



## Designing A Life Skills Curriculum Model for Sixth Grade Elementary Students Based on Islamic Teachings

Habibi Farhad<sup>1</sup>, Asadian Sirous<sup>2\*</sup>, Maleki Avarsin Sadegh<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Curriculum planning, Tabriz branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

<sup>2</sup> Department of Educational Sciences, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Madani University of Azerbaijan, Tabriz, Iran.

<sup>3</sup> Department of Humanities and Educational Sciences, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

\* Corresponding author: Syrous Asadian, Department of Educational Sciences, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Madani University of Azerbaijan, Tabriz, Iran. Email: dr.sasadian@gmail.com

### Article Info

**Keywords:** model design, curriculum, Islamic life skills, Islamic teachings, sixth grade elementary students.

### Abstract

**Introduction:** Profound cultural changes and lifestyles have left people with the necessary abilities in the face of problems and human beings need solutions. Solutions obtained through human education do not meet their real needs, but Islam has both material and spiritual needs. These skills are detailed in the Qur'an and the words of the infallibles (AS) and this study was conducted with the aim of designing a life skills curriculum model based on Islamic teachings for sixth grade students.

**Methods:** This study, according to the nature of the subject and its main purpose is descriptive and citation-analytical, and the results of the validation of the model was approved by the curriculum experts and experts at a high level.

**Results:** While studying the sources, cases and verses that are discussed as life skills, are identified and analyzed, and finally a model of Islamic life skills, based on the communication perspective, which is mentioned in Islamic documents, under four main skills of self-knowledge, empathy with others, knowledge of nature and theology, 10 components and 45 characteristics were extracted with 212 Islamic citations.

**Conclusion:** By studying the Qur'an and other Islamic texts, regarding the worldly and otherworldly happiness of human beings, skills were obtained that can be applied by recognizing them and applying them in all walks of life.

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.

## طراحی الگوی برنامه‌درسی مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی

فرهاد حبیبی<sup>۱</sup>، سیروس اسدیان<sup>۲\*</sup>، صادق ملکی آوارسین<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> گروه برنامه ریزی درسی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

<sup>۲</sup> گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران.

<sup>۳</sup> گروه علوم انسانی و تربیتی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

\* نویسنده مسؤول: سیروس اسدیان، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران. ایمیل: dr.sasadian@gmail.com

### چکیده

**مقدمه:** تغییرات عمیق فرهنگی و شیوه‌های زندگی، افراد را در مواجهه با مسائل، فاقد توانایی‌های لازم ساخته و انسان‌ها، نیازمند راهکارهایی هستند، راهکارهایی که از طریق معارف بشری به دست آمده، جوابگوی نیازهای واقعی آنها نبوده، ولی اسلام توامان به نیازهای مادی و معنوی توجه دارد. این مهارت‌ها در قرآن و کلام معصومین (ع) به تفضیل پرداخته شده است. این مطالعه با هدف طراحی الگوی برنامه‌درسی مهارت‌های زندگی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی برای دانش‌آموزان ششم ابتدایی انجام شد.

**روش‌ها:** پژوهش حاضر با توجه به ماهیت موضوع و هدف اصلی آن، از نوع توصیفی و استناد - تحلیلی می‌باشد و نتایج اعتبارسنجی الگوی طرح شده از نظر متخصصان برنامه درسی و صاحب‌نظران در سطح بالایی تایید گردید.

**یافته‌ها:** ضمن مطالعه منابع، موارد و آیاتی که به موضوع مهارت‌های زندگی پرداخته شده، شناسایی و مورد تحلیل قرار گرفته و در پایان الگویی از مهارت‌های زندگی اسلامی، براساس دیدگاه ارتباطی (خدا، خود، دیگران، طبیعت)، که در اسناد اسلامی بدان اشاره شده، تحت چهار مهارت اصلی خودشناسی، همدلی با دیگران، شناخت طبیعت و خداشناسی، ۱۰ مولفه و ۴۵ ویژگی، با ۲۱۲ استناد اسلامی استخراج گردید.

**نتیجه‌گیری:** با بررسی قرآن و دیگر متون اسلامی، در خصوص سعادت دنیوی و اخروی انسان، مهارت‌هایی به دست آمد که با شناخت آنها و جاری ساختن آن در همه شئونات زندگی، می‌توان آنها را بکاربرست و از مشکلاتی که نظام آموزشی به واسطه تفکر تک بعدی و مادی، گریبانگیر آن می‌باشد، خلاصی یافت.

**واژگان کلیدی:** طراحی الگو، برنامه درسی، مهارت‌های زندگی اسلامی، آموزه‌های اسلامی، دانش‌آموزان ششم ابتدایی

## مقدمه

دستورات خداوند می‌تواند در مقابل تمدن ناموزون غربی موفق عمل نماید. مرور آیات قرآنی که با هدف یافتن مهارت‌های زندگی در این آیات قرآنی به عنوان الگویی برای زندگی بهتر انجام شده، مبنای تمام این مهارت‌ها را داشتن ایمان و شناخت دانسته و انسان‌ها را به الگویزیری از الگوهای قرآنی دعوت می‌نماید که بسیاری از آنها با مجموعه‌ای موشکافانه در اسرار هستی به افراد کمک می‌نماید [۱۲]. صمدی و همکاران (۱۳۹۷)، آیات قرآن را به عنوان مهمترین علم نافع و هدایتگر برای کسب تقویت و بهبود مهارت‌های زندگی معنوی بیان کرده‌اند [۱۳]. یکی از متون اسلامی که از لحاظ محتوایی دارای اهمیت می‌باشد، کتاب نهج البلاغه بوده که مهارت‌هایی را شامل دو بعد درون و برون فردی را می‌توان از آن استخراج کرد. فرمهینی و پیداد، (۱۳۸۹) [۱۴]، و جعفری و همکاران (۱۳۹۵)، در رهیافت‌هایی از مهارت‌های زندگی در نهج البلاغه به این نکته اشارت دارند که؛ حقایق و راهبردهای بسیار زیبایی در مورد مهارت‌های زندگی وجود دارد [۱۵]. به طور خلاصه در قرآن، نهج البلاغه، صحیفه سجادیه و احادیث منقول از معصومین (ع)، بارها بر خودشناسی و توجه به این ارزش‌ها تأکید شده است [۱۶]. صمدی و همکاران (۱۳۹۷) بدین نتیجه رسیده‌اند؛ مهارت‌های زندگی در نظام آموزشی کشورمان که در اغلب موارد منبعث از فرهنگ غرب بوده و کمتر به آداب اسلامی پرداخته است [۱۷]. گل‌فربا و همکاران (۱۳۹۵) [۱۸]. اذعان می‌دارند؛ در اجرای مهارت‌های زندگی کودکان دبستانی، رفتارهای جامعه‌پسند مناسب با فرهنگ اسلامی، تفاوت قبل و بعد، معنی دار نبوده است. پرتو (۱۳۹۴) [۱۹]، نیز آموزش مهارت‌های زندگی اجرا شده را فاقد اثربخشی معنادار می‌داند. متاسفانه نظام آموزشی ما که بیشتر برگرفته از الگوی غربی بوده و تک‌بعدی بودن و نگاه صرف انسان به مادیات را به یدک می‌کشد. در حالی که دین اسلام به عنوان کاملترین آیین، به بیان اهمیت مهارت‌های زندگی پرداخته است، بسیاری از آنها در لابلای تعالیم دینی به خصوص قرآن بیان شده است [۴]، با وجود این همه گنجینه‌های عظیم دانش الهی، متاسفانه از آنها بهره چندانی برده نشده و می‌توان با بهره‌برداری از آنها به زندگی ببرمق جوامع اسلامی، رونقی دوباره بخشید تا دانش‌آموزان بتوانند در رویارویی با مسایل گوناگون، توانایی‌های لازم را کسب نموده و بر مشکلات فایق آیند. با توجه به این، وجود

تغییرات عمیق فرهنگی و تغییر در شیوه‌های زندگی، بسیاری از افراد در مواجهه با آن فاقد توانایی‌های لازم نموده و همین امر باعث آسیب‌پذیری آنان شده است. جهت گذر از این دشواری‌ها بهویژه در دوران دبستان، مهارت‌های زندگی، نمود پیدا می‌کند. در این زمینه، تعاریف و طبقه‌بندی‌هایی ارائه شده، هر چند در تعریف مهارت‌های زندگی وحدت نظری وجود ندارد [۱۶]. سازمان بهداشت جهانی مهارت‌های زندگی را به علت همپوشی، دو به دو به پنج حوزه؛ ۱. خودآگاهی- همدلی؛ ۲. برقراری ارتباط مؤثر با دیگران - روابط میان‌فردی؛ ۳. تصمیم‌گیری - حل مساله؛ ۴. تفکر خلاق - تفکر انتقادی؛ ۵. مهارکردن هیجانات - مقابله با استرس [۲]. تقسیم نموده است. از نظر هانتر، مهارت‌های زندگی راه رسیدن به شرایط بهتری است که با آموختن آن می‌توان زندگی موفق تری را تجربه کرد [۳]. مجموعه‌ای از تکیک‌ها، اصول، قواعد، توانایی‌ها و اقداماتی که زمینه سازگاری کارآمد بدون آسیب به دیگران است [۴]. تعاریف و تقسیم‌بندی‌های متعددی که از مهارت‌های زندگی توسط معارف بشری انجام گرفته، به تنها‌ی جوابگوی نیازهای واقعی انسان نبوده، حتی بر سر آن نیز، هیچ‌گونه توافقی وجود ندارد [۵]. چه بسا در این راه گاهی با تشخیص‌های ناصواب نتوانسته به اهداف خود جامه عمل بپوشاند [۶]. علوم انسانی در غرب به گونه‌ای است که، انسان فقط معلول و یک پدیده تک‌بعدی است [۷]. تفکر مدرن غربی هرگونه ارتباطی میان خدا و جهان را نفی کرده [۸]. انسان غربی بریده از معنویت، پایبندی به دین و اخلاق را عین سفاهت می‌داند [۹]. ویژگی‌هایی چون؛ بی‌عدالتی، رواج بی‌بند و باری، انسانگرایی صرف و... به عنوان آسیب‌های جدی غرب بوده است [۱۰]. در نقد الگوهای غربی از نگاه رهبر انقلاب به ماهیت غیردینی، فرهنگ مادی، نه تنها اثری از آموزه‌های دینی وجود ندارد، بلکه ضدیت با خدا هم دیده می‌شود و آن به‌واسطه توجه تنها به جنبه‌هایی از رشد، آن هم از نوع نگاه افراطی در مادیات و ناکارآمدی در رشد ابعاد انسانی بوده است [۵]. در مقابل، اسلام آمیزه‌ای از شیوه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری است، که هم به نیازهای مادی و اقتصادی توجه دارد و هم به نیازهای معنوی [۱۱]، با کسب مهارت‌های زندگی قرآنی، سعادت همه جامعه تضمین می‌گردد [۴]. مطالعات صورت گرفته، همگی مovid این موضوع می‌باشند که راهنمایی‌ها و

اصلی و فرعی زندگی اسلامی، جمع‌آوری گردید. در این مرحله با استفاده از نمونه‌گیری هدفمند ملاک‌محور که براساس ملاک‌های خاصی شناسایی می‌شوند، آن یکی از شیوه‌های نمونه‌گیری هدفمند در پژوهش‌های کیفی می‌باشد [۲۱]. استفاده شده و ۶ نفر از متخصصین امر مورد مشارکت قرار گرفتند. در ادامه براساس نظرات متخصصان اصلاح و در پایان الگوی ارائه شده، طراحی گردید.

#### یافته‌ها

با مطالعه، تحلیل متون اسلامی، مهارت‌های زیادی استخراج گردید و براساس این یافته‌ها؛ جدولی تلفیقی متشكل از سه ستون، ابعاد، مولفه‌ها و ویژگی‌ها به دست آمد، در ستون ابعاد، چهار مهارت اصلی خودشناسی، همدلی با دیگران، شناخت طبیعت و خداشناسی که همگی براساس دیدگاه ارتباطی (خدا، خود، دیگران و طبیعت) که در اسناد اسلامی و بالادستی آموزش و پرورش به‌ویژه در سند تحول بنیادین بدان اشاره گردیده، استخراج گردید، در ستون دوم، خودشناسی ۳ مولفه، همدلی با دیگران ۳ مولفه، شناخت طبیعت ۲ مولفه و خداشناسی با ۲ مولفه تدوین شده و در ستون آخر، ۴۵ ویژگی از مهارت‌های زندگی اسلامی به دست آمد. از نتایج مطالعه و تحلیل اسناد دینی، الگویی از مهارت‌های زندگی اسلامی طراحی و ارایه گردید. در ادامه به تشریح و تحلیل هر یک از این یافته‌ها پرداخته می‌شود؛

خود نهاد و در آن سیر کرد، تا به مقصد نایل آمد. خودشناسی این است که انسان مقام واقعی خویش را درک کند، بداند در معرفت می‌تواند بر فرشتگان پیشی گیرد، او آزاد، مختار، مسؤول خویشتن و افراد دیگر و آباد و بهترکردن جهان است [۲۲].

برنامه‌ای مدون و مداوم در کشورمان در خصوص این مهارت‌ها ضرورت پیدا می‌کند. این مطالعه با هدف طراحی الگوی برنامه درسی مهارت‌های زندگی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی برای دانش‌آموزان ششم ابتدایی انجام گردید.

#### روش‌ها

با توجه به ماهیت موضوع و هدف اصلی تحقیق، که از نوع توصیفی و استنباتی - تحلیلی می‌باشد. محقق علاوه بر توصیف دقیق وضعیت موجود به تشریح و تبیین مطالب پرداخته [۲۰]، برای انجام این کار از منابع اطلاعاتی موجود درباره موضوع؛ کتب مقدس قرآن‌کریم، نهج‌البلاغه؛ صحیفه‌السجادیه، بحار الانوار، المیزان و... به عنوان اسناد کار مورد مطالعه و تحلیل قرار گرفت. برای اعتباربخشی آن، از روش دلفی استفاده شد. این روش به طرق گوناگونی مورد استفاده قرار می‌گیرد [۲۱]. لذا به منظور نظرخواهی جهت اعتباربخشی الگوی برنامه درسی مهارت‌های زندگی اسلامی در دو مرحله از متخصصان تعلیم و تربیت اسلامی (مدرک تحصیلی دکتری یا کارشناسی ارشد) با حداقل ده سال فعالیت آموزشی به‌ویژه فعالان در عرصه مهارت‌های زندگی اسلامی (دارای تالیف کتاب یا مقاله معتبر) و همچنین متخصصین خبره برنامه‌ریزی درسی ارائه شده و نظر آنان در مورد ابعاد، مولفه‌ها و ویژگی‌های هر یک از مهارت‌های

#### مهارت خودشناسی

خداوند در برخی آیات، با ذکر نشانه‌هایی در وجود انسان و مهم دانستن آنها، از آن جهت که آنها منجر به شناخت خود و در نتیجه پیدا کردن مسیر سعادت خواهد شد، اهمیت خودشناسی را بیان می‌کند، مهمترین فایده خودشناسی، خداشناسی است. نزدیکترین راه در خود انسان است، نزدیکترین راه بسوی حضرت حق خود است، باید قدم در

جدول (۱) مربوط به مهارت خودشناسی از مهارت‌های زندگی چهارگانه اسلامی

ابعاد	مولفه‌ها	شاخصها	استنادها	منابع	فراوانی منابع
	مهارت	نیت داشتن	رسول خدا: ای ابوذر باید در همه چیز نیت داشته باشی.	بحار الانوار، ج ۷۷، ص ۸۴-۲۳]	۱
	هدفمندی	اینده نگری	علی (ع): نتیجه کوتاهی، پشیمانی و نتیجه آینده نگری، سلامت است.	حکمت ۵۰۲	۲

		نهج صفحه ۱۱/۲۵ و [۲۴]و البلاگه		
۱۳		بقره/۳۰-۳۱-تحل-۴۱- پیش/۷۸-احزاب/۷۷-جديد/۲۵- انعام/۳۳- حکمت/۱۳۶/۲۰۸ ونامه/۱۰۰- خطبه، (۸۷/۱۷۵/۱۰۰) نهج البلاگه.	و یا به انسان یادآور می شود که او خلیفه خداوند و دارنده علم الاسماء است، انسان نسبت به خود، آگاهی داشته و ضعفها و قوت هایش را بشناسد.	شناخت خود
۶		خطبه/۲۴۱/۹۱/۲۲۳- وحکمت/۴۷/۲۴۴-نهج البلاگه وغیرالحکم و درر الكلج/۱/۲۰۷- یوسف/۲۳ و ۳۳- نهجه/۱۹۲ و نهجه البلاگه و	علی (ع)؛ پس کمرندها را محکم بینندید و دامن ها را در رهم بپیچید، که گرفن تصمیم های محکم با شکنبارگی و سفرهای رنگین سازگار نیست. چه بسیار تصمیم های روز را که خواب شبانگاه درهم شکسته و چه بسیار همت ها را که تاریکی از بین برده.	تقویت اراده مهارت خودآگاهی
۴		حکمت/۳۱/ونامه/۳۱- خطبه نامه/۱۹۲ نهجه البلاگه و	علی (ع): بهترین پاسخ برای پرسشی که انسان از جوابش آگاهی ندارد، «می دانم» است، که بایستی بدون خجالت و شرمندگی گفته شود»	نه گفتن
۱		نامه/۳۱ و حکمت/۴۴۱- نهجه البلاگه	علی (ع) نفست را گرامی شمار و از هر پستی و زبونی دور دار، هر چند تو را به نعمتها و خوشی های فراوان رساند. زیرا در برابر آنچه از بزرگواری خویش از دست می دهی، عوضی دریافت نمی کنی.	احترام به خویشتن
۲		بقره/۱۰۵ و مائده/۱۴۱-	به هر حال آنها امتنی بودند که درگذشتند. اعمال آنان مربوط به خودشان بود؛ و اعمال شما تیز مربوط به خودتان است؛ و شما مسئول اعمال آنها تخواهید بود.	مسئولیت پذیری
۲		خطبه/۱۰۰- نهجه البلاگه و بقره/۲۴۲-	سخن بدون اندیشیدن ارزشی ندارد؛ زبان عاقل در پشت قلب او قرار دارد و قلب احمق پشت زبان اوست.	تعقل و اندیشه
۱		زخرف/۲۱-	یا اینکه ما کتابی بیش از این به آنان داده ایم و آنها به آن تمکن می جویند؟	عدم تقلید فکری
۳		حجرات/۶، نور/۱۲، اسراء/۳۶-	ای کسانی که ایمان آورده اید! اگر شخص فاسقی خبری برای شما بیاورد، درباره ای آن تحقیق کنید.	تحقیق و پژوهش
۴		بقره/۱۲۸، نساء/۲۶۱- ۱-۲۶۱	می فرماید: به هر که خواهد حکمت (حل مسئله) عطا کند و به هر که حکمت عطا شده، نیکی فراوانی داده شده.	حل مسئله
۶		انسایه/۱۵/۱، اسراء/۴۳ و ۴۲/ مریم/۱۸۰ و ۳۶-	آری اگر اولیاء الهی را الگوی خویش قرار دهیم، خواهیم آموخت که طوطی وار همه چیز را نذیریم بلکه مورد نقد قرار دهیم و با معیارهای الهی بسنجیم، اگر با آن همخوانی داشت، پذیرفته و بدان عمل نماییم	تفکر انتقادی
۴		حجرات/۸۶، انعام/۱۰۴ و حکمت/۳۹ و ۳۵- نهجه البلاگه.	می فرماید: همانا خدای تو خلاقی داناست.	تفکر خلاق
۶		نمل/۳۲ و بقره/۲۸۳-آل عمران/۱۵۹-انفال/۱۶ و نهجه البلاگه(حکمت/۱۷۵ و ۱۷۹)	می فرماید: که آن زن گفت: ای بزرگان در کار من رای بدھید که تا شما حاضر نباشید، من هیچ کاری را فیصل نتوانم داد.	تصمیم گیری
۵۵		جمع فراوانی		

ثمرات اندیشه که می‌تواند شامل، مولفه‌های بسیاری باشد، به مهارت خودآگاهی و شناخت بررسد، چنانچه خداوند در سوره مائدہ، آیه ۱۰۵ [۲۵] می‌فرماید: «ای کسانی که

در جدول (۱)، مطالعات خودشناسی دارای سه مؤلفه با مهارت هدفمندی، خودآگاهی و تفکر بوده و مومن، نخست با داشتن نیت، هدف، آینده‌نگری و در ادامه با پهنه‌مندی از

## مهارت همدلی با دیگران

خداؤند کسانی را که به بندگانش خدمت کند، دوست دارد. این مهروزی به همتون عان به اندازه‌ای نزد خدا اهمیت دارد که پیش از الزام آن بر بندگانش، مهریانی با بندگان را به ذات مقدس خویش تکلیف نموده است. همدلی به روش‌های مختلفی محقق می‌شود که مهمترین آنها عبارتند از؛ استفاده از مشاوره، پند و اندرز، سخاوتمندی و انفاق.

ایمان آورده‌اید به خود بپردازید، اگر شما هدایت یافته‌اید، آنان که گمراه مانده‌اند به شما زیانی نرسانند. بازگشت همه شما نزد خداست، تا شما را به آن کارهایی که می‌کردیده‌اید، آگاه گرداند. در این آیه خداوند وظیفه هر فرد با ایمان را به خود پرداختن و آگاهشدن بدون توجه به عملکرد اکثربت گمراهان و بدون ترس از زیان آنان مقرر نموده است، چون کسی که ایمان آورد و براساس توانمندی‌های خویش حرکت کند، خداوند نیز به یقین کمک خواهد کرد. اساساً "انسان با شناخت خود، همانا به شناخت خداوند نایل خواهد آمد."

جدول (۲) مربوط به مهارت همدلی با دیگران از مهارت‌های زندگی چهارگانه اسلامی

ابعاد	مؤلفه‌ها	شاخص‌ها	استنادها	منابع	فرآوانی منابع
مهارت ایجاد آرامش در دیگران	مقابله با استرس و هیجان	پس لازم است هر جا که هیجانی بر شما غلبه یافته، بگویید، پناه بر خدا و به او پناه ببرید تا به آرامش و سعادت برسید و هیچگاه پشیمان نشوید.	علی (ع)؛ خشم را فرو نشان و به هنگام قدرت ببخش و به هنگام خشم فروتن باش و در حکومت مدارا کن.	نامه/۶۹ و حکمت /۱۹۴/۶۹/۷۶/۲/ /۱۹۸/۳۱/۳۶۳ ونا، مه نهج (۲۳/۳۱)، مه نهج البالغه.	۹، ۲۸/۲۸، ناس/۳، فتح/۱۸/وحدید/آل ۲۳۲ و عمران/۱۵۴ و فتح/۱۵۶
استناد می‌شند	مدیریت افسرده‌گی	مدیریت خشم	علی (ع)؛ که تنها بر خداوند امید بندید، کسی از شما جز به پروردگار خود امیدوار نباشد.	حکمت/۸۲، (نامه/۵۳)، و حکمت/۲۴۸/نه ج البالغه.	۳
مهارت‌های ارتباطی	گوش دادن و مفیدو فعال	گوش دادن	علی (ع) مردم را به شنیدن با گوش جان و قلب، توجه و تمکن داشتن بر موضوع است، تا انسان مطلب را کاملاً بفهمد، درک کند، دعوت کرده‌اند.	خطبه/۱۸۷ و حکمت/۳۷۲-۲۹۴	۳
منابع	سخن گفتن فعال	سخن گفتن	علی (ع)؛ آنجا که لازم است، سخن می‌گوید و حق را تفهیم و آن جا که لازم نیست، سکوت می‌کند.	خطبه/۲۲۲ و ۲۹۴ و نهج و اسراء/۵۴	۴
فرآوانی منابع	عقل کلام	توجه به زبان بدن	علی (ع)، شنید برحی یارانش در صفتین به اهل شام ناصر می‌گفتند، آنان را منع فرمود و بگفتن سخنان نیک تشویق کرد: من خوش ندارم که شما دشنامده‌هنده باشید.	حکمت/۴۰ و نهج البالغه	۱
			علی(ع): کسی چیزی را در دل پنهان نکرد جز آن که در لغش‌های زبان و رنگ رخسارش، آشکار خواهد گشت.	حکمت/۲۶ و نهج البالغه	۱

۶	حکمت/۱۳۵/۶۹ نهج البالغه و بخار الاتوار ۷۳/۲۰	علی (ع): وقتی تو را ستدن، بهتر از آنچه ستدن، ستایش کن؛ یعنی وقتی از شما تمجید کردن، و از خوبی‌های او بازگو کنید. این باعث تحکیم ارتباط در قلب‌ها شود.	ارتباط متقابل	
۵	حکمت/۳۸/۱۰ نامه نهج البالغه- توبه/۱۱۴ و آل-۱۲۸ عمران/۲۰۰	پسرم از دوستی با احمق بپرهیز که او می‌خواهد به تو نفعی برساند ولی ضرر می‌زند. از دوستی با پختیل بپرهیز، چرا که چیزی که سخت به آن احتیاج داری از تو دریغ می‌کند.	دوست و دوستیابی	
۲	توبه/۷۱ و حکمت/۶ نهج البالغه	با مردم چنان معاشرت کنید که اگر مردید بر شما بگریند، و اگر زنده ماندید به شما مهربانی ورزند.	خوشنفرتاری و گشادرویی	
۲	حکمت/۹ و نهج البالغه	علی (ع): ای پسرم نفس خود را میزان میان خود و دیگران قرار ده، آنچه را که برای خود دوست داری برای دیگران نیز دوست بدار و آنچه را که برای خود نمی‌بیندی، برای دیگران می‌پسند	خود را بجای دیگران گذاشت	مهارت مهوروزی
۱	حجرات/۱۱	ای کسانی که ایمان آورده‌اید! گروهی از مردان شما گروه دیگری را مسخره نکنند، شاید آنها از اینها بهتر باشند؛ و نه زنای زنان دیگر را، شاید آنان بهتر از اینان باشند؛ و یکدیگر را مورد طعن و عیبجویی قرار ندهید و...	عدم مسخره و عیبجویی دیگران	
۷	حج/۳۵، الفرقان/ -۶۳ - ۷۵/۳۸ سوره غافر/ -۸۳/ لقمان/۱۸	کسانی که چون نام خدا برده می‌شود، دلهیشان پر از خوف می‌گردد و آنها که در برابر مصیبت‌هایی که به آنان می‌رسد، شکنیا هستند و ...	تواضع و فروتنی	
۱	فصلت/۳۴	هرگز نیکی و بدی یکسان نیست. بدی را بآنیکی دفع کن.	نیکی در برابر دیگران	
۲	مریم/۳۲ و البقره/۸۲	و مرا نسبت به مادرم نیکوکار قرار داده؛ و جitar و عصیانگر قرار نداده است.	احترام به پدر و مادر	
۱	نساء/۱	...و از [قطع رابطه با] خویشاوندان [پرهیز کنید] و...	ارتباط با اقوام	
۲	حریمالی(۱۴۱۴) ق، ج ۱۱:۵۶ و ۱۱:۴۱، ج ۲۵ و [۲۵] و ز خرف ۳۲/	رسول (ص): رفع گرفتاری و همدلی با مردم، بهتر از روزه و اعتکاف یک ماه است.	رفع گرفتاری و نیازهای دیگران	

۹	حکمت/۲۴ نهج البلاعه، انفاق/۲۶ مائده/۲-۲ بقره/۲۱۵ نور/۲۲-۲۴۵ طه/۸۴ حکمت عو/۳۳ نهج البلاغه	کسانی که اموال خود را در راه خدا انفاق می‌کنند، سپس به دنبال انفاقی که کرده‌اند، متن نمی‌گذارند و آزاری نمی‌رسانند، پاداش آنها نزد پروردگارشان است؛ نه ترسی دارند، و نه اندوه‌گین می‌شونند.	احسان و نیکوکاری و فریادرسی		
۶۸	جمع فراوانی				

خود نیز زشت بشمار، آنچه دوست نداری به تو نسبت دهنده، درباره دیگران مگو «(حکمت/۹) (۲۷)».

### مهارت شناخت طبیعت

در قرآن می‌توان آیاتی یافت که از پدیده‌های گوناگون طبیعی یاد می‌کند و آنها را نشانه‌ای بر وجود خدا می‌شمارد و انسان را به تأمل در آنها فرا می‌خواند. شناخت خدا از رهگذر نشانه‌های تکوینی او در جهان خلقت، که نمونه روشنی از راه تجربی خدایابی است، «شناخت آیه‌ای یا آفاقی» نامیده می‌شود» [۲۸].

جدول (۳) مربوط به مهارت شناخت طبیعت از مهارت‌های زندگی چهارگانه اسلامی.

بعاد	مولفه‌ها	استنادها	منابع	فراء‌نی منابع
<b>مهارت اصلی :</b> شناخت طبیعت <b>استناد:</b> در آفرینش آسمان‌ها و زمین، و آمد و شد شب و روز، و کشتی‌هایی که در دریا به سود مردم در حرکتند، و آبی که خداوند از آسمان نازل کرده، و با آن زمین را پس از مرگ زنده نموده ... نشانه‌هایی است از ذات پاک خدا و یگانگی او برای مردمی که عقل دارند و می‌اندیشند.	مهارت خداشناسی از طبیعت	آیا ندیدی که خداوند از آسمان آبی فرو فرستاد و آن را به صورت چشم‌هایی در زمین وارد نمود، سپس با آن زراعتی را می‌رویاند که رنگ‌های مختلف دارد؛ بعد آن گیاه خشک می‌شود به‌گونه‌ای که آن را زرد و بی‌روح می‌بینی؛ سپس آن را در هم می‌شکند و خرد می‌کند؟! در این تذکری است برای خردمندان!	زمرة/-۲۱ عنکبوت/-۲۰/ اعراف/۵۷	۳
<b>منابع :</b> بقره/۶۱ و آل عمران/۱۹۰-ذاریات/۲۰ و -۲۱ یونس/۱۰۱ و ۱۰۰-براهیم/۱۰- انعام/۹۵ فاطر/۹-جاثیه/۵-خطبه/۱۸۶ نهج البلاغه،	مهارت احترام به طبیعت و آبادانی آن	خداوند شما را در زمین خلق کرد و شما را به آبادکردن زمین گماشت.	هود/-۶۱، مائدۀ/۸۶ بقره/۸۷ و ۲۷	۴
<b>فراء‌نی منابع :</b> ۱۱		پیامبر (ص): اگر قیامت بر پا شود و در دست نهالی باشد، باید آن را بکارد.	(طبرسی/۱۴۳) (اق/۱۱۴۳). [۲۹]	۱
		پیامبر (ص): از زمین محافظت کنید، بدرستی آن مادر شماست.	(پاینده، ۱۳۸۳). [۳۰]	۱
		جمع فراوانی	جمع فراوانی	۹

مهارت خداشناسی به عنوان مهمترین مهارت و در واقع به عنوان هدف اصلی از آفرینش انسان و خلقت جهان بوده است. از مطالعه قرآن و اسناد اسلامی که بیش از ۷۵۰ آیه از آیات کتاب مقدس قرآن کریم، در مورد خداشناسی آمده، که به شرح جدول ذیل توضیح داده می‌شود:

با توجه به جدول (۳)، یکی از روش‌هایی که منجر به شناخت خدا می‌گردد، شناخت طبیعت است که با مطالعه و تأمل در آفریده‌ها، کائنات، زمین، آسمان، گیاهان و حتی در مورد بعد جسمانی انسان، نیز این شناخت به دست می‌آید.

### مهارت خداشناسی

جدول (۴) مربوط به مهارت خداشناسی از مهارت‌های زندگی چهارگانه اسلامی.

ابعاد	مولفه‌ها	شاخص‌ها	استنادها	منابع	فرآونی منابع
مهارت اصلی : خداشناسی					
استنادات :					
منابع بیشتر :					
فرآونی منابع :					
مهارت کسب تقوای الهی	عدم غیبت و تحسس در امور دیگران	یاد خدا	آنها کسانی هستند که ایمان آورده‌اند، و دل‌هایشان بیاد خدا مطمئن است؛ آگاه باشید، تنها با یاد خدا دلها آرامش می‌یابد.	رعد/۲۸- اعراف/۲۰۵- ۲۸/	۵
مهارت کسب تقوای الهی	عدم غیبت و تحسس در امور دیگران	توبه	او کسی است که توبه را از بندگانش می‌پذیرد و بدی‌ها را می‌بخشد و...	شوری/۵- توبه/۲۷- ۵۲ و ۳۷/	۴
مهارت کسب تقوای الهی	عدم غیبت و انصاف	عدم بخل	بعضی از شما بخل می‌ورزند؛ و هر کس بخل ورزد، نسبت به خود بخل کرده؛ و خداوند بی‌نباز است و شما همه نیازمندید.	محمد/۳۸	۱
مهارت کسب تقوای الهی	عدم غیبت و انصاف	رازداری	آنکه راز خود را نهان داشت، اختیار را به دست خویش گذاشت.	حکمت/۱۶۲- نهج البلاغه	۱
مهارت کسب تقوای الهی	عدم غیبت و انصاف	رازداری	ای کسانی که ایمان آورده‌ایدنا از بسیاری از گمان‌ها بپرهیزید، چرا که بعضی از گمان‌ها گناه است؛ و تحسس نکنید؛ و هیچیک از شما دیگری را غبیت نکند، آیا کسی از شما دوست دارد گوشت برادر مرده خود را بخورد؟!...	حرجات/۱۲	۱
اعتماد افرینی			می‌فرماید؛ خداوند به شما فرمان می‌دهد و هنگامی که میان مردم داوری می‌کنید، به عدالت داوری کنید.	النساء/۵۸	۱
اعتماد افرینی			لازم است اطرافیان با تغافل از این خطاهای بگذرند و خود را در گیر مسائل بی‌ارزش نکنند.	فرقان/۶۳ و ۷۲- آل عمران/۸۶ و ۸۷ و آنیاء/۵۹- عنكبوت/۹ و حکمت/۴۶ و ۳۱۸- نهج البلاغه	۱۱
اعتماد افرینی			قرآن در داستان ابراهیم؛ هنگامی که جمعی از فرشتگان به صورت ناشناس، نزد ابراهیم(ع) آمدند و از خوردن غذا پرهیز کردند، ابراهیم احساس بیگانگی کرد و از گفتگو با آنان، خودداری کرد، ولی پس از دریافت بشارت، باب گفتگو را گشود. پیش‌شرط گفتگوهای مؤثر، ایجاد اعتمادی متقابل است.	هود/۷۴	۱

۴	المومنون/۸و شعراء/ ۱۲۵ اسراء-۳۵-انفال/ ۳۷	می فرماید: و حق ایمان همین است که مؤمن را به رعایت عهد و امانت و دار سازد، وقتی انسان کسی را امین دانست و یقین کرد که هرگز خیانت ننموده است، پیمان نمی شکند و ..	امانتداری و عدم خیانت به آن	
۱۰	توبه/۵۱-اعراف/ ۱۹۶- اسراء/ ۵۶-حجر/ ۷- آل عمران/ ۱۶-زمرا/ ۵۳- فتح/ ۴-احراب/ ۱/ و ۲- آخر/ ۳۶	بگو: هیچ حاده‌ای برای ما رخ نمی‌دهد، مگر آنچه خداوند برای ما مقرّر داشته است، او پشتیبان ماست و مؤمنان باید تنها بر خدا توکل کنند.	توکل و امید به رحمت خداوندی	
۶	روم/ ۶-مائده/ ۱-انفال/ ۵۹- اسراء/ ۳۴-احراب/ ۲۳- توبه/ ۱۱۹	این وعده خداست و خداوند هرگز از وعده‌اش تخلف نمی‌کند، ولی بیشتر مردم نمی‌دانند.	وفای به عهد	
۲	حکمت/ ۳/ و ۱۰۸ نهج البلاغه	تنگ‌نظری نگ و ترسویدن کاستی است.	شجاعت	
۵	ابراهیم/ ۷-بقره/ ۱۲۲- نمل/ ۱۹-لقمان/ ۱۲	و نیز باید آورید هنگامی که پروردگارatan اعلام داشت: اگر شکرگزاری کنید، [انتمان] بر شما افزون خواهم کرد و اگر ناسپاسی کنید، مجازاتم شدید است.	مهارت شکرگزاری و تشكیر	مهارت شکرگزاری
۵۲	جمع فراوانی			

جدول (۵). الکوی استخراجی از نتایج تحلیل قرآن و اسناد دینی براساس دیدگاه ارتباطی (خدا، خوده دیگران، طبیعت) از مهارت‌های زندگی اسلامی

ویژگی‌ها	مولفه‌ها	ابعاد
آینده نگری	داشتن نیت	مهارت خودشناختی
احترام به خوشنود	شناخت خود	
مستویت پذیری	تقویت اراده	
نه گفتن	تعقل و اندیشه	
تفکر انتقادی	عدم تقلید در امور فکری	مهارت تفکر
تفکر خلاق	تحقیق و پژوهش	
تصمیم‌گیری	حل مسئله	
مدیریت افسرده‌گی	مقابله با استرس و اضطراب و هیجان	مهارت ایجاد آرامش در خود
مدیریت خشم		
عقل کلام	گوش دادن فعال	مهارت های ارتباطی
توجه به زبان بدین	سخن گفتن رسا	
نیکی در برابر بدی	احترام متقابل	
احترام به مادر	دوستی و دوستیابی	
احترام به اقوام و خوش‌آوردان	خوش رفتاری و گشاده روی	
احترام به اقوام و خوش‌آوردان	خود را بجاگان گذاشت	
رفع گرفتاری و نیازها	عدم مسخره کردن و عیبجویی از دیگران	
احسان و نیکوکاری و فریاد رسی	توضیح و فروتنی	
-		مهارت خداشناسی از طبیعت
-		
تفاوت، صبر و کظم غریظ	یاد خدا	مهارت کسب تقویت الهمی
اعتماد افرینشی	توبه	
امانتداری و عدم خیانت به آن	عدم بدل	
توکل و امید به رحمت خداوندی	رازداری	
وفای به عهد	عدم غیبیت و تجسس در امور دیگران	
شجاعت	رعایت عدالت و انصاف	
شکرگزاری		

همه انسان‌ها به روبیت و قدرت خداوندی، اعتقاد داشته و همه اهداف را بر این اساس جاری سازند، به یقین در انسانها آرامشی حاصل خواهد آمد که نتیجه آن تسلط بر امور زندگی همراه با صلح و آرامش، عشق به همنوعان خواهد بود و مشکلاتی که جامعه کنونی درگیر آن می‌باشد، دیگر خواهد بود. براساس یافته‌ها، جدولی تلفیقی<sup>(۵)</sup>، متشکل از ۴ مهارت اصلی خودشناسی، همدلی با دیگران، شناخت طبیعت و خداشناسی که همگی براساس دیدگاه ارتباطی، ۱۰ مولفه، ۴۵ ویژگی براساس اسناد اسلامی بهدست آمده است.

درباره مهارت همدلی با دیگران، باید اشاره نمود؛ افراد انسانی در ارتباط با دیگران، مهروزی و همدلی با آنان می‌تواند به آرامش روحی نائل آیند و سپس به هدف خود از آن که همانا رسیدن به کمال است، برسد. آن با یافته‌های فرمیهنه و همکاران [۱۴] و جعفری و همکاران [۱۵] و طارمیان و همکاران [۳۸] همخوانی داشته و آن را تایید می‌نماید. در مهارت شناخت طبیعت که شناخت خداوند از مشاهده عالم هستی، بهدست می‌آید و خداوند، انسانها را جهت رسیدن به اهداف خود، به اندیشه و بهره‌گیری از آن، تشویق و دعوت می‌نماید. و این بحث با نتایج نصرت‌ساز و همکاران؛ [۳۹]، که خداشناسی را از طریق آثار صنع الهی در عالم تکوین میسر می‌داند و به علاوه با پژوهش قربانی؛ [۴۰]، انسان مومن می‌تواند با مشاهده و تفکر در اسرار طبیعت و نظام محیرالعقل حاکم برجهان، به شناخت خالق برسد و آن با پژوهش‌های علوی [۴۱] همسو بوده و تایید می‌گردد. در نهایت در مورد مهمترین مهارت خداشناسی که در اهمیت آن از پیامبر(ص) پرسیده شد که، مهمترین علم چیست؟ فرمودند: با اهمیت‌ترین علم، معرفت به خداست. خداشناسی راه رسیدن به کمال انسانی است و خداوند در سوره ذریات، آیه ۵۶ می‌فرماید: «و جن و انس را خلق نکردم مگر برای اینکه مرا عبادت کنند»، یعنی هدف از خلقت انسان برای عبادت است و کمال خلقت در عبادت خداست و راه رسیدن به عبادت خدا، شناخت و ایمان به خداست و در این رابطه نیز پژوهش‌های فراوانی انجام گرفته و می‌توان از مطالعات، آدینه [۴۲]، و موسوی [۴۳] با عنوان ضرورت شناخت خدا و بهمئی [۱۲] نام برد که با آن پژوهش‌ها همسو بوده و تایید می‌گردد. از مطالعه و تحلیل اسناد قرآنی، ۴ مهارت اصلی، ۱۰ مولفه و ۴۵ ویژگی،

در جدول (۴)، بحث خداشناسی از مباحث بسیار اساسی اسلام بوده و مهارت‌های مانند، خودشناسی، مهروزی و شناخت طبیعت، همگی در راستای خداشناسی می‌باشند. هدف از آفرینش همه انسان‌ها و جهان به اصل توحید، بر می‌گردد [۳۱]. آیات ۱۱۶ و ۱۱۷ بقره، با اشاره به یگانگی و مالکیت حقیقی خداوند را این چنین معرفی می‌کند؛ مشرکان گفتند: خداوند برای خود فرزند اتخاذ کرده، او از این نسبت منزه است، بلکه آچه در آسمان‌ها و زمین است، از آن اوست و همه در برابر او خاضعند، هستی بخش آسمان‌ها و زمین است، آنگاه که به وجود آمدن چیزی فرمان دهد، می‌گوید: پدید آی! آنهم فوراً پدید می‌آید [۲۵]. اگر

### بحث

براساس مطالعه و تحلیل اسناد قرآنی، اسلامی و همچنین با توجه به نظریه ارتباطی (خدا، خود، دیگران و طبیعت) که در مباحث اسلامی به طور مکرر بدان اشاره شده، چهار بعد از مهارت‌های اصلی خودشناسی، همدلی با دیگران، شناخت طبیعت و خداشناسی بهدست آمد. این یافته با مطالعات جماعتی (۱۳۹۵)[۵]، مبنی بر اینکه اسلام، آینینی کامل و دارای برنامه برای همه ابعاد زندگی بشر بوده و همچنین با تحقیقات بهمئی (۱۳۹۶)[۱۲]، که مهارت‌های زندگی در آیات قرآنی به الگویی برای زندگی بهتر عنوان شده است و هم با نتایج پژوهش خدایاری و همکاران (۱۳۹۵)[۱۶]، دال بر اینکه آن شامل مهارت‌های متعددی بوده که در قالب ارتباط بین انسان، طبیعت، جامعه و خدا به وجود می‌آید، همخوانی دارد. در خصوص مهارت خودشناسی باید گفت، خودشناسی حد و مرزی ندارد و شناخت خداوند مستلزم خودشناسی بوده و لازمه شکوفایی استعدادهای انسان، شناخت خوبی است [۳۲]. نتایج این مقاله در مورد این مهارت با نتایج تحقیقات رضایی و همکاران، مبنی بر ضرورت خودشناسی و راههای دستیابی به آن [۳۳] و حیدری با نیز پژوهشی تحت عنوان جایگاه خودشناسی در نظام اخلاق اسلامی [۳۴]، و پژوهش بهمئی، با تأکید بر رابطه خودآگاهی و خداشناسی [۱۲]، و بررسی‌های (گاتومویی و کاتاری، ۲۰۱۸)[۳۵] و مطالعات رحیمیان [۳۶] و سلیمانی، مبنی بر ارتباط خودشناسی با خداشناسی و اینکه خودشناسی نخستین تکلیف انسان است [۳۷]، همسو بوده و آن را تایید می‌نماید.

## نتیجه‌گیری

با بررسی متون اسلامی از جمله، قرآن، همچنین بیانات شیوه‌ای ائمه اطهار، بهویژه پیامبر(ص) و علی(ع)، که همگی متصل به دانش بیکران ذات باری تعالی هستند، در خصوص سعادت دنیوی و اخروی انسان به تفضیل، راهکارهایی تحت عنوان مهارت‌های اساسی مطرح شده‌اند، که با شناخت واقعی از پروردگار می‌توان به قرب الهی دست یافت. طبق یافته‌های این پژوهش؛ انسان با کسب مهارت‌های خودشناسی و مهارت همدلی و مهربانی با دیگران و کسب مهارت شناخت طبیعت و مخلوقات، می‌تواند به مهارت خداشناسی دست یافته و با اجرای این مهارت‌ها در زندگی به سعادتی جاودانه نائل آید.

## ملاحظات اخلاقی

این مقاله با کدپایان نامه ((۱۰۲۴۸۲۹۳۸۹۵۲۶۹۴۱۴۰۰۱۶۲۴۴۴۳۲۶۶)) در سامانه پژوهشیار ثبت شده و در استفاده از اسناد اسلامی به طور دقیق، منابع و آدرس درج گردیده است.

## تضاد منافع

این مقاله با هزینه‌های شخصی نویسنده‌گان مقاله انجام گرفته، و یافته‌های آن باعث رسیدن سود مادی و معنوی به نظام آموزش و پرورش کشور، دانش‌آموزان و همه جامعه خواهد بود و هیچ‌گونه تعارضی با اهداف و منافع جمهوری اسلامی ندارد.

## سپاسگزاری

این مقاله برگرفته از رساله دکتری دانشگاه آزاد واحد تبریز اینجانب فرهاد حبیبی با راهنمایی استادی محترم، دکتر سیروس اسدیان و دکتر صادق ملکی آوارسین، با عنوان «طراحی برنامه درسی مهارت‌های زندگی مبتنی بر الگوی اسلامی کلاس ششم دوره ابتدایی است. بدین وسیله از این استادی محترم که بنده را بسیار راهنمایی نمودند، صمیمانه سپاسگزاری می‌گردد.

به دست آمد، باید اشاره کرد؛ آیات قرآن دارای چنان عمق و شگفتی است که می‌توان به طور مداوم برداشت‌های نو از آنها داشت [۱۲]. در متون اسلامی منجمله قرآن، با توجه به چند بعدی بودن انسان و اهمیت آنها، به مهارت‌های متعددی اشاره شده است، که می‌توان با استخراج و آموزش آن به دانش‌آموزان و نهادینه کردن آنها در زندگی، به آرامش واقعی رسید و در سایه این آرامش، در زندگی دنیوی به حیات طیبه و سعادت اخروی که همانا قرب خداوند است، دست یافت. دانش‌آموزان با فرآگیری ارزش‌های اسلامی در رابطه با مهارت‌های زندگی قادر خواهند بود، با افراد دیگر روابط حسنی داشته و با جامعه‌اش هماهنگ بوده، واکنش‌های مثبت از خود بروز داده و از رفتارهایی که پیامد منفی داشته‌اند، اجتناب ورزیده و با مسائل به صورت منطقی برخورد نموده تا بتواند با دیگران به صورت سازگارانه زندگی نمایند. از محدودیت‌های این مقاله، از مطالعه و تحلیل بسیاری از منابع و اسناد اسلامی ارزشمند که به جهت کمبود زمان از آنان صرفنظر شد، همچنین مشکلات عدیدهای در تکمیل و عودت پرسشنامه‌ها در مرحله اعتباریابی از متخصصین به دلیل شیوع بیماری همه‌گیر کووید - ۱۹ به وجود آمد. در ادامه پیشنهاد می‌گردد، نتایج کاربردی این پژوهش‌ها در تالیف کتب درسی دانش‌آموزان ششم ابتدایی مورد استفاده قرار گیرد، ایجاد واحد درسی مستقل جهت آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی در دوره پیش‌دبستانی و ابتدایی، عملی کردن آموزش مهارت‌های زندگی اسلامی در کلیه دروس، کمک گرفتن از ورزش و بازی برای آموزش این مهارت‌ها در دبستان‌ها، همسوکردن فعالیت‌های خانه، مدرسه، اجتماع در جهت آموزش مهارت‌های زندگی قرآنی و اسلامی، برنامه‌ریزی برای آموزش مهارت‌های زندگی در دوره‌های ضمن خدمت معلمان، آموزش مهارت‌های زندگی به اولیا از طریق کلاس‌های آموزش خانواده، گسترش اردوها و فعالیت‌های فوق برنامه در داخل و خارج از مدرسه، ایجاد زمینه مناسب برای مشارکت دانش‌آموزان در کلیه فعالیت‌های مدرسه.

## منابع

1- Akfirat O, Kezer F. A Implementation Program for the Development of Life Skills of Primary School 4th Students, Kocaeli University, Umuttepe Yerleskes.2016; 280.

2-Bustan N, Hosseinzadeh D. The effect of artificial intelligence trainingon effective communication skills and interpersonal relationships of female students. World

- Conference on New Horizons in Humanities, Saveh Azad University.2015;[persian].
- 3-Darden C, Günter E. Life skills development scale-adolescence. Journal health counseling, **ISSN**(1040-286).
- 4-Golchin Z, Borzamini L. Life Skills Culture and Religious Thought. 2 International Congress of Religious Culture and Thought Qom. 2015,[persian].
- 5-Jamaati H. Spiritual skills in life from the perspective of religious teachings. spiritual studies 2016;21-22(3): 99-115[persian].
- 6-Shafiee S, Asgari B, Ali Mohammadi, R. Life Skills, New Advances in Psychology and Educational Sciences Tehran.1399;22,[persian].
- 7-Dor Tigieh. Challenges of Western Humanities, News Agency. Mehr, Former Professor, Toulouse University, France.1399,[persian].
- 8- Jürgen H. Globalization and the Future of Democracy. translated by Kamal Poladi, Tehran, Markaz Publishing.2000;114-190,[persian].
- 9-Milton w, Alston p, others. Religion and New Perspectives. translated by Gholam Hossein Tavakoli, Qom, Islamic Propaganda Office.2000;23,[persian].
- 10-Qarbi M J. A Study of Cultural Requirements in the Islamic Model. Proceedings of the Second Conference on the Iranian Islamic Model of Progress Tehran University.1398,[persian].
- 11-Shoaib B. Iranian Islamic Model of Progress from the Perspective of Ayatollah Khamenei. Quarterly Journal of Social Theories of Muslim Thinkers.2016,[persian].
- 12-Bahmaei L. Life Skills from the Perspective of the Quran. Journal of New Advances in Behavioral Sciences, August 2017;10(2):52-62,[persian].
- 13-Samadi H, Samadi N. A study of life skills based on the verses of the textbook of teaching the Quran. International Conference on Psychology and Educational Sciences. Azad University Bojnourd;1397:[persian].
- 14-Farmahini M, Sobhani M, Pidat F. A comparative study of life skills of students of philosophical and non-philosophical disciplines in the faculties universities in Tehran.2010;304p,[persian].
- 15-Jafari Z, Yarmohammadi M. Approaches to life skills in Nahj al-Balagheh. Research Quarterly, 2016;4(15):99-116,[persian].
- 16-Khodayari Fard M, Zaradkhaneh K, and others. The Effectiveness of an Interactive Life Skills Program Based on Religious Teachings on Students' Religiosity.Tehran. 2016 ;2(1)9-31, [persian].
- 17-Samadi P, Aafrakati R. Success rate of Islamic life etiquette and skills curriculum students' problem-solving skills.Esfahan·2017,[persian].
- 18-Gol Fariba A, Mahmoudi J, Hakim Shoushtari, M. The effect of life skills training program on the performance of fourth students. Tehran·Department of Psychiatry.2015;51-57p,[persian].
- 19-Parto M. Evaluation of the effectiveness of life skills training program on improving life skills training on improving self-efficacy and courage in first grade high school students The First International Conference on New Research.2015; No.122,[persian].
- 20-Danaeifard H, Alwani M, Azar A. Methodology of qualitative research in management. Tehran· Saffar Publishing.,1398;11p,[persian].
- 43-Mousavi F S. The Necessity of Knowing God from the Perspective of Imam Ali (AS). Research and Studies of Humanities,First Year, February1998; No11(1),[persian].
- 21- Gel M, Bourg W, Gel J. Quantitative Research Methods in Psychology. Tehran·samt.2005;11p [persian].
- 22-Motahari M. collection of works,Tehran· Sadra.1389;283,[persian].
- 23-Allama Majlisi, Bihar Al-Anwar. Tehran, Islamic Library1398;32, vol.22,[persian].
24. Momenin A. (AS) ; Nahj al-Balaghah, Gravari, Seyyed Razi, translated by M.Dashti, Tehran, Jamkaran Publications.1397,[persian].
- 25-Book of the Holy Quran. Qom,Abian.. 1399.
- 26-Mohammadi Rishahri M, Mizan al-Hikma, Qom, Dar Al-Hadith.2005; vol.8, p.67,[persian].
- 27-Ameli, Sheikh Hor. Shiite means, Qom· Al al-Bayt,1414; Vol15,[persian].
- 28-Mesbah Yazdi, Al-Mizan Allameh Tabatabai; Qom ·Dar al-Alam·1387;68-154,[persian].
- 29-Tabarsi Mirza Hassan Nouri; Mustadrak al-Wasa'il,Bairot· Al-Bayt, Heritage Revival1408; vol.13, p 46.
- 30-Payende A. Nahj al-Fasaha, published by Khatam al-Anbiya. Isfahan.1383,[persian].
- 31-Safi, L. Manifestation of monotheism in the system of Imamate. Qom· jmkran. 2013;21-196,[persian].
- 32-Derakhshanfar H. Self-Knowledge, Journal of Islamic Studies. March 2003; No.56,[persian].
- 33-Rezaei A, peshohende J, Bakhtiar M. the necessity of ways to achieve it from the perspective of Allameh Tabatabai. Journal of Islamic Mysticism, winter 1399;325-345, [persian].
- 34-Heidari A. The position of self-knowledge in the Islamic moral system from the perspective of Shahid Motahari. Partoo Kherad Magazine, Spring and Summer,2017;(13)99-118,[persian].
- 35-ciumwari G, kathuri m. an exploration of life skills program on pre-school children in embu west. Nairobi Kenya.2018.
- 36-Rahimian S. The Relationship between Self-Knowledge and Theology. Journal of Ethical Research, Islamic Education Association, Summer2004;(20):11-43,[persian].
- 37-Soleimani A. Self-knowledge, The first task of man, theology or self-knowledge. Spring and Summer .1396;83-100,[persian].
- 38-Tarmian F, Mehryar A. The effectiveness of life skills training program to prevent drug use.Scientific Journal of Zanjan University of Medical Sciences].2009; 77-87,[persian].
- 39-Nusrat Saz N, Baba Ahmadi Milani Z. TheologyThrough the works of divine craft in the world of creation from the perspective of the Qur'an and Nahj al-Balaghah. Quarterly Journal of Quranic Knowledge Research. Tehran· 2013;4(12),[persian].
- 40-Ghorbani G. Epistemological tools of Quranic cosmology. Institute of Humanities and Cultural Studies, Research in Science and Religion. Kharazmi University of Tehran, Fall and Winter.2015;77-97,[persian].
- 41-Alavi H R. educational in the Quran and Nahj al-Balaghah. Maaref Monthly. Kerman, Bahonar University of Publications ,2012,[persian].
- 42-Adineh R. Study of theology from the perspective of revelation based on Al-Mizan. Journal of Religion of Wisdom,1398;7-30,[persian].