



In the name of Allah, the compassionate, the merciful  
به نام خداوند بخشنده مهربان

سرشناسه  
عنوان و نام پدیدآور : جوانان و عزت نفس / محمد احسانی.  
مشخصات نشر : قم : مرکز بین‌المللی ترجمه و نشر المصطفی ﷺ، ۱۴۰۰.  
مشخصات ظاهری : ۱۸۷ ص: ۱۴/۲۱×۵/۵ س.م.  
شابک : ۱۱-۰۱۱-۳۱۵-۶۲۲-۹۷۸  
وضعیت فهرست نویسی: فایبا  
یادداشت : کتابنامه: ص. ۱۸۱-۱۸۷؛ همچنین به صورت زیرنویس. چاپ دوم: ۱۴۰۲  
موضوع : عزت نفس نوجوانان  
Self-esteem in adolescence  
عزت نفس -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام  
Self-esteem -- Religious aspects -- Islam  
شناسه افزوده : جامعه المصطفی ﷺ العالمية. مرکز بین‌المللی ترجمه و نشر المصطفی ﷺ  
شناسه افزوده : Mustafa International University/Almustafa International Translation and Publication center:  
رده بندی کنگره : ۳/۷۲۴BF  
رده بندی دیویی : ۵۱۹/۱۵۵  
شماره کتابشناسی ملی : ۸۷۶۶۸۴۲  
مرجع تولید: نمایندگی المصطفی ﷺ در افغانستان  
این کتاب با کاغذ حمایتی منتشر شده است

BP1165

## جوانان و عزت نفس

مؤلف: محمد احسانی

چاپ دوم: ۱۴۰۲ ش / ۱۴۴۴ ق

ناشر: مرکز بین‌المللی ترجمه و نشر المصطفی ﷺ

چاپ: چاپخانه دیجیتال المصطفی ﷺ شمارگان: ۵۰۰ قیمت:

### مراکز پخش

◀ ایران، قم، خیابان معلم غربی (حجتیه)، نبش کوچه ۱۸  
تلفن: ۳۷۸۳۶۱۳۴ / ۲۵ ۹۸+  
تلفکس: (داخلی ۱۰۵) / ۳۷۸۳۹۳۰۵ / ۲۵ ۹۸+  
◀ ایران، قم، بلوار محمد امین، سه‌راه سالاریه  
تلفن: ۳۲۱۳۳۱۰۶ / ۲۵ ۹۸+

pub\_almustafa @pub-almustafa.ir miup@pub.miu.ac.ir

باسپاس از دست اندرکارانی که ما را در تولید این اثریاری رساندند.

● مدیر انتشارات: مصطفی نوبخت ● مدیر تولید: جعفر قاسمی ابهری ● ناظر چاپ: ایوب جمالی

همه حقوق برای ناشر محفوظ است



# جوانان و عزت نفس

محمد احسانی

## سخن ناشر

با پیروزی انقلاب شکوهمند اسلامی و در عصر جهانی شدن ارتباطات، پرسش‌ها و چالش‌های نوینی در حوزه علوم انسانی، فرآوری اندیشمندان مسلمان قرار گرفت که برخاسته از مسئولیت دشوار حکومت در این عصر است؛ دورانی که پایبندی به دین و سنت در مدیریت همه‌جانبه کشورها بسیار چالش‌برانگیز می‌نماید. از این رو، مطالعات و پژوهش‌های به‌روز، جامع، منسجم و کاربردی در حوزه دین، بر اساس معیارهای معتبر جهانی و اندیشه‌های ناب و ژرف، بایسته و ضروری است و جلوگیری از انحرافات فکری و تربیتی پژوهندگان حوزه دین، مهم و مورد عنایت بنیان‌گذاران این شجره طیبه، به‌ویژه معمار بزرگ انقلاب اسلامی، امام خمینی رحمته‌الله و مقام معظم رهبری عنه‌السلام می‌باشد.

جهانی‌شدن و گسترش سلطه فرهنگی غرب در سایه رسانه‌های فرهنگی و ارتباطی، اقتضا دارد که دانش پژوهان و علاقه‌مندان به این مباحث، با اندیشه‌های بلند و ارزش‌های متعالی آشنا شوند و این مهم، با ایجاد رشته‌های تخصصی، تولید متون جدید و غنی، گسترش دامنه آموزش و تربیت سازمان‌یافته دانشجویان به سرانجام خواهد رسید. این فرایند، گاه در پرداختن به مباحث بنیادین و تدوین متون تخصصی تعریف می‌شود و گاه در نگارش بحث‌های علمی، اما نه چندان پیچیده و تخصصی به ظهور می‌رسد.

بالندگی مراکز آموزشی و پژوهشی، در گرو نظام منسجم، قانونمند و پویاست. بازنگری در متن‌ها و شیوه‌های آموزشی و پژوهشی و به‌روزکردن آنها نیز این انسجام و پویایی و در نتیجه، نشاط علمی مراکز آموزشی و پژوهشی را در پی دارد.

«جامعة المصطفی ص العالمیة» به‌عنوان بخشی از این مجموعه، که رسالت بزرگ تعلیم و تربیت طلاب غیرایرانی را بر عهده دارد، تألیف متون آموزشی و پژوهشی مناسب را سرلوحه تلاش خود قرار داده و تدوین و نشر متون در موضوعات گوناگون علوم دینی، حاصل این فرایند است.

مرکز بین‌المللی

ترجمه و نشر المصطفی ص

---

## فهرست

---

۹	مقدمه
۱۱	۱. کلیات و تعاریف
۱۱	طرح مسئله
۱۳	ضرورت تحقیق
۱۴	اهداف تحقیق
۱۴	پرسش‌های تحقیق
۱۴	پیشینه تحقیق
۱۷	نوآوری
۱۷	روش تحقیق
۱۹	مفهوم‌شناسی
۱۹	۱. جوان
۲۲	۲. عزّت
۲۳	۳. عزت نفس
۲۶	واژگان هم‌معنی یا نزدیک به عزت نفس
۲۶	۱. کرامت نفس
۲۹	۲. حرمت نفس (حرمت خود)
۳۱	۳. خودشناسی
۳۴	۴. غیرتمندی

۳۶. ۵. هویت \_\_\_\_\_
۳۹. ۶. ذلت نفس \_\_\_\_\_
۴۰. ۷. ضعف نفس \_\_\_\_\_
۴۲. ۸. احساس کهنتری (حقارت) \_\_\_\_\_
۴۳. نتیجه گیری \_\_\_\_\_
۴۵. ۲. عزت نفس در جوانان \_\_\_\_\_
۴۸. اهمیت عزت نفس \_\_\_\_\_
۵۱. ۱. ویژگی های جوان \_\_\_\_\_
۵۲. الف) قدرت تصمیم گیری و اجرایی کارها \_\_\_\_\_
۵۴. ب) خلاقیت و نوآوری \_\_\_\_\_
۵۷. ج) قدرت کار و خدمت رسانی \_\_\_\_\_
۶۰. د) الگوپذیری \_\_\_\_\_
۶۳. ه) عزت خواهی \_\_\_\_\_
۶۶. و) جست و جوی عزت واقعی \_\_\_\_\_
۶۹. ز) هویت یابی \_\_\_\_\_
۷۲. ح) ارتباط ویژگی های جوان با عزت نفس \_\_\_\_\_
۷۵. ۲. نیازهای جوان \_\_\_\_\_
۷۵. مفهوم شناسی نیاز \_\_\_\_\_
۷۹. ۱. نیاز عاطفی - روانی \_\_\_\_\_
۸۳. ۲. نیاز جنسی \_\_\_\_\_
۸۵. ۳. نیاز اقتصادی \_\_\_\_\_
۸۸. ارتباط نیازهای جوان با عزت نفس \_\_\_\_\_
۹۰. نتیجه گیری \_\_\_\_\_
۹۳. ۳. عوامل عزت نفس \_\_\_\_\_
۹۵. شناخت جایگاه انسانی خویش در نظام آفرینش \_\_\_\_\_
۹۸. ایمان و عزت نفس \_\_\_\_\_

۱. ایمان به مبدأ ..... ۱۰۰
- الف) نقش ایمان به توحید در پیدایش عزت نفس ..... ۱۰۲
- ب) نقش ایمان به توحید در حفظ عزت نفس ..... ۱۰۴
۲. باور به معاد ..... ۱۰۶
- الف) نقش ایمان به معاد در پیدایش عزت نفس ..... ۱۰۸
- ب) نقش باور به معاد در حفظ عزت نفس ..... ۱۱۱
۳. باور به نبوت و امامت ..... ۱۱۲
- الف) عواطف و گرایش‌ها ..... ۱۱۶
- ب) ارزش‌ها ..... ۱۲۲
- ج) رفتارها ..... ۱۲۵
- ارزیابی عوامل عزت نفس ..... ۱۲۷
- نتیجه‌گیری ..... ۱۳۰
۴. موانع عزت نفس ..... ۱۳۳
- موانع درونی ..... ۱۳۵
۱. جهل و نادانی ..... ۱۳۶
۲. غفلت و بی‌توجهی ..... ۱۳۹
۳. هوای نفس ..... ۱۴۳
۴. حسد ..... ۱۴۶
۵. تکبر و خودپسندی ..... ۱۴۹
۶. خشم و غضب ..... ۱۵۴
- موانع بیرونی ..... ۱۵۸
۱. وسوسه‌های شیطانی ..... ۱۵۹
۲. فرهنگ نادرست جامعه ..... ۱۶۱
۳. خانواده نامطوب ..... ۱۶۳
۴. رسانه‌های ضد دینی ..... ۱۶۶
۵. دوستان و همسالان ناسالم ..... ۱۷۰

۱۷۲ نتیجه گیری

۱۷۵ خاتمه

۱۷۵ تجزیه و تحلیل

۱۷۸ پیشنهادات

۱۸۱ کتابنامه



---

## مقدمه

---

انسان موجودی است دارای صفات مختلف و حالات گوناگون که در طول زندگی آن‌ها را تجربه و در خود ایجاد می‌کند. صفات مثبت و منفی، وجود آدمی را فراگرفته‌اند. این صفات و حالات روحی و روانی هستند که شخصیت فرد را می‌سازند و به او عزت یا ذلت می‌بخشند. یکی از صفات و حالات مثبت و پسندیده، عزت نفس است که هم در متون دینی و هم در علوم جدید مانند روان‌شناسی و تعلیم و تربیت جایگاهی رفیع دارد و بر کسب آن فراوان تأکید شده است؛ چرا که عزت نفس، عاملی مهم در شکل‌دهی شخصیت است و بر رفتار فرد اثرگذار است. به همین علت عزت نفس هم در قرآن و حدیث و هم در دانش‌های نوین مورد توجه قرار گرفته است. هرچند عزت نفس در طول عمر و در همه دوره‌های زندگی لازم است، ولی در دوره جوانی از اهمیت فزون‌تری برخوردار می‌باشد؛ چون جوانی دوره شکوفایی عزت نفس و عزتمندی است که در این دوره به حد کمال می‌رسد.

این تحقیق با توجه به اهمیت عزت نفس و نقش آن در رفتار انسان در صدد است که عزت نفس را در نسل جوان مورد بررسی قرار دهد. پس از

تعریف مفاهیم کلیدی، ویژگی‌های جوان، نیازهای جوان، ارتباط آن‌ها با عزت نفس، عوامل و موانع عزت نفس تبیین شده است. عزت نفس، صفتی است که عوامل متعدد در شکل‌گیری آن دخیل است و همین‌طور موانعی نیز در مسیر شکل‌گیری آن وجود دارد که موجب تضعیف یا شکل نگرفتن آن می‌شود. توجه به این دو بخش، عوامل و موانع و آگاهی از آن برای نسل جوان بسیار اهمیت دارد. این پژوهش برای آگاه‌سازی نسل جوان انجام گرفته تا جوانان با توجه به آن‌ها عزت نفس را در خود تقویت و موانع آن را برطرف سازند.

نکته قابل توجه این‌که عزت نفس، موضوعی است دو بُعدی: دینی و علمی؛ یعنی هم در قرآن و حدیث مورد توجه قرار گرفته و بر اهمیت آن تأکید شده و هم در دانش روان‌شناسی و علوم تربیتی طرح و بدان توجه شده است. در این تحقیق، عزت نفس با رویکرد دینی بررسی و با استفاده از آیات و روایات، عوامل و موانع آن شناسایی و به جوانان معرفی شده است. البته مفاهیم کلیدی با توجه به متون دینی و علوم جدید تعریف شده است. عزت نفس به معنای ارزشمندی، ارزش دادن به خود و شکست‌ناپذیری که ترکیبی از مفهوم دینی و روان‌شناسی است، در این نوشتار مورد بحث قرار گرفته است. آیات و روایات به همین معنا از عزت نفس در هر مورد تطبیق شده و شکل‌گیری، عوامل و موانع آن را به بحث کشیده است.