

نقش و جایگاه برنامه درسی مهارت‌های زندگی در کاهش آسیب‌های اجتماعی دانش‌آموزان

حلیمه میرعرب رضی¹، دکتر حسن صانمی^{2*}

1- دانشجوی دکترای برنامه درسی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزادشهر، ایران

mirarab_halime@yahoo.com

*2 - استادیار گروه روانشناسی و علوم تربیتی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزادشهر، ایران

saemi_61@yahoo.com

چکیده

مسئله آسیب‌های اجتماعی و رفتارهای پرخطر که موجب هدر رفت تواناییها و استعدادهای افراد به ویژه دانش‌آموزان و کاهش سازگاری‌های دانش‌آموزان در موقعیت‌های بحرانی زندگی می‌شود موضوع بسیار مهمی است که ضرورت توجه به این موضوع و شناسایی عوامل مؤثر بر این موضوع و بررسی نیازها و برنامه‌های درسی مدارس را الزامی می‌سازد. از جمله اینکه برنامه درسی مهارت‌های زندگی آیا می‌تواند نقش و جایگاهی در کاهش آسیب‌های اجتماعی داشته باشد؟ بررسی‌های مروری تحقیقات و مطالعات گذشته نشان می‌دهد فعالیتها و اقدامات صورت گرفته کافی نبوده و نگاه موشکافانه‌تر و تحلیل و توصیف عناصری از برنامه درسی مهارت‌های زندگی به عنوان عامل اثرگذار مانند نیازسنجی طراحی، اجرا، ارزشیابی، محتوا، فضا، مکان و زمان جزء حلقه‌های مفقوده هستند، بنابراین در این مقاله با استفاده از روش توصیفی-تحلیلی به بررسی نقش و جایگاه برنامه درسی مهارت‌های زندگی در کاهش آسیب‌های اجتماعی دانش‌آموزان پرداخته شد. نتایج بدست آمده نشان می‌دهد در همه تحقیقات صورت گرفته اثربخشی و نقش مهارت‌های زندگی در پیشرفت تحصیلی، کاهش رفتارهای پرخطر مؤثر بوده است. ولی به نظر می‌رسد در برنامه درسی مدارس ایران، در چگونگی اجرا، نوع محتوای مورد نیاز دانش‌آموزان، در نظر گرفتن فضا، مکان و زمان مناسب نیاز به توجه بیشتر است.

کلمات کلیدی

برنامه درسی، مهارت‌های زندگی، آسیب‌های اجتماعی، دانش‌آموزان

مقدمه

بشر همواره شاهد فرورفتن افرادی در گرداب انحرافات اجتماعی بوده و تجارب تلخی از آسیب های آن در هدر رفتن سرمایه ها و نابسامانی خود و اجتماع دارند. به همین جهت در طول تاریخ تلاش های مستمری با انگیزه ها و رویکردهای متفاوتی انجام گرفت تا علل پیدایش انحرافات اجتماعی و راه های پیشگیری آن مورد بررسی قرار گیرد (باقری کراچی 1396).

امروزه بیشتر کشورها با افزایش کمی آسیب های اجتماعی، کاهش سن افراد در معرض آسیب، نداشتن توجه جدی به برنامه های پیشگیری، مشکلات رفتاری و تحصیلی ناشی از مشکلات فراوان، مشکل افراد در برقراری ارتباط با دیگران و ناپابندی به قوانین و مقررات اجتماعی رویارو هستند (عباس زاده و پورخانی، 1388).

در یک نظام اجتماعی هنگامی که رفتاری به گونه ای چشمگیر با هنجار همگانی اختلال پیدا می کند و مورد کیفر قرار می گیرد آسیب اجتماعی نامیده می شود (تاک و تیدل 1380 به نقل از باقری کراچی 1396).

آسیب اجتماعی به هر نوع عمل فردی یا جمعی اطلاق می شود که در چارچوب اصول اخلاقی و قواعد عام عمل جمعی رسمی و غیر رسمی جامعه محل فعالیت کنش گران قرار نمی گیرد و در نتیجه با منع قانونی و قبح اخلاقی رو به رو می گردد (عبداللهی 1385، به نقل از باقری کراچی، 1396).

امروزه با وجود تغییرهای عمیق فرهنگی و تغییر در شیوه های زندگی، بسیاری از افراد فاقد توانایی های لازم و اساسی در رویارویی با مسائل زندگی خود هستند و همین امر آنان را در مواجهه با مسائل زندگی روزمره و مقتضیات آن آسیب پذیر کرده است. مهارتهای زندگی به انسانها می آموزد که چگونه شکستگی را از خودشان دور سازند و به مسائل زندگی به عنوان معمای قابل حل نگاه کنند (خسروی و همکاران، 1393).

کودکان و نوجوانان به سبب بی تجربگی و نا آگاهی از مهارتهای بازدارنده و تسهیل کننده، اصلاحی، بیشتر در معرض آسیبهای جدی درونی و اجتماعی هستند. دانش آموزانی که مهارتهای مقابله با موقعیتهای تنش زا را ندارند، به نوعی مقهور آنها خواهند شد و بدین ترتیب مستعد اختلالات روانی، عاطفی، افسردگی، اضطراب و احتمالاً مصرف مواد مخدر و رفتارهای ضد اجتماعی خواهند شد این دانش آموزان در فرایند تصمیم گیری نیز دچار مشکل می شوند (همان).

ببجربنگ و هاوارد (2012) بر این باورند که عمده مشکلات روانی، ریشه در عوامل روانی- اجتماعی داشته و پرخاشگری به عنوان یکی از موضوعات اساسی بهداشت روان، رو به افزایش است (کریمی، تجری و پاک مهر، 1392).

یادگیری و به کارگیری مهارتهای مختلف زندگی، فرد را برای مقابله موثر با مسائل مختلف زندگی کمک کرده (Hanewinkel & Bhauer ، 2004) و ارتقای سلامت روان وی را به دنبال دارد. به عبارتی، هدف از برنامه مهارتهای زندگی، تقویت رفتارهای مثبت اجتماعی، فردی، شناختی و تغییر رفتارهای آموخته شده نامناسب در جهت بهبود و افزایش سلامت افراد است (Gachuhi ، 1999).

شواهد از وجود اتفاق آراء بر تاثیر مثبت آموزش مهارت های زندگی بر رفتارهای کودکان و رویارویی با چالش های اقتصادی، فرهنگی، زیست محیطی، اجتماعی فرا راه حکایت دارد (اوحدی و همکاران، 1391؛ عابدینی، 1390؛ قلعه شاهی، 1389؛ قنبری هاشم آبادی و کدخدازاده، 1386؛ ریجوی 2006؛ کرتیس 2002 به نقل از کریمی 1387، به نقل از احمدزاده و صالحی، 2016)؛ کرونین، 1996). نتایج پژوهش واحدی و فتحی آذر (1385) نیز حاکی از آن است که میزان پرخاشگری کودکان بعد از شرکت در

دوره آموزشی مهارت های 7 گانه به شدت کاهش و مهارت های کسب شده از طریق کودکان به طور کامل به موقعیت های خانه و مهدکودک تعمیم یافته است (همان).

نتایج پژوهش مهدوی و همکاران (1397) نشان داد که آموزش مهارت حل مسئله موجب افزایش سازگاری اجتماعی و راهبردهای خودتنظیمی در کودکان طلاق شده است.

پژوهش انجام شده توسط مریم صف آرا و محبوبه معظم آبادی (1396) نشان می دهد آموزش مثبت اندیشی بر کاهش زورگویی و افزایش استقلال عاطفی نوجوانان موثر بوده است. لذا نتایج پژوهش توجه بیشتر دست اندرکاران عرصه تعلیم و تربیت در زمینه کاهش آسیب های دانش آموزی را بیشتر می طلبد. همچنین تحقیق رحمان پور و شریفی (1389) نشان می دهد مدارس در پیشگیری از آسیب های روانی - اجتماعی و ارتقاء سطح بهداشت روان دانش آموزان نقش مهمی دارند. به این دلیل در سال های اخیر، برنامه های پیشگیرانه مبتنی بر مدرسه گسترش یافته اند. شواهد نشان می دهند که اینگونه برنامه ها نتایج پیامدهای مطلوبی را در افزایش عملکرد تحصیلی و کاهش رفتارهای خطرآفرین میان دانش آموزان به دنبال دارند.

پژوهش احمد زاده و صالحی (2016) نشان می دهد که بی‌شتر مولفه های رویکردهای اساسی آموزش مهارت های زندگی، در کتاب های درسی دوره پیش دبستانی گنجانده شده و بر پرورش مهارت های خودآگاهی، همدلی، اخلاقی و زیست محیطی تأکید شده است و به صورت ضمنی و محدود بر پرورش مهارت های روابط بین فردی و اجتماعی، تصمیم گیری، حل مسئله و مقابله با هیجانات و استرس پرداخته شده و مهارت تفکر خلاق و تفکر انتقادی مغفول واقع شده است.

یافته های حاصل از پژوهش انجام شده توسط اسماعیل زاده و همکاران (1392) نشان داد که شاخص هایی مانند تصمیم گیری، حل تعارض، آموزش درباره فنون و روش های رسانه ای، هدف گزینی و هدف مداری، شناخت قوانین، شناخت فرهنگ، کار گروهی و چگونگی استفاده از رسانه ها از جمله شاخص هایی هستند که در برنامه مهارت های زندگی ایران مورد غفلت قرار گرفته اند. مطالعات پژوهشی نشان می دهند که دانش آموزان در مقاطع مختلف تحصیلی از مهارتهای زندگی پایین تری برخوردار بوده اند. یکی از پژوهش های انجام شده حاکی از آن است که دانش آموزان در مهارت های تصمیم گیری، حل مسأله، تفکر خلاق، تفکر انتقادی، همدلی، خودشناسی، ایجاد روابط مؤثر با دیگران مهارت اجتماعی با مشکلات زیادی روبه رو بوده و میانگین کسب شده در مهارت های فوق بسیار پایین بوده است. لذا آموزش این مهارت ها می تواند موجب ارتقای رشد شخصی و اجتماعی و پیشگیری از مشکلات روانی- اجتماعی شود (فرزام نیا، 1381).

با توجه به مطالب فوق هدف مقاله حاضر این است که به تبیین و توصیف نقش و جایگاه برنامه درسی مهارتهای زندگی را در کاهش آسیب های اجتماعی دانش آموزان بپردازد.

اهمیت و ضرورت مهارت های زندگی

افراد در مواجهه با چالشها و مسائل زندگی به شیوه خاصی به مسائل پاسخ می دهند. این شیوه پاسخگویی به مشکلات، مهارتهای زندگی است (کورتز، جفری و رز، 2010، مینور، شرودر، هیلند، 2009) که به افراد کمک می کند تا با داشتن نگرش مقابله ای بر زندگی خود کنترل داشته باشند.

در عصر حاضر، علیرغم تغییراتی که در جنبه های مختلف زندگی صورت گرفته است، بسیاری از افراد در مواجهه با مشکلات فاقد مهارت‌های مقابله هستند (ولز و پاپاگرچو، 2001).

در جریان تمام وقایع و مشکلاتی که برای انسان به وجود می آید، برخورداری از مهارت‌های زندگی به وی کمک می کند تا به بهترین وجه ممکن از عهده مشکلات خود برآید. یادگیری مهارت‌های زندگی، تنها یادگیری محض نیست، بلکه نگرشها و ارزشها را نیز تحت تأثیر قرار می دهد. یعنی افراد علاوه بر اینکه یاد می گیرند تا مهارت‌های زندگی را در موقعیتهای واقعی به کار ببرند، حقایق را نیز درباره موقعیتهای مختلف می آموزند (پورسید، حبیب‌اللهی و فرامرزی، 1389).

یادگیری و به کارگیری مهارت‌های مختلف زندگی، فرد را برای مقابله موثر با مسائل مختلف زندگی کمک کرده (هنونیکل و بیهانور، 2004).

مهارت‌های زندگی، مهارت‌های شخصی و اجتماعی است که کودکان و نوجوانان باید آن‌ها را یاد بگیرند تا بتوانند در مورد خود، انسان‌های دیگر و کل اجتماع به طور موثر و شایسته عمل کنند (نیک پور، 1383).

اهمیت مهارت های زندگی برای دانش آموزان

اهمیت مهارت‌های اجتماعی به عنوان مهمترین عامل اجتماعی شدن و سازگاری اجتماعی، رشد اجتماعی و تربیت اجتماعی در کنار دیگر ابعاد رشد و حیطه های تعلیم و تربیت از جایگاه ویژه ای برخوردار است. دانش آموزی که مهارت‌های اجتماعی لازم را کسب کرده است، دانش آموزی که می تواند به خوبی با محیطش سازش کند و یا این که می تواند از طریق برقرارکردن ارتباط با دیگران از موقعیت های تعارض آمیز کلامی و فیزیکی اجتناب کند. این گونه دانش آموزان، رفتارهایی از خود نشان می دهند که منجر به پیامدهای مثبت روانی-اجتماعی می شود. به همین جهت با توجه به اهمیت موضوع، سازمان جهانی بهداشت (WHO) به منظور افزایش سطح بهداشت روانی و پیشگیری از آسیب های روانی-اجتماعی، برنامه ای تحت عنوان آموزش مهارت‌های زندگی تدارک دیده است (بشارتی، 1395).

اهمیت و ضرورت آموزش مهارت‌های زندگی زمانی مشخص می شود که بدانیم آموزش مهارت‌های زندگی موجب ارتقای تواناییهای روانی-اجتماعی می گردد این توانایی ها فرد را برای برخورداری موثر با کشمکش ها و موقعیت های زندگی یاری می بخشد. بدین ترتیب، تمرین مهارت‌های زندگی موجب تقویت یا تغییر نگرشها، ارزشها و رفتار انسان می گردد (ناصری، 1386 به نقل از بشارتی، 1395).

تعلیم و تربیت و مهارت های زندگی

یکی از کارکردهای تعلیم و تربیت آماده ساختن افراد برای زندگی در جامعه می باشد و تعلیم و تربیت به خودی خود فاقد این ابزار می باشد، اما این کار که برنامه های درسی و جهت گیری های آن می تواند نقش بسزایی در کیفیت زندگی افراد جامعه و بروز آسیب های اجتماعی داشته باشد واضح و روشن به نظر می رسد (برهانی و کاظم زاده نظری، 1393).

یک نظام یا جریانی مستمر است که کارکرد اساسی اش شکوفا کردن استعداد و تربیت شهروندانی است که هنجارهای مورد پذیرش جامعه را کسب کنند و متعهد به ارزش های آن باشند (شعبانی، 1395).

از اوایل قرن بیستم، به دلیل اهمیت و نقش آموزش و پرورش و توسعه تحقیقات تربیتی، مفهوم سنتی برنامه درسی دچار تغییرات زیادی شد و مفهوم جدید تر آن یعنی ((سازماندهی فعالیتها و تجربیات یادگیری تحت راهنمایی آموزشگاه برای تحقق رشد و

شایستگی فردی و اجتماعی بلدگیرنده و رسیدن به هدف های آموزش)) مورد توجه قرار گرفت (عصاره، علیرضا، 1389).
با توجه به اهمیت یادگیری مهارت های زندگی برای مواجهه با مسائل و مشکلات روزمره و تأثیر آن بهبود زندگی فردی و اجتماعی و نیز تأکیدی که بر آن گردیده است، می بایست در فرایند تعلیم و تربیت بدان توجه ویژه به عمل آید و در همین راستا است که امروزه بیشتر برنامه های درسی رسمی مدارس در اکثر نظام های آموزشی به آموزش این مهارت ها اختصاص یافته است (ادیب، 1382، به نقل از یوسفی افراکتی و صمدی، 1396).

بروز ناهنجاری های رفتاری و عدم توجه به مقررات، ارزش ها و انضباط اجتماعی و بی توجهی به حقوق شهروندان در بین برخی از جوانان، وجود آمار سالانه بیش از بیست هزار نفر تلفات ناشی از تصادفات که اغلب رانندگان آنها از جوانان هستند، از جمله نشانه های نوعی خلأ در نظام تعلیم و تربیت است که تأثیرگذاری آموزش های ارائه شده در زمینه موضوعات اجتماعی را با تردید مواجه کرده است. بنابراین برای اتخاذ راهبرد مهم پیشگیری از وقوع جرم، باید توجه جدی به مشارکت و جامعه پذیری دانش آموزان داشت تا ویژگی هایی چون احترام و عمل به قانون، فرهنگ خود کنترلی و احترام به حقوق دیگران از این سنین در وجود ایشان نهادینه شود و آسیب پذیری ایشان در دوران دبیرستان و پس از آن به حداقل ممکن برسد. بنابراین می توان با طراحی علمی برخی آموزش ها که دارای جذابیت است و با مشارکت دانش آموزان اجرا می گردد در ایشان مصونیت لازم را ایجاد کرد و از رفتار های هنجار شکن آسیب زا و آسیب پذیر در دوران جوانی تا حد قابل توجهی پیشگیری نمود.

امروزه تمرکز آموزش به جای ارائه برنامه های آموزشی با مدیریت رفتار کلاسی، به پرورش دانش آموزان با انگیزه و راهبردی تغییر کرده است (پاریس و وینگوگرا، 2012).

از آنجا که زندگی بسیاری از کودکان، نوجوانان و جوانان در مدرسه سپری می شود، بنابراین مدارس در تمامی مقاطع، بایستی نمونه ای از یک جو هدایتگر به سوی تجارب مثبت زندگی و ایجادکننده انگیزش درونی باشد (تیمیک و ریان، 2009).

برنامه درسی و مهارت های زندگی

برنامه آموزش مهارت های زندگی یک مداخله پیشگیرانه مبتنی بر افزایش شایستگی چند مؤلفه ای است که به آموزش مهارت های مقاومت در برابر مصرف مواد در بافتی از مدل آموزش مهارت های اجتماعی و شخصی عمومی تأکید دارد. با گذشت بیش از دو دهه برنامه آموزش مهارت های زندگی کارایی بالایی در یکسری از مطالعات کارآمدی کنترل شده، تصادفی و آزمایش های اثر بخشی در مقیاس بزرگ نشان داده اند.

تأثیرات پیشگیری با برنامه های آموزش مهارت های زندگی به شماری از تهیه کنندگان برنامه های مختلف، به دانش آموزانی از نواحی جغرافیایی مختلف (شهری، حومه شهری و روستایی) و پیش زمینه های اقتصادی - اجتماعی و نژادی - قومی، تشخیص داده شده اند. با تکیه بر این پیکره از شواهد، برنامه آموزش مهارت های زندگی بوسیله تعدادی آژانس های هم پیمان به عنوان، یکی از مؤثرترین رویکردهای رایج پیشگیری شناسایی شده اند (گریفین، بوتوین، 2004).

اجزاء مهارت های زندگی شامل مهارت های مدیریت خود و مهارت های اجتماعی است. مهارت های خود مدیریتی انفرادی شامل قدرت تصمیم گیری و حل مسأله، آگاهی از تأثیرات اجتماعی و مقاومت در برابر آنها، مقابله با اضطراب و افسردگی، خشم و ناکامی، مشخص نمودن هدف، خود رهبری و تقویت خویشتن می باشد. مهارت های اجتماعی نیز قسمت دیگری از مهارت های زندگی است که شامل برقراری روابط اجتماعی، مهارت جرأت ورزی کلامی و غیر کلامی، احترام و افزایش شایستگی اجتماعی دانش آموزان می باشد (بوتوین و کانتو، 2000).

دیوید سلیمی (2000) معتقد است که هدف آموزش مهارت‌های زندگی، افزایش توانایی‌های روحی- اجتماعی است، آن مهارت‌هایی که می‌تواند افراد را در اداره مؤثر نیازها، سختی‌ها و فشارهای زندگی توانا سازد (ادیب، 1382).

یادگیری این مهارت‌ها برای همه افراد جامعه ضروری است، اما در سنین نوجوانی و جوانی اهمیت ویژه‌ای دارد. همزمان با رشد جسمانی و روانی، انتظار جامعه و خانواده نیز از فرد نوجوان و جوان افزایش می‌یابد؛ به طوری که آنها می‌پذیرند به سبب زندگی اجتماعی، بخشی از تمایلات خود را محدود کنند و در چارچوب هنجارهای اجتماعی و گروهی قرار گیرند. در این راستا نوجوانان و جوانانی که شیوه‌های صحیح رفتاری را فرا نگرفته باشند و مهارت‌های لازم را در جهت تطبیق خود با خانواده و جامعه نیاموخته باشند، با آسیب‌های جدی و متعددی روبه‌رو خواهند شد. از این‌رو آموزش مهارت‌های زندگی، بخش مهمی از برنامه درسی اکثر نظام‌های آموزشی دنیا را تشکیل می‌دهد. خوشبختانه آموزش این مهارت‌ها گرچه بسیار دیر، اما بالاخره طی دو سال گذشته به صورت رسمی وارد سیستم آموزشی کشور ما نیز شده است.

اگر محتوای برنامه درسی با یادگیری مهارت‌های زندگی، ترکیبی موزون یابند در افراد نگرشی سالم و سازنده نسبت به موقعیت‌های زندگی حاصل می‌شود که نتیجه آن، بروز رفتارهای صحیح برای پیش‌گیری از ناهنجاری‌های روحی خواهد بود (قلعه شاهی، 1389).

مسئول گروه برنامه‌ریزی درسی، آداب و مهارت‌های زندگی وزارت آموزش و پرورش در گفتگو با خبرنگار مهرخانه، درخصوص آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان گفت: پیش از این در پایه ششم کتابی به نام تفکر و پژوهش داشتیم که در کتاب پایه هفتم بخش سبک زندگی به آن اضافه شد و کتاب پایه هشتم نیز ادامه همان سبک زندگی است. تلاش این کتاب این است که آداب و مهارت‌های زندگی را به بچه‌ها آموزش دهد تا آنها با تفکر خود دست به انتخاب احسن بزنند و زندگی عاقلانه و سالمی را انتخاب کنند.

سید امیر رَوَن با بیان این مطلب، ادامه داد: پایه هفتم یک کتاب مشترک تفکر و سبک زندگی دارد و یک کتاب خاص دختران شامل مباحث مربوط به بلوغ و حجاب؛ چراکه دختران زودتر به بلوغ می‌رسند. پایه هشتم نیز یک کتاب مشترک دارد و یک کتاب ویژه پسران شامل مباحث بلوغ، ویژگی‌های رشد در دوران بلوغ و اعتیاد و خطرات آن دانش‌آموزان 12 مبحث از تفکر و 12 مبحث از سبک زندگی را در پایه هشتم فرامی‌گیرند.

این کارشناس اظهار داشت: کتاب مشترک تفکر و سبک زندگی پایه هشتم دو بخش اساسی دارد: بخش فعالیت‌های الزامی و بخش فعالیت‌های اختیاری. بخش فعالیت‌های الزامی کتاب، شامل مهارت‌های زندگی موفق، آداب معاشرت و گفتگو، رسانه‌ها و تأثیر آنها بر زندگی، مهارت کنترل نفس، رفتارهای پرخطر، مهارت افزایش عزت نفس، مهارت بهبود خودپنداری، و کنترل افسردگی است. بخش بخش است که با توافق معلم و دانش‌آموز و علایق آنها، چند مورد انتخاب می‌شود و در مجموع دانش‌آموزان 7 انتخابی آن نیز شامل 12 مبحث از تفکر و 12 مبحث از سبک زندگی را در 24 جلسه می‌خوانند.

وی در خصوص نمره‌بندی این درس گفت: بخش مختصری از سبک زندگی در کادرهایی تعبیه شده است که دانش‌آموزان باید یاد بگیرند و 5 نمره دارد. 15 نمره این درس عملکردی است؛ تکالیف داخل کتاب 5 نمره، مشاهدات معلم 5 نمره و تحقیق و پروژه 5 نمره. حدود 75 درصد نمره این درس عملکردی و 25 درصد آن کمی و حفظی است تا دانش‌آموزان تعریف مفاهیمی چون استرس، افسردگی و اضطراب را یاد بگیرند.

بر اساس سند برنامه درسی ملی این کتاب به صورت مستقل وارد سیستم آموزشی کشور شد. مسئول گروه برنامه‌ریزی درسی، آداب و مهارت‌های زندگی وزارت آموزش و پرورش اظهار داشت: دو سال پیش سند برنامه درسی ملی در شورای عالی

آموزش و پرورش به تصویب رسید که در آن یازده حوزه یادگیری پیش‌بینی شد که یکی از آن حوزه‌ها آداب و مهارت‌های زندگی بود. بر اساس این سند، این کتاب به صورت مستقل وارد سیستم آموزشی کشور شد. البته در گذشته نیز به صورت تلفیقی به این مباحث، در کتب گوناگون درسی اشاره شده بود.

رَوْن بیان داشت: دو دیدگاه وجود دارد: یکی دیدگاه تلفیقی که می‌گوید اساساً این مباحث باید در همه کتاب‌ها باشد. تلاش ما این است که در دوران ابتدایی این رویکرد تلفیقی در همه کتب اعم از دینی، علوم، ریاضی و .. وجود داشته باشد و متناسب با محتوای کتاب، بحث مهارت‌های زندگی ذکر شود. اما در دوره متوسط اول یا راهنمایی سابق به دلیل اینکه بچه‌ها در دورانی هستند که به خاطر بلوغ نیازهای روانی و هیجانی آنها بالاست، وجود این کتب به صورت مستقل نیاز است؛ در عین حال که در سایر کتب نیز این مباحث به صورت غیرمستقیم لحاظ شده است.

باید برای پاسخ‌گویی به این نیاز دانش‌آموزان از انواع و اقسام رسانه‌ها استفاده شود و در خصوص مباحث مغفول‌مانده در این کتب خاطر نشان کرد: آموزش مهارت‌های زندگی بحثی بسیار گسترده است. ما سعی کردیم در مطالعات تطبیقی و پژوهش‌ها مهم‌ترین مطالب مبتلابه این گروه سنی را احصا کنیم. همچنین علی‌رغم این کتب، کتب راهنمای معلم و کلیپ‌های متعددی نیز داریم. از طرفی سایتی راه‌اندازی کرده‌ایم تا خلأهای موجود تا حد ممکن برطرف گردد.

این کارشناس مسئول ادامه داد: کتاب‌های آموزشی را نیز احصا و معرفی کرده‌ایم تا بچه‌ها در دوران فراغت مطالعه کنند. در کتب درسی محدودیت وجود دارد و باید برای پاسخ‌گویی به این نیاز دانش‌آموزان از انواع و اقسام رسانه‌ها استفاده شود. با این وجود در اسناد تحولی این اراده وجود دارد و اگر بندگان این اسناد تحقق یابند، محیط کلاس به محیط‌های یادگیری و تنوع منابع تبدیل خواهد شد.

آموزش و پرورش و تمام نهادهای فرهنگی سهم خود را ایفا کنند و با بیان اینکه بچه‌هایی که در جغرافیای مختلف هستند، متناسب با اقلیم خود نیازهای متفاوتی دارند، تأکید کرد: ما تلاش کردیم درصدی از این برنامه را اختیاری کنیم و در حدود 20 درصد از این به معلمان اختیار دادیم که خودشان براساس شرایط طراحی درس کنند. "بخش انتخابی در کتاب "راهنمای معلم

برنامه درسی مهارت‌های زندگی و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی

در پیدایش انحرافات اجتماعی و رفتارهای نابهنجار و آسیب‌زا عوامل زیادی به عنوان عوامل پیدایش و زمینه‌ساز می‌تواند مؤثر باشند: (غلامی بامرغ، معزی، صدیق، 1393).

- 1- عوامل فردی: جنس، سن، وضعیت ظاهری و قیافه، ضعف و قدرت، بیماری، عامل ژنتیک و...
 - 2- عوامل روانی: حساسیت، نفرت، ترس و وحشت، اضطراب، کم‌هوشی، خیال‌پردازی، قدرت طلبی، کم‌رویی، پرخاشگری حسادت، بیماری‌های روانی و...
 - 3- عوامل محیطی: اوضاع و شرایط اقلیمی، شهر و روستا، کوچه و خیابان، گرما و سرما و...
 - 4- عوامل اجتماعی: خانواده، طلاق، فقر، فرهنگ، اقتصاد، بیکاری، شغل، رسانه‌ها، مهاجرت، جمعیت و...
- طلاق والدین به منزله از بین رفتن چتر امنیتی کودکان به شمار می‌رود که می‌تواند بر سلامت روانی و اجتماعی آن‌ها تأثیر بسزایی بگذارد (مه‌دوی و همکاران، 1397).

ایجاد برنامه هایی به منظور ارتقاء مهارت های اجتماعی و حل مسأله، احتمالاً باعث بهبودی عملکرد فرد در مدرسه و زمینه های دیگر می شود. عدم آشنایی نوجوان با شیوه های مقابله با بحران می تواند سبب از پا در آمدن، خشم و پرخاشگری یا افسردگی آن ها شود و یا می تواند ایشان را به سوی رفتارهای اجتنابی مثل سیگارکشیدن، اعتیاد و انواع بزه ها سوق دهد (قنبری هاشم آبادی و کدخدازاده، 1386). در انگلستان نوجوان از کشیدن سیگار به عنوان راه حلی برای کسب هویت و به کنترل در آوردن زندگی شان استفاده می کنند (cap 2000 به نقل از قنبری هاشم آبادی و کدخدازاده، 1386). این مسأله ضرورت آموزش مهارتهای زندگی را بیش از پیش مشخص می سازد و اگر این مهارتها به خوبی یادگرفته شوند ممکن است به نوجوان (دانش آموز) کمک کنند راه حل مناسب تری برای مقابله با مشکلاتشان برگزینند.

باباپور خیرالدین (1388) اذعان می دارد که بسیاری از افراد در رویارویی با مشکلات رفتاری و هیجانی، فاقد تواناییهای لازم و اساسی هستند و همین امر آنان را در مواجهه با مسائل و مشکلات زندگی روزمره آسیب پذیر کرده است.

بیجربنک و هاوارد (2012)، بر این باورند که عمده مشکلات روانی، ریشه در عوامل روانی- اجتماعی داشته است.

طرح مهارتهای زندگی متمرکز بر ارتقای مهارتهای خودآگاهی، مقابله با انواع هیجانات و سازگاری اجتماعی می باشد (کینگزورت، هلی و ماکارتور 2007)، این برنامه جامع برای کسب مهارتهای فردی و اجتماعی طراحی شده و در پیشگیری، درمان مشکلات روانی و آسیبهای اجتماعی بسیار موثر واقع گردیده است (Jones & Lavalley 2009، Smith 3، 2004). به زعم گاجوهی (1999) آموزش صحیح می تواند افراد را به یادگیری مهارتهای لازم برساند تا بتوانند در فضایی مطلوب با مسائل زندگی سازگاری یابند.

برنامه های جامع مهارتهای زندگی در صورتی قادر خواهند بود فراگیران را در مواجهه با پیچیدگیها و مشکلات زندگی کمک کنند که روشهای آموزشی خود را انعطاف پذیر طراحی نمایند. روش یادگیری سازنده گرا، در افراد انگیزه درونی ایجاد کرده و یادگیری را برای آنان معنادار، پایدار و کاربردی در شرایط واقعی زندگی می کند. لذا، با توجه به اینکه نگرش و رضایت، دو شاخصه مهم در یادگیری مهارتهای زندگی محسوب می شوند، آموزش با شیوه سازنده گرای که ریشه های نظری قوی در روانشناسی یادگیری و تعلیم و تربیت دارد، مناسبتر است در طراحی برنامه درسی مهارتهای زندگی، آموزش با رویکرد سازنده گرای لحاظ گردد (کرمی، تجری و پاک مهر 1392).

مهارت های زندگی و ضرورت آموزش آنها

مهارهای زندگی به عنوان توانایی ها، دانش، نگرش ها و رفتارهایی تعریف شده است ه برای شادمانی و موفقیت یاد گرفته می شوند تا اینکه فرد را قادر سازند با موقعیت های زندگی سازگاری یابد و بر آن ها مسلط شود. از طریق رشد این مهارت ها افراد یاد می گیرند که به راحتی با دیگران زندگی کنند، احساس خود را با امنیت خاطر بیان کنند و زندگی را دوست داشته باشند (adeib and fradanesh 1382 به نقل از صمدی و یوسفی فراکتی، 1396).

در عصر حاضر، علیرغم تغییراتی که در جنبه های مختلف زندگی صورت گرفته است، بسیاری از افراد در مواجهه با مشکلات فاقد مهارتهای مقابله هستند (wells & papageorgiou، 2001). افراد در مواجهه با چالشها و مسائل زندگی به شیوه خاصی به مسائل پاسخ می دهند. این شیوه پاسخگویی به مشکلات، مهارتهای زندگی است (kurtz jeffry & Rose، 2010، Minor، Schoroder & Heyland، 2009) که به افراد کمک می کند تا با داشتن نگرش مقابله ای بر زندگی خود کنترل داشته باشند. به عبارتی، در جریان تمام وقایع و مشکلاتی که برای انسان به وجود می آید، برخورداری از مهارتهای زندگی به وی کمک می کند تا به بهترین وجه ممکن از عهده مشکلات خود برآید (کرمی، تجری و پاک مهر، 1392).

یادگیری مهارت‌های زندگی، تنها یادگیری محض نیست، بلکه نگرش‌ها و ارزش‌ها را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد. یعنی افراد علاوه بر اینکه یاد می‌گیرند تا مهارت‌های زندگی را در موقعیت‌های واقعی به کار ببرند، حقایق را نیز درباره وقیعت‌های مختلف می‌آموزند (پورسید، حبیب‌اللهی و فرامرزی، 1389 به نقل از همان).

نظریه یادگیری بندورا (1986) به دو شکل در آموزش و یادگیری مهارت‌های زندگی به کودکان و نوجوانان دلالت دارد. یکی از دلالت‌های این نظریه به افزایش خودکار آمد پنداری مربوط می‌شود. بندورا معتقد است خودکار آمد پنداری را می‌توان به شیوه‌های گوناگون تقویت کرد یا به دلیل عدم توجه به برخی اصول تربیتی و آموزشی آن را تضعیف نمود. با توجه به تأثیر خودکار آمد پنداری به رفتار افراد و مشکلاتی که از ضعف آن ناشی می‌شود، یادگیری مهارت‌های زندگی می‌تواند تقویت و افزایش خودکار آمد پنداری را به دنبال داشته باشد. دومین دلالت نظریه یادگیری اجتماعی بر اساس فرایند یادگیری (یادگیری مشاهده‌ای) در این نظریه به روش‌های آموزش مهارت‌های زندگی مربوط می‌شود. روش‌های آموزشی همچون ایفای نقش و نمایشی که در آنها تأکید بر مشاهده عینی یا تصویری است در یادگیری بسیاری از مهارت‌های زندگی مؤثرترین روش‌ها به شمار می‌آیند (WHO، 1994، به نقل از ادیب، 1385).

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این مقاله بررسی نقش و جایگاه برنامه درسی مهارت‌های زندگی در کاهش آسیب‌های اجتماعی دانش‌آموزان بود. جمع‌بندی مطالعات انجام‌شده نشان داد اهمیت مهارت‌های اجتماعی به عنوان مهمترین عامل اجتماعی شدن و سازگاری اجتماعی، رشد اجتماعی و تربیت اجتماعی در کنار دیگر ابعاد رشد و حیطة‌های تعلیم و تربیت از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. و در همین راستا است که امروزه بخشی از برنامه‌های درسی رسمی مدارس در اکثر نظام‌های آموزشی به آموزش مهارت‌ها اختصاص یافته است.

نتایج نشان می‌دهد مدارس در پیشگیری از آسیب‌های روانی - اجتماعی و ارتقاء سطح بهداشت روان دانش‌آموزان نقش مهمی دارند. به این دلیل در سال‌های اخیر، برنامه‌های پیشگیرانه مبتنی بر مدرسه گسترش یافته‌اند. شواهد نشان می‌دهند که اینگونه برنامه‌ها نتایج پیامدهای مطلوبی را در افزایش عملکرد تحصیلی و کاهش رفتارهای خطرآفرین میان دانش‌آموزان به دنبال دارند. آموزش مثبت‌اندیشی بر کاهش زورگویی و افزایش استقلال عاطفی نوجوانان موثر بوده است. لذا نتایج پژوهش توجه بیشتر دست‌اندرکاران عرصه تعلیم و تربیت در زمینه کاهش آسیب‌های دانش‌آموزی را بیشتر می‌طلبد.

شاخص‌هایی مانند تصمیم‌گیری، حل تعارض، آموزش درباره فنون و روش‌های رسانه‌ای، هدف‌گزینی و هدف‌مداری، شناخت قوانین، شناخت فرهنگ، کار گروهی و چگونگی استفاده از رسانه‌ها از جمله شاخص‌هایی هستند که در برنامه مهارت‌های زندگی ایران مورد غفلت قرار گرفته‌اند.

بی‌شتر مولفه‌های هر سه رویکرد اساسی آموزش مهارت‌های زندگی، در کتاب‌های درسی دوره پیش‌دبستانی گنجانده شده و بر پرورش مهارت‌های خودآگاهی، همدلی، اخلاقی و زیست‌محیطی تأکید شده است و به صورت ضمنی و محدود بر پرورش مهارت‌های روابط بین‌فردی و اجتماعی، تصمیم‌گیری، حل مسئله و مقابله با هیجانات و استرس پرداخته شده و مهارت تفکر خلاق و تفکر انتقادی مغفول واقع شده است. در خصوص پژوهش درباره تحلیل جایگاه پرورش مهارت‌های زندگی در

برنامه های درسی دوره پیش دبستانی بر اساس رویکردهای اساسی آموزش مهارت های زندگی با توجه به مطالعه وسیع در مجموع منابع، تحقیقی یافت نگردید.

پیشنهادات

با توجه به اهمیت یادگیری مهارت های زندگی برای مواجهه با مسائل و مشکلات روزمره و تأثیر آن بر بهبود زندگی فردی و اجتماعی و نیز تأکیدی که بر آن گردیده است می بایست در فرایند تعلیم و تربیت بدان توجه لازم بعمل آید و پیشنهاد می گردد در تدوین برنامه های درسی مدارس آموزش مهارت های روابط بین فردی، اجتماعی، تصمیم گیری، حل مسئله، تفکر خلاق و تفکر انتقادی بیشتر توجه شود؛ آموزش مهارت های زندگی بهتر است در بعد شناختی، نگرشی و مهارتی دانش آموزان بصورت کاربردی در دنیای واقعی (محیط خانواده، اجتماع و مدرسه) تدوین، تنظیم و اجرا گردد.

نگرش و رضایت، دو شاخصه مهم در یادگیری مهارت های زندگی محسوب می شوند، مناسب تر است آموزش با شیوه سازنده گرایي که ریشه های نظری قوی در روانشناسی یادگیری و تعلیم و تربیت دارد انجام شود و در طراحی برنامه درسی مهارت های زندگی، آموزش با رویکرد سازنده گرایي لحاظ گردد.

پیشنهاد می شود معلمان مدارس با آموزش و تغییر نگرش مهارت های زندگی را جدی تر بگیرند و ارائه محتوا جذاب گردد.

از جمله محدودیت های نگارنده در نوشتن مقاله محدودیت زمانی و محدودیت منابع مرتبط با موضوع بود.

منابع فارسی

- ادیب، یوسف (1385). بررسی میزان دستیابی نوجوانان ایرانی به مهارت های زندگی. فصلنامه علمی و پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز سال اول شماره 4.
- ادیب، یوسف (1382). طراحی الگوی مناسب، برنامه درسی مهارت های زندگی برای دوره تعلیم و تربیت عمومی. پایان نامه دکتری دانشگاه تربیت مدرس.
- احمدزاده، سارا، صالحی، کیوان (2016). تحلیل جایگاه پرورش مهارت های زندگی در برنامه درسی دوره پیش دبستانی ایران: مطالعه ای مبتنی بر رویکردهای چندگانه. کنفرانس بین المللی هزاره سوم علوم انسانی.
- باباپور خیرالدین، جلیل (1387). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر شیوه های حل مسنله دانش آموزان، فصلنامه علمی- پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز.
- باقری کراچی، امین، مهرابی، امیر حسین (1396). مقایسه نگرش به آسیب اجتماعی در دانش آموزان بر حسب زمینه های خانوادگی فصلنامه پژوهش انتظام اجتماعی- سال نهم- شماره چهارم
- برهانی، مرتضی، کاظم زاده، فرشته (1393). نقش برنامه درسی به عنوان پدافند غیرعامل در کاهش آسیب های اجتماعی. مجموعه مقالات همایش ملی پدافند غیرعامل و علوم انسانی.
- پور سید، سید رضا؛ حبیب اللهی، سعید؛ فرامرزی، سالار (1389). اثربخشی برنامه آموزش مهارت‌های زندگی بر میزان سازگاری دانشجویان نابینا و کم بینا، مجله راهبردهای آموزش.
- خسروی، رحمت اله، فتحی و اجارگاه، کوروش و آشتیانی، ملیحه (1393). آسیب شناسی برنامه‌درسی مهارت های زندگی در نظام آموزش متوسطه نظری. دو فصلنامه علمی- پژوهشی دانشگاه شاهد. سال بیست و یکم. دوره جدید. شماره 4.
- صف آرا، مریم. معظم آبادی، محبوبه (1396). اثربخشی آموزش مثبت اندیشی بر کاهش زورگویی و افزایش استقلال عاطفی نوجوانان شهر طبس. مقاله 8. دوره 8، شماره 29.
- رحمان پور، محمد، سید شریفی، مریم سادات (1389). تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان دانش آموزان ابتدایی شهرستان رشتخوار.
- شعبانی، حسن (1395). فنون و روش های تدریس (مهارت‌های آموزش و پرورش). انتشارات تهران
- فرزام نیا، مجتبی (1381). بررسی و شاسایی نقش عوامل درون سازمانی در کسب مهارت‌های زندگی دانش آموزان دوره متوسطه استان گلستان، طرح پژوهشی.

قلعه شاهي، ضيع الله (1389). *رويكردي جامعه شناختي به فلسفه آداب و مهارت‌هاي زندگي*. مجله رشد آموزش علوم اجتماعي.

قنبري هاشم آبادي، بهرام علي و كندخزاده، طيبه (1386). *تأثير آموزش مهارت هاي زندگي بر رضاييت از زندگي دانش آموزان*. مجله مطالعات علوم تربيت، سال اول، شماره دوم، بهمن 1386.

عباس زاده، ناصر، پورخاني، فاطمه (1388). *بررسي و مقايسه ي مهارت هاي زندگي دانش آموزان دختر و پسر شاخه هاي نظري، فني و حرفه اي و كاردانش بر اساس الگوي و ايلز و باندی*. فصلنامه رهيافتي نو در مديريت آموزشي، سال دوم، شماره سوم.

عصاره، عليرضا (1389). *مطالعات تطبيقي آموزش و پرورش دور اول متوسطه در كشورهاي منتخب (آلمان، انگلستان، فرانسه، ژاپن، كره جنوبي، مالزي، مصر و ايران)*.

كرمي، مرتضي. تجري، مجتبي و پاك مهر حميده (1392). *افزايش اثربخشي برنامه درسي مهارت هاي زندگي از طريق خلق محيط هاي يادگيري سازنده گرا (مورد مهارت مديريت خشم)*. فصلنامه روانشناسي تربيتي شماره بيست و نهم، سال نهم، پاييز 92.

مهدوي، عابد. گلستاني، عليرضا. آقايي، مريم. يگانه سپهر، شهربانو، همتي راد، گيتي (1397). *اثربخشي آموزش مهارت حل مسئله بر افزايش سازگاري اجتماعي و راهبردهاي خودتنظيمي کودکان طلاق*. مقاله آماده انتشار (مقاله پژوهشي).

نيك پور، ريحانه (1383). *مهارت‌هاي زندگي، آشنايي با برنامه آموزش*. انتشارات معاونت امور فرهنگي و پيشگيري سازمان بهزيستي کشور.

خبر 13363، آبان 93 سند ملي برنامه درسي ملي آموزش مهارت‌هاي زندگي به دانش آموزان .

منابع انگليسي

- AhmadiGatab T, Medizade Tazangi R, Taheri M. [Students' Life Quality Prediction Based on Life Skills]. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*; 2011
- Aki H, Eat Al. Subjective and objective quality of life, levels of life skills, and their clinical determinants in outpatients with schizophrenia. *Psychiatry Research*; 2008
- Brooks John .The effectiveness of constructivist science instructional methods on middle school students' student achievement and motivation, Doctoral Study Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Doctor of Education:teacher Leadership, Walden University; 2010
- CartWright-Hatton S, Tschernitz N, Gomersall H. Social anxiety in children: social skills deficit, or cognitive distortion?. *Behavior Research & Therapy*; 2005
- Cooper J, Basson J, Schaap P. A training programme based on the principles of social constructivism and focused on developing people for the future world of work: an evaluation. England: Routledge; 2006.

Dahlen E R, Ragan K M P. Adapting the Propensity for Angry Driving Scale for use in Australian research. *Accident Analysis & Prevention*; 2008: 40: 2008–2014.

Dahlen E R, Ragan K M P. Validation of the Propensity for Angry Driving Scale. *Journal of Safety Research*; 2004: 35 (5): 557–563.

Dahlen E R, Martin R C. The experience, expression, and control of anger in perceived social support. *Personality and Individual Differences*; 2005: 39 (2): 391-401.

Dethlefs T M. Relationship of constructivist learning environment to student attitudes and achievement in high school mathematics and science. The University of Nebraska, *Dissertation Abstracts International*; 2002. Volume: 63-07.

environments. *Educational Technology Research and Development*; 2000: 48(3): 23-48.

Esmailinasab M, Malek Mohammadi D, Ghiasvand Z, Bahrami S. [Effectiveness of life skills training on increasing self-esteem of high school students]. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*; 2011: 30:1043-1047. (Persian)

Gachuhi D. The impact of HIV/AIDS on education systems in the Eastern and Southern Africa Region, and the response of education systems to HIV/AIDS. Life Skills programmes. Prepared for UNICEF ESARO; 1999: Available in http://www.unicef.org/lifeskills/index_8761.html.

Giunipero L C, Denslow D, Eltantawy R. Purchasing/supply chain management flexibility: Moving to an entrepreneurial skill set. *Industrial Marketing Management*; 2005

Hanewinkel R A, Bhauer M. Fifteen month Follow- up results of a school - based life skills approach to smoking prevention. *Health Education Research*; 2004