

The importance of ethical role models in life skills learning for youth

Vahideh Ebrahimzadeh Attari* 

Department of Biochemistry and Nutrition, Faculty of Nutrition and Food Sciences, Tabriz University of Medical Sciences, Tabriz, Iran

ARTICLE INFO

Article Type:

Letter to Editor

Article History:

Received: 23 Feb 2026

Accepted: 16 Mar 2026

ePublished: 4 Apr 2026

Keywords:

- Ethical Role Models
- Life Skills
- Youth
- Spiritual Identity
- Mental Health

Abstract

Background. Life skills—including self-awareness, empathy, emotional regulation, and problem-solving—are not merely a set of psychological techniques; rather, they are rooted in individual character and morality. Ethical role models, as living and tangible exemplars, play a key role in transmitting spiritual values and facilitating the internalization of life skills. This editorial aims to elucidate the role and position of ethical role models in teaching life skills to youth through an interdisciplinary approach.

Results. Research in the field of mental health indicates that youth who benefit from clear ethical and spiritual role models experience higher levels of life purpose, hope, psychological resilience, and social responsibility. Conversely, the absence of credible role models or exposure to superficial models leads to value confusion, existential emptiness, and diminished mental health. In fact, practical ethical role models, as living exemplars, facilitate the process of internalizing values.

Conclusion. Highlighting ethical models that integrate spirituality with ethics, social commitment, and life purpose can strengthen spiritual identity and promote mental health among the younger generation. This requires moving beyond presenting unattainable idealized models toward introducing practical human exemplars who demonstrate spiritual growth as a dynamic, gradual, and achievable process.

How to cite this article: Ebrahimzadeh Attari V. The importance of ethical role models in life skills learning for youth. *Spirituality Research in Health Sciences*. 2026;4(1): 1-4. doi: 10.34172/srhs.2026.001 (Persian)

Youth is an important stage in the trajectory of human development—a period in which individuals not only seek to consolidate their personal and social identity but also seriously confront fundamental questions about meaning, values, and the purpose of life. In other words, youth is a time of identity formation and role modeling. Spiritual identity can be understood as the outcome of internalizing values, beliefs, and meanings that individuals adopt as their guide in life. Unlike certain dimensions of identity that are primarily shaped through social role experimentation, spiritual identity is deeply influenced by relational and observational experiences¹. Bandura's social learning theory demonstrates that a significant portion of human learning—particularly in the domain of values and norms—occurs through observation and identification

with meaningful role models. From this perspective, ethical role models—whether prophets and Imams, parents, teachers, public figures, or even cultural icons—play a key role in transmitting spiritual values².

Life skills—including self-awareness, empathy, emotion management, and problem-solving—are not merely a collection of psychological techniques; rather, they are rooted in individual character and ethics. Teaching these skills through textbooks and classroom lectures often results in abstract knowledge that proves ineffective in real-life situations. What today's youth truly need is to observe ethics in action. Practical ethical role models, as living exemplars, facilitate the internalization of values. When a young person witnesses patience, honesty, and resilience in their role model's practical behavior, learning stress

*Corresponding author; Email: ebrahimzadeh.va@gmail.com

2026 ©The Authors. This is an Open Access article published by Tabriz University of Medical Sciences under the terms of the Creative Commons Attribution CC BY 4.0 License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited

management or effective communication becomes a lived experience^{3,4}.

Although the definition of success in the contemporary world is often limited to material achievements and professional status, research in mental health demonstrates that sustainable success and well-being depend primarily on ethical intelligence. True success in life is the embodiment of awareness in action—the transformation of the knowledge of living into the art of being^{5,6}. Young people who grow up under the influence of practical ethical role models possess a powerful inner compass when facing life's ethical dilemmas. Such individuals gain public trust in professional and social environments, take the lead in teamwork due to their spirit of sacrifice and cooperation, and, in the face of setbacks, employ the skill of ethical meaning-making rather than collapse. Therefore, in the age of digital media—where false and superficial models are abundantly available—introducing and highlighting practical ethical models that combine "expertise" and "commitment" is a strategic necessity^{4,7}.

An important point is that the influence of ethical models extends beyond direct instruction or verbal advice. What most significantly affects the formation of spiritual identity in youth is the "concrete embodiment of values" in the models' behavior and lifestyle. Young people at this stage are sensitive to discrepancies between words and deeds, and they respond more to the authenticity and inner coherence

of role models than to the acceptance of abstract teachings. Hence, an ethical model becomes inspirational when they present spirituality not as an ethical slogan but as a lived way of being in the world^{4,8}.

In the religious tradition and Islamic anthropology, ethical role models hold a central position. The concept of *Uswah* (exemplar) in the Holy Quran refers precisely to this guiding role—a model that not only shows the way but also provides the possibility of "becoming" for human beings. Accordingly, humans possess a meaning-seeking and perfection-seeking nature (*fitrah*), but the flourishing of this nature depends on encountering tangible and imitable examples. In this context, educational, media, and religious systems bear an important responsibility. Highlighting models that connect spirituality with ethics, social commitment, and life purpose can strengthen the spiritual identity of youth. This requires moving beyond presenting unattainable idealized models toward introducing practical human exemplars—models that depict the path of spiritual growth as a dynamic, gradual, and achievable process.

Therefore, attending to the role of ethical models is not merely an educational or cultural concern but a necessity in youth mental health policymaking, and interdisciplinary scientific engagement with this subject can open new horizons for enhancing the mental and spiritual health of the younger generation.

نقش الگوهای اخلاقی در آموزش مهارت‌های زندگی جوانان

وحیده ابراهیم زاده عطاری^{ID}

دانشکده تغذیه و علوم غذایی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران

چکیده

زمینه. مهارت‌های زندگی شامل خودآگاهی، همدلی، مدیریت هیجان و حل مسئله، صرفاً مجموعه‌ای از تکنیک‌های روان‌شناختی نیستند؛ بلکه ریشه در منش و اخلاق فردی دارند. الگوهای اخلاقی به‌عنوان مدل‌های زنده و عینی، نقشی کلیدی در انتقال ارزش‌های معنوی و تسهیل فرآیند درونی‌سازی مهارت‌های زندگی ایفا می‌کنند. هدف این نوشتار، تبیین نقش و جایگاه الگوهای اخلاقی در آموزش مهارت‌های زندگی جوانان با رویکردی میان‌رشته‌ای است.

یافته‌ها. پژوهش‌های حوزه سلامت روان نشان می‌دهد که جوانانی که از الگوهای اخلاقی و معنوی روشن برخوردارند، سطح بالاتری از هدفمندی زندگی، امید، تاب‌آوری روانی و مسئولیت‌پذیری اجتماعی را تجربه می‌کنند. در مقابل، فقدان الگوهای معتبر یا مواجهه با الگوهای سطحی، به سردرگمی ارزشی، پوچی و کاهش سلامت روان منجر می‌شود. درحقیقت الگوهای اخلاق عملی به‌عنوان مدل‌های زنده، فرآیند درونی‌سازی ارزش‌ها را تسهیل می‌کنند.

نتیجه‌گیری. برجسته‌سازی الگوهایی که معنویت را با اخلاق، تعهد اجتماعی و هدفمندی زندگی پیوند می‌زنند، می‌تواند به تقویت هویت معنوی و ارتقای سلامت روان نسل جوان کمک کند. این امر مستلزم عبور از ارائه الگوهای آرمانی دست‌نیافتنی به‌سوی معرفی الگوهای انسانی عملی است که مسیر رشد معنوی را فرآیندی پویا، تدریجی و امکان‌پذیر نشان می‌دهند.

اطلاعات مقاله

نوع مقاله:

نامه به سردبیر

سابقه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۴/۱۲/۴

پذیرش: ۱۴۰۴/۱۲/۲۵

انتشار برخط: ۱۴۰۵/۱/۱۵

کلیدواژه‌ها:

- الگوهای اخلاقی
- مهارت‌های زندگی
- جوانان
- هویت معنوی
- سلامت روان

بلکه ریشه در منش و اخلاق فردی دارند. آموزش این مهارت‌ها از طریق متون درسی و سخنرانی‌های کلاسی، اغلب به دانش انتزاعی ختم می‌شود که در موقعیت‌های بحرانی زندگی کارایی لازم را ندارد. اما آنچه جوان امروز به آن نیاز دارد، مشاهده‌ی اخلاق در عمل است. الگوهای اخلاق عملی به‌عنوان مدل‌های زنده، فرآیند درونی‌سازی ارزش‌ها را تسهیل می‌کنند. وقتی یک جوان شاهد صبر، صداقت و تاب‌آوری در رفتار عملی الگوی خود است، یادگیری مهارت مدیریت استرس یا ارتباط موثر از حالت تئوری خارج شده و به یک تجربه زیسته بدل می‌شود^{۴۳}.

اگرچه تعریف موفقیت در دنیای معاصر اغلب به دستاوردهای مادی و رتبه‌های شغلی محدود شده است با این حال، پژوهش‌های حوزه سلامت روان نشان می‌دهند که موفقیت پایدار و احساس بهزیستی، بیش از هر چیز به هوش اخلاقی وابسته است. موفقیت واقعی در زندگی، تبلور آگاهی در رفتار و تبدیل شدن دانش زیستن به هنر بودن است^{۴۵}. جوانانی که تحت تأثیر الگوهای اخلاق عملی رشد می‌کنند، در مواجهه با دوراهی‌های اخلاقی زندگی، از قطب‌نمای درونی قدرتمندی برخوردارند. این افراد در محیط‌های کاری و

جوانی مرحله‌ای تعیین‌کننده در مسیر رشد انسان است؛ دوره‌ای که در آن، فرد نه‌تنها در پی تثبیت هویت فردی و اجتماعی خویش است، بلکه به‌طور جدی با پرسش‌های بنیادین درباره معنا، ارزش‌ها و هدف زندگی مواجه می‌شود. به عبارت دیگر دوران جوانی، دوران هویت‌یابی و الگوپذیری است. هویت معنوی را می‌توان حاصل درونی‌سازی ارزش‌ها، باورها و معنایی دانست که فرد آن‌ها را راهنمای زندگی خود تلقی می‌کند. این هویت، برخلاف برخی ابعاد هویت که بیشتر از طریق نقش‌آزمایی اجتماعی شکل می‌گیرند، به‌شدت تحت تأثیر تجربه‌های رابطه‌ای و مشاهده‌ای است^۱. نظریه یادگیری اجتماعی بندورا نشان می‌دهد که بخش قابل توجهی از یادگیری انسان، به‌ویژه در حوزه ارزش‌ها و هنجارها، از طریق مشاهده و همانندسازی با الگوهای معنادار صورت می‌گیرد. از این منظر، الگوهای اخلاقی—اعم از انبیا و ائمه اطهار، والدین، معلمان، شخصیت‌های اجتماعی یا حتی چهره‌های فرهنگی—نقشی کلیدی در انتقال ارزش‌های معنوی ایفا می‌کنند^۲.

مهارت‌های زندگی شامل خودآگاهی، همدلی، مدیریت هیجان و حل مسئله، صرفاً مجموعه‌ای از تکنیک‌های روان‌شناختی نیستند؛

* نویسنده مسؤول: ایمیل: ebrahimzadeh.va@gmail.com

نقش هدایت‌گر است؛ الگویی که نه تنها راه را نشان می‌دهد، بلکه امکان «شدن» را برای انسان فراهم می‌سازد. بر این اساس، انسان واجد فطرتی معناگرا و کمال‌جوست، اما شکوفایی این فطرت در گرو مواجهه با نمونه‌های عینی و قابل اقتداست. در این میان، نظام‌های آموزشی، رسانه‌ای و دینی مسئولیت مهمی بر عهده دارند. برجسته‌سازی الگوهایی که معنویت را با اخلاق، تعهد اجتماعی و هدفمندی زندگی پیوند می‌زنند، می‌تواند به تقویت هویت معنوی جوانان کمک کند. این امر مستلزم عبور از ارائه الگوهای آرمانی دست‌نیافتنی و حرکت به سوی معرفی الگوهای انسانی عملی است؛ الگوهایی که مسیر رشد معنوی را فرآیندی پویا، تدریجی و امکان‌پذیر نشان می‌دهند. بنابراین، توجه به نقش الگوهای اخلاقی نه تنها یک دغدغه تربیتی یا فرهنگی، بلکه یک ضرورت در سیاست‌گذاری سلامت روان جوانان است و پرداختن علمی و میان‌رشته‌ای به این موضوع، می‌تواند افق‌های تازه‌ای برای ارتقای سلامت روان و معنوی نسل جوان بگشاید.

اجتماعی اعتماد عمومی را جلب می‌کنند، در کارهای تیمی به دلیل روحیه ایثار و همکاری، پیشرو هستند و در برابر شکست‌ها، به جای فروپاشی، از مهارت معنابخشی اخلاقی استفاده می‌کنند. بنابراین در عصر رسانه‌های دیجیتال که الگوهای کاذب و سطحی به وفور در دسترس هستند، معرفی و برجسته‌سازی الگوهای اخلاق عملی که ترکیبی از "تخصص" و "تعهد" را ارائه می‌دهند، یک ضرورت استراتژیک است^۶. نکته حائز اهمیت آن است که تأثیر الگوهای اخلاقی، صرفاً به آموزش مستقیم یا توصیه‌های کلامی محدود نمی‌شود. آنچه بیش از هر چیز در فرآیند شکل‌گیری هویت معنوی جوانان اثرگذار است، «تجسم عینی ارزش‌ها» در رفتار و سبک زندگی الگوهاست. جوانان در این مرحله، نسبت به ناهماهنگی میان گفتار و کردار حساس‌اند و بیش از پذیرش آموزه‌های انتزاعی، به اصالت و انسجام درونی الگوها واکنش نشان می‌دهند. از این رو، الگوی اخلاقی زمانی الهام‌بخش می‌شود که معنویت را نه به عنوان شعاری اخلاقی، بلکه به مثابه شیوه‌ای زیسته از بودن در جهان عرضه کند^۷. در سنت دینی و انسان‌شناسی اسلامی نیز، الگوهای اخلاقی جایگاهی محوری دارند. مفهوم «اسوه» در قرآن کریم ناظر بر همین

References

- 1- Lerner RM, Lerner JV, Benson JB. Positive youth development: research and applications for promoting thriving in adolescence. *Adv Child Dev Behav*. 2011;41:1-17. doi: 10.1016/b978-0-12-386492-5.00001-4.
- 2- Koutroubas V, Galanakis M. Bandura's Social Learning Theory and Its Importance in the Organizational Psychology Context. *J psychol res*. 2022;12(6):315-22. doi:10.17265/2159-5542/2022.06.001
- 3- DeJaeghere J, Murphy-Graham E. Life skills education for youth: Critical perspectives. Springer Nature; 2022.
- 4- Sanderse W. Adolescents' moral self-cultivation through emulation: Implications for modeling in moral education. *J Moral Educ*. 2024;53(1):139-56. doi: 10.1080/03057240.2023.2236314
- 5- Yaghoubi H, Shalchi B, Sheikhi S. The Structural Relationship of Moral Intelligence and SelfEfficacy with Students' Addiction. *J Police Med*. 2022;11(1):e21.

- 6- Kheirey Y, Shafiee-Kandjani AR, Eskandarpour F, Pourhassan S, Shalchi B. The Association between Moral Intelligence and Communication Skills with Internet Addiction: The Mediating Role of Psychological Distress in Secondary School Students of Tabriz, Iran. *J Caring Sci*. 2024;14(1):42-51. doi: 10.34172/jcs.025.33745
- 7- Sanderse W. The meaning of role modeling in moral and character education. *J Moral Educ*. 2013;42(1):28-42. doi: 10.1080/03057240.2012.690727
- 8- Liddell DL, Cooper DL, Healy MA, Stewart DL. Ethical elders: Campus role models for moral development. *About Campus*. 2010;15(1):11-7. doi: 10.1002/abc.200