها و مشوق های آن برای کودکان قوی هستند و ثانیا تغییر شیوه ها و باورهای افراد بزرگسال ( والدین ) دشوار است. در هرحال به تناسب میزان وابستگی به والدین، استقلال و اتکاء به خود کودکان به تاخیر می افتد. بدیهی است این مسئله باعث به وجود آمدن مشکلاتی در زندگی اجتماعی، تحصیلی و... می گردد. عملکرد ضعیف آموزشی، خلاقیت و اعتماد به نفس پائین از جمله تبعات طبیعی چنین شیوه تربیتی است (کفایت، 1373).

سهل انگاری[[36]](#footnote-36): والدین سهل انگار نه تنها کنترل و فشاری بر روی فرزندان خود، بلکه انتظار توقعی خاص هم ازآنان ندارند. آنان در دادن پاداش و اعمال تنبیه چندان جدی نیستند. در انجام امور شخصی، نظافت و تکالیف درسی فرزندان با مسامحه برخورد می کنند معمولا وقتی برای در کنار فرزندان بودن اختصاص نمی دهند و انتظار دارند فرزندانشان درد سر و مشکلی برای آنان درست نکنند.

 دایانا بامریند[[37]](#footnote-37) ( 1967) در یک رشته تحقیقات، با زیرنظرگرفتن والدینی که با فرزندان پیش دبستانی خود تعامل می کردند، اطلاعاتی را در مورد شیوه های فرزند پروری گردآوری کرد. معلوم شد که فرزند پروری دو جنبه گسترده دارد: جنبه اول پرتوقع بودن است. برخی از والدین، معیارهایی عالی برای فرزندانشان مقرر می کنند و از آنها توقع دارند که این معیارها را برآورده سازند. والدین دیگر، توقع خیلی کمی دارند و به ندرت سعی می کنند رفتار فرزندانشان را تحت تاثیر قرار دهند. جنبه دوم، پاسخدهی است. برخی والدین، نسبت به فرزندان خود پذیرا هستند و به درخواست های آنها پاسخ می دهند. آنها غالبا به بحث آزاد و گفتگو با فرزندان می پردازند. برخی والدین هم، طرکننده و بی اعتناء هستند. به طوری که ترکیبات گوناگون پرتوقعی و پاسخدهی، چهار سبک فرزند پروری را به بار می آورد که عبارتند از: مقتدرانه، مستبدانه، آسان گیرانه و بدون دخالت.

1. سبک فرزند پروری مقتدرانه[[38]](#footnote-38): سبك مقتدرانه مناسب ترین روش فرزند پروری است. والدین مقتدر درخواست های معقولی برای پختگی دارند و این درخواستها را با تعیین محدودیت ها و اصرار بر اینکه کودک باید از آنها تبعیت کند، به اجرا می گذارند. در عین حال، آنها محبت و صمیمیت از خود نشان می دهند، صبورانه به نقطه نظرهای فرزندشان گوش می کنند، و مشارکت در تصمیم گیری خانوادگی را ترغیب می نمایند. فرزندپروری مقتدرانه، روشی منطقی و دموکراتیک است که طی آن، حقوق والدین و کودکان محترم شمرده می شود. یافته های بامریند نشان داد که فرزندان والدین مقتدر، بسیار خوب پرورش می یابند. آن ها شاد و سرحال هستند، در تسلط یابی بر تکالیف جدید، اعتماد به نفس دارند و خودگردان هستند. این کودکان، سوگیری جنسیتی کمتری نشان می دهند. دخترها در استقلال و میل به تسلط یافتن بر مهارت های جدید، و پسرها در رفتار دوستانه و یاریگرانه، نمره های بالایی کسب کردند (اعزازی، 1376). بعد از تحقیقات اولیه بامریند، مطالعات زیادی یافته های او را تایید کردند. فرزند پروری مقتدرانه در طول سال های کودکی و نوجوانی، با عزت نفس زیاد، پختگی اجتماعی و اخلاقی و پیشرفت تحصیلی رابطه دارد. چرا تربیت مقتدرانه تا این اندازه موثر است ؟ چون اولا، کنترلی که از نظر کودک منصفانه و معقول است، نه توهین آمیز و خودسرانه، به احتمال بیشتری تبعیت و درون سازی می شود. ثانیا، والدین مهرورزی که از معیارهای خود برای فرزندانشان مطمئن هستند، خودشان الگوهایی مناسب برای رفتار خودگردان و اطمینان بخش می شوند. ثالثا اینکه، والدین مقتدر توقعاتی دارند که در رابطه با تواناییهای در حال رشد فرزندشان، معقول و متناسب هستند. این والدین، از طریق تنظیم کردن انتظاراتشان با توانایی فرزندان خود در پذیرفتن مسئولیت اعمالشان، به آنها امکان می دهند تا بفهمند افراد شایسته ای هستند که می توانند خودشان کارهای روزمره زندگی را با موفقیت انجام دهند. در نتیجه، عزت نفس زیاد و رفتار پخته و مستقل، در كودكان پرورش می یابد.
2. سبک فرزند پروری مستبدانه[[39]](#footnote-39): والدینی که از سبک مستبدانه در تربيت فرزندان استفاده می کنند نیز متوقع هستند، ولی برای پیروی کردن آنچنان ارزش زیادی قایل هستند که فرزندانشان دوست ندارند پیروی کنند. " همان کاری که من گفتم انجام بده " نگرش این والدین است. در نتیجه، چون آن ها انتظار دارند فرزندانشان از دستورات بزرگترها، بی چون چرا اطاعت کنند، کمتر به گفتگو با آن ها می پردازند. اگر کودک اطاعت نکند، والدین مستبد به فشار وتنبیه متوسل می شوند. بامریند دریافت که کودکان پیش دبستانی دارای والدین مستبد، مضطرب، گوشه گیر و ناخشنود بودند. وقتی که آن ها با هم سالانشان تعامل می کردند، در صورت ناکامی، با خصومت واکنش نشان می دادند. مخصوصا پسرها، خشم و سرپیچی زیادی نشان می دادند، دخترها، وابسته و بی علاقه به کند و کاو بودند، و از تکالیف چالش انگیز عقب نشینی می کردند (همان منبع).
3. سبک فرزند پروری آسان گیرانه[[40]](#footnote-40):  والدینی که از سبک آسان گیرانه براي پرورش كودكان استفاده می کنند، مهرورز و پذیرا هستند، ولی متوقع نیستند و از هرگونه اعمال کنترل، خودداری می کنند. والدین آسان گیر به فرزندان اجازه می دهند در هر سنی که هستند، خودشان تصمیم بگیرند، در حالی که، هنوز قادر به انجام این کار نیستند. آن ها می توانند هر وقت که دوست دارند غذا بخورند و بخوابند و هر قدر که می خواهند تلویزیون تماشا کنند. آن ها مجبور نیستند طرز رفتار خوب یاد بگیرند يا کارهای خانه را انجام دهند. گرچه برخی از والدین آسان گیر واقعا معتقدند که این روش بهترین روش است، ولي از توانایی خود در تاثیرگذاري بر رفتار فرزندشان مطمئن نیستند و از لحاظ اداره کردن خانه خود، بی کفایت و بی برنامه هستند. بامریند دریافت که فرزندان والدین آسان گیر، خیلی ناپخته به بار مي آيند. آن ها در کنترل کردن تکانه ها یشان مشکل داشتند و وقتی از آن ها می خواستند کاری را انجام دهند که با تمایلاتشان مغایر بود، اطاعت نمی کردند. ضمنا آن ها بسیار پرتوقع و وابسته به بزرگترها بودند، و در مقایسه با کودکانی که والدینشان کنترل بیشتری اعمال می کردند، در تکالیف پیش دبستانی استقامت کمتری نشان می دادند. رابطه بین تربیت آسان گیرانه و رفتار وابسته، مخصوصا در پسرها، نیرومند بود (کری، ترجمه سیدمحمدی، 1385).
4. سبک فرزند پروری بدون دخالت ( بي توجه )[[41]](#footnote-41):  در این سبک، کم توقعی با بی اعتنائی و طرد همراه است. والدینی که دخالت نمی کنند اغلب افسرده هستند و استرس زندگی به قدری آنها را از توان انداخته که وقت وانرژی کمی برای فرزندانشان دارند. فرزند پروری بدون دخالت در حالت شدید آن، نوعی بدرفتاری با کودک است که بی توجهی نامیده می شود. این شیوه، مخصوصا اگر اوایل زندگی شده باشد، تقریبا تمام جنبه های رشد، از جمله دلبستگی، شناخت و مهارتهای هیجانی و اجتماعی را مختل می کند (همان منبع).

 تحقیقات اولیه صورت گرفته نشان داده است که کودکان خلاق در خانواده هایی پرورش یافته اند که فقدان سلطه گری و خطاپذیری جزو مشخصه های آن بوده است. واتسون (1960) گتزلز و جکسون (1962) شیفر ( 1970) در مطالعات خود دریافتند که رفتار والدین با کودکان خلاق آزادمنشانه تر و مسامحه کارانه تر بوده، خواندن را زود آموخته، قوه تخیل داشته و سرگرمیهای خلاقانه ( شعر ونقاشی )داشته اند مادران دانش آموزان باهوش دغدغه دائمي و وسواس گونه اي در مورد موفقيت تحصيلي، رعايت آداب و نظم فرزندان خود داشته اند در حاليكه مادران كودكان خلاق در اين خصوص حساسيت كمي داشته و بيشتر بر مفهوم ارزشها و استقبال از مشكلات زندگي تاكيد مي كنند. همچنين مادران افراد خلاق خيلي كمتر از مادران ديگر از مخاطرات واهمه داشته و از پول، مسائل و مشكلات اقتصادي سخن مي گويند( ميناكاري، 1368). کروپلی ( 1967) داستان دختری خلاق بنام کاترین و پسری غیر خلاق بنام تام را چنین تشریح می کند: درمورد کاترین والدین آزادی عمل کافی و امکان مخالفت با نظر والدین را به کودک داده و حمایت محدودی بعمل می آورند اما در مورد تام والدین اجازه اتخاذ کوچکترین تصمیم را نمی دهند و پیوسته راهنمای عمل فرزندشان هستند و برای موفقیت او همه چیز را مهیا می سازند اما نتیجه به موفقیت منجر نمی شود. تحقیقات لیندبلد[[42]](#footnote-42) ( 1976) نشان داده است که رشد قوه خلاقیت کودکان تا حدود زیادی به نحوه تعامل والدین در این خصوص دارد (کفایت، 1367).

 لازم به يادآوري است كه بدانيم به موازات تغيير در خيلي ازمسائل، الگوهاي تربيتي و ارتباطي والدين و فرزندان در آينده بسياردگرگون خواهد شد. همان طوري كه امروز خيلي متفاوت تر از گذشته است. كودكان فردا احتمالا در جامعه اي بزرگ مي شوند كه به مراتب كمتر از دهه 1960 و حتي جامعه فعلي ما "كودك محور" خواهد بود مثلا سالخوردگي جمعيت جهان باعث تغيير جهت توجه به آن نسل و كم توجهي به كودكان و نوجوانان شده است. در دوران موج دوم ( انقلاب صنعتي[[43]](#footnote-43)) پدران و مادران، اغلب آرزوها و روياهاي خود را در وجود فرزندان خويش متجلي مي ديدند و كودكان گل سرسبد خانواده و غرق در ناز و نعمت بودند زيرا والدين انتظار داشتند وضع فرزندانشان از نظر اجتماعي - اقتصادي بهتر از خود آنان بشود. از آنجا كه والدين انتظار داشتند موقعيت فرزندانشان در جامعه ارتقاء پيدا كند بيشتر تشويق مي شدند تا تمام تلاش خود را صرف پرورش آن ها كنند. امروزه بسياري از پدران و مادران طبقه متوسط نظير فرزندان خود با اين واقعيت تلخ مواجه شده اند كه در جهان پيچيده امروز فرزندان آنها به جاي آنكه از نردبان موقعيت اجتماعي – اقتصادي بالا بروند دائما دارند پائين مي روند و در نتيجه اين اميد والدين كه از طريق پيشرفت فرزندان، آرزوهايشان برآورده شود بكلي از بين رفته است(البته در جامعه ما هنوز سرمايه گذاري و هزينه كردن والدين و تلاش آنان براي رشد و موفقيت فرزندان خيلي بالاست و این واقعیت ظاهرا خوش آیند یکی از نگرانی های تربیتی وآسیب های جدی انگیزشی و کارآمدی نسل آینده باید تلقی گردد)در عين حال مسئوليت هاي بيشتري از سنين پائين متوجه خود كودكان خواهد بود همين موضوع نياز به تلاش و خوداتكائي آنان را ايجاب خواهد كرد( تافلر، 1980، ص 530- 529). بنابراين از نقش خانواده كاسته شده، مسئوليت و نقش پرورش استعداد ها و خلاقيت كودكان تا حد زيادي به خود آنان، دولت ها و سازمان هاي آموزشي واگذار خواهد شد.

## 2-14 سلطه جویی والدین

 والدین سلطه جو وظیفه خود می دانند که رفتار خارجی کودکانشان را تحت کنترل درآورند. آن ها نسبت به فرزندان خود احساس مسئولیت گرده و این احساس مسئولیت اکثرا به احساس قدرت مطلق منتهی می شود. این گونه والدین در نقش قاضی ظاهر می شوند و مدام از قید " تو باید " استفاده می کنند و...یکی از تکنیکهای اصلی والدین قضاوت گر اقتدارطلب، آن است که دیگران را با احساس گناه[[44]](#footnote-44) کنترل نمایند. اگر کودک آنچه را که مطابق خواسته آن ها است انجام ندهد، والدین سعی می کنند در او احساس گناه ایجاد کنند " چرا نمی خواهی مثل یک پسر بزرگ رفتار کنی ؟ " یا از روش دگررهبری[[45]](#footnote-45) استفاده می کنند " وقتی تو اینگونه رفتار می کنی دیگران در باره تو چه فکر می کنند ؟" و یا از شگرد محبت استفاده می نمایند " با این رفتاری که تو داری نمی توانیم تو را دوست داشته باشیم " همچنین از مفهوم انتظارات استفاده می کنند " تو باید مثل پدرت قوی باشی" والدین با بکار بستن همه این روش ها از کودکانشان می خواهند طوری رفتار کنند که هم از نظر اجتماعی مقبولیت داشته و هم برای سلامت فکری و جسمانی آنها حداکثر فایده را داشته باشد. ولی چون مطمئن نیستند که چگونه به چنین رفتاری نایل آیند، نمی توانند این نکته را تشخیص دهند که آنچه به عنوان احترام و اطاعت از فرزندانشان می خواهند، آموزش انضباط نیست بلکه اغلب نتیجه احساس ناایمنی خودشان است. این گونه والدین متوجه نیستند خصوصیتی که توسط کودکان در حد طبیعی و منطقی ابراز می شود، برای رشد عاطفی، عقلانی و همچنین بروز قوای خلاقانه آنها، واقعا ضرورت دارد. اگر کودکی احساس امنیت، شایستگی و با ارزش بودن داشته باشد احتمال این که انضباط وی مشکل خاصی ایجاد کند کاهش پيدا كرده و با مقداری طرف توجه قرار دادن احساسات و مقبولیت کودکان باعث ارضاء آنها از این نیاز می شود. بنابراین می توان نتیجه گرفت که انضباط احساس مرکزی[[46]](#footnote-46) خویشتن سازانه، شق صحیح کنترل کنش مرکزی[[47]](#footnote-47) است. در چنین حالتی است که برای کودک به جای اطاعت کورکورانه از دیگران، خودکنترلی[[48]](#footnote-48)، هدف قرار می گیرد... پدر و مادری که می توانند احساسات و نگرش های فکری کودکان را تحمل نمایند، خواهند توانست مشکلات ناشی از انضباط را نیز با مهارت برطرف نمایند. اگر محیط عاطفی خانواده همواره گرم و پذیرا باشد، حتی اگر شدت عمل هم رواج داشته و در مورد رفتار کودک محدودیت های بجائی وجود داشته باشد، بازهم کودک احساس امنیت کرده و استعداد هایش شکوفا خواهد شد (میرثانی، 1388).

 پدر یا مادر خویشتن ساز[[49]](#footnote-49) برخلاف والدین سلطه جو، رشدگرا[[50]](#footnote-50) یا طرفدار رشد می باشند. آن ها زندگی را صحنه ای می دانند که در آن فرد می تواند خود را بسازد. آن ها به جای آن که " بایدگرا[[51]](#footnote-51) " باشند" هست گرا[[52]](#footnote-52) " هستند سعی دارند کودکان خود را چنانچه هستند بپذیرند و آنها را در رشد و بهبود کمک کنند. هدف اصلی آن ها این است که بدون تحمیل عقیده، خویشتن سازی را در کودک پرورش دهند تا آن ها به سوی فعالیت های سازنده و خلاقانه رهنمون شوند و خود راهشان را آزادانه انتخاب نمایند. این دسته از والدین زندگی را به صورت دنیای کودکی یا دنیای بزرگسالی ندیده، بلکه آن را به صورت دنیای یک انسان نگاه می کنند که در آن هر یک از افراد حق دارند خواسته های خودشان را برآورده سازند... طبیعی است در خیلی از موارد کودکان و نوجوانان نیز امیال سلطه جویانه داشته باشند. نتیجه اجتناب ناپذیر این وضع،کشمکش و جدال پایان ناپذیر بین والدین و فرزندان است که طرفین هر یک می خواهند برنده بازی شوند...بنابراین اگر مناسبات والدین و فرزندان (بویژه نوجوانان) بر پایه اصول انسانی و جهت گیری رشدگرایانه باشد نوجوانان خویشتن سازی خواهیم داشت که واجد سه ویژگی مهم انسان های خودشکوفا به شرح زیر خواهند بود.

1. خلاقیت: نوجوان خویشتن ساز یک انسان طغیان گرخلاق است. وی جرات آن را دارد که به صورت سالم طغیان نماید. طغیان وی با سمبل های خارجی نظیر موی بلند، شلوار تنگ، پوتین و امثال آن نیست بلکه با منظور، جهت دار و معنی دار در رفتار فردیش همراه می باشد. بنابراین به جای آن که ویرانگر یا منفی باشد، آفریننده و خلاق است.
2. حساسیت درارتباط شخصی: وی نه فقط از احساسات گروه همسالان خودآگاه است، بلکه با والدین و سایر بزرگسالان نیز همدلی دارد. لباس پوشیدنش مناسبت او را در درک موقعیت ها نشان می دهد.

3- آگاهی: وی می خواهد تا حد امکان از امروز لذت ببرد، خوش باشد و تجربه بیندوزد، ولی در عین حال لازم می بیند در دنیای بزرگسالان وارد شود. هدف برای او مهم است. در اینجا و حال زندگی می کند. او همچون ناخدائی است که نه فقط از قایقرانی لذت می برد، بلکه قدرت امواج، وزش باد و وسعت دریا هم او را به نشاط می آورد. نوجوان هم مانند همه ما سلطه جویی است که سعی دارد به مرحله خویشتن سازی برسد. بزرگترین وظیفه والدین این است که خودشان را از سر راه او کنار کشیده و به او آزادی عمل بدهند تا شکوفا شود( شوستروم، 1967؛ ترجمه سرمد، 1367).

## 2-15 تنوع فرهنگی در رابطه با فرزند پروری

 به رغم اتفاق نظر زیاد در مورد مزایای فرزند پروری مقتدرانه، گروه های قومی اغلب عقاید وشیوه های فرزند پروری خاص خودشان را دارند. برخی از آن ها توقعات متفاوتی دارند که وقتی ارزش های فرهنگی و شرایط زندگی خانوادگی آنها را در نظر می گیریم، سازگارانه هستند. برای مثال، بزرگسالان چینی، شیوه های تربیت خود را بسیار پرتوقع توصیف می کنند. ان ها از نظر آموزش و برنامه های اوقات فرزندانشان، رهنمود بیشتری می دهند - این تاکید، بیانگر عقاید کنفوسیوسی به اهمیت انضباط قاطع، احترام به بزرگترها و آموزش رفتار جامعه پسند است. در خانواده های آمریکای لاتینی و جزایر آسیایی اقیانوس آرام، کنترل شدید والدین ( مخصوصا توسط پدر) با محبت شدید مادر همراه می شود. اعتقاد بر این است که این ترکیب، فرمانبرداری و تعهد خانوادگی قوی در کودکان ایجاد می کند. گرچه بین آمریکایی های آفریقایی تبار، تنوع زیادی وجود دارد، مادران سیاه پوست ( به ویژه آن هایی که جوانتر، کمتر تحصیل کرده و مجرد هستند)، اغلب به شیوه بزرگسال محوری متکی هستند به طوری که انتظار دارند فرزندانشان بی چون و چرا اطاعت کنند. والدین سیاه پوست برای ایجاد اعتماد به نفس، خویشتنداری و هوشیار بودن، نسبت به شرایط زندگی مخاطره آمیز، از شیوه فرزند پروری بسیار قاطع استفاده می کنند. هماهنگ با این دیدگاه، در چندین تحقیق معلوم شد که انضباط بدنی در اوایل کودکی، پرخاشگری در سال های دبستانی را فقط در کودکان آمریکایی قفقازی تبار و نه کودکان آمریکایی آفریقایی تبار، پیش بینی کرد. این بدان معنی نیست که کتک زدن روش موثری است، بلکه حاکی از آن است که تفاوت های قومی در نحوه ای که کودکان رفتار والدین خود را در نظر می گیرند می تواند پیامدهای آن را تغییر دهد. (کری جرالد؛ ترجمه سید محمدی، 1385، 384).

## 2-16 پیشینه تاریخی تحقیق:

 تنهای رشوانلو و همکاران (1388) در یک پژوهش به بررسی ارتباط ادراک از سبک فرزندپروري والدين با انگيزش تحصيلي و پيشرفت تحصيلي در دانش آموزان دبيرستاني پرداختند. به اين منظور تعداد 337 دانش آموز (177 پسر و 160 دختر) کلاس سوم رياضي دبيرستان هاي شهر بجنورد با روش نمونه گيري تصادفي چندمرحله اي انتخاب شدند و دو مقياس انگيزش تحصيلي (AMS) و مقياس ادراک شيوه والدين (POPS) را کامل کردند. از رگرسيون چند متغيري براي تحليل داده ها استفاده شد. در مجموع نتايج نشان داد که درگيري مادر و گرمي پدر خرده مقياس هاي انگيزش دروني، تنظيم همانندسازي شده و پيشرفت تحصيلي را پيش بيني مي کنند. حمايت پدر از خودمختاري انگيزش دروني براي فهميدن، انگيزش دروني براي تجربه تحريک و پيشرفت تحصيلي را پيش بيني مي کند. حمايت مادر از خودمختاري، گرمي مادر و درگيري پدر نمي تواند انگيزش تحصيلي و پيشرفت تحصيلي دانش آموزان را پيش بيني کند. تاثيرات سبک هاي فرزندپروري مادر و پدر بر انگيزش تحصيلي دختران و پسران متفاوت بود.

 البرزی (1390) در یک پژوهش نقش باورهاي فرزندپروري و نگرش مادران به تفکر خلاق بر خلاقيت کودکان را مورد ارزیابی قرار داد. دين منظور 80 کودک پيش دبستاني 5-6 ساله (42 پسر و 38 دختر) و مادران آن ها از مراکز پيش دبستاني شهرستان شيراز به شيوه نمونه گيري خوشه اي تصادفي انتخاب شدند. کودکان با آزمون خلاقيت تصويري تورنس و مادران با آزمون هاي مقياس نوين گرايي والدين و پرسشنامه آموزگاري والدين ارزيابي شدند. پايايي و روايي ابزارهاي پژوهش با روش هاي روايي محتوايي، همساني دروني، آلفاي کرونباخ و بازآزمايي بررسي شد. نتايج به دست آمده حاکي از آن بود که بين باورهاي مدرن مادران و خلاقيت در کودکان همبستگي مثبت و معناداري وجود دارد. نتايج تحليل رگرسيون نيز نشان داد ابعاد خلاقيت و بازي پيش بيني کننده مثبت و معنادار و کنترل پيش بيني کننده منفي و معنادار خلاقيت در کودکان بود. همچنين تفاوت هاي جنسيتي معناداري ميان دختران و پسران در نگرش ها و باورهاي فرزندپروري مادران و خلاقيت مشاهده شد.

 پژوهش ها در مورد سبك هاي فرزندپروري مويد آن است كه والديني كه از الگوهاي سخت گيرانه استفاده مي كنند، فرزنداني داراي مشكلات ارتباطي با همسالان و رفتارهاي پرخاشگرانه خواهند داشت. در مقابل، والديني كه از سبك ها ي گرم و پذيرنده استفاده مي كنند، با مشكلات اجتماعي كمتري در فرزندان خود مواجه مي شوند (ایزر و همکاران،2005؛ به نقل از دبیری،1389).

 لپوپورسکی، کربس، روبین و دیماتیو(2006) در یک مطالعه رابطه بین شادکامی و عزت نفس را بررسی کردند. و نتایج نشان داد که بین شادکامی و عزت نفس همبستگی مثبت و برابر (58/0= r ) وجود دارد. عزت نفس بالا منجر به شادی زیاد و عزت نفس پایین در برخی شرایط منجر به افسردگی می شود ( امانیان، 1388).

 میرثانی، (1388) در پژوهشی به بررسی رابطه ی شیوه های فرزند پروری و اختلالات یادگیری فرزندان پرداخت که در آن به این نتیجه رسید که شیوه فرزند پروری با اختلالات یادگیری رابطه دارد.

 دبیری(1389) در پژوهشی به نقش پيش بيني كننده سبك هاي فرزندپروري و حرمت خود در شادكامي دانشجويان پرداخت که نتايج نشان داد كه سبك فرزند پروري قاطع با حرمت خود و شادكامي رابطه معنادار دارد. بين سبك مستبدانه و شادكامي رابطه منفي معنادار يافت شد. همچنين بين دختران و پسران در نمره شادكامي تفاوت معني داري مشاهده نشد. در مجموع نتايج حاكي از آن است كه حرمت خود و نوع سبك فرزندپروري كه والدين به كار مي برند در شادكامي نقش اساسي و مهمي دارد.

 مرادی و همکاران (1384) نیز در یک بررسی مروری بدین نتیجه دست یافتند که شادکامی با ابعاد شناختی، اجتماعی، هیجانی و جسمانی شخصیت رابطه دارد که در بعد عاطفی، شادکامی با ثبات هیجانی رابطه دارد.

 امانیان(1388) در مورد پیش بینی شادکامی از روی سه متغیر عزت نفس تحصیلی، عزت نفس خانوادگی و عزت نفس اجتماعی، به این نتیجه رسید که فقط عزت نفس تحصیلی قادر به پیش بینی شادکامی است و این متغیر روی هم رفته 28/00 درصد واریانس کل شادمانی را پیش بینی می کند.

 عباسی(1386) در پژو هشی نشان داد که سبک های تربیتی والدین بر سلامت روان و رفتار آنها تاثیر بسزایی خواهد داشت . سبک تربیتی مقتدرانه در سلامت روان دانش آموزان در سطح 1% و با اطمینان 99% موثر است.

 پژوهشی با عنوان بررسی و مقایسه رابطه بین شیوه های فرزند پروری مادران و عزت نفس دانش آموزان دختر ناشنوا و شنوا در مقطع متوسطه شهر تهران توسط حسینیان و همکاران (1386) انجام شد. نتایج نشان داد که بین شیوه های فرزند پروری مادران دانش آموزان ناشنوا و شنوا تفاوت معناداری وجود ندارد و بین عزت نفس دانش آموزان ناشنوا و شنوا تفاوت معنادار وجود دارد. بین شیوه فرزند پروری مقتدرانه مادران با عزت مفس فرزندان در هر دو گروه رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (05/0>P ).

 عناصر مهریار(1385) درپژوهش خود با عنوان رابطه ي بين سلامت روان و شادكامي دانشجويان دختر و پسر انجام داده پژوهش حاضر، توصيفي و از نوع همبستگي است. نتايج نشان داده كه نمره ي سلامت روان و مولفه هاي آن؛ يعني كاركرد جسماني عدم اضطراب، كاركرد اجتماعي و عدم افسردگي با شادكامي رابطه ي معنا دارد. همچنين، رابطه ي مثبت معني داري بين خرده مقياس عدم اضطراب و شادكامي مشاهده شد يعني رابطه ي مستقيمي بين عدم اضطراب و شادكامي وجود دارد. بدين معنا كه هر چه نمره ي اضطراب فرد كاهش يابد ميزان شادكامي نيز افزايش خواهد داشت. يعني رابطه ي معكوسي بين عدم افسردگي و شادكامي وجود دارد مقايسه ي ميزان شادكامي دانشجويان دختر و پسر نيز نشان دهنده ي تفاوت معنا داري بين ميزان شادكامي دانشجويان دختر نيست. تجزيه و تحليل داده ها نشان مي دهد كه رابطه ي معني داري بين سلامت روان و شادكامي وجود دارد. بنابراين هر چه فرد از سلامت روان بالاتري برخوردار باشد، ميزان شادكامي وي افزايش خواهد يافت و همين طور شادكامي فرد سلامت روان بالاتري را براي وي به ارمغان خواهد آورد.

 رنجبر(1385) پژوهشی با عنوان مقايسه ي انگيزش پيشرفت، عزت نفس و پيشرفت تحصيلي دانشجويان متعارف و غيرمتعارف انجام داده است.

 نتایج نشان داده است که: 1- انگيزش پيشرفت و عزت نفس دانشجويان غيرمتعارف با ميزان پيشرفت تحصيلي، رابطه ي مثبت معني دار بالايي دارد. از بين دو متغير تبييني، متغير انگيزش پيشرفت، پيش بيني كننده ي نيرومندي است. 2- سطح انگيزش پيشرفت دانشجويان غيرمتعارف، بيشتر از سطح انگيزش دانشجويان متعارف است. 3- ميزان پيشرفت تحصيلي دانشجويان غيرمتعارف، بيشتر از پيشرفت تحصيلي دانشجويان متعارف است. 4- ميزان عزت نفس دانشجويان غيرمتعارف بيشتر از عزت نفس دانشجويان متعارف است. 5- سطح انگيزش پيشرفت دانشجويان غيرمتعارف مرد بيشتر از دانشجويان غيرمتعارف زن است. 6- ميزان عزت نفس دانشجويان غيرمتعارف مرد بيشتر از عزت نفس دانشجويان غيرمتعارف زن است. 7- ميزان پيشرفت تحصيلي دانشجويان غيرمتعارف مرد بيشتر از پيشرفت تحصيلي دانشجويان غيرمتعارف زن است. 8- ميزان پيشرفت تحصيلي دانشجويان غيرمتعارف سال اول، بيشتر از دانشجويان غيرمتعارف سال آخر است. 9- بين ميزان عزت نفس دانشجويان غيرمتعارف سال اول و سال آخر، تفاوت معني دار وجود ندارد. 10- بين ميزان انگيزش پيشرفت دانشجويان غيرمتعارف سال اول و سال آخر تفاوت معني دار وجود ندارد.

امامی و همکاران(1385) پژوهشی با عنوان مقایسه ی اثر بخشی دو شیوه ی شناختی، رفتاری و آموزش والدین در افزایش عزت نفس دانش آموزان را در سال 1385 انجام دادند. نتایج نشان داده است که فرضیه ی اول، پژوهش یعنی اینکه شیوه ی شناختی، رفتاری عزت نفس دانش آموزان دختر و پسر دوره ی راهنمایی را افزایش می دهد، تأیید شد. نتایج دیگر این پژوهش از این قرار است: آموزش والدین، عزت نفس دانش آموزان دختر و پسر دوره ی راهنمایی را افزایش می دهد. بین تأثیر دو شیوه ی مذکور در افزایش عزت نفس دانش آموزان دختر و پسر تفاوت وجود دارد. این فرضیه مورد تأیید قرار گرفت. بین تأثیر دو شیوه ی مذکور در افزایش ابعاد مختلف عزت نفس تفاوت وجود دارد این فرضیه تأیید نشد. نتیجه ی عمده ای که از این راه بدست می آید این است که: فراهم آوردن موقعیت هایی که نوجوانان بتوانند به طور عملی روش های افزایش عزت نفس را یاد بگیرند، امری ضروری است .

رجبی و خدایی(1386) پژوهشی با عنوان تأثير مشاورة گروهي با روش درمان عقلاني، عاطفي، رفتاري بر سلامت عمومي و عزت نفس دانش آموزان انجام دادند. نتايج نشان داده است که واريانس هاي دو گروه آزمايش و كنترل در عزت نفس يكسان مي باشد لذا مي توان از تحليل و واريانس براي تحليل داده هاي اين بخش استفاده نمود. اما نسبت مشاهده شده آزمون همگني واريانس لوين براي متغير سلامت عمومي برابر با 06/5 است كه نشان دهندة عدم برابري واريانس گروههاي آزمايش و كنترل در متغير فوق بدست آمده است اما به دليل برابر بودن اندازة نمونه در دو گروه مي توان از مفروضة يكساني واريانس ها چشم پوشي و از آمار پارامتريك استفاده نمود. تفاوت نمره های عزت نفس کلی در مرحله پیش آزمون و پس آزمون پس از کنترل نمره های پیش آزمون در دانش آموزان دختر گروه آزمایش و کنترل برابر 17/114 می باشد که در سطح آماری کمتر از 01/0 معنادار است. یعنی آموزش مشاوره گروهی براساس درمان عقلانی، عاطفی، رفتاری، عزت نفس کلی را در مرحله پس آزمون افزایش داده است. همچنین نتایج نشان می دهد که پس از کنترل تاثیر پیش آزمون بر نمره های پس آزمون سلامت عمومی، تاثیر گروه معنادار است. این تحلیل نشان می دهد که دو گروه فوق از لحاظ میزان سلامت عمومی با یکدیگر تفاوت دارند که با توجه به میانگین های ارائه شده بهبود وضعیت سلامت عمومی در گروه آزمایش تفاوت معناداری با گروه کنترل دارد.

شیخ الاسلامی و همکاران( 1390) با بررسی رابطه، عزت نفس و روابط زناشویی با شادکامی زنان متأهل نشان داد که عزت نفس پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار عاطفه مثبت می‌باشد. به عبارت دیگر زنانی که از عزت نفس بیشتری برخوردارند، عواطف مثبت بیشتری نیز تجربه می‌کنند. هم‌چنین نتایج پژوهش بیانگر آن است که روابط زناشویی، رضایت از زندگی و عاطفه منفی زنان را به صورت معناداری پیش‌بینی می‌کند. به این معنا که با افزایش روابط زناشویی، رضایت از زندگی زنان افزایش و عواطف منفی آن‌ها کاهش می‌یابد.

امیر پور (1391) با بررسی [رابطه تفکر انتقادی و ابعاد آن با شادکامی و عزت نفس اجتماعی دانشجويان](http://www.edcbmj.ir/files/site1/user_files_944f39/borzoo-A-10-312-2-4c5c566.pdf) نتیجه گرفت که **:** تفکر انتقادی می‌تواند نقش اساسی در شادکامی و عزت نفس اجتماعی دانشجويان ايفا کند.

دبیری و همکاران(1391) در پژوهشی به تدوين مدل روابط سبک هاي فرزندپروري، شخصيت، عزت نفس و شادکامي: الگوي تحليل مسير پرداختند و يافته های آنان نشان داد که بين سبک فرزندپروري قاطع با شادکامي به واسطه روان رنجورخويي و برون گرايي رابطه غيرمستقيم معنادار وجود دارد. هم چنين برون گرايي، سبک فرزندپروري قاطع، روان رنجورخويي و عزت نفس به ترتيب بيشترين سهم را در تبيين شادکامي دارند. در اين پژوهش نقش عزت نفس، شخصيت و سبک هاي فرزندپروري در شادکامي تاييد شد كه اين بيانگر اهميت نقش اين متغيرها در شادکامي است.

شکر بیگی و یاسمن نژاد( 1391) با مقايسه سبك هاي فرزند پروري خانواده، عزت نفس و سلامت عمومي نوجوانان پسر بزهكار و عادي در كرمانشاه نتیجه گرفتند كه بين سلامت عمومي نوجوانان عادي و بزهكار تفاوت معني داري است. يافته ها نقش واهميت متغير هاي خانواده، سبك فرزند پروري و همچنين عزت نفس را در بزهكاري خاطر نشان مي سازد.

 زارعی (1390) با بررسي رابطه ي بين شيوه هاي فرزند پروري والدين با ارتكاب نوجوان به رفتارهاي پرخطر بر اساس مقياس كلونينگر نتیجه گرفت که بين شيوه هاي فرزند پروري والدين و رفتارهاي سازنده و مخرب فرزندان به دليل نقش برجسته و با اهميت والدين رابطه معنادار وجود دارد. لذا آگاه ساختن والدين و ارائه ي آموزش هاي خانواده جهت پرورش افراد سالم در جامعه از اهميت بسيار بالايي برخوردار است و سازمان هاي ذيربط مي بايست در اين زمينه نقش فعال تري ايفا نمايند.

 نتایج پژوهش لیمبروسکی، تاچ و دیماتو[[53]](#footnote-53) (2006) نشانگر آن است که تجارب شادي افراد بستگی به احساسات آن ها در مورد خودشان دارد. افرادي که در خود احساس خود ارزشی و حرمت نفس کمی نمایند، به طور معمول شادکام نیستند.

 بایمستر، کمپل، کروجر و وهس[[54]](#footnote-54) (2003) با انجام پژوهشی نتیجه گرفتند که شادي از پیامدهاي عزت نفس بالا است. بدین ترتیب که افراد با عزت نفس بالا از راهبردهاي خودتنظیمی سازگارتري نسبت به افراد با عزت نفس پایین استفاده می کنند. این افراد براي جلوگیري از ایجاد خلل در تواناییشان، پاسخ هاي مؤثرتري به شکست می دهند که این امر به نوبه خود منجر به گزارش سطوح بالاتري از شادي در آن ها می شود.

منابع فارسی**:**

* اعزازی شهلا (1376). جامعه شناسی خانواده با تاکید بر نقش، ساختار و کارکرد خانواده در دوران معاصر. انتشارات روشنگران و مطالعات زنان.
* افروز، غلامعلی (1385). اختلال یادگیری، تهران، پیام نور.
* امانیان، سعید (1388). بررسی رابطه احساس شادمانی و عزت نفس در دانش آموزان استثنایی مقطع راهنمایی، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی کودکان استثنایی بیرجند.
* امیرپور، برزو. (1391). [رابطه تفکر انتقادی و ابعاد آن با شادکامی و عزت نفس اجتماعی دانشجويان](http://www.edcbmj.ir/files/site1/user_files_944f39/borzoo-A-10-312-2-4c5c566.pdf)، راهبردهای آموزشی در علوم پزشکی، 5،3، صص147-143.
* بهبودي، هايده (1387) اهميت مشاركت والدين در فعاليت هاي مدرسه، تعليم و تربيت استثنايي ، شماره 87
* بیابانگرداسماعیل،(1372)،روشهای افزایش عزت نفس در کودکان ونوجوانان،تهران،انتشارات انجمن اولیاو مربیان.
* پروین لارنس اِی (1374). روانشناسی شخصیت (نظریه و تحقیق) ترجمة: محمد جعفر جوادی و پروین کدیور، نشر رسا.
* پور شافعي،ه.1370. بررسي رابطه عزت نفس با پيشرفت تحصيلي دانش آموزان سال سوم دوره متوسطه شهرستان قائن .پايان نامه كارشناسي ارشد دانشگاه تربيت معلم
* تافلر، الوين. ( 1371). موج سوم، ترجمه شهيندخت خوارزمي. انتشارات پوريا،
* حسینیان، سیمین و پورشهریاری، سیما (1386). بررسی و مقایسه شیوه های فرزند پروری مادران و عزت نفس دانش آموزان دختر ناشنوا و شنوا در مقطع متوسطه شهر تهران، فصل نامه کودکان استثنایی، سال هفتم، شماره 26، 86.
* خسروي بغداده، هادي.(1388). *" رابطه تاب آوري و سلامت روان والدين دانش آموزان چند معلوليتي و والدين دانش آموزان عادي شهرستان هاي گناباد و بيرجند* " پايان نامه كارشناسي ارشد روانشناسي و آموزش كودكان استثنايي دانشگاه آزاد اسلامي واحد بيرجند.
* دان دینک میر (پدر) ؛ گری مکی و دان دینک میر (پسر) (1386). راهنمای فرزند پروری موفق، ترجمه: مجید رئیس دانا، انتشارات رشد، تهران.
* دبیری، سولماز؛ دلاور، علی و صرامی، غلامرضا (1390).بررسی نقش پيش بيني كننده سبك هاي فرزندپروري و حرمت خود در شادكامي دانشجويان، فصل نامه تربیتی شماره 20، سال هفتم،بهار و تابستان 1390.
* دبیری، سولماز؛ دلاور، علی؛ صرامی، غلامرضا و فلسفس نژاد، محمدرضا. (1391). تدوين مدل روابط سبک هاي فرزندپروري، شخصيت، عزت نفس و شادکامي: الگوي تحليل مسير، فصل نامه خانواده پژوهی،8 ، 30، 141-159.
* رحیمی، خلیل (1386) بررسی و مقایسه شیوه های فرزند پروری والدین با میزان کمرویی دختران دبیرستان کاشمر، پایان نامه کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه آزاد کاشمر.
* زارعی، اقبال. (1390). بررسي رابطه ي بين شيوه هاي فرزند پروري والدين با ارتكاب نوجوان به رفتارهاي پرخطر بر اساس مقياس كلونينگر، مجله علمی پژوهشی دانشگاه شهید صدوقی یزد، 18، 3، صص 224-220.
* ساعتچی، محمود؛ کامکاری، کامبیز و عسکریان، مهناز . (1389). آزمونهای روان شناختی . نشر ویرایش . 1389
* شاملو، سعید،(1382)، بهداشت روانی تهران، رشد.
* شریعتمداری علی (1367). روانشناسی تربیتی. انتشارات امیر کبیر. تهران.
* شکر بیگی، علیرضا و یاسمن نژاد، پریسا. (1391). مقايسه سبك هاي فرزند پروري خانواده، عزت نفس و سلامت عمومي نوجوانان پسر بزهكار و عادي در كرمانشاه، فصل نامه مشاوره و روان درمانی خانواده، 2،2، صص 192-178.
* شوستروم، اورت. ( 1367). روانشناسی انسان سلطه جو، ترجمه غلامعلی سرمد و قاسم قاضی، نشر سپر،
* شیخ الاسلامی، راضیه؛ نجاتی، عصمت و احمدی، ساره.(1390). بررسی رابطه، عزت نفس و روابط زناشویی با شادکامی زنان متأهل، زند در فرهنگ و هنر، 3، 1، صص 54-39.
* عباسی، فاطمه(1386). بررسی رابطه بین سبک های تربیتی والدین با سلامت روان دانش آموزان دختر مقطع سوم راهنمایی، پایان نامه کارشناسی علوم تربیتی، دانشگاه آزاد گرمسار
* عسکری، عباس. (1387). بررسي اثر ادراك از شيوه هاي فرزندپروري بر ميزان نگرش بدبینانه، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه فردوسی.
* فرضی گلفزایی، مرجان و عسگری مقدم، هاجر (1382). بررسی و مقایسه شیوه های فرزند پروری مادران کودکان دارای اختلالات افسردگی، اضطراب، وسواس و مادران کودکان عادی، پژوهشگاه مطالعات آموزش و پرورش، 1382 ، تهران.
* قامتی، محمد. (1387). بررسی رابطه هوش هیجانی و سلامت روانی در والدین دانش آموزان عقب مانده ذهنی شهرستان گناباد.پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی استثنایی، دانشگاه آزاد بیرجند.
* قرآن مجید .
* کار آلان (1387). روانشناسی مثبت، علم شادمانی و نیرومندی انسان، مترجم حسن پاشا شریفی، جعفر نجفی زند و باقر ثنایی، انتشارات گلرنگ.
* کری،جرالد،مترجم سید محمدی، یحیی، نظریه های مشاوره و راون درمانی، 1385.
* کشاورز، حمید.(1387). **بررسي رابطه شادکامي کودکان ٤ تا ٦ ساله شهرستان ارسنجان با رشد خلاقيت آنان در سال تحصيلي ١٣٨٧،**  قابل دسترسی در portal.farsedu.ir/Portal/channels/.../f
* کفایت، محمد. (1373). بررسی ارتباط شیوه ها و نگرش های فرزند پروری با خلاقیت دانش آموزان سال اول دبیرستان های اهواز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز.
* کیگان،جروم؛ هنری ماسن؛ پاول، هوستون و آلتا کارول، مترجم، مهشید یاسایی ناشر : نشر مرکز، کتاب ماد، 1384.
* لانگ، نیکولاس، زولتن، کریستن، مقاله: روش هاى افزایش عزت نفس در کودکان، ترجمه: حیدر فتحى، نشریه ماهانه آموزش تربیتى پیوند، شماره هاى297، 298، 299، تابستان 1383.
* ماسن، پاول هنرى و دیگران، رشد و شخصیت کودک، ترجمه: مهشید پاسایى، تهران، نشر مرکز، چاپ چهارم، 1372
* مرادي، مريم؛ جعفري، ابراهيم و عابدي، محمدرضا) . 1384). شادماني و شخصيت : بررسي مروري. تازه هاي علوم شناختي، سال هفتم، شماره 2، 71-60.
* مشکی و همکاران(1387)، بررسي تاثير برنامه آموزشي با به كارگيري عزت نفس و باورهاي كنترل سلامت بر ارتقاي سلامت روان دانشجويان، فصلنامه علمي پژوهشي فيض، دوره دوازدهم، شماره 4.
* منادی مرتضی (1378). آموزش و پرورش در آستانة قرن 21. سخنرانی در دومین همایش علم در آستانة قرن 21. توسط مرکز علمی فرهنگی دارالفنون توس، 30 و 31 اردیبهشت 1378، مشهد.
* میر شاه جعفری،سید ابراهیم؛ عابدی، محمد رضا و درکوندی،هدایت اله. (1381). تازه های علوم شناختی، 4، 3، صص58-50.
* میرثانی، هاشم (1388).بررسی و مقایسه شیوه های فرزند پروری مادران کودکان عادی و کودکان دارای اختلال یادگیری، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی کودکان استثنایی بیرجند.
* نيك گهر , عبدالحسين: مباني جامعه شناسي , تهران , انتشارات رايزن , 1371
* هوارد. ن.اسلون (1388) . راهنمای رفتار با کودکان، ترجمه: حورا صدر، انتشارات رشد، تهران.
* هواسی، ناهید. (1380). بررسي و مقايسة روش هاي فرزندپروري در خانواده هاي داراي نوجوانان معتاد و خانواده هاي داراي نوجوانان عادي، پايان نامة كارشناسي ارشد، دانشگاه الزهرا،تهران.

منابع لاتین**:**

* Ardoino, Jacques, (1994). **Le projet épistémologique initial de la**

 **psychologie sociale, In: Pratique de formation**, Microsociologie,

 interactions et approche institutionnelle. No: 28, octobre

* Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D.(2003).

  **Does Self-esteem Cause Better Performance, Interpersonal**

 **Success, Happiness, or Healthier Lifestyles?** Psychological,

 Science in the Public Interest. 1, 1-44.

* Baumrind, D. (1991) . **The influence of parenting style on adolescent**

 **competence and substance use**. *Journal of Early Adolescence*, 11,

 56 − 95.

* Bourdieu, Pierre, (1989**). Le sens pratique**, Paris, Les éditions de

 Minuits

* Buss, D. M. (2000). **The evolution of happiness**. *American Psychologist*,

 55 (1), 15-23.

* Castellan, Yvonne, (1986), La famille, Que sais-je? No 1995
* Dekovic, M. & Janssens, J. (1992) . **Parents. rearing style and childs'**

  **sociometric status**. *Developmental Psychology*, 28, 925 − 932.

* Kernis, M. H.(2006). **Self-esteem. Issues and Answers. A Source**

 **Book of Current.** Perspectives. Psychology Press.

* Lymbmirsky, S., Tkch, C., & Dimatteo, M. R.(2006). **What are the**

 **Differences between Happiness and Self-esteem?** Social

 Indicators Research, 78, 363-404.

* Pressman, S. D., & Cohen, S. (2005). **Does Positive Affect Influence**

 **Health? Psychological bulletin**, 131(6), 925-971.

* Verquerre, R., Courdent S., Desenclos L., et Montury O., (1994), **Normes**

 **d’internalité et attitudes éducatives des parents, normes**

 **d’internalité des enfants, In: Durning, Paul et Pourtois Jean-**

 **Pierre, Education et famille**, Pédagogie en développement,

Collection De Boeck

1. Pressman & Cohen [↑](#footnote-ref-1)
2. 1.Self [↑](#footnote-ref-2)
3. 2.Personality [↑](#footnote-ref-3)
4. Adler.1 [↑](#footnote-ref-4)
5. 2.Allport [↑](#footnote-ref-5)
6. 3.Rogers [↑](#footnote-ref-6)
7. Sullivan .4 [↑](#footnote-ref-7)
8. Horn 5. [↑](#footnote-ref-8)
9. James 6. [↑](#footnote-ref-9)
10. Maslow 7. [↑](#footnote-ref-10)
11. Asmet .1 [↑](#footnote-ref-11)
12. Veilly 2. [↑](#footnote-ref-12)
13. 3. Cover-brokovaski [↑](#footnote-ref-13)
14. 4. Kris [↑](#footnote-ref-14)
15. 5. Garni [↑](#footnote-ref-15)
16. 6. Cozon [↑](#footnote-ref-16)
17. Kernis [↑](#footnote-ref-17)
18. 1.James [↑](#footnote-ref-18)
19. 2.Cooper Smith [↑](#footnote-ref-19)
20. Mide 3. [↑](#footnote-ref-20)
21. Girishe 1. [↑](#footnote-ref-21)
22. 1.Parvin [↑](#footnote-ref-22)
23. Hornai 1. [↑](#footnote-ref-23)
24. . Adler1
 [↑](#footnote-ref-24)
25. Castellan [↑](#footnote-ref-25)
26. Bourdieu [↑](#footnote-ref-26)
27. Verquerre [↑](#footnote-ref-27)
28. Ardoino [↑](#footnote-ref-28)
29. - Parental style [↑](#footnote-ref-29)
30. - Attitude [↑](#footnote-ref-30)
31. - Behaviorist [↑](#footnote-ref-31)
32. - Dominating [↑](#footnote-ref-32)
33. - Possessive [↑](#footnote-ref-33)
34. - Rue [↑](#footnote-ref-34)
35. - Autonomy [↑](#footnote-ref-35)
36. - Ignoring [↑](#footnote-ref-36)
37. - Diana Baumrind [↑](#footnote-ref-37)
38. - Authoritative style [↑](#footnote-ref-38)
39. - Atuhoritarian style [↑](#footnote-ref-39)
40. - Permissive style [↑](#footnote-ref-40)
41. - Inattentive style [↑](#footnote-ref-41)
42. - Lind Blad [↑](#footnote-ref-42)
43. - Industrial revolution [↑](#footnote-ref-43)
44. - Guilt Feeling [↑](#footnote-ref-44)
45. - Other directedness [↑](#footnote-ref-45)
46. - Feeling centered [↑](#footnote-ref-46)
47. - Action centered [↑](#footnote-ref-47)
48. - Self control [↑](#footnote-ref-48)
49. - Self actualization [↑](#footnote-ref-49)
50. - Growd orinted [↑](#footnote-ref-50)
51. - Should oreinted [↑](#footnote-ref-51)
52. - Is oriented [↑](#footnote-ref-52)
53. Lyubmirsky, Tkach & Dimatteo [↑](#footnote-ref-53)
54. Baumeister, Campbell, Krueger & Vohs [↑](#footnote-ref-54)