

## تأثیر قصه‌های قرآن بر عزت‌نفس دانشجویان

محمد خالدیان،\* اکبر صالحی،\*\* رضا شاکری\*\*\*

### چکیده

این پژوهش با موضوع تأثیر قصه‌های قرآن بر عزت‌نفس دانشجویان تدوین شده است. جامعه پژوهش شامل تمام دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد دیوان‌دره (استان کردستان) است که در سال تحصیلی ۹۲-۹۳ مشغول به تحصیل بوده‌اند. این پژوهش، آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل است. حجم نمونه، ابتدا ۷۰ نفر از دانشجویان براساس نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شد، سپس بر اساس نمرات پرسش‌نامه، ۴۰ نفر از این افراد که در پرسش‌نامه عزت‌نفس، پایین‌ترین نمرات را گرفتند، انتخاب شدند و

\*- مربی، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

mohamad\_khaledian22@yahoo.com

\*\* - استادیار گروه فلسفه تعلیم و تربیت، دانشگاه خوارزمی.

\*\*\* - دانشجوی دکتری برنامه ریزی درسی، دانشگاه خوارزمی.

تاریخ تأیید: ۱۳۹۴/۰۱/۳۱

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۱۲/۲۱



به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. گروه آزمایش به مدت ۹ جلسه تحت تأثیر متغیر مستقل داستان‌ها و قصه‌های قرآن قرار گرفتند؛ اما گروه کنترل تحت تأثیر هیچ‌گونه مداخله‌ای قرار نگرفتند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسش‌نامه ۵۸ سؤالی عزت‌نفس کویر استفاده شد. یافته‌ها نشان داد که میانگین نمرات عزت‌نفس در پس‌آزمون گروه آزمایش به‌طور معناداری از میانگین نمرات پس‌آزمون گروه کنترل بالاتر است. نتیجه‌گیری می‌شود که قصه‌های قرآن موجب افزایش عزت‌نفس دانشجویان می‌شوند.

## واژه‌های کلیدی

قصه‌های قرآن، داستان‌گویی، عزت‌نفس.

## مقدمه

قرآن کریم سرچشمه علم، معرفت و برنامه زندگی سعادتمندان انسانهاست که از ابتدای نزول آیات وحیانی بر رسول گرامی اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تا به امروز، مایه هدایت و رشد بشر بوده است و هرکس نسبت به فراخور حالش از ابعاد بی‌انتهای این گنجینه آسمانی بهره برده است (پاک‌نیا تبریزی، ۱۳۹۱)؛ چراکه قرآن تماماً شفاء و رحمت برای همه انسان‌هایی است که می‌خواهند راه رستگاری ببینند، همان‌طوری که خداوند در سوره اسراء، آیه ۸۲ می‌فرماید:

﴿وَنَزَّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾؛

و از قرآن، آنچه شفا و رحمت است برای مؤمنان نازل می‌کنیم و ستمگران را جز خسران (و زیان) نمی‌افزاید.

برخی از جنبه فقهی و حقوقی و برخی از بُعد ادبی، گروهی از منظر اعتقادی، روانشناسی، جامعه‌شناختی، انسان‌شناختی، حکومت‌داری، مسائل خانواده و ده‌ها موضوع دیگر به این یادگار نورانی اسلام و نسخه خوشبختی بشر مراجعه می‌کنند و استفاده‌های لازم را می‌برند. در این میان، قصه‌های قرآن از جذاب‌ترین و پرمخاطب‌ترین بخش‌های این معجزه آسمانی است.

خداوند متعال با نقل قصه‌های پیامبران، صالحان و سرگذشت اقوام مختلف و انسان‌های نیک و بد، آموزش ویژه‌ای را به تمام انسان‌ها ارائه می‌کند و آنان می‌توانند با دقت در این داستان‌ها، زندگی بهتری برای خود رقم بزنند و آینده‌روشنی را برای خود ترسیم کنند. خداوند در این باره می‌فرماید: ﴿لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةً لِّأُولِي الْأَلْبَابِ مَا كَانَ حَدِيثًا يُفْتَرَىٰ وَلَكِن تَصْدِيقَ الَّذِي بَيْنَ يَدَيْهِ وَتَفْصِيلَ كُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ﴾؛ در سرگذشت آن‌ها درس عبرتی برای صاحبان اندیشه بود! اینها داستان دروغین نبود، بلکه وحی آسمانی است و هماهنگ است با آنچه پیش روی او از کتب آسمانی پیشین قرار دارد و شرح هر چیزی که پایه سعادت انسان است و هدایت و رحمتی است برای گروهی که ایمان می‌آورند! (یوسف، آیه ۱۱۱)

سنت قصه‌گویی به اندازه عمر انسان قدمت دارد و یکی از ابزارهای مهم اصلاح رفتار و رشد و پرورش محسوب می‌شده، به گونه‌ای که آیات متعددی از قرآن کریم با نقل قول داستان گذشتگان سعی کرده است، رفتار بشر را هدایت، تربیت و اصلاح کند: ﴿تِلْكَ آيَاتُ اللَّهِ تَنْتَلُوها عَلَيْكَ بِالْحَقِّ...﴾ (سوره آل عمران، آیه ۶۲ - ۱۰۸)؛ سوره هود، سوره کهف، سوره اعراف؛ (همایی و همکاران، ۱۳۸۵).

بیان داستان یکی از شیوه‌های رایج الگو به افراد است و می‌تواند به عنوان شیوه‌ای درمانی استفاده شود. قصه‌درمانی نوعی رفتار تقلیدی در قالب

شخصیت است و نوعی رویکرد در مشاوره است که مردم را متخصصان اصلی زندگیشان و مشکلات را به عنوان بخش های جداگانه از مردم در نظر می گیرد. مردم دارای بسیاری از مهارت ها، باورها، ارزش ها و توانایی هایی هستند که به آن ها کمک می کند تا اثرات مشکلات را در زندگی شان کاهش دهند (بابانظری و آقایی، ۱۳۹۱).

انسان ها، به قصه گویی در طول تاریخ علاقه داشته و توجه کرده اند؛ چرا که برای ایشان جذابیت و کشش خاصی داشته است. به همین دلیل، قصه یکی از ابزارهای مهم اصلاح رفتار محسوب می شود. قرآن کریم نیز به نیاز بشر و گرایش او به قصه توجه کرده و با تأکید بر علایق طبیعی انسان، بسیاری از مباحث ظریف اعتقادی، اجتماعی و اخلاقی را در قالب زیباترین داستان ها طرح و ارائه می نماید.

خداوند متعال در سوره های متعدد قرآن کریم از طریق نقل داستان گذشتگان سعی می کند رفتار بشر را هدایت، تربیت و اصلاح کند، حتی خداوند خود را قصه گو می خواند و خطاب به پیامبر خود، حضرت محمد ۹ می فرماید: «ما بهترین قصه ها را به وحی (این قرآن) بر تو می گوئیم» (سوره یوسف، آیه ۳). قرن ها و بلکه هزاران سال از ظهور پیامبران و ادیان بزرگ الهی می گذرد و همواره جمع کثیری از انسان ها ایمان آورده، عده ای کفر ورزیده و جمعی هم در شك و تردید بوده اند. یکی از موضوعاتی که هم برای معتقدان به ادیان و هم مخالفان اهمیت زیادی داشته، درك و اثبات تأثیر دین و مذهب در زندگی بشر است. طبعاً اثبات این مسئله درباره دین اسلام که به اعتقاد ما کامل ترین دین بوده و در تمام شئون زندگی جمعی و فردی جاری و نافذ است، بسیار با اهمیت تر می نماید

در دهه‌های اخیر با رشد سریع و روزافزون دانش بشر و پیدایش علوم جدید، بحث درباره تأثیر دین در جنبه‌های مختلف زندگی، بیش از هر زمان دیگر مطرح شده و روانشناسی از جمله علمی است که همواره میدان مبارزه افکار و نظرات گوناگون در این خصوص بوده است. سال‌هاست دانشمندان علم روانشناسی، درباره موضوعاتی هم‌چون روانشناسی و دین، روانشناسی و معنویت و... تحقیق و بررسی می‌کنند و نهادها، انجمن‌ها، مراکز تحقیق و دانشکده‌های بسیاری در نقاط مختلف دنیا برای این منظور تأسیس شده است (ناروئی و همکاران، ۱۳۹۲).

عزت نفس عبارت است از میزان ارزشی که اطلاعات درون خود پنداره برای فرد دارد و از اعتقادات فرد درباره تمام صفات و ویژگی‌هایی که در او هست، سرچشمه می‌گیرد. خودپنداره برای متخصصان بهداشت روانی نیز اهمیت خاصی دارد؛ زیرا پندار فرد از شخصیت خود، تا اندازه زیادی تصور او را درباره محیطش تعیین می‌کند و این دو عامل، نوع رفتارهای او را طرح‌ریزی می‌نماید (حسنوند و خالدیان، ۲۰۱۲).

وقتی که عزت‌نفس آسید دیده باشد، باعث برانگیخته شدن اضطراب، نگرانی و ترس خواهد شد (گاردنر، ۲۰۰۷). عزت‌نفس نشان می‌دهد که در درون افراد چه می‌گذرد. اگر افراد احترام کمی برای خود قائل باشند، در متقاعد کردن دیگران مشکل خواهند داشت. افرادی که عزت‌نفس زیادی دارند، معمولاً افکار مثبت را جایگزین افکار منفی می‌کنند (سپاه منصور و همکاران، ۱۳۹۱).

عزت‌نفس، جزئی از خودپنداره فرد و شامل جنبه‌های شناختی، رفتاری و عاطفی است و هم‌چنین عبارت است از درجه تصویب، تأیید و ارزشی که

شخص نسبت به خود احساس می‌کند یا قضاوتی که فرد نسبت به ارزش خود دارد.

تحقیقات انجام‌شده در موضوع عزت‌نفس نشان داده‌اند که عزت‌نفس در پاسخ به واکنش دیگران به خصوص افراد مهم به‌ویژه والدین رشد می‌کند (کوپراسمیت، ۱۹۶۷؛ اسمیت و همکاران، ۲۰۰۲). کوپراسمیت<sup>۱</sup> عزت‌نفس را یک ارزشیابی فردی معرفی کرده است که معمولاً با توجه به خویشتن حفظ می‌شود. به این ترتیب، عزت‌نفس عبارت است از قضاوتی فردی از شایستگی که ویژگی عام شخصیت است نه یک نگرش لحظه‌ای یا مختص به موقعیت‌های خاص (سلیمیان و کاظم نژادلیلی، ۱۳۹۳).

نتایج پژوهش هویدا و همایی (۱۳۸۹)، با موضوع "تأثیر قصه‌های قرآنی بر هوش هیجانی کودکان" نشان داد که قصه‌های قرآنی موجب افزایش هوش هیجانی می‌شوند. نتایج پژوهش پیترسون و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۰۵)، نشان داد که قصه‌درمانی منجر به ارتباط با دیگران، خلق و نسبت‌دادن معنا به تجربیات، تفکر درباره‌ی خوب یا بد، بیان نظریات و ایده‌ها می‌شود. نتایج پژوهش والی (۱۳۸۶)، با موضوع "قصه‌گویی، روشی مؤثر در آموزش مفاهیم پیچیده علم پزشکی" نشان داد که قصه‌گویی بر آموزش مفاهیم پزشکی نیز مؤثر است.

در قرآن کریم برای عبرت و آموزش رفتارهای خوب و درست در افراد، قصه‌های زیادی بیان شده که می‌توان با ساده‌سازی آن‌ها، برای آموزش و تقویت عزت‌نفس افراد از آن‌ها استفاده نمود. بر همین اساس و با توجه به

۱-Coopersmith.

۲-Peterson et al.

اهمیت و نقش قرآن در زندگی ما مسلمانان، این پژوهش با الگوگیری از قصه‌های قرآنی با ساده‌سازی قصه‌ها به منظور درک دانشجویان و هم‌چنین ایجاد علاقه و توجه بیشتر دانشجویان به قرآن، درصدد ارتقاء عزت نفس دانشجویان برآمده است.

در اهمیت و ضرورت این تحقیق بیان این نکته لازم است که در جامعه ایرانی و اسلامی ما بسیاری از رفتارها در زندگی فردی و اجتماعی افراد، مستقیم یا غیر مستقیم متأثر از آیات قرآن، آموزه‌ها و باورهای دینی بوده و اغلب با آن نیز ارزیابی می‌شوند.

با توجه به اینکه اسلام مبنای مناسبات اجتماعی قرار گرفته است، این تحقیق قصد دارد آثار و نتایج قصه‌ها و داستان‌های قرآن را در زندگی روحی روانی و اجتماعی دانشجویان بررسی کند و با روشن شدن نقش قرآن در تمامی ابعاد زندگی، آن را جایگزینی برای درمان دارویی مشکلات روحی و روانی و سلامت روان و عزت نفس دانشجویان نشان دهد؛ لذا با توجه به پیشینه تحقیقاتی، قصه‌های قرآن افراد را برای رویارویی با مشکلات، سازگاری با اجتماع، افزایش عزت نفس آماده می‌کند.

داشتن اطلاعاتی درباره قصه‌ها و داستان‌های قرآن می‌تواند در انجام فرآیندهای روانشناختی برای دانشجویان نیازمند مثمر باشد تا با انجام این اقدامات بتوان عزت نفس را در این افراد بالا برد. در ضمن، نتایج حاصل از این تحقیق می‌تواند برای مدیران نظام سلامت نیز کاربرد داشته باشد تا با بهره‌گیری از نیروهای مجرب، توجه بیشتری به قصه‌های قرآن نمایند.

با توجه به اینکه قسمت اعظمی از جامعه ما را دانشجویان تشکیل می‌دهند، هدف از پژوهش حاضر بیان تأثیر قصه‌های قرآن بر عزت نفس دانشجویان

است و برای آزمایش، این فرضیه به اجرا درآمد که قصه‌های قرآن بر عزّت نفس دانشجویان تأثیرگذار است؛ بنابر آنچه ذکر شد این پژوهش درصدد است طی فرایندی علمی روی گروه گواه و گروه آزمایش، با استفاده از قصه‌های قرآن، عزّت نفس دانشجویان را بررسی کند.

## روش شناسی

این پژوهش آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل است. در این پژوهش، دانشجویان دانشگاه پیام نور واحد دیواندره (استان کردستان) که در سال تحصیلی ۱۳۹۲-۱۳۹۳ مشغول به تحصیل بوده‌اند، جامعه آماری را تشکیل می‌دهند. حجم نمونه ابتدا تعداد ۷۰ نفر از دانشجویان براساس نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شد، سپس بر اساس نمرات پرسش‌نامه، تعداد ۴۰ نفر از این افراد که در پرسش‌نامه عزّت نفس، پایین‌ترین نمرات را گرفتند، انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. گروه آزمایش، ۹ جلسه قصه‌ها و داستان‌های قرآنی را، هر هفته ۱ جلسه و هر جلسه به مدت ۹۰ دقیقه، به‌صورت گروهی دریافت کردند؛ اما گروه کنترل، هیچ مداخله‌ای را دریافت نکردند. برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و آمار استنباطی (آزمون تحلیل کواریانس)، استفاده شد. ابزار اندازه‌گیری عبارت است از پرسش‌نامه عزّت نفس کوپراسمیت که در زیر شیوه استفاده و اجرای آن بیان شده است:

## پرسش‌نامه عزّت نفس کوپراسمیت

شامل ۵۸ ماده است که به‌صورت بلی، خیر به آن‌ها پاسخ داده می‌شوند. مواد هر يك از زیرمقیاس‌ها عبارتند از: مقیاس عمومی ۲۶ ماده، مقیاس اجتماعی ۸



ماده، مقیاس خانوادگی ۸ ماده، مقیاس تحصیلی - شغلی ۸ ماده و مقیاس دروغ ۸ ماده. نمرات زیرمقیاس‌ها و هم‌چنین نمره کلی، امکان تشخیص زمینه‌ای را که در آن افراد واجد تصویر مثبتی از خود هستند، فراهم می‌سازد (استادیان و همکاران، ۱۳۸۸). ضرایب بازآزمایی این پرسش‌نامه در دو نوبت، بعد از پنج هفته ۰/۸۸ و بعد از ۳ سال ۰/۷۰ گزارش شده است (خالدیان، ۱۳۹۳). پایایی پرسش‌نامه در پژوهش حاضر از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸ به دست آمد. روایی این پرسش‌نامه با استفاده از روایی سازه ۰/۷۲ به دست آمد.

### محتوای خلاصه جلسات قصه‌ها و داستان‌های قرآن

جلسه اول: معرفی اعضاء، بحث و گفت‌وگو درباره قصه گویی و داستان‌گویی، مشاوره و بحث درباره قصه‌های قرآن و عزت‌نفس و اجرای پرسش‌نامه‌های عزت‌نفس. جلسه دوم: قصه حضرت یوسف علیه السلام، آیه ۳۴ سوره غافر. جلسه سوم: قصه حضرت یونس علیه السلام، آیه ۱۳۹ - ۱۴۲ سوره صافات. جلسه چهارم: قصه حضرت مریم علیه السلام، آیه ۱۶ - ۱۷ - ۱۸ - ۱۹ - ۲۰ و ۲۱ سوره مریم. جلسه پنجم: قصه اصحاب کهف، آیه ۱۰ سوره کهف. جلسه ششم: قصه اصحاب رقیم، آیه ۹ سوره کهف. جلسه هفتم: قصه هجرت نبوی، آیه ۲۰۷ سوره بقره. جلسه هشتم: قصه سوره کوثر، آیه ۱ - ۳ سوره کوثر. جلسه نهم: خلاصه و جمع بندی جلسات و اختتام، صحبت درباره آموخته‌های خود در گروه، مرور برنامه و جمع‌بندی و اجرای پرسش‌نامه عزت‌نفس.

## یافته‌ها

مندرجات جدول (۱) اطلاعات توصیفی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون عزت‌نفس در دو گروه آزمایش و کنترل را نشان می‌دهد. میانگین عزت‌نفس افراد در گروه آزمایش در پیش‌آزمون ۲۹/۶ و در پس‌آزمون ۳۵/۴ است و میانگین عزت‌نفس دانشجویان در گروه کنترل در پیش‌آزمون ۲۹/۹ و در پس‌آزمون ۲۸/۸۵ است.

جدول (۱). اطلاعات توصیفی نمرات سلامت روان در پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه آزمایش و کنترل

آزمایش		کنترل		N	گروه
انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین		
۲/۱۸	۲۹/۶۰	۲/۶۷	۲۹/۹۰	۲۰	پیش‌آزمون
۲/۱۳	۳۵/۴	۲/۱۵	۲۹/۸۵	۲۰	پس‌آزمون

جدول (۲). نتایج گزارش آزمون فرض همگنی شیب‌ها

متغیرها	مجموع مجذورات	d.f	میانگین مجذورات	F	Sig	مجذورات
گروه	۰/۱۱۴	۱	۰/۱۱۴	۰/۱۷۷	۰/۶۷۷	۰/۰۰۵
پیش‌آزمون	۱۵۰/۲۲۸	۱	۱۵۰/۲۲۸	۲۳۲/۴۳۴	۰/۰۰۱	۰/۸۶۶
گروه*پیش‌آزمون	۱/۲۰۹	۱	۱/۲۰۹	۱/۸۷	۰/۱۸	۰/۰۴۹

			۰/۶۴۶	۳۶	۲۳/۲۶۶	خطا
--	--	--	-------	----	--------	-----

همگنی شیب‌ها با مقدار  $F(1,36) = 1/87$  برای عزت نفس، معنادار نشده است؛ لذا مفروضه همگنی شیب‌های رگرسیون برای متغیر عزت نفس محقق شده است. با توجه به یافته‌های بالا، برای بررسی فرضیه مدنظر از تحلیل کوواریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره ۳ ارائه شده است. فرضیه پژوهش: قصه‌های قرآن بر عزت نفس دانشجویان مؤثر است. مندرجات جدول (۳) نشان می‌دهد که مقدار  $F(5.05/6.06)$  و سطح معناداری (۰/۰۰۱) در متغیر گروه بیانگر تفاوت بین دو گروه آزمایش و کنترل در پس‌آزمون است؛ بنابراین، نتایج به دست آمده حاکی از تأثیر قصه‌های قرآن در ارتقا عزت نفس دانشجویان است. به عبارتی، قصه‌های قرآن توانسته است عزت نفس را در دانشجویان گروه آزمایش ارتقاء دهد.

جدول (۳) نتایج آزمون تحلیل کوواریانس در عزت نفس

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	d.f	میانگین مجذورات	F	Sig	مجذور اتا
عزت نفس	پیش آزمون	۱۵۰/۸۷۴	۱	۱۵۰/۸۷۴	۲۲۸/۰۷۲	۰/۰۰۱	۰/۸۶
	گروه پیش آزمون	۳۳۴/۴۷	۱	۳۳۴/۴۷	۵۰۵/۶۰۶	۰/۰۰۱	۰/۹۲۲
	خطا	۲۴/۴۷۶	۱	۰/۶۶۲		۰/۱۸	

## بحث

با توجه به فرضیات و یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت که استفاده از قصه‌های قرآن بر عزت‌نفس دانشجویان مؤثر و با نتایج پژوهش‌های والی (۱۳۸۶)، هویدا و همایی (۱۳۸۹)، اسمیت (۱۹۶۷)، اسمیت و همکاران (۲۰۰۲)، و پیترسون و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۵)، هم‌سو است.

در تبیین این یافته‌ها، می‌توان گفت که قرآن کریم در موقعیت‌های بحرانی و تنیدگی شدید که زمینه‌گاهش کنترل رفتار را به‌دنبال دارد، از افراد می‌خواهد به یاد خدا باشند؛ به‌عنوان نمونه، می‌خوانیم: «آنان که چون مصیبتی به ایشان رسد، گویند ما از آن خداییم و به سوی او باز می‌گردیم» (بقره: ۱۵۶). همین امر موجب شده است که اگر یاد مکرر خداوند اثر سازنده در روح انسان نمی‌داشت و موجب تعالی انسان و رسیدن به مراحل عالی توجه به خداوند نمی‌شد، به آن سفارش و تأکید نمی‌شد (مصباح، ۱۳۸۲) که این آیه شریفه می‌تواند تبیین کامل و جامعی برای این یافته‌ها باشد.

چنانکه در قرآن در سوره کهف (آیه ۶۴) آمده است: «راستی در سرگذشت آنان برای خردمندان عبرتی است»، یکی از اهداف اصلی ذکر قصه‌ها در قرآن، عبرت‌آموزی و اصلاح رفتار انسان است، به‌گونه‌ای که در برخورد با دیگران رفتاری محبت‌آمیز داشته باشد و به حقوق دیگران تجاوز نکند و حقوق آن‌ها را محترم شمارد و در عین حال، این رفتارها همراه با آگاهی، بینش و منطق باشد که این خود نیز می‌تواند موجب ارتقاء عزت‌نفس شود. درحالی‌که خداوند

---

۱-Peterson et al.

در قالب قصه‌های قرآنی، بالغ بر ۱۴۰۰ سال پیش آن‌ها را به انسان‌ها آموزش داده و همیشه تازگی‌شان حفظ شده است.

هم‌چنین در تبیین این یافته‌ها می‌توان به داستان حضرت یوسف علیه السلام که در رأس حکومت مصر قرار گرفت، اشاره کرد. هم‌چنین می‌توان گفت که از آنجایی که قصه‌های قرآن فاصله میان خود واقعی و خود آیده‌ال را از میان برداشته یا به عبارت دیگر میان فرد و نیروی برتر وجود خود، رابطه برقرار می‌کند، باعث پذیرش خود، انسجام شخصیت و در نتیجه، بهبود عزت نفس می‌شود (جان بزرگی، ۱۳۷۸).

در قرآن، قصه‌های حقیقی زیادی وجود دارد که فضای قصه‌ها آنچنان شخصیت مخاطب را تحت تأثیر قرار می‌دهد که او با میل و علاقه همگام با داستان پیش می‌رود. ساختار دلنشین و زیبای قصه‌ها به گونه‌ای است که در همه فرازها حق را از باطل جدا می‌کند و خواننده را از عاقبت ناسپاسی، نافرمانی، مردم‌آزاری، شرك، کفر و گناه آگاه می‌کند. از این رو، با توجه به تأثیر قصه بر شخصیت و عزت نفس، قصه‌های قرآنی بهترین وسیله برای آموزش و ارتقاء عزت نفس افراد هستند.

از لحاظ عاطفی، تجربیات مهم را می‌توان با تمثیل نمادین به وسیله قصه و داستان، راحت‌تر و آرام‌تر بیان کرد و افراد را قادر می‌سازد تا اضطراب‌ها، خیال‌پردازی‌ها و گناه را به جای مردم و زندگی واقعی به داستان‌ها و قصه‌ها منتقل کند. استفاده از قصه و داستان به افراد اجازه قالب‌دهی به رفتارها، نگرش‌ها و خویش‌شناسی می‌دهد که این خود می‌تواند باعث شود افراد از توانایی‌ها و استعدادهایش به نحو احسن و درست استفاده نمایند که در نهایت منجر به افزایش عزت نفس شود.

به نظر می‌رسد ارائه آموزش در قالب قصه و داستان با ایجاد جذابیت و انگیزه بیشتر و هم‌چنین ملموس کردن اطلاعات و مفاهیم و مهارت‌ها به یادگیری عمیق‌تر و بهتری منجر می‌شود که این نکته هم می‌تواند تبیینی برای این یافته‌ها باشد.

امید است با توجه به دستاوردها و نتایج این پژوهش بتوان راه‌هایی پیشنهاد کرد که با شناسایی عوامل تأثیرگذار در عزت‌نفس، بتوان اعمال و رفتار را به شکل هوشمندانه‌ای نظم و ترتیب و شکل داد و زمینه‌ای را فراهم نمود تا دانشجویان را به سوی یک زندگی سالم‌تر و رشدیافته یاری نمود. بدیهی است با توجه به اهمیت نقش قصه‌های قرآن در پرورش استعدادها و تربیت نیروی دانشجویی کارآمد برای ساختن آینده‌ای روشن و موفق، بررسی تأثیر قصه‌های قرآن در دانشجویان و در نتیجه چگونگی تأثیر آن در عزت‌نفس و انجام هرگونه پژوهش در این ارتباط، اهمیت خاصی داشته باشد.

در این موضوع، پژوهشی انجام نگرفته و این پژوهش می‌تواند زمینه‌ساز پژوهش‌های دیگری شود و از این طریق بتوان به دانشجویان نیز اهمیت داد و بتوان با میزان تأثیر قصه‌های قرآن و میزان رضایت از خود و ارزشمندی و عزت‌نفس دانشجویان آشنا شد و بتوان با تشخیص راه‌های افزایش این متغیر، آن‌ها را به سوی توانایی استفاده از ظرفیت ادراک، کاربرد قصه‌های قرآن و رضایت از خود و احساس ارزشمندی رهنمون ساخت و در نتیجه آن‌ها را به سوی عزت‌نفس هدایت نمود. با توجه به افزایش تعداد دانشجویان پیشنهاد می‌شود، برای آشناسازی دانشجویان و افراد جامعه با تأثیر مثبت قصه‌های قرآنی، کارگاه‌های آموزشی برگزار شود و هم‌چنین به پژوهشگران و اساتید و معلمان و والدین پیشنهاد می‌شود از قصه‌ها و داستان‌های قرآنی برای پرورش و ارتقاء

عزت نفس دانشجویان استفاده نمایند. پیشنهاد می‌شود که این موضوع در مقاطع تحصیلی راهنمایی و متوسطه و هم‌چنین در سایر مناطق کشور انجام شود.

### نتیجه‌گیری

نتیجه این پژوهش این است که قصه‌های قرآنی بر عزت نفس دانشجویان مؤثر است و چون ممکن است عزت نفس پایین یکی از عوامل فردی تأثیرگذار در اختلالات روانی و هم‌چنین شکست تحصیلی باشد و حتی مانعی در برابر موفقیت و پیشرفت شود، لذا راه‌های افزایش عزت نفس در دانشجویان با اهمیت است.

در واقع، قصه‌های قرآن، برنامه‌ریزی برای رسیدن به اهداف و نگرش مثبت درخصوص خود و جامعه را تقویت کرده و عزت نفس را افزایش می‌دهند. هم‌چنان که در همه مذاهب، توسل به خدا با دعاها و آیات مخصوص رایج است، در اسلام نیز این اعتقاد وجود دارد که ذکر قصه‌های قرآنی و آیات قرآنی، قلوب را آرامش بخشیده و در معالجه امراض مؤثر است و ناگفته نماند که شفایابی با مصلحت الهی و درجه اخلاص و ایمان انسان مربوط است. در واقع، قصه‌های قرآن باعث آرامش قلب شده، برنامه‌ریزی برای رسیدن به اهداف و نگرش مثبت درخصوص خود و جامعه را تقویت کرده و سلامت روان و عزت نفس را افزایش می‌دهند.

## منابع

۱. قرآن کریم، ترجمه سیدمحمدرضا صفوی. نشر معارف.
۲. استادیان، مریم، سودانی، منصور و مهربابی زاده هنرمند، مهناز، ۱۳۸۸، «اثربخشی مشاوره گروهی به شیوه عقلانی-عاطفی-رفتاری الیس بر اضطراب امتحان و عزت نفس دانش آموزان دختر پایه سوم مقطع راهنمایی شهر بهبهان» مجله مطالعات آموزش و یادگیری دانشگاه شیراز، ۱(۲)، ۱۸-۱.
۳. بابانظری، لاله، آقایی، توران، ۱۳۹۱، «تأثیر قصه‌گویی بر کاهش پرخاشگری دانش آموزان پسر پایه اول و دوم راهنمایی»، مجله روانشناسی معاصر، ۷ (ویژه نامه): ۴۲۱ - ۴۲۴.
۴. پاک نیا تبریزی، عبدالکریم، ۱۳۹۱، قصه‌های قرآن از آدم عَلَيْهِ السَّلَام تا رحلت خاتم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ. قم: انتشارات آوای منجی.
۵. جان بزرگی، مسعود، ۱۳۷۸، «بررسی اثربخشی روان درمانگری کوتاه مدت با و بدون جهت گیری مذهبی بر مهار اضطراب و تنیدگی»، پایان نامه دکتری، دانشگاه تربیت مدرس.
۶. خالدیان، محمد، ۱۳۹۳، «اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روان و عزت نفس افراد معتاد به مواد مخدر»، مجله روانشناسی اجتماعی، ۸(۲۹): ۱-۱۵.
۷. سپاه منصور، مژگان، معمار، المیرا، آزموده، معصومه، ۱۳۹۱، «رابطه عزت نفس و خودکارآمدی با متقاعدسازی در مدیران آموزشی»، دوفصل نامه شناخت اجتماعی، ۱(۲): ۹۲-۱۰۰.



۸. سلیمان، زهره، کاظم نژاد لیلی، احسان، ۱۳۹۳، «همبستگی عزت نفس با موفقیت تحصیلی در دانشجویان پرستاری و مامایی جامع‌نگر»، ۲۴ (۷۱): ۴۰-۴۷.

۹. مصباح، محمدتقی، ۱۳۸۲، یاد/و، قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی رحمته‌الله.

۱۰. نارویی، رحیم، صالحی، علی محمد، جندقی، غلامرضا، ۱۳۹۲، «اثربخشی یاد خدا بر خودمهارگری بر اساس منابع اسلامی»، مجله روانشناسی و دین، ۶(۲): ۱۹-۳۰.

۱۱. همایی، رضا، کجاف، محمدباقر، سیادت، سیدعلی، ۱۳۸۵، «تأثیر قصه‌گویی بر سازگاری کودکان»، مجله مطالعات روانشناختی، ۵(۲): ۱۳۳-۱۴۹.

۱۲. هویدا، رضا، همایی، رضا، ۱۳۸۹، «تأثیر قصه‌های قرآنی بر هوش هیجانی کودکان»، مطالعات تربیتی روانشناسی، ۱۱(۱): ۶۱-۷۶.

۱۳. والی، آناهیتا، ۱۳۸۶، «قصه‌گویی، روشی مؤثر در آموزش مفاهیم پیچیده پزشکی»، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۷(۱): ۱۵۵-۱۶۰.

۱. Coopersmith, S. (۱۹۶۷). The antecedents of self-esteem.

San Francisco: Freema.

۲. Gardner, D. (۲۰۰۷). Self-esteem and Selfefficacy within the Organizational Context. Group Organization Management. ۲۳: ۴۸-۷۰.

۳. Hasanvand, B., & khaledian, M. (۲۰۱۲). The Relationship of Emotional Intelligence with Self-esteem and Academic

Progress, International Journal of Psychology and Behavioral Sciences ۲(۶): ۲۳۱-۲۳۶.

۴. Peterson, S., Bull. C., Propst, O. and Dettinger, S. (۲۰۰۵).

Narrative Therapy to Prevent Illness-Relate Stress Disorder.

Journal of Counseling and Development, ۸۳(۱): ۴۱-۴۹.

۵. Smith, E. E., Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B., & Loftus,

G. (۲۰۰۲). Atkinson and Hilgard's introduction to psychology.

۱۴th Ed. New York: Wadsworth Pub.