



ارتباط بین عادات ورزشی و هوش اخلاقی

دکتر رزا رهاوی عزآبادی^{۱*}، دکتر محمدحسین فلاح^۲، عباسعلی پاپوش^۳

۱. گروه رفتار حرکتی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه الزهرا

۲. گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یزد

۳. گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یزد

(تاریخ دریافت: ۹۵/۱۲/۲، تاریخ پذیرش: ۹۶/۲/۱۲)

چکیده

زمینه: یکی از مسایل مهم تربیتی در عصر حاضر، تأکید بر رشد اخلاقی افراد است. از این رو تحقیق حاضر سعی دارد از دید فعالیت بدنی و سبک زندگی به بررسی ارتباط بین عادات ورزشی با هوش اخلاقی افراد پردازد.

روش: تحقیق حاضر از نوع توصیفی همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش اعضای هیأت علمی دانشگاه‌های استان یزد را شامل می‌شود که نمونه‌ای به حجم ۱۴۴ نفر از طریق نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه بین‌المللی فعالیت بدنی (IPAQ) و پرسشنامه هوش اخلاقی (MCI) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از روش ضربی همبستگی پیرسون تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد بین عادات ورزشی با هوش اخلاقی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین بین عادات ورزشی با خرد مقیاس‌های هوش اخلاقی ارتباط معنی‌دار و مثبتی وجود دارد.

نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان می‌دهد بین سبک زندگی فعال با هوش اخلاقی افراد ارتباط مستقیمی دارد. از این رو توجه به فعالیت بدنی، یکی از فاکتورهای مهم بهزیستی محسوب می‌شود و با پرداختن به آن انسان در برابر سختی‌ها استقامت و توان ایستادگی بالایی به دست می‌آورد. برهمین اساس به افراد توصیه می‌شود برای دست یابی به کمال و تأثیرگذاری بیشتر در جامعه به فعالیت بدنی در شیوه زندگی خود توجه ویژه‌ای داشته باشد.

کلید واژگان: اخلاق، هوش اخلاقی، عادات ورزشی

سرآغاز

رشد اخلاقی^۱ افراد از مهم‌ترین جنبه‌های رشدی انسان برای دست یافتن به اهداف عالیه آفرینش است. علم اخلاق^۲، علمی است که انواع صفات خوب و بد و همچنین کیفیت اکتساب^۳ این صفات و یا دور کردن آن را نشان می‌دهد^(۱). به عبارتی اخلاق یعنی حکومت عقل و اراده بر وجود انسان^(۲). یا به تعییری اخلاق عبارت از قاعدة اصول اخلاقی و ارزش‌هایی که بر رفتار فردی یا جمعی با عنوان درست یا غلط بودن حاکمیت دارد^(۳).

طبق تحقیقاتی که انجام شده هوش به ۱۱ دسته تقسیم می‌شود: هوش تصویری یا فضایی^۴، هوش زبان شناختی^۵، هوش منطقی ریاضی^۶ هوش موسیقیایی^۷، هوش جسمی حرکتی^۸، هوش میان فردی^۹ هوش درون فردی^{۱۰}، هوش طبیعت^{۱۱}، هوش هیجانی^{۱۲}، هوش معنوی^{۱۳} و هوش اخلاقی^{۱۴} به عنوان توانایی کاربرد اصول اخلاق جهانی، در اخلاقیات، اهداف و ارتباطات یک فرد به صور صحیح است^(۱۰-۴). در سخنی

دیگر هوش اخلاقی یعنی توانایی در ک درست از نادرست این عبارت به معنی برخوردار بودن از عقاید راسخ و قوی و عمل به آنهاست به گونه‌ای که فرد به شیوه‌ای صحیح و محترمانه رفتار کند^(۵, ۱۱). به عبارتی اخلاقیات یک اولویت است، و افراد، تمایل ذاتی برای فعالیت با درستی، مسئولیت، دلسوی و بخشندگی دارند^(۲). هوش اخلاقی اعتقاد عمیق به ارزش‌های فرد است، که تمامی افکار و فعالیتها را هدایت می‌کند. محققان فاکتورهای زیادی را در رابطه با رشد اخلاقی موثر بنام می‌کنند. محققان ارزش‌های فردی را در این رابطه با رشد اخلاقی موثر بنام می‌کنند. برداشتن که در این بین می‌توان از آثار تمرین بدنی و عادات ورزشی^{۱۵}، یاد کرد و می‌توان گفت با شرکت در فعالیت عضلانی و تمرین نتایج مختلفی حاصل می‌شود که یکی از این نتایج رشد اخلاقی افراد است^(۱۳). افراد با هوش اخلاقی قوی کار درست انجام می‌دهند؛ اعمالشان پیوسته با ارزش‌ها و با عقاید آنها هماهنگ است و همیشه کارها را با اصول اخلاقی پیوند می‌دهند^(۱۴). علاوه بر این باید گفت ورزش و پرداختن به فعالیت‌های ورزشی امروز به

* نویسنده مسؤول؛ نشانی الکترونیکی: R.Rahavi @ Alzahra.ac.ir



محل دانشگاه در اختیار استاد قرار گرفت و پس از پاسخگویی جمع‌آوری شد. نرمال بودن داده‌ها با استفاده از آزمون نرمالیتی کولموگروف - اسپیرنوف بررسی شد. برای تجزیه و تحلیل یافته‌ها و بررسی ارتباط متغیرها از ضریب همبستگی پرسون استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با نرم افزار آماری SPSS نسخه 20 در سطح معنی‌داری 0/05 انجام شد.

یافته‌ها

رابطه بین عادات ورزشی با هوش اخلاقی با استفاده از ضریب همبستگی گشتاوری پرسون بررسی شد. تحلیل‌های مقدماتی برای اطمینان از عدم تخطی از مفروضه‌های بهنجاری، خطی بودن و یکسانی پراکندگی انجام گرفت. به طور کلی همبستگی مثبت و قوی بین دو متغیر وجود داشت ($p=0/001$)؛ و سطوح بالای عادات ورزشی با سطوح بالای هوش اخلاقی مرتبط بود. همچنین همبستگی مثبت و قوی بین خردۀ مقیاس‌های هوش اخلاقی و عادات ورزشی ($p<0/001$)، وجود داشت (جدول 1).

جدول 1. میزان همبستگی عادات ورزشی و خردۀ مقیاس‌های هوش اخلاقی

مقدار همبستگی	معنی داری	تعداد	
+0/984	0/001	144	عادات ورزشی و هوش اخلاقی
+0/984	0/001	144	عادات ورزشی و عملکردیمتی
	براصول		
+0/726	0/001	144	عادات ورزشی و راستگویی
+0/765	0/001	144	عادات ورزشی و استقامت ویافشاری
	برای حق		
+0/934	0/001	144	عادات ورزشی و پاییندی به عهد
+0/517	0/001	144	عادات ورزشی و مسئولیت پذیری
	برای تضمیمات شخصی		
+0/641	0/001	144	عادات ورزشی و اقرار به اشتباهات و شکستها
+0/791	0/001	144	عادات ورزشی و قبول مسئولیت برای خدمت به دیگران
+0/681	0/001	144	عادات ورزشی و اهمیت دادن خودجوش به دیگران
+0/733	0/001	144	عادات ورزشی و توانایی در بخشش اشتباهات خود
+0/736	0/001	144	عادات ورزشی و توانایی در بخشش اشتباهات دیگران

حدی از گسترش و توسعه رسیده است که نشان دهنده ارزش‌ها، ساختار و نیروهای محرك جامعه می‌باشد و ویژگی‌های اجتماعی را بازتاب می‌کند. به عبارتی اغلب بر این باورند که شجاعت، ایثار، نظم و پشتکار از جمله ویژگی‌هایی هستند که با عادات ورزشی و ورزش قابل دسترسی‌اند (15). از طرفی فعالیت‌بدنی یکی از عوامل تاثیر گذار بر صفات شخصیتی است (13). همچنین در مورد اهمیت توجه به ابعاد جسمانی انسان و ارتباط آن با روح و اخلاقیات فرد می‌توان به آیات و روایات اسلامی و قرآن اشاره کرد که در پاره‌ای از آیات می‌فرماید: ما به او وسعت علمی و سلامتی بخشدیدم به این معنی که، فردی می‌تواند شایسته هدایت‌گری باشد که دارای دو صفت مذکور نیز باشد (16). در احادیث و روایات مختلفی نیز از ائمه نقل شده است، که به بعد جسمانی انسان به خاطر تأثیر زیادی که جسم و روح بر روی هم دارند اشاره دارد (17-19). مراکز آموزش عالی همواره از نهادهای پیشتاز حرکت‌های فرهنگی و اجتماعی بوده‌اند آن چنان که باورها و اعتقادات آن به سرعت در جامعه نفوذ می‌کند و این امر به دلیل آن است که آموزش عالی از تاثیر گذارترین محیط‌ها برای نهادینه کردن اصول و ارزش‌های اخلاقی محسوب می‌گردد. بنابراین آموزش عالی در تغییر و تحولات جوامع انسانی نقش مهمی ایفا کرده است. به طوری که بودن در نظر گرفتن این نقش نمی‌توان مسیر توسعه جوامع را بررسی کرد (20). لذا در این راستا افرادی که در نظام تعلیم و تربیت به آموزش افراد مشغولند، رسالتی بزرگ، در ایجاد و شکوفایی چنین توانایی‌هایی در افراد جامعه بر عهده دارد (13). بنابراین این افراد، به دلیل تأثیر گذاری خود می‌باشند. ابتدا انسان‌های خود ساخته‌تری نسبت به افراد جامعه باشند. چرا که شغل این افراد در ردیف حساس‌ترین مشاغل جوامع قرار دارد و هرگونه، انحرافی از سوی این افراد، می‌تواند انسان‌های زیادی را تحت الشاعع، قرار دهد. بنابراین پرداختن به کشف علل و دلایل کمنگی هوش اخلاقی در آنها می‌تواند بسیار حائز اهمیت باشد. لذا محقق در صدد پاسخگویی به این سوال است که: آیا بین عادات ورزشی و هوش اخلاقی و خردۀ مقیاس‌های آن ارتباط وجود دارد؟

روش

این تحقیق به لحاظ هدف کاربردی و به لحاظ ماهیت و روش، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر اعضای هیات علمی دانشگاه‌های یزد بودند. تعداد 144 نفر از طریق فرمول کوکران با نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. در این بین تعداد 113 نفر از آزمودنی‌ها مرد که 78.5 درصد حجم نمونه و 31 نفر زن که 21.5 درصد حجم نمونه بودند. ابزار تحقیق حاضر پرسشنامه هوش اخلاقی (MCI) که روایی 0/84 و پایابی 0/90 محسوسه گردید و آلفای کرونباخ به دست آمده برای 10 مؤلفه اصلی هوش اخلاقی از 0/74 تا 0/84 بود (8). همچنین از پرسشنامه بین‌المللی فعالیت‌بدنی (IPAQ) که روایی آن توسط 12 کشور در زمینه پزشکی و علوم ورزشی در سال 2003 تأیید گردیده است و پایابی آن 0/72 است، استفاده شد (21). پرسشنامه‌ها در



ملاحظه‌های اخلاقی

در این پژوهش با معرفی منابع مورد استفاده، اصل اخلاقی امانتداری علمی رعایت و حق معنوی مؤلفین آثار محترم شمرده شده است. همچنین در این پژوهش اصول اخلاقی رضایت آگاهانه، حفظ حریم خصوصی، ناشناس بودن پاسخگویان و محترمانه بودن اطلاعات در مورد آزمودنی‌های تحقیق رعایت گردیده است.

سپاسگزاری

پژوهشگران بر خود لازم می‌دانند تا از تمام کسانی که در این پژوهش همکاری نموده‌اند، به ویژه استادی دانشگاه که صمیمانه گروه پژوهش را یاری نمود اند و نقش مهمی در تحقیق بر عهده داشته است، مراتب تشکر و قدردانی را به عمل آورند.

واژه‌نامه

1.moral development	رشد اخلاقی
2.moral science	علم اخلاق
3.acquisition	اکتساب
4.video or space intelligence	هوش تصویری یا فضایی
5.linguistic intelligence	هوش زبان شناختی
6.logical-mathematical intelligence	هوش منطق ریاضی
7.musical intelligence	هوش موسیقیایی
8.intelligence physical motor	هوش جسمی حرکتی
9.interpersonal intelligence	هوش میان فردی
10.intrapersonal intelligence	هوش درون فردی
11.ure intelligence	هوش طبیعت
12.tional intelligence	هوش هیجانی
13.ritual intelligence	هوش معنوی
14.al intelligence	هوش اخلاقی
15.rcise habits	عادات ورزشی

References

- Eskandari MH.(1998). Moral in the Quran: a series of lessons MohammadTaqi Mesbah Yazdi. Qom: Imam Khomeini Education and Research Institute.p. 352.
- Mesbah Yazdi MT.(1995). moral philosophy lessons. Tehran: Information. p. 204.
- Hasani M, Abbasi Khaljiri S, Ghalavandi H.(2017). Perceived human resource practices & its relation with positive attitudes toward work & organizational ethics. Ethics in Science & Technology; 2;11(4):90-100. (in persian).
- Aslankhani MA, Shams A, Shamsipoor Dehkordi P.(2008) The relationship among personality

هدف تحقیق حاضر بررسی ارتباط بین عادات ورزشی و هوش اخلاقی بود. نتایج تحلیل آماری رابطه قوی و مثبت بین دو متغیر عادات ورزشی با هوش اخلاقی و همچنین به‌طور خاص خرده مقیاس‌های هوش اخلاقی با عادات ورزشی نشان داد. نتایج تحقیق حاضر با نتایج یافته‌های تحقیقی که نشان داد با تقویت یکی از ابعاد وجودی افراد، مثل بعد جسمانی، می‌توان ابعاد دیگر همچون بعد آگاهی یا توسعه حالات شخصی از بعد معنوی آنها را تقویت کرد و سبب ارتقای سطح جسمانی و روان شناختی آنها شد همواست است (10). همچنین بررسی انجام شده در کانادا نشان داد هوش اخلاقی واسطه روابط بین شخصیت و رفتار ورزشی است (13). همچنین نتایج یک مطالعه در تایوان نشان داد افراد ورزشکار نسبت به غیر ورزشکاران از هوش اخلاقی بیشتری برخوردار هستند، که با نتایج تحقیق حاضر در مورد تاثیر عادات ورزشی بر هوش اخلاقی همسو است (22). با توجه به سخنان بزرگان دین که فرمودند: تمامیت خودروری در بردبازی است (19). در این سخن اگر خرد را نماد هوش و فرهیختگی، و بردبازی را نشانه‌ای از اخلاق و فرزانگی در نظر بگیریم مفهوم «هوش اخلاقی» در وسیع ترین و عمیق‌ترین مفهوم خود نمایان می‌گردد (19). در واقع هدف عقلانیت و هوشمندی، دست یافتن به بردبازی و اخلاق نیک است و ارزش‌های والا در خویشنده داری نهفته است؛ زیرا که کسی که بردباز باشد می‌تواند با تکیه بر اصول فکری و باورهای خود عمل کند و خطاهای او کمتر می‌شود، تمامی این‌ها رابطه مستقیم با فعالیت‌های بدنی و ورزش دارد (23). یا می‌توان به سخنان بزرگان دین که در رساله حقوق امده است اشاره کرد که می‌فرمایند: «بدن تو بر تو حقی دارد. حق آنست که آن را سالم نیرومند و مقاوم در برابر شداید و سختی‌ها و در کمال نشاط نگهداری» به این معنی که جدا از واجب بودن توجه و دقت در سلامتی و حفظ سلامت جسمانی با پرداختن به ورزش و تربیت‌بدنی استقامت و پاپشاری برای حق و توان ایستادگی در برابر سختی‌ها، استحکام اراده را در فرد ایجاد می‌کند (18). بنابراین توصیه می‌شود تمامی افراد جوامع برای دستیابی سریع‌تر به کمال به فعالیت‌بدنی در شیوه زندگی خود توجه ویژه‌ای داشته باشند و کلاس‌های دانش افزایی و اختصاصی فضاهای ورزشی در جهت بهبود سبک زندگی فعال در بین اعضای هیات علمی رونق گیرد تا بهره‌گیری از پیامدهای مطلوب حرکت و فعالیت بدنی در جهت پیشبرد اهداف عالیه نظام تربیتی نیز گام‌های اثر بخشی را داشته باشد.

نتیجه‌گیری

با کمی تفکر و تأمل پیرامون برترین موهبت الهی یعنی سلامتی روحی و جسمی که موتور محركه انسان‌ها می‌باشد، می‌توان از طریق پرداختن به فعالیت‌های بدنی و ورزش که منشأ پویایی، نشاط همچنین مساعدت برای اکتساب و پرورش برخی صفات انسانی است بهره گرفت.



14. Sohrabi R, Parvari P.(2017). Perceived the relationship between moral intelligence with self-esteem staf. Ethics in Science & Technology;2;11(4):101-6. (in persian).
15. Keefer KV, Parker JD, Saklofske DH.(2009). Emotional intelligence and physical health: Assessing emotional intelligence. Netherland: Springer. Pp. 191-218.
16. Makarem Shirazi N.(2014). Wise Qur'an and description of selected verses. 11th ed. Qom: Nashta Publication.
17. Majlesi MMB(1985). Behar al-anvar. Tehran: Islamia.
18. Mirzaii A. (2011). NahjALfesahe. 5thed. Qom: Occultation Era.
19. Tamimi Ahmadi A.(2016). Ghurar al-Hikam and Durar al-Kalim. Tehran: Dar al-hadis.
20. Arianpoor M, Mehrabi N.(2017). Obligations & strategies of professional ethic in higher education system. Ethics in Science & Technology; 11(4):17-23. (in persian).
21. Fogelholm M, Malmberg J, Suni J, Santtila M, Kyröläinen H, MÄntysaari M, et al.(2006). International physical activity questionnaire: validity against fitness. Medicine and Science in Sports and Exercise; 38(4):753-60.
22. Li GS-F, Lu FJ, Wang AH-H.(2009) Exploring the relationships of physical activity, emotional intelligence and health in Taiwan college students. Journal of Exercise Science & Fitness;7(1):55-63.
23. LUO S-s, LEI F-f, ZHANG Q-l.(2009). Research on influence of emotional intelligence to University teaching of physical education. Journal of Xiangnan University; 5:030.
- characteristic and emotional intelligence of the elite and non-elite adult athletes. Human Movement Sciences; (1):3-11. (in persian).
5. Borba M. (2001).Building moral intelligence: The seven essential virtues that teach kids to do the right thing. USA: Jossey-Bass.
6. Dance A.(2016). A dose of intelligence. Nature Research ;531 (7592):S2-S3
7. Ghanaei A, Karshki H.(2011). The effect of ryhtmic movments sport on objective intelligenc of preschoolers . Research in Clinical Psychology and Counselings;1(1):167-78. (in persian).
8. Lennick D, Kiel F.(2005). Linking strong moral principles to business success. Pennsylvania: Wharton School of the University of Pennsylvania.
9. Lotfi Nezhad F, Moghadam A, Rezaei M, Sane MA.(2012). Comparing of intrapersonal intelligence athlete and non-athlete students according their superior hand. Yazd: National Conference on Applied Physical Education and Sport Sciences, Islamic Azad University Taft.
10. Peymanfar MH, Sa'atchian V, Eghbali B, Peymanfar HR.(2012). Structural model of factors influencing the spiritual intelligence of the Zorkhaneh athletes. Sport Psychology Studies;1(1):57-68. (in persian).
11. Pahlavani F, Azizmalayeri K.(2016). The relationship between moral intelligence with organizational development. Human Resource Management;3(6):31-8.
12. Pakdel L, Sharifi S. (2016). Moral intelligence relationship with job satisfaction and organizational deviant behaviors youth and sports department of Fars Province. International Business Management;10(7):1151-61.
13. Saklofske DH, Austin EJ, Rohr BA, Andrews JJ.(2007). Personality, emotional intelligence and exercise. Journal of Health Psychology;12(6):937-948.