

بررسی تاثیر رابطه عزت نفس با هویت شخصی و خلاقیت

رحمت اله خوارزمی رحیم آبادی^۱ و رقیه ایران یار^۲

ارزیس انجمن علمی آموزش و پرورش استثنایی استان گیلان. ایران
۲کارشناس ارشد روان شناسی، دانشگاه علوم تحقيقات گیلان. گیلان. ایران

چکیده

از جمله شاخصه های مهم و کاربردی و تاثیر گذار در شکل گیری نوجوان عزت نفس می باشد که توجه به موقع و رشد آن باعث افزایش و بهبود خلاقیت و هویت شخصی می گردد. با توجه متخصصین علم روان شناسی بر این باور هستند که هسته شخصیت افراد در ۷ سال اول زندگی بطور ناخودآگاه شکل می گیرد و تا پایان عمر بر همان اساس پیش می رود. بنابراین در این مقاله به بررسی و مرور تاثیر رابطه عزت نفس با هویت شخصی و خلاقیت پرداخته شد.

واژه های کلیدی: عزت نفس، هویت شخصی، خلاقیت.

۱- مقدمه

یکی از مشکلات عمده که تأثیر بازدارنده و مهمی بر کارآمدی و پویایی جوانان دارد و از شکل‌گیری سالم هویت و نیز شکوفایی استعدادها و قوای فکری و عاطفی در آنان جلوگیری می‌کند، مشکل در برقراری ارتباط اجتماعی است (گلدفرید و دیویسون، ۲۰۰۰).

نوجوانان و جوانان قشر عظیمی از جمعیت کشورها به ویژه کشور ما را تشکیل می‌دهد که در پویایی و تداوم حیات اجتماعی یک ملت و رشد و پیشرفت همه جانبه آن نقش به‌سزایی ایفا می‌کنند، از این رو توجه به ایشان و شناخت وضع مسائل و مشکلات آنان سرلوحه بسیاری از برنامه‌ها اقدامات و فعالیت‌های مسئولین مربیان و والدین را تشکیل می‌دهد. اگر جوانان و نوجوانان به خوبی شناخته شوند و از ظرفیتهای ذهنی و جسمی آنان به درستی بهره‌برداری گردد و مسائل ایشان در زمینه‌های مختلف به دقت مورد بررسی و ارزیابی قرار گیرد آنگاه قادر خواهیم بود که زمینه ارتقای اخلاقی، اعتقادی، علمی و هنری آنان را به نحو مطلوبی فراهم سازیم. (مه‌دیخان، ۱۳۸۲ به نقل از صفرنژاد ۱۳۸۸).

برخورداری از اراده و عزت نفس قوی، قدرت تصمیم‌گیری و ابتکار، خلاقیت و نوآوری، سلامت فکر و بهداشت روانی رابطه‌ای مستقیم با میزان و چگونگی عزت نفس و احساس خودارزشمندی فرد دارد امروزه، برای اصلاح و درمان بسیاری از اختلالات شخصیتی و رفتاری افراد به عنوان اولین یا مهم‌ترین گام به ارزیابی و پرورش احساس عزت نفس، تقویت اعتماد به نفس، مهارت‌های فردی و اجتماعی آنان می‌پردازند. همچنین عزت نفس درجه تصویب، تأیید، پذیرش و ارزشمندی است که شخص نسبت به خود احساس میکند (شاملو، ۱۳۸۸).

عزت نفس کلی، عوامل درونی (هیجان‌ها، ژنتیک و ویژگی‌های شخصیتی) و عوامل بیرونی (وقایع، خانواده، حرفه و ...) را شامل می‌شود. برخی پژوهشگران بین عزت نفس صفت ۲ که یک ارزش ثابت در طول زمان و به نحوی جزئی از شخصیت است و عزت نفس حالت ۳ که بسیار ناپایدارتر است و تحت تأثیر شرایط، موقعیت‌ها و هیجان‌هاست، تمایز قائل شده‌اند (دریسکول، ۲۰۱۳).

گابریل و همکاران ۲۰۰۶ در تحقیق بر روی مهارتهای ذهنی ورزشکاران، به این نتیجه رسیدند که متغیرهای سلامت روانی اضطراب، افسردگی، عزت نفس، اعتماد به نفس، خلق و خوی مثبت و ... با تمرینات ورزشی رابطه مثبت دارد و میزان اثر آن باتوجه به تفاوت‌های فردی متفاوت است.

سازه هوش از مهم‌ترین سازه‌های روان‌شناختی بوده که در تمامی رشته‌های روان‌شناختی حتی در روان‌شناسی شخصیت نیز مطرح شده و در رشته‌های کاربردی روان‌شناختی تقویتی از اهمیت و ضرورت فزاینده‌ای برخوردار می‌باشد. همچنین، خلاقیت نیز به عنوان یکی از ویژگی‌های روان‌شناختی محسوب گردیده که اهمیت بسزایی در جامعه روان‌شناسان به خود اختصاص داده است و افرادی همانند گیلفورد، تورنس و ... به آن پرداخته‌اند و نظریه‌های متعددی را مطرح نموده‌اند و معتقدند که خلاقیت از ابعاد گوناگونی همچون ابتکار، سیالی، انعطاف‌پذیری و بسط برخوردار است (شریفی، ۱۳۷۶).

با نگاهی به تاریخ گذشته در می‌یابیم که جهان ما به دست افراد معدودی که در تفکر خود جهشهای خلاقانه داشته‌اند تغییرات بنیادی پیدا کرده است. کالیله، داروین و اینشتین در درک دنیایی که در آن زندگی می‌کنیم نقش بسیار ارزنده‌ای ایفا کرده‌اند اختراعات نیز نشانگر همین نکته‌اند. ماشین بخار، تلفن، کامپیوتر و هزاران اختراع دیگر که وجود آنها برای ما عادی شده است بدست کسانی طراحی و ساخته شده‌اند که ما آنها را خلاق می‌نامیم. در عالم هنر نیز طی قرن‌ها کتابها، شعرها، تابلوهای نقاشی، مجسمه‌ها و ... که جهان ما را غنی کرده‌اند بوسیله افراد خلاق به وجود آمده‌اند (شکلتنون و فلچر، ترجمه کریمی و جمهری، ۱۳۷۱).

1. Goldfried & Davison

2. Trait self-esteem

3. State self-esteem

4. Driscoll

تفکر خلاق یک فرایند ذهنی است که با وجود آمدن یک ایده نواز آن استفاده می شود. در واقع تفکر خلاق ادغام ایده هایی است که قبلاً با هم ادغام نشده اند. اختراعات اکثراً حاصل خلاق هستند. (کیانی، ۱۳۸۸)

از آنجائیکه بسیاری از افراد خلاق و مبتکر به دلیل بی بهره بودن از اعتماد به نفس کافی قادر به ابراز تفکرات نو و ابداعات تازه خویش نیستند و نمی توانند تخیلات خود را بر زبان آورن، برخوردار از اراده و اعتماد به نفس قوی، قدرت تصمیم گیری و ابتکار، خلاقیت و سلامت فکر و بهداشت روانی ارتباط مستقیمی با میزان عزت نفس و احساس خود ارزشمندی فرد دارد. امروزه در درمان بسیاری از اختلالات شخصیتی و رفتاری کودکان و نوجوانان مانند کم رویی و گوشه گیری، ناسازگاری و پرخاشگری، تنبلی و کندروی به عنوان اولین گام به ارزیابی و پرورش احساس عزت نفس، تقویت اعتقاد به نفس و مهارتهای فردی و اجتماعی آنان می پردازد. برای اینکه کودکان و نوجوانان بتوانند از حداکثر توانمندیهای بالقوه خود برخوردار شوند می بایست از نگرش مثبت نسبت به خود در محیط اطراف و انگیزه های قوی برای تلاش و کوشش بهره مند شوند بی شک نوجوانانی که دارای عزت نفس قابل توجهی هستند نسبت به همسالان خود در شرایط مشابه پیشرفت تحصیلی و کارایی بیشتری از خود نشان می دهند. همچنین از بارزترین ویژگیهای صاحبان «تفکر واگرا» و افراد خلاق «داشتن اعتماد به نفس» و «عزت نفس» بسیار بالاست لذا پرورش عزت نفس در کودکان و نوجوانان از مهمترین وظایف اولیاء و مربیان می باشد که در این ارتباط بیشترین نقش بر عهده الگوهای رفتاری است (افروز، ۱۳۷۸).

والدین با ایجاد محیطی آرام و دور از استرس و اضطراب می توانند نقش مهمی را در پرورش خلاقیت فرزندانشان داشته باشند (آمابلی، ترجمه قاسم زاده، عظیمی ۱۳۸۸). اساساً افراد با تاثیر پذیری از افراد و شرایط و محیط بعضاً فراتر از پیش بینی های علمی قدم بر می دارد و در همین راستا والدین نقش بسیار تعیین کننده ای در کم و کیف خلاقیت نوجوانان و جوانان در حوزه فردی و اجتماعی و هویت پذیرس و شکل دهی نوجوان ایفا می نمایند.

نتیجه گیری

کسی که عزت نفس نداشته باشد اعتماد به نفس هم نخواهد داشت و دانش آموزانی که عزت نفس بالایی دارند در تحصیل موفق تر هستند همچنین بین کجروی های اجتماعی و عزت ارتباط وجود دارد و انسانهای بزهکار کمترین میزان عزت نفس را دارند نداشتن عزت نفس موجب انتقاد شدید فرد از خود می شود که اضطراب، افسردگی و... رابه دنبال دارد چنین افرادی به علت نداشتن اعتماد به نفس در بسیاری از زمینه ها دچار مشکلات فراوان شده و شکست میخورند.

منابع:

۱. افروز، غلامعلی روانشناسی و تربیت کودکان و نوجوانان، نشر انجمن اولیا و مربیان، چاپ هشتم، ۱۳۷۸.
۲. آمابلی، ترزا، شکوفایی خلاقیت، مترجم: قاسم زاده، حسن، عظیمی، پروین، (۱۳۸۸). تهران: انتشارات دنیای نو.
۳. شریفی، ح. پ. (۱۳۷۶). نظریه ها و کاربرد آزمون های هوش و شخصیت. تهران: سخن.
۴. شکلتون و فلچر، تفاوت های فردی، ترجمه یوسف کریمی و فرهاد جمهری، تهران: فاطمی، ۱۳۷۱.
۵. شاملو، سعید (۱۳۸۸). آسیب شناسی روانی، آبان نشر رشد
۶. صفر نژاد فریبا، (۱۳۸۸) تاثیر ناسازگاری والدین بر رشد اجتماعی فرزندان پایان نامه منتشر نشده دانشگاه پیام نور کاشمر
۷. منوچهر، کیانی (۱۳۸۸). قدرت خلاقیت در حل مسائل طوفان فکر و سایر تکنیک ها.

۸ مهدیخان، زهرا (۱۳۸۲)، صفر نژاد (۱۳۸۸) والدین خود خواه، فرزندان رها شده . تهران : پیکان.

9. Driscoll, R., Davis, K. E., & Lipetz, M. E. (1972). Parental interference and romantic love: the Romeo and Juliet effect. *Journal of personality and social psychology*, 24(1), 1.

10. Gabriel, M. J. (2006). Perkins. Psychological skills and exceptional athletic performance. *The sport psychologist*, 1, 181-99.