

نقش مادر در تربیت عاطفی و اخلاقی فرزند

محمد عارف صداقت^۱

چکیده

مادر نقش اساسی در تربیت فرزند دارد، ولی در این مقاله تنها نقش مادر در تربیت عاطفی و اخلاقی فرزند، برجسته شده است. این تحقیق با روش توصیفی-تحلیلی و با استفاده از ابزار پرسش‌نامه و مصاحبه در چند دانشگاه افغانستان، صورت گرفته است. برای به دست آوردن دیدگاه اسلامی به منابع اسلامی و دیدگاه اندیشمندان مسلمان، به آثار آنان مراجعه شده و پس از این بررسی و تحلیل، دیدگاه اسلامی استنباط شده است. برای به دست آوردن دیدگاه روان‌شناسان، به کتاب‌های روان‌شناسی مراجعه شده و برای اینکه از روش میدانی نیز استفاده شود، با توزیع پرسشنامه‌ای در میان چند نفر از دانشجویان و طلاب خواهر و برادر، نظرسنجی شده است تا نظر آنان به عنوان پدران، مادران یا فرزندان تحصیل کرده درباره نقش مادر در تربیت فرزند بررسی شود. یافته‌های تحقیق نشان داد که مادر نسبت به پدر و دیگر مربیان و در همه ساحت‌های تربیتی، نقش برجسته‌تری در تربیت فرزند دارد. از این رو باید در انتخاب مادران آینده دقت لازم صورت گیرد. مادران نیز در قبال تربیت فرزندانشان، وظایف بیشتر و مهم‌تری دارند که باید بشناسند و عمل کنند؛ زیرا جامعه در گرو فرزندان آینده است و فرزندان آینده در گرو تربیت مادر و خانواده هستند. در نتیجه جامعه سالم، در گرو مادران وظیفه‌شناس و با نقش مهم تربیتی است.

کلیدواژه‌ها: مادر، فرزند، تربیت عاطفی، تربیت، اخلاقی، تربیت اجتماعی، جامعه‌پذیری

۱. دکتری علوم تربیتی، عضو هیئت علمی جامعه المصطفی العالمیه (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

ایمیل: arefsadaqat@gmail.com

مقدمه

این مباحث به صورت سلسله وار تاکنون در سه شماره، مربوط به نقش مادر در تربیت فرزند بحث و بررسی شده و در این بخش نقش مادر را از نظر روان شناسی و دیدگاه اسلامی در تربیت بعد عاطفی و اخلاقی فرزند بررسی می کنیم. در روان شناسی به صورت کلی و در روان شناسی پرورشی به صورت خاص، بیشتر با عنوان رشد این بحث مطرح و بررسی شده است. در این مقاله نقش مادر در دو سطح عاطفی و اخلاقی بررسی شده است و در ادامه به ترتیب از نقش مادر در تربیت دینی فرزند بحث خواهیم کرد.

شکی نیست که این موضوع یکی از موضوعات کاربردی و مهم به حساب می آید؛ زیرا اگر مادران به وظایف مادری خویش در قبال تربیت فرزندان آگاه باشند و اصلاح شوند، جامعه اصلاح خواهد شد. روشن است که با اصلاح مادران، کمتر از نصف جامعه به صورت مستقیم اصلاح می شود و نیم دیگر به صورت غیر مستقیم؛ زیرا نصفی از جامعه را زنان و مادران تشکیل می دهند و بر نیم دیگر تأثیر می گذارند. پس مادران تربیت یافته، افراد بسیاری را تربیت و اصلاح می کنند که در نتیجه جامعه اصلاح می گردد. به دلیل نقش برجسته مادر در الگو بودن و تأثیر گذاری، گاهی متأسفانه مادر مهم ترین مانع تربیت نیز به حساب می آید، همان گونه که مهم ترین مربی به حساب می آمد. این نظر در احادیث و نزد برخی از دانشمندان پذیرفته شده است که مادر در شکوفاسازی یا بازداشتن از شکوفایی استعدادها نقش برجسته دارد. از این رو در آموزه های دینی، اشعار و ضرب المثل ها، تأثیر مادر بر فرزندان بسیار پررنگ جلوه کرده است. امام علی (ع) در حدیثی می فرماید: «إِيَّاكُمْ وَتَرْوِجُ الْحَمَقَاءَ فَإِنَّ صَحْبَتَهَا بَلَاءٌ وَوُلْدَهَا ضِيَاعٌ؛ از ازدواج با زن بی خرد پرهیزید؛ زیرا همراهی با او گرفتاری و فرزندان او ضایع است». (طوسی، ۱۳۶۵، ۷: ۴۰۶) در شعری از پروین اعتصامی آمده است:

دامن مادر نخست آموزگار کودک است طفل دانشور کجا پرورده نادان مادری

(اعتصامی، ۱۳۷۲: ۲۳۶)



از طرفی انسان موجودی پیچیده است و استعدادهای گوناگونی دارد که می‌توان او را تربیت کرد و استعدادهایش را شکوفا ساخت. بنا به قول اهل منطق، بشر در آغاز استعداد انسان شدن را دارد که کم‌کم، چیزها را یاد می‌گیرد. (شیرازی، ۱۹۸۱، ۹: ۱۳۶)

از منظر برخی از رفتارگرایان، فرزند انسان استعداد محض و تابع محیط است. اگر خوبی‌ها به او ارائه شود، خوبی را فرامی‌گیرد، اگر بدی‌ها را به او یاد دهند، بد خواهد شد. این شکوفا شدن، نیاز به عوامل و اسباب دارد و مادر یکی از عوامل و ارکان تربیت و خانواده است و در شکوفاسازی استعدادها و تربیت، نقش عمده‌ای دارد. از این‌رو نحوه تعامل و تربیت مادر در جهت مثبت و منفی اثرگذار است؛ مثلاً قناعت‌پیشگی، خلق خوش، تعاملات اجتماعی و... مثبت یا منفی نگری، قدرشناسی و ناشکری و... از مادر به فرزندان انتقال می‌یابد. مادری که بداخلاق و افسرده است، نمی‌تواند شرایط مناسب و رضایت‌بخشی برای فرزندان فراهم کند. این ویژگی بر تربیت فرزندان اثر منفی به جا می‌گذارد. چنانکه اگر مادر زمینه‌های آرامش را برای خانواده و فرزندان فراهم سازد، سبب شکوفاسازی بسیاری از استعدادها می‌شود. مادری که در زمینه‌های مختلف آگاهی دارد، می‌تواند تصمیمات درست اتخاذ کند، در زمان بارداری تلاش می‌کند از استرس‌ها و عوامل آسیب‌رسان به کودک، بپرهیزد. درحالی‌که مادر نادان با کارهای نسنجیده خویش، عوامل آسیب‌زا را بیشتر می‌کند و در قالب دوستی به کودک ضرر و آسیب می‌رساند.

۱. تعریف تربیت

تربیت مصدر عربی است که در فارسی معادل پروراندن، پروردن و آموختن و... است (دهخدا، ۱۳۷۳، ۴: ۵۷۷۶) این واژه از ماده ربو، ربی و ربب آمده است. ماده «ربو» به معنای زخم، زمین، فزون یافتن، زمین بلند و هر چیزی است که در حال افزایش باشد. (فراهیدی، ۱۴۰۸، ۸: ۲۸۳) ربا نیز از همان ماده و به معنای افزایش یافتن است. راغب درباره تربیت چنین تعبیر دارد: «تربیت پدید آوردن حالت تدریجی در چیزی است تا به حد کمال برسد»، (راغب اصفهانی، ۱۹۹۲: ۳۳۶) ولی از ماده

ربب به معنای مالکیت، تدبیر و... آمده است.

در تعریف اصطلاحی تربیت هر دانشمندی، متناسب با رویکرد و جهت‌گیری خاص خویش، تعریفی ارائه داده است که نمونه‌های آن را در ذیل می‌بینیم:

الف. تعریف به هدف: «تربیت عبارت است از انتخاب رفتار و گفتار مناسب، ایجاد شرایط و عوامل لازم و کمک به شخص مورد تربیت تا بتواند استعدادهای نهفته‌اش را در تمام ابعاد وجودی و به‌طور هماهنگ پرورش داده، شکوفا سازد و به‌سوی هدف و کمال مطلوب تدریجاً حرکت کند». (امینی، ۱۳۷۳: ۱۴)

ب. تعریف توصیفی: تعریفی را توصیفی می‌نامند که در آن روش کار توصیف شود، مانند این تعریف: «تربیت به معنای به فعلیت رساندن استعداد و به کمال رساندن مستعد کمال است». (حائری شیرازی، ۱۳۶۰: ۲۱)

ج. تعریف فرایندی: تعریفی که مراحل کار را بیان کند، فرایندی است، مانند: «پرورش به جریان یا فرایند منظم و مستمر گفته می‌شود که هدف آن هدایت رشد جسمانی و روانی، یا به‌طور کلی هدایت رشد همه‌جانبه شخصیت پرورش‌یابندگان در جهت کسب و درک معارف بشری و هنجارهای موردپذیرش جامعه و نیز کمک به شکوفا شدن استعدادهای آنان است». (سیف، ۱۳۸۴: ۲۸)

د. تعریف برگزیده: هرکدام از تعاریف یادشده، نکته مهمی را دربر دارد که از مجموع آنها، می‌توان تعریفی را استخراج کرد و برگزید که هم مختصر، هم جامع باشد و آن عبارت است از: «آماده‌سازی شرایط و عوامل مناسب طی فرایند منظم، برای شکوفا ساختن استعدادهای بالقوه مستعد در همه ابعاد انسانی و رساندن تدریجی پرورش‌یابنده به کمال مطلوب».

در این تعریف که از دل تعاریف دیگر استخراج کرده‌ایم، هم تدریج وجود دارد، هم شامل استعدادهای بالقوه انسان می‌شود، هم دارای فرایند است و هم کمال مطلوب در آن نهفته است و تا حدودی نیز مختصر است؛ یعنی این تعریف می‌تواند جامع افراد و مانع اغیار باشد؛ زیرا انسان موجودی پیچیده و دارای استعدادهای گوناگونی است که می‌تواند خوب رشد کند یا بیراهه را در پیش گیرد.



۲. تربیت عاطفی

هرچند تربیت عاطفی جدا از تربیت اجتماعی نیست، ولی گاهی آن دورا از هم جدا کرده و گفته‌اند تربیت عاطفی عبارت است از: «فرایند یاری‌رسانی به متریان برای توانمندسازی آنان در جهت شکوفاسازی، مدیریت و به کمال رسانی گرایش فطری خوددوستی به گونه‌ای که بتوانند خواستنی‌ها، امیال، احساسات و گرایش‌های خود را به شکلی الهی، ارضا و ساماندهی کنند تا در روابط چهارگانه‌شان با خدا، خود، دیگران و محیط‌زیست، عواطفی متعادل و خدا مدار داشته باشند». (شاملی و دیگران، ۱۳۹۳: ۲۵۸)

۲-۱. پیوند عاطفی با مادر

روابط عاطفی درست مادر نقش مهم در تربیت فرزندان به‌ویژه فرزندان دختر دارد. پژوهشگران کشف کرده‌اند، دختران جوانی که احساس می‌کنند علاقه زیادی به مادر خود دارند و او را الگوی مناسب به حساب می‌آورند، با دوستان خود روابط گرم‌تر و موفق‌تری دارند. به‌علاوه، دخترهایی که با مادر آزادمنش همانندی می‌کنند، اظهار می‌دارند که در روابط دوستانه نفوذ دوجانبه بیشتری دارند.

روابط نزدیک و عاطفی با مادر، برای دختر نوجوان، منبع اصلی دل‌بستگی و الگویی است که در ارتباط با دیگران دنبال می‌شود. به نظر می‌رسد که روابط رضایت‌بخش خانوادگی نوجوان را برای تشکیل روابط رضایت‌بخش با هم‌تایان، آماده می‌کند. (وندز زندن، ۱۳۸۵: ۲۱۰)

اجتماعی شدن و برقرار ساختن روابط عاطفی با دیگران نیز ناشی از محبت‌های مادران است، اگر نوزاد در نخستین سال زندگی مورد مهر و محبت قرار نگیرد و پیوند عاطفی با مادرش ایجاد نشود، احتمالاً در سال‌های بعد، توانایی مردم‌دوستی را از دست می‌دهد. پسیکوپات‌ها اشخاصی هستند که هرگز دوست داشتن را نیاموخته‌اند. (لیکونا، ۱۳۹۴: ۷۹)

اولین اثر اجتماعی و ارتباط عاطفی که کودک برقرار می‌کند با مادرش است و مسلماً اگر حمایت و رفع احتیاجات کودک از طرف مادر یا جانشین او انجام نشود،

زنده نخواهد ماند. این امر باعث وابستگی عاطفی بین کودک و مادر از مراحل اولیه زندگی می‌شود که پایه و اساس مهربانی، محبت، عشق و علاقه و همکاری در او می‌گردد (میلانی فر، ۱۳۹۲: ۲۵)

یکی از اساسی‌ترین نیازهای انسان پس از نیازهای زیستی، همچون آب، غذا و...، نیاز به محبت است؛ به گونه‌ای که اگر این نیاز انسان برآورده شود، کودک تا حد بسیاری در برابر نیازهای زیستی مقاومت کرده، آن را تحت تأثیر خود قرار خواهد داد. (حسینی زاده، ۱۳۹۲، ۱: ۸۴)

کودکان بیش از دیگران نیازمند محبت هستند و اگر در روش تربیتی محبت وجود نداشته باشد، کودکان آسیب می‌بینند. در روان‌شناسی می‌گویند کسانی که در کودکی محبت ندیده باشند، گرفتار بیماری پسیکوپات یا سایکوپات^۱ می‌شوند. چنین کودکانی، بدی می‌کنند، ولی احساس پشیمانی و خجل بودن نمی‌کنند، عذاب وجدان ندارند، چنانکه گفته‌اند: «اگر نوزاد در نخستین سال زندگی مورد مهر و محبت قرار نگیرد و پیوند عاطفی با مادرش ایجاد نشود، احتمالاً در سال‌های بعد، توانایی مردم‌دوستی را از دست می‌دهد. پسیکوپات‌ها اشخاصی هستند که هرگز دوست داشتن را نیاموخته‌اند»؛ (لیکونا، ۱۳۹۴: ۷۹) زیرا افرادی با چنین ویژگی خود را حق به جانب می‌دانند و کارهای‌شان را این گونه توجیه می‌کنند که دیگران مستحق چنین برخورد هستند. این افراد در حقیقت بیمارند و افرادی «با این نوع بیماری (پسیکوپات یا سایکوپات) دروغ می‌گویند، تقلب می‌کنند، دست به دزدی می‌زنند و رفتارهای ظالمانه و پرخاشگرانه دارند و با این حال به هیچ وجه احساس تقصیر نمی‌کنند، انگار وجدانی بر آن‌ها حاکم نیست». (همان: ۶۸)

مادر یکی از ارکان خانواده است که می‌تواند در تأمین محبت و آرامش کودکان سهم بسیاری داشته باشد. همان گونه که یاد شد، سیراب شدن از محبت در هنگام کودکی تأثیر بسیاری بر بزرگسالی دارد؛ زیرا فرد بزرگسالی که در زمان کودکی خود نتوانسته راه و رسم مبادله محبت را بیاموزد، در همه دوران زندگی خود نیز شاگرد



ضعیفی در مکتب محبت خواهد بود. (گلاس، ۱۳۹۷: ۲۲)

حتی مادرانی که به کودکانشان محبت می‌کنند و آنان را در آغوش می‌گیرند، تأثیر بیشتری در رشد هوش کودکان دارند. بدون شک در کشورهای اسلامی بیشترین ارتباط را مادران با کودکانشان دارند و بیشتر از هر کس مادران آنان را در آغوش می‌گیرند. تحقیقات ثابت کرده‌اند که در آغوش گرفتن کودکان، اثرات مثبتی بر تکامل زبان و هوش آن‌ها دارد، باعث تغییرات مثبت قابل توجهی در آن‌ها می‌گردد و همچنین فواید درمانی و شفابخشی بسیار دارد. (هانس و کنفیلد، ۱۳۸۴: ۱۳۵)

وقتی مادر نسبت به کودک نمی‌تواند محبت کند و او را از عواطف سرشار سازد، فرزند به تله فقدان عاطفه گرفتار می‌شود که برخی از روان‌شناسان سرچشمه‌های تله فقدان عاطفه را موارد ذیل دانسته‌اند:

۱. مادر شخصی سرد و بی‌عاطفه است و کودک را به اندازه کافی در آغوش نمی‌گیرد.
۲. کودک احساس باارزش بودن و دوست داشته شدن نمی‌کند؛ یعنی این احساس را ندارد که فردی عزیز و «ویژه» است.
۳. مادر برای فرزندش به اندازه کافی زمان و توجه اختصاص نمی‌دهد.
۴. مادر به اندازه کافی به نیازهای کودک توجه نمی‌کند و با همدردی با دنیای کودک مشکل دارد. او به‌راستی با کودک «ارتباط» برقرار نمی‌کند.
۵. مادر به اندازه کافی کودک را آرام نمی‌کند. بنابراین کودک یاد نمی‌گیرد که خود را آرام کند یا تسکین دادن دیگران را بپذیرد. (یانگ، ۱۳۹۸: ۱۶۹)

۲-۲. زیاده‌روی در ابراز عواطف

هر چیزی در تربیت به‌اندازه و در حد لزوم ضرورت دارد؛ چنانکه نمک بر طعم غذا می‌افزاید، ولی اگر نمک بیش از حد شود، شور خواهد شد. اگر اصلاً نمکی نباشد غذا بی‌مزه و بدطعم خواهد بود، در تربیت نیز چنین منطقی حاکم است؛ زیرا کودکان نیاز به ابراز عواطف و احساسات دارند و اگر این ابراز احساسات بیش از اندازه شد، مضر خواهد شد همان‌گونه که اگر کمتر از حد معمول شود، نیز آسیب‌زا خواهد شد. کودکانی که بیش از حد محبت می‌بینند، تربیت گلخانه‌ای می‌شوند

و چنین تربیتی نیز به نفع کودک نیست چنانکه گفته‌اند: «لوس بارآوردن کودک، به‌ویژه وقتی تک فرزند باشد، باعث بدبختی او خواهد شد». دکتر اوستاس چر، نیز به این نتیجه رسیده که محبت بیش از اندازه، همان اثر و نتیجه بد را دارد که بی‌مهری و بی‌توجهی. (احدی و محسنی، ۱۳۹۲: ۱۷۵)

با توجه به گفته دانشمندان علوم تربیتی، تربیت گلخانه‌ای تربیت نادرستی است. فرزندانی که با ناز و نعمت بزرگ می‌شوند و هرچه می‌خواهند در اختیارشان قرار می‌گیرد، عادت به تلاش در وجودشان شکل نمی‌گیرد. لذا همواره پرتوقع، زیاده خواه و شکننده بار می‌آیند؛ اما آنانی که بر خود اعتماد کرده‌اند و با تلاش و زحمت زیسته‌اند، قدر نعمت‌ها و ارزش خیلی از چیزها را می‌دانند، با افراد مختلف سر و کار دارند و با دیگران نیز رفتار درست و انسانی دارند.

در شکل‌گیری این روش، مادر و پدر هر دو نقش دارند؛ اما مادران بیشتر نقش دارند برخی از مادرانی که تا فرزندشان به زمین می‌افتد، با هزار نوع ناز و قربان صدقه رفتن از زمین برمی‌دارند، فرزندانشان عادت می‌کنند. گاهی برخی از مادران در مقابل دیگران می‌ایستند. این روش مادران، کودکان را تربیت گلخانه‌ای می‌کند. چنانکه متأسفانه در بسیاری از موارد، مادران در لوس بارآوردن کودکان، نقش مهمی دارند و گاهی مانع تربیت پدر نیز می‌شوند. یکی از پدران می‌نویسد:

فرزندی داشتم که در حد توانم، نازپرورده بار آوردم. می‌خواستم خوب تربیت شود؛ اما متأسفانه اکنون که در سن بلوغ و فعالیت رسیده و سرد و گرم روزگار را نچشیده است، برای هر کاری با من چانه می‌زند و بسیاری از اوقات سرپیچی می‌کند. باآنکه فرزند درس‌خوان و روبه‌راهی بود؛ اما در سنین نوجوانی و جوانی که پا گذاشته، به خاطر خواب و تبلی که دامن‌گیرش شده، از درس‌ها عقب مانده و اخلاقش بسیار تند و نادرست است. البته برخی از این‌ها را از مادرش به ارث برده است؛ زیرا مادرش نیز ساعت‌ها می‌خوابد ظرف‌ها همیشه در آشپزخانه نشسته می‌ماند، ولی فرزندم بیش از حد تن‌پرور است. برخی از روزها بیش از ۱۲ ساعت می‌خوابد. وقتی بیدارش کنم، فوری حرف‌های توهین‌آمیز می‌زند. نسبت به همه‌کس، بسیار بی‌ملاحظه



است، ازجمله با من و مادرش.

والدینی که فرزندان خود را به نام محبت و حمایت، این چنین بار می آورند و آن ها را در حصار امنیتی کاذب نگه داری می کنند، با دست خود ریشه ناامنی، ترس و ناکامی را در فرزندان خود پایدار می سازند. فرزندان این گونه والدین، آسیب پذیر، زودرنج، ناکام، پرتوقع و مشکل زا هستند.

تنها زمانی که به سخت بودن زندگی تن دادیم، توان مقابله با کنش های درهم تنیده زندگی را به دست می آوریم. اگر بپذیریم که زندگی چالشی دردناک است، به محض چنین «دانش والایی»، به منش شادمانه دست می یابیم. وقتی به درستی، رنج و درد زندگی را حس کنیم، زندگی، سخت و دردناک نیست. (کریمی، ۱۳۸۶: ۲۳۶) کودک باید یاد بگیرد که چه باید بکند و در چه کاری متبحر شود و اگر بیش از حد توجه کنند در زمینه های مختلف حتی اشتها داشتن به غذا نیز بر کودک تأثیر خواهد گذاشت، چنانکه تحقیقات نشان داده که یکی از عوامل مهم بی اشتهایی کودکان، اصرار و نگرانی بیش از حد مادران در برنامه غذایی آنان است. (همان: ۲۸) با توجه به آنچه یاد کردیم مادر در تربیت عاطفی فرزند نقش دارد و باید در ابراز عواطف در برابر فرزندان میانه روی را در پیش گیرد و از افراط و تفریط بپرهیزد.

۲-۳. آسیب های تربیت عاطفی

ازجمله آسیب های تربیت عاطفی، وابستگی بیش از حد عاطفی و رفاه زدگی و نچسیدن رنج و محنت است؛ زیرا کسی که سختی های زندگی را نچشد، نمی تواند لذت زندگی را درک کند. از این رو گاهی در رنج لذتی نهفته است که انسان پس از رنج، آن را درک می کند. بنجامین فرانکلین می گوید: «آنچه می آزارد، آموزش هم می دهد». شاید به همین دلیل است که برخی از دردناک ترین درس های زندگی، ارزشمندترین آن ها هم است. وقتی ناراحتیم، خواه ناراحتی جسمانی یا عاطفی، مهم ترین کاری که می توانیم بکنیم این است که در آن معنایی پیدا کنیم. رنج و تألم البته آموزنده است؛ اما باید بخواهیم که از آن چیزی یاد بگیریم. وقتی این کار را می کنیم، مدبرتر و قوی تر می شویم. (اربان، ۱۳۹۰: ۳۰)



مادری که با رنج وضع حمل می‌کند و با رنج ایام بارداری را به اتمام می‌رساند، از این رنج‌هایش بسیار لذت می‌برد. از این رو خداوند فرموده است: «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا»^۱ زیرا رنج گاهی باعث قدر دانستن نعمت‌ها و در نتیجه سبب لذت بردن انسان می‌شود. «آن کس که زندگی را راحت و آسوده می‌پندارد، از رنج و سختی آن در امان نیست و چون توقع و انتظار خود را بر فقدان رنج بنا کرده است، از بنیاد با غم و اندوه و ناکامی فرساینده هم‌نشین می‌شود». (کریمی، ۱۳۸۶: ۲۳۶) مادر بیش از دیگران در رشد این آسیب نقش دارد.

تحقیقات نیز نشان می‌دهد که انسان در دل مشکلات رشد می‌کند. ناپلئون هیل به مدت ۲۵ سال با مردان و زنان موفق مصاحبه کرد و درباره آن‌ها به مطالعه پرداخت و دریافت که همه آن‌ها یک وجه مشترک دارند. هر کدام از آن‌ها عادت نگرش مشکل را به مثابه بذر موفقیت و سود بیشتر در خود توسعه دادند (یعنی به مشکل به مثابه بذری برای موفقیت نگاه کردند) آن‌ها همواره در تیره و تاریک‌ترین ابرها به دنبال خطی نقره‌ای و درخشان بودند. (تریسی، ۱۳۸۹: ۳۴۱) لذا هرچه با مشکلات بیشتری مواجه شویم، اطمینان و اعتماد به نفس ما در حل مشکلات افزایش می‌یابد. بنابراین مشکلات را فقط به عنوان یک فرصت جدید در زندگی تلقی خواهیم کرد. (سلیگ، ۱۳۹۷: ۲۱)

لازمه زندگی خلاق، کنار آمدن با مشکلات زندگی است. باید در هر لحظه برای برخورد با گرفتاری‌های زندگی آماده باشید. باید استعداد و توانایی تحمل و ایستادگی در برابر شداید و مشکلات زندگی را یاد بگیرید. (مالتز، ۱۳۸۵: ۳۰۹) مشکلات می‌تواند باعث تکامل عضلات ذهن و جسم و روان ما باشد. در حالی که اگر با مشکلات مواجه نمی‌شدیم، چه بسا هرگز به فکر استفاده از این نیروها نمی‌افتادیم و شاید اصولاً متوجه نمی‌شدیم که چنین نیروهایی را در اختیار داریم. (هانسن، ۱۳۸۴: ۳۹)

بدون شک عواطف بیش از حد، کودک را نازپرورده، وابسته و غیر خلاق بار می‌آورد و مادر می‌تواند فرزندش را در برابر مشکلات مقاوم بار آورد یا به دلیل عواطف

۱. در دل سختی‌ها و مشکلات، آسانی نهفته است. (انشریح: ۶)



نسنجیده، از او یک فرد شکست‌پذیر بسازد. مادری که خود با مشکلات دست و پنجه نرم کرده است، می‌تواند کودکش را همان‌گونه بار آورد، ولی مادری که نمی‌داند رنج چیست، به کودکش می‌آموزد که از رنج فرار کند یا در برابر مشکلات تسلیم شود.

۳. تربیت اخلاقی

اینکه تربیت اخلاقی چیست و منشأ آن کدام است، نخستین پرسشی است که در ذهن هر جستجوگری خطور می‌کند. از این‌رو نخست به اخلاق و تربیت اخلاقی می‌پردازیم سپس منشأ اخلاق از دیدگاه دانشمندان اخلاق را بررسی خواهیم کرد:

۳-۱. تعریف اخلاق

همان‌گونه که در تعریف تربیت، اندکی اختلاف در تعبیر وجود داشت، در باره اخلاق نیز چنین است. در اینجا نیز چند نمونه از تعریف دانشمندان را در ذیل ذکر می‌نماییم.

۱. امام خمینی اخلاق را به صورت ذیل تعریف کرده است: «بدان که خُلق عبارت از حالتی است در نفس که انسان را دعوت به عمل می‌کند بدون رویه و فکر؛ مثلاً کسی که دارای خُلق «سخاوت» است، آن خلق او را وادار به جود و انفاق کند، بدون آنکه مقدماتی تشکیل دهد و مرجحاتی فکر کند، گویی یکی از افعال طبیعی اوست، مثل دیدن و شنیدن. و همین‌طور، نفس «عفیف» که این صفت خلق آن شده است به طوری حفظ نفس کند که گویی یکی از افعال طبیعی اوست». (موسوی خمینی، ۱۳۷۸: ۵۱۰)

۲. برخی آن را این‌گونه تعریف کرده‌اند: «اخلاق جمع «خُلق و خُلُق» است. خلق عبارت است از «سیمای باطنی و هیئت راسخ نفسانی که به موجب آن افعال نیک و بد اختیاری، بدون تکلف و تأمل از انسان صادر شود». این حالت بر اثر تعلیم و تربیت و تمرین و ممارست برای نفس پدید می‌آید و خصلت و حالت ثابتی می‌شود، بدانگونه که رفتارهای پسندیده یا ناپسند، به طور طبیعی و بدون آنکه به فکر کردن و سنجیدن نیاز باشد از انسان سر می‌زند». (رحیمیان و رهبر، ۱۳۸۳: ۷-۸)



۳. علامه طباطبایی اخلاق را چنین تعریف می‌کند: «اخلاق ملکه نفسانی است که با وجود آن، رفتار به آسانی و بدون فکر از انسان سر می‌زند». (طباطبایی، ۱۴۱۴: ۱۲۳)

۴. عده‌ای گفته‌اند: «کلمه «اخلاق» جمع خُلق و خُلُق شکل درونی انسان است، چنانکه خُلُق شکل ظاهری و صوری اشیا است. غرایز و ملکات و صفات روحی و باطنی که در انسان است، اخلاق نامیده می‌شود و به اعمال و رفتاری که از این خلقیات ناشی گردد، نیز اخلاق و یا رفتار اخلاقی می‌گویند». (مهدوی کنی، ۱۳۷۶: ۱۳)

با تعریفی که از اخلاق ارائه شد، اینک به تعریف تربیت اخلاقی می‌پردازیم. تربیت اخلاقی «مجموعه‌ای از فعالیت‌های تربیتی به منظور از میان بردن صفت‌های رذیله و ایجاد صفت‌های فاضله است». (داوودی، ۱۳۸۸: ۹)

در تعریف تربیت اخلاقی برخی گفته‌اند: «تربیت اخلاقی جریانی است که طی آن، بعد از گذر از مراحل مفهوم‌شناختی، نظری و زیربناهای فلسفی، در جهت ایجاد دانش و شناخت فضایل و رذایل اخلاقی، رشد نگرش‌های عاطفی و ارزشی نسبت به فضایل و تشویق تجلی فضایل در رفتار و اجتناب عمل از رذایل برای متریان تلاش می‌شود». (حقیقت و مزید، ۱۳۸۷: ۱۰۹)

۲-۳. منشأ اخلاق در انسان

در وجود انسان چند قوه به ودیعت نهاده شده است که منشأ و اصول اخلاق به حساب می‌آیند. برخی از علمای اخلاق سه قوه و برخی چهار قوه را یاد کرده‌اند. امام خمینی نیز چهار قوه را یاد می‌کند که عبارتند از: قوه واهمه، قوه شهویه، قوه غضبیه و قوه عقلیه. در ذیل، قوه‌ها و اعمالی را که از آن‌ها منشعب می‌شوند، به اختصار یاد می‌کنیم:

قوه واهمه: از این قوه به «قوه شیطننت» نیز تعبیر کرده‌اند که در کودک از اول امر موجود است و او را به دروغ گفتن و خدعه و مکر و حيله وامی‌دارد.

قوه شهویه: قوه شهویه که آن را «نفس بهیمی» نیز می‌گویند کارش جلب منافع و لذت‌های مادی از قبیل خوردنی، آشامیدنی و مسائل جنسی است. رعایت اعتدال در این قوه را «عفت» و طرف افراط آن را «شره» و کوتاهی در استفاده از این قوه را



«خمود» نامیده‌اند.

قوة غضبیه: قوة غضبیه که آن را «نفس سبعی» نیز می‌نامند، برای رفع ضرر و دفع موانع از استفاده‌ها به کار می‌آید. حد وسط یا اعتدال این قوه را «شجاعت» و زیاده‌روی در آن را «تهور» و کوتاهی در آن را «جبن» و «بزدلی» نامیده‌اند.

قوة عقلیه: قوه‌ای است که انسان را به‌سوی خیر و سعادت فرامی‌خواند و از بدی و زشتی باز می‌دارد، اگر در این قوه اعتدال را رعایت کنند، «حکمت» نامیده می‌شود اگر در استفاده از این قوه زیاده‌روی کنند، می‌شود «جربزه» و حالت تفریط آن را «غباوت» و «کودنی» می‌نامند.

بنابراین هرکدام از این قوا، سه حالت دارد: اعتدال، افراط و تفریط. حالت اعتدال میان قوا را - که عبارت است: از ادا کردن حق تمام قوه‌ها به‌صورت معتدل، یا به تعبیر دیگر نسبت به قوه‌ها به عدالت رفتار کردن، اخلاق ممدوح یا فضیلت اخلاقی نامیده‌اند و از مصادیق آن شجاعت، عفت و حکمت را برشمرده‌اند. حالت افراط در این قوه‌ها را ظلم و جانب تفریط آن را انظلام (ظلم‌پذیری) نامیده‌اند. ظلم و انظلام از مصادیق رذایل اخلاقی یا اخلاق مذموم به حساب آمده است. (موسوی خمینی، ۱۳۷۸؛ نراقی، ۱۳۷۷)

۳-۳. نقش مادر در تربیت اخلاقی فرزند

یکی از مهم‌ترین فضایل اخلاقی که مادر در آن نقش اساسی دارد شجاعت است، از همین رو، وقتی پس از حضرت زهرا^(س) آن حضرت می‌خواست همسری انتخاب کند، به برادرش عقیل که مرد نسب‌شناس بود، فرمود: «برایم زنی انتخاب کن که از خانواده دلیر باشد تا فرزندان دلیر به دنیا آورد. به همین دلیل، عقیل ام‌البنین را انتخاب کرد که پدرانش از شجاعان عرب بودند». (ری‌شهری، ۱۴۲۵، ۱: ۸۲)

ام‌البنین نیز فرزندان را به جامعه اسلامی تقدیم کرد که مدافع اسلام شدند و در روز عاشورا از امام و برادرشان اباعبدالله الحسین^(ع) و حرم و حریم اهل بیت^(ع) به‌خوبی دفاع کردند تا همگی به شهادت رسیدند و هیچ‌کدام نگفت یک برادرم شهید شده از ما کافی است.



با آنکه حضرت علی^(ع) معصوم است ولی برای پرورش و تربیت فرزندان به مادر تکیه می‌کند که این هم از لحاظ ژنتیکی، هم از لحاظ تربیتی و الگو بودن مادر قابل توجه است. لذا می‌توان چنین نتیجه گرفت که مادر نقش اساسی و مهم در تربیت فرزند دارد. داستان محمد حنفیه فرزند علی بن ابی طالب^(ع) نیز حکایتگر همین معنا است. محمد حنفیه در جنگ جمل علمدار لشکر بود، امام علی^(ع) به او فرمان حمله داد. محمد حنفیه حمله کرد، ولی دشمن با ضربات نیزه و تیر جلو علمدار را گرفت. و محمد از پیشروی باز ماند. حضرت علی^(ع) خود را به او رساند و فرمود: «احمل بین الامة»؛ از ضربات دشمن مترس، حمله کن! قدری پیشروی کرد، ولی باز متوقف شد. علی^(ع) از ضعف فرزندش سخت آزرده خاطر شد، نزدیک آمد و با قبضه شمشیر به دوشش اشاره کرد و فرمود: این ضعف و ترس را از مادرت به ارث برده‌ای. (مسعودی، ۱۴۰۹، ۲: ۳۶۶؛ فلسفی، ۱۳۷۹، ۳: ۳۶۰)

در هر دو مورد سیره عملی و قولی حضرت علی^(ع) نشان می‌دهد که مادر نقش اساسی در تربیت فرزند دارد، اگر نه آن حضرت توصیه نمی‌کرد تا از خانواده شجاع برای او همسر انتخاب کنند یا به محمد حنفیه نمی‌فرمود کم‌دلی برای تواز مادر به ارث رسیده است. در عمل نیز حضرت عباس و برادرانش در کربلا، از خود بسیار شجاعت نشان دادند و هرگز نهراسیدند.

۳-۴. تأثیر مادر خوش خلق

در احادیث سفارش‌هایی فراوان درباره انتخاب زنان خوش خلق وجود دارد؛ زیرا خوش خلقی زنان اهمیت بسیار در زندگی و تربیت فرزندان دارد که در ذیل یک نمونه را یاد می‌کنیم.

در حدیثی آمده است: ابراهیم کرخی می‌گوید به امام صادق^(ع) عرض کردم همسر موافقی داشتم که از دنیا رفته است اراده تجدید فراش دارم. امام^(ع) به من فرمود: [به دقت بنگر نطفه] خودت را در کجا قرار می‌دهی و چه کسی را شریک مال و زندگی‌ات برمی‌گزینی و او را بر دین و اسرار آگاه می‌سازی. اگر چاره‌ای جز انتخاب همسر نداری، پس با کراهی را انتخاب کن که منسوب است به خوبی و



خوش خلقی. بدان که به گفته شاعر: زنان متفاوت آفریده شده‌اند، برخی غنیمت و برخی تاوان [گردن] است. برخی شان ماه نو است که بر شوهر روشنایی می‌بخشد و برخی نیز تاریکی است؛ آن‌کس که زن پاک‌دامن نصیبش شود، خوشبختی به سراغش خواهد آمد و کسی که ضرر ببیند، [گرفتار زن بد شود] قابل جبران نخواهد بود. زنان سه دسته‌اند، عده‌ای دوست‌داشتنی و فرزند آور که در برابر روزگار یاور همسر خویشند و او را در امور دنیا و آخرت یاری می‌کنند و سختی‌های روزگار را در برابر او کمک نمی‌کنند. دسته دیگر زنان نازا هستند که نه زیبایی دارند و نه اخلاق و همسر را بر خوبی یاری نمی‌کنند. دسته سوم داد و فریادگر، اسراف‌کار و عیب‌جویی که بسیار را اندک می‌شمارند و اندک را قبول نمی‌کنند.^۱ (حر عاملی، ۱۴۰۹، ۲۰: ۲۸)

خاصیت روزگار این است که گاهی سخت می‌گیرد و گاهی رو می‌آورد. برخی از زنان با روزگار همراه می‌شوند و سختی را بر همسر خویش تحمیل می‌کنند، این چنین زنان از بدترین زنان به حساب آمده‌اند. علامه مجلسی در ذیل کلمه «أَيَّنَ تَصْعُ نَفْسَك» شرح می‌دهد: «شاید مراد این باشد که قدر و منزلت خویش را بشناس و هم‌کفو خود را بخواه؛ زیرا کسی که با غیر هم‌کفو ازدواج کند، قدر خویش را ضایع کرده و خود را در جایگاه پستی قرار داده است، چون همسر در بیشتر اوقات از اسرار مرد آگاه است. گویا مرد از طریق زن، خودش را برگزیده است. یا مراد از آن فرزند است؛ زیرا فرزند به منزله خود انسان است (و با انتخاب همسر و در اختیار قرار دادن فرزند، گویا خودت را در اختیار آن زن قرار داده‌ای). (مجلسی، ۱۴۰۴، ۲۰: ۹)

پس با توجه به این حدیث شریف زن به حدی تأثیرگذار است که با انتخاب او،

۱. عَنْ إِبْرَاهِيمَ الْكُرْخِيِّ قَالَ قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ (ع) إِنَّ صَاحِبَتِي هَلَكَتْ وَكَانَتْ لِي مُوَافِقَةً وَقَدْ هَمَمْتُ أَنْ أَتَزَوَّجَ فَقَالَ لِي انْظُرْ أَيْنَ تَصْعُ نَفْسُكَ وَمَنْ تُشْرِكُهُ فِي مَالِكَ وَتُطْلِعُهُ عَلَى دِينِكَ وَسِرِّكَ فَإِنْ كُنْتَ لِأَهْدَ فَاعِلًا فَبِكْرًا تُنْسَبُ إِلَى الْخَيْرِ وَإِلَى حُسْنِ الْخُلُقِ وَاعْلَمْ أَنَّهُنَّ كَمَا قَالَ:

أَلَا إِنَّ النِّسَاءَ خُلِفْنَ شَتَّى	فَمِنْهُنَّ الْغَنِيمَةُ وَالْغَرَامُ
وَمِنْهُنَّ الْهَلَالُ إِذَا تَجَلَّى	لِصَاحِبِهِ وَمِنْهُنَّ الظُّلَامُ
فَمَنْ يَطْفُرْ بِصَالِحِهِنَّ يَسْعُدْ	وَمَنْ يَغْتَبِ فَلَيْسَ لَهُ انْتِقَامُ

وَهُنَّ ثَلَاثٌ فَأَمْرَأَةٌ وَلَوْ وَدَّوْهُ تَعِينُ زَوْجَهَا عَلَى ذَهْرِ لِدُنْيَاهُ وَآخِرَتِهِ وَلَا تَعِينُ الدَّهْرَ عَلَيْهِ وَامْرَأَةٌ عَقِيمٌ لَا ذَاتُ جَمَالٍ وَلَا خُلُقٍ وَلَا تَعِينُ زَوْجَهَا عَلَى خَيْرٍ وَامْرَأَةٌ صَحَابَةٌ وَلَاحِقَةٌ هَمَازَةٌ تَسْتَقِلُّ الْكَثِيرَ وَلَا تَقْبَلُ الْبَسِيرَ.

گویا نحوه تربیت فرزند را نیز انتخاب کرده‌ای؛ زیرا فرزندان در اختیار مادرشان است که می‌تواند این فرزندان را نور چشم یا خار چشم تربیت کند.

نتیجه‌گیری

از آنجا که مادر کانون عواطف است، در تربیت عاطفی فرزند نقش عمده دارد. مادری که در بخش عواطف رابطه سالم برقرار سازد، برای فرزندان خویش الگو خواهد شد که آنان نیز می‌توانند روابط عاطفی درست با دیگران برقرار سازند. از آنجا که مادر مرکز عواطف است نباید در این زمینه زیاده‌روی صورت گیرد وگرنه این تربیت آسیب‌های فراوان خواهد داشت. از آن جمله تربیت گلخانه‌ای است که فرزند را عاری از اعتماد به نفس و شخص وابسته بار خواهد آورد. بنابراین در تربیت عاطفی نه کمبود محبت شایسته است نه زیاده‌روی در محبت. خداوند نیز برای مادر دو گونه روحیه داده است تا این برنامه تعدیل شود و مادر کانون محبت باشد و پدر منشأ اداره و قدرت. این دو موجود گران‌بها حلقه تربیت سالم را فراهم سازند. از آنجا که کودکان در سنین کودکی بیش از همه چیز، نیازمند عواطف و محبت است، مادر نسبت به پدر نقش برجسته و کارایی بیشتر نسبت به تربیت فرزند دارد.

در تربیت اخلاقی نیز مادران نقش عمده و مهم دارند که از انواع تأثیرگذاری‌های مادر، الگو بودن او است. اگر مادری صفات اخلاقی را در جان خویش تعبیه کرده باشد، می‌تواند آن را در گوهر جان فرزندش رشد دهد، ولی اگر خود از این صفات بی‌بهره باشد، نمی‌تواند آن را به فرزند خویش به وجود آورد؛ زیرا فرزندان ارزش‌ها را کمتر درک می‌کنند و رفتار والدین به ویژه مادر برای آنان به عنوان الگو پذیرفته و درونی‌سازی می‌شود. در نتیجه شخصیت کودک شکل می‌گیرد. بنابراین نقش مادر در تربیت اخلاقی کودکان برجسته است و کودک همان خواهد شد و همان خلق و خورا در درون جان خویش پرورش خواهد داد که مادر به او القا کند.

فهرست منابع

قرآن مجید، با ترجمه محمد مهدی فولادوند، (۱۴۱۵ ق)، (تحقیق: هیئت علمی دارالقرآن الکریم)، تهران: انتشارات دارالقرآن الکریم (دفتر مطالعات تاریخ و معارف اسلامی).

۱. احدی، حسن و محسنی، نیکچهر، (۱۳۹۲)، روان‌شناسی رشد (مفاهیم بنیادی در روان‌شناسی نوجوانی و جوانی)، قم: آینده درخشان.

۲. اربان، هال، (۱۳۹۰)، بزرگ‌ترین درس‌های زندگی، (ترجمه: مهدی قراچه داغی)، تهران: نشر آسیم.

۳. امینی، ابراهیم، (۱۳۷۳)، اسلام و تعلیم و تربیت، تهران: انتشارات اولیا و مربیان جمهوری اسلامی ایران.

۴. حائری شیرازی، محمدصادق، (۱۳۶۰)، تربیت اسلامی، تهران: دفتر تحکیم وحدت.

۵. تریسی، برایان، (۱۳۸۵)، ۲۱ رمز موفقیت میلیونرهای خودساخته، (ترجمه: فرزانه وکالتی)، تبریز: انتشارات یاران.

۶. حسینی زاده، سیدعلی، (۱۳۹۱)، سیره تربیتی پیامبر (و اهل بیت^ع)، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

۷. حقیقت، شهربانو و مزید، محمد، (۱۳۸۷)، بررسی و ارزیابی زمینه فلسفی و روش‌های آموزشی چهار رویکرد تربیت اخلاقی معاصر، فصلنامه اندیشه دینی دانشگاه شیراز، شماره ۲۶، بهار، ص ۱۰۳-۱۳۴.

۸. داوودی، محمد، (۱۳۸۸)، سیره تربیتی پیامبر (و اهل بیت^ع) جلد سوم (تربیت اخلاقی)، قم: پژوهشکده حوزه و دانشگاه.

۹. دهخدا، علی اکبر، (۱۳۷۳)، فرهنگ دهخدا، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.

۱۰. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، (۱۹۹۲ م)، مفردات غریب القرآن، دمشق: دارالقلم.



۱۱. رحیمیان، محمد حسن و رهبر، محمد تقی، (۱۳۸۳)، اخلاق و تربیت اسلامی، تهران: سمت.
۱۲. ری شهری، محمد، (۱۴۲۵ ق)، موسوعة الإمام علی بن أبی طالب (ع)، فی الکتاب و السنة و التاریخ، قم: دارالحديث.
۱۳. سلیگ، تینا، (۱۳۹۷)، ای کاش وقتی ۲۰ ساله بودم می دانستم، (ترجمه: فروزنده دولتیاری)، تهران: نیک فرجام.
۱۴. سیف، سوسن و دیگران، (۱۳۸۹)، روان شناسی رشد (۱)، تهران: سمت.
۱۵. سیف، علی اکبر، (۱۳۹۵)، روان شناسی پرورشی نوین: روان شناسی یادگیری و آموزش، تهران: دوران.
۱۶. شاملی، عباسعلی و دیگران، (۱۳۹۳)، نظامنامه تربیتی، قم: مرکز بین المللی ترجمه و نشر المصطفی (ص).
۱۷. شیرازی، صدرالدین محمد، (۱۹۸۱م)، الحکمة المتعالیة فی الأسفار العقلیة الأربعة، بیروت: دار إحياء التراث العربی.
۱۸. طباطبایی، سید محمد حسین، (۱۴۱۴ ق)، نهاية الحکمه، قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۱۹. طوسی، محمد بن الحسن، (۱۳۶۵)، تهذیب الأحکام، تهران: دارالکتب الإسلامیه.
۲۰. فراهیدی، خلیل بن احمد، (۱۴۰۸ ق)، کتاب العین، (تحقیق: مهدی المخزومی و ابراهیم السامرائی)، قم: مؤسسه دارالهجرة.
۲۱. کریمی، یوسف، (۱۳۹۳)، روان شناسی شخصیت، تهران: نشر ویرایش.
۲۲. گلاسر، ویلیام، (۱۳۹۷)، مدارس بدون شکست، (ترجمه: حمزه ساده و مژده تبریزی)، تهران: نشر رشد.
۲۳. لیکونا، توماس، (۱۳۹۴)، روان شناسی رشد: چگونه فرزندان خوب تربیت کنیم، (ترجمه: مهدی قراچه داغی)، تهران: نشر دایره.



۲۴. مالتز، ماکسول، (۱۳۸۵)، روان‌شناسی خلاقیت، (ترجمه: مهدی قراچه‌داغی)، تهران: اسرار دانش.
۲۵. مسعودی، ابوالحسن علی بن الحسین، (۱۴۰۹ ق)، مروج الذهب و معادن الجواهر، (تحقیق: اسعد داغر)، قم: دارالهجره.
۲۶. موسوی خمینی، روح‌الله، (۱۳۷۸)، چهل حدیث، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی^(ره).
۲۷. موسوی خمینی، روح‌الله، (۱۳۷۸)، شرح حدیث جنود عقل و جهل، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی^(ره).
۲۸. مهدوی کنی، محمد رضا، (۱۳۷۶)، نقطه‌های آغاز در اخلاق عملی، قم: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۲۹. میلانی فر، بهروز، (۱۳۹۲)، روان‌شناسی کودکان و نوجوانان استثنایی، تهران: نشر قومس.
۳۰. نیک‌گهر، عبدالحسین، (۱۳۸۳)، مبانی جامعه‌شناسی، تهران: نشر توتیا.
۳۱. وندر زندن، جیمز ویلفرید، (۱۳۸۵) روان‌شناسی رشد (۱ و ۲)، (ترجمه: حمزه گنجی)، تهران: مؤسسه نشر ساوالان.
۳۲. هانسن، مارک ویکتور و کنفیلد، جک، (۱۳۸۴)، برندگان هرگز نمی‌ترسند، (ترجمه: وحید افضلی راد)، تهران: نسل نو اندیش.
۳۳. یانگ، جفری‌ای، (۱۳۹۸)، زندگی خود را دوباره بیافرینید، (ترجمه: ساره حسینی عطار)، مشهد: نشر شمشاد.