

به نام خدا

راهکارهایی به معلمان برای تقویت عزت نفس و انگیزش درونی دانش آموزان

مولفان :

زهرا عطائیان

حسن کشتکار

معصومه میرزاده کوهشاهی

امیر تیما

صابر جاور

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۴)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

Chaponashr.ir



سرشناسه : عطائیان، زهرا، ۱۳۵۴
عنوان و نام پدیدآورندگان : راهکارهایی به معلمان برای تقویت عزت نفس و انگیزش درونی دانش
آموزان/ مولفان: زهراعطائیان، حسن کشتکار، معصومه میرزاده کوهشاهی، امیر تیما، صابر جاور
مشخصات نشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۴.
مشخصات ظاهری : ۱۰۰ ص.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۶۵۶-۱۹-۶
شناسه افزوده : کشتکار، حسن، ۱۳۶۰
شناسه افزوده : میرزاده کوهشاهی، معصومه، ۱۳۶۵
شناسه افزوده : امیر، تیما، ۱۳۵۶
شناسه افزوده : جاور، صابر، ۱۳۶۸
وضعیت فهرست نویسی : فیپا
یادداشت : کتابنامه.
موضوع : راهکارهایی به معلمان برای تقویت عزت نفس و انگیزش درونی دانش آموزان
رده بندی کنگره : TP ۹۸۳
رده بندی دیویی : ۶۶۸/۵۵
شماره کتابشناسی ملی : ۹۹۷۶۵۸۸
اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیپا

نام کتاب : راهکارهایی به معلمان برای تقویت عزت نفس و انگیزش درونی دانش آموزان
مولفان: زهراعطائیان - حسن کشتکار - معصومه میرزاده کوهشاهی - امیر تیما - صابر جاور
ناشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: الهام غفاری
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۴
چاپ: زبرجد
قیمت: ۱۵۵۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان :
<https://chaponashr.ir/ketabresan>
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۶۵۶-۱۹-۶
تلفن مرکز پخش : ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir



فهرست

پیشگفتار.....	۵
مقدمه.....	۷
فصل اول: اهمیت عزت نفس در دانش آموزان.....	۱۳
تعریف عزت نفس و تأثیر آن بر زندگی:.....	۱۶
ارتباط عزت نفس با موفقیت تحصیلی و اجتماعی:.....	۱۹
نقش معلم در شکل گیری شخصیت و عزت نفس:.....	۲۲
مولفه های اصلی عزت نفس:.....	۲۵
تأثیر خانواده، جامعه و مدرسه بر عزت نفس:.....	۲۸
تفاوت بین عزت نفس سالم و ناسالم:.....	۳۰
فصل دوم: نقش محیط مدرسه در تقویت عزت نفس.....	۳۳
اهمیت محیط امن و حمایتی:.....	۳۴
تأثیر جو مثبت کلاسی:.....	۳۶
نقش ارتباطات معلم و دانش آموز در تقویت اعتماد به نفس:.....	۳۸
ارتباط مؤثر و همدلی با دانش آموزان:.....	۴۰
الگو بودن معلم در رفتار و نگرش:.....	۴۱
استفاده از تقویت مثبت:.....	۴۳
فصل سوم: استراتژی ها و روش های عملی برای تقویت عزت نفس.....	۴۷
شناسایی و تقویت نقاط قوت دانش آموزان:.....	۵۰
ایجاد فرصت هایی برای موفقیت و رشد:.....	۵۳
آموزش مهارت های حل مسئله و تفکر انتقادی:.....	۵۶

استفاده از بازخوردهای سازنده:	۵۹
برخورد با دانش‌آموزان با عزت نفس پایین:	۶۲
نقش فرهنگ و تفاوت‌های فردی:	۶۸
مدیریت انتظارات والدین و جامعه:	۷۱
فصل چهارم: مطالعات موردی و نمونه‌های موفق	۷۵
نمونه‌هایی از تجربیات معلمان:	۷۸
تأثیر روش‌های مختلف بر عزت نفس دانش‌آموزان:	۸۰
تحلیل داستان‌های موفقیت:	۸۳
ابزارهای سنجش عزت نفس دانش‌آموزان:	۸۶
نقش بازخورد و اصلاح روش‌ها:	۸۸
نتیجه‌گیری :	۹۰
منابع	۹۵

پیشگفتار

نظام‌های آموزشی معاصر بیش از هر زمان دیگری بر پرورش همه‌جانبه دانش‌آموزان تأکید دارند؛ پرورشی که فراتر از انتقال دانش، ناظر بر رشد عاطفی، اجتماعی و روان‌شناختی یادگیرندگان است. در این میان، **عزت نفس و انگیزش درونی** به‌عنوان دو سازه‌ی بنیادین روان‌شناختی، نقشی تعیین‌کننده در کیفیت یادگیری، پایداری تلاش تحصیلی، سلامت روان و شکل‌گیری هویت فردی دانش‌آموزان ایفا می‌کنند. تجربه‌های آموزشی نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که خود را شایسته، توانمند و ارزشمند می‌دانند و از درون برای یادگیری برانگیخته می‌شوند، نه‌تنها عملکرد تحصیلی مطلوب‌تری دارند، بلکه در مواجهه با چالش‌ها نیز تاب‌آوری و مسئولیت‌پذیری بیشتری از خود نشان می‌دهند.

معلم‌ان به‌عنوان کنشگران اصلی فرایند تعلیم و تربیت، نقشی بی‌بدیل در شکل‌دهی به عزت نفس و انگیزش درونی دانش‌آموزان دارند. تعامل‌های روزمره‌ی معلم با دانش‌آموز، شیوه‌های تدریس، نوع بازخورد، الگوهای ارزشیابی و فضای روانی کلاس درس، همگی می‌توانند زمینه‌ساز تقویت یا تضعیف این دو مؤلفه‌ی حیاتی باشند. با این حال، بسیاری از معلمان، علی‌رغم تعهد حرفه‌ای و تجربه‌ی عملی، در مسیر به‌کارگیری راهکارهای علمی و اثربخش برای پرورش عزت نفس و انگیزش درونی با چالش‌هایی مواجه‌اند؛ چالش‌هایی که گاه ناشی از فاصله‌ی میان نظریه‌های روان‌شناختی و واقعیت‌های کلاس درس است.

کتاب حاضر با هدف **توانمندسازی معلمان** و ایجاد پلی میان دانش نظری و عمل آموزشی تدوین شده است. در این اثر تلاش شده است با اتکا به مبانی معتبر

روان‌شناسی تربیتی، به‌ویژه نظریه‌های نوین انگیزش مانند **نظریه خودتعیین‌گری**، و با در نظر گرفتن اقتضائات فرهنگی و آموزشی مدارس، مجموعه‌ای از **راهکارهای کاربردی، قابل اجرا و مبتنی بر شواهد** ارائه شود. تمرکز اصلی کتاب بر آن است که معلمان چگونه می‌توانند از طریق ایجاد احساس شایستگی، خودمختاری و تعلق در کلاس درس، زمینه‌ی رشد عزت نفس سالم و انگیزش درونی پایدار را در دانش‌آموزان فراهم آورند.

ویژگی متمایز این کتاب، رویکرد معلم‌محور و واقع‌گرایانه‌ی آن است. مطالب به‌گونه‌ای تنظیم شده‌اند که ضمن حفظ انسجام علمی، از پیچیدگی‌های غیرضروری پرهیز شود و راهکارها به زبان روشن و متناسب با تجربه‌های روزمره‌ی معلمان ارائه گردند. همچنین تلاش شده است پیوند میان اهداف تربیتی اسناد بالادستی آموزش و پرورش و الزامات روان‌شناختی رشد دانش‌آموزان به‌صورت ضمنی و کاربردی مورد توجه قرار گیرد.

امید است این کتاب بتواند منبعی الهام‌بخش برای معلمان، مربیان و دانشجویان علوم تربیتی باشد و آنان را در مسیر ایجاد کلاس‌هایی پویا، حمایتگر و انگیزاننده یاری رساند؛ کلاس‌هایی که در آن هر دانش‌آموز فرصت می‌یابد توانمندی‌های خود را بشناسد، به خویشتن خویش اعتماد کند و با انگیزه‌ای درونی و پایدار، مسیر یادگیری و رشد را بپیماید.

مقدمه

در دهه‌های اخیر، رویکردهای نوین تعلیم و تربیت بر این اصل تأکید دارند که آموزش اثربخش، صرفاً به انتقال دانش و مهارت‌های شناختی محدود نمی‌شود، بلکه مستلزم توجه عمیق به ابعاد عاطفی، انگیزشی و شخصیتی دانش‌آموزان است. در این میان، **عزت نفس و انگیزش درونی** به‌عنوان دو مؤلفه‌ی کلیدی در رشد همه‌جانبه‌ی یادگیرندگان، جایگاهی محوری در پژوهش‌ها و سیاست‌های آموزشی یافته‌اند. شواهد نظری و تجربی نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که از عزت نفس سالم برخوردارند و فعالیت‌های یادگیری را با انگیزه‌ای درونی دنبال می‌کنند، از مشارکت فعال‌تر، پیشرفت تحصیلی پایدارتر و سلامت روانی بالاتری برخوردار می‌شوند.

محیط مدرسه و به‌ویژه کلاس درس، یکی از مهم‌ترین بسترهای شکل‌گیری و تقویت عزت نفس و انگیزش درونی دانش‌آموزان به‌شمار می‌آید. در این فضا، معلم نقشی فراتر از انتقال‌دهنده‌ی محتوا ایفا می‌کند و به‌عنوان الگوی رفتاری، تسهیل‌گر یادگیری و تنظیم‌کننده‌ی فضای روانی-اجتماعی کلاس، تأثیری عمیق و ماندگار بر نگرش دانش‌آموزان نسبت به خود، توانمندی‌هایشان و فرایند یادگیری دارد. نحوه‌ی تعامل معلم با دانش‌آموزان، شیوه‌های تدریس، نوع بازخورد و ارزشیابی، و میزان توجه به تفاوت‌های فردی، همگی عواملی هستند که می‌توانند احساس شایستگی، خودمختاری و تعلق را در دانش‌آموزان تقویت یا تضعیف کنند.

با وجود اهمیت این موضوع، در عمل مشاهده می‌شود که بسیاری از برنامه‌های آموزشی، همچنان بر موفقیت‌های بیرونی، نمره‌محوری و رقابت‌های تحصیلی تأکید دارند؛ رویکردی که در مواردی به تضعیف عزت نفس و جایگزینی انگیزش درونی با انگیزش

بیرونی منجر می‌شود. این وضعیت، ضرورت بازاندیشی در نقش معلم و بهره‌گیری از راهکارهایی را برجسته می‌سازد که بتوانند ضمن تحقق اهداف آموزشی، نیازهای روان‌شناختی اساسی دانش‌آموزان را نیز پاسخ دهند.

کتاب حاضر با تمرکز بر **ارائه‌ی راهکارهای عملی و مبتنی بر مبانی علمی**، تلاش دارد معلمان را در مسیر تقویت عزت نفس و انگیزش درونی دانش‌آموزان یاری دهد. در تدوین این اثر، از یافته‌های روان‌شناسی تربیتی، به‌ویژه نظریه‌های انگیزشی معاصر، و همچنین تجارب واقعی کلاس درس بهره گرفته شده است تا محتوایی کاربردی، قابل فهم و منطبق با شرایط آموزشی مدارس فراهم آید. رویکرد کتاب بر آن است که معلمان بتوانند با ایجاد فضایی حمایتگر، مشارکتی و معنادار، زمینه‌ی رشد اعتماد به نفس، خودباوری و علاقه‌ی درونی به یادگیری را در دانش‌آموزان تقویت کنند.

امید است مطالب این کتاب بتواند به‌عنوان منبعی راهنما و الهام‌بخش، در اختیار معلمان، مربیان و دانشجویان حوزه‌ی علوم تربیتی قرار گیرد و گامی مؤثر در جهت ارتقای کیفیت تعاملات آموزشی و پرورش نسلی باانگیزه، مسئولیت‌پذیر و برخوردار از عزت نفس سالم بردارد.

عزت نفس دانش‌آموزان یکی از عوامل کلیدی در موفقیت‌های تحصیلی و اجتماعی آنان به شمار می‌رود. این مفهوم که به احساس ارزشمندی و شایستگی افراد اشاره دارد، تحت تأثیر محیط‌های مختلف از جمله مدرسه و خانواده قرار می‌گیرد (شریعتمداری، ۱۳۹۷). معلمان به‌عنوان یکی از ارکان اصلی محیط مدرسه نقشی اساسی در افزایش عزت نفس دانش‌آموزان ایفا می‌کنند. ارتباط مثبت و مؤثر معلم با دانش‌آموزان می‌تواند حس اعتماد به نفس و خودباوری را در آن‌ها تقویت کند (رضایی، ۱۴۰۰). رفتار معلمان در کلاس درس یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر عزت نفس دانش‌آموزان است. برای مثال، تشویق‌های کلامی و غیرکلامی معلمان به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا احساس

کنند که تلاش‌هایشان مورد توجه قرار می‌گیرد. همچنین، ارائه بازخوردهای مثبت در کنار اصلاح اشتباهات می‌تواند اعتماد به نفس دانش‌آموزان را تقویت کند (صادقی و همکاران، ۱۳۹۸). تحقیقات نشان داده است که دانش‌آموزانی که در محیط‌های حمایتی و دلگرم‌کننده آموزش می‌بینند، عملکرد بهتری در فعالیتهای تحصیلی و اجتماعی از خود نشان می‌دهند (میرزایی، ۱۳۹۹).

نقش معلم تنها به تدریس محدود نمی‌شود، بلکه به‌عنوان یک الگو در زندگی دانش‌آموزان عمل می‌کند. دانش‌آموزان اغلب رفتارها و نگرش‌های معلمان خود را الگو قرار می‌دهند. بنابراین، معلمانی که خود دارای عزت نفس بالا و نگرش مثبت هستند، می‌توانند تأثیر عمیقی بر دانش‌آموزان داشته باشند (احمدی، ۱۴۰۱). از سوی دیگر، معلمانی که در برابر اشتباهات دانش‌آموزان صبور نیستند یا با انتقادهای شدید و غیرسازنده برخورد می‌کنند، ممکن است به کاهش عزت نفس آنان منجر شوند (کاظمی و همکاران، ۱۳۹۶).

برنامه‌ریزی درسی و روش‌های تدریس نیز می‌تواند بر عزت نفس دانش‌آموزان تأثیر بگذارد. روش‌های آموزشی تعاملی که در آن‌ها دانش‌آموزان به‌صورت فعال در فرآیند یادگیری مشارکت می‌کنند، می‌تواند احساس توانمندی و ارزشمندی را در آنان تقویت کند (حسینی، ۱۳۹۷). برای مثال، پروژه‌محوری و کار گروهی از جمله روش‌هایی هستند که به دانش‌آموزان فرصت می‌دهد تا مهارت‌های خود را نشان دهند و اعتماد به نفسشان افزایش یابد (یوسفی و همکاران، ۱۳۹۸).

علاوه بر این، اهمیت توجه به تفاوت‌های فردی در میان دانش‌آموزان نباید نادیده گرفته شود. معلمانی که توانایی‌ها و نقاط قوت هر دانش‌آموز را شناسایی کرده و بر اساس آن‌ها برنامه‌ریزی می‌کنند، می‌توانند به افزایش عزت نفس آنان کمک شایانی کنند. از

سوی دیگر، مقایسه‌های منفی میان دانش‌آموزان و تأکید بیش از حد بر نقاط ضعف آنان ممکن است منجر به کاهش اعتماد به نفس شود (سلیمانی، ۱۳۹۹).

ایجاد محیطی امن و پذیرنده در کلاس درس نیز یکی دیگر از عوامل کلیدی در افزایش عزت نفس دانش‌آموزان است. محیط‌هایی که در آن‌ها اشتباه کردن به‌عنوان بخشی از فرآیند یادگیری پذیرفته می‌شود، دانش‌آموزان را تشویق می‌کند تا بدون ترس از انتقاد، توانایی‌های خود را امتحان کنند (طالبی و همکاران، ۱۴۰۰). پژوهش‌ها نشان داده است که دانش‌آموزانی که در محیط‌های مثبت و حمایتی آموزش می‌بینند، کمتر دچار اضطراب و استرس می‌شوند و عملکرد بهتری از خود نشان می‌دهند (زارعی، ۱۳۹۷).

نقش معلمان در حمایت عاطفی از دانش‌آموزان نیز بسیار مهم است. معلمانی که به دانش‌آموزان خود گوش می‌دهند، نگرانی‌های آن‌ها را درک می‌کنند و با همدلی با آنان برخورد می‌کنند، می‌توانند حس ارزشمندی و احترام به خود را در آنان تقویت کنند (نعمتی و همکاران، ۱۳۹۸). این ارتباط عاطفی قوی به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا احساس کنند که در مدرسه پذیرفته شده و حمایت می‌شوند. همچنین، نقش معلمان در ایجاد انگیزه در دانش‌آموزان نمی‌تواند نادیده گرفته شود. انگیزه‌بخشی به دانش‌آموزان برای تعیین اهداف و تلاش برای دستیابی به آن‌ها می‌تواند عزت نفس آنان را به‌طور قابل توجهی افزایش دهد. این امر به‌ویژه در مورد دانش‌آموزانی که با چالش‌های تحصیلی یا شخصی مواجه هستند، از اهمیت بیشتری برخوردار است (عباسی و همکاران، ۱۴۰۱).

توسعه حرفه‌ای معلمان و آموزش‌های مرتبط با مهارت‌های ارتباطی و روان‌شناسی تربیتی می‌تواند به آنان کمک کند تا در نقش خود به‌عنوان تقویت‌کنندگان عزت نفس دانش‌آموزان موفق‌تر عمل کنند. معلمان باید بتوانند از استراتژی‌های مؤثر در ارتباط با دانش‌آموزان استفاده کنند و نیازهای عاطفی و روانی آنان را به‌درستی شناسایی کنند

(محمدی، ۱۳۹۹). با توجه به مطالب فوق، می‌توان نتیجه گرفت که نقش معلم در افزایش عزت نفس دانش‌آموزان بسیار حیاتی است. ارتباط مؤثر، ایجاد محیط حمایتی، شناسایی نقاط قوت دانش‌آموزان و استفاده از روش‌های تدریس تعاملی از جمله عواملی هستند که می‌توانند در این زمینه تأثیرگذار باشند. از این رو، توجه به این نقش‌ها و ارائه آموزش‌های لازم به معلمان می‌تواند به بهبود وضعیت روانی و تحصیلی دانش‌آموزان کمک کند.

فصل اول

اهمیت عزت نفس در دانش‌آموزان

عزت نفس دانش‌آموزان یکی از مفهومی‌های اساسی در ساماندهی فرآیند یادگیری و تربیتی آنان است. این مفهوم به ارزش و احترامی اشاره می‌کند که فرد برای خود قائل است و تحت تأثیر محیط‌های مختلف از جمله خانواده و مدرسه قرار می‌گیرد (شریعت‌مداری، ۱۳۹۷). بدون شک، عزت نفس نقشی کلیدی در تأمین سلامت روانی و عملکرد موفقیت‌آمیز دانش‌آموزان دارد. عزت نفس به عنوان یک سازه اساسی در سلامت روانی افراد نقشی به سزا دارد. این مفهوم نه تنها به احساس ارزشمندی افراد بلکه به تصویری که از خود دارند برمی‌گردد (حسینی، ۱۳۹۷). دانش‌آموزانی که عزت نفس بالاتری دارند، نه تنها در فعالیت‌های تحصیلی بهتر عمل می‌کنند، بلکه در فعالیت‌های اجتماعی نیز توانمندی بیشتری از خود نشان می‌دهند (میرزایی، ۱۳۹۹). عزت نفس یکی از مؤلفه‌های اساسی در رشد شخصیت و عملکرد دانش‌آموزان محسوب می‌شود. مطالعات نشان می‌دهند که عزت نفس بالا می‌تواند موجب افزایش انگیزه تحصیلی، بهبود روابط اجتماعی و کاهش مشکلات روانی در دانش‌آموزان شود (احمدی، ۱۳۹۷). دانش‌آموزانی که از عزت نفس بالایی برخوردارند، توانایی مقابله با چالش‌ها و شکست‌ها را به شکلی سازنده دارند و به راحتی می‌توانند اهداف خود را دنبال کنند (کریمی، ۱۳۹۸).

در مقابل، دانش‌آموزانی که عزت نفس پایینی دارند، بیشتر در معرض مشکلاتی مانند اضطراب، افسردگی و انزوای اجتماعی قرار می‌گیرند (محمدی، ۱۴۰۰). این دانش‌آموزان ممکن است در تعاملات اجتماعی خود دچار ضعف شوند و از شرکت در فعالیت‌های گروهی اجتناب کنند (حیدری، ۱۳۹۹). علاوه بر این، افت تحصیلی و کاهش انگیزه برای یادگیری از جمله پیامدهای منفی عزت نفس پایین در دانش‌آموزان است (صادقی، ۱۴۰۱).

فرایند شکل‌گیری عزت نفس از کودکی آغاز می‌شود و محیط خانواده نقش کلیدی در این زمینه ایفا می‌کند (جمالی، ۱۳۹۶). نوع رفتار والدین، میزان حمایت عاطفی و سبک فرزندپروری از عوامل مؤثر بر رشد عزت نفس کودکان هستند (نظری، ۱۳۹۸). به عنوان مثال، والدینی که از سبک فرزندپروری مقتدرانه استفاده می‌کنند، معمولاً فرزندان با عزت نفس بالا پرورش می‌دهند، در حالی که سبک فرزندپروری مستبدانه یا سهل‌گیرانه می‌تواند منجر به کاهش عزت نفس کودکان شود (عباسی، ۱۴۰۰).

محیط مدرسه نیز تأثیر قابل‌توجهی بر عزت نفس دانش‌آموزان دارد (امیری، ۱۳۹۷). معلمان با ایجاد فضایی حمایتی و مثبت می‌توانند به تقویت عزت نفس دانش‌آموزان کمک کنند (زارعی، ۱۴۰۰). به عنوان نمونه، ارائه بازخوردهای مثبت، تشویق به مشارکت در فعالیت‌های کلاسی و ایجاد فرصت‌هایی برای موفقیت می‌تواند تأثیر بسزایی در بهبود عزت نفس دانش‌آموزان داشته باشد (رضایی، ۱۳۹۹). از سوی دیگر، انتقادهای مکرر، مقایسه‌های نادرست و بی‌توجهی به نیازهای عاطفی دانش‌آموزان می‌تواند عزت نفس آن‌ها را کاهش دهد (حسینی، ۱۴۰۱).

عزت نفس نه تنها در عملکرد تحصیلی، بلکه در سلامت روانی و اجتماعی دانش‌آموزان نیز نقش مهمی ایفا می‌کند (کاظمی، ۱۳۹۸). دانش‌آموزانی که از عزت نفس بالایی برخوردارند، معمولاً روابط بین‌فردی بهتری دارند و در محیط‌های گروهی احساس راحتی بیشتری می‌کنند (یوسفی، ۱۳۹۹). این افراد به دلیل داشتن تصویر مثبت از خود، تمایل بیشتری به برقراری ارتباط با دیگران و مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی دارند (رستمی، ۱۴۰۰). در مقابل، عزت نفس پایین ممکن است منجر به احساس ناکافی بودن، ناامیدی و تمایل به انزوا شود (فتحی، ۱۳۹۷).

یکی از مهم‌ترین راه‌های تقویت عزت نفس در دانش‌آموزان، آموزش مهارت‌های زندگی و توانایی حل مسئله است (علوی، ۱۳۹۹). این مهارت‌ها می‌توانند به دانش‌آموزان کمک کنند تا در مواجهه با مشکلات و چالش‌ها، به جای احساس شکست، راه‌حل‌های مؤثری پیدا کنند (شریفی، ۱۴۰۱). علاوه بر این، برنامه‌های مشاوره‌ای و روان‌شناختی می‌توانند در شناسایی و تقویت نقاط قوت دانش‌آموزان مؤثر باشند (نعمتی، ۱۴۰۰).

عوامل فرهنگی نیز در شکل‌گیری و تقویت عزت نفس دانش‌آموزان نقش بسزایی دارند (حاجی‌زاده، ۱۳۹۸). برای مثال، ارزش‌ها و انتظارات فرهنگی می‌توانند بر تعریف و درک فرد از خود تأثیر بگذارند (فرهادی، ۱۳۹۹). در جوامعی که تأکید زیادی بر موفقیت تحصیلی دارند، دانش‌آموزان ممکن است عزت نفس خود را بر اساس عملکرد تحصیلی‌شان ارزیابی کنند (عسگری، ۱۴۰۰). در حالی که در فرهنگ‌هایی که روابط اجتماعی و همکاری مورد تأکید قرار می‌گیرند، عزت نفس دانش‌آموزان ممکن است بیشتر از طریق تعاملات اجتماعی شکل بگیرد (امامی، ۱۳۹۷).