

بررسی رابطه میان تربیت با رویکرد اسلامی با میزان اضطراب و خودکارآمدی در دانش آموزان استان خراسان شمالی

امیر حسین مهرزاد^۱، ایلیا روغنی^۲

چکیده

تربیت اسلامی یکی از بنیادی‌ترین موضوعاتی است که در فرهنگ و هویت ایرانی نقش مؤثری ایفا کرده است. ارتباط اضطراب و روش‌های تربیتی در کودکان یکی از مباحث مهم در روان‌شناسی رشد است. هدف از انجام این مطالعه، بررسی ارتباط بین تربیت با پایه مبانی اسلامی با سطح اضطراب و خودکارآمدی کودکان مقطع ابتدایی در استان خراسان شمالی بود. در این مطالعه تربیت با پایه اسلامی با میزان اضطراب و استرس و همچنین میزان استقلال اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی مورد بررسی قرار گرفته است. به منظور بررسی این موارد از سه ابزار پرسشنامه فرزندپروری در نگرش اسلامی، پرسشنامه استاندارد خودکارآمدی کودکان و نوجوانان (SEQ) (C) و پرسشنامه اضطراب کودکان اسپنس استفاده شد. جامعه آماری شامل کودکان پایه ششم ابتدایی که شاغل به تحصیل در مدارس دولتی ابتدایی استان خراسان شمالی هستند در نظر گرفته شد. برای تحلیل داده‌های گردآوری شده از نرم‌افزار SPSS استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که میان تربیت اسلامی و اضطراب دانش آموزان رابطه‌ی معکوس و معنی داری وجود داشت ($p=0/048$). همچنین میان تربیت اسلامی و میزان خودکارآمدی دانش آموزان ارتباط مستقیم و معنی داری دیده شد ($p=0/035$). نتایج تحقیق حاکی از آن بود که ارتقای تربیت اسلامی در دانش آموزان می‌تواند یکی از عوامل مؤثر در افزایش احساس خودکارآمدی و کاهش میزان اضطراب آن‌ها باشد.

واژگان کلیدی: تربیت اسلامی، اضطراب، خودکارآمدی، دانش آموزان خراسان شمالی

۱. دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، نویسنده مسئول @mehrzad89@gmail.com

۲. کارشناس روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی. @Roghani.ilia@gmail.com

مقدمه

در سال ۱۳۵۷، انقلابی در ایران رخ داد که نه تنها نظام سیاسی و اجتماعی کشور را دگرگون کرد، بلکه تأثیرات عمیقی نیز بر نظام تربیتی و آموزشی مدارس و خانواده‌ها گذاشت. انقلاب اسلامی با ایدئولوژی جامع و گسترده خود، چارچوبی جدید برای تربیت و آموزش تعریف کرد که اساس و بنیاد آن بر آموزه‌های اسلامی و تعالیم پیامبر اسلام (صلی الله علیه و آله و سلم) و ائمه اطهار (علیهم السلام) استوار بود (عباسی، ۲۰۲۱، ص ۷). این تحول بنیادین، نظام تربیتی کشور را به سوی معنویت، اخلاق و اصول اسلامی هدایت نمود و اهداف جدیدی برای تربیت نسل آینده تعیین کرد (پاکمهر و همکاران، ۲۰۲۱، ص ۱۹۹).

پیش از انقلاب، نظام تربیتی در ایران تا حد زیادی تحت تأثیر فرهنگ و سیاست‌های غربی قرار داشت. آموزش و پرورش در این دوره بیشتر به انتقال دانش علمی و مهارت‌های فنی محدود می‌شد و کمتر به جنبه‌های اخلاقی، معنوی و هویتی توجه می‌کرد (نژاد، ۲۰۲۴). خانواده‌ها نیز، با توجه به روند مدرن‌سازی جامعه در آن دوران، کمتر به اصول دینی در تربیت فرزندان خود پایبند بودند. نتیجه این امر، فاصله گرفتن بسیاری از جوانان از فرهنگ اسلامی و افزایش گرایش به الگوهای غربی بود (امید و همکاران، ۲۰۲۰، ص ۱۹).

این وضعیت، زمینه‌ساز نگرانی‌هایی در میان نیروهای مذهبی و انقلابی شد که در نهایت، به یکی از انگیزه‌های مهم برای شکل‌گیری انقلاب اسلامی بدل گردید (قناعتی، ۲۰۲۳، ص ۴۲۶). با پیروزی انقلاب اسلامی، تغییرات گسترده‌ای در رویکردهای تربیتی و آموزشی کشور به وجود آمد. هدف اصلی، پرورش نسلی بود که نه تنها از نظر علمی و فنی توانمند باشد، بلکه از نظر اخلاقی و اعتقادی نیز در بالاترین سطح قرار داشته باشد. نظام تربیتی جدید، بر آموزه

های قرآن و سنت پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) و ائمه اطهار (علیهم السلام) استوار شد و تلاش شد تا در همه جنبه‌های تربیتی، ارزش‌های اسلامی به صورت عمیق و پایدار نهادینه شود. مدارس و مراکز آموزشی، به عنوان یکی از مهم‌ترین نهادهای اجتماعی، نقشی کلیدی در این تغییرات ایفا کردند (پاک‌مهر و همکاران، ۲۰۲۱، ص ۱۹۹). محتوای کتاب‌های درسی بازنگری شد و مباحثی مانند معارف اسلامی، تاریخ اسلام، اخلاق و اصول دینی به طور گسترده در برنامه‌های آموزشی گنجانده شد. علاوه بر این، تربیت معلمان نیز دستخوش تغییراتی اساسی شد. معلمان به عنوان الگوهای اخلاقی و تربیتی برای دانش‌آموزان، موظف شدند تا نه تنها دانش علمی خود، بلکه ایمان و اعتقادات دینی را نیز تقویت کنند. خانواده‌ها نیز به عنوان اولین نهاد تربیتی، تحت تأثیر ایدئولوژی انقلاب اسلامی قرار گرفتند (حق‌وردی و همکاران، ۲۰۲۱، ص ۱۳۴). ارزش‌های اسلامی و سنت‌های دینی در خانواده‌ها بیش از پیش اهمیت یافت و والدین تشویق شدند تا با پرورش فرزندان خود در محیطی اسلامی، آن‌ها را برای زندگی در جامعه‌ای مبتنی بر ارزش‌های دینی آماده کنند. نقش مادران و پدران به عنوان مربیان اخلاقی و دینی در خانواده تقویت شد و آموزه‌هایی همچون توکل به خدا، اهمیت نماز و روزه، و ارزش‌های اخلاقی نظیر راست‌گویی و احترام به دیگران، به بخش‌های جدایی‌ناپذیر از تربیت فرزندان تبدیل شد.

تربیت اسلامی یکی از بنیادی‌ترین موضوعاتی است که در فرهنگ و هویت ایرانی نقش مؤثری ایفا کرده است. از زمان ورود اسلام به ایران در قرن هفتم میلادی، این دین نه تنها در اعتقادات و باورهای مردم بلکه در نظام‌های تربیتی و فرهنگی جامعه ایرانی تأثیر عمیقی بر جای گذاشت. ترکیب ارزش‌ها و آموزه‌های اسلامی با فرهنگ پیشین ایرانی، تمدنی منحصر به فرد را شکل داد که تا امروز پایه و اساس هویت دینی، اخلاقی، و فرهنگی ایرانیان محسوب می‌شود.

تربیت اسلامی در جامعه ایران، به‌عنوان کشوری با اکثریت مسلمان و نظامی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی، جایگاهی محوری دارد و اهداف آن شامل پرورش انسان‌هایی مؤمن، متعهد، و دارای اخلاق نیکو است یکی از مسائل کلیدی در تربیت اسلامی این است که چگونه می‌توان تعالیم دینی را به گونه‌ای ارائه کرد که نه تنها با اصول اسلامی همخوانی داشته باشد، بلکه با نیازهای متنوع جامعه مدرن نیز سازگار باشد. تربیت اسلامی یکی از مهم‌ترین عوامل شکل‌دهنده هویت فرهنگی و اجتماعی ایران است. اما با توجه به تغییرات گسترده‌ای که جامعه معاصر با آن روبه‌رو است، بازنگری در روش‌ها و رویکردهای تربیتی امری ضروری به نظر می‌رسد (قناعتی، ۲۰۲۳، ص ۴۲۶).

ترکیب تعالیم اسلامی با فناوری‌ها و نیازهای روز می‌تواند راه‌حلی مؤثر برای انتقال ارزش‌های اسلامی به نسل‌های آینده باشد. این رویکرد نه تنها به حفظ هویت اسلامی ایرانی کمک می‌کند، بلکه زمینه‌ساز ایجاد جامعه‌ای پویا، متعادل و ارزش‌محور نیز خواهد بود (گدازگر، ۲۰۰۱، ص ۳۲۱). جامعه ایرانی امروزه با چالش‌هایی نظیر جهانی‌سازی، فناوری‌های نوین، تغییرات فرهنگی و اجتماعی و گسترش اندیشه‌های مختلف مواجه است. این تغییرات می‌توانند منجر به ایجاد شکاف بین آموزه‌های سنتی اسلامی و واقعیت‌های زندگی روزمره شوند.

تربیت اسلامی در ایران از دوران کودکی آغاز می‌شود و از طریق نهادهایی مانند خانواده، مدارس، مساجد، و رسانه‌ها ترویج می‌شود. این تربیت تأکید ویژه‌ای بر ارزش‌هایی نظیر صداقت، عدالت، احترام به حقوق دیگران، و مسئولیت‌پذیری دارد. در جامعه ایران، تربیت اسلامی نه تنها در محیط‌های رسمی آموزشی، بلکه در زندگی روزمره نیز قابل مشاهده است (مهران، ۱۹۹۰، ص ۵۳). مناسبت‌های مذهبی مانند ماه رمضان و محرم، نقش مهمی در تقویت هویت دینی و اجتماعی مردم ایفا می‌کنند. همچنین نظام آموزشی با ادغام مباحث دینی در برنامه

های درسی و فعالیت‌های فرهنگی، تلاش می‌کند تربیت اسلامی را با نیازهای مدرن هماهنگ کند.

در تربیت اسلامی، خانواده به‌عنوان اصلی‌ترین نهاد تربیتی مطرح است (معدن‌دار و همکاران، ۲۰۲۳، ص ۲۴۲۶). به‌طور کلی، در ایران، خانواده‌ها به‌طور سنتی وظیفه انتقال ارزش‌های دینی را بر عهده داشته‌اند. اما با تغییر سبک زندگی و کاهش تعاملات خانوادگی، این وظیفه به میزان زیادی به نهادهای آموزشی و فرهنگی منتقل شده است (برادران و همکاران، ۲۰۲۳، ص ۲۳۹). نظام آموزشی ایران که به‌صورت رسمی وظیفه انتقال آموزه‌های اسلامی را بر عهده دارد، با چالش‌هایی نظیر کمبود منابع آموزشی مناسب، ضعف در روش‌های تدریس و کاهش انگیزه دانش‌آموزان برای یادگیری موضوعات دینی مواجه است. این امر موجب شده تا بسیاری از نوجوانان علاقه کمتری به تعلیم اسلامی نشان دهند (معدن‌دار و همکاران، ۲۰۲۳، ص ۲۴۲۶).

اضطراب و خودکارآمدی دو مفهوم روان‌شناختی مهم هستند که به شکل‌گیری شخصیت و عملکرد فرد در زندگی روزمره تأثیر می‌گذارند (رضوی و همکاران، ۲۰۱۷، ص ۲۴۷). اضطراب، معمول‌ترین پاسخ به محرک تنش‌زا است (کورپیتا و بارلو، ۲۰۱۸، ص ۲۲۷). منظور از اضطراب، هیجان ناخوشایندی است که همه‌ی ما درجاتی از آن را در قالب کلماتی همچون «دلشوره»، «نگرانی»، «تنش» و «ترس» تجربه کرده‌ایم. در مواجهه با رویدادهای رنج‌آورتر از دامنه‌ی تحمل معمولی آدمی (نظیر فاجعه‌های طبیعی، تجاوز جنسی، کودک‌ربایی)، گاهی مجموعه نشانه‌های حاد ناشی از اضطراب به نام اختلال تنش پس‌آسیبی (PTSD) بروز می‌کند. کسانی که از سانحه جان به در می‌برند، از این موضوع که دیگران از دست رفته‌اند و خودشان زنده مانده‌اند، احساس گناه می‌کنند و این احساس، هفته‌ها و ماه‌ها یا حتی سال‌ها بعد،

در پی تنش خفیف‌تری بروز می‌کند و ممکن است زمان درازی بر جا بماند. اضطراب به اشکال مختلفی مانند اختلال اضطراب فراگیر (GAD)، اختلال هراس (پانیک)، فوبیاهای خاص، اضطراب اجتماعی، و اختلال وسواس فکری-عملی (OCD) تقسیم می‌شود (نولن و همکاران، ۲۰۱۴). اضطراب در کودکان به صورت‌های مختلفی بروز می‌کند و ممکن است شامل نگرانی‌های مداوم، ترس‌های غیرمنطقی، اجتناب از موقعیت‌های خاص، و نشانه‌های جسمانی مانند سردرد یا دل‌درد باشد.

کودکان در این سن به دلیل محدودیت در بیان احساسات خود و عدم درک کامل از وضعیت روانی‌شان، ممکن است علائم اضطراب را به صورت غیرمستقیم نشان دهند. کودکان ابتدایی در مرحله حساسی از رشد روانی و اجتماعی قرار دارند. این دوره زمانی است که آن‌ها برای نخستین بار با محیط‌های جدید (مانند مدرسه)، مسئولیت‌های جدید (مانند انجام تکالیف)، و روابط اجتماعی پیچیده‌تر مواجه می‌شوند. اضطراب می‌تواند به شکل موانعی در این مسیر ظاهر شود و باعث کاهش کیفیت یادگیری، کاهش اعتماد به نفس، و مشکلات رفتاری شود.

ارتباط اضطراب و روش‌های تربیتی در کودکان یکی از مباحث مهم در روان‌شناسی رشد است (چورپیتا و بارلو، ۲۰۱۸، ص ۲۲۷). روش‌های تربیتی می‌توانند اضطراب را کاهش داده یا برعکس، آن را تشدید کنند (رومرو و همکاران، ۲۰۲۱، ص ۱۲). والدینی که از روش‌های تربیتی گرم، حمایتگر و تشویقی استفاده می‌کنند، معمولاً محیطی امن و پایدار برای کودک فراهم می‌آورند (رخشانی و همکاران، ۲۰۲۲؛ رومرو و همکاران، ۲۰۲۱، ص ۱۲). این روش‌ها باعث تقویت احساس ارزشمندی و امنیت در کودک می‌شوند و به او کمک می‌کنند تا در مواجهه با استرس و چالش‌های زندگی کمتر مضطرب شود. فراهم کردن فرصت برای بیان احساسات،

آموزش مهارت‌های حل مسئله، و احترام به استقلال کودک، از جمله اقداماتی است که اضطراب را کاهش می‌دهد (بستیرو، ۲۰۲۳، ص ۱۱).

خودکارآمدی (Self-Efficacy) مفهومی کلیدی در روان‌شناسی است که به باور فرد در مورد توانایی‌هایش برای انجام وظایف خاص و دستیابی به اهداف اشاره دارد (باندورا، ۱۹۷۸، ص ۲۳۷؛ واندینتر و همکاران، ۲۰۱۱، ص ۲۱). این مفهوم توسط آلبرت باندورا، یکی از برجسته‌ترین روان‌شناسان، مطرح شده و بخشی از نظریه یادگیری اجتماعی اوست (لیو، ۱۹۹۷). خودکارآمدی به‌طور مستقیم بر انگیزش، عملکرد و تاب‌آوری افراد در مواجهه با چالش‌ها تأثیر می‌گذارد. افراد با خودکارآمدی بالا معتقدند که می‌توانند حتی در شرایط سخت به اهداف خود برسند. این باور باعث می‌شود در مقابل شکست‌ها مقاومت بیشتری نشان دهند (شوارزر، ۲۰۰۸، ص ۷). همچنین این افراد تمایل دارند مشکلات را موانع موقتی ببینند و راه‌های جدیدی برای حل آن‌ها بیابند. معمولاً دانش‌آموزان با خودکارآمدی بالا تمایل دارند بهتر برنامه‌ریزی کنند، استراتژی‌های یادگیری مؤثری اتخاذ کنند و در شرایط سخت تحصیلی کمتر دچار اضطراب شوند (ازیزلی و همکاران، ۲۰۱۵، ص ۵۸؛ لوشچینسکا و همکاران، ۲۰۱۱، ص ۱۵۱). به‌طور کلی خودکارآمدی نقش مهمی در موفقیت و رضایت از زندگی دارد و می‌تواند از طریق تجربه‌های مثبت، حمایت اجتماعی، و مدیریت استرس تقویت شود. این مفهوم به افراد کمک می‌کند تا با اعتماد به نفس بیشتری با چالش‌های زندگی روبرو شوند و به اهداف خود دست یابند (هافمن و شرا، ۲۰۰۹، ص ۹۱).

نوع تربیت و تعامل والدین تأثیر مستقیمی بر شکل‌گیری باورهای کودک درباره توانایی‌های خود دارد. روش‌های تربیتی صحیح می‌توانند زمینه‌ساز خودکارآمدی بالا در کودکان شوند و به آن‌ها کمک کنند تا در مواجهه با چالش‌های زندگی احساس اعتماد به نفس و

توانمندی بیشتری داشته باشند (کانگ و یسمین، ۲۰۲۲). برای همین تربیت اسلامی در جامعه ایران، به‌عنوان کشوری با اکثریت مسلمان و نظامی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی، جایگاهی محوری دارد و اهداف آن شامل پرورش انسان‌هایی مؤمن، متعهد، و دارای اخلاق نیکو است (قناعتی، ۲۰۲۳، ص ۴۲۶).

ترکیب تعالیم اسلامی با فناوری‌ها و نیازهای روز می‌تواند راه‌حلی مؤثر برای انتقال ارزش‌های اسلامی به نسل‌های آینده باشد. این رویکرد نه تنها به حفظ هویت اسلامی ایرانی کمک می‌کند، بلکه زمینه‌ساز ایجاد جامعه‌ای پویا، متعادل و ارزش‌محور نیز خواهد بود (گدازگر، ۲۰۰۱، ص ۳۲۱). جامعه ایرانی امروزه با چالش‌هایی نظیر جهانی‌سازی، فناوری‌های نوین، تغییرات فرهنگی و اجتماعی و گسترش اندیشه‌های مختلف مواجه است. این تغییرات می‌توانند منجر به ایجاد شکاف بین آموزه‌های سنتی اسلامی و واقعیت‌های زندگی روزمره شوند.

تربیت اسلامی در ایران از دوران کودکی آغاز می‌شود و از طریق نهادهایی مانند خانواده، مدارس، مساجد، و رسانه‌ها ترویج می‌شود. این تربیت تأکید ویژه‌ای بر ارزش‌هایی نظیر صداقت، عدالت، احترام به حقوق دیگران، و مسئولیت‌پذیری دارد. در جامعه ایران، تربیت اسلامی نه تنها در محیط‌های رسمی آموزشی، بلکه در زندگی روزمره نیز قابل مشاهده است (مهران، ۱۹۹۰). مناسبت‌های مذهبی مانند ماه رمضان و محرم، نقش مهمی در تقویت هویت دینی و اجتماعی مردم ایفا می‌کنند. همچنین نظام آموزشی با ادغام مباحث دینی در برنامه‌های درسی و فعالیت‌های فرهنگی، تلاش می‌کند تربیت اسلامی را با نیازهای مدرن هماهنگ کند.

کودکان در این سن به دلیل محدودیت در بیان احساسات خود و عدم درک کامل از وضعیت روانی‌شان، ممکن است علائم اضطراب را به صورت غیرمستقیم نشان دهند. کودکان ابتدایی در مرحله حساسی از رشد روانی و اجتماعی قرار دارند. این دوره زمانی است که آن‌ها

برای نخستین بار با محیط‌های جدید (مانند مدرسه)، مسئولیت‌های جدید (مانند انجام تکالیف)، و روابط اجتماعی پیچیده‌تر مواجه می‌شوند. اضطراب می‌تواند به شکل موانعی در این مسیر ظاهر شود و باعث کاهش کیفیت یادگیری، کاهش اعتماد به نفس، و مشکلات رفتاری شود. نوع تربیت و تعامل والدین تأثیر مستقیمی بر شکل‌گیری باورهای کودک درباره توانایی‌های خود دارد. برای مثال، والدینی که از روش‌های حمایتی استفاده می‌کنند و کودک را به تلاش و یادگیری تشویق می‌کنند، معمولاً خودکارآمدی بالایی در فرزندان خود ایجاد می‌کنند. در مقابل، والدینی که بیش از حد سخت‌گیر هستند و انتظارهای غیرواقع‌بینانه از کودک دارند، ممکن است باعث کاهش خودکارآمدی شوند (مسعود و همکاران، ۲۰۱۶، ص ۱۲۷).

روش‌های تربیتی تأثیر مستقیم و بلندمدتی بر خودکارآمدی کودکان دارند (کانگ و یسمین، ۲۰۲۲). والدینی که محیطی حمایتی و تشویقی ایجاد می‌کنند، فرصت تجربه موفقیت‌ها و مدیریت شکست‌ها را برای کودک فراهم می‌آورند. در نتیجه، این کودکان با باور به توانایی‌های خود، مهارت‌های لازم برای مواجهه با چالش‌های زندگی را کسب می‌کنند. تربیت صحیح، پایه‌ای برای رشد اعتماد به نفس و خودکارآمدی بالا در دوران بزرگسالی است (توزنده جانی و همکاران، ۲۰۱۱، ص ۵۶).

همان‌طور که گفته شد، اضطراب و خودکارآمدی دو مؤلفه مهم روان‌شناختی هستند که بر عملکرد تحصیلی، اجتماعی و عاطفی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی تأثیر زیادی دارند (باروز و همکاران، ۲۰۱۳؛ پینیپل و چیزر، ۲۰۲۲؛ کانگ و یسمین، ۲۰۱۵). این دو متغیر با یکدیگر رابطه‌ای معکوس دارند؛ به این معنا که هرچه سطح خودکارآمدی یک دانش‌آموز بالاتر باشد، احتمال ابتلا به اضطراب کاهش می‌یابد و بالعکس (رضوی و همکاران، ۲۰۱۷، ص ۲۴۷).

این ارتباط به ویژه در مقطع ابتدایی که کودکان در حال توسعه مهارت‌های اجتماعی و یادگیری نحوه مدیریت احساسات خود هستند، اهمیت بیشتری دارد (باندورا، ۲۰۱۵، ص ۲۳۹). خودکارآمدی، طبق نظریه باندورا، به باور فرد به توانایی‌هایش برای مدیریت موقعیت‌های مختلف و دستیابی به اهداف اشاره دارد. وقتی دانش‌آموزان احساس کنند توانایی انجام یک تکلیف یا مدیریت یک موقعیت اجتماعی را دارند، کمتر درگیر افکار منفی و ترس از شکست می‌شوند (لیو، ۱۹۹۷، ص ۲۱). این امر به طور مستقیم سطح اضطراب آن‌ها را کاهش می‌دهد. اضطراب، به ویژه در دوران ابتدایی، می‌تواند توانایی دانش‌آموزان در باور به توانمندی‌هایشان را مختل کند (زایدنر، ۲۰۱۴، ص ۲۶۵). برای مثال، دانش‌آموزی که از حضور در کلاس یا پاسخ‌گویی به سؤال معلم می‌ترسد، ممکن است به دلیل اضطراب، احساس کند توانایی انجام این کار را ندارد. این باور به نوبه خود خودکارآمدی او را کاهش می‌دهد و چرخه‌ای معیوب از اضطراب و کاهش خودکارآمدی شکل می‌گیرد (باروز و همکاران، ۲۰۱۳، ص ۲۰۴).

ارتقای خودکارآمدی می‌تواند ابزاری مؤثر برای کاهش اضطراب باشد و به دانش‌آموزان کمک کند تا با اعتماد به نفس بیشتری در تعاملات اجتماعی و تحصیلی خود عمل کنند. توجه ویژه به این ارتباط در محیط‌های آموزشی و خانه می‌تواند نقش مهمی در ارتقای سلامت روانی و اجتماعی کودکان داشته باشد و به آن‌ها کمک کند تا مسیر تحصیلی و اجتماعی موفق‌تری را طی کنند (رضوی و همکاران، ۲۰۱۷، ص ۲۴۷).

ارتباط میان خودکارآمدی، اضطراب، و تربیت اسلامی در دانش‌آموزان ابتدایی، یک رابطه پیچیده و در عین حال بسیار مهم است. این سه عامل نه تنها بر عملکرد تحصیلی کودکان تأثیر می‌گذارند، بلکه نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت، عزت نفس و توانایی‌های اجتماعی آن‌ها دارند. با طراحی و اجرای برنامه‌های آموزشی جامع، ارتقای آگاهی معلمان و والدین، و

ایجاد محیط‌های حمایتی در مدارس، می‌توان به تقویت این ارتباط مثبت کمک کرد و زمینه رشد سالم‌تر و موفق‌تر دانش‌آموزان را فراهم ساخت.

در این مقاله، تلاش شده است که با پرسشنامه‌ها و تعاملاتی که با کودکان انجام شده، ارتباط میان یکی از رایج‌ترین روش‌های تربیتی که دانش‌آموزان، چه در محیط خانه و مدرسه و چه در محیط‌های عمومی و اجتماعی، با آن رو به رو هستند، یعنی تربیت با پایه اسلامی، با میزان اضطراب و استرس و همچنین میزان استقلال اجتماعی و خودکارآمدی اجتماعی مورد بررسی قرار گرفته و در نهایت تلاش شده تا راهکارهای مناسب به منظور بهبود خودکارآمدی و همچنین کاهش میزان استرس کودکان ارائه شود.

مفهوم‌شناسی

تربیت اسلامی با تأکید بر ارزش‌های اخلاقی، تقویت هویت دینی، ایجاد احساس مسئولیت و تقویت خودشناسی، زمینه‌ای مناسب برای افزایش اعتماد به نفس و توانایی مدیریت روابط اجتماعی فراهم می‌آورد (خالدیان و همکاران، ۲۰۱۶، ص ۹۵). به عنوان مثال، ارزش‌هایی همچون صداقت، احترام به دیگران، و کمک به هم‌نوع که در آموزه‌های اسلامی برجسته شده اند (نوبهار و غفاری، ۲۰۲۳، ص ۱)، می‌توانند به دانش‌آموزان کمک کنند تا در تعاملات اجتماعی خود احساس کارآمدی بیشتری داشته باشند (خالدیان و کرمی‌باغظیفونی، ۲۰۱۶، ص ۸۶؛ صبا و فتاحی، ۲۰۱۷، ص ۱۱۷).

نکته مهم دیگر این است که تربیت اسلامی به دلیل تأکید بر سازگاری اجتماعی و روابط مثبت با دیگران، می‌تواند در ایجاد حس مشارکت و همبستگی در دانش‌آموزان نقش کلیدی داشته باشد. این امر باعث می‌شود که آن‌ها در تعاملات گروهی و مواجهه با چالش‌های

اجتماعی، احساس توانمندی بیشتری کنند. تربیت اسلامی، بر اساس آموزه‌های قرآن و سنت، به شکلی جامع بر رشد جنبه‌های مختلف شخصیت فرد تأکید دارد. این نوع تربیت نه تنها به جنبه‌های معنوی و اخلاقی می‌پردازد، بلکه فرد را به تعامل سازنده با دیگران، مسئولیت‌پذیری در جامعه و احترام به حقوق دیگران ترغیب می‌کند (اتابکی و همکاران، ۲۰۲۳).

در واقع، تربیت اسلامی از طریق ارتقای اعتماد به نفس، خودشناسی، و خودکنترلی، به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا در تعاملات اجتماعی خود احساس توانمندی بیشتری داشته باشند (عسگری و همکاران، ۲۰۲۳). خودکارآمدی اجتماعی، به معنای باور فرد به توانایی‌هایش برای مدیریت روابط اجتماعی، مقابله با چالش‌های بین‌فردی و موفقیت در گروه‌هاست. نتایج نشان داد که دانش‌آموزانی که تربیت اسلامی قوی‌تری داشتند، در این زمینه عملکرد بهتری نشان دادند. این موضوع قابل تبیین است؛ زیرا ارزش‌های اسلامی نظیر احترام به دیگران، کمک به نیازمندان، صبر و صداقت می‌توانند دانش‌آموزان را به ایجاد و حفظ روابط مثبت اجتماعی ترغیب کنند (خالدیان و کرمی‌باغظیفونی، ۲۰۱۶، ص ۹۵).

تربیت اسلامی بر اهمیت برقراری روابط مثبت و همکاری با دیگران تأکید می‌کند. آموزه‌هایی مانند حسن خلق، احترام به والدین و معلمان، و مشارکت در امور اجتماعی، به دانش‌آموزان می‌آموزد که چگونه در موقعیت‌های مختلف اجتماعی رفتار کنند (مولائی، ۲۰۱۵، ص ۱۰۴). این امر به شکل‌گیری یک خودکارآمدی اجتماعی پایدار کمک می‌کند. همچنین با تقویت معنویت و ارتباط با خداوند، به کاهش استرس‌ها و نگرانی‌های مرتبط با موقعیت‌های اجتماعی کمک می‌کند. فردی که به این باور رسیده است که خداوند پشتیبان اوست، با آرامش بیشتری در موقعیت‌های اجتماعی ظاهر می‌شود و این امر بر خودکارآمدی اجتماعی او تأثیر می‌گذارد.

یکی از اصول اساسی در تربیت اسلامی، توکل به خدا و اعتماد به مشیت الهی است (قوام و میرعظیم، ۲۰۱۰، ص ۱۷). این باور به دانش آموزان می آموزد که خداوند همواره پشتیبان آن هاست و جای نگرانی نیست. این احساس پشتیبانی الهی می تواند سطح استرس و نگرانی آن ها را کاهش داده و به آرامش روانی منجر شود (مولائی، ۲۰۱۵، ص ۱۰۴). همچنین تربیت اسلامی، به ویژه در خانه و مدرسه، محیطی پر از محبت، احترام و احساس امنیت ایجاد می کند. محیطی که کودک در آن احساس امنیت و ارزشمندی کند، به کاهش اضطراب او کمک می کند (قوام و میرعظیم، ۲۰۱۰، ص ۱۷). تأکید بر رفتارهای مثبت مانند مهربانی، بخشش، و صبر نیز نقش حمایتی این نوع تربیت را تقویت می کند.

قرآن کریم در آیه ۲۸ سوره رعد می فرماید: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»؛ یعنی «بدانید که با یاد خدا دل ها آرامش می یابد». آموزه های این چینی می تواند دانش آموزان را به استفاده از شیوه هایی مانند دعا، نماز و یاد خدا برای مقابله با نگرانی ها ترغیب کند که خود باعث کاهش اضطراب و استرس در دانش آموزان از ابتدای دوره آموزش به طور طولانی مدت شود (غضنفری و اصغری پور، ۲۰۲۲، ص ۹؛ قوام و میرعظیم، ۲۰۱۰، ص ۱۷).

روش کار

این پژوهش از نوع توصیفی و مبتنی بر روش همبستگی است که به بررسی روابط میان متغیرهای تربیت با رویکرد اسلامی، میزان اضطراب، و خودکارآمدی در میان دانش آموزان استان خراسان شمالی پرداخته است. هدف اصلی این پژوهش، بررسی ارتباط میان سطح تربیت اسلامی با میزان اضطراب و خودکارآمدی کودکان مقطع ابتدایی در مدارس استان خراسان شمالی، در نظر گرفته شد. برای جمع آوری داده ها، از سه ابزار معتبر و استاندارد استفاده شد.

پرسشنامه فرزندپروری در نگرش اسلامی، که اصول و مؤلفه‌های تربیت اسلامی را ارزیابی می‌کند، ابزار اصلی برای سنجش متغیر تربیت اسلامی بود. برای سنجش خودکارآمدی، از پرسشنامه استاندارد خودکارآمدی کودکان و نوجوانان (SEQ-C) استفاده شد. این ابزار توسط موریس توسعه یافته و یکی از ابزارهای معتبر در ارزیابی خودکارآمدی در گروه‌های سنی کودکان و نوجوانان است. اضطراب دانش‌آموزان با استفاده از پرسشنامه اضطراب کودکان اسپنس اندازه‌گیری شد.

جامعه آماری پژوهش شامل تمامی کودکان پایه ششم ابتدایی که شاغل به تحصیل در مدارس دولتی ابتدایی استان خراسان شمالی هستند، بوده و جمع‌آوری داده‌ها در پائیز سال ۱۴۰۳ به انجام رسیده است. حجم نمونه با استناد به مطالعه برومند و همکاران ۳۰۰ نفر در نظر گرفته شد (برومند، ۲۰۱۰، ص ۳۴).

ابزار گردآوری داده‌ها در این پژوهش، پرسشنامه‌های استاندارد بوده است. ترکیب پرسشنامه‌ها به این صورت بود که به منظور بررسی سطح تربیت اسلامی از پرسشنامه فرزند پروری در نگرش اسلامی که شامل ۵۴ سؤال بود استفاده شد (۲۰۱۵). این پرسشنامه به صورت طیف لیکرت طراحی و روایی سنجی شده و شامل ۵ نمره (از ۴ (خیلی موافقم) تا ۰ (خیلی مخالفم)) می‌باشد. در سال ۱۳۹۴ مکتوبیان و همکاران با آزمایش این پرسشنامه بر روی ۱۲۲۰ نفر از دانش‌آموزان، امر روایی و پایایی سنجی این پرسشنامه را انجام دادند. همسانی درونی سؤالات با ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد که ۰/۹۴۱ را به دست داد. هم چنین، ضریب همبستگی پرسشنامه با خرده مقیاسهای آزادگذاری، استبدادی و اقتدار منطقی از پرسشنامه «فرزندپروری بامریند» محاسبه شد. بنابراین، اعتبار و روایی پرسشنامه در حد مطلوبی بدست آمد و نشان داده شد که این ابزار، فرزندپروری را در نگرش اسلامی بخوبی می‌آزماید.

به منظور سنجش میزان خودکارآمدی کودکان از پرسشنامه استاندارد خودکارآمدی کودکان و نوجوانان (SEQ-C) موريس استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۲۳ سوال در طیف لیکرت بود که نمرات از پاسخ‌ها از ۴ (خیلی زیاد) تا ۰ (اصلاً) نمره دهی شدند (موريس، ۲۰۰۱، ص ۱۴۵). در پژوهش طهماسیان و همکاران روایی محتوایی و صوری این پرسشنامه مناسب ارزیابی شده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده برای این پرسشنامه عدد ۰/۸۹۰ بدست آمد که این پرسشنامه را ابزاری پایا معرفی میکند (مظاهری و صادقی، ۲۰۱۶، ص ۶۱).

به منظور سنجش میزان اضطراب کودکان از پرسشنامه اضطراب کودک اسپنس استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۴۵ سوال می‌باشد که پاسخ‌های آن از نمره ۳ (همیشه) تا نمره ۰ (هیچوقت) نمره دهی شدند (نوتا و همکاران، ۲۰۰۴، ص ۸۱۳). روایی و پایایی این پرسشنامه توسط هفشجانی و همکاران در سال ۱۳۹۹ سنجیده شد که در آن سنجش پایایی پرسشنامه در بخش همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ انجام شد که عدد ۰/۹۳۹ بدست آمد (امیرالسادات و همکاران، ۲۰۲۱، ص ۳۹۴۰).

در مجموع پرسشنامه پژوهش حاضر شامل ۱۲۱ سوال بود.

در این پژوهش، داده‌ها از طریق توزیع و جمع‌آوری پرسشنامه‌ها به دو روش حضوری و الکترونیکی گردآوری شدند. این پرسشنامه‌ها در میان نمونه آماری منتخب توزیع شدند که به صورت تصادفی در دسترس انتخاب شده بودند. هدف از این روش، دستیابی به نمایندگی بهتر از جمعیت و کاهش سوگیری احتمالی در انتخاب نمونه‌ها بود. پیش از توزیع پرسشنامه، توضیحات کاملی درباره هدف پژوهش و نحوه استفاده از اطلاعات به شرکت‌کنندگان ارائه شد تا آن‌ها بتوانند با آگاهی کامل در مطالعه شرکت کنند. همچنین تأکید شد که تمام اطلاعات جمع‌آوری شده به صورت کاملاً محرمانه باقی می‌ماند و تنها در چارچوب این پژوهش مورد

استفاده قرار می‌گیرد. برای تضمین رعایت اصول اخلاقی پژوهش، رضایت آگاهانه از تمامی شرکت‌کنندگان گرفته شد و هیچ فشاری برای مشارکت در مطالعه بر آن‌ها وارد نشد. پرسشنامه‌ها شامل سؤالاتی بودند که متغیرهای پژوهش را با دقت اندازه‌گیری می‌کردند. این ابزار پژوهشی، پیش از استفاده، از نظر اعتبار (روایی) و پایایی مورد بررسی و تأیید قرار گرفته بود تا داده‌های گردآوری‌شده دارای کیفیت علمی قابل قبولی باشند. جمع‌آوری داده‌ها در محیطی آرام و بدون حواس‌پرتی انجام شد تا شرکت‌کنندگان بتوانند پاسخ‌های دقیق و صادقانه ارائه دهند.

برای تحلیل داده‌های گردآوری‌شده از نرم‌افزار SPSS استفاده شد. ابتدا به منظور بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش، از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد. پس از تأیید نرمال بودن یا نبودن توزیع داده‌ها، از آزمون‌های آماری مناسب استفاده شد. به طور خاص، در صورتی که توزیع داده‌ها نرمال بود، آزمون همبستگی اسپیرمن برای بررسی رابطه بین متغیرها مورد استفاده قرار گرفت. علاوه بر این، از آزمون‌های آماری دیگر از جمله رگرسیون برای پیش‌بینی روابط میان متغیرها استفاده شد. در تمامی تحلیل‌های آماری، مقدار احتمال (سطح معناداری) کمتر از 0.05 ($p < 0.05$) به عنوان معیار معناداری آماری در نظر گرفته شد. در نهایت، تمامی مراحل پژوهش با رعایت اصول اخلاقی و علمی انجام شد. پیش از آغاز پژوهش، اطمینان حاصل شد که شرکت‌کنندگان کاملاً از اهداف پژوهش آگاه هستند و مشارکت آن‌ها کاملاً داوطلبانه است. همچنین محرمانه بودن تمامی اطلاعات و پاسخ‌ها برای شرکت‌کنندگان تضمین شد تا اعتماد آن‌ها جلب شود و کیفیت پاسخ‌ها افزایش یابد.

یافته‌ها

در ابتدا به منظور بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون کولموگرونوف – اسمیرنوف استفاده شد. با توجه به اینکه مقدار احتمال برای متغیرهای تحقیق بزرگتر ۰/۰۵ بدست آمد (جدول ۱) پس نتیجه می‌گیریم که داده‌های جمع‌آوری شده برای متغیرهای تحقیق نرمال است.

جدول ۱- نتایج آزمون کولموگرونوف – اسمیرنوف

متغیر	تعداد (نفر)	میانگین $\pm$ انحراف معیار	نتیجه آزمون (p)
نمره تربیت اسلامی	۳۰۰	۱۵۵/۱۳ $\pm$ ۲۲/۰۹	۰/۱۲۰
نمره خودکارآمدی	۳۰۰	۵۷/۷۶ $\pm$ ۱۸/۵۱	۰/۱۲۶
نمره میزان اضطراب	۳۰۰	۵۷/۳۳ $\pm$ ۱۹/۹۵	۰/۰۵۸

*سطح معنا داری ۰/۰۵ $p \leq$

با توجه به نرمال بودن توضیح متغیرها، از آزمون‌های پارامتریک استفاده شد.

ضریب همبستگی پیرسون بین دو متغیر میزان تربیت اسلامی با خودکارآمدی اجتماعی برابر ۰/۴۰۳+ بوده و مقدار عدد معنی داری (p-value)، ۰/۰۳۵ مشاهده شده. با احتساب ضریب معنی داری ۰/۰۵ $p \leq$ ، مشاهده می‌شود که بین میزان تربیت اسلامی با سطح خودکارآمدی اجتماعی دانش آموزان ابتدایی، رابطه‌ای معنی دار از نوع مستقیم وجود دارد (جدول ۲).

همچنین داده‌های جدول ۲ نشان دهنده ارتباط معکوس و معنی داری بین متغیرهای میزان تربیت اسلامی با سطح اضطراب دانش آموزان نشان می‌دهد. طبق آزمون آماری پیرسون، ضریب

همبستگی بین این دو متغیر برابر ۰/۵۶۸- بدست آمد. مقدار عددی p نیز در این آزمون برابر ۰/۰۴۸ بود.

جدول ۲- نتایج آزمون آماری همبستگی پیرسون

متغیر		خودکارآمدی اجتماعی	اضطراب
تربیت اسلامی	ضریب همبستگی	+۰/۴۰۳	-۰/۵۶۸
	p-value	۰/۰۳۵	۰/۰۴۸

*سطح معناداری $p \leq ۰/۰۵$

با توجه به آزمون آماری رگرسیون خطی، آماره R^2 نشان می‌دهد که ۲۳ درصد از تغییرات خودکارآمدی اجتماعی توسط تربیت اسلامی توضیح داده می‌شود. همچنین با توجه ضریب β بدست آمده می‌توان نتیجه گرفت که هر واحد تغییرات در نمره تربیت اسلامی، به طور متوسط ۱/۸۵ واحد خودکارآمدی را افزایش می‌دهند.

همچنین آماره R^2 برای ارتباط بین تربیت اسلامی و اضطراب دانش آموزان هم نتایج مشابهی داشت. آماره R^2 برای این متغیر برابر ۰/۱۶۲ می‌باشد که نشان می‌دهد ۱۶ درصد از تغییرات اضطراب توسط تربیت اسلامی توضیح داده می‌شود. همچنین با توجه ضریب β بدست آمده می‌توان نتیجه گرفت که هر واحد تغییرات در نمره تربیت اسلامی، به طور متوسط ۰/۹۵ واحد اضطراب را کاهش می‌دهند (جدول ۳).

جدول ۳- نتایج آزمون رگرسیون خطی

متغیر	ضریب (β)	خطای استاندارد	آماره t	سطح معنی داری (p)
خودکارآمدی	۱/۸۵	۰/۵۰۲	۱/۷۸۶	$p \leq ۰/۰۱$
اضطراب	-۰/۹۵	۰/۵۴۹	-۰/۷۱۲	$p \leq ۰/۰۱$

* سطح معنا داری $p \leq ۰/۰۱$

** متغیر وابسته نمره تربیت اسلامی در نظر گرفته شده

بحث

این مطالعه در پاییز سال ۱۴۰۳ بر روی ۳۰۰ نفر از دانش آموزان مقطع ابتدایی به صورت یک مطالعه مقطعی (توصیفی - همبستگی) انجام گرفت. در این مطالعه از پرسشنامه‌ها به منظور جمع‌آوری داده‌ها و روش‌های آماری به منظور آنالیز آن‌ها استفاده شد. هدف از انجام این مطالعه بررسی ارتباط بین تربیت اسلامی با خودکارآمدی اجتماعی و سطح اضطراب دانش آموزان مقطع ابتدایی استان خراسان شمالی بود. داده‌ها از طریق پرسشنامه فیزیکی و رو در رو و همچنین استفاده از پرسشنامه آنلاین جمع‌آوری شد.

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که تربیت اسلامی با خودکارآمدی اجتماعی رابطه مستقیم و معناداری دارد. این یافته نشان می‌دهد که ارتقای تربیت اسلامی در دانش آموزان می‌تواند یکی از عوامل مؤثر در افزایش احساس خودکارآمدی آن‌ها باشد. خودکارآمدی اجتماعی، که به معنای باور فرد به توانایی‌های خود برای برقراری تعاملات مؤثر اجتماعی و حل مشکلات اجتماعی است، یکی از مؤلفه‌های مهم در توسعه مهارت‌های زندگی و موفقیت تحصیلی و شخصی محسوب می‌شود (شوارتز و لوشچینسکا، ۲۰۰۸، ص ۷).

طبق یافته‌های این مطالعه همچنین؛ تربیت اسلامی با اضطراب دانش‌آموزان ابتدایی رابطه معکوس و معناداری دارد. این یافته بیانگر آن است که هرچه دانش‌آموزان در محیطی با تأکید بیشتر بر اصول تربیت اسلامی رشد کنند، میزان اضطراب آن‌ها کاهش می‌یابد. اضطراب به‌عنوان یکی از مشکلات شایع در دوران کودکی می‌تواند بر عملکرد تحصیلی، روابط اجتماعی و سلامت روان دانش‌آموزان تأثیر منفی بگذارد (چورپیتا و بارلو، ۲۰۱۸، ص ۲۲۷). بنابراین، شناسایی عوامل کاهش‌دهنده اضطراب، مانند تربیت اسلامی، می‌تواند در ارتقای سلامت روانی دانش‌آموزان نقش مهمی ایفا کند.

به طور کلی، رابطه پیچیده میان خودکارآمدی، اضطراب، و تربیت اسلامی در دانش‌آموزان ابتدایی با چالش‌های متعددی روبه‌رو است. به طور مثال؛ بسیاری از والدین و معلمان از تأثیر متقابل این سه عامل آگاهی کافی ندارند و ممکن است بدون قصد، اضطراب کودکان را افزایش دهند یا به کاهش خودکارآمدی آن‌ها دامن بزنند (رومرو، ۲۰۲۱، ص ۱۲). یا اینکه به واسطه فشارهای اجتماعی و فرهنگی، انتظارات بیش از حد والدین یا جامعه از دانش‌آموزان برای دستیابی به موفقیت‌های تحصیلی منجر به افزایش اضطراب و کاهش خودکارآمدی می‌شود (بستیرو و کیتانیا، ۲۰۲۳، ص ۱۱). در نتیجه؛ برنامه‌های آموزشی باید به گونه‌ای طراحی شوند که علاوه بر تقویت مهارت‌های تحصیلی، به آموزش ارزش‌های اسلامی و مهارت‌های مدیریت اضطراب پردازند. این برنامه‌ها می‌توانند شامل فعالیت‌هایی مانند آموزش مهارت‌های زندگی، بحث درباره اصول اخلاقی، و تمرین تکنیک‌های آرام‌سازی باشند.

به طور کلی، یافته‌های این پژوهش بر اهمیت تربیت اسلامی به‌عنوان یک ابزار مؤثر برای بهبود خودکارآمدی اجتماعی و کاهش اضطراب دانش‌آموزان تأکید می‌کند. این دو متغیر، که نقشی کلیدی در سلامت روان و موفقیت تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان ایفا می‌کنند، از

طریق تقویت ارزش‌های دینی و اخلاقی بهبود می‌یابد (خالدیان و کرمی‌باغظیفونی ۲۰۱۶، ص ۹۵؛ رشیدزاده، ۲۰۲۰). این نتایج می‌تواند راهنمای ارزشمندی برای معلمان، والدین، و سیاست‌گذاران باشد تا از اصول تربیت اسلامی به‌عنوان رویکردی جامع برای ارتقای سلامت روانی و اجتماعی دانش‌آموزان استفاده کنند.

در پایان، باید به این موضوع اشاره کرد که ارتباط میان خودکارآمدی، اضطراب، و تربیت اسلامی در دانش‌آموزان ابتدایی، یک رابطه پیچیده و در عین حال بسیار مهم است. این سه عامل نه تنها بر عملکرد تحصیلی کودکان تأثیر می‌گذارند، بلکه نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت، عزت نفس و توانایی‌های اجتماعی آن‌ها دارند. با طراحی و اجرای برنامه‌های آموزشی جامع، ارتقای آگاهی معلمان و والدین، و ایجاد محیط‌های حمایتی در مدارس، می‌توان به تقویت این ارتباط مثبت کمک کرد و زمینه رشد سالم‌تر و موفق‌تر دانش‌آموزان را فراهم ساخت. از دیدگاه روان‌شناختی، خودکارآمدی اجتماعی و اضطراب رابطه‌ای متقابل دارند. دانش‌آموزانی که از خودکارآمدی اجتماعی بالاتری برخوردارند، در موقعیت‌های اجتماعی کمتر دچار اضطراب می‌شوند (باروز و همکاران، ۲۰۱۳، ص ۲۰۴). به عبارتی، اعتماد به توانایی‌های فردی در برقراری تعاملات اجتماعی می‌تواند به کاهش نگرانی‌های مرتبط با این تعاملات منجر شود. یافته‌های این پژوهش نشان داد که تربیت اسلامی می‌تواند به طور همزمان هر دو متغیر را بهبود بخشد. از یک سو، تربیت اسلامی با تأکید بر اصول اخلاقی، اعتماد به نفس و مهارت‌های ارتباطی، خودکارآمدی اجتماعی را تقویت می‌کند. از سوی دیگر، همین چارچوب با ایجاد آرامش درونی و کاهش افکار منفی، اضطراب را کاهش می‌دهد. بنابراین، تأثیر مثبت تربیت اسلامی بر خودکارآمدی اجتماعی و کاهش اضطراب نشان می‌دهد که این نوع تربیت نه تنها به بهبود توانایی‌های اجتماعی کمک می‌کند، بلکه از جنبه‌های منفی روانی مانند اضطراب نیز پیشگیری

می‌کند. تربیت اسلامی بر مفاهیمی مانند اعتماد به خدا، تقویت معنویت، آرامش درونی، و پذیرش واقعیت‌ها تأکید دارد (نوبهار و غفاری، ۲۰۲۳، ص ۱). این آموزه‌ها می‌توانند به دانش آموزان کمک کنند تا با چالش‌ها و نگرانی‌های روزمره خود بهتر کنار بیایند و احساس امنیت بیشتری داشته باشند (خالدیان و کرمی‌باغطیفونی، ۲۰۱۶).

نتیجه گیری

یافته‌های این تحقیق نشان داد که تربیت اسلامی، با فراهم کردن چارچوبی مبتنی بر معنویت، امید و امنیت روانی، می‌تواند به کاهش اضطراب دانش‌آموزان ابتدایی کمک کند. این نتایج تأکید می‌کند که توجه به اصول تربیتی اسلامی در خانه و مدرسه می‌تواند تأثیرات مثبتی بر سلامت روانی دانش‌آموزان داشته باشد و به ایجاد نسلی با آرامش روانی و اعتماد به نفس کمک کند. همچنین، یافته‌های تحقیق نشان داد که تربیت اسلامی نه تنها به رشد اخلاقی و معنوی دانش‌آموزان کمک می‌کند، بلکه تأثیر قابل توجهی بر تقویت مهارت‌های اجتماعی و خودکارآمدی آنان دارد. این نتایج تأکید می‌کند که توجه به تربیت اسلامی در محیط‌های آموزشی و خانواده، می‌تواند به ایجاد افرادی با اعتماد به نفس، مسئولیت‌پذیر، و آماده برای مواجهه با چالش‌های اجتماعی منجر شود.

این نتایج نشان می‌دهد که تربیت اسلامی می‌تواند به عنوان یک رویکرد جامع برای توسعه مهارت‌های اجتماعی و روانی دانش‌آموزان در نظام‌های آموزشی مورد استفاده قرار گیرد. برخی از کاربردهای عملی این یافته‌ها عبارتند از:

- طراحی برنامه‌های آموزشی مبتنی بر تربیت اسلامی: این برنامه‌ها می‌توانند مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان را تقویت کرده و به کاهش اضطراب آن‌ها کمک کنند.
- تمرکز بر تقویت معنویت در مدارس: فعالیت‌هایی مانند آموزش ذکرها، داستان‌های قرآنی، و نماز جماعت می‌تواند همزمان بر افزایش خودکارآمدی و کاهش اضطراب مؤثر باشد.
- ایجاد محیط‌های حمایتی: تربیت اسلامی تأکید زیادی بر محبت، حمایت، و احترام دارد. این ویژگی‌ها می‌توانند محیط خانه و مدرسه را به مکانی امن برای رشد روانی و اجتماعی دانش‌آموزان تبدیل کنند.

فهرست منابع

- ۱- اتابکی، جواد؛ توسکی، مریم؛ امام جمعه، فرهاد (۲۰۲۳)، مولفه‌های نشاط فردی و اجتماعی از دیدگاه اسلام و نظریه‌های جامعه‌شناسی و روانشناسی، فصلنامه **مطالعات میان رشته‌ای فقه**، ۳(۲) (پیاپی ۱۰)، ۱۱۳-۱۳۲.
- ۲- اصغری نکاح، محسن؛ مهاجر، زهرا؛ حسین زاده، زهرا و ضیایی، سیده (۲۰۲۳)، مداخله خودکنترلی و تنظیم هیجان مبتنی بر آموزه‌های اسلامی برای خودارضایی نوجوانان: مطالعه تک موردی، **مجله اصول بهداشت روانی**، ۲۵(۳)، ۱۵۱-۱۶۰.
- ۳- برومند، رضا (۲۰۱۰)، پیش‌بینی عملکرد تحصیلی درس ریاضی از طریق باورهای انگیزی (خودکارآمدی، ارزش‌گذاری درونی و اضطراب امتحان)، **مجله مطالعات روانشناسی تربیتی**، ۶(۱۰)، ۱۹-۳۴.
- ۴- پاک‌مهر، حمیده؛ امین‌خندقی، مقصود؛ قندیلی، سیدجواد؛ سعیدی‌رضوانی، محمود (۲۰۲۱). الگوسازی مفهومی گفتمان آموزه‌های انقلاب اسلامی ایران در برنامه‌های درسی، **پاسداری فرهنگی انقلاب اسلامی**، ۲۳(۱۱)، ۱۹۹-۲۲۴.
- ۵- حق‌ویردی، رضا؛ برخورداری، رمضان؛ کشاورز، سوسن؛ محمودنیا، علیرضا (۲۰۲۱)، تحلیل جایگاه تربیت‌معلم در گفتمان‌های حاکمیت سیاسی بعد از انقلاب اسلامی ایران، **پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی**، ۵۲(۲۹)، ۱۳۴-۱۶۱.

۶- خالدیان، محمد؛ کرمی باغظیفونی، زهرا (۲۰۱۶). کارآمدی آموزش معنویت مبتنی

بر آموزه‌های اسلامی بر ارتقای سرمایه روان شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی،

امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی دانشجویان، **روان‌شناسی و دین**، ۳۶(۹)، ۷۱-۸۶

۷- خالدیان، محمد؛ کرمی باغظیفونی، زهرا، نعمتی سوگلی‌تپه، فاطمه، حربی، آزاده

(۲۰۱۶)، تاثیر معنویت درمانی با تاکید بر آموزه‌های دین مبین اسلام بر ارتقاء خودکارآمدی

در دانشجویان، **روانشناسی اجتماعی**، ۳۹(۴)، ۹۵-۱۰۶.

۸- رشیدزاده، عبدالله (۲۰۲۰)، اثربخشی آموزش برنامه مبتنی بر معنویت و آموزه‌های

اسلامی بر اضطراب و تاب‌آوری تحصیلی دانش آموزان، **مسائل کاربردی تعلیم و تربیت**

اسلامی.

۹- روستا، امید؛ نصری، منیره (۲۰۲۰)، جایگاه تعلیم و تربیت در نشر پهلوی اوّل (بررسی

موردی: آثار داستانی محمد حجازی و محمد مسعود)، **پژوهشنامه اورمزد**، ۵۴:۵۱-۶۷.

۱۰- صبا، بهمن؛ فتاحی، بهرام (۲۰۱۷)، تاثیر آموزش هوش معنوی با تاکید بر آموزه‌های

قرآنی، بر واکنش به استرس تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی دانش آموزان پسر دوره

متوسطه شهرستان شبستر، **مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی**، ۲(۳)، ۱۱۷-۱۳۶.

۱۱- عباسی، حجت الله (۲۰۲۱)، بررسی تربیت دینی در دو دهه اول انقلاب اسلامی: با

تکیه بر «طرح کلیات نظام آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران»، **پژوهش در**

آموزش معارف و تربیت اسلامی، ۲(۱)، ۷-۲۶.

۱۲- غضنفری، علی؛ اصغری پورپارسا، معصومه (۲۰۲۲)، اصول و روش های تربیت

اسلامی در سوره توحید، **پژوهش های نوین در آموزه های قرآن و سنت**، ۹(۵)، ۹-۲۶.

۱۳- غفاری، محمد؛ نوبهار، رحیم (۱۴۰۲)، آموزه های اسلامی و جرم زدایی، **مبانی**

فقهی حقوق اسلامی، ۱(۳۱)، ۴۶۶-۴۷۸.

۱۴- قناعتی، حسین (۲۰۲۳)، روش های تربیت نسل تمدن ساز، **همایش پژوهش های**

مدیریت و علوم انسانی در ایران، ۱۴(۱۴)، ۴۲۶-۴۳۷.

۱۵- قوام، میرعظیم (۲۰۱۰)، اصول و ویژگی های تربیت اسلامی از منظر قرآن کریم،

بصیرت و تربیت اسلامی، ۱۷(۷)، ۱۷-۳۴.

۱۶- مکتوبیان، آسیه (۲۰۱۵)، ساخت و هنجاریابی پرسشنامه فرزندپروری در نگرش

اسلامی، **پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی**، ۲۷، ۱۲۳-۱۴۳.

۱۷- مولائی، محمدرضا (۲۰۱۵)، نقش رفتارهای نوع دوستانه و گرایشات مذهبی در

پیش‌بینی مشارکت اجتماعی و سیاسی دانش آموزان دبیرستان‌های اردبیل، **روان‌شناسی**

مدرسه و آموزشگاه، ۴(۲)، ۱۰۴-۱۱۷.

۱۸- نادری نژاد، ریحانه (۲۰۲۴)، تحلیل تاریخی ایجاد مدارس غیر انتفاعی بعد از انقلاب

اسلامی ایران و مواجهه اندیشه تعلیم و تربیت با آن، **پژوهشنامه فرهنگی و اجتماعی**

کودک و نوجوان، ۶۷-۹۶.

۱۹- Amiralsadat Hafshejani, F. , Akbari, B. , Hosseinkhanzadeh, A. A. , & Abolghasemi, A. (۲۰۲۱). Factor Structure, Reliability and Validity of the Development of the Spence Children's Anxiety Scale-Short Version. medical journal of mashhad university of medical sciences, ۶۴(۵), ۳۹۴۰-۳۹۵۲.

۲۰- Azizli, N. , Atkinson, B. E. , Baughman, H. M. , & Giammarco, E. A. (۲۰۱۵). Relationships between general self-efficacy, planning for the future, and life satisfaction. Personality and Individual Differences, ۸۲, ۵۸-۶۰.

۲۱- Bandura, A. (۱۹۷۸). Reflections on self-efficacy. Advances in behaviour research and therapy, ۱(۴), ۲۳۷-۲۶۹.

۲۲- Bandura, A. (۲۰۱۵). Self-efficacy conception of anxiety. In Anxiety and self-focused attention (pp. ۸۹-۱۱۰). Routledge.

۲۳- Baradaran Haghir, M. , Zeinalizadeh, S. , & Mohseni, T. (۲۰۲۳). The role of teachers in building civilization with an emphasis on the identity of students based on the intellectual system of the leaders of the Islamic Revolution. The Journal of Theory and Practice in Teachers Education, ۹(۱۵), ۲۶۸-۲۳۹.

- ۲۴- Barrows, J. , Dunn, S. , & Lloyd, C. A. (۲۰۱۳). Anxiety, self-efficacy, and college exam grades. *Universal Journal of Educational Research*, ۱(۳), ۲۰۴-۲۰۸.
- ۲۵- Besteiro, E. M. , & Quintanilla, A. J. (۲۰۲۳). The relationship between parenting styles or parenting practices, and anxiety in childhood and adolescence: a systematic review. *Revista espanola de pedagogia*, ۷۵(۲۶۷), ۱۱
- ۲۶- Chorpita, B. F. , & Barlow, D. H. (۲۰۱۸). The development of anxiety: The role of control in the early environment. *The Neurotic Paradox*, Vol ۲, ۲۲۷-۲۶۴.
- ۲۷-Godazgar, H. (۲۰۰۱). Islamic ideology and its formative influence on education in contemporary Iran. *Economía, Sociedad y Territorio*, ۳(۱۰), ۳۲۱-۳۳۶.
- ۲۸- Hoffman, B. , & Schraw, G. (۲۰۰۹). The influence of self-efficacy and working memory capacity on problem-solving efficiency. *Learning and individual differences*, ۱۹(۱), ۹۱-۱۰۰.
- ۲۹-Kong, C. , & Yasmin, F. (۲۰۲۲). Impact of parenting style on early childhood learning: mediating role of parental self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, ۱۳, ۹۲۸۶۲۹.
- ۳۰- Lev, E. L. (۱۹۹۷). Bandura's theory of self-efficacy: applications to oncology. *Scholarly inquiry for nursing practice*, ۱۱(۱), ۲۱-۳۷; discussion ۳۹.
- ۳۱- Luszczynska, A. , Schwarzer, R. , Lippke, S. , & Mazurkiewicz, M. (۲۰۱۱). Self-efficacy as a moderator of the planning-behaviour relationship in interventions designed to promote physical activity. *Psychology and Health*, ۲۶(۲), ۱۵۱-۱۶۶.
- ۳۲- Madandar Arani, A. , Amani Tehrani, M. , & Sorkhabi, S. (۲۰۲۳). A systematic review of the critiques and problems of

- fundamental reform document of education in the Islamic Republic of Iran. *Iranian Journal of Comparative Education*, ۶(۲), ۲۴۲۶-۲۴۴۵.
- ۳۳- Masud, H. , Ahmad, M. S. , Jan, F. A. , & Jamil, A. (۲۰۱۶). Relationship between parenting styles and academic performance of adolescents: mediating role of self-efficacy. *Asia Pacific Education Review*, ۱۷, ۱۲۱-۱۳۱.
- ۳۴- Mazaheri, Z. , & Sadeghi, A. (۲۰۱۶). Development and evaluating the reliability and validity of the students' academic self-efficacy questionnaire. *New Educational Approaches*, ۱۰(۲), ۸۱-۸۰.
- ۳۵- McLeod, B. D. , Wood, J. J. , & Weisz, J. R. (۲۰۰۷). Examining the association between parenting and childhood anxiety: A meta-analysis. *Clinical psychology review*, ۲۷(۲), ۱۵۵-۱۷۲.
- ۳۶- Mehran, G. (۱۹۹۰). Ideology and education in the Islamic Republic of Iran. *Compare*, ۲۰(۱), ۵۳-۶۵.
- ۳۷- Muris, P. (۲۰۰۱). A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and behavioral Assessment*, ۲۳, ۱۴۵-۱۴۹.
- ۳۸- Nauta, M. H. , Scholing, A. , Rapee, R. M. , Abbott, M. , Spence, S. H. , & Waters, A. (۲۰۰۴). A parent-report measure of children's anxiety: psychometric properties and comparison with child-report in a clinic and normal sample. *Behaviour research and therapy*, ۴۲(۷), ۸۱۳-۸۳۹.
- ۳۹- Nolen-Hoeksema, S. , Fredrickson, B. , Loftus, G. R. , & Lutz, C. (۲۰۱۴). *Introduction to psychology*. Cengage Learning Washington.

- ۴۰- Piniel, K. , & Csizér, K. (۲۰۱۵). Changes in motivation, anxiety and self-efficacy during the course of an academic writing seminar. *Motivational dynamics in language learning*, ۸۱, ۱۶۴-۱۹۴.
- ۴۱- Rakhshani, T. , Hamid, S. , Kamyab, A. , Kashfi, S. M. , & Jeihooni, A. K. (۲۰۲۲). The effect of parenting style on anxiety and depression in adolescent girls aged ۱۲-۱۶ years. *Heliyon*, ۸(۱۱).
- ۴۲- Razavi, S. A. , Shahrabi, A. , & Siamian, H. (۲۰۱۷). The relationship between research anxiety and self-efficacy. *Materia socio-medica*, ۲۹(۴), ۲۴۷.
- ۴۳- Romero-Acosta, K. , Gómez-de-Regil, L. , Lowe, G. A. , Lipps, G. E. , & Gibson, R. C. (۲۰۲۱). Parenting styles, anxiety and depressive symptoms in child/adolescent. *International journal of psychological research*, ۱۴(۱), ۱۲-۳۲.
- ۴۴- Schwarzer, R. , & Luszczynska, A. (۲۰۰۸). Self efficacy. *Handbook of positive psychology assessment*, ۲(۰), ۷-۲۱۷.
- ۴۵- Thergaonkar, N. R. , & Wadkar, A. (۲۰۰۷). Relationship between test anxiety and parenting style. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, ۳(۱), ۱۰-۱۲.
- ۴۶- Tozandehjani, H. , Tavakolizadeh, J. , & Lagzian, Z. (۲۰۱۱). The effect of parenting styles on self-efficacy and mental health of students. *Internal Medicine Today*, ۱۷(۲), ۵۶-۶۴.
- ۴۷- Van Dinther, M. , Dochy, F. , & Segers, M. (۲۰۱۱). Factors affecting students' self-efficacy in higher education. *Educational research review*, ۶(۲), ۹۵-۱۰۸.
- ۴۸- Zeidner, M. (۲۰۱۴). Anxiety in education. In *International handbook of emotions in education* (pp. ۲۶۵-۲۸۸). Routledge.