



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۱۲/۲۰

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

نقش آموزش مهارت‌های زندگی در تکوین شخصیت دانش‌آموزان

علی برزیده^۱، صدیقه دهداری^۲، علیرضا آزادی^۳

۱- کارشناسی مهندسی مکانیک دانشگاه آزاد اسلامی واحد کازرون

۲- کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کازرون

۳- کارشناسی ارشد تربیت بدنی مدیریت راهبردی دانشگاه آزاد اسلامی واحد صدرا

چکیده

در دنیای پیچیده و پرشتاب امروزی، دانش‌آموزان با چالش‌های متعددی در زندگی شخصی، اجتماعی و تحصیلی خود روبرو هستند. برای مقابله با این چالش‌ها، آنها نیازمند مهارت‌های مختلفی هستند که به آنها در تصمیم‌گیری درست، حل مسئله، برقراری ارتباط موثر، مدیریت احساسات و انطباق با شرایط مختلف کمک کند. آموزش مهارت‌های زندگی به عنوان راهکاری موثر برای تجهیز دانش‌آموزان به این مهارت‌ها، نقشی حیاتی در تکوین شخصیت آنها ایفا می‌کند. با وجود اهمیت آموزش مهارت‌های زندگی، شاهد کمبود توجه به این موضوع در نظام آموزشی کشور هستیم. تمرکز بیش از حد بر آموزش‌های نظری و غفلت از آموزش مهارت‌های عملی، دانش‌آموزان را در مواجهه با چالش‌های زندگی واقعی ناتوان می‌کند. از این رو، ضرورت توجه به آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس بیش از پیش احساس می‌شود. در این مقاله، به بررسی نقش آموزش مهارت‌های زندگی در تکوین شخصیت دانش‌آموزان پرداخته می‌شود. اهمیت و ضرورت آموزش مهارت‌های زندگی، فواید آن برای دانش‌آموزان و چالش‌های موجود در مسیر آموزش این مهارت‌ها مورد بحث قرار می‌گیرد. در نهایت، پیشنهادهایی برای ارتقای آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس ارائه می‌شود.

کلمات کلیدی: مهارت‌های زندگی، تکوین شخصیت، دانش‌آموزان، آموزش، ضرورت، فواید، چالش‌ها.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مقدمه

آموزش مهارت‌های زندگی به عنوان یکی از عناصر اساسی آموزش و پرورش، نقش بسیار مهمی در تکوین شخصیت دانش‌آموزان دارد. در جامعه‌های امروزی، از دانش‌آموزان نه تنها انتظارات تحصیلی بلکه نیازهای زندگی روزمره نیز مطرح می‌شود. اما بسیاری از مدارس و نظام‌های آموزشی تمرکز خود را بیشتر بر روی انتقال دانش تئوری به دانش‌آموزان متمرکز کرده‌اند و به طور کامل از آموزش مهارت‌های زندگی غافل هستند. این امر می‌تواند منجر به ایجاد شخصیت‌های ناتوان و ناتوان در مقابل چالش‌های زندگی شود. آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند تا مهارت‌هایی از جمله مدیریت زمان، حل مسئله، ارتباطات موثر، مهارت‌های اجتماعی، مقابله با استرس و انعطاف‌پذیری را فرا بگیرند. این مهارت‌ها به آنها کمک می‌کند تا در مواجهه با چالش‌های زندگی، بهترین تصمیمات را بگیرند و به صورت کلی، زندگی موفق‌تری داشته باشند. در این راستا، سواد مهارت زندگی به عنوان یک پیش نیاز برای موفقیت دانش‌آموزان در مسیر زندگی و تحصیل اهمیت زیادی دارد. 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 فزاینده ای برای حمایت و کمک به بلوغ عاطفی و رشد اجتماعی دانش‌آموزان دارد (Ghobakhloo, 2017). با این حال باید بررسی کرد برنامه‌های مدرسه محور چقدر مؤثر هستند و چقدر در حال ترویج تغییر مطلوب مهارت‌های اجتماعی در کودکان هستند. نکات برجسته تحقیقات قبلی اهمیت مهارت‌های اجتماعی در سراسر دوران کودکی و نوجوانی را بیان می‌کند. برای مثال، مهارت‌های اجتماعی 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 اجتماعی نیز می‌تواند تأثیر نامطلوبی بر رفتار و روابط کودکان در مدرسه و جامعه داشته باشد (Jahani, 2019). مهارت‌های اجتماعی قوی‌تر موجب مشکلات بیرونی و درونی کمتر در کلاس‌های درس و جامعه می‌شوند (Khanifar et al., 2019). نه تنها مهارت‌های اجتماعی 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).

اهمیت و ضرورت

مهارت‌های اجتماعی 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 آموزش مهارت‌های اجتماعی می‌تواند یک رویکرد موثر برای پیشگیری باشد و مداخله زودهنگام برای رفتارهای مختلف مشکلات را کاهش می‌دهد (Aflaki, 2015). از تحقیقات منتشر شده، اهمیت تکوین مهارت‌های اجتماعی قوی واضح است. در نتیجه، سیستم‌های مدرسه، آموزشی و محققان و روانشناسان بسیاری از انواع مداخلات طراحی شده برای بهبود مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان را ایجاد کرده‌اند



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

(Amoosoltani et al., 2019). این آموزش ها و برنامه ها معمولاً چندین مؤلفه را هدف قرار می دهند. رفتاری که تصور می شود با مهارت های اجتماعی مرتبط است، مهارت هایی که شامل ارتقاء می شود اما محدود به آن نمی شود شامل روابط مثبت با همسالان، تنظیم عاطفی، آگاهی از احساسات در دیگران، مشکل حل، و رسیدگی به تعارضات بین فردی می شود. به منظور پیشرفت ایجاد و اداره می شود رشد مهارت های اجتماعی ناشی از این رویکردها از مداخلات گسترده متغیر باشد. سه لایه که سطوح مختلف مداخله را تعریف می کند و در درجه خطر برای طبقه بندی مداخلات دسته بندی شده اند (Duncan, 2000).

سطح ۱، پیشگیری جهانی، است با هدف کل جمعیت مورد نظر (به عنوان مثال، همه بچه های مدرسه ای، 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 می دهد یک پیشگیری پیشگیرانه برای همه یا اکثریت باشد دانش آموزان در یک مدرسه (Ghobakhloo, 2017).

سطح ۲، پیشگیری انتخاب شده، برای افراد یا گروه های در نظر گرفته شده است در خطر افزایش برای تکوین بیشتر رفتارهای مشکل ساز جدی هدف اجرای مداخله ای برای کاهش خطر ابتلا 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 داده اند. این برنامه ها اغلب اجرا می شوند تا تشخیص هایی مانند کمبود توجه بیش فعالی و بی نظمی به موقع انجام گیرند (Khanifar et al., 2019).

با توجه به اهمیت سواد مهارت زندگی، تکوین و تقویت آن در دانش آموزان بسیار ضروری است. داشتن سواد مهارت زندگی می تواند به دانش آموزان کمک کند تا موفقیت در زندگی شخصی، تحصیلی، اجتماعی و حرفه ای را به دست بیاورند. به منظور تکوین سواد مهارت زندگی، آموزش باید به شکلی طراحی شود که به دانش آموزان امکان بیشتری برای یادگیری و تمرین این مهارت ها بدهد. در این مقاله، به تحلیل و بررسی اهمیت سواد مهارت زندگی به عنوان یک پیش نیاز برای موفقیت دانش آموزان می پردازیم. با مرور مطالب و تحقیقات انجام شده در این زمینه، به نتیجه گیری می رسیم که داشتن سواد مهارت زندگی می تواند بهبود کیفیت زندگی و عملکرد تحصیلی و اجتماعی دانش آموزان را تسهیل کند. در نهایت، توصیه می شود که در برنامه های آموزشی و تربیتی مدارس، سواد مهارت زندگی به عنوان یک هدف اصلی مدنظر قرار گیرد و استراتژی ها و روش های مناسبی برای تقویت این سواد در نظر گرفته شود.

این مقاله به بررسی نقش آموزش مهارت های زندگی در تکوین شخصیت دانش آموزان می پردازد. ابتدا، مسأله اصلی بیان شده و پس از آن، اهمیت و ضرورت این نوع آموزش برجسته می شود. سپس، به تجربیات و مطالعات مرتبط با این موضوع پرداخته و نتایج آن ها بررسی می شود. در نهایت، راهکارها و پیشنهادهای برای اجرای بهتر آموزش مهارت های زندگی در مدارس و نظام های آموزشی مطرح می شود.

مهارت های زندگی

مهارت های زندگی مهارت هایی است که باعث ارتقاء سلامت روان در جامعه می شود، این مهارت ها روابط انسانی را غنی می کنند، باعث افزایش سلامت و رفتار می شوند و قادر هستند به طور مؤثر الزامات زندگی را برآورده کنند. این مهارت ها برای



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

همه افراد جامعه ضروری است، اما در بزرگسالی از اهمیت ویژه ای برخوردار است. همزمان با رشد جسمی و روانی، انتظار جامعه و خانواده نیز از یک جوان افزایش می یابد (بنکدار گلخوارانی و همکاران، ۱۴۰۱). به طوری که آنها بخشی از خواسته های خود را برای زندگی اجتماعی می پذیرند. در این رابطه، نوجوانان و جوانان نه برای یادگیری شیوه های رفتاری مناسب و مهارت های لازم برای سازگاری با خانواده ها و شرکت های خود، بلکه با آسیب آنها به طور جدی مورد بررسی قرار می گیرند. به همین دلیل شایان ذکر است که طبق گفته آموستولتانی و همکاران، ۲۰۱۹ آموزش مهارت های زندگی بخش مهمی از برنامه درسی برای بیشتر سیستم های آموزشی جهان است (جعفری، ۱۴۰۱). اهمیت مهارت های زندگی برای مقابله با مشکلات زندگی روزمره و تأثیرات آنها بر بهبود زندگی شخصی و اجتماعی و بهبود زندگی مردم مشهود است و رفته رفته این مشکل را در بیشتر سیستم های آموزشی در نظر گرفته اند (Khanifar et al., 2019).

مهارت های زندگی اساساً پایه و اساس تکوین اساسی برای مهارت های خانوادگی، آموزش، اجتماعی و حرفه ای در مهارت های زندگی دارند. در این یادگیری، انواع مختلفی از کار در گروه های کوچک یا در گروه های باینری، بازی های فکری، بحث و گفتگو با وجود تغییرات عمیق فرهنگی در سبک زندگی، بسیاری از دانش آموزان مهارت لازم برای مقابله با مشکلات زندگی را ندارند و آموزش سنتی در قالب یادگیری مدرسه این کار را نکرده است. این آموزش ها به حل مشکلات زندگی کمک می کند. این امر شما را نسبت به مشکلات و مشکلات زندگی روزمره و نیازهای خود در زمان حال و آینده آگاه می کند (زارعی و همکاران، ۱۴۰۱).

علاوه بر این، عدم آگاهی از مهارت های زندگی منجر به آسیب های زیادی خواهد شد. بنابراین مهم است که مهارت های زندگی دانش آموزان را به عنوان تولید کننده آینده جامعه بررسی کنیم. با توجه به این واقعیت که دانش آموزان مانند سایر افراد جامعه به دلیل عدم آگاهی و تحت تأثیر خسارت های اجتماعی در معرض آگاهی از مهارت های زندگی قرار می گیرند. در نتیجه، آموزش مهارت های زندگی به منظور کسب دانش مثبت از دانش در مورد مهارت های زندگی در فرد، آموزش را ایجاد می کند و این نگرش منجر به رفتار مثبت می شود، که مانع از مشکلات و سلامت روانی جامعه می شود. از آنجا که ماهیت و تعریف مهارت های زندگی در کشورها و فرهنگ های مختلف متفاوت است (Khanifar et al., 2019)، همچنین لازم است که الگوی ساکنان و مهارت های زندگی کامل را بر اساس استانداردهای جهانی بررسی و ارائه دهیم و ویژگی های کشور را در نظر بگیریم (Duncan, 2000). تحقیقات در کشور به طور کلی مبتنی بر مدل مهارت های ۱۰ ساله سازمان بهداشت جهانی است. ایالات متحده آن را رهبری می کند 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، سلامت) است (Aflaki, 2015).

در این روش، با ارائه یک الگوی اجرایی برای آموزش دانش آموزان مدارس ابتدایی از مدارس ابتدایی مطابق مدل H۴ و تجهیزات فرزندان این مهارت ها، سعی می کند ظرفیت های روانی اجتماعی کودکان را بهبود بخشد (Jahani, 2019). واد می تواند الزامات و دعوا های زندگی روزمره را مدیریت کند. این مهارت ها و مهارت ها به فرد اجازه می دهد 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 مهارت های زندگی یکی از مبانی اساسی آموزش بهداشت است، به طوری که عوامل اجتماعی مانند عزت نفس، شبکه های پشتیبانی اجتماعی و اضطراب که بر رفتار کودکان تأثیر می گذارد، جوانان محسوب



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

می شوند. 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 موقعیت های دشوار زندگی دفاع کنند (Amoosoltani et al., 2019).

عوامل موثر در آموزش مهارت های زندگی

مهارت های مختلف زندگی و یک آموزش کامل برنامه برای مهارت های 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 می رسد این ویژگی هایی است که یادگیرنده اصلی مهارت های زندگی و در عین حال بسیاری از مطالعات در این زمینه ، دارای حساب سازگار هستند. این مطالعه با هدف مطالعه ابعاد مختلف مهارت های زندگی دانش آموزان ابتدایی و ارائه الگوی مدل سازی آموزش های 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 ، قارچ ، مقیاس و بدنه و جسمی سازمان تشکیل می شوند به همین دلیل تمام منابع مادی ، مالی ، اطلاعاتی و فنی که به سمت بدنه عمومی سازمان جریان می یابند ، 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 سیستم های محیطی در عمل و واکنش دائمی است. در نتیجه ، تمام علل و عواملی که واکنش مناسب سازمان را نسبت به سایر سیستم ها ارائه می دهند ، متن یا محیط نامیده می شوند (زارعی و همکاران، ۱۴۰۱).

عوامل رفتاری: شامل روابط انسانی در سازمان است که استانداردهای رفتاری ، ارتباطات غیررسمی و مدل های خاص به هم پیوسته و محتوای اصلی سازمان را تشکیل می دهد. این عوامل محتوا در واقع به عنوان پویایی سازمان در نظر گرفته می شوند و کلیه عوامل و متغیرهایی که مستقیماً با کارگران مرتبط هستند در این شاخه ها قرار می گیرند. عوامل ساختاری و رفتاری داخل سازمانی و در مرزهای سیستم سازمانی هستند (بنکدار گلخوارانی و همکاران، ۱۴۰۱).

پیشینه پژوهش

در ایران و خارج از ایران ، مطالعه ای در مورد مدیریت آموزش مهارت های زندگی برای دانش آموزان مدارس ابتدایی 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 مهارت های زندگی را بر روی یک یا چند متغیر بررسی می کند، بنابراین نقش مهارت های زندگی در مطالعات دیگری که مؤلفه های مهارت های زندگی را مورد بررسی قرار داده است مورد تشریح قرار گرفته است (Duncan, 2000).

تأثیر آموزش مهارت های 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 آموزش مهارت های زندگی است. به همین دلیل می توان با آموزش مهارت های زندگی نوجوانان ، به کاهش تمایل به رفتارهای پرخطر کمک کرد (Amoosoltani et al., 2019). تحقیقات



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

نشان داده است که علاقه دانش آموزان به مهارت های 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 مهارت های زندگی موثر باشد (Khanifar et al., 2019).

به طور کلی ، نتایج این مطالعه نشان داده است که از نظر معلمان موفقیت مهارت های زندگی اسلامی و آموزش مهارت ها (برنامه عزت) در توانایی حل مشکل دانش آموزان را کمک می کنند. Azami و همکاران ، 2012 ، در یک مطالعه ، تأثیر آموزش مهارت های زندگی در بهبود خلاقیت مدرسه ابتدایی 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 مهارت های 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 داده های به دست آمده با استفاده از روش های t مستقل و وابسته، تحلیل واریانس و آزمون تعقیبی «شفه» برای مقایسه گروه ها انجام شد. تفاوت معنی داری در تفکر واگرا از پایه سوم تا چهارم و سوم تا پنجم ابتدایی 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 مهارت های زندگی افزایش داد (Jahani, 2019).

افلاکی فر در سال ۱۳۹۵ در پژوهشی نشان داد که آموزش مهارت های زندگی بر خودکارآمدی و افزایش شادکامی دانش آموزان تأثیر بسزایی دارد و فرد با آموزش مهارت های 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 آموزش مهارت های 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، آموزش مهارت های 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 فنلاندی و ۳ معلم سنگاپوری) با ویژگی های شخصی، 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 ذینفعان 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



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

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 تکوین 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 تکوین 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 آموزش مهارت های زندگی

به طور کلی، درجه مداخله تأثیر مثبتی بر پیامد مهارت های اجتماعی 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 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 اجتماعی 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 اجتماعی 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 تأثیر 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 اجتماعی خود دارند (حسینی، ۱۴۰۱).

اثر مداخله مهارت های اجتماعی 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 مطابقت 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).

تکوین شخصیت دانش آموزان

سواد مهارت زندگی مجموعه ای از توانایی ها و دانش ها است که به دانش آموزان کمک می کند تا در زندگی خود تصمیمات درست بگیرند، روابط سالم برقرار کنند، و با مشکلات به طور سازنده برخورد کنند. این مهارت ها نقشی اساسی در تکوین شخصیت دانش آموزان ایفا می کنند.

برخی از مهم ترین نقش های سواد مهارت زندگی در تکوین شخصیت دانش آموزان عبارتند از:

۱. افزایش اعتماد به نفس:

مهارت های زندگی به دانش آموزان کمک می کند تا در خود توانایی حل مشکلات و مقابله با چالش ها را ببینند. این امر باعث افزایش اعتماد به نفس آنها می شود و به آنها کمک می کند تا در زندگی خود با جسارت و شهامت بیشتری عمل کنند (زارعی و همکاران، ۱۴۰۱).

۲. ارتقای توانایی تصمیم گیری:

مهارت های زندگی به دانش آموزان کمک می کند تا در مواجهه با انتخاب های مختلف، با در نظر گرفتن عواقب هر انتخاب، بهترین تصمیم را برای خود بگیرند. این امر باعث می شود که آنها در زندگی خود مسئولیت پذیرتر باشند و عواقب اعمال خود را بپذیرند.

۳. تکوین مهارت های ارتباطی:

مهارت های زندگی به دانش آموزان کمک می کند تا با دیگران به طور موثر ارتباط برقرار کنند و روابط سالم و پایدار ایجاد کنند. این امر باعث می شود که آنها در زندگی اجتماعی خود موفق تر باشند و در روابط خود با دیگران رضایت بیشتری داشته باشند.

۴. افزایش تاب آوری:

مهارت های زندگی به دانش آموزان کمک می کند تا در مواجهه با مشکلات و چالش های زندگی، انعطاف پذیری و تاب آوری بیشتری داشته باشند. این امر باعث می شود که آنها در برابر سختی ها تسلیم نشوند و برای رسیدن به اهداف خود تلاش کنند.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

۵. پرورش تفکر انتقادی:

مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا به طور انتقادی فکر کنند و اطلاعات را به طور دقیق تجزیه و تحلیل کنند. این امر باعث می‌شود که آنها در زندگی خود فریب اطلاعات نادرست را نخورند و به دنبال حقیقت باشند (حسینی، ۱۴۰۱). در مجموع، سواد مهارت زندگی نقشی اساسی در تکوین شخصیت دانش‌آموزان ایفا می‌کند. آموزش این مهارت‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا به انسان‌هایی بالغ، مسئولیت‌پذیر و موفق تبدیل شوند.

نتیجه گیری

در دنیای پیچیده و پرهیاهوی امروز، دانش‌آموزان بیش از هر زمان دیگری به مهارت‌های زندگی نیاز دارند تا بتوانند با چالش‌های روزمره خود به طور موثری مقابله کنند. سواد مهارت زندگی مجموعه‌ای از توانایی‌ها و دانش‌ها است که به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا در زندگی خود تصمیمات درست بگیرند، روابط سالم برقرار کنند، و با مشکلات به طور سازنده برخورد کنند. آموزش سواد مهارت زندگی به دانش‌آموزان از جهات مختلف حائز اهمیت است. این آموزش‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا اعتماد به نفس خود را افزایش دهند، توانایی تصمیم‌گیری خود را ارتقا دهند، مهارت‌های ارتباطی خود را تکوین دهند، تاب‌آوری خود را افزایش دهند، و تفکر انتقادی خود را پرورش دهند. در مجموع، سواد مهارت زندگی نقشی اساسی در تکوین شخصیت دانش‌آموزان ایفا می‌کند. آموزش این مهارت‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا به انسان‌هایی بالغ، مسئولیت‌پذیر و موفق تبدیل شوند (حسینی، ۱۴۰۱).

سواد مهارت زندگی به عنوان یک پیش نیاز برای موفقیت دانش‌آموزان اهمیت بسیاری دارد. سواد مهارت زندگی تأثیر قابل توجهی بر عملکرد تحصیلی، رضایت شخصی، توانایی‌های اجتماعی و حرفه‌ای دانش‌آموزان دارد. با داشتن این نوع سواد، دانش‌آموزان قادر خواهند بود به صورت مؤثر در مواجهه با چالش‌های زندگی روزمره، تصمیم‌گیری‌های درست انجام دهند و در محیط‌های مختلف به خوبی عمل کنند (زارعی و همکاران، ۱۴۰۱).

براساس تحقیقات و مطالعات انجام شده، استراتژی‌ها و روش‌های مناسبی برای تقویت سواد مهارت زندگی در برنامه‌های آموزشی مدارس باید مورد استفاده قرار گیرند. این استراتژی‌ها شامل آموزش مهارت‌های اجتماعی، مدیریت هیجانات، حل مسئله، تصمیم‌گیری و ارزیابی هوشمند است. آموزش به این صورت باعث می‌شود که دانش‌آموزان بتوانند به طور مستقل و موفق در زندگی روزمره و در مواجهه با مسائل و چالش‌ها بهره‌ور شوند (ممی زاده و همکاران، ۱۴۰۱).

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 آموزش مهارت‌های زندگی، انگیزش پیشرفت دانش‌آموزان افزایش یافته است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که آموزش 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 آموزش مهارت‌های زندگی بر انگیزه پیشرفت دانش‌آموزان مستقل از جنسیت است (بنکدار گلخوارانی و همکاران، ۱۴۰۱).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

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 تاثیر 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، آموزش 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 آموزش مهارت‌های زندگی را دریافت می‌کنند، نسبت به دانش‌آموزانی که از آموزش مهارت‌های زندگی بهره نمی‌برند، 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 آموزش 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.

آموزش 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 به عنوان بخشی مستقل از برنامه درسی در مدارس و در تمام سطوح آموزشی آموزش دهند.

سواد مهارت زندگی به عنوان یک پیش‌نیاز 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 تکوین 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 مهارت های زندگی بر پرخاشگری دانش آموزان دوره ابتدایی، دوازدهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی
- ۲- جعفری، نرگس، ۱۴۰۱، چالش های اجرای آموزش مهارت های زندگی، اولین فراخوان مقالات کاربردی آموزش و پرورش: مسائل و راهکارها، تهران
- ۳- حسینی، سیدعذرا، ۱۴۰۱، تاثیر مهارت های زندگی برابر بر خلاقیت و یادگیری دانش آموزان، چهارمین همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد از نگاه معلم، میناب
- ۴- زارعی، مینا و اکبرپور، سعیده و سلطانی، مهتاب، ۱۴۰۱، مهارت های زندگی پیش دبستانی: به سوی آموزش مهارت های اجتماعی و جلوگیری از پرخاشگری در کودکان خردسال، پنجمین کنفرانس بین المللی علوم تربیتی، روانشناسی، مشاوره، آموزش و پژوهش، تهران
- ۵- ممی زاده، حامد و موسوی، میرولی و سلمانی بالان، حسین و سیف، یونس و آقاندی، محمد، ۱۴۰۱، اثربخشی آموزش مهارت های زندگی از طریق همیار مشاور بر بهبود روابط بین فردی، اولین کنفرانس بین المللی 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 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]