

## ارزیابی مهارت های زندگی دانشجویان دانشگاه مازندران با تأکید بر نقش برنامه های درسی

نسرین جوان<sup>۱</sup>، میمنت عابدینی بلترک<sup>۲\*</sup>، سیروس منصوری<sup>۳</sup>، سمیه یونسی خانقاهی<sup>۴</sup>

(۱) کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد یزد

(۲) دکتری تخصصی برنامه ریزی درسی، باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد شیراز، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، ایران

(۳) دانشجوی دکتری برنامه ریزی درسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

(۴) آموزگار شهرستان بابل

\*نویسنده مسؤل: [Abedini.gilan@gmail.com](mailto:Abedini.gilan@gmail.com)

تاریخ دریافت مقاله ۹۳/۸/۲۵ تاریخ آغاز بررسی مقاله ۹۳/۱۰/۱۲ تاریخ پذیرش مقاله ۹۳/۱۲/۵

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی و سنجش مهارت های زندگی دانشجویان دانشگاه مازندران با تمرکز بر نقش برنامه های درسی در آن می باشد. مهارت های زندگی مورد نظر در این پژوهش؛ مهارت های بین فردی و ارتباطات اجتماعی، مهارت های ذهنی و شناختی، مهارت های فردی و زیستی و مهارت شهروندی می باشد. روش انجام تحقیق در این پژوهش، از نوع توصیفی - پیمایشی می باشد. از پرسشنامه نیز جهت جمع آوری اطلاعات بهره گرفته شده است. نتایج حاصل از این تحقیق حاکی از آن است که تاحدی مهارت های بین فردی و ارتباطات اجتماعی و مهارت های شهروندی محقق شده است و دانشگاه در تحقق مهارت ذهنی و شناختی و مهارت های فردی و زیستی میان دانشجویان موفقیت چندانی نداشته است. همچنین در دست یابی به مهارت های زندگی در دانشکده های مورد مطالعه نیز تفاوت معناداری وجود ندارند، اما در متغیر جنسیت چنین چیزی مشاهده نشده است.

کلید واژگان: مهارت های زندگی، برنامه درسی، دانشجویان.

### مقدمه

تکنولوژی و اطلاعات استفاده کنیم. تافلر ادعا می کند گذر از یک موج به موج دیگر همیشه با تزلزل و انقلاب همراه بوده و این علائم در عصری که مانیز امروزه در آن زندگی می کنیم کاملاً مشهود است. مشخصه عصر ما نا آرامی، تخلف جوانان، استرس و... است. زندگی در دوره ای که تغییرات در آن بسیار سریع است سخت بوده چرا که تغییرات همواره ناشناخته اند و مردم در مقابل تغییرات گیج و آشفته می شوند، بنابراین باید برای کاهش فشار ناشی از این تغییرات، مهارت های زندگی افراد را افزایش داد (فراهانی فرمیهنی و پیداد، ۱۳۸۹، ص ۴۳).

زندگی انسان امروزی با چالش های فراوانی روبه-رواست. ناهنجاری های روانی - اجتماعی همچون اعتیاد

تغییرات انبوهی که بر زندگی بشر سایه افکنده اند، جوامع بشری را در هاله ای از آسیب های روانی و اجتماعی و چالش های فراوان فرو برده اند. آلوین تافلر سه موج را در رشد بشر بیان کرده که اولین موج آن حرکت از کشاورزی چوبانی به سوی کشاورزی متحرک، دومین آن حرکت از کشاورزی متحرک به سوی صنعتی شدن و سومین آن نیز اکنون در آن هستیم حرکت از جامعه صنعتی به اطلاعاتی است. امروزه صدای ضربه ی سنگین طبل تکنولوژی، ربات، هوش مصنوعی، فیبر نوری و ارتباطات دور برد در اطراف ما طنین انداز است و پیام آن برای ما این است که آینده ای نیست مگر آنکه از آن ها برای بودن در زندگی بر اساس

سازمان جهانی بهداشت در سال ۱۹۹۳ در جهت پیشگیری و نیز ارتقای سطح بهداشت روانی برنامه‌ای مدرن با عنوان آموزش مهارت‌های زندگی ایجاد نمود. هدف از این برنامه افزایش توانایی‌های روانی-اجتماعی کودکان و نوجوانان بود تا آنها را قادر سازد که با تقاضاها و کشمکش‌های زندگی روزانه سازگارانه مقابله نمایند (سازمان جهانی بهداشت، ۱۹۹۳، ص ۳۲).

### بیان مسأله

زندگی انسان امروزی با چالش‌های فراوانی روبرو است. با همه‌ی دگرگونی‌های فرهنگی و تغییر شیوه‌های زندگی بسیاری از افراد در رویارویی با مسائل زندگی دارای توانایی‌های اساسی نیستند. با توجه به همین مسأله روان‌شناسان با حمایت سازمان‌های ملی و بین‌المللی برای پیشگیری از بیماری‌های روانی و کج‌روی‌های اجتماعی؛ آموزش مهارت‌های زندگی را در سراسر جهان در تمامی سطوح آموزشی آغاز کرده‌اند (کلینکه، ۱۳۸۱، ص ۳۰).

ادیب (۱۳۸۲، ص ۴۰) مهارت‌های زندگی<sup>۱</sup> را اینگونه تعریف کرده است: مهارت‌های زندگی آن نوع توانایی‌ها و مهارت‌های عملی است که موجب رفتارهای مثبت و سازگارانه گردیده و برای احساس موفقیت، توانمندی و شادکامی در زندگی روزمره عمومی و عادی مورد نیاز می‌باشند.

مهارت‌های زندگی دارای طیف گسترده‌ای می‌باشند و تجارب کشورهای مختلف نشان داده است که این مهارت‌ها با توجه به فرهنگ‌های مختلف دارای ماهیت و تعاریف متفاوتی می‌باشد. تحقیقات در زمینه مهارت‌های زندگی نشان می‌دهد که برنامه‌های مختلفی بر اساس آموزش‌ها در زمینه ارتقای سلامت کودکان، نوجوانان و جوانان اجرا شده است که مشتمل بر چند مهارت اصلی و اساسی می‌باشد که عبارت‌اند از:

رفتارهای ضداجتماعی، بزهکاری و بی‌بندوباری‌های جنسی بویژه در نسل جوان روند صعودی پیدا کرده و آسیب‌ها و لطمات شدید اقتصادی، اخلاقی و اجتماعی را بر پیکره جوامع وارد ساخته است (قاسمی زرگر، ۱۳۸۵، ص ۱۰). با همه دگرگونی‌های فرهنگی و تغییر شیوه‌های زندگی، بسیاری از افراد در رویارویی با مسائل زندگی دارای توانایی‌های بایسته و اساسی نیستند و همین امر آنان را در برابر مشکلات زندگی روزمره آسیب پذیر ساخته است. جوانانمان از سرمایه‌های ارزش مادی و معنوی هر جامعه به شمار می‌آیند و نیازمند پشتیبانی آموزش صحیح می‌باشند. دانشگاه از جهت فرهنگی به‌عنوان یک نهاد پیچیده فرهنگی و یک کانون هنجار فرست به انتظام بخشی اخلاقی و اجتماعی جامعه کمک می‌کند و در جهت بهبودی کیفیت زندگی و حفظ پویایی و نشاط در جامعه برای خود مسئولیت‌هایی قائل است.

جهانی (۱۳۸۵) نیز عنوان نموده که تعلیم و تربیت صحیح و کارآمد از ارکان مهم و اساسی رشد و شکوفایی نیروها و رسیدن به کمال مطلوب است. بدون شک جامعه پویا نیاز به تحول زیر بنایی دارد و این مهم با بکارگیری برنامه‌های علمی و عملی و فنی باید تحقق پیدا کند. با توجه به این مهم سازمان یونسکو در سال ۱۹۹۳ کمیسیون بین‌المللی مستقلی را در زمینه آموزش و پرورش برای سده بیست و یکم تشکیل داد. وظیفه کمیسیون، طرح اندیشه‌های نوآورانه در زمینه آموزش و پرورش بود به گونه‌ای که از رهگذر آن نظام‌های تعلیم و تربیت بتواند با مسائل آینده بایسته و شایسته روبرو شوند. وظیفه کمیسیون بین‌المللی یونسکو برای آموزش و پرورش در قرن بیست و یکم پاسخ به این پرسش شد که چگونه آموزش می‌تواند نقشی پویا و سازنده در پرورش افراد و جوامع برای سده بیست و یکم ایفا کند (جهانی، ۱۳۸۵، ص ۲۳).

### 1. Life Skills

توانایی تصمیم‌گیری، توانایی حل مسأله، توانایی تفکر خلاق، توانایی تفکر نقادانه، توانایی برقراری ارتباط مؤثر، توانایی آگاهی از خود، توانایی همدلی با دیگران، توانایی مقابله با هیجان‌ها و فشارهای روانی و توانایی مقابله با استرس (سازمان جهانی بهداشت، ۱۹۹۳، ص ۶۵).

بنابراین با توجه به فرهنگ جامعه ایرانی و اینکه کدامیک از این مهارت‌ها مورد نیاز می‌باشند؟ و کدامیک از مهارت‌ها از اولویت بیشتری در آموزش برخوردار هستند؟ امور مهمی هستند که نظام آموزش و پرورش و آموزش عالی به عنوان یکی از نظام‌های مهم اجتماعی این رسالت را به عهده دارد که همگام با گسترش فن آوری و تکنولوژی در جستجوی راه‌هایی باشد که هم از این فن‌آوری‌ها به آموزش کمک کند و هم از طریق شناسایی نیازها و پرداختن به آنها افراد را جهت کسب مهارت‌های زندگی و رویارویی با مسائل آینده آماده سازد. مهارت‌های زندگی یک رویکرد توانا جهت بالا بردن سطح سلامتی است که به جوانان کمک می‌کند که اعمال مثبتی را برگزینند، از خود حمایت کند و برتنش‌ها و مشکلات غلبه یابند و زندگی فردی و اجتماعی خود را بهبود بخشند؛ برای چنین کاری طراحی آموزش مهارت‌های زندگی در نظام آموزشی توسط متخصصین و کارشناسان برنامه‌ریزی ضروری است (جهانی، ۱۳۸۵، ۱۲). همچنین؛ وی افزوده که؛ تحقیقات زیادی در زمینه‌ی آموزش مهارت‌های زندگی صورت گرفته است که نشان دهنده نیاز جوامع به آموزش این گونه مهارت‌ها و ضرورت توسعه و گسترش آن می‌باشد، برنامه مهارت‌های زندگی توانایی‌های هستند که به بالا بردن نگرش فکری و مهارت‌های عقلانی جوانان کمک می‌کند به گونه‌ای که بتوانند با واقعیت‌های زندگی روبرو شوند و به طور مؤثری با چالش‌ها مقابله نمایند.

#### مهارت‌های زندگی

زندگی پیچیده‌ی انسان امروزی با رشد و پیشرفت تکنولوژی و سهولت در دسترسی به انواع اطلاعات

مفید و غیر مفید و فرو ریختن مرزهای اجتماعی، فرهنگی و حتی جغرافیایی با چالش‌های فراوانی رو برو است که این چالش‌ها در قرن آینده بارزتر خواهد شد. انسان امروزی با انواع آسیب‌های روانی و اجتماعی مواجه است و طبق آمارهای سازمان جهانی بهداشت این آسیب‌ها در اغلب جوامع به طور نگران کننده‌ای رو به افزایش می‌باشد. این واقعیات باعث می‌شود که صاحب نظران و متخصصان حیطه بهداشت روانی در نقاط مختلف جهان تمام توجه و کوشش خود را صرف کاهش و کنترل همه آسیب‌های روانی و اجتماعی سازند. به همین منظور بحث مهارت‌های زندگی و آموزش آن در سال ۱۹۹۳ به منظور ارتقای سطح بهداشت روانی افراد از سوی سازمان جهانی بهداشت مطرح شد (ادیب، ۱۳۸۲، ص ۱۸؛ بآبادی، ۱۳۸۱، ص ۴).

اگرچه باید آغاز پیدایش مهارت‌های زندگی را همزمان با آغاز زندگی بشر بر روی کره‌ی زمین دانست. اما به هر حال، مهارت‌های زندگی به صورت مدون و تعریف شده از سوی سازمان جهانی بهداشت در سال ۱۹۹۳ مطرح شده است. منظور از مهارت‌های زندگی، آن نوع توانایی‌های شناختی، عاطفی و عملی است که برای موفقیت و احساس شادمانی در زندگی روزمره معمولی و عادی مورد نیاز می‌باشد. با نگاهی به تعریف فوق می‌توان دریافت که مهارت‌های زندگی بسیار متنوع هستند و وظایف وسیع و متنوعی از مهارت‌های مورد نیاز زندگی انسانی را در بر می‌گیرند، همچنین در جوامع مختلف، با توجه به فرهنگ‌های مختلف و نیازها و الزامات مورد نیاز زندگی روزمره در این جوامع ماهیت و تعریف مهارت‌های زندگی تغییر می‌یابد و اشکال گوناگونی به خود می‌گیرد.

استفاده‌های جنسی، اختلالات فراگیر شخصیتی، اختلالات جسمی- روانی و شناخت عوامل تنش زای روانی- اجتماعی می‌باشد (کادیش<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۱، ص ۸۷).

آقاجانی (۱۳۸۱) نیز در این رابطه عنوان نموده که؛ اهداف مجموعه مهارت‌های زندگی؛ کمک به افراد جهت کمک به خودشان است. به این معنا که افراد، با کسب مهارت‌های جدید نسبت به زندگی‌شان احساس تعهد نمایند. مجموعه مهارت‌های زندگی نه تنها به توانمند ساختن افراد در زندگی حال تأکید می‌ورزد، بلکه به توانمندی آنان در زندگی آینده و توانایی‌های بالقوه افراد نیز توجه دارد. همچنین عنوان نموده‌اند که نلسون و جونز<sup>۵</sup> هدف نهایی مهارت‌های زندگی را مسئولیت پذیری و کسب شایستگی فردی می‌دانند. این شایستگی فردی شامل احساس کفایت و شایستگی سطح بالا، سلامت روانی، خودشکوفایی و پذیرش مسئولیت فردی می‌باشد. در نتیجه می‌توان گفت که مجموعه مهارت‌های زندگی هم اهداف پیشگیرانه دارد و هم کنترل و مدیریت مشکلات را در پی دارد و نیز همانند یک رویکرد آموزشی برای مداخلات گروهی و نیز فردی، مناسب است. کسب مهارت‌های واقعی زندگی در کنار کسب دانش و تغییر متناسب نگرش‌ها و ارزش‌ها و تقویت رفتارهای مناسب به رفتارهای سالمی می‌انجامد که خود می‌تواند مسایل و موانع سلامتی روان را کاهش دهد. با توجه به اهداف آموزشی مهارت‌های زندگی، برنامه‌های پیشگیرانه نباید تنها عوامل احتمالی خطرزا، نقصها و کمبودها را مورد توجه قرار دهند، بلکه باید به توانایی‌های فردی و اجتماعی و عوامل حمایت‌کننده‌ای که به ایجاد توانایی‌هایی در فرد، در برخورد با چالش‌های زندگی کمک می‌کند، نیز توجه نمایند. در واقع مهم‌ترین نقش اینگونه برنامه‌ها

برولین<sup>۱</sup> مهارت‌های زندگی را این چنین تعریف می‌کند: مهارت‌های زندگی طیف وسیعی از دانش و مهارت‌های تعامل بین فردی است که برای زندگی بزرگسالی اساسی می‌باشد (به نقل از ادیب، ۱۳۸۲، ص ۱۳).

سازمان بهداشت جهانی در سال ۱۹۹۴ مهارت‌های زندگی را اینگونه تعریف می‌کند، مهارت‌های زندگی یعنی توانایی لازم برای رفتار مثبت و سازگارانه که به فرد توان رویارویی مؤثر با چالش‌های زندگی روزانه را می‌دهد (طارمیان، ۱۳۷۸، ص ۲۷).

مهارت‌های زندگی فرد را قادر می‌سازد تا دانش، ارزش‌ها، نگرش‌های خود را به توانایی‌های بالفعل تبدیل کند، مثل اینکه چه کاری باید بکند و چگونه آن را انجام دهد، این مهارت‌ها فرد را قادر می‌سازد تا انگیزه و رفتار سالم داشته باشد و فرصت و میدان چنین رفتارهایی را نیز ایجاد می‌نماید (بابادی، ۱۳۸۱، ص ۶).

گیتنر و بروکز<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) معتقدند؛ مجموعه مهارت‌های زندگی، یک رویکرد متمرکز بر فرد است که هدفش، کمک به افراد جهت رشد مهارت‌های خود کمک دهی<sup>۳</sup> می‌باشد. به گفته بروکز مهارت‌های زندگی، رفتارهای آموخته شده و اکتسابی هستند که برای زندگی اثر بخش که شامل آگاهی و ایجاد شرایط لازم جهت رشد چنین رفتارهایی می‌باشد، ضروری اند (به نقل از طارمیان، ۱۳۷۸، ص ۲۶).

#### اهداف آموزش مهارت‌های زندگی

برنامه مهارت‌های زندگی، مهارت‌های عملی هستند که به صورت روزانه بر حسب نیاز شخصی و تقاضای محیط به‌طور مؤثر، توسط شخصی به کار گرفته می‌شود، که در بهبود تعاملات شخصی با دیگران و آرامش خاطر فرد بسیار مؤثر است. هدف از اجرای برنامه مهارت‌های زندگی، گسترش مهارت‌های اجتماعی، جستجوی علت درماندگی - آموخته شده، درمان سوء

4. cadish  
5. Nelson & Jones

1 . Brolin  
2 . Brokz.  
3 . self - succor

تأمین و حفظ سلامت روان در فرد است ( آفاجانی، ۱۳۸۱، ص ۲۱).

به طور کلی هدف از آموزش مهارت های زندگی، افزایش توانایی های روانی- اجتماعی و در نهایت پیشگیری از ایجاد رفتارهای آسیب زنده به بهداشت و سلامت و ارتقای سطح سلامت روانی افراد است ( سازمان بهداشت جهانی، ۱۹۹۳، ص ۴۱).

#### پیشینه پژوهش

پژوهش های بیشماری در ارتباط با مهارت های زندگی انجام شده است و هر یک به نوعی به اهمیت این مسأله پرداخته اند. در اکثر پژوهش ها؛ مهارت زندگی به عنوان متغیر مستقل در کنار متغیری دیگر در نظر گرفته شده است؛ به عنوان مثال، ناصری و نیک پرور (۱۳۸۳) به بررسی اثربخشی مهارت های زندگی بر بهداشت روانی دانشجویان پرداخته اند. جامعه مورد مطالعه این پژوهش را دانشجویان دانشگاه علم و صنعت که واحد درسی مهارت های زندگی ( خودآگاهی، کنترل خشم، رویا رویی با تنش و حل مسأله) به آنها آموزش داده می شد، تشکیل می دهند. یافته ها نشان داد که تفاوت معناداری در پیش آزمون و پس آزمون وجود دارد که بیانگر ارتقای روانی دانشجویان است. پژوهش پور حیدری و همکاران (۱۳۹۲، ص ۱۹) نیز با عنوان تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر رضایت جنسی و زناشویی در زوج های جوان که در آن به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت ها بر رضایت جنسی و رضایت زناشویی مؤثر است. همچنین پژوهشی با عنوان اثر بخشی آموزش مهارت زندگی بر سلامت روان دانش- آموزان کم شنوا که توسط عاشوری و همکاران (۱۳۹۱، ص ۴۸) انجام شده نیز از آن جمله موارد است و یا پژوهش رحیمیان بوگر و همکاران (۱۳۹۲، ص ۲۳) که به بررسی تأثیر مهارت های زندگی بر سلامت عمومی دانشجویان پرداخته اند. پژوهش، صدر محمدی (۱۳۹۰، ص ۱۰۳) و اعظمی و همکاران (۱۳۹۱، ص ۲۷) نیز از این مواردند.

در برخی مطالعات؛ مهارت های زندگی به عنوان متغیری وابسته مورد بررسی قرار گرفته است، از آن جمله پژوهش های صحرائیان و همکاران (۱۳۹۱، صص ۹۱-۱۰۰) می باشد که هدف خود را بر تأثیر مدل توانمند سازی بلوم در ارتقای مهارت های زندگی دانش آموزان دختر پایه سوم دبیرستان جهرم نهاده اند و معتقدند که به کار گیری مدل توانمندسازی بلوم با داشتن مؤلفه ای چون تقویت سیستم حمایتی در خانواده، محیط مدرسه و جامعه، در کنار آموزش به دانش آموزان، می تواند در ارتقای مهارت های زندگی مؤثر باشد.

برخی پژوهش های انجام شده به شیوه ای متفاوت از آنچه بیان گردید صورت پذیرفته است. از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره نمود؛

پژوهشی دیگر تحت عنوان نیازسنجی مهارت های زندگی دانش آموزان دبستان شهرستان بم انجام داده که در این پژوهش به منظور دستیابی به مهارت های مورد نیاز دانش آموزان همچنین اولویت بندی مهارت ها می- باشد جهانی (۱۳۸۵، ۱۱).

بررسی نگرش ها و میزان آگاهی دانشجویان از مفهوم مهارت های ده گانه زندگی عنوان دیگری است که احدی (۱۳۸۶، ص ۱۰) انجام داده است. هدف این پژوهش بررسی آگاهی و نگرش های دانشجویان تحصیلات تکمیلی از مفهوم مهارت های ده گانه زندگی و بررسی ساختار روابط علمی آگاهی و نگرش آنان از مفهوم مهارت های زندگی با توجه به مؤلفه های سازمان جهانی بهداشت است. نتایج این پژوهش عبارت است از: ۱) بین میزان آگاهی دانشجویان مجرد و متأهل از مفهوم مهارت های زندگی تفاوت وجود ندارد (۲) بین میزان آگاهی سه گروه سنی دانشجویان از مفهوم مهارت های زندگی تفاوت وجود ندارد. (۳) بین دانشجویان دوره تحصیلات تکمیلی با سابقه شهری و روستایی از لحاظ میزان آگاهی از مفهوم مهارت های زندگی تفاوت وجود ندارد. (۴) بین آگاهی دانشجویان

به‌طورکلی پژوهش‌های بشمارای در ارتباط با مهارت‌های زندگی انجام شده است که در برخی از این پژوهش‌ها به تعدادی از شاخص‌های مهارت‌های زندگی توجه شده است؛ از آن جمله می‌توان به این پژوهش‌ها اشاره نمود: پژوهش در زمینه مصرف سوء مصرف مواد نشان داده که سه عامل مهم باسوء مصرف مواد رابطه دارند که عبارت اند از عزت نفس ضعیف، ناتوانی در بیان احساسات و فقدان مهارت‌های ارتباطی ( مک دونالد و همکاران<sup>۱</sup>، ۱۹۹۱، صص ۱۲۸-۱۱۸)، همچنین مطالعات زیادی دلالت بر آن دارند که بین عزت نفس ضعیف و سوء مصرف الکل و دارو (سینگ و مصطفی<sup>۲</sup>، ۱۹۹۴) بی‌بند و باری جنسی (کدی<sup>۳</sup>، ۱۹۹۲، ۸۸۸) رابطه وجود دارد. دورلاک و جیسون<sup>۴</sup> در ۱۹۷۷ برنامه ای متشکل از آموزش مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های رفتاری را اجرا کردند. دورلاک در ۱۹۸۰ به مقایسه روش آموزش مهارت‌های اجتماعی یا مشاوره-ای مبتنی بر ایجاد مهارت‌های ارتباطی مبادرت کرد و با توجه به الگوی PMHP<sup>۵</sup> از میان ۲۲۶ کودک کلاس-های اول تا سوم یک مدرسه ابتدایی به گزینش کودکان در معرض خطر به شیوه نرمال‌گری پرداختند و ۶۴ کودک به علت کمرویی، گوشه‌گیری یا رفتارهای در معرض خطر ناسازگاری در مدرسه شناسایی شدند و به دو گروه گواه و آموزش تقسیم شدند. یافته‌ها حاکی از آن است که کودکان شرکت کننده در آموزش مهارت‌های اجتماعی در مقایسه با کودکان گواه در پذیرش جامعه سنجی بهبودی معنادارتر به دست آوردند. در این زمینه اسمیت<sup>۶</sup> (۲۰۰۴) نیز نشان داده که آموزش مهارت‌های زندگی به طور قابل توجهی منجر به کاهش مصرف الکل و موادمخدر در جوانان می‌گردد. در سال ۲۰۰۵ اسمیت وگری نیز بیان داشتند که آموزش

زن و مرد از مفهوم مهارت‌های زندگی تفاوت وجود ندارد. (۵) بین میزان آگاهی دانشجویان دوره‌ی دکتری و کارشناسی ارشد از مفهوم مهارت‌های زندگی تفاوت وجود ندارد. پژوهشی نیز تحت عنوان شناسایی و اولویت‌یابی مهارت‌های زندگی مورد نیاز بزرگسالان برای لحاظ کردن در برنامه‌های درسی مدارس توسط فتحی و اجارگاه و همکاران (۱۳۸۷، صص ۱۰۰) انجام پذیرفته است. نتایج تحقیقات نشان داد که تمامی ۶ گروه مهارت‌های زندگی تعیین شده (مهارت‌های ذهنی-شناختی، مهارت‌های فردی-زیستی، مهارت‌های ارتباطات میان فردی، مهارت‌های محل کار، مهارت‌های زندگی خانوادگی و مهارت‌های شهروندی) به منزله‌ی نیازهای آموزشی بزرگسالان، مهم و اساسی ارزیابی شده‌اند. در این میان شهروندی و فردی-زیستی بیشترین اولویت را به خود اختصاص داده‌اند.

پژوهشی دیگر که بر روی میزان و ارزیابی خودمهارت‌های زندگی متمرکز شده است، پژوهش نیاز آذری و همکاران (۱۳۸۹، صص ۳۳) می‌باشد که هدف خود را بر ارزیابی مهارت‌های زندگی میان دانشجویان دانشگاه آزاد ساری متمرکز نموده‌اند. نتایج پژوهش فوق حاکی از برخورداری جامعه‌ی مورد نظر از مهارت‌های زندگی می‌باشد.

عابدینی بلترک و منصور (۱۳۹۰) نیز در پژوهش خود به بررسی و تحلیل آموزش مهارت‌های زندگی در کتاب‌های درسی پرداخته‌اند. مؤلفه‌های مورد بررسی؛ آموزش مهارت‌های حل مسأله، مهارت‌های ارتباط بین فردی و آموزش تفکر انتقادی را در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی بوده است و نتایج آن حاکی از توجهی اندک محتوای کتب در ارتباط با هریک مؤلفه‌ها می‌باشد.

4 .Durlak And Jason  
5 . Primary Mental Health Program  
6 .Smith

1 .Mac Donald etal &  
2 . Singh And Mustapha  
3 . Keddie

مهارت های زندگی، اثر معنی داری بر توانایی های رهبری و مدیریت در جوانان دارد.

## هدف پژوهش

باشد. تعداد نمونه بر اساس جدول نمونه‌گیری نمونه-گیری مرگان ۳۸۲ بدست آمد که؛ ۴۰۰ پرسشنامه پخش گردید که ۱۰ پرسشنامه بازگشت داده نشد و ۳۹۰ پرسشنامه جمع‌آوری گردید. روش انتخاب نمونه‌های این پژوهش نیز بصورت تصادفی ساده بوده است.

هدف اصلی پژوهش حاضر ارزیابی مهارت‌های زندگی دانشجویان دانشگاه مازندران با تأکید بر نقش برنامه‌های درسی می‌باشد.

## فرضیه‌های پژوهش

- ۱) برنامه‌های درسی دانشگاه توانسته است دستیابی به مهارت‌های زندگی در میان دانشجویان را تقویت نماید
- ۲) بین دانشجویان دانشکده‌های مختلف از لحاظ تأثیر برنامه‌های درسی بر مهارت‌های زندگی آنها تفاوت معنی داری وجود دارد.

## روش پژوهش:

روش این پژوهش، از نوع توصیفی-پیمایشی می‌باشد. از پرسشنامه به‌عنوان یکی از ابزارهای اصلی جمع‌آوری اطلاعات، با توجه به نظر سنجی از خبرگان بهره‌گرفته شده است.

## جامعه و نمونه آماری

در این پژوهش جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان دختر و پسر واقع دانشگاه مازندران واقع در پردیس دانشگاه شامل دانشجویان دانشکده‌های علوم پایه [شامل دانشکده شیمی و علوم پایه]، علوم انسانی و اجتماعی، علوم اقتصادی و اداری، حقوق و علوم سیاسی، هنر و معماری و تربیت بدنی در سال تحصیلی ۱۳۹۱ - ۱۳۹۰ می‌باشد که جمعا "۸۰۶۲" نفر می‌-

## سنجش روایی و پایایی پرسشنامه:

### - سنجش پایایی پرسشنامه

میزان ثبات یک آزمون در اندازه‌گیری موضوع مورد نظر طی دوره‌های زمانی مختلف، پایایی آزمون نامیده می‌شود (مهر علیزاده و چینی پرداز، ۱۳۸۴). با توجه به اینکه امروزه در اکثر تحقیقات برای محاسبه پایایی ابزار، از روش آلفای کرونباخ استفاده می‌شود، در این تحقیق

## روش گردآوری اطلاعات:

بر اساس مطالعات کتابخانه‌ای و مصاحبه با اشخاص ذیصلاح برای جمع‌آوری داده از یک پرسشنامه ۲۰ سؤالی بر اساس مقیاس لیکرت طراحی و در اختیار دانشجویان قرار گرفت.

## شیوه تجزیه و تحلیل داده‌ها

تجزیه و تحلیل داده‌ها در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی با استفاده از نرم افزار SPSS انجام شده است. در بخش آمار توصیفی از شاخص‌های آماری نظیر فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار استفاده شده است. و در سطح آمار استنباطی متناسب با سطح سنجش داده‌ها از آزمون‌های آماری زیر استفاده شده است: آزمون کولموگراف-اسمیرنوف (به منظور تعیین توزیع نمرات و اینکه آیا نمرات از توزیع نرمال پیروی می‌کند؟)، آزمون تی-زوجی (برای مقایسه نظرات دو گروه در مورد هر یک از عوامل تحقیق)، آزمون همبستگی اسپیرمن (برای تعیین وجود یا عدم وجود رابطه بین متغیرهای مورد بررسی) و آزمون رتبه بندی فریدمن (برای تعیین اولویت عوامل پژوهش) استفاده شده است.

نیز از این روش برای محاسبه پایایی پرسشنامه استفاده شده است. این روش برای محاسبه هماهنگی درونی ابزار اندازه‌گیری از جمله پرسشنامه‌ها به‌کار می‌رود. برای محاسبه ضریب آلفای کرونباخ از نرم افزار SPSS استفاده شده است که نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است:



جدول ۱. توزیع فراوانی تعداد دانشجویان در دانشکده های پردیس به تفکیک جنسیت

ردیف	دانشکده	تعداد دانشجویان به تفکیک جنسیت		تعداد نمونه به تفکیک جنسیت	
		دختر	پسر	دختر	پسر
۱	دانشکده علوم انسانی و اجتماعی	۱۷۲۹	۴۴۹	۶۰	۳۰
۲	دانشکده علوم پایه <sup>۱</sup>	۱۴۰۶	۶۶۲	۵۰	۴۰
۳	دانشکده اقتصاد و علوم اداری	۱۲۹۱	۷۲۰	۵۰	۴۰
۴	دانشکده حقوق و علوم سیاسی	۵۲۹	۳۰۱	۳۰	۲۰
۵	دانشکده هنر و معماری	۳۸۹	۱۵۵	۳۰	۲۰
۶	دانشکده تربیت بدنی	۲۹۰	۹۱	۱۵	۵
۷	مجموع	۵۶۳۴	۲۳۷۸	۲۳۵	۱۵۵

جدول ۲. نتایج میزان ضریب اعتبار پرسشنامه ها (آلفای کرونباخ)

پرسشنامه	تعداد متغیر	تعداد پرسشنامه	ضریب آلفای کرونباخ
دانشجویان	۳	۳۹۰	۰/۸۴

### سنجش روایی (اعتبار) پرسشنامه

روایی با طرح این پرسش همراه است که آیا ابزار سنجش واقعاً مفهوم مورد نظر را می سنجد یا نه (بیکر، ۱۳۸۱ به نقل از عابدینی بلترک و نیلی، ۱۳۹۳، ص ۱۴). برای تعیین اعتبار پرسشنامه، روش های متعددی وجود دارد که یکی از این روش ها، اعتبار محتوا می باشد. اعتبار محتوای یک آزمون معمولاً توسط افرادی متخصص در موضوع مورد مطالعه تعیین می شود. بنابراین جهت تعیین اعتبار محتوای این پرسشنامه ها نیز چند تن از اساتید صاحب نظر در رشته های جامعه شناسی و علوم تربیتی نظرخواهی شد و پرسشنامه ها مورد تأیید آنها قرار گرفتند.

### یافته ها

در بررسی فرضیه مبنی بر اینکه "برنامه های درسی دانشگاه توانسته است مهارت های زندگی دانشجویان را تقویت و تحکیم بخشد" فرضیه  $H_0$  می گوید برنامه

های درسی نتوانسته است مهارت های زندگی دانشجویان را تقویت و تحکیم بخشد. با توجه به جدول شماره (۳) و بر اساس آزمون غیر پارامتری دو جمله ای،  $\text{sig}$  برابر با  $۰,۰۰۱$  می باشد، پس فرضیه  $H_0$  مبنی بر تأثیر مثبت برنامه های درسی دانشگاه بر مهارت های زندگی دانشجویان رد می شود. در بررسی فرضیه دوم مبنی بر اینکه "در بین دانشجویان دانشکده های مختلف از لحاظ تأثیر برنامه های درسی بر مهارت های زندگی آنها تفاوت معنی داری وجود دارد؛ فرضیه  $H_0$  می گوید رابطه معنی داری وجود ندارد. در مقابل فرض  $H_1$  می گوید رابطه معنی دار هست. با توجه به جدول شماره (۴) و بر اساس آزمون پیرسون و اسپیرمن فرضیه  $H_0$  تأیید می شود، چرا که  $\text{Sig}$  در آزمون پیرسون  $۰,۶۳۲$  می باشد و بر اساس آزمون اسپیرمن برابر با  $۰,۳۲۶$  می باشد. پس بین فضاهای فرهنگی دانشکده ها و تأثیر آن بر مهارت های زندگی دانشجویان بر اساس جدول زیر تفاوت معنی داری دیده نمی شود.

جدول شماره ۳. آزمون غیر پارامتری نسبت

**Binomial Test**

		Category	N	Observed Prop.	Test Prop.	Asymp. Sig. (2-tailed)	Exact Sig. (2-tailed)
maharat	Group 1	≤ 3	175	.60	.50	.001 <sup>a</sup>	.001 <sup>a</sup>
	Group 2	> 3	119	.40			
Total			294	1.00			

جدول شماره ۴. آزمون پیرسون و اسپیرمن

**Symmetric Measures**

		Value	Asymp. Std. Error <sup>a</sup>	Approx. T <sup>b</sup>	Approx. Sig.	Monte Carlo Sig.		
						Sig.	95% Confidence Interval	
							Lower Bound	Upper Bound
Interval by Interval	Pearson's R	-.028	.064	-.482	.630 <sup>c</sup>	.632 <sup>d</sup>	.622	.641
Ordinal by Ordinal	Spearman Correlation	-.058	.064	-.985	.325 <sup>c</sup>	.326 <sup>d</sup>	.317	.335
N of Valid Cases		294						

**نتیجه گیری**

بهداشت روان آماده نمود. در راستای این طرح برنامه آموزش مهارت‌های زندگی در کشورهای مختلف از جمله کشور ما، برنامه ریزی شده و در دست اجرا می‌باشد. مهارت‌های زندگی به عنوان مقوله‌ی مهم و اساسی و به-عنوان یکی از کارکردهای آموزش و پرورش به حساب می‌آید. در این راستا آموزش عالی از طریق برنامه‌های درسی و فضای فرهنگی دانشگاه می‌تواند در ارتقای آن و هم در تضعیف آن عمل نماید. لذا با توجه به نتایج تحقیق حاضر که نشان می‌دهد که دانشگاه نتوانسته مهارت‌های زندگی را در میان دانشجویان افزایش دهد.

براساس فرضیه‌ی نخست پژوهش " برنامه‌های درسی دانشگاه نتوانسته است دستیابی به مهارت‌های زندگی در میان دانشجویان را تقویت و تحکیم بخشد؛" باید بیان نمود که متأسفانه آموزش عالی برخی از مؤلفه‌ها را بویژه نه تنها تقویت نکرده بلکه روند معکوس نیز داشته است و به نظر می‌رسد دانشگاه تنها نتوانسته تا حدی مهارت‌های اجتماعی، ارتباطات بین فردی و مهارت‌های شهروندی را در دانشجویان محقق سازد. لازم به ذکر است که باتوجه به نتایج بدست آمده، برنامه‌های درسی دانشگاه تأثیر چندانی بر مهارت‌های فردی و زیستی دانشجویان نیز ندارد و به

امروزه همگام با توسعه زندگی شهرنشینی و فرایند صنعتی شدن فزاینده کشورهای در حال توسعه آموزش و تربیت کودکان به نحو فزاینده‌ای از خانواده‌ها به نهادهای آموزشی سپرده می‌شود و این در حالی است که همواره جهت‌گیری آموزش این نهادها بر ارائه‌ی اطلاعات و دانش معطوف بوده است و به همین دلیل کودکان ما از یادگیری مهارت-هایی که در زندگی روزمره به آنها نیاز دارند، محروم می-مانند. بنابراین شاهد آن هستیم که بسیاری از افراد در رویارویی با مشکلات، آسیب پذیرند و در زندگی روزمره فاقد توانایی‌های لازم و اساسی هستند (پالاهنگ، ۱۳۷۸، ص ۴۵). از طرفی بشر از دیرباز می‌دانسته که اگر بخواهد با مشکلات و مقتضیات زندگی به طور صحیح مقابله کند، نیازمند تسلط بر علوم و مهارت‌هایی فراتر از مهارت‌های متداول و علوم جاری می‌باشد. بنابراین حرکت " مهارت-های زندگی" در اواسط دهه هشتاد در کشورهای غربی شکل گرفت و از آن پس در بیشتر کشورهای پیشرفته و در حال توسعه گسترش یافت. برای اولین بار سازمان جهانی بهداشت در سال ۱۹۹۳ برنامه مدونی تحت عنوان آموزش مهارت‌های زندگی در جهت پیشگیری اولیه و ارتقای

نظر می‌رسد دانشگاه در ارتقای مهارت‌های ذهنی و شناختی نیز موفقیت چندانی نداشته است. در این جا لازم است که دست اندرکاران برنامه‌درسی در طراحی برنامه‌درسی مهارت های زندگی و مؤلفه‌های آن را لحاظ نمایند.

نتایج بدست آمده با توجه به فرضیه‌ی پژوهش مبنی بر اینکه "بین دانشجویان دانشکده‌های مختلف از لحاظ تأثیر برنامه‌های درسی بر مهارت‌های زندگی آنها تفاوت معنی‌داری وجود دارد"، می‌توان گفت که دست‌یابی به مهارت‌های زندگی در میان دانشکده‌های پردیس دانشگاه مازندران تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. به‌طور کلی می‌توان عنوان نمود که دانشگاه و برنامه‌های درسی در ارتقای مهارت‌های زندگی میان دانشجویان موفق نبوده است.

تحقیقات گسترده‌ای که در ارتباط با مهارت‌های زندگی انجام شده هرکدام به نوعی بیانگر اهمیت این موضوع بوده است. همگی پژوهش‌های انجام شده متفق القول هستند که آموزش مهارت‌های زندگی نقش مهمی در زندگی افراد داشته و تأثیرات قابل توجهی دارد. نکته قابل توجه آن است که پژوهشی به‌طور مستقیم در ارتباط با پژوهش حاضر باشد و نقش برنامه‌های درسی را بسنجد، بسیار اندک بوده است و اکثر پژوهش‌ها به صورت غیر مستقیم است، پژوهش‌هایی که به بیان تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر ابعاد مختلفی همچون؛ بهداشت روانی، سلامت عمومی و... پرداخته‌اند و بر این اساس با نتایج به‌دست آمده از این پژوهش، همخوانی ندارد؛ به‌عنوان نمونه می‌توان به پژوهش‌های ناصری و نیک پرور (۱۳۸۳)، رحیمیان بوگر و همکاران (۱۳۹۲، صص ۳۴-۲۳) اشاره نمود.

برخی پژوهش‌ها، مهارت‌های زندگی را به‌عنوان متغیر مستقل در نظر آورده و اثر آن را بر متغیری دیگر سنجیده‌اند، مانند پژوهش ناصری و نیک پرور (۱۳۸۳) که به بررسی اثربخشی مهارت‌های زندگی بر بهداشت روانی دانشجویان پرداخته و از این منظر با پژوهش فوق متفاوت است زیرا پژوهش حاضر به‌عنوان متغیری وابسته در نظر گرفته شده و اینکه برنامه‌های درسی چه تأثیری بر روی آن می‌تواند داشته باشد، هدف بوده است.

تنها پژوهش‌هایی که به‌طور مستقیم بتوان نام برد که برنامه‌های درسی و مهارت زندگی مورد بررسی بوده است، پژوهش فتحی واجارگاه و همکاران (۱۳۸۷، ص ۶۹) بوده که به شناسایی و اولویت‌یابی مهارت‌های زندگی مورد نیاز بزرگسالان برای لحاظ کردن در برنامه‌های درسی مدارس پرداخته است. پژوهش دیگر، تحلیل محتوای کتاب‌های درسی بر اساس مهارت‌های زندگی می‌باشد که در حیطه‌ی برنامه‌درسی می‌گنجد که توسط عابدینی بلترک و منصور (۱۳۹۰) انجام شده است که با نتایج پژوهش حاضر همخوانی دارد.

برخی پژوهش‌ها نیز، مهارت‌های زندگی را تفکیک نموده و بر روی بخشی از مهارت‌های مطرح در آن متمرکز شده‌اند مانند؛ خودآگاهی، کنترل خشم، حل مسأله و... که از این منظر به پژوهش حاضر شباهت دارد، زیرا در این پژوهش تمرکز بر روی مهارت‌های بین فردی و ارتباطات اجتماعی، مهارت های ذهنی و شناختی، مهارت‌های فردی و زیستی و مهارت شهروندی بوده است.

### منابع

- نیاز آذری، کیومرث؛ عمویی، فتنه؛ مداح، محمد تقی و بریمانی، ابوالقاسم (۱۳۸۹). ارزیابی مهارت‌های زندگی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، فصلنامه روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد تنکابن، (۱) ۳، ۴۶-۳۳.
- احدی، سحر (۱۳۸۶). بررسی نگرش‌ها و میزان آگاهی دانشجویان دوره تحصیلات تکمیلی از مفهوم مهارت‌های ده گانه زندگی از دانشگاه‌های دولتی تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی.
- ادیب، یوسف (۱۳۸۲). طراحی الگوی مناسب برنامه‌درسی مهارت‌های زندگی برای مدارس راهنمایی، رساله دکتری دانشگاه تربیت مدرس.
- اعظمی، محمود؛ جعفری، علیرضا و کریمی، ناهید (۱۳۹۱). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی در افزایش خلاقیت کودکان دبستان، (۲) ۳، ۴۳-۲۷.
- آقاجانی، مریم (۱۳۸۱). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روان و منبع کنترل نوجوانان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی: دانشگاه الزهرا .

- نیازمند ایجاد تحولی بنیادین، همایش تحول بنیادین برنامه درسی، ایران: مشهد .
- عابدینی بلترک، میمنت و نیلی، محمدرضا (۱۳۹۳). تحلیل جایگاه سازنده-گرایی به عنوان رویکرد نوین یادگیری در کتاب-های درسی دوره ابتدایی، مجله پژوهش در برنامه-ریزی درسی دانشگاه آزاد خوراسگان، (۱۳) ۱۱، صص ۱۷-۶.
- عاشوری، محمد؛ جلیل آبکنار، سیده سمیه؛ حسن زاده، سعید و پور محمدرضا، تجربی، معصومه (۱۳۹۱). اثر بخشی آموزش مهارت زندگی بر سلامت روان دانش-آموزان کم شنوا، مجله توانبخشی، (۱۳) ۴، صص ۵۷-۴۸.
- فتحی واجارگاه، کوروش؛ عارفی، محبوبه؛ اسفندیاری، توران (۱۳۸۷). شناسایی و اولویت یابی مهارت-های زندگی مورد نیاز بزرگسالان برای لحاظ کردن در برنامه-های درسی مدارس، فصلنامه تعلیم و تربیت، ۲۴، صص ۶۹-۱۰۱.
- فرمehنی فراهانی، محسن و پیداد، فاطمه (۱۳۹۱). مهارت-های زندگی (چاپ دوم)، تهران: فروزش.
- قاسمی زرگر، فهیمه (۱۳۸۵). تحلیل محتوای کتاب-های درسی دوره متوسطه بر اساس مؤلفه های مهارت-های زندگی، رساله کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، تهران: دانشگاه الزهرا.
- کلینکه، کریس ال (۱۳۸۴). مهارت-های زندگی، ترجمه: شهرام محمد خانی، تهران: سپند هنر.
- ناصری، حسین؛ نیک پرور، ریحانه. (۱۳۸۳). بررسی اثربخشی آموزش مهارتهای زندگی بر بهداشت روانی دانشجویان. دومین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان.
- Durlok.A And Jason, L. A (1989). Prevention Programs For School Age Children And Adolescents, NewYork Application Edited, Pp 103-123.
- Kadish . T.E and Glaser. B.A and Calhoun.G.B and Ginty .E.J. (2001) Identifying the Developmental Strengths of Juvenile Offenders: Assessing Four Life-Skills Dimensions, journal of addictions and offender counseling, 21(2), Pp 85-95.
- Keddie, A.M (1992). Psychosocial factors associated with teenage pregnancy in Jamaica, Adolescence , 27(108), Pp 873-890.
- Mac-Donald L.,Bradish,D.C.,Billingham,S.,Dibble,N.and Rice , C. (1991).Families and schools together
- بابادی، امین و مشکانی، محمد(۱۳۹۰). مقیاس مهارت های زندگی: تدوین و هنجاریابی، ابزاری معتبر برای سنجش مهارت های زندگی دانش آموزان ابتدایی، مطالعات روانشناسی تربیتی(سیستان)، ۴، ۲۲-۱.
- پالاهنگ، حسن (۱۳۷۸). آموزش مهارت-های اجتماعی و ارتباطی، تهران: آونگ.
- پور حیدری، سپیده؛ باقریان، فاطمه؛ دوست کام، محسن و بهادرخان، جواد(۱۳۹۲). تأثیر آموزش مهارت-های زندگی بر رضایت جنسی و زناشویی در زوج های جوان. (۱) ۱۴، صص ۲۲-۱۴.
- جهانی، شیوا(۱۳۸۵). نیازسنجی مهارت-های زندگی دانش آموزان دبستانی شهرستانهای بم، رساله کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، تهران: دانشگاه الزهرا.
- رحیمیان بوگر؛ اسحق؛ محمدی فر، محمد؛ علی نجفی، محمود و دهشیری، غلامرضا(۱۳۹۲). تأثیر مهارت-های زندگی بر سلامت عمومی دانشجویان، دانشور، (۲۰) ۸، صص ۳۴-۲۳.
- السادات اسدی، مهدیه؛ آقایی، اصغر و آتش پور، سید حمید(۱۳۹۰). تأثیر آموزش مهارت-های زندگی بر هوش معنوی دانش-آموزان دختر دبیرستانی، (۳) ۹، ۳۱-۲۱.
- سازمان جهانی بهداشت (۱۹۹۳). برنامه آموزشی مهارت-های زندگی، ترجمه: ربابه نوری قاسم آبادی، تهران، سازمان بهزیستی کشور: معاونت امور فرهنگی و پیشگیری.
- صحراپیان، مریم؛ صلحی، مهناز و حقانی، حمید(۱۳۹۱). تأثیر مدل توانمندسازی بلوم در ارتقای مهارت-های زندگی دانش آموزان دختر پایه سوم دبیرستان جهرم، مجله تخصصی پژوهش و سلامت، (۲) ۱، ۱۰۰-۹۱.
- صدر محمدی، رضوان؛ کلانتری، مهرداد و مولوی، حسین(۱۳۹۰). اثر بخشی آموزش مهارت-های زندگی بر سلامت ذهنی دختران نوجوان: گزارش کوتاه، مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۱۰ (ویژه نامه)، ۱۰۸-۱۰۳.
- طارمیان، فرهاد (۱۳۷۸). مهارت-های زندگی ( تعاریف و مبانی نظری، فصلنامه ژرفای تربیت، سال اول، شماره ع ، صص ۴۸-۲۵.
- عابدینی بلترک، میمنت و منصور، سیروس (۱۳۹۰). آموزش مهارت-های زندگی در کتاب-های درسی؛

: An innovative Substance abuse prevention program, Social work in Education,(3)2,Pp 118-128.

- Singh, h., Mustapha, N(1994). Some factors associated with Substance abuse among Secondary school Students in Trinidad and Tobago, Journal of drug Education, 24.

- Smith, E.A. (2004). Evaluation of life skills training and in Fused – life skills Training in a rural setting: out comes at two years. Journal of Alcohol and Drugs, 32.

- WHO(1993). Life Skills Training Program, Translate: Robabeh Nori Ghasemabadi, Tehran: Welfare state(Persian).

---

Quarterly Journal of Educational Psychology

Islamic Azad University Tonekabon Branch

Vol. 6, No. 1, spring 2015, No 21



Journal of Educational  
Psychology

---

## Assessment of life skills with emphasis on the role of Mazandaran University Curriculum

Nasrin Javan<sup>1</sup>, Meimanat Abedini Baltork<sup>1\*</sup>, Sirus Mansoori<sup>2</sup>, Somayeh Yonesi Khangahi<sup>3</sup>

1) M.A of Psychology, Islamic Azad University, Yazd, Iran

2) PhD Student, Department of Education, School of Psychology and Education, University of Isfahan, Isfahan, Iran

3) PhD Student, Department of Education, School of Psychology and Education, University of Shiraz, Shiraz, Iran

4) Teacher in Babol

\*Corresponding author: [abedini.gilan@gmail.com](mailto:abedini.gilan@gmail.com)

---

### Abstract

Despite deep cultural change and change of life styles, many people faced with life issues, are lack ability necessary and this matter is injury the same faced to problems of everyday life. Research shows that they deal human stained individuals to set their many abilities have to. So the main purpose of this research, assessment of curriculum on student's life skill in university. Life skills required in this research, interpersonal communication skills, social, mental and cognitive skills, interpersonal skills and life skills and citizenship. Used method is in descriptive-survey. Questionnaire is also used for data collection. Result of this study indicate that somewhat since social communication skills, interpersonal skills, and citizenship has been realized Intellectual skills, cognitive skills among individual and university students had little success. In addition to life skills significant difference between them, but gender variable no such thing.

**Key words:** Life skills, Curriculum, Students.

---