

رابطه عزت نفس با جرم

امین قاسمی*

شکست و ناتوانی انسان فقط یک دلیل دارد و آن هم ایمان نداشتن به واقعیت خود است. در حقیقت عدم اعتقاد به خود و عزت نفس پایین زمینه‌ساز شکست‌ها و ناکامی‌های انسان است از این‌رو داشتن عزت نفس سالم یکی از نیازهای اساسی انسان به‌شمار می‌آید.

عزت نفس احساس ارزشمندی است که فرد نسبت به خود دارد. هرچه این احساس قوی‌تر باشد، فرد ارزش بیشتری برای خود قائل است. عزت نفس یکی از پایه‌های اساسی شخصیت آدمی، باعث رسیدن وی به افتخار، سربلندی و از ملزومات عاطفی زندگی است که شکل‌گیری آن از دوران کودکی و از تعاملات ابتدایی کودک با والدین و اطرافیان وی آغاز می‌شود.

کیفیت روابط در کودکی نقشی اساسی در شکل‌گیری عزت نفس دارد. در این زمان مادر یا جانشین مادر نقش محوری ایفا می‌کند. اگر رابطه مادر - فرزند، رابطه‌ای سالم باشد به عبارت دیگر رابطه مادر و کودک به‌گونه‌ای باشد که وی احساس کند مادرش قادر است به احساسات و نیازهای او به سرعت و به‌طور مؤثر واکنش نشان دهد هنگامی که کودک بتواند پاسخ‌های مادر را درک کند به‌راحتی خواهد توانست در مورد خود و توانایی‌هایش احساس مثبت پیدا کرده و از طریق الگو قرار دادن والدین و رفتار آن‌ها، واکنش دیگران در برابر رفتارش و مقایسه رفتار خود با دیگران به گسترش و تحکیم عزت نفس بپردازد.

شناخت خصوصیات مثبت و منفی که محصول شناخت دوران کودکی است به نوجوان کمک می‌کند تا خودپنداره قوی‌تری داشته باشد و قدم‌های محکم‌تری به سوی موفقیت بردارد. خودپنداره مجموعه ویژگی‌هایی است که هر شخصی برای توصیف خود آن را به‌کار می‌برد.

نوجوانی که احساس خوبی نسبت به خود دارد به‌طور معمول نسبت به زندگی احساس مثبتی دارد و این حس مثبت و خوشایند باعث می‌شود نوجوان در مقابله با مشکلات و اتفاقات زندگی با توانایی و اطمینان رفتار کند. شخصی که عزت نفس بالایی دارد، لبخند می‌زند، از نگاه کردن فرار نمی‌کند، با استقامت می‌ایستد و به‌طور کلی یک احساس مثبت ارائه می‌دهد، دیگران هم به احساس مثبت او پاسخ می‌دهند، وی را می‌پذیرند و جذبش می‌شوند.

در مقابل، کسی که عزت نفس پایینی دارد، احساس بی‌کفایتی، عدم اطمینان، ناامیدی، بهانه‌جویی و اضطراب دارد. وی دامنه محدودی از عواطف و احساسات دارد و به آسانی تحت تأثیر دیگران قرار می‌گیرد. متأسفانه تأثیرپذیری افرادی که عزت نفس پایینی دارند، عامل هدایت‌کننده آن‌ها به سوی بزهکاری است. هرچند عوامل متعددی همچون عوامل اقتصادی، اجتماعی و فیزیولوژیکی در بروز بزه و بزهکاری نقش مهمی دارند، با این حال والدینی با الگوی رفتاری بسیار سختگیرانه یا بسیار سهل‌انگارانه که باعث از بین رفتن ارتباطات صمیمی و عاطفی، تفاهم متقابل و در عین حال ایجاد عزت نفس پایین در فرزندانشان می‌شوند به صورت ناآگاهانه فرزندان دل‌بند خود را به سوی آسیب‌های اجتماعی هدایت می‌کنند.

همه افراد جامعه صرف نظر از جنس، سن، وضعیت فرهنگی و اجتماعی اگر عزت نفس پایینی داشته باشند برای خود ارزشی قائل نخواهند بود و این شیوه فکری منفی باعث می‌شود آن‌ها نسبت به زندگی و مسئولیت‌های آن دیدگاه منفی داشته باشند و در مسیر زندگی دچار مشکلات عدیده‌ای شوند.

*روانشناس بیمارستان روانپزشکی میلاد شهریار