



### Analysis and evaluation of elementary school textbooks (Farsi, Negaresh Farsi and Olom Tajrobi) in terms of attention to communication skills training and adaptive coping

Aboubakr Karimi

Ph.D in Educational Management and Ph.D Candidate in Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, Kish International Branch, Islamic Azad University, Kish Island, Iran

#### Abstract

The goal is to analyze the content of elementary school textbooks based on Communication skills and adaptive coping. The research is of a qualitative type using the content analysis method. The research population is Persian books, Persian writing and experimental sciences. The measurement tool was a checklist made by the researcher based on the background whose validity was verified by experts and its reliability was verified by Scott method (89.5) and reproducibility technique (inter-coder reliability). The data from the content analysis were analyzed using the three Shannon entropy steps. The unit of analysis is the phrase. The highest attention with 182 frequencies (32.6%) is related to the skill of "ability to establish adaptive interpersonal relationships" and the lowest attention with 108 times (19.3%) is related to the skill of "ability to cope with stress". Then, 148 times (26.5%) the skill of "ability to communicate effectively with others" and 120 times (21.6%) the skill of "ability to cope with emotions" have been considered in elementary school textbooks, respectively. In the above books, the highest importance factor is related to the skill of "ability to communicate effectively with others" (0.1739) and the lowest importance factor is related to "ability to cope with stress" (0.1465). The most attention to the total life skills is related to the book "Persian" with 214 frequencies (38.4%) and the least attention to the total life skills is related to the book "Persian writing" with 155 frequencies (27.7%). Based on the findings, The reviewed books have taught adaptive coping and communication skills, but there is a difference between the amount of attention paid to each component of the skills and in different books.

**Keywords:** content analysis; Persian textbooks, Persian writing, experimental sciences; primary school; Communication skills and adaptive coping.

### تحلیل و ارزیابی کتاب‌های (فارسی، نگارش فارسی و علوم تجربی) دوره ابتدایی از نظر میزان توجه به آموزش مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران

ابوبکر کریمی \*

دکترای تخصصی مدیریت آموزشی و دانشجوی دکترای روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی بالینی، واحد بین‌المللی کیش، دانشگاه آزاد اسلامی، جزیره کیش، ایران.

#### چکیده

هدف، تحلیل محتوای کتاب‌های دوره ابتدایی، بر اساس مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران است. پژوهش از نوع کیفی به روش تحلیل محتواست. میدان پژوهش، کتاب‌های فارسی، نگارش فارسی و علوم تجربی دوره آموزش ابتدایی (شش‌پایه) سال تحصیلی 99-1398 است. ابزار اندازه‌گیری، چک‌لیست محقق ساخته بر اساس پیشینه بوده که روایی آن با استفاده از نظر صاحب‌نظران و پایایی آن با استفاده از روش اسکات (89/5) و تکنیک تکرارپذیری (پایایی بین کدگذاران)، بررسی و تأیید گردید. داده‌های حاصل از تحلیل محتوا با استفاده از مراحل سه‌گانه آنتروپی شانون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. واحد تحلیل، عبارت است. بیشترین توجه با 182 فراوانی (32.6٪) مربوط به مهارت «توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران» و کمترین توجه با 108 بار (19.3٪) مربوط به مهارت «توانایی روبرویی با استرس‌ها» است. سپس به ترتیب 148 بار (26.5٪) به مهارت «توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران» و 120 بار (21.6٪) به مهارت «توانایی روبرویی با هیجان‌ها» در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی توجه شده است. در کتاب‌های فوق بیشترین ضریب اهمیت مربوط به مهارت «توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران» (0/1739) و کمترین ضریب اهمیت مربوط به «توانایی روبرویی با استرس‌ها» (0/1465) است. بیشترین توجه به مجموع مهارت‌ها مربوط به کتاب «فارسی» با 214 فراوانی (38.4٪) و کمترین توجه مربوط به کتاب «نگارش فارسی» با 155 فراوانی (27.7٪) است. با توجه به یافته‌ها نتیجه گرفته می‌شود که در کتاب‌های بررسی شده به آموزش مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران پرداخته‌اند، اما بین میزان توجه به هر یک از مؤلفه‌های مهارت‌ها و در کتاب‌های مختلف تفاوت وجود دارد.

**واژه‌های کلیدی:** تحلیل محتوا؛ کتاب‌های درسی فارسی، نگارش فارسی، علوم تجربی؛ دوره ابتدایی؛ مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران

## مقدمه

نیازهای زندگی امروز، تغییرات سریع اجتماعی فرهنگی، موقعیت‌های دشوار زندگی، تغییر ساختار خانواده، شبکه گسترده و پیچیده ارتباطات انسانی؛ انسان‌ها را با چالش، استرس‌ها و فشارهای متعددی روبرو نموده که مقابله مؤثر با آن‌ها نیازمند توانمندی‌های روانی-اجتماعی است. طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی (2003) حدود 25 درصد از مردم دارای اختلال روانی قابل تشخیص هستند. در ایران هم بین 10 تا 20 درصد افراد دارای علائم بیماری روانی گزارش شده‌اند. فقدان مهارت‌ها و توانایی‌های عاطفی، روانی و اجتماعی؛ افراد را در مواجهه با مسائل و مشکلات آسیب‌پذیر نموده و آن‌ها را در معرض انواع اختلالات روانی، اجتماعی و رفتاری قرار می‌دهد (Kumar & Krishnamurthy, 2016). این واقعیات باعث شده که صاحب‌نظران و متخصصان حیطه بهداشت روانی در جهان تمام کوشش و توجه خود را حول محور برنامه‌های پیشگیرانه سطح اول و با موضوع مهارت‌های زندگی متمرکز سازند.

افزایش سلامت روانی و جسمی، کمک به تقویت و توسعه ارتباطات دوستانه و پیشگیری از مشکلات و آسیب‌های اجتماعی را به‌عنوان نمونه‌ای از پیامدهای مثبت یادگیری مهارت‌های زندگی نام می‌برند (Wichroski, Zunz & Forshay, 2000). امروزه مداخلات درمانی نشان داده است که بسیاری از نوروژها و سایکوزها ناشی از نقص در رشد مهارت‌های زندگی اساسی است (Darden & Ginter, 1996) درواقع آموزش مهارت‌های زندگی نقش درمانی دارد. علاوه بر این، آموختن و به‌کارگیری مهارت‌های زندگی بر احساس فرد از خود و عزت‌نفس اثر دارد؛ بنابراین نقش مهمی در سلامت روان دارد؛ و افزایش ظرفیت روان‌شناختی فرد، بهداشت و سلامت را در چهار حیطه جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی تأمین می‌نماید. همچنین پژوهش‌های متعدد و گسترده‌ای تأثیر مثبت آموزش مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگارانه زندگی را در افزایش

مهارت‌های مقابله با فشارها و استرس‌ها، برقراری روابط مثبت و مؤثر اجتماعی (Singh & Mustapha, 1994) و توانایی‌های رهبری و مدیریت در جوانان (Smith, Genry & ketring, 2005)، نشان داده است. طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت (2003) مهارت‌های ارتباطی، شامل توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران و توانایی برقراری روابط بین سازگاران و مهارت‌های احساسی و مقابله‌ای، شامل توانایی مقابله با استرس‌ها و توانایی مقابله با هیجان‌ها است.

مهارت توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران<sup>1</sup> به فرد کمک می‌کند به‌صورت کلامی و غیرکلامی و متناسب با فرهنگ جامعه و موقعیت، بتواند نظرها، عقاید، خواسته‌ها، نیازها و هیجان‌های خود را ابراز و به‌هنگام نیاز بتواند از دیگران درخواست کمک و راهنمایی نماید (Atashpour, 2010). روان‌شناسان شیوه‌های ارتباطی انسان‌ها را به سه نوع طبقه‌بندی می‌کنند: سبک ارتباطی منفعلانه، سبک ارتباطی پرخاشگرانه و سبک ارتباطی جراتمندانه. همه ما در موقعیت‌های مختلف به درجات متفاوتی رفتارهای منفعلانه، پرخاشگرانه و جراتمندانه نشان می‌دهیم. مهارت توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه<sup>2</sup> فرایندی است که در آن یک فرد اطلاعات و احساسات خود را از طریق پیام‌های کلامی و غیرکلامی به یک فرد دیگر می‌رساند (Aksoy & Baran, 2015). که این امر نیازمند یادگیری همکاری و مشارکت و انجام کارگروهی، مثبت‌اندیشی و اعتماد به گروه، تشخیص مرزهای بین فردی مناسب، روش‌های دوست‌یابی، روش‌های شروع و خاتمه ارتباطات، اهمیت دادن به نیازها، احساسات و خواسته‌های فرد مقابل و توانایی نه گفتن؛ است. گوش دادن فعال که یکی از اجزاء مهم ارتباط است به معنی نگاه کردن به مسائل از دریچه چشم و ذهن فرد مقابل، است (NutHan, 2015). Liebersen (1987) کنش متقابل اجتماعی را به یک فرایند مرحله‌ای که هر مرحله نیازمند یک مجموعه از مهارت‌های متفاوتی است، تجزیه نموده‌اند. مرحله اول

<sup>2</sup> Inter-personal relation skill

<sup>1</sup> Effective communication skill

نشان داده شود. از نظر ویلیام جیمز، هیجان، تغییرات جسمی و روانی است که مستقیماً به دنبال اداره یک واقعیت تحریک‌کننده حاصل می‌شود. یکی از هیجان‌های پیچیده خشم است. خشم واکنش طبیعی ارگانیسم نسبت به شرایطی است که فرد دچار ناکامی می‌شود. این احساس می‌تواند از یک احساس خفیف ناخوشایند شروع شده و تا یک احساس شدید عصبانیت را در برگیرد. برخی از افراد به شکل منفعلانه، برخی پرخاشگرانه و عده‌ای هم قاطعانه؛ خشم خود را ابراز می‌نمایند.

مدارس نقش مهمی در آموزش مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگارانه به کودکان و نوجوانان دارند (Momeni Mahmouei, Timuri, Rahmanpour, 2012). نیکلس معتقد است که محتواهای بااهمیت باید در کتاب‌های درسی لحاظ شوند. یکی از محتواهای مهم، آموزش مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگارانه به دانش‌آموزان است. بنابراین نظام آموزشی ملزم‌اند، ضمن طرح کردن تصویری وسیع از مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگارانه و تلقی نمودن آن به‌عنوان یک هدف مهم؛ برای پرورش این مهارت‌ها در کودکان و نوجوانان برنامه‌ریزی نمایند (Akyeampong, 2014). از طرف دیگر Adib (2007) اشاره می‌کند که نظام تعلیم و تربیت عمومی کشور در دستیابی به اهداف مربوط به آموزش مهارت‌های زندگی موفق نبوده است. همچنین (Almasri, Smadi, Aqel, Hamed, 2016) دریافتند که آموزش مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگارانه به‌طور تصادفی در میان کتاب‌های درسی انگلیسی توزیع شده‌اند و بالاترین میزان توجه مربوط به مهارت ارتباط مؤثر بود. (Abedini Beltrak and Mansouri, 2011) هم نتیجه گرفتند که کتاب‌های درسی دوره ابتدایی بیشترین توجه خود را بر آموزش مهارت‌های بین فردی داشته‌اند. بنابراین، سؤال اصلی اینست که تا چه اندازه کتاب‌های فارسی، نگارش فارسی و علوم تجربی دوره ابتدایی به آموزش مهارت‌های توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران، توانایی برقراری روابط بین فردی

ارتباط، نیازمند مهارت گیرندگی است که شامل مهارت‌هایی است که برای توجه و درک کردن درست اطلاعات اجتماعی متناسب که در موقعیت‌ها وجود دارد، لازم می‌باشد. در مرحله ی بعدی، نیازمند مهارت پردازش هستیم. برای موفق شدن در مقابله فردی، ما نیازمند به این هستیم که بدانیم می‌خواهیم چه چیزی را به دست آوریم و چگونه می‌توانیم به بهترین وجه آن را کسب کنیم. مرحله سوم از ارتباط، مستلزم مهارت فرستندگی، رفتارهای واقعی درگیر در تبادل اجتماعی هستند. مهارت فرستندگی شامل محتوی کلامی و اینکه چگونه پیام با دیگران ارتباط پیدا می‌کند، می‌باشد.

مهارت توانایی مقابله با استرس‌ها<sup>1</sup> شامل شناخت استرس‌های مختلف زندگی و تأثیر آن بر فرد است. استرس یک واکنش جسمانی، روانی و عاطفی در برابر یک محرک بیرونی است که می‌تواند موجب سازگاری فرد با تغییرات شود. مهارت‌های مبتنی بر عمل؛ که در آن‌ها ما به دنبال روبرو شدن با مشکل استرس‌زا هستیم و موقعیت یا محیط را تغییر می‌دهیم؛ مهارت‌های مبتنی بر عواطف؛ که در آن‌ها ما قدرت تغییر موقعیت را نداریم، اما می‌توانیم با تغییر برداشت و تعبیری که از موقعیت و احساسی که نسبت به آن داریم، استرس موجود را اداره نماییم (Brooks, 2002). مهارت توانایی مقابله با هیجان‌ها<sup>2</sup> فرد را قادر می‌سازد تا هیجان‌ها (غم، خشم، شادی، ...) را در خود و دیگران تشخیص دهد، نحوه تأثیر هیجان‌ها بر رفتار را بداند و بتواند واکنش مناسبی به هیجان‌های مختلف نشان دهد (Thomas, Eleanor, 2012). احساسات و هیجان‌ها یکی از مهم‌ترین اجزای درونی انسان‌ها هستند. هیجان‌ها نوعی پاسخ فیزیولوژیکی هستند که بدن را برای سازگاری آماده می‌سازند. بسیاری از احساسات، غیرواقعی و غیرمنطقی هستند؛ یعنی بی‌دلیل و خودبه‌خود یا بر اساس افکار غلط منتج از سوابق، کج‌فهمی‌ها، ترس، امید یا نیاز بروز می‌کنند. مدیریت هیجان‌ها موجب می‌شود که در موقعیت‌های تهدیدکننده و خطرناک رفتار مناسبی از فرد

<sup>2</sup> Coping With Emotions

<sup>1</sup> Opposition to stress skill

سازگاران، توانایی رویارویی با استرس‌ها و توانایی  
 رویارویی با هیجان‌ها توجه نموده و ضریب اهمیت و  
 اولویت‌بندی شاخص‌های این مهارت‌ها چگونه است؟  
 با تکیه بر مبانی نظری و مطالعات پژوهشی انجام‌شده،  
 چارچوب پژوهش به صورت شکل 1 صورت‌بندی شده  
 است.

جدول 1. چارچوب نظری پژوهش

عنوان مهارت	شاخص‌ها	تعدادی از منابع	کتاب‌های تحلیل‌شده
توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران	سؤال پرسیدن بازخورد مناسب	توجه به حرکات بدن (سر و چشم و ابرو)	کتاب‌های فارسی، نگارش فارسی و علوم تجربی شش‌پایه تحصیلی دوره ابتدایی (18 عنوان)
توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران	عضویت در گروه دوست‌یابی و نگهداری دوستان	توانایی نه گفتن	
توانایی رویارویی با استرس‌ها	مدیریت زمان به ورزش	تعدیل سبک زندگی	
توانایی رویارویی با هیجان‌ها	کنار آمدن با موقعیت‌هایی که قابل تغییر نیستند	توجه و آگاهی از اظهار احساسات	
توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران	آشنایی با مفهوم دوستی	همکاری و مشارکت با دیگران	(Pirfiroozjaei, Hashemi, 2017)؛ (Kordooghabi & Sharifi, 2006)؛ (World Health Organization, 2003)
توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران	برنامه‌ریزی و اولویت‌بندی کارها	شناسایی استرس‌های مختلف زندگی	
توانایی رویارویی با هیجان‌ها	رویارویی با هیجان‌های خود و دیگران	شناخت هیجان‌های خود و دیگران	

ثبت؛ جمله و واحد تحلیل نیز صفحات (متن، پرسش‌ها، تمرین‌ها و تصاویر) و روش شمارش نیز فراوانی است. میدان پژوهش این تحقیق را تمامی کتاب‌های فارسی، نگارش فارسی و علوم تجربی پایه اول تا ششم دوره ابتدایی سال تحصیلی 99-1398 تشکیل می‌دهند که جمعاً شامل 18 جلد کتاب (2361 صفحه) است. در این پژوهش تلاش شده تا نتایج با روش «آنتروپی شانون<sup>2</sup>» که برگرفته از نظریه سیستم‌هاست و در بحث تحلیل محتوا نگاه جدیدی به پردازش داده‌ها دارد؛ پردازش شوند. در ابتدا فراوانی مصادیق در محتوای

**روش**  
 پژوهش حاضر اسنادی بوده که به شیوه‌ی تحلیل محتوای<sup>1</sup> توصیفی (کمی) برای بررسی مؤلفه‌های آموزش مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی انجام شده است. در این پژوهش با الهام از مراحل تحلیل محتوای استاکز (2003: 61-63)، مراحل زیر اجرا گردید: تدوین سؤالات، مرور متون و منابع، تعریف موضوع، تعریف مقوله‌ها، تهیه شیوه‌نامه کدگذاری، کدگذاری مقولات، جمع‌آوری داده‌ها، جمع‌آوری یافته‌ها، تفسیر داده‌ها و ارائه پیشنهادها. واحد

<sup>2</sup> Shanon Entropy

<sup>1</sup> Content Analysis

تکنیک تکرارپذیری (پایایی بین کدگذاران) استفاده شده است.

#### یافته‌ها

در جدول 1 توزیع فراوانی میزان توجه به مهارت توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران در کتاب‌های دوره ابتدایی آمده است.

کتاب‌های درسی دوره ابتدایی استخراج شد و در ماتریس تصمیم درج گردید. سپس داده‌های پژوهش در فرایند تحلیلی آنتروپی شانون (بهنجار کردن داده‌های جدول فراوانی، محاسبه بار اطلاعاتی مقوله‌ها و به دست آوردن ضریب اهمیت آن‌ها) تجزیه، تحلیل و توصیف شدند. برای بررسی روایی شاخص‌های انتخاب‌شده مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگارانه، از روایی محتوایی (صوری) و برای تأیید پایایی (قابلیت اعتماد) از فرمول اسکات و

جدول 2. توزیع فراوانی میزان توجه به مهارت توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران در کتاب‌های دوره ابتدایی

عنوان کتاب	مصادیق	بیان صحیح خواسته‌ها	گوش دادن فعال	سؤال پرسیدن	بازخورد مناسب	توجه به حرکات بدن (سر و چشم و ابرو)	جمع
فارسی	اول	2	1	1	1	1	6
	دوم	8	3	5	2	3	21
	سوم	2	1	3	1	1	8
	چهارم	4	3	3	1	2	13
	پنجم	2	2	1	1	1	7
	ششم	2	3	2	1	1	9
	جمع کل شاخص‌ها	20	13	15	7	9	64
نگارش فارسی	اول	1	1	1	1	1	5
	دوم	2	1	2	1	1	7
	سوم	1	1	1	1	1	5
	چهارم	1	1	1	1	1	5
	پنجم	1	1	1	1	1	5
	ششم	2	1	3	2	2	10
	جمع کل شاخص‌ها	8	6	9	7	7	37
علوم تجربی	اول	2	1	2	1	1	7
	دوم	1	2	3	1	1	8
	سوم	3	2	4	1	2	12
	چهارم	3	1	1	2	1	8
	پنجم	2	1	1	1	1	6
	ششم	1	2	1	1	1	6
	جمع کل شاخص‌ها	12	9	12	7	7	47

مقدار بار اطلاعاتی، درجه انحراف، درجه اهمیت و مؤثر با دیگران به شرح جدول 3، است. اولویت هر یک از مصادیق مهارت توانایی برقراری ارتباط

جدول 3. داده‌های بهنجار شده مصادیق مهارت توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران در کتاب‌های دوره ابتدایی

رتبه	درجه اهمیت (Wj)	درجه انحراف (dj)	آنتروپی هر شاخص (Ej)	بی مقیاسی خطی						فراوانی	مصادیق	عنوان کتاب
				ششم	پنجم	چهارم	سوم	دوم	اول			
2	0/2082	0/1712	0/8288	0/10	0/10	0/20	0/10	0/40	0/10	20	بیان صحیح خواسته‌ها	فارسی
1	0/2762	0/2272	0/7728	0/230	0/153	0/230	0/076	0/230	0/076	13	گوش دادن فعال	
4	0/1717	0/1412	0/8588	0/133	0/066	0/20	0/20	0/33	0/066	15	سؤال پرسیدن	
5	0/1705	0/1402	0/8598	0/142	0/142	0/142	0/142	0/285	0/142	7	باز خورد مناسب	
3	0/1733	0/1425	0/8575	0/11	0/11	0/22	0/11	0/33	0/11	9	توجه به حرکات بدن (سر و چشم و ابرو)	
4	0/196	0/187	0/812	0/250	0/125	0/125	0/125	0/250	0/125	8	بیان صحیح خواسته‌ها	نگارش فارسی
5	0/145	0/138	0/861	0/166	0/166	0/166	0/166	0/166	0/166	6	گوش دادن فعال	
1	0/242	0/230	0/769	0/33	0/11	0/11	0/11	0/22	0/11	9	سؤال پرسیدن	
2	0/207	0/197	0/802	0/285	0/142	0/142	0/142	0/142	0/142	7	باز خورد مناسب	
2	0/207	0/197	0/802	0/285	0/142	0/142	0/142	0/142	0/142	7	توجه به حرکات بدن (سر و چشم و ابرو)	
4	0/192	0/135	0/864	0/083	0/166	0/250	0/250	0/083	0/166	12	بیان صحیح خواسته‌ها	علوم تجربی
1	0/235	0/165	0/834	0/22	0/11	0/11	0/22	0/22	0/11	9	گوش دادن فعال	
5	0/172	0/121	0/878	0/083	0/083	0/083	0/33	0/250	0/166	12	سؤال پرسیدن	
2	0/199	0/140	0/859	0/142	0/142	0/285	0/142	0/142	0/142	7	باز خورد مناسب	

رتبه	درجه اهمیت (Wj)	درجه انحراف (dj)	آنتروپی هر شاخص (Ej)	بی مقیاسی خطی						فراوانی	مصادیق	عنوان کتاب
				ششم	پنجم	چهارم	سوم	دوم	اول			
2	0/199	0/140	0/859	0/142	0/142	0/142	0/285	0/142	0/142	7	توجه به حرکات بدن (سر و چشم و ابرو)	

0/164 است.

در کتاب نگارش فارسی، مهم‌ترین شاخص مهارت‌های برقراری روابط بین فردی سازگاران، رویارویی با استرس‌ها و هیجانها به ترتیب «دوست‌یابی و نگهداری دوستان» با درجه اهمیت 0/352؛ «برنامه‌ریزی و اولویت‌بندی کارها» با درجه اهمیت 0/229 و «رویارویی با هیجان‌های خود و دیگران، کنار آمدن با موقعیت‌هایی که قابل‌تغییر نیستند و توجه و آگاهی از اظهار احساسات» با درجه اهمیت 0/214 و کم‌اهمیت‌ترین شاخص‌های مهارت‌های یاد شده به ترتیب «توانایی نه گفتن» با ضریب اهمیت 0/121، «تعدیل سبک زندگی» با ضریب اهمیت 0/160 و «مدیریت خشم» با ضریب اهمیت 0/157 است.

در کتاب علوم تجربی، مهم‌ترین شاخص مهارت‌های برقراری روابط بین فردی سازگاران، رویارویی با استرس‌ها و هیجانها به ترتیب «آشنایی با مفهوم دوستی» با درجه اهمیت 0/292؛ «روی آوردن به ورزش» با درجه اهمیت 0/268 و «شناخت هیجان‌های خود و دیگران» با درجه اهمیت 0/252 است و کم‌اهمیت‌ترین شاخص‌های مهارت‌های یاد شده به ترتیب «توانایی نه گفتن» با ضریب اهمیت 0/129؛ «شناسایی استرس‌های مختلف زندگی، مدیریت زمان و تعدیل سبک زندگی» با ضریب اهمیت 0/182 و «توجه و آگاهی از اظهار احساسات» با

همان‌طور که جدول 2 نشان می‌دهد در کتاب فارسی دوره ابتدایی، مهم‌ترین شاخص مهارت توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران «گوش دادن فعال» با درجه اهمیت 0/2762 و کم‌اهمیت‌ترین شاخص «بازخورد مناسب» با ضریب اهمیت 0/1705 است. در کتاب نگارش فارسی، مهم‌ترین شاخص «سؤال پرسیدن» با درجه اهمیت 0/242 و کم‌اهمیت‌ترین شاخص «گوش دادن فعال» با ضریب اهمیت 0/145 است. در کتاب علوم تجربی، مهم‌ترین شاخص «گوش دادن فعال» با درجه اهمیت 0/235 و کم‌اهمیت‌ترین شاخص «سؤال پرسیدن» با ضریب اهمیت 0/172 است.

همچنین در کتاب فارسی دوره ابتدایی، مهم‌ترین شاخص مهارت توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران «عضویت در گروه» با درجه اهمیت 0/311؛ مهم‌ترین شاخص مهارت توانایی رویارویی با استرس‌ها «برنامه‌ریزی و اولویت‌بندی کارها» با درجه اهمیت 0/269 و مهم‌ترین شاخص مهارت توانایی رویارویی با هیجانها «توجه و آگاهی از اظهار احساسات» با درجه اهمیت 0/261 و کم‌اهمیت‌ترین شاخص مهارت توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران «توانایی نه گفتن» با ضریب اهمیت 0/118؛ کم‌اهمیت‌ترین شاخص مهارت توانایی رویارویی با استرس‌ها «مدیریت زمان و تعدیل سبک زندگی» با ضریب اهمیت 0/149 و کم‌اهمیت‌ترین شاخص مهارت توانایی رویارویی با هیجانها «رویارویی با هیجان‌های خود و دیگران، کنار آمدن با موقعیت‌هایی که قابل‌تغییر نیستند و مدیریت خشم» با ضریب اهمیت

ضریب اهمیت 0/185 است<sup>1</sup>.

جدول 4. توزیع فراوانی میزان توجه به مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای در کتاب‌های فارسی، نگارش و علوم اول تا ششم ابتدایی

مهارت‌ها پایه تحصیلی	توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران	توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه	توانایی رویارویی با استرس‌ها	توانایی رویارویی با هیجان‌ها	جمع
اول	18	22	15	19	74
دوم	36	42	19	25	122
سوم	25	26	20	16	87
چهارم	26	21	16	16	79
پنجم	18	37	17	18	90
ششم	25	34	21	26	106

در مجموع پایه اول 74 بار (13.2٪) به مهارت‌های ارتباط مؤثر، روابط بین فردی سازگارانه، رویارویی با استرس‌ها و هیجان‌ها اشاره کرده است. پایه دوم 122 بار (21.9٪)؛ پایه‌های سوم، چهارم و پنجم به ترتیب 87 (15.6٪)؛ 79 (14.1٪) و 90 مرتبه (16.1٪) و پایه ششم، 106 مرتبه (19٪) به این مهارت‌ها پرداخته است.

جدول 5. میزان توجه به مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگارانه در کتاب‌های دوره ابتدایی به تفکیک کتاب و پایه

عنوان کتاب	مهارت‌ها پایه تحصیلی	توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران	توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه	توانایی رویارویی با استرس‌ها	توانایی رویارویی با هیجان‌ها	جمع درصد
فارسی	اول	6	8	5	5	24
	دوم	21	23	6	10	60
	سوم	8	11	5	5	29
	چهارم	13	6	6	5	30
	پنجم	7	9	7	7	30
	ششم	9	13	8	11	41
	جمع	64	70	37	43	214
درصد	29.9	32.7	17.3	20.1	100	
نگارش فارسی	اول	5	6	5	9	25
	دوم	7	7	6	7	27
	سوم	5	5	6	5	21
	چهارم	5	5	5	5	20
	پنجم	5	8	5	6	24

<sup>1</sup> - برای جلوگیری از حجیم شدن مقاله، از آوردن جدول‌های مربوط به توزیع فراوانی میزان توجه به مهارت‌های توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه، مهارت توانایی رویارویی با استرس‌ها و مهارت توانایی رویارویی با هیجان‌ها در کتاب‌های دوره ابتدایی به تفکیک شاخص‌ها و داده‌های به‌نجا شده شاخص‌های مهارت‌های یاد شده خودداری شده است.

<sup>1</sup> - برای جلوگیری از حجیم شدن مقاله، از آوردن جدول‌های مربوط به توزیع فراوانی میزان توجه به مهارت‌های توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه، مهارت توانایی رویارویی با استرس‌ها و مهارت توانایی رویارویی



عنوان کتاب	مهارت‌ها پایه تحصیلی	توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران	توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران	توانایی رویارویی با استرس‌ها	توانایی رویارویی با هیجان‌ها	جمع درصد
علوم تجربی	ششم	10	12	8	8	24.5
	جمع	37	43	35	40	155
	درصد	23.9	27.7	22.6	25.8	100
علوم تجربی	اول	7	8	5	5	13.2
	دوم	8	12	7	8	18.5
	سوم	12	10	9	6	19.6
	چهارم	8	10	5	6	15.3
	پنجم	6	20	5	5	19
	ششم	6	9	5	7	14.3
	جمع	47	69	36	37	189
	درصد	24.9	36.5	19	19.6	100
	جمع کل	148	182	108	120	558

کتاب نگارش فارسی «ششم» با 38 فراوانی (24.5٪) در علوم تجربی «سوم» با 37 فراوانی (19.6٪) است. بیشترین توجه کتاب‌های فارسی، نگارش فارسی و علوم تجربی به مهارت «توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران» 32.7٪؛ 27.7٪؛ 36.5٪ است.

کتاب «فارسی» در مجموع شش پایه، 214 بار؛ «نگارش فارسی» 155 بار و «علوم تجربی» 189 بار به آموزش مهارت‌های ارتباط مؤثر، بین فردی، رویارویی با هیجان و استرس‌ها پرداخته است. از این تعداد بیشترین توجه در کتاب فارسی «دوم» با 60 فراوانی (28٪) در

جدول 6. جمع‌بندی میزان توجه به مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران در کتاب‌های دوره ابتدایی و تعیین ضریب

#### اهمیت مهارت‌ها

عنوان کتاب / مهارت‌ها	توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران	توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران	توانایی رویارویی با استرس‌ها	توانایی رویارویی با هیجان‌ها	جمع
فارسی	64	70	37	43	214 (38.4%)
نگارش فارسی	37	43	35	40	155 (27.7%)
علوم تجربی	47	69	36	37	189 (33.9%)
جمع فراوانی	148	182	108	120	558
کل درصد	26.5	32.6	19.3	21.6	100
بار اطلاعاتی	0/7715	0/8035	0/8074	0/7927	
درجه اهمیت	0/1739	0/1495	0/1465	0/1577	

عنوان کتاب / مهارت‌ها	توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران	توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران	توانایی رویارویی با استرس‌ها	توانایی رویارویی با هیجان‌ها	جمع
رتبه	1	3	4	2	

اهمیت به‌دست‌آمده نیز 0/1739 (اولویت اول) است. انسان موجودی اجتماعی است و برای ارضای نیازهای گوناگون خود، نیازمند برقراری ارتباط با دیگران است. داشتن یک ارتباط مؤثر، تأثیر مثبتی در زندگی فردی ما دارد و به موفقیت اجتماعی ما کمک می‌کند. مهارت برقراری ارتباط مؤثر، مستلزم درک بهتر نیازها و احساسات دیگران، به شیوه‌ای که فرد بتواند نیازها و احساسات خودش را نیز در میان بگذارد؛ است (Fathi, Ashtiani, Pirzadi, Shokouhi, & Tolaei, 2015). بنابراین آموزش مهارت‌های ارتباطی به کودکان دبستانی یک ضرورت است. با توجه به نتایج حاصل از این تحقیق که بدان اشاره گردید؛ می‌توان بیان نمود که به این مهارت در کتاب‌های درسی توجه خوبی شده است. ویژگی‌های رشدی کودکان در این دوره مثل تکلم در حد مطلوبی پیشرفت کرده و می‌توانند از این مهارت استفاده کنند و از طرف دیگر، کودکان پایه ابتدایی میل به گروه همسالان و عمدتاً هم‌جنس دارند و تأثیرات مثبتی را از همسالان و هم‌بازی‌ها می‌پذیرند. در تشریح این نتیجه می‌توان گفت که کودکان با ورود به مدرسه و یافتن دوستان جدید، در ابتدا نیاز است که روش تعامل با یکدیگر را بیاموزند و برای برقراری ارتباط مناسب با معلمان لازم است که این مهارت در کودکان دبستانی تقویت گردد. هم‌راستا با این یافته، Countess (1934) بیان می‌کند که مهارت اجتماعی و ارتباطی را باید در مدارس به دانش آموزان یاد بدهند. همچنین El Masari et al (2016) در پژوهش خود دریافته‌اند که بالاترین میزان توجه کتاب‌های درسی کشور انگلستان مربوط به مهارت برقراری ارتباط مؤثر است. Pirfirouzjaei (2017) دریافت، به مؤلفه برقراری ارتباط مؤثر بیش از سایر مؤلفه‌ها در کتاب فارسی دوره

در کلیه صفحات کتاب‌های دوره ابتدایی 558 بار به موضوع مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران پرداخته شده که از این تعداد؛ بیشترین توجه با 182 فراوانی (32.6٪) مربوط به مهارت «توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران» و کمترین توجه با 108 بار (19.3٪) مربوط به مهارت «توانایی رویارویی با استرس‌ها» است. سپس به ترتیب 148 بار (26.5٪) به مهارت «توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران» و 120 بار (21.6٪) به مهارت «توانایی رویارویی با هیجان‌ها» در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی توجه شده است. همچنین بیشترین توجه به مجموع مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران مربوط به کتاب «فارسی» با 214 فراوانی (15.9٪) و کمترین توجه به مجموع مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران مربوط به کتاب «نگارش فارسی» با 155 فراوانی (11.5٪) است. در کتاب‌های دوره ابتدایی بیشترین ضریب اهمیت مربوط به مهارت «توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران» (0/1739) و کمترین ضریب اهمیت مربوط به «توانایی رویارویی با استرس‌ها» (0/1465) است. مهارت «توانایی رویارویی با هیجان‌ها» با ضریب (1577٪) در اولویت دوم و مهارت «توانایی برقراری روابط بین فردی سازگاران» با ضریب 0/1495 در اولویت سوم قرار دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

در تحلیل محتوای کتاب‌های فارسی، نگارش فارسی و علوم تجربی پایه‌های اول تا ششم ابتدایی، از مجموع 2361 صفحه؛ 558 مورد مربوط به مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران مشاهده شد. نتایج نشان می‌دهند که از این مجموع 148 مورد (26.5٪) به مهارت توانایی برقراری ارتباط مؤثر با دیگران، اختصاص یافته و ضریب

استرس نه میسر است و نه معقول؛ اما فرد می‌تواند با در اختیار داشتن کلیدهای مناسب قفل هر استرس را باز کند. مثلاً برای اینکه کودکان عملکرد بهتری در تکالیف داشته باشند، استرس گاهی می‌تواند مثل یک نیروی محرک به او برای رسیدن به هدفش کمک کند. البته نباید این استرس بیش‌ازاندازه باشد و فشار روانی غیرقابل‌تحملی را وارد کند. فتیحی آشتیانی و همکارانش در سال 2015 دریافتند که آموزش مدیریت استرس موجب کاهش معنی‌دار میانگین نمره استرس و اضطراب در افراد گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل شده است. Kordenoghabi (2005) گفت که از نظر دانش آموزان و دبیران و کارشناسان تعلیم و تربیت جهت تدوین برنامه درسی مهارت‌های زندگی، مهارت مقابله با اضطراب، در دوره ابتدایی از اولویت بالایی برخوردار است. لذا هم‌راستا با نتایج به‌دست‌آمده برای این مهارت، Asdalahi et al (2017) بیان نمودند که بر اساس نظر معلمان، کتاب تعلیمات اجتماعی ششم ابتدایی به مهارت مقابله با استرس توجه کمتری نموده است. همچنین Akbarzadeh Mirzanagh (2011) نتیجه گرفت که کتاب مطالعات اجتماعی سال اول متوسطه، توجه چندانی به مهارت مدیریت استرس ندارد؛ اما نتایج Javanmardi (2017) نتایج این پژوهش را تأیید نمی‌کند.

همچنین نتایج نشان می‌دهند که 120 مورد (21.6%) به مهارت توانایی رویارویی با هیجان‌ها، اختصاص یافته و ضریب اهمیت به‌دست‌آمده نیز 0/1465 (اولویت دوم) است. هر انسانی در زندگی خود با هیجان‌ات گوناگونی از جمله غم، خشم، ترس و خوشحالی مواجه است که همه این هیجان‌ات بر زندگی او تأثیر می‌گذارند و باید توانایی رویارویی با آن‌ها را کسب نماید. مهارت توانایی رویارویی با هیجان‌ها، فرد را قادر می‌کند تا هیجان‌ها را در خود و دیگران تشخیص دهد، نحوه تأثیر هیجان‌ها بر رفتار را بداند و بتواند واکنش مناسبی به هیجان‌های مختلف نشان دهد؛ بنابراین اگر با هیجان‌ات درست مقابله نشود، تأثیر منفی بر سلامت

ابتدایی توجه شده است. Javanmardi (2017) نتیجه گرفت که کتاب‌های کودکانه مقطع پیش‌دبستانی و ابتدایی مهارت برقراری ارتباط مؤثر توجه کافی داشته است؛ بنابراین پیشینه، نتایج این پژوهش را تأیید می‌نماید.

نتایج نشان می‌دهند که از مجموع 558 مورد فراوانی، 182 مورد (32.6٪) به مهارت توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه، اختصاص یافته و ضریب اهمیت به‌دست‌آمده نیز 0/1495 (اولویت سوم) است. داشتن این مهارت در ایجاد و حفظ روابط خوب با اعضای خانواده، همکاری و مشارکت با دیگران و تقویت دوستی‌ها به ما کمک می‌نماید. در این رابطه Botvin (2000) بر آموزش مهارت‌های خود مدیریتی و مهارت‌های بین فردی تأکید می‌کند. همسو با نتایج این پژوهش، Abedini Beltrak and Mansouri (2011) و Javanmardi (2017) دریافتند؛ که کتاب‌های درسی دوره ابتدایی بیشترین توجه خود را بر آموزش مهارت برقراری روابط بین فردی داشته‌اند؛ اما Ahmadi (2012) بیان می‌کند که بین میزان توجه کتب فارسی بخوانیم دوره ابتدایی به هر یک از مؤلفه‌های آموزش مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگارانه تفاوت وجود دارد به طوری که مهارت برقراری روابط بین فردی، از ضریب اهمیت کمتری به نسبت سایر مهارت‌های بررسی شده، دارد. همچنین یزدی زاده در سال 2010 بیان کرده که کتب درسی دوره راهنمایی به میزان اندک و به صورت ناقص به آموزش مهارت برقراری روابط میان فردی پرداخته است؛ که این یافته‌ها با نتایج این پژوهش هم‌راستا نیست. تغییرات محتوایی کتاب‌های درسی دوره ابتدایی در سال‌های اخیر، می‌تواند از دلایل این مغایرت باشد.

نتایج نشان دادند که 108 مورد (19.3٪) به مهارت توانایی رویارویی با استرس‌ها، اختصاص یافته و ضریب اهمیت به‌دست‌آمده نیز 0/1465 (اولویت چهارم) است. توانایی رویارویی با استرس‌ها برای زندگی پراسترس دنیای امروز ضروری است. از لحاظ روان‌شناختی حذف

آموزش مهارت‌های «توانایی رویارویی با هیجان‌ها» و «توانایی رویارویی با استرس‌ها» کمتر توجه نموده است؛ از طرف دیگر، بر اساس نتایج بدست آمده توسط روش آنتروپی شانون، «توانایی رویارویی با هیجان‌ها» مهم تشخیص داده شده است، بنابراین پیشنهاد می‌گردد در تجدید چاپ کتب درسی دوره ابتدایی به آموزش این مهارت‌ها نیز در کنار سایر مهارت‌های زندگی، توجه کافی نمایند. کمترین توجه به مجموع مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران مربوط به کتاب «نگارش فارسی» است. برنامه ریزان درسی و مؤلفان کتاب‌های درسی باید این کتاب را مورد بازبینی قرار داده و نسبت به لحاظ نمودن موضوعات مرتبط با مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران، اقدام نمایند.

#### تشکر و قدردانی

از حمایت و همکاری شورای تحقیقات سازمان آموزش و پرورش استان کردستان کمال تشکر را دارم.

#### منابع

- Abedini Belterk, M. & Mansouri, S. (2011) teaching life skills in textbooks; Need to make a fundamental change, Curriculum fundamental change conference, Mashhad: Ferdowsi University (*Persian*).
- Atashpour, S, H. (2010). Collection of Life Skills Books, Tehran: Tarbiat Publications (*Persian*).
- Ahmadi, F. (2012) Content Analysis of Persian Books Read Elementary Course in Strengthening Life Skills, Master Thesis, Payame Noor University of Tehran (*Persian*).
- Asadollahi, F, Ghasemizad, A, & Dehghani, Y. (2017). Content analysis of the sixth social education book based on the components of the document of fundamental change (national identity, ethics, customs and life skills), 13 (50), 79-88. (*Persian*).
- Adib, Y. (2007). A Survey of Iranian Adolescents' Achievement in Life Skills,

جسم و روان خواهند گذاشت. مثلاً Khajadehi, Rahimi and Azami (2017) بیان می‌نمایند که یکی از عوامل مخاطره‌آمیز برای اعتیاد نوجوانان نداشتن مهارت کنترل هیجان است. با توجه به نتایج می‌توان گفت که کتاب‌های درسی دوره ابتدایی در حد کمی به آموزش این مهارت توجه نموده است، بنابراین با نتایج Bagheri (2012) که بیان نمود میزان طرح مؤلفه‌های مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران در اشعار کتاب‌های بخوانیم خیلی پایین بوده و توانایی مقابله با هیجان‌ها کمترین فراوانی را در متون کتاب‌های بخوانیم داشته است و Akbarzadeh Mirzanagh (2011) که دریافت کتاب مطالعات اجتماعی سال اول متوسطه، توجه چندانی به مهارت‌های مدیریت هیجانات ندارد؛ و یزدی زاده در سال 2010 که نتیجه گرفت کتب درسی دوره‌ی راهنمایی به میزان اندک و به‌صورت ناقص به آموزش مهارت کنترل خشم پرداخته است؛ هم‌راستا است؛ اما نتایج Javanmardi (2017) نتایج این پژوهش را تأیید نمی‌نماید. از دلایل آن می‌توان به متفاوت بودن جامعه آماری پژوهش جوانمردی با جامعه آماری این پژوهش اشاره نمود. همچنین با توجه به ضریب اهمیت به‌دست‌آمده، کتاب‌های درسی باید توجه کافی به آموزش این مهارت داشته باشند.

در مجموع بیشترین توجه به مجموع مهارت‌ها مربوط به کتاب «فارسی» با 214 فراوانی (15.9٪) است. کمترین توجه به مجموع مهارت‌ها مربوط به کتاب «نگارش فارسی» با 155 فراوانی (11.5٪) است؛ بنابراین می‌توان گفت که؛ یافته‌های به‌دست‌آمده از تحلیل نشان می‌دهد که کتاب‌های درسی بررسی شده به آموزش مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران پرداخته‌اند، اما بین میزان توجه به هر یک از مؤلفه‌های مهارت‌ها و در کتاب‌های مختلف تفاوت وجود دارد.

همانطور که ملاحظه گردید، یادگیری و آشنایی دانش آموزان ابتدایی با مهارت‌های ارتباطی و مقابله‌ای سازگاران یک ضرورت اجتناب‌ناپذیر است. نتایج نشان‌دهنده آن است که کتاب‌های دوره ابتدایی به

- Islamic Azad University - Marvdasht Unit - Retrieved from [http://ganj-old.irandoc.ac.ir/articles/950357\\_](http://ganj-old.irandoc.ac.ir/articles/950357_) (Persian)
- Kordooghabi, R., & Sharifi, H.P. (2006). Preparing and compiling a life skills curriculum for high school students. *Educational Innovations*, 4 (12), 11-34. (Persian).
- Kumar, V. & Krishnamurthy, A. R. (2016). The impact of life skills training on psychological well-being: The role of gender differences. *Indian Journal of Health and Welbeing*, 7(2), 193-197.
- Momeni Mahmoudi, H, Timuri, S, Rahmanpour; M (2011). The effect of life skills training on mental health and self-esteem of female students in the fifth grade of primary school. *Journal of New Thoughts on Education*, Vol.6, No.4.Pp. 91-112 (Persian)
- NutHan, T. (2015). The art of communication. Translated by Mahin Khalsi. Phoenix Publications.
- Pirfiroozjahi, F. (2015). Content analysis of Persian textbooks for primary education based on life skills components. (Master), Al-Zahra University (Text in Persian).
- Singh, h. & Mustapha, N. (1994). Some factors associated with Substance abuse among Secondary school Students in Trinidad and Tobago. *Journal of drug Education*, 24(1).
- Smith, T.A. Genry, L.s & ketring, S.A. (2005). Evaluating a youth Leadership life skills Development program. *Journal of Extensive*. 43 (2).
- Thomas L, Webb M, Eleanor K, Miles L., & Paschal S. (2012). Dealing With Feeling: A Meta-Analysis of the Effectiveness of Strategies Derived From the Process Model of Emotion Regulation. *Psychological Bulletin*, 138 (4), 775-808.
- World Health Organization Geneva (2003). Understanding Skills- Based Health Education & Life Skills, WHO information Series on School Health, p12.
- Psychology, University of Tabriz, 1 (1): 4-25 (Persian).
- Akbarzadeh Mirzanagh, H. (2011) Evaluating the content of the first year high school social studies textbook based on developing life skills from the perspective of social studies teachers in Ardabil, M.Sc. Thesis, Allameh Tabatabaei University, Tehran (Persian).
- Akyeampong, K. (2014). Reconceptualised life skills in secondary education in the African context: Lessons learnt from reforms in Ghana. *International Review of Education*, 1-18.
- Aksoy, P. & Baran, G. (2015). Review of studies aimed at bringing social skills for children inpreschool period. *Social and Behavioral Sciences*, 9, 663-669.
- Al Masri, A. Smadi, M. Aqel, A. & Hamed, W. (2016). The Inclusion of Life Skills in English Textbooks in Jordan. *Journal of Education and Practice*, 7(16), 81-96.
- Brooks, J. G. (2002). Schooling for life relearning the essence of learning. Virginia: ASCD.
- Botvin. G.J: Kantor. L.W (2000). Preventing Alcohol and Tobacco Use through Life Skills Training. *Journal of Alcohol Research and Health*. 24(4). 8 – 250.
- Darden. C. A. & Ginter, E. J. (1996). Life skills development scale adolescence form. *Journal of Mental Health Counseling*, 18(2), 22-142.
- Fathi Ashtiani, A, Pirzadi, H, Shokouhi Y, & Tolaei, S.A. (2015). The effect of stress management training program and communication skills on improving the mental health of nurses and hospital staff: a pilot study. *Iranian Nursing*, 27 (91), 1-13 (Persian).
- Hashemi, B. (2015). Content analysis of the first grade elementary Persian book based on life skills components. (Masters). Islamic Azad University, Central Tehran Branch (Persian).
- Juanmardi, Z. (2017). Analyzing the content of preschool children's books from the perspective of life skills. (M.Sc.), Non-Governmental - Islamic Azad University -

Yazdizadeh, Z. (2010). Content analysis of middle school textbooks based on life skills components. (Masters). Payame Noor University, center of Tehran (*Persian*).

Wichroski, M. A. Zunz, S. J. & Forshay, E. (2000). Facilitating self-Esteem and social supports in a family life skills program. *Journal of Woman Social Work*, 15(2), 277-296.