

7092

۵۰۰

۱۲۰

اسرا

عالمی

WWW.KETABI.ir

سرشناسه:	تاج بخش، علی؛ ۱۳۵۸ -
عنوان و نام پدیدآور:	اخلاق مربیگری ورزشی؛ مسائل و موقعیت‌ها (جلد ۳) / علی تاج بخش؛ به سفارش دفتر برنامه‌ریزی آموزشی وزارت ورزش و جوانان، با همکاری معاونت پژوهشی دانشگاه معارف اسلامی.
مشخصات نشر:	قم: انتشارات دانشگاه معارف اسلامی، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری:	۱۲ ص.
شابک:	۳ - ۶ - ۹۳۵۷۹ - ۶۰۰ - ۹۷۸
فروست:	مجموعه اخلاق اسلامی؛ ۴۸
موضوع:	Coaches (Athletics) - Professional ethics
موضوع:	مربیان ورزشی - اخلاق حرفه‌ای مربیان ورزشی - ایران - اخلاق حرفه‌ای
	Coaches (Athletics) - Iran - Professional ethics
موضوع:	مربیگری - راهنمای آموزشی
موضوع:	Coaching (Athletics) - Study and teaching
موضوع:	ورزش - جنبه‌های اخلاقی
موضوع:	Sports - Moral and ethical aspects
موضوع:	ورزش کاران - اخلاق حرفه‌ای
موضوع:	Athletes - Professional ethics
موضوع:	اخلاق اسلامی
موضوع:	Islamic ethics
شناسه افزوده:	دانشگاه معارف اسلامی، معاونت پژوهشی
شناسه افزوده:	ایران، وزارت ورزش و جوانان، دفتر برنامه‌ریزی آموزشی
رده‌بندی کنگره:	۱۳۹۶ الف ۳/ت ۷۷۱۱ GVV
رده‌بندی دیویی:	۷۹۶/۰۷۷
شماره کتاب‌شناسی ملی:	۵۰۶۳۶۹۶

ویژه دوره های
مربیگری / درجه ۱

اخلاق مربی گری ورزشی؛

مسائل و موقعیت ها

دکتر علی تاج بخش

۱. برد با بازی خوب

۲. برد با بازی ضعیف

۳. باخت با بازی خوب

۴. باخت با بازی ضعیف

به سفارش:

دفتر برنامه ریزی آموزشی

وزارت ورزش و جوانان



مجموعه اخلاق اسلامی / ۴۸

اخلاق مربیگری ورزشی؛ مسائل و موقعیت‌ها (جلد ۳)

نویسنده: علی تاج‌بخش

به سفارش دفتر برنامه‌ریزی آموزشی وزارت ورزش و جوانان

با همکاری معاونت پژوهشی دانشگاه معارف اسلامی

نظارت و تصحیح علمی: محمدجواد فلاح

ویراستار: سعید احمدی / بازبین نهایی: مهدی فدایی

طراح جلد و یونیفرم متن: سید علی روحانی

ناشر: انتشارات دانشگاه معارف اسلامی / نوبت چاپ: اول، پاییز ۱۳۹۷

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه / قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۳۵۷۹-۶-۳



﴿اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَعَجِّلْ فَرَجَهُمْ﴾

بی تردید وفاداری و پایبندی عملی به اخلاق، اصول و مؤلفه‌های آن، یکی از اساسی‌ترین ملاک‌های ارزیابی، هویت و فرهنگ یک ملت به شمار می‌آید؛ چراکه اخلاق، تجلی و نمود ارزش‌ها و ظهور مبانی اعتقادی و باورهای مشترک هر ملت محسوب می‌شود تا آنجا که پیامبر مهر و محبت حضرت محمد ﷺ رسالت خویش را برای اتمام مکارم اخلاقی معرفی نموده است.

برای کشوری که اخلاق با تاریخ و فرهنگ و مذهب آن عجین شده است، قطعاً در بستر حیات ورزشی و آوردگاه‌های رقابتی آن نیز، ضرورت اخلاق، به‌ویژه از جنس ورزشی آن، امری اجتناب‌ناپذیر خواهد بود. اگرچه جامعه ورزشی در لایه‌های زندگی فردی و اجتماعی با انگاره‌ها و ارزش‌های اخلاقی به‌صورت ضمنی مأنوس هستند، اما به‌صورت آشکار و در کنار سایر فرایندهای آموزشی که در عرصه ورزش اتفاق می‌افتد، به مقوله اخلاق با محوریت ورزش کمتر توجه شده است.

در این میان ضرورت آموزش نظام‌مند اخلاق ورزشی برای جامعه ورزشی کشور ما به‌ویژه مربیان ورزشی که سکانداران تیم‌های ورزشی هستند و برای آنان نقش هدایت‌گری را ایفا می‌کنند بیش از پیش احساس می‌شود.

بر این اساس دفتر برنامه‌ریزی آموزشی وزارت ورزش و جوانان با همکاری دانشگاه معارف اسلامی در یک فرایندی علمی و تحت نظارت خبرگان دانشگاهی اقدام به شناسایی و احصاء شاخص‌ها و مؤلفه‌های اخلاقی با محوریت مربیان ورزشی نموده است، از این طریق؛ اولاً: با در اختیار داشتن محتوای آموزشی که برای هریک از سطوح مربیگری به کار گرفته می‌شود برداشت و تلقی مشترک از اخلاق برای این گروه از جامعه هدف به وجود آید و ثانیاً با آگاهی مربیان و ورزش‌کاران از اصول و مؤلفه‌های آن از بروز و ظهور صحنه‌های غیر اخلاقی در عرصه‌های ورزشی کاسته شود.

امید است با بهره‌مندی از تلاش به‌عمل آمده که در قالب سه جلد کتاب برای سه سطح از دوره‌های آموزشی مربیگری تدوین شده است، گام مؤثری در نهادینه شدن اخلاق در جامعه ورزشی کشور به‌ویژه جامعه مربیان و مدرسان محترم ورزشی برداشته شود.

لازم است از نویسنده محترم جناب آقای دکتر علی تاج‌بخش که با حوصله زیاد به تدوین و تألیف کتاب اقدام نموده و با صبر ستودنی تمامی پیشنهادهای را با دقت بررسی و اقدام نموده، کمال قدردانی را داریم. همچنین از حمایت‌ها و مساعدت‌های جناب آقای دکتر سلطانی‌فر، مقام عالی وزارت و برادر گرامی جناب آقای دکتر احمدی، معاون محترم فرهنگی، آموزش و پژوهش وزارت و نیز از رؤسای فدراسیون‌های ورزشی به‌ویژه جناب آقای جوهری، رئیس فدراسیون پهلوانی و زورخانه‌ای جمهوری اسلامی ایران و نیز از تلاش‌های ارزنده فرهیختگان دانشگاه معارف اسلامی قم به‌ویژه دکتر محمدجواد فلاح، مدیر محترم گروه اخلاق اسلامی که نظارت علمی و تصحیح کتاب بر عهده ایشان بود، همچنین دکتر سید سعید روحانی، مدیر امور پژوهشی دانشگاه و همکاران‌شان که با تلاش آنان این امر خجسته به سامان رسید، صمیمانه تشکر و قدردانی نماییم.

مدیر کل دفتر برنامه‌ریزی آموزش
وزارت ورزش و جوانان

معاون پژوهشی
دانشگاه معارف اسلامی



فهرست مطالب

مقدمه	۱۳
بخش اول برد با بازی خوب (۳۴ - ۱۵)	
درآمد	۱۷
اول. قدرشناسی	۱۹
آثار و پیامدهای قدرشناسی	۲۰
۱. رشد و بالندگی	۲۰
۲. تحکیم پیوندها	۲۰
دوم. تواضع	۲۰
آثار و پیامدهای فروتنی	۲۱
۱. رشد فنی	۲۱
۲. پیشگیری از غرور	۲۲
۳. بزرگی و ارجمندی	۲۲
۴. جلب محبت دیگران	۲۳
سوم. همدلی با بازندگان	۲۳
آثار و پیامدهای همدلی با بازندگان	۲۴
۱. زدودن کینه‌ها	۲۴
۲. ایجاد رفاقت و دوستی	۲۴
۳. محبوبیت	۲۵
۴. ایجاد امنیت	۲۵
چهارم. توسعه مهارت اعتمادبه نفس	۲۶
آثار و پیامدهای اعتمادبه نفس	۲۷
پنجم. پرهیز از غرور	۲۸
یک. نحوه شکل‌گیری غرور	۲۸



دو. آثار و پیامدهای غرور	۲۹
۱. حقیقت ستیزی	۲۹
۲. شکست و ناکامی	۲۹
۳. خودپرتربینی	۳۰
۴. بی‌اعتنایی به ارزش‌ها	۳۰
ششم. پرهیز از سبک‌سری	۳۰
آثار و پیامدهای رفتار سبک	۳۱
۱. بالا رفتن ارزش اجتماعی	۳۱
۲. محبوبیت	۳۱
۳. احترام	۳۱
پی‌نوشت	۳۴

بخش دوم: بردباری ضعیف (۶۰ - ۳۵)

اول. شکرگزاری	۳۸
یک. انواع شکرگزاری	۳۸
۱. شکر قلبی	۳۸
۲. شکر زبانی	۳۹
۳. شکر عملی	۳۹
دو. آثار و پیامدهای شکرگزاری	۳۹
۱. دوام موفقیت‌ها	۳۹
۲. دوری از بلایا	۳۹
۳. رسیدن به کرامت و عزت	۳۹
دوم. دوری از تکبر	۴۰
یک. سیر شکل‌گیری تکبر	۴۰
دو. نشانه‌های تکبر	۴۱
۱. نشانه‌های شناختی	۴۱
۲. نشانه‌های هیجانی و عاطفی	۴۲
۳. نشانه‌های رفتاری	۴۳
سه. آثار و پیامدهای تکبر	۴۴
۱. دور ماندن از رشد فنی	۴۴
۲. تنفر و انزجار عمومی	۴۵
سوم. بزرگداشت حریف	۴۶
یک. مصادیق بزرگداشت رقیب	۴۶
۱. تبریک به حریف	۴۶
۲. تشویق	۴۷
۳. توجه عاطفی	۴۸





دو. آثار و پیامدهای بزرگداشت حریف	۴۸
چهارم. تفقد و دلجویی از رقیب	۴۸
آثار و پیامدهای دلجویی از رقیب	۴۸
۱. دوستی و صمیمیت	۴۸
۲. آرامش	۴۹
۳. تنش زدایی	۴۹
پنجم. پرهیز از بی حرمتی بازنده	۵۰
یک. مصادیق بی حرمتی	۵۱
۱. مشاجره های لفظی	۵۱
۲. شماتت (سرکوفت)	۵۱
۳. دشنام و سخن اهانت آمیز	۵۱
۴. زخم زبان	۵۲
۵. شوخی ناشایست	۵۲
۶. تمسخر	۵۲
دو. آثار و پیامدهای بی حرمتی به بازندگان	۵۳
۱. کاهش تنش ها	۵۳
۲. استحکام روابط	۵۳
ششم. بخشش و گذشت	۵۴
آثار و پیامدهای گذشت	۵۴
۱. دستیابی به آرامش	۵۴
۲. سرافرازی	۵۵
۳. دوستی و محبت	۵۵
۴. کسب اراده قوی	۵۵
۵. تربیت و اصلاح	۵۵
پی نوشت	۵۹



بخش سوم: باخت با بازی خوب (۸۸ - ۶۱)

اول. پذیرش واقع بینانه شکست	۶۴
آثار و پیامدهای پذیرش واقع بینانه شکست	۶۵
دوم. پرهیز از هیجانات منفی	۶۶
انواع هیجانات منفی و غیر اخلاقی	۶۷
یک. خشم	۶۷
دو. جزع (بی تابي)	۷۳
سه. غم و اندوه منفی	۷۳

سوم. سرسختی و پایداری	۷۴
یک. آثار و پیامدهای پایداری	۷۴
دو. ویژگی‌های مربیان سخت کوش پس از شکست	۷۵
۱. باور	۷۶
۲. حفظ تمرکز	۷۶
۳. کنترل احساسات	۷۷
۴. تنظیم عملکرد	۷۷
۵. کنترل شرایط نامساعد	۷۷
چهارم. پرهیز از رفتار مجادله‌آمیز	۷۸
آثار و پیامدهای مجادله	۷۹
۱. بداخلاقی	۷۹
۲. حق‌ستیزی	۸۰
۳. گسسته شدن پیوندها و ارتباطات	۸۰
پنجم. تقویت اراده	۸۱
راه‌های تقویت اراده	۸۲
۱. امیدواری	۸۲
۲. تلقین	۸۲
۳. داشتن اهداف بلند	۸۲
۴. اعتماد به نفس	۸۳
ششم. پرهیز از بی‌احترامی به حریف پیروز	۸۴
آثار و پیامدهای بی‌حرمتی به برندگان	۸۵
پی‌نوشت	۸۸



بخش چهارم: باخت با بازی ضعیف (۱۱۶-۸۹)

اول. پرهیز از القای ناتوانی	۹۲
آثار و پیامدهای القای ناتوانی	۹۲
دوم. پرهیز از فراق‌کنی	۹۴
آثار و پیامدهای پرهیز از فراق‌کنی	۹۴
تحلیل عوامل شکست	۹۵
سوم. سعه صدر	۹۵
آثار و پیامدهای سعه صدر	۹۶
۱. تردیدزدایی	۹۷
۲. افزایش آستانه تحمل	۹۷
۳. نرم‌خویی	۹۷





۴. آرامش و وقار	۹۷
۵. مدیریت احساسات و هیجان‌ها	۹۷
چهارم. امیدواری	۹۸
اثر و پیامدهای ناامیدی	۹۹
۱. عدم بروز استعدادها و شایستگی‌ها	۹۹
۲. کاهش انرژی روانی	۹۹
۳. اندوه و تأسف	۱۰۰
پنجم. پرهیز از کینه‌توزی	۱۰۱
یک. مهم‌ترین عوامل کینه‌توزی	۱۰۱
دو. آثار و پیامدهای کینه‌جویی	۱۰۲
۱. عدم آرامش	۱۰۲
۲. از دست دادن تمرکز	۱۰۲
۳. ایجاد فضای دشمنی	۱۰۲
۴. تخریب انسجام تیمی	۱۰۲
سه. مهم‌ترین مضرات مقایسه کردن با دیگران	۱۰۳
ششم. برنامه‌ریزی برای جبران شکست	۱۰۵
راهبردهای جبران شکست	۱۰۷
یک. مشورت با دیگران	۱۰۷
دو. شکستن روحیه شکست‌پذیری	۱۰۸
سه. توجه به شکست‌های دیگران	۱۰۸
چهار. تغییر مفهوم شکست	۱۰۹
پنج. شروع مجدد	۱۰۹
شش. تقویت اعتماد به نفس	۱۰۹
پی‌نوشت	۱۱۵



سوق دادن جامعه مربیان ورزشی به مربیگری اخلاقی و سرلوحه قرار دادن اصول و ارزش‌های اخلاقی آثار و برکات فراوانی به بار می‌آورد و افزون بر زمینه‌سازی برای رشد و بالندگی اخلاقی مربی، به کسب موفقیت و نتایج مطلوب ترورزشی نیز می‌انجامد. براین اساس لزوم دستیابی مربی به مهارت‌های اخلاقی و پیمودن مسیر اخلاق در عرصه‌های فردی، اجتماعی و حرفه‌ای در کنار آشنایی با مباحث علمی و مهارت‌های تکنیکی، تاکتیکی و ... بیش از پیش آشکار می‌گردد.

فهم جایگاه و اهمیت اخلاق مربیگری، طراحی برنامه‌های ویژه‌ای را برای تحقق این اهداف می‌طلبد. براین اساس جای خالی تدریس اخلاق مربیگری در سرفصل‌های آموزشی دوره‌های مربیگری، یکی از نیازهای مبرم جامعه مربیان کشور بود که با همکاری همه جانبه «دفتر برنامه‌ریزی آموزشی معاونت فرهنگی، آموزش و پژوهش وزارت ورزش و جوانان» و «گروه اخلاق اسلامی دانشگاه معارف اسلامی» تحقق یافت. برای دستیابی به این امر کارگروهی از نخبگان و صاحب‌نظران تشکیل و صلاحیت‌های اخلاقی از طرق ذیل شناسایی گردید:

۱. صلاحیت‌های اخلاقی مربی با در نظر گرفتن اصول مطالعات تطبیقی، در فدراسیون‌ها و مجامع بین‌المللی موازی جستجو و بررسی شد.

۲. صلاحیت‌های اخلاقی مربیان، از طریق سایت ONET - که همه اطلاعات مرتبط با مشاغل مختلف، تعریف و وظایف، دانش، مهارت، توانایی‌ها، محورهای ارزشی و عناوین شرح شغل بیان شده - شناسایی گردید.

۳. تجربیات موجود در برخی فدراسیون‌های ورزشی کشور از طریق نمونه‌گیری هدفمند و با استفاده از پرسش‌نامه باز، احصا گردید.

۴. در ادامه دیدگاه تعدادی از مربیان و کارشناسان برجسته ورزش کشور درباره صلاحیت‌های اخلاقی که یک مربی به آنها نیاز دارد از طریق مصاحبه آزاد شناسایی گردید.

داده‌ها و اطلاعات حاصل از بررسی‌های پیش‌گفته، طی جلسات گروهی و با حضور کارشناسان و مجریان طرح، با یکدیگر ترکیب و تلفیق شدند و با بررسی عمیق و مفهومی هریک از عناوین، صلاحیت‌های مورد نظر

احصا و به ترتیب اهمیت و فراوانی در طبقه مخصوص خود قرار گرفت؛ سپس صلاحیت‌ها در دو مؤلفه آموزشی و غیر آموزشی تبیین گردید. سرفصل‌ها و عناوینی در بخش آموزشی اولویت‌بندی گردید که صلاحیت‌های اخلاقی مورد نظر را در مربی تقویت می‌کند و مربی پس از گذراندن دوره آموزشی، درباره آن شناخت و آگاهی می‌یابد؛ سپس براساس آن محتوای آموزشی‌ای تدوین گردید که به ظرافت‌ها و تخصص‌های خاصی نیاز دارد که با استعانت از خداوند منان و به برکت بهره‌مندی از محضر اساتید محترم اخلاق و تربیت و حضور سالیان طولانی نویسنده در عرصه‌های مختلف مربیگری رشته‌های گوناگون ورزشی کشور تحقق یافت.

بر پایه آن مربیان شرکت‌کننده در هریک از سطوح و دوره‌های مختلف مربیگری با اخلاق مربیگری آشنا می‌گردند:

۱. مربیان در دوره مربیگری درجه سه با اصول و مؤلفه‌های اخلاق مربیگری آشنا می‌گردند.
 ۲. مربیان در دوره مربیگری درجه دو مسئولیت اخلاقی، روش‌ها و مهارت‌های آن را فرا می‌گیرند.
 ۳. مربیان در دوره مربیگری درجه یک نیز با مسائل و موقعیت‌های اخلاقی در عرصه مربیگری آشنا می‌شوند.
- بر خود لازم می‌دانم صمیمانه تلاش وافر فرهیختگانی را ارج بگذارم که زمینه شکل‌گیری این اثر را فراهم نمودند: از جناب آقای **دکتر سلطانی‌فر** (وزیر محترم ورزش و جوانان)، دکتر سید عبدالحمید احمدی (معاون محترم فرهنگی، آموزش و پژوهش وزارت ورزش و جوانان) و جناب آقای دکتر افشین ملایی سفیددشتی (مدیرکل محترم دفتر برنامه‌ریزی آموزشی) که مجدانه پیگیر به ثمر نشستن این اثر بودند، و همکاران ایشان به‌ویژه جناب آقای دکتر کوروش فتحی (اجارگاه (مشاور علمی طرح)، جناب آقای حمید باقرنیا (معاون محترم دفتر برنامه‌ریزی آموزش) و سرکار خانم امین (مشاور محترم آموزش معاونت) که از هیچ کوششی در تحقق کار دریغ نکردند و از پیگیری‌های مجدانه جناب آقای دکتر دلفان (رئیس محترم گروه نیازسنجی و برنامه‌ریزی آموزشی) قدردانی می‌گردد؛ همچنین از جناب آقای دکتر روح‌الله شاکری (ریاست محترم دانشگاه معارف اسلامی) و همکاران ایشان در معاونت پژوهشی دانشگاه، به‌ویژه جناب آقای دکتر حسین ارجینی (معاون محترم پژوهشی دانشگاه)، دکتر محمدجواد فلاح (مدیر محترم گروه اخلاق اسلامی دانشگاه معارف اسلامی) که ضمن داوری اثر، نکات اصلاحی و پیشنهادهای سازنده‌ای در بهبود اثر ارائه کرده‌اند، دکتر مهدی فدایی، دکتر سید سعید روحانی (مدیر محترم امور پژوهشی) و همه کوشندگان معاونت پژوهشی دانشگاه معارف اسلامی صمیمانه سپاسگزاری نموده و برای همگان آرزوی توفیق روزافزون دارم.

از همه مربیان و کارشناسان فرهیخته می‌خواهم با بیان دیدگاه‌ها و پیشنهادهای خود، اینجانب را در رفع نواقص اثر حاضر یاری رسانند.