

## بررسی تطبیقی خودارزشمندی از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی

### A Comparative Study of Self-Esteem from the Perspective of Islam and Psychology

Mohammad Hossein Haghshenas Adarmanabadi <sup>1</sup>  
Mostafa Arabpour <sup>2</sup>  
Nafiseh Taheri <sup>3</sup>

محمد حسین حق شناس آدرمانابادی<sup>۱</sup>  
مصطفی عرب پور<sup>۲</sup>  
نفیسه طاهری<sup>۳</sup>

#### Abstract

Self-esteem is one of the outcomes of examining and analyzing the interaction between the mind and personality. It is recognized as an indicator of psychological adaptation and proper social functioning, and its enhancement contributes to the formation of mental health. This research employs descriptive-explanatory statements from Islamic texts (the Qur'an and Hadith) and content analysis methods to conduct a comparative study of self-esteem from the perspectives of Islam and psychology. Due to the broad semantic scope of the concept, descriptive-explanatory sentences related to self-esteem were identified and selected from Islamic texts using collected words and concepts in the domain of self-esteem. This study seeks to explain the concept of self-esteem through six axes: nature, equivalent terminology, context and cause, internal components, outcomes, and characteristics of self-esteem from the two perspectives of psychology and Islam using a comparative-critical approach. The findings reveal that the view of religious texts on self-esteem differs from psychological perspectives in terms of criteria, origin, and type of action. In the Islamic worldview, self-esteem is based on human centrality within the framework of God-centeredness, divine satisfaction, obedience to God, and actions related to faith, piety, and righteous deeds. In contrast, psychology stands opposed to the Islamic perspective, as its criteria are based on pure human centrality, its origin is self-affirmation and egocentrism, and its type of action focuses on independence and disregard for external behavior. Thus, the deficiency of psychological theories in providing a correct understanding of self-esteem becomes evident.

**Keywords:** Self-esteem, Dignity, Self-respect, Self-worth.

#### چکیده

خودارزشمندی یکی از نتایج ناشی از بررسی و تحلیل تعامل بین ذهن و شخصیت می‌باشد. آن را به مثابه شاخص سازگاری روان‌شناختی و کارکرد مناسب اجتماعی می‌شناسند و ارتقای آن در شکل‌دهی سلامت روان مؤثر است. در این پژوهش به منظور بررسی تطبیقی خودارزشمندی از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی از جملات توصیفی-تبیینی متون اسلامی (قرآن و حدیث) و از روش‌های تحلیل محتوا استفاده شد و به سبب گستره معنایی به وسیله واژگان و مفاهیم جمع‌آوری شده در حوزه خودارزشمندی، جملات توصیفی-تبیینی مرتبط با موضوع در متون اسلامی جستجو و انتخاب شد. این پژوهش می‌کوشد مفهوم خودارزشمندی را از شش محور همچون ماهیت، واژگان، متناظر، زمینه و علت، عناصر درونی، پیامدها و ویژگی‌های خودارزشمندی از دو دیدگاه روان‌شناسی و اسلام با رویکرد مقایسه‌ای-انتقادی تبیین کند. نتیجه اینکه نگرش متون دینی از مفهوم خودارزشمندی از جهات معیار، خاستگاه و نوع عمل، متفاوت از دیدگاه روان‌شناسی است. به ترتیب این جهات، خودارزشمندی در جهان‌بینی اسلام براساس انسان‌محوری در طول خدامحوری، رضایت الهی و اطاعت از او و نوع عمل بستگی به ایمان، تقوا و عمل صالح دارد، اما روان‌شناسی در مقابل دیدگاه اسلامی قرار دارد؛ زیرا از جهت معیار به صورت انسان‌محوری محض و خاستگاه آن خودتأییدی و خودمحوری و در نوع عمل ارزشمندی با هدف استقلال و توجه نداشتن به رفتار تبیین می‌شود. از این رو نارسایی اندیشه روان‌شناسان در مفهوم درست خودارزشمندی روشن خواهد شد.

**واژگان کلیدی:** خودارزشمندی، کرامت، عزت نفس، حرمت نفس.

1. Psychology student, Research Institute for Islamic Sciences and Humanities, Qom, Iran.

Email: m.haghshenas2976@gmail.com

2. Psychology student, Research Institute for Islamic Sciences and Humanities, Qom, Iran.

3. Associate Degree Graduate, Jami'at al-Zahra, Qom, Iran.

Received: 2024 January 16

Accepted: 2024 June 12

۱. دانش پژوه روان‌شناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، ایران.

Email: m.haghshenas2976@gmail.com

۲. دانش پژوه روان‌شناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، ایران.

۳. دانش آموخته سطح دو، جامعه الزهراء، قم، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۲۶ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۳/۲۳

## مقدمه

خودارزشمندی با رشد شخصیت و سلامت روانی افراد ارتباط مستقیم دارد و به عنوان یک متغیر شخصیتی میانجی بر شناخت، انگیزه، رفتار و عواطف افراد تأثیر بسزایی دارد (هو و آی،<sup>۱</sup> ۲۰۱۶ و یو<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰) و نیز نظریات مختلفی در روان‌شناسی در مورد خودارزشمندی ارائه شده است. مسئله مهم این است که در منابع اسلامی، عزت نفس در قالب کرامت مطرح می‌شود و از آن به عنوان خودارزشمندی نام می‌برند (شجاعی، ۱۳۸۷)؛ همچنین از نظر ایس عزت نفس همان ارزشمندی درونی فرد نسبت به محتوای خودپنداره‌ای است که مطابق اعتقاداتش می‌باشد (آیس پوپ و همکاران، ۱۹۸۹). حرمت خود<sup>۳</sup> نیز از مفاهیمی است که در گستره روان‌شناسی شکل گرفته و به معنای حفظ وحدت و کلیت در این گستره قابل فهم خواهد بود؛ بنابراین در آیات و روایات و کتب اخلاقی، مفهومی با جامعیت معنایی این چنینی یافت نمی‌شود، اما چون خودارزشمندی دارای مؤلفه‌های فراوان و درهم‌تنیده‌ای است، بررسی آنها در قرآن و روایات به طور کامل امکان‌پذیر است (شجاعی، ۱۳۸۷: ۱۳۷).

بسیاری از مطالعات در دهه گذشته بر نقش ارزشمندی درباره رفتارهای مرتبط با سلامت تمرکز کرده‌اند (کوکوی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۷ و ویلد<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۴) و این باور وجود دارد که خودارزشمندی یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های تحول روانی می‌باشد و هیچ چیز مانند فقدان آن آدمی را مستعد تباهی نمی‌سازد و نیز بهترین سرمایه‌گذاری در زندگی، ارتقای آن است (تمیمی‌آمدی، ۱۳۶۶) که زمینه‌های احساس ارزشمندی فردی، خانوادگی، سیاسی، فرهنگی و اقتصادی را فراهم می‌سازد. کمبود این مؤلفه و احساس بی‌ارزشی موجب پنهان‌سازی خود واقعی و یکی از موانع خودشکوفایی انسان است (شبهان، ۱۳۷۸: ۸) و بالا بودن سطح آن در بزرگسالی سلامت روان را به همراه خواهد داشت (بانستولا<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). البته از نظر برخی در اهمیت خودارزشمندی اغلب تا حدی پایین بودن آن را علت همه بدی‌ها و بالا بودن آن را عامل شکل‌گیری همه خوبی‌ها می‌دانند (مانینگ، بیر و مینک<sup>۷</sup>، ۲۰۰۶).

برخی از نظریه‌پردازان از جمله آدلر، ایس و راجرز در زمینه شخصیت و روش‌های تغییر

1. Hu and Ai
2. Yu
3. self-steem
4. Kokkevi
5. Wild
6. Banstola
7. Manning, Bear & Minke

شخصیت ناسالم به شخصیت سالم، نیل به خودارزشمندی را از اهداف روان درمانی بیان کرده و بیشتر درمانگران آن را به عنوان یک عامل مرکزی در سازگاری اجتماعی هیجانی مد نظر قرار داده اند (امامی، فاتحی زاده، ۱۳۷۹: ۱۶)؛ همچنین از دیدگاه گلاسر هدف از فرایند درمان این است که پس از ارضای نیاز به احساس ارزشمندی، فرد بتواند در سطح وسیع تری رفتار مسئولانه ای در پیش گیرد که این امر خود نشانه سلامت روان فردی و اجتماعی است (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۶۵: ۲۵۲). کوپر اسمیت (۱۹۸۷) خودارزشمندی و عزت نفس را به منزله متغیری آستانه ای قلمداد می کند که پایین بودن سطح آن تأثیر بازدارنده بر پشتکار، اعتماد و عملکرد تحصیلی دارد و عملکرد فرد را در قلمرو روانی، جسمانی، خانوادگی و اجتماعی دچار اختلال می کند (شریفی، ۱۳۸۴: ۴۰). وی در پژوهش دیگر (کوپر اسمیت، ۱۹۶۷) به این نتیجه رسید که کودکان برخوردار از احساس ارزشمندی با اعتماد به نفس و بهره گیری از استعداد و خلاقیت خود به ابراز وجود می پردازند و به آسانی تحت تأثیر عوامل محیطی قرار نمی گیرند.

با توجه به متون دینی و برخلاف دیدگاه روان شناسان، خودارزشمندی تنها حس ارزشیابی و سودمندی شخص از خود نیست، بلکه نیل به اعتلا و بلندی ماوراء طبیعت و شکوفا کردن سرمایه فطرت خداخواهی و نزاهت از پستی و فرومایگی است که با نگاهی جامع به مجموعه ویژگی هایی گفته می شود که از جنبه های شخصیتی، ارتباط بین فردی و اجتماعی و در نگاهی گسترده تر ارتباط با خداوند مثبت به شمار می رود و در نهایت از جهت ارتباط با مبدأ، فرد به مقام قرب الهی دست می یابد؛ بنابراین خودارزشمندی مفهومی است که افزون بر برداشتن صفات ایجابی (آراسته شدن به ارزش ها)، دارای صفات سلبی (دوری از حقارت ها و ردائیل) نیز می باشد (جوادی آملی، ۱۳۶۶: ۲۲).

در سده گذشته، بیشتر روان شناسان از جمله آدلر، ۱۹۳۰؛ آلپورت، ۱۹۳۷؛ راجرز، ۱۹۵۹؛ هورنای، ۱۹۳۷؛ سالیوان، ۱۹۵۳؛ جیمز، ۱۸۹۰؛ مازلو، ۱۹۷۰؛ شولتز، ۱۹۷۷؛ براندن، ۱۹۸۳ در زمینه خودارزشمندی نظریه پردازی داشته اند (شجاعی، ۱۳۸۷: ۹۶). در مطالعات زیادی از محققان به بررسی رابطه این مؤلفه و شاخص های بهزیستی همچون سلامت روان و شادکامی پرداخته اند (رضائیان و همکاران، ۱۴۰۱). در این باره شاپ و کاپلند دریافتند که خودارزشمندی با راهبردهای مقابله ای مثبت و سازنده، انگیزش بالا و عاطفه مثبت رابطه دارد (شیخ الاسلامی و همکاران، ۱۳۹۰). بسیاری از پژوهش ها به رابطه مثبت خودارزشمندی با سازگاری روانی، عواطف مثبت،

همنویایی، رفتارهای جامعه‌پسند، توانایی رهبری و خلاقیت (هابارت، ۲۰۱۸) و رابطه منفی آن با نشانگان‌های همچون افسردگی، اضطراب (سویسلو و آرت، ۲۰۱۳)، رفتارهای ضد اجتماعی (هابارت، ۲۰۱۸) و عواطف منفی (سویسلو و آرت، ۲۰۱۳) پرداخته‌اند.

در زمینه مفهوم‌شناسی خودارزشمندی مدل‌های مختلفی برای توصیف آن مطرح شده است. براساس بیشتر مطالعات پیشین، می‌توان این مؤلفه را یک سازه چندبعدی دانست (کوپراسمیت، ۱۹۶۷؛ کولین، ۲۰۱۶ و رنج، ۲۰۱۶). در دهه ۱۹۵۰ به بعد، مطالعات بسیاری در مورد مفهوم‌سازی‌های دینی صورت پذیرفته است (خدایاری فرد و همکاران، ۱۳۹۱). برخی از پژوهش‌ها همانند یدالله‌پور (۱۳۸۸)، میرزایی (۱۳۹۷)، حیدری (۱۳۹۸)، محسنی (۱۳۹۸)، حسینی و گودرزی (۱۴۰۰)، رفیعی (۱۴۰۱) تنها به واکاوی و مفهوم‌شناسی عزت نفس و واژگان مرتبط پرداختند. برخی دیگر همچون نصرترزهی (۱۴۰۰)، فقیهی (۱۳۹۶) و تاری (۱۳۹۶) به الگوی تربیتی مفهوم کرامت پرداختند و حیدری (۱۴۰۰) به ساخت سیاهه کرامت نفس و پورتنقی و همکاران مقیاس عزت نفس را متشکل از شش عامل (ارزشمندی دینداری، تجربه معنوی جذب، ارزشمندی باورها، ارزشمندی اعمال، خشنودی خداوند و تأیید عمومی دینداران) دانستند؛ همچنین احمد (۱۴۰۱) به تحلیل پیامدهای عزت نفس از دیدگاه قرآن، احادیث و روان‌شناسی پرداختند.

دانشگر (۱۳۹۴) در مقاله‌ای به «بررسی علل، عوامل تقویت و مفهوم عزت نفس از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی» با روش کتابخانه‌ای و نژادعمران (۱۳۹۵) با «مفهوم‌شناسی تطبیقی عزت نفس در قرآن و روان‌شناسی انسان‌گرا» به آشکارسازی مؤلفه‌ها، ابعاد و ویژگی‌های مفهوم‌شناسی آن مبتنی بر آموزه‌های قرآن کریم و روان‌شناسی انسان‌گرا پرداخته‌اند و در پایان احمدی و رضوانی (۱۳۹۹) مقاله‌ای با عنوان «بررسی عزت نفس از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی» که به مؤلفه‌ها و راه‌های تقویت عزت نفس در روان‌شناسی و اسلام بیان داشته است؛ بدون اینکه به ریشه و منشأ دیدگاه‌های این دو منظر پرداخته باشد و همچنین افشانی (۱۳۹۹) در مقاله‌ای با عنوان «بررسی تطبیقی مفهوم عزت نفس از دیدگاه روان‌شناسی و اسلام» با بررسی محدود این مفهوم از منظر دو دیدگاه به تبیین مفهوم عزت نفس در برخی از نظریات روان‌شناسی و پرورش آن از دیدگاه اسلام می‌پردازد که البته این بررسی جامعیت لازم را ندارد.

با مرور پیشینه در پژوهش‌های انجام شده در درک ماهیت خودارزشمندی از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی با رویکرد مقایسه‌ای-انتقادی، پژوهشی صورت نگرفته و نیز موارد انجام شده

از جهات جامعیت، مفهوم‌شناسی و منابع دارای نقصان است. با توجه به تفاوت دیدگاه‌ها ضرورت دارد که به بررسی تفاوت مبنایی و تطبیقی مفهوم خودارزشمندی از نگاه اسلام و روان‌شناسی با رویکرد انتقادی و گستره منابع پرداخته شود.

براساس آنچه گذشت، پژوهش حاضر به این سؤال می‌پردازد که نگاه تطبیقی به مفهوم خودارزشمندی از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی با رویکرد انتقادی چگونه است؟

## روش پژوهش

روش این تحقیق به صورت کیفی و بر مبنای شیوه گردآوری اطلاعات بود که به منظور تحلیل و بررسی تطبیقی خودارزشمندی از نظر اسلام و روان‌شناسی از جملات توصیفی-تبیینی موجود در متون اسلامی (قرآن و حدیث) با روش تحلیل محتوا استفاده (عباسی، ۱۳۹۷: ۱۲۶) و تحلیل متون گزینش شده با رویکرد تحلیل کیفی داده‌ها انجام شد (دریسکو و ماشی، ۲۰۱۶: ۶)؛ زیرا تحلیل داده‌ها به شمارش واحدهای تحلیل و مقولات ختم نشد، بلکه به منظور استنباط خودارزشمندی با رویکرد انتقادی، جملات بررسی و مقوله‌بندی شدند.

جامعه اسناد و گزینش نمونه: جملات توصیفی و تبیینی موجود در آیات قرآن کریم و روایات به عنوان واحدهای تحلیل مرتبط با موضوع، جامعه اسناد را در این پژوهش تشکیل دادند (بابی، ۲۰۱۱: ۳۵۸). جملات انتخاب شده در متون دینی در این پژوهش دارای ارتباط با موضوع بودند (سرمد، ۱۳۸۰: ۱۳۳). نحوه این ارتباط را وجود واژه‌ها و مفاهیم تربیتی در آیات و روایات تعیین کرد. گردآوری داده‌ها، جستجوی نظام‌داری پیرامون شبکه مفاهیم مرتبط با خودارزشمندی در منابع اسلامی صورت گرفت.

در مرحله اول، مفهوم خودارزشمندی در روان‌شناسی، منابع و مؤلفه‌های آن و نظریه‌های موجود در این باره مطالعه و نظرات دانشمندان مشهور چون راجرز، آلپورت، فروید، مازلو در مورد این سازه بیان شد؛ بدین منظور به کتب، مقالات و پایان‌نامه‌های مرتبط مراجعه گردید، مانند بررسی کتاب‌های شخصیت از شولتز، مازلو، راجرز، دارابی؛ پایان‌نامه‌های روان‌شناسی مانند طرح نظریه سبک زندگی براساس دیدگاه اسلام، معنویت درمانی؛ مقاله‌های کیفیت زندگی و رابطه آن با خودارزشمندی؛ خودارزشمندی و نقش آن در زندگی انسان و... در مرحله دوم، مفهوم خودارزشمندی و واژگان مرتبط در متون دینی بررسی و تبیین شد و از منابع معتبر همانند المیزان، مجمع‌البیان، مفاتیح‌الغیب و کتاب‌های کرامت در قرآن، تعلیم و تربیت در

اسلام، توکل به خدا راهی به سوی حرمت خود، مفهوم شخصیت در قرآن، تناکح اسماء الهی و مقاله‌های مرتبط همچون «عزت از منظر قرآن و سنت» و «نقش تقوا، کرامت از منظر امام» استفاده گردید. در مرحله سوم به بررسی و مقایسه دو حوزه روان‌شناسی و متون دینی درباره خودارزشمندی پرداخته، و دیدگاه‌ها و نظرات مطرح مورد بررسی، مقایسه و نقد قرار گرفت و در نهایت پس از بررسی روایی یافته‌های تحقیق نتایج تحقیق بیان شد.

## یافته‌ها

نقش خودارزشمندی در فرهنگ و تمدن بشری انکارناپذیر و یکی از تمایلات عالیه و سرشتی انسانی است. به گفته سیسرون این غریزه به انسان آگاهی می‌دهد که مطابق طبیعتش بر خود تسلط و حفظ صیانت ذات کند (برن‌ژان<sup>۱</sup>، ۱۳۶۲: ۱۲۹). از این رو جوهر خودارزشمندی به عنوان خلق و خوی برتر (هویت، ۲۰۲۰)، شخصیتی را تربیت می‌کند که در برابر لغزش‌ها مقاوم و سپس او را از سازش و خودباختگی در برابر ستم و بی‌عدالتی باز می‌دارد<sup>۲</sup> (شهیدی، ۱۳۷۸). در ادامه این مقاله در بخش اول به بررسی شش محور از خودارزشمندی در روان‌شناسی و در بخش دوم به بررسی آنها از دیدگاه اسلام خواهیم پرداخت.

## بخش اول: بررسی خودارزشمندی در روان‌شناسی

### ۱. ماهیت و تعریف خودارزشمندی

در روان‌شناسی، خودارزشمندی در قالب عزت‌نفس مطرح می‌شود (شجاعی، ۱۳۸۷) و یک ارزشیابی اخلاقی در چارچوب رفتار اختیاری است (براندن، ۱۳۷۱: ۱۶۸). از دیدگاه کلیور<sup>۳</sup> (۱۹۹۲)، عزت‌نفس هسته مرکزی ساختارهای روان‌شناختی افراد است که آنها را در برابر اضطراب محافظت می‌کند و آسایش خاطرشان را فراهم می‌سازد (لیو<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۱ و تیان<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). عزت‌نفس و خودارزشمندی مؤلفه سنجشی خودپنداره به شمار می‌رود و تاکنون به ندرت تعریف دقیقی از آن ارائه شده است (هاتر، ۱۹۹۸). شاید معروف‌ترین تعریف برای عزت‌نفس فرمول جیمز<sup>۶</sup> (۱۸۹۰) می‌باشد که عزت‌نفس برابر با تقسیم موفقیت‌ها بر آرزوها است. پس می‌تواند

1. Brun, Jean

۲. المؤمن نفسه اصلب من الصلاد (نهج البلاغه، حکمت ۳۳۳).

3. Kliewer

4. Liu

5. Tian

6. James

با افزایش موفقیت و یا کاهش آرزو، خودارزشمندی و شایستگی ایجاد شود (امامی و فاتحی زاده، ۱۳۷۹: ۱۴). در اینجا به جهت اهمیت موضوع به تعاریفی از نظریه پردازان روان شناسی درباره خودارزشمندی می پردازیم:

در نظریه فروید، خودارزشمندی تقریباً نادیده گرفته شده است (شجاعی، ۱۳۸۷: ۱۱۵)، اما از نظر آدلر میل به قدرتی می باشد که از غریزه جنسی بسی با اهمیت تر است و به تلاش فرد در راستای تفوق و برتری با هدف ارتقا و خودشکوفایی می انجامد و هدف هر فرد تحت تأثیر محیط در ماه های اولیه زندگی شکل می گیرد و ارزشمندی متناسب با آن تنظیم می شود؛ بنابراین بدون درک روشنی از هدف نهایی، فهم حقیقت رفتار و ارزشیابی شخصیت غیرممکن است (دارابی، ۱۳۸۴: ۱۱۳-۱۱۵). آلپورت (۱۹۶۷)، ماهیت و رشد خویشتن<sup>۱</sup> را در پیمودن مراحل به صورت تدریجی براساس هفت کارکرد بیان می کند که سومین مرحله آن، پدیدار شدن عزت نفس است و به رشد احساس رضایت خاطر و غرور گفته می شود (شجاعی، ۱۳۸۷: ۱۱۳)؛ بنابراین روان شناسان بر این عقیده اند که تمام افراد در جامعه، نیاز به عزت نفس و احترام به خود دارند که خویشتن را ارزشمند بیابند.

## ۲. واژگان متناظر خودارزشمندی

مفهوم خودارزشمندی در روان شناسی با واژگان فراوانی بیان شده است که در اینجا به تبیین مفاهیم آنها می پردازیم:

۱. خود<sup>۱</sup>، فردی منحصر به فرد و همان من، شخصیت و هویت فرد است (برونو، ۱۳۷۰: ۱۰۸ و ۱۰۹) که از دیرباز خودشناسی امری مهم و پایه فلسفه سقراط بر جمله معروف «خود را بشناس» بود. به باور او شناخت خود بالاتر از شناخت اسرار طبیعت است (آذربایجانی و همکاران، ۱۳۸۲: ۱۱۲).

۲. خودپنداره<sup>۲</sup>، ارزیابی کلی فرد از شخصیت خویش است که ممکن است مثبت یا منفی باشد (برونو، ۱۳۷۰: ۱۰۹). ویلیام جیمز (۱۸۹۰) معتقد است «خود» دارای دو جنبه است: ادراک کننده و ادراک شده. به جنبه ادراک کننده، خودآگاهی و به جنبه ادراک شده، «خودپنداره» گویند. هنگامی که به درون وجود خویش توجه می کنیم، با صفاتی روبه رو می شویم که معتقدیم در ما وجود دارند و به این جنبه از خود، «خودپنداره» گفته می شود؛ همچنین به پاسخی که به پرسش «من کیستم؟» می دهیم، «خودپنداره» گویند. پس خودپنداره مجموعه ای از باورها و

1. proprium  
2. self  
3. self concept

احساسات فرد درباره خویش است (آذربایجانی و همکاران، ۱۳۸۲: ۱۱۴). می‌توان خودپنداره را تصویر یا تصویری درباره خویشتن قلمداد کرد که همیشه با ما همراه است و ما آن را برای معرفی خود به کار می‌بریم (شجاعی، ۱۳۸۳: ۱۰۰).

۳. حرمت خود<sup>۱</sup>، فراتر از مفهوم خودپنداره است. شخص نخست باید از خود شناختی داشته باشد و به یک خودپنداره دست یافته باشد که پس از آن به نوعی ارزشیابی درباره خویش اقدام کند و از این رهگذر به حرمت خود دست یابد. «حرمت خود» میزان ارزشی است که شخص برای خویش قائل است (کوپر اسمیت، ۱۹۶۷)؛ به طور کلی حرمت خود، داوری‌های فرد درباره خودپنداره و جنبه‌های دیگر خود است (فری و کارلاک، ۱۹۸۲؛ به نقل از حسینی و مشایخی، ۱۳۹۳). تفاوت و تمایز میان مفهوم «خودپنداره» و «حرمت خود» در این است که برخلاف خودپنداره که به مجموعه باورهای فرد درباره خود اشاره دارد؛ حرمت خود جنبه ارزیابی مثبت یا منفی فرد را از خویشتن در نظر قرار می‌دهد (آذربایجانی و همکاران، ۱۳۸۲: ۱۱۹).

۴. عزت نفس از دو واژه عزت و نفس ترکیب یافته است. عزت در لغت به معنای شدت، قوت و غلبه است (ابن فارس، ۱۳۸۷) و نفس نیز به معنای خود است که روان‌شناسانی مانند آلپورت به جای «خود» واژه «نفس» را به کار برده‌اند (جفری، بی‌تا؛ به نقل از حسینی‌زاده و مشایخی، ۱۳۹۳: ۱۱۴). عزت نفس به معنای شکست‌ناپذیری، آسیب‌ناپذیری، مناعت، شرافت، ارجمندی و بزرگ‌منشی معنا شده است (فیومی، ۱۴۱۴؛ فیروزآبادی، ۱۳۱۲). در تمام معناهایی که برای عزت نفس مطرح می‌شود، نوعی رویکرد مثبت به ویژگی‌های شخصیتی مورد نظر است. گفتنی است که هم حرمت خود و هم عزت نفس می‌توانند حاصل ویژگی‌های ذاتی و اکتسابی فرد باشند. کسانی که دارای حرمت خود منفی هستند، می‌توانند با نگاهی به اصل خلقت و ذات انسانی خویش از حرمت خود مثبت و عزت نفس برخوردار باشند؛ برخلاف دیدگاه‌های روان‌شناسانه که منشأ دستیابی به حرمت خود و عزت نفس را انباشته شدن رفتارها و شکل‌گیری تدریجی شخصیت براساس آن در طول زندگی می‌دانند. از دیدگاه دین نه تنها این منشأ مطرح است، بلکه منشأ دیگری نیز که ربطی به اختیار و اراده انسان ندارد و به فطرت او برمی‌گردد، در تشکیل مفهوم حرمت خود و عزت نفس کاملاً مؤثر و دخیل است (حسینی‌زاده و مشایخی، ۱۳۹۳: ۱۱۵).

۵. اعتماد به نفس به معنای ایمان داشتن به خود، اعتقاد به توانایی‌های نهفته در خویشتن

1. self-esteem



است. بدون اعتماد و اطمینان واقعی و خالصانه به قدرت درونی خود نمی‌توان از زندگی شاد و موفقیت‌آمیزی برخوردار بود. خودکم‌بینی و احساس بی‌ارزشی سدّ راه شادی و نشاط است؛ در حالی که اعتماد به نفس به خودشکوفایی و پیشرفت‌های موفقیت‌آمیز می‌انجامد (نورمن و تمدن، ۱۳۸۹: ۱۱۳). در برخی از بیان‌ها، تعریف‌های افراطی از این مفهوم شده است. اینکه اعتماد به نفس یعنی «انسان فقط به نیروها و توانمندی‌های خویش متکی باشد و خود را یگانه عامل کامیابی در زندگی فردی و اجتماعی اش بداند». براساس این تعریف، دل‌بستن به دیگران، یاری جستن از دیگر افراد، اعتماد و تکیه کردن بر غیرخود؛ یعنی خروج از مرزهای اعتماد به نفس که به حقارت و ناتوانی انسان می‌انجامد. روان‌شناسان اعتماد به نفس را اساس هر رستگاری و پیشرفتی می‌دانند که در صورت اتکا به دیگری، فرد ضعیف می‌شود؛ به این معنا که مساعدت‌هایی که از خارج به شخص می‌رسد، غالباً قوه تلاش و کوشش وی را سست و انگیزه تداوم را از او سلب می‌کنند (شجاعی، ۱۳۸۳: ۵۰).

### ۳. خاستگاه‌های خودارزشمندی

کوپراسمیت خویشتن را عامل مهم در ایجاد نوع رفتار و عزت نفس می‌داند. خویشتن‌پنداری به معنای عقیده‌ای است که فرد درباره خود دارد و در تمام جنبه‌های آن (جسمانی، اجتماعی، عقلانی و روانی) نمایان می‌شود و افرادی که از خویشتن‌پنداری مثبت برخوردارند، رفتارشان در اجتماع پسندیده‌تر از دیگران با خویشتن‌پنداری منفی است. خویشتن‌پنداری بر اثر تعامل بین عواملی چون پندار والدین، دوستان و همبازی‌ها، معلمان و پندار فرد درباره خود در سال‌های اولیه کودکی حاصل می‌شود که نقش والدین در ایجاد نوع شخصیت کودک از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (شفیع‌آبادی، ۱۳۷۳: ۱۳). وی منابع عزت نفس را به قدرت، مهم بودن، پایبندی به آداب و قوانین اجتماعی و اخلاقی و موفقیت معرفی می‌کند (امامی و فاتحی‌زاده، ۱۳۷۹) و از نظر بنیس (۱۹۸۳) عزت نفس از منابعی چون واکنش و ارزیابی دیگران (شاملو، ۱۳۸۰: ۸۸)، ادراک خویشتن (وتین، ۱۹۸۹)، مقایسه اجتماعی (پریش، ۱۹۸۳) و ایفای نقش نشئت می‌گیرد (امامی و فاتحی‌زاده، ۱۳۷۹: ۳۰-۲۷). از نظر براندن عزت نفس برگرفته از دو جنبه حس اثربخشی فردی و حس ارزش فردی است؛ اثربخشی فردی حس کنترل بر زندگی را ایجاد می‌کند و به معنای اعتماد به کنش ذهن و توانایی اندیشیدن در فرآیندهایی است که به وسیله آن قضاوت می‌کنیم و حس ارزش فردی به

معنای اطمینان به ارزش خود، نگرش مثبت در جهت حق زیستن، شادمان بودن و احساسی از آن می‌باشد که شادی حق طبیعی هر انسانی است (براندن، ۱۳۷۵: ۳۴-۳۶).

بنابر نظر آدلر علاقه اجتماعی به معنای همکاری، روابط اجتماعی، همدلی و... که امری ذاتی و فطری است، جبران‌کننده ضعف‌های طبیعی یک فرد می‌باشد که عامل مهمی در شکل‌دهی عزت‌نفس به شمار می‌رود و در مقابل، احساس حقارت که نوعی احساس بی‌کمالی یا ناتمامی در هر بعد از زندگی است، عامل تمام پیشرفت‌ها و بهبودی‌ها در زندگی انسان می‌باشد. این‌گونه که جبران مکانیسمی است که به کمک آن، فرد احساس حقارت خود را تلافی می‌کند. اگر این مکانیسم به صورت افراطی تجلی کند، حالت مرضی به خود می‌گیرد و به اختلال در عملکرد، کاهش علاقه اجتماعی و افزایش افراطی قدرت‌طلبی می‌انجامد (دارابی، ۱۳۸۴: ۱۱۳-۱۱۵) و براساس نظریه راجرز عزت‌نفس نیازی نوعی می‌باشد که معلول توجه مثبت و احترام به خود است (شفیع‌آبادی و ناصری، ۱۳۶۵: ۱۵۶).

مازلو در هرم سلسله نیازها به مواردی اشاره می‌کند که ارضای آنها زمینه‌ساز رسیدن فرد به بالاترین درجه رشد شخصیت می‌باشد که یکی از آنها احترام به خود یا عزت‌نفس است و آن را در سطح چهارم قرار داده و مشتمل بر تمایل به شایستگی، چیرگی، پیشرفت، توانمندی، کفایت، اطمینان، استقلال و آزادی است. ارضای نیازها پدیدایی احساس ارزشمندی، توانایی، سودمند بودن و اطمینان و ارضا نشدن موجب احساس حقارت، درماندگی، ضعف، دل‌سردی و ناامیدی می‌شود (مفتاح، ۱۳۸۱). از نظر مازلو خودپنداره ناشی از ارضا و شکوفا شدن نیازهای فطری است و در عین حال نقش معناداری به آن نمی‌دهد. وی وجود شرایط مطلوب و عدم بیماری‌های روانی را زمینه‌ساز شکوفاسازی نیروهای فطری و بالقوه می‌داند (دارابی، ۱۳۸۴: ۱۰۳).

#### ۴. مؤلفه‌ها و عناصر درونی خودارزشمندی

فروید معتقد بود رفتار، روان یا شخصیت انسان نتیجه ارتباط متقابل تعاملی و تعارضی نهاد، خود و فراخود است. هرگاه فرد مطابق خیر عمل کند، احساس رضایتمندی و عزت‌نفس و چنانچه به سوی بدی گراید، احساس حقارت و در نتیجه سرزنش در او تداعی می‌شود (سولتز، ۱۳۷۵)؛ اما راجرز برخلاف فروید، تضاد و کشمکش بین انسان و محیط را امری الزامی و اجتناب‌ناپذیر می‌داند و معتقد بود انسان برای دستیابی به تکامل، به تعامل سالم با

دیگران نیازمند است. از نظر راجرز سوء تفاهم<sup>۱</sup> و سوء ظن<sup>۲</sup> علت اصلی شکل‌گیری تضادها و مخالفت انسان‌ها با یکدیگر می‌باشد. تمایل به خودشکوفایی، یعنی بالفعل کردن نیروهای درونی یک امر ذاتی و فطری که در انسان‌ها جریان دارد و افراد خودشکوفال در عمل، تفکر و عملکرد خلاقانه رفتار می‌کنند (دارابی، ۱۳۸۴: ۹۷-۹۸) و مازلو نیز مانند راجرز اعتقاد داشت که تمایل هسته‌ای در همه انسان‌ها عبارت است از: حرکت به سوی شکوفاسازی نیروهای ذاتی (راجرز، ۱۹۵۹)؛ درحقیقت با یک نگاه تلخیصی عزت نفس شامل شش مؤلفه اساسی است: زیست آگاهانه، زیست هدفمند، زیست صادقانه، پذیرش خویشتن، خودمسئولی و خودتأییدی (براندن، ۱۹۸۸؛ به نقل از شجاعی، ۱۳۸۷: ۱۰۷).

نیاز خودارزشمندی با قسمت بزرگی از تجارب فرد همراه و اکتسابی و دوجانبه است و برای رسیدن به عزت نفس گام اول توجه مثبت غیرمشروط و گام دوم کسب احترام و توجه از جانب دیگران می‌باشد (شفیع‌آبادی و ناصری، ۱۳۶۵: ۱۵۶) و مازلو در توضیح نیاز به عزت نفس، این سطح از نیازها را در دو مجموعه فرعی طبقه‌بندی می‌کند؛ یکی، تمایل به قدرت، موفقیت، کفایت، شایستگی، اعتماد در رویارویی با جهان، استقلال و آزادی و دیگری، تمایل به اعتبار و حیثیت (احترام دیگران نسبت به خود)، مقام، شهرت، افتخار، برتری، معروفیت، توجه و اهمیت، و حرمت یا تحسین (مازلو، ۱۳۶۷: ۸۲).

#### ۱-۴ ویژگی‌های خودارزشمندی

از نظر فروید ارضا یا محرومیت بیش از حد و تشبیت در هر یک از مراحل رشد روانی جنسی در چگونگی عزت نفس تأثیر دارد. محرومیت بیش از حد در مرحله دهانی موجب شکل‌گیری عزت نفس پایین، وابستگی به دیگران و عدم اعتماد به نفس و در مقابل ارضای بیش از حد در این مرحله موجب عزت نفس غیرواقعی و عقده خودبزرگ‌بینی می‌شود (دارابی، ۱۳۸۴) و از نظر آدلر عزت نفس که در شکل‌های مختلف رفتار جلوه‌گر می‌گردد، به وسیله تفوق و برتری ایجاد می‌شود، مثلاً فرد روان‌نژند در نیل به عزت نفس، قدرت و بزرگ جلوه دادن خود تلاش می‌کند؛ درحالی‌که فرد عادی برای هدف‌هایی تلاش می‌کند که در درجه اول ماهیتی اجتماعی دارند و به دنبال امنیت خاطر و سازگاری لازم متناسب با هدف پیشین است (شفیع‌آبادی و ناصری، ۱۳۶۵: ۹۱).

1. Suspiciousness  
2. Misunderstanding

#### ۲-۴. پیامدهای خودارزشمندی

از نظر آلپورت، عزت نفس پس از شکل‌گیری حس کنجکاو و اکتشاف در کودک ایجاد می‌شود که وی این مرحله از پرورش خویشتن را بسیار مهم و حساس برمی‌شمارد. او معتقد است احساس استقلال کودک در دوسالگی به صورت رفتار منفی و مخالفت با مراقب و در شش یا هفت سالگی به شکل رقابت با همسالان پدیدار می‌شود (شجاعی، ۱۳۸۷: ۱۱۳) و اگر انسان با فرار از حقیقت و تحریف و خیانت در داوری (درست یا نادرست) از اعتقادات اخلاقی خود دست بکشد، پیامد آن کاهش میزان عزت نفس و احساس ارزشمندی خویش است (براندن، ۱۳۷۱: ۱۶۸).

#### بخش دوم: ارزشمندی از دیدگاه اسلام

با توجه به متون دینی و برخلاف دیدگاه روان‌شناسان، خودارزشمندی تنها حس ارزشیابی و سودمندی شخص از خویش نیست، بلکه نیل به اعتلا و بلندی ماوراء طبیعت و شکوفا کردن سرمایه فطرت خداخواهی و نزاهت از پستی و فرومایگی است که با نگاهی جامع به مجموعه ویژگی‌هایی گفته می‌شود که از جنبه‌های شخصیتی، ارتباط بین فردی و اجتماعی و در نگاهی گسترده‌تر ارتباط با خداوند مثبت به شمار می‌رود و در نهایت از جهت ارتباط با مبدأ، فرد به مقام قرب الهی دست می‌یابد؛ بنابراین ارزشمندی مفهومی است که افزون بر دربرداشتن صفات ایجابی (آراسته شدن به ارزش‌ها)، دارای صفات سلبی (دوری از حقارت‌ها، رذائل و...) نیز می‌باشد (جوادی‌آملی، ۱۳۶۶: ۲۲). چه بسا انسان‌هایی که به مقام کرامت نفس رسیده‌اند، اما نتوانسته‌اند به عزت و خودارزشمندی دست یابند! البته گاهی به واسطه آنکه خودارزشمندی می‌تواند وصفی برای نفس قرار گیرد، در روایات نیز همان کرامت نفس یا شرافت نفس منظور شده است.

اصلی‌ترین واژه مشیر به مفهوم خودارزشمندی در متون دینی واژه کرامت نفس است. عزت به عنوان وصف نفسانی مفهومی مترادف با کرامت نفس می‌یابد؛ چنان‌که در زبان فارسی نیز این مترادف وجود دارد که در این صورت ارزشمندی آدمی بر هر آنچه کرامت نفس او متوقف است، توقف خواهد یافت. کرامت از ریشه کرم دارای معانی گوناگونی چون بزرگواری، برتری، گذشت، بخشش، صفوح، پرمحبت، خیرسان، قناعت‌پیشه، میانه‌رو، شرافت، ضد پستی و فرومایگی است (فراهیدی، ۱۴۰۹: ابن‌منظور، ۱۴۱۴: طریحی، ۱۳۷۵ و ابن‌فارس، ۱۴۰۴). کرامت نفس به این معنا

۱. «تعز من تشاء و تذلل من تشاء...» (آل عمران / ۲۶).

است که فرد خود را از پلیدی و آلودگی به چیزی و از اموری حفظ کند که مخالفت پروردگار را موجب می‌شود و دارای طبعی شفاف و نیز خوش خلق، دارای سعه صدر، نجیب‌زاده، برگزیده، نیکوکار، آراسته و عزیز در نزد انسان‌های دیگر باشد (حسینی واسطی، ۱۴۱۴). اگرچه مفهوم کرامت نفس و خودارزشمندی در کلیت و پاره‌ای از مصادیق، وجوه مشترکی دارد و در عرف عامیانه و ادبیات روان‌شناسی نیز یک مفهوم دارند، اما هریک در ادبیات دینی دارای مفهوم خاص‌اند؛ کرامت نفس در آیات قرآن کریم در مورد همه بنی آدم به کار رفته<sup>۱</sup> و از عزت و خودارزشمندی در مورد اهل ایمان یاد شده است<sup>۲</sup>. در فرهنگ اسلامی مفهوم کرامت با سه واژه عزت، حرمت نفس و فضل متناظر و مشابه است که به توضیح آنها می‌پردازیم.

۱. عزت به معنای حالتی در انسان است که مانع از مغلوب واقع شدن می‌شود (راغب، ۱۳۸۵). در قرآن خداوند در دو آیه به صراحت کسانی را که دنبال عزت و اقتدار و بلند مرتبگی هستند، به سوی خدا راهنمایی می‌کند که منشأ و منبع هرگونه عزت است (نساء، ۱۳۹). کرامت به معنای بزرگی، بزرگواری و عظمت روح است، اما عزت به معنای شکست‌ناپذیری و صلابت است (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۷: ۲۲). کرامت ویژگی انسان است؛ درحالی‌که عزت ویژگی مؤمن است. چنان‌که قرآن کریم و روایات نیز عزت را به رفتارهای اختیاری انسان مرتبط می‌سازند (منافقون، ۸) و کرامت را به ذات و وجود انسان معرفی می‌کند (اسراء، ۷۰). البته کرامت دارای دو نوع ذاتی (تکوینی) و اکتسابی است که این قسم (اکتسابی) از کرامت با عزت یکی است. چنان‌که قرآن می‌فرماید: «إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ؛ همانا گرامی‌ترین شما نزد خدا، با تقواترین شماست» (حجرات / ۱۳)؛ بنابراین کرامت بدون مقایسه با دیگری فی‌نفسه است، ولی عزت در برابر و در مقایسه با دیگری می‌باشد (مصطفوی، ۱۳۸۵). به عبارت دیگر عزت اخص از کرامت یا نتیجه کرامت است. کرامت انسانی از مبانی تربیتی و از دارایی‌های انسانی می‌باشد، اما عزت نفس برگرفته از مبنای کرامت و از اصول و بایدهای تربیت است.

۲. حرمت نفس به معنای چیزی که هتک‌ش جایز نیست (فیومی، ۱۴۱۴) و حفظ و احترام آن واجب (مصطفوی، ۱۳۸۵) و کوتاهی در مورد آن حرام است (طریحی، ۱۳۶۷)؛ درحقیقت حرمت نفس نتیجه کرامت نفس است که تکریم و احترام نفس لزوم پیدا می‌کند. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: من قیمت این نفس ارزشمند را خدای آن قرار می‌دهم و در همه مخلوقات خدا موجودی پیدا

۱. «و لقد کرمننا بنی آدم...» (اسراء / ۷۰).

۲. «والله العزة و لرسوله و للمؤمنین» (منافقون / ۸).

نمی‌شود که ارزشش برابر نفس باشد.

۳. فضل به معنای زیادی در چیزی است که سه گونه دارد و شاهد بحث در اینجا گونه زیادی از حیث ذات می‌باشد که این زیادی عرضی و گاه جبران‌پذیر است (ابن فارس، ۱۳۸۷). در قرآن از ماده فضل به معنای برتری انسان نسبت به دیگر موجودات استفاده شده است.<sup>۱</sup> با توجه به مفاهیم متناظر خودارزشمندی که در دو دیدگاه بیان شد، تفاوت تبیین آنها در جدول ۱ قابل مشاهده است.

**جدول ۱: مقایسه مفاهیم متناظر خودارزشمندی از نظر روان‌شناسی و اسلام**

تبیین مفاهیم متناظر						
فضل	عزت نفس		اعتماد به نفس		حرمت نفس / خود	
	دینی	روان‌شناسی	دینی	روان‌شناسی	دینی	روان‌شناسی
به معنای زیادی از حیث ذات است که این زیادی عرضی و گاه جبران‌پذیر است.	به معنای شکست‌ناپذیری و صلابت و از ویژگی‌های مؤمن و اخص از کرامت یا نتیجه کرامت است.	انباشته شدن رفتارها و شکل‌گیری تدریجی شخصیت براساس آن در طول زندگی و نوعی رویکرد مثبت به ویژگی‌های شخصیتی مورد نظر است.	این مفهوم در فرهنگ دینی قابل پذیرش نیست.	اطمینان واقعی و خالصانه به قدرت درونی خود و اینکه انسان فقط به نیروها و توانمندی‌های خویش متکی باشد و خود را یگانه عامل کامیابی در زندگی فردی و اجتماعی‌اش بداند.	حرمت نفس نتیجه کرامت نفس است که تکریم و احترام نفس لزوم پیدا می‌کند.	جنبه ارزیابی مثبت یا منفی فرد از خویش‌ستن و میزان ارزشی که شخص برای خود قائل است.

براساس ادبیات دین، زمینه، علت و خاستگاه خودارزشمندی چنین است که برخی انسان‌ها افزون بر کرامت وجودی خویش که از سوی خداوند دریافت کرده‌اند، به واسطه ایمان و عمل صالح به مقامی برتر دست می‌یابند که خداوند آن را مخصوص نزدیکان خویش دانسته است. در مورد درک احساس ارزشمندی درونی به موضوع شناخت نفس اشاره می‌شود که آغاز معرفت و بینش انسان هدایت، پرهیز از پلیدی‌ها و زشتی‌ها و درنهایت به شکل‌گیری نفس متعالی می‌انجامد و این آیات نشان از اهمیت «خود» و نفس انسان و شناخت آن است و آیات الهی درباره خودارزشمندی انسان به ویژگی‌هایی همچون خلیفه خدا در زمین (انعام / ۱۶۵)، بالاترین ظرفیت‌ها و قابلیت‌های علمی نامحدود و آشنا به حقایق هستی (بقره / ۳۱-۳۳)، برخوردار از فطرتی خداسوا (اعراف / ۱۷۲؛ روم / ۴۳)، بهره‌مند از سرشتی ملکوتی و الهی (سجده / ۹)، آزاد، مستقل، انتخاب‌گر و امانت‌دار خداوند در زمین (احزاب / ۷۲؛ دهر / ۷۳)، دارای وجدانی اخلاقی و مُلهم به خیر و شر و قدرت درک زشتی‌ها و زیبایی‌ها (شمس / ۸-۹)، مسلط بر طبیعت، زمین و آسمان (بقره / ۲۹؛ جاثیه / ۱۳) اشاره می‌کند.

۱. «... وَفَضَّلْنَاكُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا» (اسراء / ۷۰).

## جدول ۲: مقایسه دیدگاه روانشناسی و اسلام در محورهای اصلی خودارزشمندی

محورها	دیدگاه روان‌شناسی	جهان بینی اسلام
ماهیت خودارزشمندی	افزایش موفقیت همراه با کاهش آرزو (جیمز، ۱۸۹۰) و تفوق و برتری با هدف ارتقا و خودشکوفایی (آدلر)	نیل به اعتلا و بلندی ماوراء طبیعت و شکوفا کردن سرمایه فطرت خداخواهی و نزاهت از فرومایگی
خاستگاه خودارزشمندی	خودتأییدی و خودمحوری	رضایت خداوند و اطاعت
عناصر درونی خودارزشمندی	زیست آگاهانه، زیست هدفمند، زیست صادقانه، پذیرش خویشتن، خودمسئولی و خودتأییدی	شناخت نفس و پرهیز از پلیدی‌ها
ویژگی‌های خودارزشمندی	ارضا به اندازه در هر یک از مراحل رشد روانی جنسی (فروید) و تفوق و برتری (آدلر)	خلیفه خدا در زمین، برخوردار از فطرتی خداسو، بهره‌مند از سرشتی ملکوتی و الهی، آزاد، مستقل، انتخابگر و امانت‌دار خداوند در زمین، دارای وجدانی اخلاقی و مُلهم به خیر و شر و قدرت درک زشتی‌ها و زیبایی‌ها، مسلط بر طبیعت، زمین و آسمان
پيامد خودارزشمندی	متعادل شدن انسان	متعادل و سپس متعالی شدن نفس

جامعه آماری پژوهش در بررسی روایی محتوایی: جامعه آماری این بخش کارشناسان خبره بودند که در حیطه فهم و استنباط منابع اسلامی و رشته روان‌شناسی آگاه و نسبتاً در یک سطح قرار داشتند (عباسی، ۱۳۹۶: ۱۳۳؛ به نقل از: سیف، ۱۳۹۰). بدین منظور با استفاده از روش «پیمایشی» از نوع «دلفی» و به صورت هدفمند (سرمد و دیگران، ۱۳۸۵: ۸۴)، تعداد شش متخصص علوم اسلامی و روان‌شناسی انتخاب شدند و اعتباریابی نتایج براساس نظرات آنان به انجام رسید.

سرانجام به منظور بررسی روایی تطبیق مفهوم خودارزشمندی در اسلام و روان‌شناسی در تهیه فرمی از شش کارشناس خبره روان‌شناسی درخواست شد که نظرات خود را درباره «صحت برداشت مفهوم خودارزشمندی از آموزه‌ها و منابع دینی» و نیز «صحت برداشت مفهوم خودارزشمندی در نظریات روان‌شناسی» بیان کنند. نتایج حاصل از میزان شاخص روایی محتوا (CVI) این بررسی در جدول ۲ آمده است.

## جدول ۳: شاخص روایی صحت برداشت مفهوم ارزشمندی در روان‌شناسی و منابع اسلامی

ردیف	خودارزشمندی در منابع دینی	CVI صحت برداشت
۱	خودارزشمندی در منابع دینی	۰/۹۰
۲	خودارزشمندی در روانشناسی	۰/۹۷
	جمع و میانگین	۰/۹۳،۵

همان‌گونه که جدول ۳ نشان می‌دهد، روایی برداشت مفهوم خودارزشمندی از منابع دینی و روان‌شناسی از وضعیت خوبی برخوردار است؛ به طوری که شاخص CVI هر یک از مضامین

۰/۸۸ و بالاتر بوده و میانگین کل شاخص روایی محتوا برابر با ۰/۹۳،۵ می‌باشد که بالاتر از مقدار CVI بحرانی یعنی ۰/۷۹ است.

### نتیجه‌گیری

برای انسان هیچ حکمی با ارزش تر و برتر از داوری او در مورد نفس خویش نیست و ارزشیابی شخص از خویشتن قطعی‌ترین عامل در روند رشد روانی و جسمی اوست (براندن، ۱۳۷۱: ۱۶۱). براساس دیدگاه‌ها و نظریات روان‌شناسان، «خودارزشمندی» مفهومی است که به ادراک فرد از ارزش شخصی و به تعبیر بهتر احساس ارزشمندی اشاره دارد. این ادراک همان ارزشیابی عاطفی نسبت به خود است که معمولاً براساس ویژگی‌های مثبت و منفی سنجیده می‌شود و کلید رفتار هر فرد می‌باشد (کارسون، ۱۹۹۶) و می‌تواند بهزیستی عاطفی و روانی مثبت را ارتقا دهد و نیز صرف نظر از فرهنگ جمع‌گرایی و فردگرایی حاکم بر جوامع یک عامل محافظتی مهم در برابر علائم و اختلالات سلامت روان است (خالک<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶ و یو<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰).

این ارزشیابی به صورت آگاهانه و احساسی رخ می‌دهد؛ زیرا پیوسته توسط انسان تجربه و در هر واکنش احساساتی دخیل است (براندن، ۱۳۷۱: ۱۶۱).

با توجه به بررسی دیدگاه اسلام و روان‌شناسی، نگاه این دو به خودارزشمندی انسان متفاوت است و روشن شد که از جهات مختلفی (مبنا، نوع عمل و منشأ و خاستگاه) تفاوت دارند که در اینجا به تحلیل هر یک خواهیم پرداخت.

روانکاوان، شخصیت و در پی آن خودارزشمندی را متأثر از ساختارهای درونی غیرقابل مشاهده انسان همچون ناهشیار، تعارضات، امیال سرکوب شده جنسی، پرخاشگری و تعارضات اولیه کودکی می‌دانند (وانگ<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). رفتارگرایان با نقد درونی‌نگری<sup>۴</sup> و تأکید بر روش مشاهده<sup>۵</sup> و تجربه عینی بر این باورند که ساحت‌ها و ویژگی‌های شخصیتی غیرقابل مشاهده همانند هوش، شناخت، آگاهی، درون‌گرایی و برون‌گرایی، خودارزشمندی قابل بررسی و سنجش نیست (دارابی، ۱۳۸۴: ۱۳۷). وجودگرایان با تأکید بر مفاهیم «بودن<sup>۶</sup>»، «وجود<sup>۷</sup>»

1. Khalek  
2. Xu  
3. Wang  
4. Introspection  
5. Observation  
6. Being  
7. Existence



و تمایل هسته‌ای استقلال طلبی<sup>۱</sup> به این سازه در انسان پرداخته‌اند. لازمه این نگاه تأکید بر تجربه پدیده‌ها و واقعیات است. بودن در این دنیا ملاحظه ذهنی از خودمان و از دنیایی می‌باشد که ما را احاطه کرده است (همان: ۱۳۲). از جمله نظریات منصفانه نسبت به خودارزشمندی می‌توان به مواردی اشاره کرد: جنبش انسان‌گرایی نگاه محدود، تحقیرآمیز و تک‌ساحتی روانکاوی را نقد می‌کند و برخلاف مکتب روانکاوی، افزون بر تصویری خوش‌بینانه از طبیعت انسان، او را ارزشمند می‌داند و برخلاف مکتب رفتارگرایی، انسان را موجودی خلاق، در حال رشد و خودشکوفایی در نظر می‌گیرد (شولتز، ۱۳۷۵: ۳۰۷-۳۰۸). براندن خودارزشمندی را احساس ارزشمندی و ارزیابی صرف واقعیت‌ها و نوعی عمل و تجربه را نیز در آن دخیل می‌داند؛ درحقیقت شکل‌گیری این سازه در انسان صرفاً مربوط به اندیشه و احساس نبوده، بلکه اندیشه توأم با عمل به آن مفهومی واقعی می‌بخشد؛ بنابراین خودارزشمندی از نظر براندن (۱۳۷۱) عبارت است از درجه تصویب، تأثیر و ارزشمندی که شخص نسبت به خود احساس می‌کند و سازه‌ای کلی و مرکزی است که سبب رشد شخصیت و در عملکرد روان‌شناختی فرد تأثیرگذار می‌شود (خالک، ۲۰۱۶).

به طور خلاصه از دیدگاه روان‌شناسی، فلسفه خودارزشمندی، کانون توجه به خود و وجود انسان و مساوی با پرورش، رشد شخصیت و استعداد‌های انسان در جهت تعالی زندگی فردی و اجتماعی او و افزایش تاب‌آوری فردی است (کوری<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۴؛ گروسمن و رایت<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴) که نوعی احساس رضایتمندی در فرد ایجاد می‌کند و این احساس با نظر مثبت و بازتاب نگرش دیگران همراه شده، و در نتیجه شخص را در تمام جهات زندگی فردی و اجتماعی موفق و تأثیرگذار می‌سازد. روان‌شناسان در آزمایش‌ها و نظریات خود به وجود روح و تعامل پیچیده آن با جسم در درمان و ارائه نظریات خود اذعان کرده‌اند (براندن، ۱۳۷۱: ۲۵) و برخی بر این باورند که مفهوم‌پردازی روح انسان با عنوان «منابع درونی» به اهداف علمی و روان‌درمانی کمک کرده، می‌تواند افراد را در مدارا با فشار روانی زندگی یاری کند و اهمیت به مسائل روح می‌تواند در ارزشمندی مثبت خود مؤثر باشد (وانگ ۲۰۰۰؛ به نقل از رضوانی، ۱۳۸۸: ۴۹).

با این حال خودارزشمندی را نه تنها باید به عنوان یک عامل واحد، بلکه در چارچوب یک

1. Achieve authentic  
2. Currie  
3. Grossman & Wirt

نظریه چندبعدی با توجه به ارتباط آن با سایر عوامل در نظر گرفت (مان، هوسمن، شالما و دی رایس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). از نظر قرآن کریم معیار خودارزشمندی میزان مقبولیت از جانب خداوند است و بر مبنای این اصل، مفهوم و معیار آن برخلاف دیدگاه روان‌شناسی از حیطة خود و خودشناسی صرف و توجه به تمام یافته‌ها، اندوخته‌ها، نگرش‌ها، اختیارات و آزادی‌های شخصی خارج شده، و به معنای گسترده نیل به اعتلا و بلندی ماوراء طبیعت و شکوفا کردن سرمایه فطرت خداخواهی و نزاهت از پستی و فرومایگی است (جوادی آملی، ۱۳۶۶: ۲۲).

در انسان‌گرایی تمام تجربه‌های ارگانیک قابل اطمینان و اعتماد است (ارجرز، ۱۹۶۱: ۹۹؛ به نقل از فقیهی، ۱۳۸۷) و هر آنچه که شخص تجربه کند و به پیشرفت و ترقی برسد، کمال‌آفرین و هر موفقیتی در شخص شکوفا شود، خودارزشمندی به شمار می‌رود (فقیهی، ۱۳۸۷: ۱۹۷) که منشأ آن را ارزشیابی و تأیید اجتماعی می‌دانند (البستانی، ۱۳۷۲؛ به نقل از شجاعی، ۱۳۸۷: ۲۱)؛ درحالی‌که از دیدگاه اسلامی انسان دارای نفس مُلهم<sup>۲</sup> است و توانایی تشخیص و انجام کارهای خیر را دارد. قرآن کریم نژاد، ملیت، زبان، قدرت، رنگ و... را ملاک برتری و خودارزشمندی نمی‌داند، بلکه با نگاهی جامع ایمان و عمل صالح را با محوریت تقوای الهی ملاک قرار می‌دهد و رشد مادی انسان را توأم با رشد روحی و روانی وی که سعادت اخروی را به همراه دارد، مایه کمال می‌داند و درحقیقت عوامل مادی به تنهایی کمال قلمداد نمی‌شود (جوادی آملی، ۱۳۷۲: ۸۸) و اسلام منشأ خودارزشمندی را تقدیر و تأیید الهی معرفی می‌کند؛ از این رو اسلام به جای وابستگی و حمایت اجتماعی، دل‌بستگی و توکل به خدا را مطرح کرده است (البستانی، ۱۳۷۲؛ به نقل از شجاعی، ۱۳۸۷: ۲۱). به اعتقاد آدلر خودارزشمندی، خودشکوفایی و ارتقای خود است که به وسیله تفوق و برتری در فرد ایجاد می‌شود و این برتری طلبی ضرورت ذاتی زندگی و اساس راه حل مشکلات و نیز همه اعمال او تابع سمت و سوی آن است (شفیع‌آبادی، ۱۳۶۵: ۹۱) و یا کوپر اسمیت منابع خودارزشمندی را قدرت، مهم بودن، پایبندی به آداب و قوانین اجتماعی و اخلاقی و موفقیت می‌داند (امامی و فاتحی‌زاده، ۱۳۷۹)؛ اما از دیدگاه قرآن انسان محوری در طول خدامحوری، و انسان به عنوان با ارزش‌ترین مخلوق، صاحب کرامت و دارای استعداد کسب عزت و شرف است. وجودگرایی که قائل به وجودی مستقل برای انسان می‌باشد، او را یگانه هستی و خالق تمام ارزش‌های واقعی این جهان و حاکم بر شئون هستی و سایر موجودات می‌داند (دارابی، ۱۳۸۴: ۱۳۸۴).

1. Mann, Hosman, Schaalma & de Vries

۲. «فَاللَّهُمَّهَا فُجُورُهَا وَتَقْوَاهَا» (شمس، ۸).

۱۳۲-۱۳۳). پیامد این دیدگاه، گسترش و افزایش خودمحوری، خودخواهی و صفات ناپسند را به عنوان ارزش به همراه دارد؛ به این معنا که انسان ذاتاً دارای ارزش است و اگر خطایی مرتکب شود، ارزش وجودی او هیچ‌گاه کاسته نشده است، زیرا این خطا مربوط به رفتار اصلاح‌پذیر انسان می‌باشد و او در هر شرایطی ارزش دارد و در نتیجه از این نظر همه انسان‌ها با هم برابر و هیچ تبعیض و نگرش منفی در مورد انسان‌ها نباید قائل شد. این اصطلاح از نقطه نظر بیشتر روان‌شناسان، رشد و توجه «خود» و یا «من» است و از نظر وجودگراها «بودن» و «وجود» اهمیت زیادی دارد (همان: ۱۳۲)؛ درحالی‌که در اسلام محور اصلی، خداوند متعال است و علاوه بر جایگاه ممتاز کرامت انسانی و برخورداری از جانشینی، انسان در برابر خداوند مسئول می‌باشد و با ارتکاب خطا بدون جبران با ساحت توحیدی، ارزش وجودی انسان در نزد خداوند کاسته می‌شود.

به طور خلاصه در مقوله مبنا و معیار خودارزشمندی، مکتب انسان‌گرایی مفهوم خودشکوفایی و پیشرفت براساس تجربه شخصی و نیز قابل اطمینان و اعتماد بودن تمام تجربه‌های ارگانیک را محور قرار داده، درحالی‌که در جهان بینی اسلام رشد مادی توأم با رشد معنوی مبنا و معیار آن است و انسان را دارای نفس مُلهم و تشخیص‌گر می‌داند. در همین مقوله مکتب وجودگرایی، انسان را دارای وجود مستقل، یگانه و خالق ارزش‌های واقعی و حاکم بر شئون هستی و سایر موجودات می‌داند؛ به طوری که در جهان بینی اسلام، محور اصلی خداوند متعال و مسئولیت انسان در برابر رفتارهای خویش است. به طور خلاصه دیدگاه روان‌شناسان به انسان‌محوری محض محدود شده، اما در مقابل دیدگاه اسلام چشم‌انداز گسترده‌تری دارد که به انسان‌محوری توأم با خدا‌محوری بنا شده و بدین‌گونه که ایمان و عمل صالح فرد در گرو تقوای الهی است.

در مقوله خاستگاه و منشأ خودارزشمندی، مکتب انسان‌گرایی در راستای ارزشیابی و تأیید اجتماعی، اما در مقابل دیدگاه اسلام مبتنی بر تقدیر و تأیید الهی است. در این راستا، وجودگرایی ارزش را مبتنی بر وجود، بودن و حیات، اما اسلام خودارزشمندی انسان را براساس اتصالش به خداوند و اصالت روح می‌داند.

در مقوله نوع عمل و معیار برتری در مکتب وجودگرایی، خودارزشمندی انسان با هدف استقلال و توجه نداشتن به رفتارهای نابهنجار بوده، اما در مقابل از دیدگاه اسلام

خودارزشمندی انسان به تبع وجود خداوند متعال و تنظیم عملکرد فردی مبتنی بر ایمان و عمل صالح با محوریت تقوا می‌باشد.

گفتنی است به جهت اینکه روان‌شناسان انسان‌گرا به حد کافی به مقایسه و نقد دیدگاه‌های رفتارگرایی و روان‌تحلیل‌گرایی پرداخته‌اند، در این پژوهش به نقد این دو دیدگاه نخواهیم پرداخت.

با توجه به آنچه بیان شد، کلیات این مقایسه را می‌توانید در جدول ۳ مشاهده کنید.

**جدول ۴: تقابل مقایسه-انتقادی دیدگاه‌های روان‌شناسی و اسلام در سه مقوله نسبت به خودارزشمندی**

مقوله‌ها	دیدگاه روان‌شناسان	جهان‌بینی اسلام
مبنا و معیار خودارزشمندی	انسان‌گرایی	خودشکوفایی و پیشرفت براساس تجربه شخصی
	وجودگرایی	قابل اعتماد بودن تجربه‌های انسان
	دیدگاه کلی	انسان محوری محض
خاستگاه و منشأ خودارزشمندی	انسان‌گرایی	ارزشیابی و تأیید اجتماعی
	وجودگرایی	ارزش مبتنی بر وجود، بودن و حیات
	دیدگاه کلی	خودتأییدی و خودمحوری
نوع عمل و معیار برتری	وجودگرایی	ارزشمندی وجود انسان با هدف استقلال و عدم توجه به رفتار
		ارزشمندی انسان به تبع وجود خداوند، ایمان عمل صالح و تقوا

به‌طور کلی از نظر قرآن کریم معیار خودارزشمندی میزان مقبولیت از جانب خداوند می‌باشد و نیل به اعتلا و بلندی ماوراء طبیعت و شکوفا کردن سرمایه فطرت خداخواهی و نزاهت از پستی و فرومایگی است و به مجموعه ویژگی‌هایی گفته می‌شود که از جنبه‌های شخصیتی، ارتباط بین فردی و اجتماعی و ارتباط با خداوند مثبت قلمداد شده، و درنهایت از جهت ارتباط با مبدأ، فرد به مقام قرب الهی دست می‌یابد (جوادی‌آملی، ۱۳۶۶: ۲۲)؛ بنابراین با نگاهی به آیات قرآن تمام کنش‌ها و ساحت خودارزشمندی فرد با معیار رضایت خداوند سنجیده می‌شود (حجرات/ ۱۳) و به‌طور جزئی‌تر، این ویژگی انسان در گرو ایمان و عمل صالح با محوریت تقوا شکل می‌گیرد (آل عمران/ ۱۰۲؛ بقره/ ۲۱؛ بقره/ ۱۷۷). از این رو معیار خودارزشمندی انسان تقوا می‌باشد (حجرات/ ۱۳). گفتنی است هوش، تمایلات، اختیار، شخصیت و استعداد و... معیار اصلی این ویژگی نیست و این عوامل ابزاری می‌باشد که با معیار تقوا، خودارزشمندی را ایجاد

می‌کند؛ درحالی‌که از دیدگاه روان‌شناسی، بدون نگاه توحیدی و معنویت، خودارزشمندی تابعی است از معقولیت، شرافت، تمامیت، انسجام، یکپارچگی شخصیت و همه صفات و کیفیات روانی برخاسته از اختیار انسان و هر آنچه ذهن انسان به آن مشغول می‌باشد و براساس ویژگی‌هایی که خارج از حیطه اختیار و کنترل است (مانند موفقیت، شهرت، شکل و ظاهر، محبوبیت) تعیین نمی‌گردد (براندن، ۱۳۷۷: ۱۷۲).

## منابع

۱. قرآن کریم.
۲. ابن فارس، احمد بن فارس. (۱۴۰۴). معجم مقاییس اللغة. چاپ اول. قم: مکتب الاعلام الاسلامی.
۳. ابن منظور، محمد بن مكرم. (۱۴۱۴). لسان العرب. چاپ سوم. بیروت: دار صادر.
۴. احمد، عاقل؛ جوانشیر، عباس. (۱۴۰۱). «تحلیل پیامدهای عزت‌نفس از منظر قرآن، احادیث و روان‌شناسی». مجله مطالعات حدیث پژوهی، دوره ۷، شماره ۱۳. صص: ۲۰۱.
۵. احمدی، کوثر؛ رضوانی، سیده زینب. (۱۳۹۹). «بررسی عزت‌نفس از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی». مطالعات روان‌شناسی با رویکرد اسلامی. سال اول. شماره ۱. صص: ۷-۲۷.
۶. آذربایجانی، مسعود و همکاران. (۱۳۸۲). روان‌شناسی اجتماعی با نگرش به منابع اسلامی. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۷. افشانی، عبدالمالک. (۱۳۹۹). «بررسی تطبیقی مفهوم عزت‌نفس از دیدگاه روان‌شناسی و اسلام». ششمین کنفرانس بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی.
۸. براندن، ناتانیل. (۱۳۷۱). روان‌شناسی حرمت‌نفس. ترجمه جمال هاشمی. تهران: شرکت سهامی انتشار.
۹. براندن، ناتانیل. (۱۳۷۵). قدرت از عزت‌نفس نگاهی روشن بخش بر مهم‌ترین سرچشمه روانی مان. ترجمه جمال هاشمی. تهران: شرکت سهامی انتشار.
۱۰. براندن، ناتانیل. (۱۳۷۷). رمز خویشتن‌یابی یا روان‌شناسی اعتماد به نفس. ترجمه جمال هاشمی. تهران: شرکت سهامی انتشار.
۱۱. برن، ژان. (۱۹۱۹). فلسفه رواقی. ترجمه ابوالقاسم پور حسینی (۱۳۶۲). تهران: امیرکبیر.
۱۲. برونو، فرانک جی. (۱۳۷۰). فرهنگ توصیفی اصطلاحات روان‌شناسی. ترجمه مهشید پاسایی و فرزانه طاهری. تهران: طرح نو.
۱۳. پوپ، آلیس و دیگران. (۱۳۹۱). افزایش احترام به خود در کودکان و نوجوانان. ترجمه پریسا تجلی. تهران: رشد.
۱۴. پورتقی و همکاران. (۱۴۰۰). «ساخت و اعتباریابی مقیاس عزت‌نفس». مجله روان‌شناسی و دین. شماره ۵۵. صص: ۳۷-۵۲.
۱۵. تازی، علی. (۱۳۹۶). «معرفی الگوی برای سبک رهبری کریمانه در سازمان با تأکید بر کرامت انسانی بر مبنای مفاهیم اسلامی». کنفرانس ملی پژوهش‌های نوین حسابداری و مدیریت در هزاره سوم. کرج.
۱۶. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد. (۱۳۶۶). تصنیف غرالحکم و دررالکلم. قم: دفتر تبلیغات.
۱۷. تورخان، مرتضی. (۱۳۷۳). «بررسی رابطه بین موضوع نظارت حرمت‌نفس و پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان تیزهوش و عادی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت مدرس.
۱۸. جعفری، محمدتقی. (۱۳۶۸). انسان در آفاق قرآن. تهران: بنیاد بعثت. مؤسسه القرآن الکریم.
۱۹. جوادی آملی، عبدالله. (۱۳۷۲). انسان در اسلام. قم: مرکز نشر فرهنگی رجاء.
۲۰. حسینی واسطی زبیدی حنفی، محب‌الدین ابی‌فیض سید محمد مرتضی. (۱۴۱۴). تاج العروس من جواهر القاموس. بیروت: دارالفکر.
۲۱. حسینی، سیدمصطفی و گودرزی معظمی، هاجر. (۱۴۰۰). «کرامت ذاتی انسان از دیدگاه حقوق بشر در اسلام و در حقوق بین‌الملل». فصلنامه حقوقی قانون یار. دوره ۵. شماره ۱۹.
۲۲. حسینی‌زاده، سیدعلی؛ مشایخی، شهاب‌الدین. (۱۳۹۳). روش‌های تربیتی در قرآن کریم، حکمت‌آموزی، عفو و گذشت، تکریم و احترام، وفق و مدارا، احسان. جلد دوم. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

۲۳. حیدری، محمدرضا. (۱۳۹۸). «تحلیل واژه کرامت و جلوه‌های آن در مهم‌ترین متون عرفانی قرن پنجم و ششم هجری. دوفصلنامه مطالعات ادیان و عرفان تطبیقی. دوره ۳. شماره ۱. صص: ۱۰۴-۸۷.
۲۴. حیدری، مریم. (۱۴۰۰). «ساخت سیاهه کرامت نفس براساس منابع اسلامی». دوفصلنامه مطالعات اسلام و روان‌شناسی. دوره ۱۵. شماره ۲۸. صص: ۱۰۵-۷۵.
۲۵. خدایاری، محمد و دیگران. (۱۳۹۱). «مقیاس‌های دینداری (مبانی نظری و روش‌شناسی به انضمام پرسشنامه‌های دینداری)». تهران: آواری نور.
۲۶. دارابی، جعفر. (۱۳۸۴). «نظریه‌های روان‌شناسی شخصیت رویکرد مقایسه‌ای». تهران: آبیژ.
۲۷. دانشگر، سیدحسین؛ پیرمردی، سمانه؛ ایزدیان، فاطمه. (۱۳۹۴). «عزت نفس از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی». اولین همایش علمی پژوهشی روان‌شناسی، علوم تربیتی و آسیب‌شناسی.
۲۸. راغب اصفهانی، حسین بن محمد. (۱۳۷۴). «مفردات الفاظ قرآن». چاپ دوم. تهران: مرتضوی.
۲۹. رضائیان و همکاران. (۱۴۰۱). «نقش خوش‌بینی اسلامی، عزت نفس و رضایت از زندگی در پیش‌بینی شادکامی». مجله روان‌شناسی و دین. شماره ۵۷. صص: ۹۷-۱۱۲.
۳۰. رضوانی، سیدروح‌الله. (۱۳۸۸). «مقایسه اثر معنویت درمانی و فراشناخت درمانی بر میزان اضطراب دانشجویان دختر مراجعه‌کننده به مرکز جهاد دانشگاهی شهر اصفهان». رساله کارشناسی ارشد روان‌شناسی اصفهان.
۳۱. رفیعی، مریم. (۱۴۰۱). «کرامت انسان در نهج البلاغه». دومین همایش ملی نهج البلاغه در آرا و اندیشه‌های اسلام‌شناسان.
۳۲. ژان، برن. (۱۹۱۹). «فلسفه رواقی، ترجمه ابوالقاسم پورحسینی (۱۳۶۲)». تهران: امیرکبیر.
۳۳. سرمد، زهره و دیگران. (۱۳۸۵). «روش تحقیق در علوم رفتاری». تهران: آگاه.
۳۴. شاملو، سعید. (۱۳۸۰). «بهداشت روانی». تهران: رشد.
۳۵. شجاعی، محمدصادق. (۱۳۸۷). «توکل به خدا: راهی به سوی حرمت خود و سلامت روان». قم: مؤسسه آموزشی امام خمینی (ره).
۳۶. شجاعی، محمدصادق. (۱۳۸۳). «توکل به خدا: راهی به سوی حرمت و سلامت». قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
۳۷. شریف‌الرضی، محمد بن حسین. (۱۳۷۸). «نهج البلاغه». ترجمه جعفر شهیدی. چاپ چهاردهم. تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.
۳۸. شفیع‌آبادی، عبدالله؛ ناصری، غلامرضا. (۱۳۶۵). «نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی». تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
۳۹. شولتز دوان، سیدنی؛ آلن، شولز. (۱۳۷۵). «نظریه‌های شخصیت». ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.
۴۰. شیخ‌الاسلامی و همکاران. (۱۳۹۰). «پیش‌بینی مؤلفه‌های شادکامی و زنان متأهل از طریق عزت نفس و روابط زناشویی». نشریه زن در فرهنگ و هنر (پژوهش زنان). دوره ۳. شماره ۱. صص: ۳۷-۵۲.
۴۱. طبرسی، حسن بن فضل. (۱۳۷۰). «مکارم الأخلاق». چاپ چهارم. قم: الشریف‌الرضی.
۴۲. طریحی، فخرالدین بن محمد. (۱۳۷۵). «مجمع البحرین». چاپ سوم. تهران: مرتضوی.
۴۳. عباسی، مهدی و پسندیده، عباس. (۱۳۹۶). «مفهوم‌شناسی در مفاهیم دین با رویکرد روانشناختی: مراحل و شیوه اجرا». پژوهشنامه روان‌شناسی اسلامی. سال سوم. ش ۶. صص ۴-۷.
۴۴. فراهیدی، خلیل بن احمد. (۱۴۰۹). «کتاب العین». چاپ دوم. قم: نشر هجرت.
۴۵. فقیهی، زهرا. (۱۳۸۷). «مفهوم شخصیت در قرآن». پایان‌نامه کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث دانشگاه اصفهان.
۴۶. فقیهی، علی‌نقی. (۱۳۹۶). «مؤلفه‌های حفظ کرامت زن و نقش تربیتی آن در سبک زندگی اسلامی». دوفصلنامه پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده. دوره ۵. شماره ۲. صص: ۱۳۷-۱۵۸.
۴۷. کاویانی ارانی، محمد. (۱۳۸۸). «طرح نظریه سبک زندگی براساس دیدگاه اسلام و ساخت آزمون سبک زندگی اسلامی و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی آن». پایان‌نامه رشته دکترا روان‌شناسی عمومی.
۴۸. مازلو، آبراهام. (۱۳۶۷). «انگیزش و شخصیت». ترجمه احمد رضوانی. مشهد: بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی.
۴۹. مجلسی، محمدباقر. (۱۴۰۳). «بحارالأنوار». چاپ دوم. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
۵۰. محسنی، محمدسالم. (۱۳۹۸). «کرامت انسان از نگاه امام علی (ع)». کنگره باخوانی ابعاد شخصیتی امیرالمؤمنین علی (ع). اصفهان.
۵۱. علی‌نژاد، محمد؛ عمران، روح‌اله؛ کمالوند، پیمان. (۱۳۹۵). «مفهوم‌شناسی تطبیقی عزت نفس در قرآن و روان‌شناسی انسان‌گرا». فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی (فرهنگ مشاوره). سال هفتم. شماره ۲۷. صص: ۱-۳۲.

۵۲. مصطفوی، حسن. (۱۴۳۰). التحقیق فی کلمات القرآن الکریم. چاپ سوم. بیروت. قاهره. لندن: دارالکتب العلمیه. مرکز نشر آثار علامه مصطفوی.
۵۳. مطهری، مرتضی. (۱۳۸۴). تعلیم و تربیت در اسلام. تهران: صدرا.
۵۴. مفتاح، سیمین. (۱۳۸۱). رابطه کمروبی و عزت نفس با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره راهنمایی شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت معلم.
۵۵. میرزایی، سمیر. (۱۳۹۷). «کرامت انسانی از منظر قرآن کریم». فصلنامه مطالعات علوم سیاسی، حقوق و فقه. دوره ۴. شماره ۲. صص: ۴۶-۳۲.
۵۶. نصرزهی، آسیه؛ ناستی زایی، ناصر؛ سلیمی، سمانه. (۱۴۰۰). «طراحی الگوی مدیریت کرامت انسانی براساس آموزه های اسلامی». مجله پژوهش در دین و سلامت. دوره ۷. شماره ۲. صص: ۲۷-۷.
۵۷. یدالله پور، بهروز. (۱۳۸۸). «معناشناسی کرامت انسان در نظام معنایی قرآن». پژوهشنامه علوم و معارف قرآن کریم. دوره ۱. شماره ۲. صص: ۱۴۴-۱۲۱.
58. Abdel-Khalek, A.M. (2016). Introduction to the psychology of self-esteem. Self-esteem: perspectives, influences and improvement strategies, 1-23.
59. Abdel-Khalek, A. M. (2016). Introduction to the psychology of self-esteem. Self-esteem: perspectives, influences and improvement strategies, 1-23.
60. Allport, G.W. & Ross, I.M. (1967). Personal religions orientation and prejudice. Journal of Personality and Social Psychology, 5(2), 432-433.
61. Banstola, A., Jeong, J. H. & Yook, S. (2020). Immunoadjuvants for cancer immunotherapy: A review of recent developments. Acta biomaterialia, 114, 16-30.
62. Carson i. Benner v. & Arnold E.N. (1996). mental Health Nursing the Nurse patient journey W.B. Saunders company.
63. Chen,G., Hu,X., Li,L., Huang,X., Lui,S., Kuang,W.,...& Gong, Q. (2016). Disorganization of white matter architecture in major depressive disorder: a meta-analysis of diffusion tensor imaging with tract-based spatial statistics. Scientific reports, 6(1), 21825.
64. Collin, P. et al. (2016). "Multi-dimensional self-esteem and magnitude of change in the treatment of anorexia nervosa". Psychiatry research, n. 237, p 175-181.
65. Coopersmit, S. (1967). Self-esteem Inventory, Published: consulting Psychologists.
66. Coopersmith, S. (1967). The antecedents of self-esteem San Francisco. H Freeman and Company.
67. Coopersmith, S. (1987). Self-esteem inventories. Cali-fornia: Consulting Psychologists Press.
68. Currie, D. J., Mittelbach, G. G., Cornell, H. V., Field, R., Guégan, J. F., Hawkins, B. A., ... & Turner, J. R. G. (2004). Predictions and tests of climate-based hypotheses of broad-scale variation in taxonomic richness. Ecology letters, 7(12), 1121-1134.
69. Drisko, J. W. & Maschi, T. (2016). Content analysis, Pocket Guides to Social Work R.
70. Grossman R. & Wirt R. (2004). Stress, self esteem, and mental health: How does gender make a difference. Journal of clinical psychology, vol.8, 68. pp.57-68.
71. Habrat, A., & Habrat, A. (2018). A review of selected empirical research on self-esteem. The Role of Self-Esteem in Foreign Language Learning and Teaching, 47-75.
72. Harter, S., Waters, P. & Whitesell, N. R. (1998). Relational self-worth: Differences in perceived worth as a person across interpersonal contexts among adolescents. Child Development, 69,756766-.
73. Hewitt, J.P. (2020). The Social Construction of Self-Esteem. The Oxford handbook of positive psychology, 309.
74. Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., ... & Cao, B. (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. The lancet, 395(10223), 497-506.

75. James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. New York; Henry Holt.
76. Kliewer, W., Lepore, S.J., Oskin, D. & Johnson, P.D. (1992). The role of social and cognitive precesses in children-s adjustment to community violence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 66, 199209-.
77. Kokkevi, A., Richardson, C., Florescu, S., Kuzman, M. & Stergar, E. (2007). Psychosocial correlates of substance use in adolescence: A cross-national study in six European countries. *Drug and alcohol dependence*, 86(1), 67-74.
78. Liu, Y., Liu, J., Xia, H., Zhang, X., Fontes-Garfias, C. R., Swanson, K. A., ... & Shi, P. Y. (2021). Neutralizing activity of BNT162b2-elicited serum. *New England Journal of Medicine*, 384(15), 1466-1468.
79. MacDonald, G. & Leary, M. R. (2005). Why does social exclusion hurt? The relationship between social and physical pain. *Psychological bulletin*, 131(2), 202.
80. Mann, M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P. & De Vries, N. K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health education research*, 19(4), 357-372.
81. Manning, M. A., Bear, G. G. & Minke, K. M. (2006). *Self-Concept and Self-Esteem*.
82. Markus, H., Cross, S.E. & Wurf, E. (1990). The role of the self-system in competence. In R. J. Sternberg & J. Kolligian, Jr. (Eds.), *Competence considered* (pp. 205-226). New Haven, CT: Yale University Press
83. Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*. N. Y.: Harper and Row.
84. Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: basic Books.
85. Rosenberg, M. (2015). *Society and the adolescent self-image*. Princeton university press.
86. Sowislo, J. F. & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological bulletin*, 139(1), 213.
87. Tian, H., Liu, Y., Li, Y., Wu, C. H., Chen, B., Kraemer, M. U., ... & Dye, C. (2020). An investigation of transmission control measures during the first 50 days of the COVID19 epidemic in China. *Science*, 368(6491), 638-642.
88. Wang, X., Tan, L., Wang, X., Liu, W., Lu, Y., Cheng, L. & Sun, Z. (2020). Comparison of nasopharyngeal and oropharyngeal swabs for SARS-CoV-2 detection in 353 patients received tests with both specimens simultaneously. *International Journal of Infectious Diseases*, 94, 107-109.
89. Wang, Y. & Ollendick, T. H. (2001). A cross-cultural and developmental analysis of self-esteem in Chinese and Western children. *Clinical child and family psychology review*, 4, 253-271.
90. Wild, L. G., Flisher, A. J., Bhana, A. & Lombard, C. (2004). Associations among adolescent risk behaviours and self-esteem in six domains. *Journal of child psychology and psychiatry*, 45(8), 1454-1467.
91. Xu, X., Chen, P., Wang, J., Feng, J., Zhou, H., Li, X., ... & Hao, P. (2020). Evolution of the novel coronavirus from the ongoing Wuhan outbreak and modeling of its spike protein for risk of human transmission. *Science China Life Sciences*, 63, 457-460.