www.edcbmj.ir e-ISSN: 2345-5284

Education Strategies in Medical Sciences (ESMS)

Journal homepage: www.edcbmj.ir/en e-ISSN: 2345-5284

Baqiyatallah University of Medical Sciences

Explaining the Necessity of Designing a life Skills Curriculum in Iranian Higher Education Centers

Roya Ghavanlo [1*], Ali Asghar Bayani [1], Hamze Akbari [1], Hasan Saemi [1]

[1] *Educational science group, Azadshahr branch, Islamic Azad University, Azadshahr, Iran.*

**Corresponding author: Roya Ghavanlo, Educational science group, Azadshahr branch, Islamic Azad University, Azadshahr, Iran.*
Email:. roya.ghavanlou2020@gmail.com

Article Info

Keywords: *Curriculum, Life skills, Higher education*

Abstract

Introduction: Life skills are essential and integral methods and skills for a stable and healthy life. Higher education has a vital opportunity to influence the future by significantly improving citizens' life skills. The aim of this study was to determine the need to design a life skills curriculum model for undergraduate students in Iranian higher education centers.

Methods: This study was conducted with a qualitative approach and content analysis method. Participants included 15 experts in life skills and 15 written documents. Purposeful sampling method was used to select individuals. Data were collected through semi-structured interviews up to saturation stage and analyzed by MAXQDA software.

Results: Findings included 149 primary codes which were finally extracted by merging the initial codes, 52 codes, 7 subcategories and 3 categories; Achieving self-fulfillment category "includes sub-categories: achieving personal and educational goals and increasing physical and mental health (mental well-being)", social welfare category "includes sub-categories: meeting the needs of society, promoting psychosocial abilities, prevention and reduction of injuries individual and social and strengthening social relations "and the category of helping to solve life problems" included the following categories: prevention and solving life challenges, preparing students for work and marriage and financial management.

Conclusion: The findings showed that designing a life skills curriculum is essential for students in higher education centers and causes them to achieve self-fulfillment and helps to increase social well-being and solve life problems.

Copyright © 2020, Education Strategies in Medical Sciences (ESMS). This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله راهبردهای آموزش در علوم پزشکی
دوره ۱۶، شماره ۱، ۱۴۰۲
صفحات: ۸۲-۹۱

تبیین ضرورت طراحی برنامه درسی مهارت های زندگی برای مراکز آموزش عالی ایران

رویا قوانلو[۱] *، علی اصغر بیانی[۱] ،حمزه اکبری[۱]،حسن صائمی [۱]

[۱] ،گروه علوم تربیتی ،واحد آزادشهر ،دانشگاه آزاد اسلامی ،آزادشهر ،ایران

*نویسنده مسوول: رویا قوانلو ، ،گروه علوم تربیتی ،واحد آزادشهر ،دانشگاه آزاد اسلامی ،آزادشهر ،ایران. ایمیل: roya.ghavanlou2020@gmail.com

چکیده

مقدمه: مهارت‌های زندگی روش‌هاو مهارت‌های ضروری و لاینفک برای یـک زنـدگی پایدار و سالم است . آموزش عالی از طریق بهبود قابل ملاحظه مهارت‌های زندگی در شهروندان فرصتی حیاتی برای تأثیرگذاری بر آینده دارد .هدف پژوهش حاضر تعیین ضرورت طراحی الگوی برنامه درسی مهارت های زندگی برای دانشجویان دوره کارشناسی مراکز آموزش عالی ایران بود

روش ها: .این مطالعه با رویکرد کیفی و روش تحلیل محتوا انجام شد. مشارکت کنندگان را ۱۵ نفر صاحب نظر در زمینه مهارت های زندگی و ۱۵ سند مکتوب شامل می شد. برای انتخاب افراد ازروش نمونه گیری هدفمند قضاوتی استفاده شد. داده ها از طریق مصاحبه های نیمه ساختارمند تا مرحله اشباع گردآوری و با نرم افزار MAXQDA ،تجزیه و تحلیل شدند.

یافته ها: یافته ها شامل ۱۴۹کد اولیه بوده که در نهایت با ادغام کدهای اولیه،۵۲کد، ۷زیر طبقه و در۳طبقه استخراج گردید؛ طبقه **دستیابی به خودشکوفایی**«شامل زیر طبقات : دستیابی به اهداف شخصی و تحصیلی و افزایش سلامت جسمانی وروانی(بهزیستی روانی)»،**طبقه بهزیستی اجتماعی**«شامل زیر طبقات :، برآورده کردن نیازهای جامعه،ارتقاء توانایی های روانی اجتماعی،پیشگیری وکاهش آسیب های فردی واجتماعی » **وطبقه کمک به حل مسائل زندگی** «شامل زیر طبقات : پیشگیری و حل چالش های زندگی، آماده کردن دانشجویان برای زندگی شغلی و زناشویی و تقویت روابط اجتماعی » بود.

نتیجه گیری: .یافته ها نشان داد طراحی برنامه درسی مهارت های زندگی برای دانشجویان در مراکز آموزش عالی ضروری بوده و سبب دست یابی آنان به خودشکوفایی شده و به افزایش بهزیستی اجتماعی و حل مسائل زندگی کمک میکند .

واژگان کلیدی: برنامه درسی ،مهارت های زندگی ،آموزش عالی

مقدمه

آموزش عالی(higher education)از اصلی ترین مراحل آموزش رسمی است که دارای وظایف و رسالت‌های متعددی در جهت رشد و پیشرفت نیروی انسانی جامعه است (1). آموزش عالی به عنوان اصلی‌ترین نهاد توسعه‌دهنده منابع انسانی، درمسیر دست‌یابی به توسعه پایدار مبتنی بر ملاحظات جهانی شدن(Globalization)، نقش حساسی را بر عهده دارد (2). در حال حاضر، آموزش عالی با توجه به گرایش‌های بین المللی تغییر یافته است، که باعث می‌شود دانشجو در مرکز تمام نوآوری‌ها و پیشرفت‌های فرایندهای یادگیری-یادگیری قرار گیرد. نوآوری ،بهبودو توسعه دانشجویان علاوه بر آماده‌سازی متخصصان در یک زمینه دانش مشخص، افراد را برای مواجهه موثر با مشکلات زندگی روزمره و ارتباط مناسب با محیط زندگی خود آماده می کند. (3).آموزش عالی بخش مهم و حائز اهمیت است که دارای حوزه اثر گذاری بسیار وسیعی در بخش های اقتصادی ،اجتماعی، فرهنگی و سیاسی جامعه می‌باشد. این نظام با تربیت افراد مدیران و رهبران جامعه و با رشد توانایی ها و پتانسیل فکری انسان در توسعه مرزهای دانش بشری نقش بسیاری داشته است. همچنین با تقویت نیروی اکتشاف و نوآوری خلاقیت و ابداع و گسترش روی انتقادی در میان تحصیل‌کردگان به حل چالش‌های مختلف جوامع و اصلاح نارساییهای موجود در آن کمک می‌کند. (۴).

از آنجایی که امروزه زندگی اجتماعی پیچیده تر شده است و افراد جامعه به دانش ها ،مهارت ها و گرایش های گوناگون برای زندگی در جامعه نیاز دارند پویایی جامعه تا حدود زیادی به وجود شهروندانی بستگی دارد که برای مشارکت در امور اجتماعی و سیاسی احساس تعهد و مسولیت کنند و مهارتهای لازم را برای تصمیم گیری و عمل در امور اجتماعی کسب نمایند و از آگاهی های لازم در این زمینه برخوردار باشند (۵)بنابراین نظام آموزش عالی باید فراگیران را در تمامی دور ها از جمله دوره کارشناسی هر چه بیشتر به دانش و نگرش و مهارت های لازم مجهز سازد .فراتر از آن باید به آنها بینشی دهد تا در پرتو آن بتوانند به یادگیری خود در سراسر زندگی ادامه دهند و در عرصه توسعه اقتصادی و اجتماعی حضوری فعال داشته و به توسعه فردی خود نوجه نمایند(۶). دانشجویان به‌عنوان سرمایه انسانی آینده کشور بسیار حائز اهمیت می‌باشند .تربیت نیروی انسانی در سطوح عالی که بتواند پاسخگوی نیازمندی‌های اقتصادی، اجتماعی و سیاسی جامعه باشد یکی از وظایف مهم دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی به شمار می‌آید.(۷)با توجه به اینکه دانشجویان از جمله افرادی هستند که تحت تاثیر آسیب های فردی و اجتماعی ناشی از عدم آگاهی از مهارت های زندگی قرار دارند لذا وجود برنامه درسی آموزش مهارت های زندگی نیز در سطح نظام آموزش عالی ضروری است (۸). دانشجویان از جمله کسانی هستند که تحت تاثیر شرایط اجتماعی ،فرهنگی و اقتصادی حاکم در جامعه بوده و در بسیاری از موارد از توانایی های لازم جهت برخورد با مشکلات و چالش ها برخوردار نبوده و در معرض بسیاری از آسیب ها و ناهنجاری های اخلاقی و رفتاری قرار میگیرند .کسب مهارت زندگی در کنار کسب دانش و تغییر متناسب نگرش ها ،ارزش ها و تقویت رفتارهای مناسب ،مشکلات و موانع سلامتی را کاهش میدهد و درنتیجه بهداشت روانی را ارتقا می بخشند(۹) در واقع کسب دانش در زمینه مهارت های زندگی موجب نگرش و ارزش های مثبت در فرد می شود ،این نگرش موجب رفتار مثبت شده ودر نتیجه مانع بروز مشکل و ارتقای بهداشت روانی در جامعه می گردد.(۱۰). هز باشند تا بتوانند در دنیای واقعی و زندگی روز مره آنها را به کار ببرند.(۱۱) مهارت های زندگی عبارتند از توانایی هایی که زمینه مقابله موثر با فشارهای روانی ،سازگارانه ورفتار مثبت ومفید را فراهم می آورند .این توانایی ها فرد را قادر می سازند تا مسئولیت های نقش اجتماعی خود را بپذیرند و بدون لطمه زدن به خود ودیگران ،با خواسته ها،نیازها،انتظارات ومشکلات روزانه به ویژه در روابط بین فردی به شکل موثری روبرو شود(۱۲). مهارت های زندگی مجموعه توانایی هایی را در بر می‌گیرد که در جهت ایجاد شایستگی مورد نیاز برای رشد فردی و ایجاد رفتارهای سازگارانه برای رویارویی موثر با چالش های زندگی عمل می نماید توانایی یاد گرفته شده برای عملکرد مطلوب در یک موقعیت است این توانایی ها در جهت کسب یک زندگی رضایت بخش موفق به افراد کمک می کند(۱۳).سازمان جهانی بهداشت(WHO) مهارت های زندگی را توانایی انجام رفتار سازگارانه و مثبت به گونه ای که فرد بتواند با چالش ها و ضروریات زندگی روزمره خود کنار بیاید تعریف نموده و ده مهارت اصلی شامل :خود آگاهی ،همدلی،ارتباط ،مهارت میان فردی ،تصمیم گیری ،حل مساله ،تفکر خلاق، تفکر انتقادی ،مقابله با هیجانات و مقابله با استرس را به عنوان مهارت های اصلی زندگی معرفی کرده است .(۱۴). آموزش مهارت های زندگی با اقدامات بوتوین(Botvin) آغاز گردید این برنامه به نوجوانان یاد می داد که چگونه در مقابل وسوسه های پیشنهادات برای مصرف مواد مقاومت نمایند .هدف از تدوین یک برنامه پیشگیری اولیه بود به دنبال این اقدامات اولیه سازمان جهانی بهداشت با همکاری یونیسف از سال ۱۹۹۳ برنامه آموزش مهارت های زندگی را به عنوان یک طرح جامع پیشگیری اولیه و ارتقای سطح بهداشت روانی کودکان و نوجوانان معرفی نمود (۱۵). مفهوم مهارت زندگی در برنامه درسی دوره ابتدایی کشورهایی چون آمریکا ،کانادا ، استرالیا ، مالزی ، ویتنام و هند گنجانده شده است .(۱۶) با توجه به اهمیت این موضوع کشورهایی چون بنگلادش، بوتان، هند، مالدیو، نپال، پاکستان و سریلانکا تلاش کرده اند این موضوع را در برنامه درسی دوره متوسطه نیز قرار دهند(۱۷). در ایران پژوهشگرانی سعی کرده اند برای مهارت های زندگی در دوره

ابتدایی ،راهنمایی و متوسطه الگوهای مهارت های زندگی را طراحی کنند.برای مثال بندک مولفه هدف در برنامه درسی آموزش مهارت های زندگی در دوره ابتدایی را شامل ۸تم ارتقای مهارت بین فردی،ارتقای بهداشت جسم وروان،ارتقای معنویات،ارتقای مهارت‌های زیست محیطی،ارتقای مهارت شهروندی،رشد تفکر سیاسی،ارتقای مهارت های عصر فاوا،رشد مهارت های اقتصادی را یافت(۱۸).ادیب به طراحی الگوی برنامه درسی برای دوره راهنمایی پرداخته است و دریافت که اثربخشی بیشتر درس مهارت های زندگی به سه مهارت ارتباط مطلوب ،ارزش های فردی و خانوادگی و فشار روانی وابسته است(۱۹)و کرد نوقابی و پاشا شریفی به تهیه و تدوین برنامه درسی مهارتهای زندگی برای دانش آموزان دوره تحصیلی متوسطه پرداخته اند(۲۰). یوسف زاده وهمکاران در پژوهشی تحت عنوان طراحی الگوی برنامه درسی مهارت های زندگی دانش آموزان دوره دبیرستان از دیدگاه کارشناسان برنامه ریزی درسی به نتایج زیر دست یافت :اهداف در حوزه شناختی در طراحی برنامه درسی مهارت های زندگی باید مشتمل بر دانش، درک وفهم،کاربرد، تحلیل، ترکیب وارزشیابی باشد. اهداف در حوزه نگرش باید شامل توجه،پاسخ، ارزش گذاری، سازماندهی ارزش ها و تبلور در شخصیت باشد.(۲۱). اما تا کنون پژوهشی در مورد طراحی ضرورت الگوی برنامه درسی مهارت های زندگی در دوره کارشناسی مراکز اموزش عالی در ایران صورت نگرفته است .با توجه به آنچه که در بالا به آن اشاره شد پژوهش حاضر درصدد است که به این سوال پاسخ دهد که ضرورت طراحی برنامه درسی مهارت های زندگی برای دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی ایران چیست؟

روش ها

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از جهت روش گرد آوری داده ها کیفی است.که با روش تحلیل محتوا انجام شد.برای تحلیل داده ها از روش تحلیل محتوای قراردادی(Conventional content analysis)استفاده شد. مشارکت کنندگان ۱۵ نفر صاحب نظر در زمینه مهارت های زندگی و ۱۵ سند مکتوب بودند. اسناد مکتوب (تاریخ انتشار آنها بین سالهای ۲۰۰۱ تا ۲۰۱۷) از طریق پایگاه داده گوگل اسکولار(Google Scholar)جستجو شدند. برای انتخاب افراد ازروش نمونه گیری هدفمند قضاوتی استفاده شد. داده ها از طریق مصاحبه های نیمه ساختار تا مرحله اشباع (saturation)گردآوری شد.به منظور ثبت داده ها داده ها به صورت صوتی ثبت و ضبط گردید وپس از انجام هر مصاحبه داده های گرد آوری شده مرتب شده و با نرم افزار MAXQDA تجزیه و تحلیل شدند. در روش تحلیل محتوای قراردادی کدها وطبقات به طور مستقیم و به صورت استقرایی از داده های خام استخراج شدند.(۲۲)

در فرایند تحلیل محتوا کدها از مصاحبه ها و اسناد استخراج شد در کدگذاری اولیه، خط به خط داده ها بررسی شدند و به هر جمله مرتبط با رویداد، یک کد اختصاص یافت و کدها شناسایی شدند .بعد از کدگذاری تمام متن، تثبیت در کدگذاری دوباره کنترل شد. در مرحله بعد کدهای اولیه طبقه بندی گردید و کدهای مشابه در زیر طبقات جای گرفتند .روش کار بدین صورت بود که طبقات با رویکرد استقرایی از داده های خام استخراج شدند. برای صحت داده ها از معیارهای گابا و لینکلن(Lincoln Guba&)(۲۳) شامل اعتبار پذیری(Credibility)، انتقال پذیری و تناسب(Transferability&Fittingness)، تاییدپذیری(Conformability) و قابلیت اعتمادوحسابرسی(Dependability) استفاده شد (۲۴). اطمینان از صحت داده های کیفی پژوهش حاضر براساس معیارهای انتقال پذیری و تاییدپذیری صورت گرفت. جهت تایید پذیری کدها ،زیر طبقات و طبقات استخراج شده در اختیار اساتید راهنما و مشاور قرار گرفت تا درستی فرایند را بررسی نمایند. جهت انتقال پذیری با ثبت دقیق مسیر تحقیق و تصمیمات اتخاذ شده در این مسیر و مکتوب کردن پایان نامه، امکان پیگیری مسیر تحقیق و مراحل کار برای سایر محققان فراهم شد. از این رو با توصیف دقیق شرکت کنندگان، روش نمونه گیری و زمان و مکان جمع آوری داده ها، خواننده قادر خواهد شد در صورت تمایل به بکارگیری این یافته ها در بافت و موقعیت دیگر، تصمیم صحیح در مورد قابلیت انتقال یافته ها بگیرد.همچنین چند مورد مصاحبه ها به صورت جداگانه کدگذاری شد و میزان شباهت کدها بررسی شد و یک نتیجه کلی حاصل شد. جهت انتقال پذیری و تناسب باید به توصیف غنی و توصیف کامل مراحل کار پرداخته شود.(۲۵)

جدول۱. ویژگی های جمعیت شناختی مشارکت کنندگان

متغییر		فراوانی	درصد فراوانی
جنس	زن	۳	۲۰
	مرد	۱۲	۸۰
سن	۴۰–۴۵	۹	۶۰
	۴۵–۵۰	۴	۲۷
	۵۰ به بالاتر	۲	۱۳
سابقه تدریس	۵–۱۰	۶	۴۰
	۱۰–۱۵	۸	۵۳
	۱۵ به بالاتر	۱	۷
رشته تحصیلی	علوم تربیتی	۹	۶۰
	روانشناسی	۶	۴۰

یافته ها

سوال پژوهش–ضرورت طراحی برنامه درسی مهارت های زندگی برای دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی ایران چیست؟

برای پاسخ دادن به این سوال ۵۲ کد،۷ زیرطبقه و۳ طبقه از مصاحبه ها و اسناد استخراج شد که در جدول زیر نشان داده شده است . جدول ۲ کد ها، زیر طبقات و طبقات ضرورت طراحی برنامه درسی مهارت های زندگی را نشان می دهد .

جدول۲ – کد ها، زیر طبقات و طبقات حاصل از مصاحبه ها و اسناد

مفاهیم	زیر طبقات	طبقات
افزایش اعتماد به نفس	دستیابی به اهداف شخصی و تحصیلی	خودشکوفایی
تصمیم‌گیری		
برنامه‌ریزی		
تحقق شخصی		
تقویت خود پنداره		
افزایش خود اتکایی		
تقویت تفکر انتقادی		
تقویت تفکر خلاق		
فقدان مهارت حل مساله		
مسولیت پذیری		
استفاده مؤثر و مثبت جوانان از اوقات فراغت		
ارتقای عزت نفس		
هویت شناسی		
دست یابی به اهداف		
مدیریت احساسات		
جلو گیری از ابتلا به بیماری ایدز	تامین سلامت جسمانی وروانی (بهزیستی روانی)	
کاهش استرس		
تضمین سلامت روان		
تقویت سلامت جسمانی		
پیشگیری و درمان اختلالات روانی		
جرم زدایی	برآورده کردن نیازهای جامعه	بهزیستی اجتماعی
جامعه پذیری		
شهروند مطلوب		

تسری مهارت‌های زندگی توسط دانشجویان به کل جامعه		
افزایش شادمانی	ارتقاء توانایی‌های روانی اجتماعی	
مقابله باعوامل فشار روانی		
کاهش خشم		
جلوگیری از رفتارهای پر خطر اجتماعی		
مقاومت اجتماعی		
ارتقای شایستگی اجتماعی و فردی		
افزایش توسعه اجتماعی		
بهبودسازگاری عاطفی و اجتماعی		
رفتار سالم		
پیشگیری از رفتار خشونت آمیز		
پیشگیری از آسیب های اخلاقی و رفتاری	پیشگیری وکاهش آسیب های فردی واجتماعی	
کاهش استفاده از مواد مخدرو پیشگیری از اعتیاد		
کنار آمدن با مسائل زندگی دانشجویی	پیشگیری و حل چالش‌ها ی زندگی	
توانایی روبه رو شدن با چالش‌ها و مقابله مؤثر مشکلات زندگی		کمک به حل مسائل زندگی
آگاهی از علایق و نیاز ها و نگرانی ها و مساله های زندگی		
تقویت استقلال وآشنایی با مهارت‌های زندگی مستقلانه (مدیریت مالی)		
تجربه زندگی موفق	آماده کردن دانشجویان برای زندگی شغلی و زناشویی و تقویت روابط اجتماعی	
پیشرفت شغلی		
کاهش در گیری لفظی در بین سیاسیون و افراد تحصیل کرده		
عدم وجود مهارت‌های ده گانه زندگی در دانشجویان		
پیشگیری، حل و درمان مشکلات زناشویی		
بر آورده کردن ضرورت های زندگی دانشجویی		
مهارت‌های شغلی		
وجود تضارب آرا در افراد		
پیشگیری و حل و درمان تعارض روابط		
تسهیل تعاملات اجتماعی		
آموزش نحوه تعامل و ارتباط با دیگران		
کنار آمدن با دیگران		

همانطور که جدول ۲ نشان می دهد ضرورت مهارت های زندگی در دوره کارشناسی را می توان شامل موارد زیر دانست.

طبقه اول :دستیابی به خود شکوفایی:این طبقه شامل دو زیر طبقه با عنوان دستیابی به اهداف شخصی و تحصیلی وافزایش سلامت جسمانی وروانی(بهزیستی روانی) میباشد .

۱-۱: دستیابی به اهداف شخصی و تحصیلی:در سند ۵ آمده است: " مهارت های زندگی در توسعه و رشد اجتماعی عاطفی و شناختی جوانان موثر است آموزش مهارت های زندگی باعث افزایش اعتماد به نفس در جوانان میشود.توسعه اجتماعی سازگاری عاطفی و اجتماعی را بهبود می بخشد و به جوانان کمک می کند تا به اهداف خود دست یابند و توانایی برآورده کردن نیازها و خواسته‌های جامعه کنونی را تقویت کنند تا در زندگی موفق باشند."

"مهارتهای زندگی به دانشجویان کمک می کند تاخود را بهتر بشناسند، آگاهانه زندگی کنند ، رضایت و تحقق شخصی را کسب کرده واهداف شخصی خود را به صورت شخصی و دانشگاهی به دست آورند"(سند ۱۵)

۲-۱:افزایش سلامت جسمانی وروانی(بهزیستی روانی):مشارکت کننده ۴ گفت: " آموزش مهارت های زندگی در تامین سلامت روان انسان ها می تواند موثر باشد و بین سلامت روان و مهارت

های زندگی رابطه وجود دارد .از طریق آموزش مهارتهای زندگی کمبود ها و نقص های افراد جبران میشود و کاهش استرس را در پی دارد مهارت های زندگی با ارتقای بهداشت روانی و آمادگی رفتاری ، فردرا به رفتاری سالم واجتماعی مجهز میکند.."

" مهارت های زندگی موجب تضمین سلامت روان می شود(هرچند سلامت‌روان مطلق نداریم) باید سلامت نسبی افزایش داده شود نه تنها سلامت افزایش پیدا کند بلکه بهزیستی روانشناختی دانشجویان نیز افزایش پیدا کند بهزیستی روانشناختی حالتی است که در آن فرد علاوه بر این که دارای سلامت روانی است بتواند رشد کرده و وضعیتی راکه در آن هست ارتقا دهد و استعدادهای خود را شکوفا کند و تسلط پیدا کند در زندگی خودش."(مصاحبه ۱)

طبقه دوم:بهزیستی اجتماعی:

این طبقه شامل زیر طبقه هایی با عنوان برآورده کردن نیازهای جامعه، ارتقاء توانایی های روانی اجتماعی،پیشگیری وکاهش آسیب های فردی واجتماعی و تقویت روابط اجتماعی می باشد .

۲-۱: برآورده کردن نیازهای جامعه:توسعه اجتماعی سازگاری عاطفی و اجتماعی را بهبود می بخشد و به جوانان کمک می کند تا به اهداف خود دست یابند و توانایی برآورده کردن نیازها و خواسته‌های جامعه کنونی را تقویت کنند تا در زندگی موفق باشند.در این راستا مشارکت کننده ۱۰گفت: "در صورتی که مهارت‌های زندگی در جوانان بالا باشد آنان نسبت به سلامتی خود مسئولیت پذیرتر می شوند تصمیمات مناسبی نمی‌گیرند و سبک زندگی سالمی را در طول زندگی پیش خواهند گرفت و در سطح اجتماعی نیز به شهروندان فعال مسئول و کارآمد تبدیل می‌شوند"

۲-۲: ارتقاء توانایی های روانی اجتماعی :مهارت های زندگی باعث ارتقاء توانایی های روانی و اجتماعی می شود. مشارکت کننده ۵ گفت: " آموزش مهارت های زندگی توانایی ها، دانش و نگرش رفتارهایی است که روی تواناهایی فرد و تجربه یک زندگی موفق و روی شادمانی فرد میتونه تاثیرات مثبت بگذارد و همینطور می تواند رفتارهای خشونت آمیز را کاهش دهد "

مشارکت کننده ۱۱بیان کرد: " وقتی ما نگاه میکنیم به مسائل ومعضلات اجتماعی که در هر کشور وجود دارد نداشتن مهارت زندگی یک بحث واقعاً جدی است در کشور ما وقتی ما ۱۵ میلیون پرونده قضایی داریم معلوم میشه که چند میلیون نفر در محاکم قضایی درگیر هستند و پرونده دارند این نشان‌دهنده یکسری معضلاتی مثل نداشتن توانمندی حل مسئله است کنترل خشم است وقتی ما در روزنامه ها کنیم که سر جای پارک ماشین یک نفر فرد دیگری را کشته است ما به آموزش در مبنای تئوری شاید توجه کردیم و تعداد زیادی دانشجو داریم که از نظر آماری جزو برترین های دنیا هستیم این سیستم آموزشی به هیچ عنوان و افراد کمک نمی کند که زندگی بهتری داشته باشند"

۲-۳: پیشگیری وکاهش آسیب های فردی واجتماعی:در حال حاضر به دلیل مشکلات اقتصادی و اجتماعی بسیار افراد توانایی روبرو شدن با مشکلات را نداشته و در و در معرض بسیاری از آسیب‌های اخلاقی و رفتاری قرار می گیرد.دو مفهوم پیشگیری از آسیب های اخلاقی و رفتاری وکاهش استفاده از مواد مخدرو پیشگیری از اعتیاد در این زیر مقوله قرار دارد. مشارکت کننده ۱۵ بیان کرد:" اگر نگاهی به آمار مرکز کنترل و پیشگیری بیماریها داشته باشیم متوجه میشویم که شیوع رفتارهایی که سلامتی را به خطر می اندازند، در بین جوانان رو به افزایش است. با توجه به این یافته ها، متخصصان حوزه پیشگیری، بر آموزش گسترده مهارتهای زندگی تأکید دارند، زیرا معتقدند افراد در معرض خطر از راه آموزش مهارتهای زندگی میآموزند که چگونه در رابطه با سایر انسانها، فرهنگ و محیط خود مثبت و سازگارانه عمل کنند واز ابتلا به بسیاری از بیماری هامانند ایدز و اعتیاد و مشکلات جلوگیری کنند"

در سند ۴ آمده است: " برنامه مهارتهای زندگی یک روش موثر برای پیشگیری از مصرف مواد مخدر است که به ریسک و عوامل حفاظت مرتبط با استفاده از مواد مخدر می پردازد"

۲-۴: تقویت روابط اجتماعی:مشارکت کننده ۷ بیان کرد:" این درس ضروری هست و الزامی یا به صورت درس اختیاری یا به صورت یک درس الزامی عمومی مثل درس تربیت بدنی گذاشته شود به این دلیل که دانشگاه یک محیط جدید و بازی است که در آن افراد با سلایق و ایده ها و باور های گوناگونی وارد می شوند و اینکه این افراد بتوانند در این گوناگونی باور ها بتوانند راه خوشان را پیدا کنند و تضارب آرا داشته باشندیکی از ضرورت هاست .در بعضی از دانشگاه افراد چون از راه دوری می آیند اجبارا باید در خوابگاه زندگی بکنند و زندگی در خوابگاه فرد را الزام می کند که با دیگران کنار بیاید پس بنابراین مهارت های کنار آمدن با دیگران که بخشی از مهارت های زندگی است ضرورت پیدا میکند"

در سند ۱۵ آمده است:" مهارت های زندگی می‌تواند به مردم کمک کند تا تصمیمات آگاهانه بگیرند، به طور موثر ارتباط برقرار کنند و مهارت‌های بین فردی را توسعه دهند"

طبقه سوم: کمک به حل مسائل زندگی

زیر طبقههایمربوط به این طبقه شامل: پیشگیری و حل چالش های زندگی،آماده کردن دانشجویان برای زندگی شغلی و زناشویی

۳-۱: پیشگیری و حل چالش های زندگی:مشارکت کننده ۱۰گفت : "فقدان مهارت‌های زندگی در فرد باعث می‌شود که وی در برابر ناملایمات زندگی به رفتارهای مخرب ناسازگارانه روی بیاورد در حال حاضر به دلیل مشکلات اقتصادی و اجتماعی بسیار افراد توانایی روبرو شدن با مشکلات را نداشته و در و در معرض بسیاری از آسیب‌های اخلاقی و رفتاری قرار می گیرد

یادگیری مهارت های زندگی باعث می‌شود افراد به طور موثر بتوانند با مشکلات مقابله کنند."

"این برنامه ها ضروری هستند چون مهارت هایی هستند که به ما یاد می دهند که چطور با زندگی پر از چالش و استرس مواجه شویم.این ضرورت هم در دوره کودکی هم ابتدایی و هم متوسطه اول و دوم و دانشگاه لازم و ضروری هست چون این چالش ها تا آخر عمر با ما وجود دارد و این مهارت ها به ما کمک می کند چطور با آن ها مواجه بشویم"(مصاحبه ۶)

۲-۳: آماده کردن دانشجویان برای زندگی شغلی و زناشویی:مشارکت کننده ۱ بیان کرد: "مهارت های زندگی مسئله مهمی است و دارای ضرورت بالایی می باشد.دانشجویان باید بتوانند با مسائل زندگی دانشجویی کنار بیایند و ضرورت های زندگی دانشجویی را برآورده کنند .آماده کردن دانشجویان برای زندگی آینده شغلی و زناشویی نیز از ضرورت های آموزش مهارت زندگی است."

در سند۱۳آمده است:"آموزش مهارت‌های زندگی ضروری است و باید به دانشجویان تمام سطوح آموزش داده شود .آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند باعث افزایش شانس دانشجویان برای گرفتن شغل شود .مهارت‌هایی آموزش داده شود که در بازار کار فعلی مورد نیاز است."

۳-۳: مدیریت مالی:مشارکت کننده ۷ بیان کرد:" در دانشگاه فرد اولین دوره ای است که استقلال از خانواده اش را تجربه میکند یعنی استقلالی که در دوره دبیرستان خیلی نمی توانست تجربه کند پس بنابراین دانشگاه می تواند یک فرصت خوبی را فراهم کند تا افراد بتوانند یک سری از استقلال ها را تجربه کنند پس ضرورت پیدا میکند که با مهارت های زندگی مستقلانه آشنا شوند و همینطور در دوره دانشگاه دانشجویان باید یاد بگیرند که مهارت های خود گردانی مالی و مدیریت مالی در دانشگاه،همه اینها خودش را برای اولین بار در دانشگاه خودش را نشان میدهد پس به این دلایل لازم است که دانشجویان درسی را به عنوان مهارت های زندگی داشته باشند."

بحث :

هدف از پژوهش کیفی حاضر، تعیین ضرورت برنامه درسی مهارت های زندگی برای دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی ایران بود. در این راستا برای تعیین ضرورت برنامه درسی مهارت های زندگی از تحلیل مصاحبه ها و اسناد ۳ طبقه و ۷ زیر طبقه بدست آمد.

دستیابی به خودشکوفایی یکی از ضرورت های برنامه درسی مهارت‌های زندگی یه شمار می‌آید. مفهوم خودشکوفایی به طور مدون اولین بار توسط مازلو(Maslow)مطرح گردید، وی انگیزش نهایی هر انسانی را رسیدن به خودشکوفایی می‌دانست و برای انسان ها ی خودشکوفا ویژگی‌هایی همچون درک کافی از واقعیت، احساس ارزشمندی و یکتایی، پذیرش و احترام نسبت خویشتن، خلاقیت، درجه بالایی از خودمختاری شخصی و مسئولیت پذیری ذکر کرده است. مفهوم خودشکوفایی در بالاترین سلسله مراتب نظریه نیازهای مازلو به عنوان سطح نهایی توسعه روانی فرد قلمداد می‌شود. (۲۱)وقتی که فرد نیازهای سلسله های پایین را تا حدودی بتواند ارضاء کند به این سطح روانی دست خواهد یافت، فردی به این مرحله دست می‌یابد که علاوه بر ارضاء نسبی نیازهای سلسله مراتب پایین تر، بتواند تمام توانمندی‌های بالقوه خویش را بکار گیرد آموزش مهارت‌های زندگی ابزاری مؤثر برای توانمندسازی جوانان است تا به اهداف شخصی و تحصیلی خود دست یابند. (۲۶)

آموزش مهارت‌های زندگی برای دانشجویان باعث افزایش سلامت جسمانی وروانی (بهزیستی روانی) نیز می‌شود. مهارت‌های زندگی هم به صورت یک راهکار ارتقای سلامت روانی و هم به صورت ابزاری در پیشگیری از آسیب های روانی —اجتماعی مبتلا به جامعه جلو گیری از ابتلا به بیماری ایدز،کاهش استرس،افزایش بهزیستی روانشناختی دانشجویان،تضمین سلامت روان،تقویت سلامت جسمانی وپیشگیری و درمان اختلالات روانی قابل استفاده است. این مهارت‌ها به افراد کمک می‌شوند تا مثبت عمل کرده و هم خودشان و هم جامعه را از آسیب های روانی —اجتماعی حفظ کرده و سطح بهداشت روانی خویش و جامعه را ارتقاء بخشند.(۲۷) دانشجویان به‌عنوان سرمایه انسانی آینده کشور بسیار حائز اهمیت می‌باشند. تربیت نیروی انسانی در سطوح عالی که بتواند پاسخگوی نیازمندی‌های اقتصادی، اجتماعی و سیاسی جامعه باشد یکی از وظایف مهم دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی به شمار می‌آید.(۲۸)در این راستا بهزیستی اجتماعی نیز از ضرورت های برنامه درسی مهارت‌های زندگی می‌باشد. بهزیستی اجتماعی سازگاری عاطفی و اجتماعی را بهبود می بخشد و به جوانان کمک می‌کند تا توانایی‌های روانی و اجتماعی خود را رتقاء دهندو توانایی برآورده کردن نیازها و خواسته‌های جامعه کنونی را تقویت کنند، با مشکلات مقابله کنند و از آسیب‌های اخلاقی و رفتاری جلوگیری کرده تا در زندگی موفق باشند.

آموزش مهارت‌های زندگی برای کمک به حل مسائل زندگی ضروری است. آموزش مهارت‌های زندگی باعث می‌شود که افراد شناخت بیشتری از خود پیداکرده و نقاط قوت و ضعف خود را بشناسند و در جهت اصلاح نقاط ضعف و در تقویت نقاط قوت خود اقدام کنند.(۲۹) ایجاد آگاهی در مورد نقاط قوت و ضعف موجب می‌شود که به فرد کمک نماید تا بهتر نسبت به نحوه‌ی مقابله با مشکلات وحل مسائل روزمره اقدام کند. کسب این مجموعه مهارت‌ها برای پیشگیری و حل چالش‌ها ی زندگی،آماده کردن دانشجویان برای زندگی شغلی و زناشویی،مدیریت مالی و پرداختن به چالش‌های هر روزۀ زندگی مثل سازماندهی امور شخصی، کنترل مراقبت بهداشتی، تعقیب

فعالیت‌های حرفه‌ای، آموزشی، تفریحی و درگیری در تعامل‌های اجتماعی مثبت ضروری هستند این توانایی‌ها فرد را برای مقابله مؤثر و پرداختن به کشمکش‌های زندگی یاری می‌بخشد(۳۰) داشتن روابط فردی مناسب، به توانایی انجام مطلوب امور زندگی، رضایت از خود و دیگران و میزان حمایت اجتماعی نیز اشاره دارد. این آموزش‌ها، تفکر و احساس یادگیرنده را درباره‌ی خود و دیگران تحت تأثیر قرار می‌دهد و موجب ارتقاء توانایی‌های روانی–اجتماعی و کاهش علائم افسردگی در آن‌ها می‌شود. (۳۱) روابط اجتماعی قابلیت پاسخگویی به بسیاری از پرسش‌های مرتبط با فرصت های زندگی را دارد. روابط اجتماعی در وجود جمعی و فردی آن به عنوان پشتیبان دانشجویان در مسیر انتخاب های تخصصی تحصیلی و شغلی عمل کرده و منابع بالقوه آن را در موقعیت اجتماعی گوناگون بهبود می بخشد و از این رو برای بررسی و شناسایی فرصت های زندگی و شغلی دانشگاه دانشجویان حائز اهمیت و ضرورت است. آموزش مهارت های زندگی برای کمک به حل مسائل زندگی ضروری است.

نتیجه گیری

یافته ها نشان داد طراحی برنامه درسی مهارت های زندگی برای دانشجویان در مراکز آموزش عالی ضروری است و سبب دست یابی آنان به خودشکوفایی شده و به افزایش بهزیستی اجتماعی و حل مسائل زندگی کمک میکند . همچنین میتواند به جلوگیری از بروز ناسازگاری اجتماعی کمک کرده و آنها را به شهروندانی مطلوب تبدیل کند. آموزش مهارت های زندگی دارای مزایای بلند مدت آموزشی ، اجتماعی ،مزایای بهداشتی ، فرهنگی و اقتصادی برای جامعه است و موجب بهزیستی کلی جامعه خواهد شد.

سپاسگزاری

بدینوسیله ازمعاونت تحقیقات وفناوری واعضای شورای پژوهشی آن دانشگاه و اساتید راهنما و مشاور تقدیرو تشکرمی گردد.

ملاحظات اخلاقی

اصول اخلاقی درپژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه به صورت کتبی ازمشارکت کنندگان جهت شرکت درمطالعه، ضبط مصاحبه ضمن حفظ بینامی ورازداری واختیارآنان برای ترک مطالعه رعایت شد. انجام این پژوهش با شناسه اخلاق IR.IAU.AK.REC.1399.008توسط کمیتهٔاخلاق دانشگاه آزاد اسلامی مورد تأیید قرارگرفته است.

تضاد منافع

این مقاله هیچگونه تعارض منافی با فرد یا سازمانی نداشته و بین نویسندگان نیز هیچگونه تعارض منافعی وجود ندارد.

منابع مالی

تمام منابع مالی این پژوهش را محققین آن تامین کرده اند.

منابع

1. araghiye A, Fathi Vajargah K. Foroughi Abri A. Ali Wafazli N. Integration, a suitable strategy for developing a multicultural curriculum, Quarterly Journal of Interdisciplinary Studies in Humanities. 2009. 2 (1), 149-165. (Persian).

2. Dumas, A., S. Hanchans. "How does job -training increase firm performance? The case of morocco". International Journal of Manpower. 2010. 31 (5),585-602.

3, Chan, J. C. A., & Briceno, E. D. Life Skills in higher Education: An innovative proposal. Life. 2019. 2 (2).

4,Arabzadeh,M. The role of self-interpretation and academic excitement in predicting academic adjustment of medical students. Research in Medical Education. 2019 Jul. (Persian).

5.Maleki,H. Organizing curriculum content, Shiraz: nashr ghoo.1995. (Persian).

6,Karimi,S, Nasr,A, Boghratian ,K, Lifelong Learning: The Approach of University in 21st Century,Esfahan:Samt,2009. (Persian).

7,Saeedi Z, Farahbakhsh K. Relationship between quality of life, lifestyle, academic performance with academic achievement of medical students at the University of Isfahan. Journal of Educational Strategies in Medical Sciences.2015, 9 (3): 176-185. (Persian).

8,Rahayu RI, Mohammad Huda AY, Utaya S. life skills curriculum development at university. International Journal of Civil Engineering and Technology (IJCIET) .2019,10(2): 558-573

9.Valipour R, Vahidshahi K, Salehi E. Students' Life Skills in Mazandaran University of Medical Sciences. Iranian Journal of Medical Education. 2012; 12 (2) :93-100. (Persian).

10.Mobaderi T, Roudbari M. Assessment of Students' life skills in Iran University of Medical Sciences. RJMS. 2018; 24 (165) :9-21. (Persian).

11.Tarmian, Farhad, Life Skills. Tehran: Manadi Tarbiat Cultural Institute.2000. (Persian) .

12,Edwards J, Van Laar DL, Easton S . The Work-Related Quality of Life (WRQoL) scale for Higher Education Employees. Quality in Higher Education,2009, 15(3): 207-219.

13.World Health Organization / Translated by Fati L, Motaei F & Kazemzadeh Atoghi M. Life skills training program, Tehran: Daireh.2006. (Persian).

14,Anderson, S. E., Coffey, B. S., & Byerly, R. T. Formal organizational initiatives and informal workplace practices: Links to work-family conflict and job-related outcomes. Journal of Management.2002, 28(6), 787-810

15.Esmailzadeh A, Motalebifard A & Soltani M. Comparative study of life skills program in Iran with several countries in the world, the first national conference on education in Iran 1404, Tehran, Research Institute for Science, Technology and Industry Policy.2011. (Persian).

16,Munsi, K, Guha, D, Bengal, W, & Bengal, W. Status of life skill education in teacher education curriculum of saarc countries: A comparative evaluation. Journal of Education and Social Policy.2014, 1(1), 93-99.
17,Bandak M.Designing a desirable model of life skills training program for elementary school life, PhD thesis, Tehran: Allameh Tabatabai University, 2014. (Persian).
18,Adib Y, Designing a Model of life skills curriculum for the academic course, PhD thesis, Tehran: Tarbiat Modares University, 2003. (Persian).
19,Kurd Noghabi R, Pasha Sharifi, Hassan. Preparing and compiling a life skills curriculum for high school students, Educational Innovations.2005, (12) 4, 11-34.. (Persian).
20,Tesch R. Qualitative research: Analysis types and software. Routledge; 2013 .
21,UNICEF. Analytical Mapping of Life Skills and Citizenship Education in the Middle East and North Africa. Amman, Jordan: UNICEF MENA Regional Office.2017.
22,Guba E G, Lincoln Y S .Competing paradigms in qualitative research, Handbookof qualitative research, London CA: Sage.1994
23,Waltz CF. Ora Lea Strickland, Lenz ER. Measurement in nursing and health research. fourth ed: Springer Publishing Company.2010
24.Vaismoradi M, Turunen H, Bondas T. Content analysis and thematic analysis: Implications for conducting a qualitative descriptive study. Nurs Health Sci ,2013, 15: 398-405. (Persian).
25.Kawalekar S Jyoti. The Value of Life Skills in Higher Education, IOSR Journal of Research & Method in Education .2017:7(3), 43-46.
۲۶,Hosseini Dowlatabadi F, Sadeghi A, Saadat S, Khodayari H. Relationship Between Self- Efficacy and Self- Actualization with Coping Strategies Among Students. RME. 2014; 6 (1) :10-18. (Persian).
27. The World Health Organization. (2004). Life Skills Training Program / Translated by Laden Fati, Fereshteh Motaei and Mehrdad Kazemzadeh Atooghi (2006), Tehran: Daireh. (Persian).
2۸. Saedi Z, Farahbakhsh K. Relation among Quality of Life, Life Style, Academic Performance with Academic Achievement in Isfahan University of Medical Sciences student's. Educ Strategy Med Sci. 2016; 9 (3) :176-185. (Persian).
2۹.Carri GR. AVENUES OF LIFE SKILLS DEVELOPMENT IN HIGHER EDUCATION. Education Sciences & Psychology. 2013 :26(4),3-7.
۳۰.Lagat G. Life skills education curriculum implementation: Appropriateness of teaching methodologies used by secondary school teachers in Uasin Gishu County, Kenya. International Journal of Education, Learning and Development. 2017;5(4):86-95.
۳۱. Fayyazi M, Thahiri Safa J, Nourbakhsh S. ,The effectiveness of life skills training on depression, student anxiety and stress, Research Advice. 2017;16 (16): 56-70. (Persian).