

مدل ارتقای سطح اخلاق ورزشی با رویکرد اخلاق اسلامی

علی تاج‌بخش*

چکیده

تعارضات اخلاقی در حوزه ورزش و رشد فضایل اخلاقی در محیط‌های ورزشی مورد کم توجهی قرار گرفته و خود یک مسئله است. با توجه به جایگاهی که مسائل دینی در ترویج اخلاقیات و حتی تأثیرات قابل توجه در موقعیت و کامیابی ورزشی دارد نهادهای شاخص‌های اخلاقی برگرفته از آموزه‌های دینی تحت عنوان «مدل ارتقا سطح اخلاق ورزشی با رویکرد اخلاق اسلامی» به عنوان راهبردهای کلان ارتقا سطح اخلاق ورزشی حائز اهمیت است. این طریق می‌توان گام‌های عملی برای ارائه تصویری معنادار از ورزش مورد تأکید اسلام و همچنین دستیابی به باشگاه، تیم و ورزشکاران و سازمانی اخلاقی دست یافت.

واژگان کلیدی

اخلاق کاربردی، اخلاق ورزشی، ورزش حرفه‌ای، رفتار پهلوانی، غفلت‌زدایی، بصیرت‌افزایی، مرامنامه اخلاقی، نظارت و ارزشیابی.

طرح مسئله

ورزش در عصر حاضر به بخش مهمی از زندگی بسیاری از جوامع دنیا تبدیل شده است؛ بازی‌های المپیک و رویدادهای متعدد بین‌المللی، فکر و ذهن میلیون‌ها علاقه‌مند به ورزش را در سراسر دنیا به خود مشغول ساخته است و در هنگام برگزاری این رقابت‌ها میلیاردها تماشاگر چه به صورت مستقیم و از طریق حضور در ورزشگاه‌ها و چه از طریق رسانه‌ها نتایج و اخبار این رویدادها را دنبال می‌کنند.

shamimemehr2014@yahoo.com

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۸/۲۰

*. دانش‌آموخته سطح ۴ حوزه علمیه قم.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۷/۷

امروزه ورزش چنان تأثیری دارد که حتی رویدادهای فرهنگی، سیاسی، اجتماعی و اقتصادی را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. این پیشرفت همه‌جانبه تربیت بدنی و علوم ورزشی طی سالیان اخیر، اعضای جامعه ورزشی را در تطبیق معیارهای اخلاقی و تشخیص عملکرد درست به چالش کشیده است؛ تا حدی که زنگ خطر را برای مسئولان به صدا درآورده است، و همگی در فکر یافتن راهی برای برون‌رفت از آن می‌باشند. بخش وسیعی از مشکلات زمانی آغاز می‌شود که در کنار تأکید بر مهارت‌های تکنیکی، تاکتیکی و ... به رشد فضایل اخلاقی اثربخش به‌خصوص در ورزشکاران و مربیان کم‌توجهی شد و با توجه به اسلامی بودن جامعه ما و تاریخ ورزشی اسلام که سرشار از حماسه پهلوانان و جوانمردانی است که تکیه بر اصول و ارزش‌های اخلاقی را سرلوحه کار خویش قرار داده‌اند، عاری بودن محیط‌های ورزشی از انحرافات، توقع بجا و درستی است که در جهت رسیدن به آن باید گام‌های عملی جدی برداشت.

مسئولیت و اختیار تبیین مبانی لازم برای نیل به این هدف را جز از حیطة «اخلاق ورزشی» که به معنای «به کار بستن ارزش‌های اخلاقی در موقعیت‌های ورزشی است»، نمی‌توان جویا شد. از سویی با توجه به ایمان و اعتقاد به کارآمدی اسلام و نظام اخلاقی آن در حل نابسامانی‌های موجود در سطح جهان و انواع گرفتاری‌های کنونی بشر، انتظار می‌رود با نهادینه‌سازی آموزه‌های دینی و عملیاتی کردن آنها در مسائل مستحدثه اخلاقی در عرصه‌های گوناگون از جمله ورزش سطح اخلاق ورزشی ارتقا یابد. بنابراین سوآلی که پیش از همه به ذهن متبادر می‌شود این است که ورزش در اسلام چه جایگاهی دارد برای نهادینه‌سازی اخلاق ورزشی چه راهبردها و راهکارهایی از منظر اخلاق اسلامی وجود دارد؟ اسلام به عنوان کامل‌ترین دین آسمانی برای تکامل بشریت، از موضوع تربیت بدنی و ورزش غافل نبوده و به جوانب مختلف آن در آموزه‌های دینی پرداخته شده است. در فرهنگ حیات‌بخش اسلام، ورزش ابزاری بسیار مؤثر در بالندگی و کمال انسان به‌شمار می‌رود؛ از این‌رو حضرت علی علیه السلام در مناجات خویش از خداوند می‌خواهد:

قو علی خدمتک جوارحی.

پروردگارا! اعضای بدنم را برای خدمت‌گزاری بر خودت نیرومند ساز. (قمی، ۱۳۸۷، ۱۰۹)

با توجه به آنچه بیان شد، می‌توان به اهمیت ورزش از دیدگاه اسلام و لزوم توجه به راهبردهای برون‌رفت از چالش‌های اخلاقی آن، که امروزه آن را در حیطة اخلاق ورزشی جستجو می‌کنند، پی برد. رسیدن به این مهم نیز در گرو ارائه مدلی به‌منظور نهادینه‌سازی معیارها و شاخص‌های اخلاقی برگرفته از تعالیم اسلامی می‌باشد که رفتار یک فرد، گروه یا تیم ورزشی را براساس ارزش‌ها و هنجارها هدایت نماید. در این صورت، ورزش به مدرسه‌ای ایدئال برای پرورش و تعلیم اصول اخلاقی تبدیل می‌شود و رشد و توسعه ارزش‌های عمومی و اخلاقی جامعه را به دنبال خواهد داشت.

مدل ارتقای سطح اخلاق ورزشی

تعریف مدل

مدل یا الگو، طرح یا نقشه‌ای اصلی است که نظر کلی ما را درباره موضوعی تنظیم می‌کند. مدل، تصور و دید مجریان برنامه را درباره اینکه «چه فعالیت‌هایی» باید انجام شود، باز می‌کند. در واقع مدل را می‌توان فرآیندی آموزشی دانست که راهنمایی مناسب برای بررسی و تشخیص و طراحی مداخلات آموزشی فراهم نموده، ارزشیابی را تسهیل می‌کند و درنهایت، پایه و اساسی برای توسعه و تکامل تئوری‌ها محسوب می‌شود. به دیگر سخن، مدل‌ها چارچوبی برای طراحی، اجرا و ارزشیابی برنامه برای مجریان یا آموزش‌دهندگان فراهم می‌کنند.

انتخاب مدل آموزش یا ارتقای سطح اخلاق ورزشی

اولین گام در فرآیند طراحی مطلوب، «برنامه» است و با انتخاب درست مدل، برنامه در مسیری صحیح شروع می‌گردد و نحوه هدایت برنامه تا مرحله ارزشیابی مشخص می‌شود. بررسی آمارهای موجود و تحلیل وضعیت فعلی جامعه موردنظر در طراحی مدل مؤثر است. نکته مهم اینکه قبل از انتخاب مدل برای برنامه، باید ملاک‌ها و معیارهای موردنظر درباره آن مدل مطالعه شود.

امروزه با توجه به اینکه بسیاری از رشته‌های ورزشی ماهیت غربی دارند، جهت ارتقای سطح اخلاق ورزشی، ملاک‌ها و معیارهای متفاوتی از سوی این مکاتب به‌عنوان معیار فعل اخلاقی در ورزش مطرح شده که هم‌زمان با ورود این رشته‌ها به کشورهای اسلامی، این مبانی و معیارها نیز به همراه آن ورزش‌ها و گاه به‌عنوان جزئی از آنها مطرح گردیده است.

امروزه اخلاق ورزشی به‌علت فقدان نقد و بررسی این نظریه‌ها و نیز عدم طرح مبانی اسلامی آنها آسیب جدی دیده است؛ درحالی که یکی از مهم‌ترین و زیربنایی‌ترین موضوعاتی که در هر نظام اخلاقی می‌توان سراغ گرفت، تعریف آن مکتب از فعل اخلاقی و بیان معیاری برای سنجش دقیق اخلاقی یا غیر اخلاقی بودن اعمال و رفتار اختیاری انسان و صفات و ملکاتی است که مبدأ اختیاری دارند.

از آنجا که بسیاری از فلاسفه غرب بر حس سودگرایی، منفعت‌جویی، لذت‌طلبی، قدرت‌طلبی و ... به‌عنوان معیار اخلاقی تکیه کرده‌اند، این تفکر نیز وارد فضای ورزش گردیده و امروزه در ورزش مدرن، بسیاری از مدیران و مربیان برای گرفتن نتیجه و ماندن در بورس، همه‌چیز را زیر پا گذاشته، ارزش‌های اخلاقی را فدای کسب نتیجه می‌کنند؛ از این رو یکی از مربیان معروف جهان می‌گوید:

پیروزی مهم‌ترین مرحله نیست، تنها مرحله موجود است. (لومباردی، ۱۳۸۵: ۱۲۷)

این سخن را می‌توان مثال خوبی برای تفکر نتیجه‌گرایی در ورزش دانست.

طبق دیدگاه وظیفه‌گرایی در ورزش نیز احترام به قوانین ورزشی اموری ثابت، همیشگی و همگانی محسوب می‌شود و هیچ استثنایی در نحوه رعایت آنها وجود ندارد؛ درحالی‌که رعایت محض قوانین، فضای رقابت را خشک و مصنوعی کرده، از جذابیت آن می‌کاهد. از این رو چنین رویکردی با دنیای ورزش و روحیه رقابت سازگار نیست.

همچنین اعتقاد به دیدگاه نسبی‌گرایی اخلاقی، توجیه رفتارهای غیر اخلاقی ورزشکاران را آسان می‌کند و سلب مسئولیت اخلاقی، راه را برای حرمت‌شکنی و نادیده انگاشتن حقایق اخلاقی فراهم می‌سازد و در نهایت، افت عملکرد اخلاقی در سطوح بالای ورزش‌های رقابتی را به دنبال دارد.

طبق این دیدگاه، درستی یا نادرستی رفتار اخلاقی ورزشکار با توجه به موقعیت (مانند تمرین، مسابقات خانگی یا خارج از خانه) یا نوع مسابقه‌ای که در آن شرکت می‌کند (رسمی یا غیر رسمی) متغیر می‌باشد.

از بررسی مجموع آرا و نظریات عالمان اسلامی می‌توان به ردّ نسبی‌گرایی اخلاقی و مطلق بودن ارزش‌های اخلاقی حتی در موقعیت‌های دشوار اخلاقی مانند ورزش دست یافت؛ (بنگرید به: مصباح‌یزدی، ۱۳۸۱: ۱۵۸ - ۱۵۱) هرچند شبهات زیادی نیز در این باره مطرح شده است که همگی قابل جواب‌دادن می‌باشد. از طرفی، توجه به آموزش‌های اخلاقی در فضای ورزش کمتر به چشم می‌خورد که با مراجعه به منابع فراوان و جستجو در منابع داخلی و خارجی، مدلی برای ارتقای سطح اخلاق ورزشی نمی‌یابیم؛ حتی کشورهای صاحب‌نام در ورزش در این زمینه تنها به ارائه کدهای اخلاقی بدون توجه به اعتقادات دینی جامعه ورزشی خود بسنده کرده‌اند و از آنجا که جامعه ورزشی در سرزمین دینی ما، به‌طور عمیق به دین‌گرایی دارند، بستر مناسبی برای رشد ارزش‌های اخلاق‌بندگی فراهم است که این بر ارتقای سطح اخلاق ورزشی تأثیری شگرف خواهد گذاشت.

مهم‌ترین رویکرد در این مدل، پرورش صفات، ملکات و افعال ارزشی به‌منظور درونی‌سازی و ارتقای ارزش‌های اخلاقی، منش جوانمردی و پهلوانی اصناف جامعه ورزشی، رشد ابعاد اخلاقی آنان و برنامه‌ریزی برای اصلاح رفتارهای غیر اخلاقی آنان است. این مدل یک فرآیند پویا و مستمر می‌باشد که به‌صورت دفعی محقق نشده، بلکه براساس راهبردهای آتی و با بهره‌گیری از آموزه‌های اسلامی ارائه می‌گردد.

اهداف مدل

پرورش اخلاق ایمانی

اخلاق متأثر از ایمان که رساننده انسان به مقام قرب الهی باشد، «اخلاق ایمانی» نامیده می‌شود که نمود ایمان در صفات، ملکات و رفتار فرد است و شناخت آن مستلزم ورود به حیطه ایمان خواهد بود. هدف از

پرورش اخلاق ایمانی در جامعه ورزشی، پرورش و افزایش شناخت ایمانی و نهادینه‌سازی اخلاق اسلامی در ورزش است تا در سایه آن شاهد رفتار ایمانی جامعه ورزشی باشیم و از این طریق زمینه‌ای برای تحقق هدف نهایی که همان قرب الهی است، فراهم شود.

«اخلاق ایمانی» را می‌توان سنگ زیرین بنای «اخلاق ورزشی»، بلکه روح آن دانست که در برون‌رفت از چالش‌های اخلاق ورزشی مؤثر است و آثار فراوانی بر رفتارهای اعضای جامعه ورزشی از جمله: خدایی شدن رفتارها، حکیمانه شدن رفتارها و دوری جستن از رفتارهای غیراخلاقی به دنبال خواهد داشت.

آموزش موازین اخلاقی در محیط‌های ورزشی

ورزش یکی از مهم‌ترین و پرتیرترین مسائل اجتماعی و در نتیجه مدرسه‌ای ایدئال برای رشد و توسعه ارزش‌های اخلاقی است و از این طریق امکان آموزش بسیاری از آموزه‌های اخلاقی به افراد جامعه نیز وجود دارد که ضمن ارتقای سطح اخلاق ورزشی، زمینه سالم‌سازی اجتماع را نیز فراهم می‌کند. رعایت معیارهای اخلاقی به طور مستمر در جلسات تمرین و مسابقات، تأثیرات مثبت فراوانی در پرورش شخصیت اعضای جامعه ورزشی داشته، انعکاس این رفتارها فرد را برای زندگی در جامعه آماده‌تر می‌سازد.

کسب نتایج ورزشی مطلوب‌تر

بروز رفتارهای غیر اخلاقی ورزشکاران، موجب عدم استفاده مطلوب از انرژی روانی ورزشکاران و ایجاد استرس و اضطراب در آنان می‌شود و افت کارکرد بهینه آنان را به دنبال دارد که این خود مانع رشد و شکوفایی ظرفیت‌ها، توانایی‌ها و نیز انسجام تیمی در بین آنان خواهد شد و موفقیت فردی و تیمی آنان را تحت تأثیر قرار خواهد داد؛ لذا آراستگی به فضایل اخلاقی می‌تواند سبب افزایش اعتماد به نفس و کارایی فنی شود و نتایج ورزشی مطلوب‌تری را به دنبال داشته باشد.

راهبرد اول: غفلت‌زدایی

تحقیقات میدانی نشان می‌دهد مهم‌ترین عامل بروز چالش‌ها و آسیب‌های اخلاق ورزشی، عدم آگاهی اعضای جامعه ورزشی از مسائل اخلاقی است که این خود ناشی از غفلت‌زدگی آنان است. (تاج‌بخش، ۱۳۹۳: ۱۳۰) لذا یکی از راهبردهای اساسی این مدل غفلت‌زدایی است که بستر مناسبی برای علاقه‌مندی اعضای جامعه ورزشی نسبت به کمالات اخلاقی فراهم می‌کند.

راهکارها

راهکار اول: پرورش ایمان

بسیاری از اندیشمندان اسلامی، ایمان را به معنای تصدیق قلبی می‌دانند که جهت‌گیری آن در بینش‌ها، گرایش‌ها، نگرش‌ها، منش‌ها، صفات و انگیزه‌های انسان آشکار می‌شود. ایمان به خداوند متعال، قیامت و وحی باعث احساس حضور در محضر وجودی او می‌گردد و از آنجا که همه اعضا و جوارح و تمامی رفتارهای انسان تابع قلب اوست، وقتی دل در برابر حقیقتی تسلیم شود، همه ابعاد وجودی او تأثیرمی‌پذیرد و این زمینه‌ساز تغییر نگرش اخلاقی در فرد است و کنترل اخلاقی را برای وی آسان می‌کند؛ همچنان که یکی از علمای اخلاق به آن اشاره می‌کند:

تمام حرکات و سکنات اعضای آدمی، اثری از احوالات قلب بوده و از صفات آن ناشی می‌شود. (ملکی تبریزی، ۱۳۸۲: ۱۷)

توجه ورزشکاران به آثار و فواید ایمان و نقشی که در پیشبرد زندگی فردی و ورزشی آنان ایجاد می‌کند، می‌تواند نقش بسزائی در گسترش ابعاد وجودی و تغییر نگرش آنان ایجاد کند و تمام زوایای زندگی فردی، اجتماعی، اقتصادی و ... آنان را دربر گیرد تا آنها در همه حالات پیدا و پنهان، در خلوت و جلوت طبق رضای الهی قدم بردارند؛ به گونه‌ای که ایمان به تمایلات کمال‌خواهانه، لذت‌جویانه و سعادت‌خواهانه آنها جهت خاص بخشیده، گرایش‌های آنان را تحت تأثیر قرار دهد.

مهم‌ترین اثر و فایده ایمان که برای اعضای جامعه ورزشی ملموس‌تر می‌باشد، آرامش خاطر است؛ فضای ورزش حرفه‌ای همواره با استرس، اضطراب و نگرانی‌های فراوانی همراه است و باعث سلب آرامش خاطر ورزشکاران می‌گردد که این خود از عوامل اصل بروز رفتارهای غیر اخلاقی در بین آنان است. لذا همواره دغدغه مربیان و کارشناسان ورزشی این بوده که با به‌کارگیری روش‌های گوناگون، باعث ایجاد آرامش در ورزشکاران شوند تا از این طریق ضمن کنترل رفتارهای غیر اخلاقی آنان، توانایی فنی آنها را نیز بالا ببرند.

ورزشکاران مؤمن، مقام پروردگار خود را به‌خوبی می‌شناسند و دائم او را حاضر بر اعمال خویش می‌بینند و از این رو به‌هیچ‌وجه دچار این نگرانی‌ها نشده، همواره در سایه‌سار ایمانی اطمینان‌بخش در آرامش به‌سر می‌برند: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ». (رعد / ۲۸)

امروزه روان‌شناسان نیز بر این باورند که تنها در سایه پرورش درخت ایمان و باورهای دینی و اعتقادات درونی است که می‌توانند میوه «آرامش روانی» را که ایجادکننده وضعیت آرمیدگی، آسایش خاطر و اطمینان‌بخشی و زایل‌کننده تشویشات درونی و نگرانی‌های روحی افراد است، به آنها هدیه دهند.

فرآیند اجرایی: ایجاد فضای معنوی و اخلاقی

شرایط محیطی و موقعیت‌های مختلف زمانی و مکانی بر رفتار، گفتار و حالات انسانی تأثیر می‌گذارد؛ همان‌گونه که امروزه به نظر بسیاری از کارشناسان ورزشی، ایجاد فضای تمرینی شاد و با نشاط می‌تواند رشد کیفی ورزشکاران را به دنبال داشته باشد، یکی از روش‌های بسیار مؤثر در پرورش ایمان و نهادینه‌سازی اخلاق ورزشی نیز حاکم کردن فضای معنوی و اخلاقی در جامعه ورزشی می‌باشد. مراد از این امر، فراهم آوردن شرایط و قرار دادن اعضای جامعه ورزشی در شرایطی خاص، برای حاکم شدن ارزش‌های اخلاقی و تقویت باورهای دینی در بین آنان می‌باشد؛ به گونه‌ای که با ایجاد آن فضای به صورت عملی با ارزش‌های اخلاقی آشنا شوند و این‌گونه ارزش‌ها به همه زوایای زندگی آنان سرایت کند تا از این طریق معرفت حصولی برای آنها حاصل شود. این معرفت می‌تواند از لحاظ کمی و کیفی، زمینه‌های پرورش ایمان را در آنها فراهم آورد؛^۱ از جهت کیفی یعنی هرچه شناخت انسان قطعی‌تر و محکم‌تر و از تردید و تزلزل و شک دورتر باشد، مرتبه یقین در او افزایش می‌یابد و به همان میزان از ایمان قوی‌تر و باور والاتر و التزام عملی وسیع‌تر و عمیق‌تری بهره‌مند می‌شود. از جهت کمی نیز هرچه به شناخت خود بیشتر توجه کند و آن را در زندگی روزمره خود تأثیر دهد، به‌طور طبیعی این شناخت فراموش نمی‌شود و ایمان زنده و فعال و مؤثری را از درون نگرهبانی می‌کند. (مصباح یزدی، ۱۳۸۷: ۱ / ۲۷۷)

شیوه‌های پرورش ایمان که در دستورات و تعالیم دینی بیان شده است، شامل عبادت، ذکر، نیایش، تفکر و اندیشه، محبت به اولیای الهی و زیارت، عمل صالح، عبرت از تاریخ و ... می‌باشد.

برنامه‌های کاربردی ایجادکننده فضای معنوی و اخلاقی

دیدار با علما و شرکت در مجالس وعظ آنان
استفاده از جاذبه معنوی سفرهای زیارتی
شرکت در نمازهای جمعه و جماعت و مجالس دعا و نیایش
شرکت ورزشکاران در مراسم‌های رشته‌های پهلوانی و زورخانه‌ای
تشکیل هیئات مذهبی ویژه ورزشکاران
حضور در مجالس گرامی‌داشت ائمه معصومین <small>علیهم‌السلام</small>
اهدای کتب دینی و اخلاقی

۱. معرفت حصولی، قسمی از شناخت کلی است که به‌وسیله مفاهیم عقلی و از راه بیان و تعلیم و تعلم مفاهیم حاصل می‌شود و جهل و شک و تردید را برطرف می‌نماید و مانع وسوسه‌های شیطانی در حوزه معرفتی می‌شود. این شناخت از طریق سه روش معرفتی محقق می‌شود: حس و ادله تجربی، عقل و براهین عقلی، نقل شواهد روایی متکی به عقل. در مقابل معرفت حصولی، معرفت شهودی قرار دارد که برترین شناخت‌ها است و قابل تعلیم و تعلم نیست و از طریق تزکیه نفس می‌توان به آن دست یافت.

ترویج و تبلیغ آموزه‌های اخلاقی از طریق بروشور، تندیس، فیلم و ...
نصب تابلوهای حاوی آموزه‌های اخلاقی در فضاهای ورزشی
برگزاری نماز جماعت در اردوها و میادین ورزشی
ارسال پیامک‌های اخلاقی

در اجرای برنامه‌های فوق از روش مستقیم و غیرمستقیم برای پرورش اخلاق ایمانی - که یکی از اهداف مدل ارائه شده است - استفاده می‌شود. برای نمونه، تقویت معادباوری ابعاد فردی و اجتماعی زندگی انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد و به انسان جهان‌بینی و نگرش عمیقی می‌بخشد؛ به گونه‌ای که انسان معادباور، محور زندگی را حیات ابدی اخروی قرار داده، به آن اهتمام می‌ورزد؛ وجود چنین بینشی باعث رشد و تحولی عظیم در ابعاد فرهنگی، روابط اجتماعی و حتی اقتصادی فرد می‌گردد؛ برای نمونه، تقویت معادباوری باعث می‌شود ورزشکاران به سمت کسب روزی حلال سوق پیدا کنند که این خود باعث دوری آنها از بسیاری از چالش‌های اخلاق ورزشی در بعد اقتصادی مانند: شرط‌بندی و بورس‌بازی روی ورزشکاران و فرار از مالیات می‌گردد.

راهکار دوم: الگوسازی

پس از ایجاد فضاهای اخلاقی و معنوی و پرورش ایمان، فراهم آوردن شرایطی که اعضای جامعه ورزشی بتوانند با میل و انگیزه و از روی نیاز، الگوهای خود را کشف کنند و به‌طور خودانگیزه با مطلوب‌های خود همانندسازی کنند، ضروری به‌نظر می‌رسد. تسهیل، تسریع و تعمیق یادگیری، ایجاد انگیزه و غیرمستقیم بودن روش الگویی از مهم‌ترین امتیازات این روش محسوب می‌گردد و باعث اثرگذاری بی‌بدیل آن می‌شود.

مهم‌ترین چالشی که این روش را تهدید می‌کند، این است که بیشتر مکاتب غربی آن را مبتنی بر نوعی وظیفه‌گرایی تلقی می‌کنند که در آن گرایش فرد به شخصیت‌های آرمانی موردنظر خود - به قول کانت - به یک «امر مطلق» تبدیل می‌شود و این امر مطلق است که مشخص می‌کند کدام‌یک از اعمال ممکن ورزشکار خوب‌اند؛ از سوی دیگر، امر مطلق دقیقاً دلیل اطاعت ورزشکار می‌شود که دستور الگو به او به‌عنوان خوب ذاتی پذیرفته می‌شود.

الگو در اینجا می‌تواند مدیر، مربی یا ورزشکار مورد علاقه باشد که براساس یک چارچوب نظری به نام «یادگیری مشاهده‌ای» (بندورا، ۱۳۷۲: ۳۶) و به‌واسطه دارا بودن مهارت‌های فنی، مدیریتی و یا سایر توانمندی‌ها از سوی ورزشکار انتخاب می‌شود. در این حالت، احترام به وی و دستوراتش از سوی ورزشکاران، یک وظیفه اخلاقی تلقی می‌گردد و تشخیص وی نیز معیار درستی و نادرستی قلمداد می‌شود.

در روند این اقتدا و تقلید، گاهی اوقات فرد به اشتباه در حد و مرز الگوپذیری دچار می‌شود یا غیر الگو به جای الگو قلمداد می‌شود یا افرادی که در تمام ابعاد شایستگی لازم را برای الگو شدن ندارند، الگوی تمام‌عیار معرفی می‌شود که خود زمینه‌ساز بروز برخی بداخلاقی‌ها در میادین ورزشی است. در واقع این روش الگوگرایی در ورزش را باید نوعی الگوگرایی تحمیلی خواند که یک فرآیند مصنوعی و کلیشه‌برداری از رفتار دیگری است که پایه در ساختار درونی فرد ندارد و فقط یک اقدام ظاهری و صرفاً آموزشی محسوب می‌شود. بی‌گمان در نظام اخلاقی اسلام که از نظام‌های اسوه‌مدار محسوب می‌شود، رابطه میان اسوه و اسوه‌پذیر، یک رابطه صرفاً آموزشی و از سنخ اطلاع‌رسانی نیست؛ بلکه در اینجا نوعی رابطه محب و محبوب و نوعی نفوذ و تسخیر در کار است. لذا الگوسازی برطبق این نظام اخلاقی می‌تواند نقش مکمل را در غفلت‌زدایی و ایجاد بستر مناسب در گرایش به سمت ارزش‌های اخلاقی ایفا کند.

فرآیند اجرایی

اجرای طرح «ورزش در سایه‌سار قرآن»

با توجه به علاقه‌مندی فراوان ورزشکاران به یادگیری معارف قرآنی و از آنجا که در قرآن کریم گوشه‌هایی از ابعاد وجودی الگوهای قرآنی که غالباً جوان و تأثیرگذارند، به تصویر کشیده شده، با اجرای این طرح در اردوهای ورزشی می‌توان ورزشکاران را به تأسی از الگوهای دلخواه خود مطابق با روش‌های قرآنی رهنمون ساخت:

۱. معرفی مستقیم اسوه‌های حسنه و دعوت به متابعت از آنان

ویژگی این شیوه آن است که ورزشکاران با آشنایی از ویژگی‌های اسوه و با استدلال‌های عقلی به اسوه موردنظر علاقه‌مند می‌شوند و با تأسی به آنان به تغییر خود اقدام می‌کنند.

۲. معرفی کلی و توصیفی انسان‌های برتر، به صورت غیرمستقیم و بدون اشاره به نام آنها و ارائه نقشه‌ای جامع از انسان کامل

در این روش، ورزشکار با توجه به توصیف‌هایی که از الگو صورت پذیرفته، سعی می‌کند مطابق با آن در خود تغییراتی ایجاد کند و به سمت صفات ممتاز آن الگو حرکت نماید.

۳. معرفی مستقیم و غیرمستقیم اسوه‌های غیر حسنه و نهی از متابعت از آنان

ویژگی این روش آن است که ورزشکار با توصیف این الگوها و چهره‌های منفور، زشتی و قبح آنان را با صفات و ویژگی‌های خود تطبیق می‌دهد و در صورت دارا بودن آن صفات، سعی در ترک آنها می‌نماید.

۴. مقایسه اسوه حسنه و غیر حسنه

ویژگی این روش آن است که فضای مقایسه برای خود ورزشکار در عمل به وجود می‌آید تا قضاوت کند

که کدام اسوه حسنه و کدام غیر حسنه است؛ مانند مقایسه‌ای که در قرآن بین همسر نوح و همسر لوط شده و ارتباطشان با این دو پیامبر بی‌ثمر شمرده شده است.^۱

برای الگوسازی علاوه بر معرفی اسوه‌های قرآنی می‌توان از سایر الگوها مانند الگو قرار دادن حضرات معصومین (ع) و ورزشکاران اخلاق‌مداری که نامشان در تاریخ به عنوان الگوهای اخلاق ورزشی ثبت شده است، استفاده کرد. توجه به این نکته ضروری است که فرانسائی جلوه دادن الگوها و تقدس بخشیدن بسیار به آنها تا حدی که متربیان خود را از همانندسازی با آنها عاجز بینند و همچنین تاریخی جلوه دادن اسوه‌های دینی در کنار پردازش مبهم و نامفهوم الگوها، باعث ناکارآمدی روش الگویی می‌شود و از تأثیرات این روش به‌شدت می‌کاهد. به عبارت دیگر، این الگوسازی به الگودایی می‌انجامد.

۲. اجرای طرح سیمای پهلوانان

آشنایی با پهلوانان، قهرمانان اخلاق‌مدار و شهدای ورزشکار و خصوصیات اخلاقی آنان تأثیر زیادی بر اعضای جامعه ورزشی داشته، تحول عظیمی را در آنها به وجود می‌آورد. نام‌گذاری مسابقات ورزشی به نام پهلوانان، شهدای ورزشکار و پیشکسوتان اخلاق‌مدار و آشنایی اعضای جامعه ورزشی با خصوصیات اخلاقی آنان در طول برگزاری مسابقات، سرکشی از خانواده‌های پهلوانان، شهدای ورزشکار و پیشکسوتان اخلاق‌مدار از روش‌های مؤثر در این زمینه می‌باشد.

ابزارهای اجرای مطلوب‌تر طرح‌ها

مفاهیم اخلاقی از طریق آموزش‌های مستقیم به دیگران آموخته می‌شود؛ اما با این کار، دستیابی به مراحل تحول اخلاقی که به طور طبیعی و براساس شکوفایی فطرت در اختیار انسان‌ها قرار گرفته، به تأخیر می‌افتد. بنابراین بهتر است برای اجرای هرچه بهتر این طرح‌ها از روش معرفی غیرمستقیم اسوه‌ها و از ابزارهای زیر استفاده کرد:

۱. نمایش

نمایش هنری است که به‌علت زیبایی و انتزاعی بودنش این قابلیت را دارد که حس اندیشه، جستجوگری، رفتار مناسب و اخلاق نیکو را در پوشش حریری در اوج اثرگذاری بر ذهن مخاطب بنشانند.

استفاده از روش نمایش به عنوان زبانی ساده برای شناساندن الگوها در فضای ورزش دارای اهمیت بسزایی می‌باشد؛ چراکه مهم‌ترین نوع یادگیری در انسان، یادگیری مشاهده‌ای می‌باشد و متربی از این طریق، آموزه‌ها را به شکل تصویرهای ذهنی، کلامی یا نمادی به رمز درمی‌آورد و هنگام نیاز، آن تصاویر

۱. اشاره به آیات ۱۰ و ۱۱ سوره تحریم.

ذهنی را از حافظه خود بازیابی می‌کند. لذا در نگهداری و بازیابی آموزه‌ها، موفقیت بیشتری کسب می‌نماید. نمایش شامل تراژدی، کمدی، تعزیه، تقلید، خیمه‌شب‌بازی، پرده‌برداری و تمام هنرهای نمایش امروزی مانند اپرا، باله، سینما و مانند اینهاست. (شهریاری، ۱۳۶۵: ۳۹۰)

۲. داستان

توده مردم شیفته شنیدن قصه و خواندن داستان هستند و زبان داستان یکی از مناسب‌ترین روش‌های آموزش غیرمستقیم برای الگوسازی در بین اعضای جامعه ورزشی است. از این رو شاهد تدوین داستان‌های فراوانی از زندگی ورزشی قهرمانان ورزشی بدون توجه به ابعاد اخلاقی آنان در جوامع غربی هستیم. (شفیعی سروستانی، ۱۳۸۶: ۸۶)

خاصیت داستان، جذابیت آن است و ذهن مخاطب را درگیر می‌کند و او را به فضای داستان می‌کشاند تا آنجا که او خود را قهرمان داستان می‌انگارد و با رصد شخصیت‌های آن تحت تأثیر فراز و نشیب‌های آن قرار می‌گیرد. حال اگر قهرمانان داستان در موقعیتی برتر از او باشند، در مسیر رسیدن به آن گام برمی‌دارد و اگر آن قهرمانان دچار وضعیتی نامطلوب باشند، از وضعیت خود ابزار خوشایندی می‌کند.

راهبرد دوم: بصیرت‌افزایی اخلاقی

بصیرت در لغت به معنای آگاهی و دانایی و شناساندن، (انوری، ۱۳۸۹: ۹۸۵) عقیده قلبی، شناخت، یقین، زیرکی و عبرت (ابن منظور، ۱۴۱۴: ۴۱۸) است.

در آموزه‌ها و رهنمودهای دینی نیز بصیرت حالتی است که به انسان توانایی درک درست حقایق و تحلیل واقعیت‌ها را می‌دهد و در پرتو این بینش صحیح می‌تواند در جهت تأمین منافع مادی و معنوی و دنیا و آخرت خود حرکت کنند؛ از این رو امام جعفر صادق علیه السلام عمل انسان فاقد بصیرت را به حرکت او در مسیر بیراهه‌ای تشبیه کرده که طی کردن این مسیر، او را به مقصد نمی‌رساند؛ بلکه هر چقدر سرعت حرکت چنین انسانی بیشتر باشد، از مقصدش دورتر می‌شود و تلاش و شتاب او نتیجه‌ای دربر نخواهد داشت:

العامل علی غیر بصیرة کالسائر علی غیر طریق فلا یزیده سرعة السیر من الطریق الا بعداً.
(کلینی، ۱۴۰۷: ۱ / ۴۳)

همان‌گونه که نتایج تحقیقات نشان می‌دهد، (تاج‌بخش، ۱۳۹۳: ۱۳۰) عدم آگاهی ورزشکاران از مسائل اخلاقی جزء چالش‌های اساسی اخلاق ورزشی است. بر این اساس، ضرورت ایجاد می‌کند که اعضای جامعه ورزشی با مسائل اخلاقی مرتبط با اخلاق ورزشی آشنا گردند. بصیرت‌افزایی، زمینه تعقل و تفکر را به دنبال دارد و جوشش درونی فرد را نسبت به شناخت حقیقت پدید می‌آورد و از این جهت

احساس نیاز در مربی را شکوفا می‌کند و باعث ایجاد انگیزه در آنان می‌گردد تا با رغبت بیشتری در مسیر متخلق شدن گام بردارد. تحقق این امر، رشد و بالندگی اخلاقی جامعه ورزشی و کاهش بروز اخلاق ناپسند را در میادین ورزشی به دنبال خواهد داشت.

در این مرحله با ارائه آموزش‌های لازم و مدون، شاهد ارتقای نگرش و افزایش آگاهی‌های اخلاقی اعضای جامعه ورزشی از ارزش‌ها و کمالات اخلاقی خواهیم بود.

راهکار: ارتقای نگرش اخلاقی

سیره پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و اهل بیت علیهم السلام نشان از اهتمام ویژه آنها به آشنا کردن متریبان با آموزه‌های اخلاقی دارد. تطبیق این آموزه‌ها در شرایط و موقعیت‌های گوناگون ورزشی یکی از مشکلات عمده آموزش اخلاق در بین اعضای جامعه ورزشی می‌باشد و همان‌گونه که باید تکنیک ورزشکاران به مهارت تبدیل شود - بدین معنا که مهارت فردی خود را بدون حضور حریف به راحتی اجرا کنند تا بتوانند در شرایط مسابقه و در حضور حریف نیز به راحتی آن تکنیک را اجرا کنند - آموزه‌های اخلاقی نیز باید به مهارت تبدیل شود؛ بدین معنا که ورزشکاران باید این آموزه‌ها را فرا گیرند تا بتوانند آن را به مهارت تبدیل نموده، در شرایط و موقعیت‌های دشوار اخلاقی به کار بندند.

فرآیند اجرایی: اجرای طرح «تکامل اخلاق ورزشی»

در اجرای این طرح با بهره‌گیری از ظرفیت بی‌نظیر مراجع عظام تقلید، علما و فضلا، هر یک از اعضای جامعه ورزشی با استفاده از آموزش‌های لازم با اصول و معیارهای اخلاقی، موانع و راه‌های غلبه بر آن، عواقب و پیامدهای رفتارهای اخلاقی و غیر اخلاقی و مهم‌ترین ارزش‌های اخلاقی مرتبط با ورزش آشنا می‌گردد:

ابزارهای اجرایی

۱. آشنایی با مصادیق اخلاق ورزشی

برخی از مهم‌ترین مصادیق اخلاق ورزشی که در ورزش کاربرد دارد، با توجه به اهمیت آنان در ورزش حرفه‌ای و قهرمانی به شرح ذیل می‌باشد:

تواضع و فروتنی، عفو و گذشت، صداقت و راستگویی، پرهیز از غرور، دوری از خشم، رفق و مدارا با رقیب، پرهیز از فریب‌کاری، ایثار و از خودگذشتگی، رازداری، صبر، مسئولیت‌پذیری، کرامت و احترام به رقیبان، عفت و پاک‌دامنی.

۲. ارتقای نگرش اخلاقی مربیان

براساس نتایج تحقیقات میدانی، مربیان بیشترین تأثیرگذاری را بر بازیکنان و تماشاگران و ایجاد فضای

اخلاقی در باشگاه‌ها دارند؛ مربی همان‌گونه که به بازیکنان می‌آموزد تا بهترین عملکرد فنی را داشته باشند، همان‌گونه نیز می‌تواند به آنان پیام‌آموز که در مسائل اخلاقی بهترین باشند و اینکه مسابقه برای انتقام، رقابت برای هنرنمایی، شهرت، مدال و ... فاقد سجایای اخلاقی و بی‌ارزش است. (تاج‌بخش، ۱۳۹۳: ۱۴۶)

طرح درسنامه اخلاق مربیگری، آموزشی سلسله‌وار است که در طی آن مربیان با مبانی اخلاق ورزشی و شیوه‌های گوناگون نهادینه‌سازی آن و ... جهت ساخت تیم اخلاقی آشنا می‌گردند.

جدول درسنامه اخلاق مربیگری

شرح درس و رئوس مطالب	اهداف اختصاصی	هدف کلی	عنوان درس	نمونه دوره	سطح
تعاریف اخلاق و اخلاق ورزشی رابطه ورزش و اخلاق پیشینه اخلاق ورزشی اخلاق توحیدی و نقش آن در ارتقای سطح اخلاقی تیم نقش ممتاز مربی در تربیت اخلاقی بازیکنان و در کاهش ناهنجاری‌های اخلاقی ورزشی	چستی ورزش و جایگاه اخلاق در آن شناخت مفاهیم اساسی در حوزه علم اخلاق شناخت مفاهیم اساسی اخلاق ورزشی شناخت برخی ارزش‌های اخلاقی مربیگری شناخت نقش مربی در ارتقای سطح اخلاقی تیم	آشنایی مربیان با مفاهیم پایه اخلاق ورزشی با تکیه بر نقش مربی	مبانی اخلاق ورزشی	دوره مربیگری درجه D	سطح یک
عوامل مؤثر بر توسعه رفتار اخلاقی بازیکنان عوامل بنیادی (خانواده، اجتماع و ...) عوامل تخصصی محیط داخلی تیم محیط خارجی تیم شناخت چالش‌های اخلاق ورزشی	آشنایی با نگرش‌ها و قابلیت‌های اخلاقی یک مربی موفق شناخت رویکردهای اخلاقی مربیگری شناخت عوامل مؤثر در توسعه رفتار اخلاقی بازیکنان شناخت چالش‌های اخلاق ورزشی	آشنایی مربیان با وظایف و کارکردهای اخلاقی مربیگری	فزاینده اخلاقی مربیگری	دوره مربیگری درجه C	سطح دو
روش‌های زمینه‌ساز و سازنده اخلاق ورزشی روش‌های پرورش آگاهی و بصیرت اخلاقی روش‌های پرورش گرایش‌ها و عادت‌های مطلوب اخلاقی روش‌های اصلاح رذایل و نتایج اخلاقی آن	آشنایی مربیان با روش‌های تربیت و تکامل اخلاقی بازیکنان آشنایی مربیان با روش‌های ایجاد فضای اخلاقی در تیم آشنایی مربیان با روش آشناکردن بازیکنان با آموزه‌های اخلاقی آشنایی با مفهوم، شرایط، حدود و فرآیند اسوه‌دهی، تشویق و تنبیه و شیوه‌های اصلاح رذایل و تأثیر آن بر جنبه‌های اخلاقی بازیکنان	ارتقای شناخت مربیان با روش‌های نهادینه‌سازی اخلاق ورزشی در تیم	استراتژی تحول اخلاقی بازیکنان	دوره مربیگری درجه B	سطح سه

شرح درس و رئوس مطالب	اهداف اختصاصی	هدف کلی	عنوان درس	نمونه دوره	سطح
ویژگی‌های یک مربی بااخلاق مراحل الگوی تربیت اخلاقی بازیکنان ارزش‌ها و صفات اخلاقی مربیان وظایف حاکم بر اخلاق مربیگری (مدل مربیگری اخلاقی) قبل مسابقه حین مسابقه بعد مسابقه	شناخت اهمیت ارتباط اخلاقی مربی و بازیکنان شناخت روابط متقابل بازیکنان و مربیان آشنایی با سبک کار مربیان اخلاق‌مدار آشنایی با مدل اخلاق رفتاری مربیگری شناخت تعهدات اخلاقی مربی نسبت به تیم آگاهی از نقش مربیان در ارتقای سطح شخصیت بازیکنان	ارائه الگوی تربیت اخلاقی بازیکنان با تأکید بر وظایف مربی	مدل توسعه اخلاقی مربیگری	دوره مربیگری درجه A	سطح چهار

۳. ارتقای نگرش اخلاقی ورزشکاران

قبل از ورود ورزشکاران به دنیای حرفه‌ای و قهرمانی در ورزش و زمانی که آنها در رده‌های سنی مشغول آموزش مهارت‌های فنی هستند، باید در جهت افزایش سطح اطلاعات و آگاهی‌های اخلاقی و ارتقای نگرش فنی اخلاقی آنان تلاش و برنامه‌ریزی صورت گیرد.

در این مرحله، موضوعات مختلف اخلاقی به صورتی ساده و در یک فرآیند زمانی مناسب بیان می‌گردد تا فرد ضمن شناخت موضوعات اخلاقی به باور نسبی برسد.

فرآیند اجرایی: اجرای طرح به‌سوی موفقیت

ورزشکاران با قرار گرفتن در محیط اردو، امکان انجام رفتارهای اخلاقی بیشتری دارند و لذا آموزش مفاهیم و مهارت‌های اخلاقی و توجه به تربیت‌محوری در همه ابعاد به جای آموزش‌محوری صرف و نهادینه‌سازی اخلاق ورزشی در بین استعدادهای آینده ورزشی می‌تواند نقش بسزایی در جلوگیری از بروز ناهنجاری‌های اخلاقی ورزشکاران در آینده داشته باشد و می‌توان از آن به‌عنوان یکی از مهم‌ترین مسیرهای تربیتی ورزشکاران - که کمتر به آن پرداخته شده - یاد نمود که علاوه بر دستیابی به اهداف موردنظر، ورزشکاران را با روحیه‌ای شاداب و سرزنده، آماده تمرینات و مسابقات می‌کند.

استفاده از روحانیت

بررسی‌های تاریخی نشان می‌دهد که در ادوار گذشته، روابط گسترده‌ای بین ورزش و رهبران و مبلغان

مذهبی وجود داشته که البته متغیر بوده است؛ در زمان‌هایی که فعالیت‌های ورزشی، از جانب رهبران مذهبی حمایت می‌شد، ورزش به‌عنوان یک ارزش تلقی و تبلیغ می‌شد و در برهه‌ای از تاریخ که برخی رهبران مذهبی از فعالیت‌های ورزشی انتقاد کرده‌اند، شاهد کاهش سطح اخلاق ورزشی در میداين و مسابقات بوده‌ایم. (نادریان جهرمی، ۱۳۹۰: ۴) از این‌رو توجه به رابطه ورزش و مبلغان و رهبران مذهبی و تعامل بین این دو که امروزه کمتر در جوامع غربی به آن پرداخته می‌شود، و حتی برخی از کشیشان کلیساها به رویگردانی از آن اعتقاد دارند، (آیریا، ۱۳۶۴: ۴۳) در تدوین اصول و شاخص‌های اخلاق ورزشی اجتناب‌ناپذیر است.

با توجه به آنچه گفته شد، می‌توان استفاده از روحانیون آگاه به مسائل ورزشی را نماد توسعه فرهنگ دینی و یکی دیگر از ابزارهای اجرایی برای ارتقای نگرش اخلاقی ورزشکاران دانست؛ چراکه یکی از ویژگی‌های ذهن بشری «قدرت تداعی معانی» است و بین قدرت نماد و تداعی معانی، همبستگی و رابطه تنگاتنگی وجود دارد.

بنابراین به عمق این جمله می‌رسیم که:

قوه حیاتی یک دین به قدرت نمادهايش وابسته است. (یونگ، ۱۳۸۲: ۱۴۲)

از آنجا که نمادها منبع تحریک هویت مذهبی جامعه دینی ماست، استفاده از این نماد در طول برگزاری اردوهای تیم‌های ورزشی می‌تواند در مسیر بسترسازی اخلاقی ورزشکاران فوق‌العاده تأثیرگذار باشد؛ البته حضور روحانیون به صورت کلیشه‌ای و با روش اجباری، موجب نقض غرض در این فعالیت‌ها می‌شود.

فواید استفاده از روحانیت

۱. الگویابی و یادگیری مشاهده‌ای پیام‌گیرنده؛
۲. تبلیغ و ترویج نامرئی و دوار فرهنگ اسلامی؛
۳. انتقال سریع پیام؛
۴. توجه مثبت و زیاد پیام‌گیرنده؛
۵. جریان داشتن یک مکتب در ابعاد مختلف اردوهای ورزشی؛
۶. پاس داشتن دائمی حضور و حیات اندیشه اسلامی؛
۷. انتباه و خوداصلاحی دیگران با مشاهده آن؛
۸. کم‌رنگ شدن فعالیت‌های ضدارزشی و ضداخلاقی.

نمونه برنامه طرح «به‌سوی موفقیت»

هدف	روش
شناخت اصول و مبانی دین	طرح موضوعات مرتبط در جلسات تئوری و مشارکت اعضا در بحث اجرای مسابقات متنوع مرتبط با موضوع طرح و اجرای موضوعات پژوهشی متناسب با ورزشکاران معرفی کتب و منابع متناسب با شرایط و نیاز ورزشکاران
شناخت تاریخ زندگانی چهارده معصوم <small>علیهم‌السلام</small> و الگوپذیری اخلاقی	طرح داستان‌های تاریخی اردوهای زیارتی و سیاحتی و مشاهده آثار تاریخی مرتبط معرفی کتب داستانی دارای مضامین اخلاقی متناسب با ورزشکاران برگزاری مسابقات تاریخی متناسب با موضوع نمایش فیلم‌های تاریخی از زندگی چهارده معصوم <small>علیهم‌السلام</small>
احساس اعتماد به نفس و تحکیم اراده	تقویت ایمان به هدف تکریم شخصیت اعضا از سوی مربیان و دست‌اندرکاران مسئولیت‌سپاری درون‌تیمی انجام کارهای تیمی
احساس مسئولیت و وظیفه‌شناسی در انجام مسئولیت‌ها	تبیین آثار و نتایج مثبت احساس مسئولیت و آثار منفی عدم آن استفاده از آموزه‌های دینی مرتبط با موضوع مسئولیت‌سپاری درون‌گروهی در جهت تمرین موضوع واگذاری انجام برخی از برنامه‌ها و فعالیت‌های درون‌تیمی
رعایت صداقت در گفتار و کردار	تبیین اهمیت صداقت ذکر عواقب عدم رعایت صداقت ارائه نمونه‌های عینی ورزشکاران صادق تمرین در جلسات تمرینی
امانت‌داری	تبیین و تشریح شرایط و آثار امانت‌داری انجام کارهای گروهی و تمرین امانت‌داری مسئولیت‌سپاری و تقویت احساس مسئولیت نمایش عملی آثار خیانت در امانت در موقعیت‌های مناسب ارائه الگوهای عملی از زندگانی ائمه <small>علیهم‌السلام</small>
رعایت حسن خلق در روابط اجتماعی و فردی	تبیین شرایط و آثار رعایت حسن خلق در جلسات تئوری تمرین انجام کارهای گروهی و رعایت حسن خلق در روابط دوستانه توسعه روابط اجتماعی اعضا به‌منظور تمرین رعایت حسن خلق معرفی الگوهای موفق اخلاقی به‌منظور الگوپذیری کنترل میزان رعایت موضوع از طریق خانواده‌ها و مربیان تغییر ادبیات رفتاری ورزشکاران

<p>تبیین ویژگی‌ها و آثار رعایت موضوع توسعه روابط اجتماعی به منظور تمرین موضوع رصد وضعیت ورزشکاران در خانواده، مدرسه و دانشگاه تغییر ادبیات رفتاری ورزشکاران</p>	<p>تقید به رعایت حیا، عفت و پاک‌دامنی</p>
<p>تبیین و تشریح آثار و فوائد صرفه‌جویی و قناعت ارائه الگوهای صحیح قناعت و پرهیز از تجمل استفاد از بروشورها و تصاویر و سایر ابزارهای تأثیرگذار ارتباط با خانواده‌های ورزشکاران و نظارت بر رفتارهای فردی آنان</p>	<p>حفظ روحیه قناعت و پرهیز از تجمل‌گرایی</p>

پرورش تفکر اخلاقی هواداران

هواداران ورزشی به یک ورزش، تیم یا ورزشکار خاص علاقه‌مندند و امور مربوط به آنها را دنبال می‌کنند. آنها یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار در بروز رفتارهای غیر اخلاقی ورزشکاران حرفه‌ای و جزئی مهم از ساختارهای ورزشی امروزی محسوب می‌شود.

هرچه ورزش به سمت جلو حرکت می‌کند، مشکلات اخلاقی در میان تماشاگران افزایش می‌یابد که این موضوع به یک معضل اساسی در جامعه ورزش تبدیل شده است. جابه‌جایی برخی از بازیکنان و مربیان مطرح به تیم‌های دیگر، رتبه تیم‌ها در جدول لیگ، نحوه قضاوت داوران و ... از عوامل افزایش خشونت و پرخاشگری و فحاشی بین تماشاگران است.

این طیف وسیع، تأثیرات مهمی نیز در بعد اخلاقی ورزش دارند؛ پرخاشگری در ورزشگاه‌ها، ارائه شعارهای اهانت‌آمیز و فحاشی نسبت به بازیکنان، باشگاه، هواداران باشگاه رقیب، پرتاب اشیا و مواد منفجره در زمین بازی و ایجاد اخلال در روند برگزاری مسابقه و نزاع و کشمکش با تماشاگران باشگاه رقیب و تخریب و آسیب‌رسانی به اموال و تأسیسات ورزشگاه از مهم‌ترین رفتارهای غیر اخلاقی در محیط‌های ورزشی هستند. از این رو پرورش تفکر اخلاقی تماشاگران دارای اهمیت فوق‌العاده‌ای است.

فرآیند اجرایی

۱. با توجه به پائین بودن میانگین سنی هواداران و از آنجا که نهاد آموزش و پرورش و گروه‌های همسال، بیش از دیگران با این گروه‌های سنی ارتباط دارند و بر بروز رفتار آنها تأثیر می‌گذارند، استفاده از ساعت‌های کلاس درس ورزش در مدارس و تدوین جزوه‌های آموزشی درباره رفتارهای اخلاقی مناسب در محیط‌های ورزشی، تأثیر سودمندی بر کاهش ناهنجاری‌های اخلاقی تماشاگران دارد.

۲. پخش برنامه‌های آموزشی مناسب برای هواداران تیم‌های ورزشی در برنامه‌های پرمخاطب ورزشی و اجتماعی، نقش مهمی در بصیرت‌افزایی آنان دارد و برای افزایش میزان تأثیرپذیری پیام‌های آموزشی

می‌توان از چهره‌های محبوب اخلاق‌مدار ورزشی نزد هواداران استفاده کرد.

۳. وضعیت درآمدی بیشتر تماشاگران، امکان دسترسی به امکانات متنوع برای گذراندن اوقات فراغت را به آنها نمی‌دهد و فضای ورزشگاه‌ها مکانی برای تخلیه انرژی آنان است. بنابراین برگزاری مراسم‌های سرگرم‌کننده و بانشاط و دارای مضامین فرهنگی و آموزشی در ورزشگاه‌ها، مشارکت آنان را برای تخلیه هیجان و ابراز شادی به شکلی قاعده‌مند و به همراه آموزش مسائل اخلاقی به آنان امکان‌پذیر می‌سازد و بدین ترتیب از بروز بسیاری از رفتارهای غیر اخلاقی آنها جلوگیری می‌نماید.

۴. با توجه به اینکه سردسته (لیدر) هواداران، یکی از عوامل اصلی بروز رفتارهای غیر اخلاقی تماشاگران است، باشگاه‌ها و نهادهای ورزشی می‌توانند با به‌کارگیری این افراد و آموزش مسائل اخلاقی به آنان، نقش مهمی را در کنترل رفتارهای تماشاگران داشته باشند.

۵. نهادهای ورزشی با چاپ و انتشار بروشور، اعلامیه، تابلوها و پوستره‌های تبلیغاتی در حیطه ورزشگاه‌ها و ترویج و تبلیغ شاخص‌های تماشاگر اخلاقی و همچنین جملاتی از ائمه معصومین علیهم‌السلام درباره مسائل اخلاقی می‌توانند آگاهی‌های تماشاگران را افزایش دهند.

۶. با توجه به ارتباط مستمر هواداران با رسانه‌های ورزشی به‌ویژه مطبوعات و نقش مهم رسانه در کاهش حساسیت رقابت‌های ورزشی، رسانه‌ها باید علاوه بر حساسیت‌زدایی، جلوگیری از نشر اخبار کذب و تفرقه‌افکنانه، برای ایجاد ارتباط فرهنگی مناسب و آموزش صحیح رفتارهای هواداران تلاش کرد و از پرداختن به مسائلی که باعث ایجاد توهم و انتظارات دور از ذهن و برتری‌طلبی کاذب بین مخاطبان می‌گردد و همچنین از درج مطالب جنجالی و بحران‌آفرین پرهیز نمود.

۷. باید به هواداران آموخت که تخلیه هیجانات از طریق هیاهو در ورزشگاه‌ها تا حدی برای سلامت روان فرد مفید است؛ اما اگر این هیجانات از کنترل فرد خارج شود، هم برای سلامت جسمی و هم برای سلامت روانی فرد مضر خواهد بود. همچنین هواداران نباید اجازه دهند حوادث داخل زمین مسابقه، آنها را تحت تأثیر قرار دهد؛ چراکه تحقق این امر موجب اخلاقی تفکر و بروز آسیب‌های روانی افراد می‌شود.

۸. افزایش آگاهی فنی هواداران از مسائل تکنیکی و تاکتیکی و قوانین داوری از طریق برنامه‌های آموزشی رسانه‌ای و پاسخ‌گویی عوامل تیم برنده و بازنده در قالب مصاحبه‌های رسانه‌ای برای روشن شدن افکار تماشاگران نیز از دیگر عوامل مهم و مؤثر در این زمینه است.

۹. حضور روحانیون آموزش‌دیده و آشنا به مسائل ورزشی در بین تماشاگران و استفاده از نماد روحانیت، تأثیر بسزایی در کاهش رفتارهای غیر اخلاقی تماشاگران و آرامش ورزشگاه‌ها دارد.

راهبرد چهارم: هدایت

هدایت جامعه ورزشی در واقع استفاده از ابزارهای خاصی برای جهت‌دهی آنان به‌سوی مراعات اخلاق ورزشی است که می‌تواند گامی مؤثر در جهت کاهش بروز ناهنجاری‌های اخلاقی و ارتقای اخلاق ورزشی باشد.

راهکار: مرام‌نامه اخلاقی

یکی از موضوعات اساسی و مهم در محیط‌های ورزشی، تعیین و تطبیق اصول و معیارهای اخلاقی است که «منشور اخلاقی» نامیده می‌شود. این ازجمله ابزارهایی است که مدیران و مربیان ورزشی می‌توانند با تدوین آن به دستورالعمل مفیدی برای تحقق آرمان‌ها، اهداف و استانداردهای اخلاقی دست یابند.

ناکافی بودن قوانین و مقررات در کنترل رفتارهای غیر اخلاقی در محیط‌های ورزشی، زمینه را برای طرح چنین ابزاری فراهم آورده است. برای رعایت بسیاری از اصول اولیه و بدیهی اخلاقی، در ورزش می‌توان با تعریف و تبیین کدهای اخلاقی، زمینه کاهش و حتی حذف بسیاری از رفتارهای غیر اخلاقی را فراهم نمود.

درج کدهای اخلاقی، انتظارات واقعی از عملکردهای ورزشکار، ارزیابی عملکردی، تشویق یا ارتقای ورزشکاران متعلق به صفات و رفتارهای اخلاق‌مدارانه و مجازات و بازخواست و یا کنترل ورزشکارانی را که رفتار غیر اخلاقی از آنها سر می‌زند، فراهم می‌سازد؛ اگرچه این اصول تا حدودی آرمانی هستند، معیارهای ارزشی مناسبی را برای متخصصان رشته‌های مختلف تعیین می‌کنند؛ هرچند توانایی پوشش همه وضعیت‌های اخلاقی را ندارند و گسترش فراگیر رفتارهای اخلاقی را تضمین نمی‌کنند و به‌تنهایی تضمین‌کننده استقرار اخلاقیات در جامعه ورزشی نیستند؛ چراکه

۱. اغلب منشورهای اخلاقی، به قوانین گرایش دارند و برگرفته از مسائل دینی - که ورزشکاران خود را ملزم به اجرای آن می‌دانند - نیستند و از این‌رو به مسائل پیچیده اخلاقی و ارزشی نمی‌پردازند.

۲. بیشتر منشورهای اخلاقی به جای آنکه بر رفتارهای ورزشکاران و مربیان متمرکز شوند، به تخلفاتی اشاره دارند که به تأثیر سوء بر منافع افراد منجر می‌شود.

به عبارت ساده‌تر، منشور اخلاقی در خدمت منافع افراد، تیم، باشگاه و سازمان معنا می‌یابد، نه ارتقای سطح اخلاق ورزشی.

همچنین تجربه نشان داده است که تدوین نادرست منشورهای اخلاقی، نتیجه‌ای جز انحراف دربر نداشته است؛ تجربه ناموفق بسیاری از نهادهای ورزشی در این زمینه، گواه بر این مطلب است. بدیهی است که منشور اخلاقی باید با توجه به ویژگی‌های محیطی، ارزش‌های اجتماعی و ضوابط دینی و اخلاقی مورد تأیید هر جامعه ورزشی تدوین شود.

فرآیند اجرایی

برای اجرای این راهکار باید مدیران ورزشی با ایجاد کمیته اخلاق و سامان‌دهی قانون هواداران، مرامنامه‌های اخلاقی اصناف مختلف ورزشی را تهیه کنند و در اختیار آنها قرار دهند. این مرامنامه‌ها از مهم‌ترین و کاربردی‌ترین مرامنامه‌های اخلاقی در ورزش قهرمانی و حرفه‌ای هستند که در ادامه، یکی از آنها از باب نمونه ذکر می‌شود:

مرامنامه اخلاقی ورزشکاران

ما بازیکنان تیم ... بر این باور استواریم که:

۱. در همه احوال، خداوند سمیع و بصیر، حاضر و ناظر بر اعمال و رفتار ماست. بنابراین با استعانت از الطاف الهی و در پرتو ولایت مولای ورزشکاران حضرت علی علیه السلام اعتلا و گسترش ارزش‌های انسانی و دینی در اندیشه و عمل و تقویت فضائل اخلاقی را سرلوحه برنامه‌های خویش قرار می‌دهیم.
۲. حضور در رقابت‌های عرصه‌های داخلی و بین‌المللی نباید ما را از اهداف اصلی و والای انسانی و اسلامی دور کند و فراموش نخواهیم کرد که «ورزش دروازه طلائی صدور معنویت‌ها و ارزش‌های والای اسلامی است.»
۳. ورزش قهرمانی و حرفه‌ای نوعی زندگی فشرده است. پس با شناخت آموزه‌های اخلاقی به معرفتی بی‌بدیل دست می‌یابیم که در لحظه‌های حساس و مهم زندگی و در فشرده‌گی و تراکم افکار ما را نجات می‌دهند.
۴. در زمین ورزشی باید توجه کرد که رقیب ورزشی دشمن نیست؛ بلکه دوستی است که قرار است با او تنها یک مبارزه ورزشی انجام دهیم که رعایت بازی منصفانه و برخورداری از منش پهلوانی از انجام آن مبارزه مهم‌تر است.
۵. ما اعتقاد راسخ داریم که اساس صحیح ورزش، تلاش برای موفقیت و تعالی انسانی است که از راه کوشش صادقانه به دست می‌آید؛ نه از راه فریب و تقلب و نیرنگ؛ پس متعهد می‌شویم که با درستی در ورزش شرکت نماییم و تنها از روش‌های قانونی برای پیروزی تلاش کنیم.
۶. غرور آفت ورزش قهرمانی و حرفه‌ای است که علاوه بر اینکه ما را از پیشرفت‌های ورزشی دور می‌کند، یکی از رذایل اخلاقی نیز محسوب می‌شود که همواره تلاش می‌کنیم از آن دوری جوئیم.
۷. کسب پیروزی در مسابقات از جذابیت‌ها و زیبایی‌های ورزش است. پس برای برنده شدن تا حد ممکن تلاش می‌کنیم؛ ولی نه به قیمت قربانی کردن اصول اخلاقی، فرهنگی و دینی.

۸. ما می‌دانیم که داوران مسابقه همانند ما انسان و جایزالخطا هستند و همان‌گونه که آنها گوشزد کردن اشتباهات ما را حق خود نمی‌دانند، ما نیز اعتراض به داوران را یک مسئله غیر اخلاقی می‌دانیم.

ما اعضای تیم ... همواره و در همه حال خود را متعهد و ملزم به رعایت موارد فوق می‌دانیم و در نیل به این موارد لحظه‌ای غفلت نخواهیم نمود.

راهبرد پنجم: نظارت و ارزشیابی

در اجرای هر برنامه‌ای، نظارت و ارزشیابی مستمر از میزان تربیت‌یافتگی افراد و آسیب‌شناسی اخلاقی، برنامه‌ای و عملکردی، جزء جدایی‌ناپذیر آن برنامه می‌باشد و بدون ارزیابی مستمر و مراقبت بر رفتار متربی و تذکر نکات لازم نمی‌توان به اهداف موردنظر دست یافت. با تحولاتی که امروزه در حوزه ورزش شکل گرفته، مسئله نظارت و ارزشیابی بر رفتارهای اخلاقی جامعه ورزشی اهمیت ویژه‌ای یافته است و یکی از وظایف اصلی مدیران نهادهای ورزشی، نهادینه‌سازی اخلاق ورزشی می‌باشد.

منظور از نظارت، فرآیندهایی است که اعضای جامعه ورزشی را به هم‌نوایی با هنجارها و ارزش‌های اخلاقی وامی‌دارد و در دو بعد تولید صفات و افعال ارزشی و ممانعت از شکل‌گیری صفات و رفتارهای غیر اخلاقی نقش اساسی دارد. نظارت و کنترل بیرونی در نظام اخلاقی اسلام بر دو مؤلفه «اصلاح» و «بهبود رفتارهای اخلاقی» تأکید بسیار دارد و ضمانت‌های مختلف اجرایی را در قالب پاداش‌ها، تشویق‌ها و مجازات‌ها ارائه می‌کند. این نوع نظارت برای جلوگیری از بروز رفتارهای ناهنجار اخلاقی در بین اعضای جامعه ورزشی بسیار مهم است.

توجه به این نکته نیز ضروری است که در اعمال نظارت بیرونی بر رفتارهای اخلاقی اعضا نباید دچار افراط و تفریط شد و زیاده‌روی در امر نظارت به همان اندازه زیان‌بار است که بی‌توجهی به آن زیان می‌رساند. همچنین نظارت و ارزشیابی باید با هدف اصلاح صفات و رفتار باشد، نه تنبیه و مجازات سخت؛ چراکه هدف سیستم نظارتی در اجرای مدل ارتقای اخلاق ورزشی، بازآموزی رفتارهای اخلاقی و اصلاح رفتارهای غیر اخلاقی و جلوگیری از انحرافات است.

توجه به این نکته نیز ضروری است که برخی افراد در مقابل کنترل بیرونی از خود واکنش منفی نشان می‌دهند. از این رو آماده کردن اعضای جامعه ورزشی برای خودکنترلی و نهادینه کردن کنترل‌پذیری درونی که بهترین، پایدارترین و مستحکم‌ترین سیستم بازرسی و نظارتی می‌باشد، بسیار حائز اهمیت خواهد بود.

راهکار: اخلاق‌سنجی

یکی از مسائل مهم در مدل ارتقای سطح اخلاق ورزشی که اعضای جامعه ورزشی را در انجام

رفتارهای اخلاقی یاری می‌دهد، کنترل رفتار آنان و سنجش میزان رعایت شئون اخلاقی و مصادیق اخلاق ورزشی در موقعیت‌های ورزشی می‌باشد.

فرآیند اجرایی: آزمون رفتار اخلاقی

آزمون رفتار اخلاقی، یعنی آنچه از اعضای جامعه ورزشی پس از آموزش‌های اخلاقی انتظار می‌رود. برای نمونه، انتظار می‌رود که پس از راهبرد بصیرت‌افزایی اخلاقی، ورزشکاران همدیگر را با اسامی بد صدا نزنند، سخن چینی نکنند و

برای اجرایی شدن این راهبرد لازم است نهادهای ورزشی با تشکیل هیئت عالی اخلاق ورزشی و کمیته اخلاق و استفاده از نظریات کارشناسان اخلاقی - پس از نظارت و کنترل اعضای جامعه ورزشی - و از طریق روش تشویق - که یک روش انگیزشی محسوب می‌گردد - و روش اصلاح ردایل، نسبت به پرورش آگاهی اعضا اهتمام ورزند.

با اندکی توجه به سبک مدیران نهادها و مربیان ورزشی در برخورد با ردایل اخلاقی اعضای جامعه ورزشی خصوصاً ورزشکاران به این واقعیت سوق داده می‌شویم که بسیاری از آنان با روش‌های اصلاح ردایل آشنایی ندارند و قادر نیستند این اصول و روش‌ها را بجا و به‌گونه‌ای شایسته به کار گیرند؛ روشن است که کاربرد نابجای اصول و روش‌ها، آثار نامطلوبی به دنبال داشته، گاه نتیجه عکس می‌دهد. اصلاح ردایل، حرکتی پیش‌رونده و یک حقیقت‌بایسته برای تحقق این مدل است که در عین حال بسیار دقیق و حساس می‌باشد و زمانی تأثیرگذاری و ناهنجارزدایی لازم را خواهد داشت که از روش‌های خردورانه پیروی کند.

مهم‌ترین روش‌های اصلاح ردایل که در موقعیت‌های ورزشی کاربرد دارد، عبارتند از: تحلم، تغافل، تذکر غیرمستقیم، تذکر مستقیم، اخطار، جریمه، محرومیت، جبران و استرداد جوايز.

نتیجه

با گسترش روزافزون علوم ورزشی، شاهد افزایش رفتارهای غیر اخلاقی بین اعضای جامعه ورزشی می‌باشیم که برای برون‌رفت از وضعیت موجود و رسیدن به وضعیت مطلوب، ارائه «مدل ارتقای سطح اخلاق ورزشی با رویکرد اخلاق اسلامی» می‌تواند به‌عنوان یک راهبرد کلان و در جهت ارتقای ارزش‌های اخلاقی، منش جوانمردی و پهلوانی در جامعه ورزشی به کار گرفته شود و نهایتاً نتایج مطلوب ورزشی و سالم‌سازی اجتماع را به دنبال داشته باشد. غفلت‌زدایی، بصیرت‌افزایی اخلاقی، هدایت، تکریم شخصیت و نظارت بر ارزشیابی، راهبردهای اساسی در تحقق این مدل هستند.

آنچه در ارائه این مدل و کاربردی نمودن آن حائز اهمیت است، ارائه راهکار و مکانیزم اجرایی شدن آن می‌باشد که براساس آموزه‌های اخلاق اسلامی، قابلیت نهادینه‌سازی و اجرا در محیط‌های ورزشی را دارد.

منابع و مأخذ

۱. قرآن کریم.
۲. نهج البلاغه (صبحی صالح)، ۱۴۱۴ ق، محقق صالح، صبحی، قم، هجرت.
۳. آیریا، عباس، بهرام، جمشید، ۱۳۶۴، تاریخ تربیت بدنی و ورزش، تهران، نشر جهاد دانشگاهی.
۴. آقاییاری، خسرو، ۱۳۸۷، حماسه‌های پهلوانی، تهران، پیام آزادی.
۵. ابن منظور، محمدبن مکرم، ۱۴۱۴، لسان العرب، بیروت، داراحیاء التراث العربی.
۶. الوانی، سید مهدی، ۱۳۸۱، «ضرورت تدوین منشور اخلاقیات سازمان»، نشریه تحول اداری، ش ۱۹.
۷. امینیان، مختار، ۱۳۷۵، مبانی اخلاق اسلامی، قم، بوستان کتاب.
۸. انورالخولی، امین، ۱۳۸۱، ورزش و جامعه، ترجمه حمیدرضا شیخی، تهران، سمت.
۹. انوری، ۱۳۸۹، فرهنگ سخن، تهران، سخن.
۱۰. برزگرزاد، ثریا، ۱۳۹۱، راه‌های پرورش ایمان در قرآن و سنت، تهران، شرکت چاپ و نشر بین‌الملل، چ ۱.
۱۱. بندورا، آلبرت، ۱۳۷۲، نظریه یادگیری اجتماعی، ترجمه فرهاد ماهر، شیراز، راهشگا.
۱۲. پایگاه دفتر حفظ و نشر آثار آیت‌الله العظمی خامنه‌ای.
۱۳. تاج‌بخش، علی، ۱۳۹۳، اخلاق ورزشی: راهبردها و راهکارها از منظر اخلاق اسلامی، قم، حوزه علمیه قم، رساله علمی سطح ۴.
۱۴. ترکان، فرزانه، ۱۳۸۰، ورزش برای زندگی، بی‌جا، زال.
۱۵. توحیدی اقدم، محمدحسین، ۱۳۸۰، درآمدی بر ورزش در اسلام، تهران، نصابیح.
۱۶. جمعی از نویسندگان، ۱۳۸۸، اخلاق کاربردی، چالش‌ها و کاوش‌های نوین در اخلاق عملی، قم، پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.
۱۷. دیلمی، احمد و مسعود آذربایجانی، ۱۳۹۰، اخلاق اسلامی، دفتر نشر معارف، ویراست دوم، چاپ ۷۳.
۱۸. شفیعی سروسستانی، اسماعیل، ۱۳۸۶، داستان ورزش غرب، تهران، هلال، چ ۲.
۱۹. شهریاری، خسرو، ۱۳۶۵، کتاب نمایش، تهران، امیرکبیر.

۲۰. قمی، شیخ عباس، ۱۳۸۷، *کلیات مفاتیح الجنان*، تهران، مؤسسه فرهنگی هنری قدر ولایت.
۲۱. کربن، هانری، ۱۳۶۳، *آیین جوانمردی*، ترجمه احسان نراقی، تهران، نشر نو.
۲۲. کلینی، محمد بن یعقوب، ۱۰۴۷، *الکافی*، تهران، دارالکتب الاسلامیه
۲۳. لومباردی، وینس، ۱۳۸۵، *افسانه لومباردی*، ترجمه عبدالجواد خواجه‌جوی، تهران، نی نگار.
۲۴. مصباح یزدی، محمدتقی، ۱۳۸۱، *فلسفه اخلاق*، تحقیق و و نگارش، احمد حسین شریفی، تهران، شرکت چاپ و نشر بین‌الملل.
۲۵. _____، ۱۳۸۷، *کاوش‌ها و چالش‌ها*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
۲۶. ملکی تبریزی، میرزا جواد، ۱۳۸۲، *اسرار الصلوة*، قم، انتشارات آل‌علی.
۲۷. نادریان جهرمی، مسعود، ۱۳۹۰، *اخلاق در ورزش*، مشهد، نسیم.
۲۸. ورام، ابن‌ابی فارس، ۱۴۱۰ق، *تنبيه الخواطر و نزهة النواظر*، قم، مکتبه الفقیهیه.
۲۹. یونگ، کارل گوستا، ۱۳۸۲، *روانشناسی و دیسن*، ترجمه فؤاد روحانی، تهران، شرکت انتشارات علمی فرهنگی.

30. farsi.khamenei.ir

