



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۱۲/۲۰

بررسی ضرورت و اهمیت تربیت سواد مهارت زندگی در مدارس

کوثر خلیلی^۱، استلا مرتوخ زاده^۲، نرجس خاتون زکوی^۳، زهرا اقبال^۴

۱- کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه

۲- کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی دانشگاه آزاد ارومیه

۳- کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه غیرانتفاعی آمل - آمل

۴- کارشناسی ریاضی دانشگاه آزاد اسلامی استهبان

narjeskhatoonzakavi@gmail.com

چکیده

در دنیای پیچیده امروز، دانش‌آموزان برای موفقیت در زندگی نه تنها به دانش علمی، بلکه به مجموعه‌ای از مهارت‌های زندگی نیز نیاز دارند. مهارت‌های زندگی، دانش‌آموزان را قادر می‌سازد تا با چالش‌های زندگی روزمره روبرو شده و به طور مؤثر با آنها مقابله کنند. با وجود ضرورت و اهمیت تربیت سواد مهارت زندگی در مدارس، شاهد کمبود توجه به این موضوع در نظام آموزشی هستیم. تمرکز بیش از حد بر دروس علمی و غفلت از تربیت مهارت‌های زندگی، دانش‌آموزان را برای ورود به دنیای واقعی و مواجهه با چالش‌های آن آماده نمی‌کند. تربیت سواد مهارت زندگی در مدارس، فواید متعددی برای دانش‌آموزان، معلمان و نظام آموزشی به همراه دارد. این امر به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا اعتماد به نفس، عزت نفس و مهارت‌های زندگی خود را ارتقا دهند، خلاقیت و تفکر انتقادی خود را پرورش دهند و برای زندگی در دنیای پیچیده امروز آماده شوند. همچنین، تربیت مهارت‌های زندگی به معلمان کمک می‌کند تا با دانش‌آموزان ارتباطی مؤثرتر برقرار کرده و به آنها در یادگیری عمیق‌تر و پایدارتر کمک کنند. در این مقاله، به بررسی ضرورت و اهمیت تربیت سواد مهارت زندگی در مدارس پرداخته می‌شود. در این مقاله، ابتدا به تعریف و تشریح مفهوم سواد مهارت زندگی و بیان مزایای آن پرداخته می‌شود. سپس، چالش‌های موجود در مسیر تربیت سواد مهارت زندگی در مدارس بررسی می‌شود. در ادامه، راهکارهای عملی برای غلبه بر این چالش‌ها ارائه می‌شود. در نهایت، به ضرورت توجه به این موضوع و نقش معلمان، مدیران، سیاست‌گذاران و خانواده‌ها در ترویج آن تأکید می‌شود.

کلمات کلیدی: سواد مهارت زندگی، مدارس، دانش‌آموزان، معلمان، نظام آموزشی



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مقدمه

در جوامع مدرن، آموزش و پرورش بیشتر از پیش به تربیت فردیت‌هایی مانند مهارت‌های زندگی اهمیت می‌دهد. این مهارت‌ها، از توانایی‌های ارتباطی و همکاری تا مهارت‌های انتخاب، حل مسائل و مدیریت زمان، برای زندگی موفق و پویا ضروری هستند. از این رو، تربیت سواد مهارت زندگی به عنوان یکی از اهداف اصلی آموزش و پرورش در مدارس مطرح می‌شود. در حال حاضر، با تغییرات مداوم در جوامع و فناوری، نیاز به داشتن مهارت‌های زندگی برای موفقیت و پیشرفت فردی و اجتماعی اهمیت زیادی پیدا کرده است. اما متأسفانه، در بسیاری از موارد، این مهارت‌ها به صورت کافی در آموزش‌های رسمی به دانش‌آموزان آموزش داده نمی‌شوند. بنابراین، بررسی ضرورت و اهمیت تربیت سواد مهارت زندگی در مدارس می‌تواند ارائه راهکارهایی برای بهبود فرآیند آموزش و پرورش و توسعه فردی دانش‌آموزان فراهم آورد (Ghobakhloo, 2017).

تربیت سواد مهارت زندگی در مدارس می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند تا با چالش‌های زندگی مواجه شوند و به طور موثرتری با آنها برخورد کنند. این مهارت‌ها از جمله ارتباط برقرار کردن، حل مسائل، مدیریت استرس و تصمیم‌گیری‌های خوب می‌توانند به دانش‌آموزان در گام‌های آینده زندگی کمک کنند و از آنها شهروندان مسئول و موفق بسازند. در دنیای امروز، توانمندی‌های فردی و اجتماعی از اهمیت بسیاری برخوردارند و برای موفقیت در زندگی لازم است که دانش‌آموزان به صورت جامع و متعادل در این زمینه‌ها توانمند شوند. در این راستا، سواد مهارت زندگی به عنوان یک مفهوم گسترده شامل مجموعه‌ای از مهارت‌ها و قابلیت‌هایی است که به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا در مواجهه با چالش‌ها و مسائل روزمره زندگی، تصمیم‌گیری‌های درست انجام دهند و به صورت موفق و مؤثر در محیط‌های مختلف عمل کنند. این نوع سواد شامل مهارت‌های ارتباطی، مدیریت هیجانات، حل مسئله، تصمیم‌گیری، ارزیابی و انتخاب هوشمند است (Amoosoltani et al., 2019).

با در نظر گرفتن چالش‌هایی که دانش‌آموزان در جامعه ای به تدریج در حال پیچیده‌تر شدن تجربه می‌کنند، برنامه‌های مدرسه اهمیت فزاینده‌ای برای حمایت و کمک به بلوغ عاطفی و رشد اجتماعی دانش‌آموزان دارد (Ghobakhloo, 2017). با این حال باید بررسی کرد برنامه‌های مدرسه محور چقدر موثر هستند و چقدر در حال ترویج تغییر مطلوب مهارت‌های زندگی در کودکان هستند. نکات برجسته تحقیقات قبلی اهمیت مهارت‌های زندگی در سراسر دوران کودکی و نوجوانی را بیان می‌کند. برای مثال، مهارت‌های زندگی مربوط به مشکلات عملکرد و رفتار (زارعی و همکاران، ۱۴۰۱). مسئولیت اجتماعی، روابط با همسالان، و فرآیندهای خود تنظیمی در بین نوجوانان ارتباط معنی داری وجود داشت. علاوه بر این، فق مهارت‌های زندگی نیز می‌تواند تأثیر نامطلوبی بر رفتار و روابط کودکان در مدرسه و جامعه داشته باشد (Jahani, 2019). مهارت‌های زندگی قوی‌تر موجب مشکلات بیرونی و درونی کمتر در کلاس‌های درس و جامعه می‌شوند (Khanifar et al., 2019). نه تنها مهارت‌های زندگی ضعیف تأثیر منفی بر عملکرد در کلاس می‌گذارد، که همچنین یک عامل خطر برای سایر پیامدهای نامطلوب مربوط به عملکرد عمومی اجتماعی گوشه‌گیری، احساس انزوا شدید و طرد است و می‌تواند پیش درآمد پرخاشگری و رفتار خشونت آمیز باشد (Jamali, 2014).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مقاله حاضر به بررسی ضرورت و اهمیت تربیت سواد مهارت زندگی در مدارس می‌پردازد. با تحلیل نقش این مهارت‌ها در زندگی روزمره دانش‌آموزان و اهمیت آنها برای موفقیت و پیشرفت، ما به دنبال ارائه راهکارهایی برای بهبود فرآیند آموزش و پرورش و ارتقای سطح توسعه فردی دانش‌آموزان هستیم.

اهمیت و ضرورت پژوهش

مهارت‌های زندگی ضعیف آسیب‌پذیری را افزایش می‌دهد و نیز مشکلات روانی مانند افسردگی، تنهایی، و اضطراب اجتماعی را افزایش می‌دهد (Asadi et al., 2011). پیشنهاد شده است که تربیت مهارت‌های زندگی می‌تواند یک رویکرد موثر برای پیشگیری باشد و مداخله زودهنگام برای رفتارهای مختلف مشکلات را کاهش می‌دهد (Aflaki, 2015). از تحقیقات منتشر شده، اهمیت توسعه مهارت‌های زندگی قوی واضح است. در نتیجه، سیستم‌های مدرسه، آموزشی و محققان و روانشناسان بسیاری از انواع مداخلات طراحی شده برای بهبود مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان را ایجاد کرده‌اند (Amoosoltani et al., 2019). این آموزش‌ها و برنامه‌ها معمولاً چندین مؤلفه را هدف قرار می‌دهند. رفتاری که تصور می‌شود با مهارت‌های زندگی مرتبط است، مهارت‌هایی که شامل ارتقاء می‌شود اما محدود به آن نمی‌شود شامل روابط مثبت با همسالان، تنظیم عاطفی، آگاهی از احساسات در دیگران، مشکل حل، و رسیدگی به تعارضات بین فردی می‌شود. به منظور پیشرفت ایجاد و اداره می‌شود رشد مهارت‌های زندگی ناشی از این رویکردها از مداخلات گسترده متغیر باشد. سه لایه که سطوح مختلف مداخله را تعریف می‌کند و در درجه خطر برای طبقه‌بندی مداخلات دسته‌بندی شده‌اند (Duncan, 2000).

سطح ۱، پیشگیری جهانی، است با هدف کل جمعیت مورد نظر (به عنوان مثال، همه بچه‌های مدرسه‌ای، همه سالمندان و غیره). هدف افزایش عوامل حفاظتی است یا عوامل خطر را برای کل جمعیت کاهش دهد. به طور معمول در محیط مدرسه این کار را انجام می‌دهد یک پیشگیری پیشگیرانه برای همه یا اکثریت باشد دانش‌آموزان در یک مدرسه (Ghobakhloo, 2017).

سطح ۲، پیشگیری انتخاب شده، برای افراد یا گروه‌های در نظر گرفته شده است در خطر افزایش برای توسعه بیشتر رفتارهای مشکل‌ساز جدی هدف اجرای مداخله‌ای برای کاهش خطر ابتدا به نتیجه خاص است (Jamali, 2014). در نهایت، سطح سه، پیشگیری نشان داده شده، طراحی شده است برای درمان کودکانی که قبلاً مشکلات یا آسیب در منطقه مورد نظر را نشان داده‌اند. این برنامه‌ها اغلب اجرا می‌شوند تا تشخیص‌هایی مانند کمبود توجه بیش‌فعالی و بی‌نظمی به موقع انجام گیرند (Khanifar et al., 2019).

با توجه به اهمیت سواد مهارت زندگی، توسعه و تقویت آن در دانش‌آموزان بسیار ضروری است. داشتن سواد مهارت زندگی می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند تا موفقیت در زندگی شخصی، تحصیلی، اجتماعی و حرفه‌ای را به دست بیاورند. به منظور توسعه سواد مهارت زندگی، آموزش باید به شکلی طراحی شود که به دانش‌آموزان امکان بیشتری برای یادگیری و تمرین این مهارت‌ها بدهد. در این مقاله، به تحلیل و بررسی اهمیت سواد مهارت زندگی به عنوان یک پیش‌نیاز برای موفقیت دانش‌آموزان می‌پردازیم. با مرور مطالب و تحقیقات انجام شده در این زمینه، به نتیجه‌گیری می‌رسیم که داشتن سواد مهارت زندگی می‌تواند بهبود کیفیت زندگی و عملکرد تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان را تسهیل کند. در نهایت، توصیه می‌شود که در



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

برنامه‌های آموزشی و تربیتی مدارس، سواد مهارت زندگی به عنوان یک هدف اصلی مدنظر قرار گیرد و استراتژی‌ها و روش‌های مناسبی برای تقویت این سواد در نظر گرفته شود.

مهارت‌های زندگی

مهارت‌های زندگی مهارت‌هایی است که باعث ارتقاء سلامت روان در جامعه می‌شود، این مهارت‌ها روابط انسانی را غنی می‌کنند، باعث افزایش سلامت و رفتار می‌شوند و قادر هستند به طور مؤثر الزامات زندگی را برآورده کنند. این مهارت‌ها برای همه افراد جامعه ضروری است، اما در بزرگسالی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. همزمان با رشد جسمی و روانی، انتظار جامعه و خانواده نیز از یک جوان افزایش می‌یابد (بنکدار گلخوارانی و همکاران، ۱۴۰۱). به طوری که آنها بخشی از خواسته‌های خود را برای زندگی اجتماعی می‌پذیرند. در این رابطه، نوجوانان و جوانان نه برای یادگیری شیوه‌های رفتاری مناسب و مهارت‌های لازم برای سازگاری با خانواده‌ها و شرکت‌های خود، بلکه با آسیب آنها به طور جدی مورد بررسی قرار می‌گیرند. به همین دلیل شایان ذکر است که طبق گفته آموستلانی و همکاران، ۲۰۱۹ تربیت مهارت‌های زندگی بخش مهمی از برنامه درسی برای بیشتر سیستم‌های آموزشی جهان است (جعفری، ۱۴۰۱). اهمیت مهارت‌های زندگی برای مقابله با مشکلات زندگی روزمره و تأثیرات آنها بر بهبود زندگی شخصی و اجتماعی و بهبود زندگی مردم مشهود است و رفع این مشکل را در بیشتر سیستم‌های آموزشی در نظر گرفته اند (Khanifar et al., 2019).

مهارت‌های زندگی اساساً پایه و اساس توسعه اساسی برای مهارت‌های خانوادگی، آموزش، اجتماعی و حرفه‌ای در مهارت‌های زندگی دارند. در این یادگیری، انواع مختلفی از کار در گروه‌های کوچک یا در گروه‌های باینری، بازی‌های فکری، بحث و گفتگو با وجود تغییرات عمیق فرهنگی در سبک زندگی، بسیاری از دانش‌آموزان مهارت لازم برای مقابله با مشکلات زندگی را ندارند و آموزش سنتی در قالب یادگیری مدرسه این کار را نکرده است. این آموزش‌ها به حل مشکلات زندگی کمک می‌کند. این امر شما را نسبت به مشکلات و مشکلات زندگی روزمره و نیازهای خود در زمان حال و آینده آگاه می‌کند (زارعی و همکاران، ۱۴۰۱).

علاوه بر این، عدم آگاهی از مهارت‌های زندگی منجر به آسیب‌های زیادی خواهد شد. بنابراین مهم است که مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان را به عنوان تولیدکننده آینده جامعه بررسی کنیم. با توجه به این واقعیت که دانش‌آموزان مانند سایر افراد جامعه به دلیل عدم آگاهی و تحت تأثیر خسارت‌های اجتماعی در معرض آگاهی از مهارت‌های زندگی قرار می‌گیرند. در نتیجه، تربیت مهارت‌های زندگی به منظور کسب دانش مثبت از دانش در مورد مهارت‌های زندگی در فرد، آموزش را ایجاب می‌کند و این نگرش منجر به رفتار مثبت می‌شود، که مانع از مشکلات و سلامت روانی جامعه می‌شود. از آنجا که ماهیت و تعریف مهارت‌های زندگی در کشورها و فرهنگ‌های مختلف متفاوت است (Khanifar et al., 2019)، همچنین لازم است که الگوی ساکنان و مهارت‌های زندگی کامل را بر اساس استانداردهای جهانی بررسی و ارائه دهیم و ویژگی‌های کشور را در نظر بگیریم (Duncan, 2000). تحقیقات در کشور به طور کلی مبتنی بر مدل مهارت‌های ۱۰ ساله سازمان بهداشت جهانی است. ایالات متحده آن را رهبری می‌کند و رسالت آن "استفاده از جوانان برای دستیابی به استعداد خود به عنوان پیشرفت در پیشرفت جوانان" است. نام H۴ نمایانگر چهار حوزه رشد فردی (سر، قلب، دست، سلامتی) است (Aflaki, 2015).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

در این روش، با ارائه یک الگوی اجرایی برای آموزش دانش آموزان مدارس از مدارس مطابق مدل H۴ و تجهیزات فرزندان این مهارت‌ها، سعی می‌کند ظرفیت‌های روانی اجتماعی کودکان را بهبود بخشد (Jahani, 2019). واد می‌تواند الزامات و دعواهای زندگی روزمره را مدیریت کند. این مهارت‌ها و مهارت‌ها به فرد اجازه می‌دهد تا از نظر افراد، جامعه، فرهنگ و محیط زیست به طور مثبت و به صورت منسجم عمل کند و از سلامت روانی آنها اطمینان حاصل کند (Duncan, 2000). آموزش در مهارت‌های زندگی یکی از مبانی اساسی آموزش بهداشت است، به طوری که عوامل اجتماعی مانند عزت نفس، شبکه‌های پشتیبانی اجتماعی و اضطراب که بر رفتار کودکان تأثیر می‌گذارد، جوانان محسوب می‌شوند. برنامه صلاحیت طول عمر بر اساس این اصل استوار است که کودکان، نوجوانان و جوانان حق دارند بتوانند توانمند شوند و از خود و منافع خود در برابر موقعیت‌های دشوار زندگی دفاع کنند (Amoosoltani et al., 2019).

عوامل موثر در تربیت مهارت‌های زندگی

مهارت‌های مختلف زندگی و یک آموزش کامل برنامه برای مهارت‌های زندگی دارای سیستمی است که نه تنها یک ظرفیت و دارای یک دید کلی است. از طرف دیگر، تجربیات کشورها متنوع بوده است. از ادبیات تحقیق، مدل H۴ به نظر می‌رسد این ویژگی‌هایی است که یادگیرنده اصلی مهارت‌های زندگی و در عین حال بسیاری از مطالعات در این زمینه، دارای حساب سازگار هستند. این مطالعه با هدف مطالعه ابعاد مختلف مهارت‌های زندگی دانش آموزان و ارائه الگوی مدل سازی آموزش‌های اساسی برای زندگی دانش آموزان بر اساس مدل ۴ و سه گانه انجام خواهد شد. سه شاخه موجود در این مطالعه سه دسته از عوامل ساختاری، اساسی و رفتاری است (Jamali, 2014):

عوامل ساختاری: شامل تمام عناصر، عوامل و شرایط جسمی و غیر انسانی سازمان که با نظم خاص، قاعده و ارتباط متقابل، تصویر، فارچ، مقیاس و بدنه و جسمی سازمان تشکیل می‌شوند به همین دلیل تمام منابع مادی، مالی، اطلاعاتی و فنی که به سمت بدنه عمومی سازمان جریان می‌یابند، به استثنای شعبه ساختاری هستند (Khanifar et al., 2019).

عوامل اساسی: شرایط محیطی خارجی و عوامل اطراف محیط سازمان، تعامل با سازمان و ترک سازمان. هر سیستم یا سازمانی در جای خود همیشه با سیستم‌های محیطی در عمل و واکنش دائمی است. در نتیجه، تمام علل و عواملی که واکنش مناسب سازمان را نسبت به سایر سیستم‌ها ارائه می‌دهند، متن یا محیط نامیده می‌شوند (زارعی و همکاران، ۱۴۰۱).

عوامل رفتاری: شامل روابط انسانی در سازمان است که استانداردهای رفتاری، ارتباطات غیررسمی و مدل‌های خاص به هم پیوسته و محتوای اصلی سازمان را تشکیل می‌دهد. این عوامل محتوا در واقع به عنوان پویایی سازمان در نظر گرفته می‌شوند و کلیه عوامل و متغیرهایی که مستقیماً با کارگران مرتبط هستند در این شاخه‌ها قرار می‌گیرند. عوامل ساختاری و رفتاری داخل سازمانی و در مرزهای سیستم سازمانی هستند (بنکدار گلخوارانی و همکاران، ۱۴۰۱).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مطالعات انجام شده در زمینه تربیت مهارت‌های زندگی

در ایران و خارج از ایران، مطالعه ای در مورد مدیریت تربیت مهارت‌های زندگی برای دانش آموزان مدارس بر اساس مدل H۴ و سه گانه هورن هنوز انجام نشده است و تحقیقات خاصی در زمینه زندگی با رویکرد این امر رویکرد ده مهارت زندگی و همچنین هر یک از این تحقیق، اثرات یک مؤلفه خاص یا تمام مؤلفه های مهارت‌های زندگی را بر روی یک یا چند متغیر بررسی می کند، بنابراین نقش مهارت‌های زندگی در مطالعات دیگری که مؤلفه های مهارت‌های زندگی را مورد بررسی قرار داده است مورد تشریح قرار گرفته است (Duncan, 2000).

تأثیر تربیت مهارت‌های زندگی بر رفتار پرخطرگرا (استفاده از مواد مخدر، الکل و سیگار) قابل توجه است و میانگین رفتار پرخطر گروه آزمایشی نشانگر کاهش رفتار پرخطر به دلیل تربیت مهارت‌های زندگی است. به همین دلیل می توان با تربیت مهارت‌های زندگی نوجوانان، به کاهش تمایل به رفتارهای پرخطر کمک کرد (Amoosoltani et al., 2019). تحقیقات نشان داده است که علاقه دانش آموزان به مهارت‌های حل و فصل مشکلات یادگیری و مطالعه راه حل های مختلف و انتخاب بهترین راه حل ها، ارزیابی راه حل های منتخب و مشارکت در گروه و تعامل در وضوح و ایجاد راه حل های مختلف و امکان اجرای راه حل های مشکل ساز می تواند در رشد مهارت‌های زندگی موثر باشد (Khanifar et al., 2019).

به طور کلی، نتایج این مطالعه نشان داده است که از نظر معلمان موفقیت مهارت‌های زندگی اسلامی و تربیت مهارت‌ها (برنامه عزت) در توانایی حل مشکل دانش آموزان را کمک می کنند. Azami و همکاران، 2012، در یک مطالعه، تأثیر تربیت مهارت‌های زندگی در بهبود خلاقیت مدرسه را مورد مطالعه قرار دادند. شش دانش آموز دبستانی در استان زنجان به عنوان یک نمونه و در گروه آزمون و کنترل به عنوان یک خوشه چند ساله و تصادفی انتخاب شده اند. آزمون تفکر خلاق تورنس ابتدا در هر دو گروه انجام شد، بنابراین مهارت‌های زندگی طی ۲۰ جلسه (۴۰ ساعت) به گروه آزمایش آموزش داده شد. پس از پایان جلسات آموزشی و سه ماه بعد در هر دو گروه، آزمون تفکر خلاق تورنس تکرار شد. تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده با استفاده از روش‌های t مستقل و وابسته، تحلیل واریانس و آزمون تعقیبی «شفه» برای مقایسه گروه‌ها انجام شد. تفاوت معنی داری در تفکر واگرا از پایه سوم تا چهارم و سوم تا پنجم وجود داشت، اما بین نمرات تفکر خلاق پایه سوم و پنجم تفاوت معنی داری ($P < 0/01$) وجود نداشت. می توان نتیجه گرفت که خلاقیت کودکان دبستانی را می توان با یادگیری مهارت‌های زندگی افزایش داد (Jahani, 2019).

افلاکی فر در سال ۱۳۹۵ در پژوهشی نشان داد که تربیت مهارت‌های زندگی بر خودکارآمدی و افزایش شادکامی دانش آموزان تأثیر بسزایی دارد و فرد با تربیت مهارت‌های زندگی ضمن آگاهی از خود و توانایی های خود قادر به مقابله با موقعیت های استرس زا نیز خواهد بود. شناخت و کنترل زا و در نتیجه احساس شادی بیشتر با احساس رضایت بیشتر به او و اطرافیانش مرتبط است (Azami et al., 2012).

رضاپور و همکاران، ۱۳۹۵ نشان دادند که تربیت مهارت‌های زندگی بر بهبود کیفیت زندگی شرکت کنندگان گروه آزمون تأثیر معناداری دارد. این تأثیر در هر چهار خرده مقیاس این متغیر معنی دار بود. نتایج این تحقیق نشان داد که برای بهبود کیفیت زندگی زنان بسرپرست می توان. در یک مطالعه، تربیت مهارت‌های زندگی به عنوان بخشی از برنامه درسی در مدارس فنلاند و سنگاپور مورد بررسی قرار گرفت. روش تحقیق کیفی از نوع تحلیل محتوا می باشد. جامعه پژوهش متشکل از ۶ معلم (۳ معلم



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

فنلاندی و ۳ معلم سنگاپوری) با ویژگی های شخصیتی، تجربیات و سوابق حرفه ای متفاوت است (Ghobakhloo, 2017). برای جمع آوری داده ها از مصاحبه استفاده شد. یافته های پژوهش حاکی از اهمیت همه دینفعان در یادگیری مهارت های زندگی است. در حالی که برنامه ملی ساختار و فضا را برای انتقال مهارت های رسمی زندگی در مدارس ارائه می دهد، معلمان مدرسه و والدین در خانه هستند. این مطالعه نشان داده است که معلمان فنلاند و سنگاپور به رابطه بین مهارت های زندگی و مهارت های دانشگاهی اعتقاد دارند و همچنین معتقدند که فرهنگ هر دو تأثیر می گذارد (Jahani, 2019).

مایر، در سال ۲۰۱۵، در یک مطالعه، درک پیشرفت صلاحیت زندگی دانش آموزان در مدارس مستقر در مدرسه را بررسی کرد. این مطالعه بر سه سؤال متمرکز شده است (Jahani, 2019). درک مهارت های زندگی دانش آموزان در مدارس مبتنی بر مدرسه چیست؟ (۲) دانش آموزان تا چه اندازه مهارت های زندگی خود را برای یک دوره زمانی درک می کنند؟ (۳) چه ارتباطی بین سطح کلاس و برداشت از مهارت های زندگی آنها توسط دانش آموزان وجود دارد؟ برای این منظور، ۲۷۵ دانش آموز از ۶ تا ۱۲ سال در دو سال از مدارس مستقر در مدرسه به عنوان نمونه مطالعه انتخاب شدند. از یک روش مثلثی، از جمله پرسشنامه طیف لیکرت، مصاحبه نیمه ساختار یافته و یک گروه بحث و گفتگو برای جمع آوری داده ها استفاده شد (Aflaki, 2015). تجزیه و تحلیل کمی داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS و تجزیه و تحلیل داده های کیفی با استفاده از کدگذاری باز و محوری انجام شد (Azami et al., 2012). نتایج کیفی نشان می دهد که از دیدگاه دانشجویان، بیشتر مهارت های آنها (مدیریت زمان، اثربخشی شخصی، ارتباط، مشارکت و همکاری) بهبود یافته است. در حالی که نتایج کمی بهبود مهارت های حل مسئله، خودکارآمدی، اخلاق کاری و احساس مسئولیت را نشان می دهد.

تحقیقات نشان می دهد که دیدگاه دانش آموزان نسبت به رشد مهارت های زندگی مثبت است و آموزش پروژه محور تأثیر بسزایی در بهبود آنها داشته است، به گونه ای که به این کودکان کمک می کند تا برای مشارکت در مهارت های زندگی جامعه جهانی آماده شوند (Khanifar et al., 2019).

ماس (۲۰۰۴) در مطالعه ای تأثیر مشارکت طولانی مدت در برنامه مهارت های زندگی H۴ را بر توسعه مهارت های زندگی بررسی کرد. در این تحقیق از مدل H۴ و تئوری یادگیری انتقال استفاده شد. قهرمان استودیو شامل مرکز اوکلاهما H۴ است که در برنامه های دولت H۴ از جمله کنگره ملی، کنفرانس ملی H۴، ۴H کلپ اوکلاهما شرکت داشت (Azami et al., 2012). پرسشنامه تحقیق شامل اندازه، نیازهای H۴ برای شرکت در برنامه ها، سایر سازمان ها توسعه مهارت های زندگی نوجوانان و اطلاعات جمعیتی. نتایج این مطالعه نشان می دهد که ابعاد H۴ بیشترین تأثیر را در برنامه های مهارت های زندگی اوکلاهما داشته است (Khanifar et al., 2019).

تأثیر درجه مداخله در تربیت مهارت های زندگی

به طور کلی، درجه مداخله تأثیر مثبتی بر پیامد مهارت های زندگی دارد. به طور خاص، مداخله زودهنگام منجر به اثرات مثبت بزرگتر از مداخله بعدی شده است. کودکان پیش دبستانی و مهدکودک ها نتیجه مثبت بزرگتری نشان می دهند و این نشان می دهد که مداخله زودتر از مشکل جلوگیری می کند. در دوره انتقال مهم رشد، در اوایل نوجوانی می تواند یک پنجره کوچکتر دوم را فراهم کند که فرصت مداخله اجتماعی مهارت های مورد نیاز برای نوجوانی را می دهد و نسبت به مهارت های



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مورد استفاده در دوران کودکی متفاوت است. در این دوره دوستی ها و روابط اجتماعی پیچیده تر می شود، و کودکان براس به دست آوردن مجموعه ای جدید از مهارت ها ترغیب می شوند (بنکدار گلخوارانی و همکاران، ۱۴۰۱).

این نیاز به یادگیری قوانین بدیع و پیچیده دارد روابط می تواند مهارت های زندگی نوجوانان را بیشتر کند و آن ها را پذیرای برنامه هایی کند که سعی در بهبود مهارت های زندگی دارند (Azami et al., 2012). با این حال، توجه به این نکته ضروری است که تنها چند مطالعه در این مبحث گنجانده شده است. این متاآنالیز که مهارت های زندگی را بررسی می کند مداخله در اوایل دوران نوجوانی را محدود می کند و اندازه تاثیرات به دست آمده و هر گونه توضیح برای افزایش غیرمنتظره مخاطرات را بیان می دارد. هم تئوری و هم منطق پیش بینی می کند که قرار گرفتن بیشتر در معرض یک مداخله منجر به اثرات مثبت بیشتری بر روی دانش آموزان خواهد شد. صلاحیت اجتماعی کلی در مورد برنامه هایی که طولانی تر هستند بیشتر هستند تاثیر گذاری بیشتر را اثبات می کند (Jamali, 2014).

تحقیقات درمانی نیز نشان داده است که پیش آگاهی بیمار تا حدی تابعی از زمان درمان است (Lindsay, 1965). به صورت کمی بررسی مداخلات مختلف چاقی، بنت (۱۹۸۶) رابطه مشابهی را یافت: طول درمان قوی ترین همبستگی را داشت با اثربخشی درمان، و بنابراین بنت پیشنهاد داد که طول مدت درمان بیشتر اجازه می دهد فردی که در معرض مداخله قرار گرفته است به تغییرات لازم در درمان پایبند باشد. هر چه مدت مداخله بیشتر باشد، دانش آموزان فرصت بیشتری برای تمرین و حفظ مهارت های زندگی خود دارند (حسینی، ۱۴۰۱).

اثر مداخله مهارت های زندگی به صورت تابعی از نحوه معرفی مهارت متفاوت خواهد بود و برنامه هایی با تجربیات بیشتر بر یکپارچگی رویکردها موثرتر خواهند بود نسبت به برنامه هایی که صرفاً بر بحث تمرکز دارند یا آموزش آکادمیک ارائه می دهند. این فرضیه پشتیبانی شده و با تحقیقات انجام شده مطابقت دارد (Jamali, 2014). حوزه آموزش نشان می دهد که ارائه حداقل راهنمایی برای کودکان و یادگیری غیرفعال یک آموزش ناکارآمد است (Aflaki, 2015). استراتژی مطابق با یک مدل فعال یادگیری، درک بیشتر دانش آموزان را با دانش و بازی فعال و سازنده در فرآیند یادگیری موجب می شود (ممی زاده و همکاران، ۱۴۰۱).

نتیجه گیری

سواد مهارت زندگی به عنوان یک پیش نیاز برای موفقیت دانش آموزان اهمیت بسیاری دارد. در طول مقاله به بررسی این اهمیت پرداختیم و نشان دادیم که سواد مهارت زندگی تأثیر قابل توجهی بر عملکرد تحصیلی، رضایت شخصی، توانایی های اجتماعی و حرفه ای دانش آموزان دارد. با داشتن این نوع سواد، دانش آموزان قادر خواهند بود به صورت مؤثر در مواجهه با چالش های زندگی روزمره، تصمیم گیری های درست انجام دهند و در محیط های مختلف به خوبی عمل کنند (زارعی و همکاران، ۱۴۰۱).

براساس تحقیقات و مطالعات انجام شده، استراتژی ها و روش های مناسبی برای تقویت سواد مهارت زندگی در برنامه های آموزشی مدارس باید مورد استفاده قرار گیرند. این استراتژی ها شامل تربیت مهارت های زندگی، مدیریت هیجانات، حل مسئله، تصمیم گیری و ارزیابی هوشمند است. آموزش به این صورت باعث می شود که دانش آموزان بتوانند به طور مستقل و موفق در زندگی روزمره و در مواجهه با مسائل و چالش ها بهره ور شوند (ممی زاده و همکاران، ۱۴۰۱).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

دانش‌آموزان در مراحل رشد و تکامل و ورود به زندگی در جامعه، با چالش‌های متعددی روبرو می‌شوند. برای رویارویی با این چالش‌ها، محیط‌های آموزشی و یادگیری باید طوری طراحی شوند که با ماهیت زندگی مطابقت داشته باشند و به دانش‌آموزان کمک کنند تا انتظارات در حال رشد و تغییر را برآورده کنند. نتایج به‌دست‌آمده در این پژوهش نشان داد که پس از تربیت مهارت‌های زندگی، انگیزش پیشرفت دانش‌آموزان افزایش یافته است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که تربیت مهارت‌های زندگی انگیزه پیشرفت دانش‌آموزان را به میزان قابل توجهی افزایش می‌دهد. همچنین نتایج نشان داد که این افزایش برای هر دو جنس یکسان است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که تأثیر تربیت مهارت‌های زندگی بر انگیزه پیشرفت دانش‌آموزان مستقل از جنسیت است (بنکدار گلخوارانی و همکاران، ۱۴۰۱).

این آموزش‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا با پرورش مهارت‌های مختلف نقاط قوت و ضعف خود را درک کنند. به طور کلی هدف گروه‌های مهارت‌های زندگی کمک به افراد برای حرکت از بی‌کفایتی و مهارت‌های ضعیف به مهارت‌های قوی، مؤثر و سازنده است. مجموعه مهارت‌های زندگی شامل مهارت‌ها و شایستگی‌هایی مانند تصمیم‌گیری، حل مسئله، تفکر خلاق، تفکر انتقادی، ایجاد روابط بین افراد و گروه‌ها، خودآگاهی، حل تعارض، همدلی با دیگران، مدیریت استرس و هیجانات است. و... آره. هر یک از این مهارت‌ها تأثیر زیادی بر پیشرفت تحصیلی و انگیزه دارد.

از آنجا که هر یک از مؤلفه‌های مهارت‌های زندگی تأثیر مثبتی بر پیشرفت تحصیلی و انگیزه پیشرفت و همچنین عوامل مؤثر بر یادگیری دانش‌آموزان دارد، تربیت مهارت‌های زندگی می‌تواند به طور مؤثر موقعیت‌هایی را شناسایی کند که انگیزه دانش‌آموزان را برای ادامه یادگیری افزایش می‌دهد. این مطالعه همچنین دارای محدودیت‌هایی بود: شرکت‌کنندگان کمتر. دانشجویان را در بین رشته‌ها مقایسه نکرد. و فاقد نمونه‌ای از تمام دوره‌های تحصیلی بود. اما به عنوان یکی از مطالعات شبه تجربی در این زمینه، محتوای کاربردی دارد. این مطالعه نشان می‌دهد که دانش‌آموزانی که تربیت مهارت‌های زندگی را دریافت می‌کنند، نسبت به دانش‌آموزانی که از تربیت مهارت‌های زندگی بهره‌نمی‌برند، انگیزه بیشتری دارند. بنابراین لازم است نظام آموزشی به این مقوله توجه کند. همچنین کارشناسان و صاحب‌نظران باید نظام آموزشی را مورد مطالعه قرار دهند و الگوها و روش‌های آموزشی مناسب و منطبق با نیازهای دانش‌آموزان و تفاوت‌های فردی، فرهنگی و سنی ارائه دهند. علاوه بر این، شما باید یک محیط آموزشی و یادگیری را به گونه‌ای ایجاد کنید که در زندگی صادق باشد و به دانش‌آموزان کمک کند تا انتظارات در حال رشد و تغییر را برآورده کنند. بنابراین تربیت مهارت‌های زندگی گامی مفید و سازنده است که می‌تواند زمینه‌ساز ارتقای کیفیت برنامه‌ها و روش‌های آموزشی باشد (Bahrami et. Al, 2017). این نوع آموزش می‌تواند حرکتی را در جهت تغییر برنامه‌های آموزشی و تربیتی ایجاد کند تا از این مهارت‌ها، موضوعات و مواد آموزشی آن گونه که در زندگی روزمره وجود دارد استفاده شود و زنجیره ارتباط را با واقعیت پیوند دهد.

تربیت مهارت‌های زندگی یکی از مشکلات و نیازهای زندگی مدرن جهان و تغییرات و چالش‌های آن است. سیستم‌های آموزشی باید این موضوع را جدی و اساسی در نظر بگیرند تا دانش‌آموزان را برای این زندگی پرچالش و پرتلاطم آماده کنند (زارعی و همکاران، ۱۴۰۱). بنابراین، توصیه می‌شود که نظام‌های آموزشی بر این گونه برنامه‌ها تأکید بیشتری داشته باشند و در صورت امکان، مهارت‌های زندگی را به‌عنوان بخشی مستقل از برنامه درسی در مدارس و در تمام سطوح آموزشی آموزش دهند.



با توجه به بررسی‌های انجام شده، سواد مهارت زندگی به عنوان یک پیش نیاز برای موفقیت دانش‌آموزان بسیار حائز اهمیت است. داشتن این سواد به دانش‌آموزان امکان می‌دهد تا تصمیم‌گیری‌های بهتری انجام دهند، مسئولیت‌پذیری بیشتری به خرج دهند و در ارتباط با دیگران موثرتر عمل کنند. با توسعه و تقویت سواد مهارت زندگی در برنامه‌های آموزشی، مدارس می‌توانند بهترین بستر را برای رشد و پیشرفت دانش‌آموزان فراهم کنند. بنابراین، توصیه می‌شود که مدارس و معلمان در برنامه‌های آموزشی خود تأکید بیشتری بر سواد مهارت زندگی داشته باشند و استراتژی‌های مناسب را برای تقویت این سواد در نظر بگیرند. با این کار، دانش‌آموزان قادر خواهند بود به خوبی در مواجهه با چالش‌ها و مسائل زندگی عمل کنند و به طور کلی زندگی مؤثرتری را تجربه کنند.

منابع

- ۱- بنکدار گلخوارانی، محبوبه و فرخی، حسین و واحدی، سمیه، ۱۴۰۱، اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر پرخاشگری دانش‌آموزان دوره ابتدایی، دوازدهمین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی
- ۲- جعفری، نرگس، ۱۴۰۱، چالش‌های اجرای آموزش مهارت‌های زندگی، اولین فراخوان مقالات کاربردی آموزش و پرورش: مسائل و راهکارها، تهران
- ۳- حسینی، سیدعذرا، ۱۴۰۱، تاثیر مهارت‌های زندگی برابر بر خلاقیت و یادگیری دانش‌آموزان، چهارمین همایش ملی پژوهش‌های حرفه‌ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد از نگاه معلم، میناب
- ۴- زارعی، مینا و اکبرپور، سعیده و سلطانی، مهتاب، ۱۴۰۱، مهارت‌های زندگی پیش‌دستانی: به سوی آموزش مهارت‌های اجتماعی و جلوگیری از پرخاشگری در کودکان خردسال، پنجمین کنفرانس بین‌المللی علوم تربیتی، روانشناسی، مشاوره، آموزش و پژوهش، تهران
- ۵- ممی‌زاده، حامد و موسوی، میرولی و سلمانی‌بالان، حسین و سیف، یونس و آقاوندی، محمد، ۱۴۰۱، اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی از طریق همیار مشاور بر بهبود روابط بین فردی، اولین کنفرانس بین‌المللی علوم تربیتی، روانشناسی، مشاوره، آموزش و پرورش
- ۶- Aflaki Fard, H. (2015). Investigating the effect of life skills training on self-efficacy and increasing happiness of female high school students in Isfahan's 4th district; Quarterly Journal of Counseling Research. [in perseian]
۷. Amoosoltani, S., Yazdkhasti, F., Oreyzi, H., Abbasi Jondani, J. (2021). The Effectiveness of Psychodrama with the Content of Life Skills on Loneliness, Happiness, Affective Relationship and Parents' Social Support in Adolescent Girls Dependent on the Cellphone. Counseling Culture and Psychotherapy, 12(45), 239-268. [in perseian]
۸. Asadi, M. Aghaei, A., Atashpour, S. (2011). The effect of life skills training on the spiritual intelligence of female high school students. Scientific Journal of Women and Culture, 3 (9), 21-31 [in perseian]



۹. Azami, M., and Jafari, A., and Karimi, N. (2012). Investigating the effect of life skills training on increasing the creativity of primary school children; Quarterly Journal of Initiative and Creativity in the Humanities, Volume: 2, Number 2. [in perseian]
۱۰. Bahrami, M. (2017). The Effectiveness of Life Skills Training on Reducing Tendency toward High-Risk Behavior in High-School Adolescents in Tehran. *Policewomen Studies Journal*, (27), 49-67. [in perseian]
۱۱. Duncan Rebecca D. (2000). Youth leadership life skills development of participants in the West Virginia 4-H camping program, Thesis submitted to the College of Agriculture, Forestry, and Consumer Sciences at West Virginia University in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Science in Agricultural and Environmental Education
۱۲. Fazalizadeh, S., and Masoumi Fard, M.(2020). How to Realize Life Skills in Elementary Education Curricula, Second National Conference on New Findings of Teaching-Learning in Elementary School, Bandar Abbas.
۱۳. Foroozeh, S. (2015). A Study of Attention to Creative Thinking Skills in Story Books of Age Group "C" Based on Guilford Creative Thinking Components, Master Thesis, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Ferdowsi University of Mashhad. [in perseian]
۱۴. Ghobakhloo, B. (2017). Providing a model of school life skills curriculum in primary school in Iran; PhD Thesis in Educational Management, Urmia University. [in perseian]
۱۵. Jahani, J.(2019). Investigating the extent of using Gilford's components of creativity in Persian children's magazines. *Library and Information Sciences*, 1-26. [in perseian]
۱۶. Jamali, M.(2014); The effect of life skills training on students' self-esteem, Master Thesis in Curriculum Planning, Islamic Azad University, Central Tehran Branch. [in perseian]
۱۷. Khanifar, H., Karimzadeh, k., Yazdani, H., Rahmati, M. (2021). Qualitative design of elementary school life skills curriculum based on expert opinions, *Scientific Journal of Training & Learning Researches*, Vol.16, No.2, Serial 30, Autumn & Winter 2019-2020, pp.: 57-72. [in perseian]