

آموزش مهارت‌های زندگی و تأثیر آن بر بهبود زندگی شرکت‌کنندگان

مریم محمدزاده ویژه^۱

چکیده

شناسایی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی (گروه‌های پیگیر و خدمات مکاتبه‌ای) بر بهبود زندگی فراگیران شرکت‌کننده در نهضت سوادآموزی بعنوان هدف کلی انتخاب گردید بر اساس هدف کلی انتخاب شده این فرض مطرح شد که شرکت در گروه‌های پیگیر سواد و برنامه خدمات مکاتبه‌ای سواد بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه مهارت‌های اساسی زندگی آنان، مؤثر است. سپس با استفاده از روش علی-مقایسه‌ای بر روی ۱۹۰۲ نفر گروه‌های پیگیر، ۲۷۹ نفر خدمات مکاتبه‌ای و ۵۱۰۲ نفر کلاسهای تکمیلی و اعمال روش تجزیه و تحلیل t استودنت برای گروه‌های مستقل و تحلیل واریانس یک راهه نتایج به این قرار اعلام گردید: شرکت در گروه‌های پیگیر سواد بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تصمیم‌گیری همه جانبه، تأثیر سواد بر زندگی اجتماعی، شناخت حقوق شهروندی، بکارگیری مهارت‌ها در فعالیتهای غیررسمی، عزت نفس مؤثر است اما شرکت در دوره‌های خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه بکارگیری مهارت‌ها در فعالیتهای غیررسمی، عزت نفس، تصمیم‌گیری همه جانبه و تأثیر سواد بر زندگی اجتماعی آنان مؤثر نمی‌باشد ولی در شناخت حقوق شهروندی آنان مؤثر است.

کلید واژه‌ها

مهارت‌های اساسی زندگی - خودآگاهی - اجتماعی شدن، تصمیم‌گیری

^۱ فارغ‌التحصیل کارشناسی ارشد آموزش بزرگسالان

مقدمه

امروزه علیرغم ایجاد تغییرات عمیق فرهنگی و تغییر در شیوه‌های زندگی، بسیاری از افراد در رویارویی با مسائل زندگی، فاقد توانایی‌های لازم و اساسی‌اند و همین امر آنها را در مواجهه با مسائل و مشکلات زندگی روزمره و مقتضیات آن آسیب‌پذیر نموده است. انسانها برای مقابله سازگارانه با استرسها، موقعیتهای مختلف و کشمکش‌های زندگی به کارکردهایی نیاز دارند که آنان را در کسب این توانایی تجهیز نماید و این کارکردها بسیار زیربنایی‌اند و در فرآیند تحول، شکل می‌گیرند. کارکردهایی نظیر شناختها، عواطف و رفتارها که در قالب ساختارهایی مانند عزت نفس، خودکارآمدی، درک از خود و مهارت‌های اجتماعی تجلی می‌یابند (اسفندیاری، ۱۳۸۲) برای دستیابی به این کارکردها آموزش و نشان دادن مسیر درست در جامعه‌ای که مدام در حال تغییر است و هر روز مهارت‌های جدیدی مطرح می‌شود لازم به نظر می‌رسد به همین جهت برنامه‌هایی با عنوان آموزش مهارت‌های زندگی در سطوح مختلف جامعه از جوانان تا پیران و از نوسوادان تا باسوادان در حال انجام می‌باشد.

بطور کلی برنامه مهارت‌های زندگی یک رفتار جامع (گسترده) می‌باشد و در حقیقت رویکردی است که روی رشد مهارت‌هایی که فرد برای زندگی نیاز دارد مانند ارتباطات، تصمیم‌گیری، قدرت تفکر، احساس مدیریت، توانایی مخالفت کردن در مقابل فشار زیاد دیگران، عزت نفس و مهارت‌های ارتباطی تأثیر می‌گذارد (پیس کورپس، ۲۰۰۱) که از دیدگاه یونسکو می‌توان این برنامه‌ها را در قالب ده مهارت مورد بررسی قرار داد: ۱- خودآگاهی ۲- همدلی ۳- برقراری رابطه‌ی مؤثر (ارتباطات اجتماعی) ۴- روابط بین فردی سازگارانه (روابط بین فردی) ۵- تصمیم‌گیری ۶- حل مساله ۷- تفکر انتقادی ۸- تفکر خلاق ۹- مقابله با هیجان ۱۰- مقابله با استرس (نیک پور، ۱۳۸۳) و از میان ۱۰ مهارت مطرح شده از سوی

یونسکو ۵ مورد ابتدایی در نهضت سوادآموزی از اهمیت بیشتری برخوردار بوده است.

خودآگاهی بعنوان اولین مهارت مطرح شده در حقیقت استنباطی است که فرد از خود دارد و تصویری که از مشاهده خویش در موقعیتهای مختلف به دست آورده است و خصوصیات، نقاط ضعف و قدرت، خواسته‌ها، ترسها و انزجارهاست. برای اکثر ما توصیف ویژگیهای اخلاقی و رفتاری خود برای دیگران کار سخت و دشواری می‌باشد. رشد خودآگاهی به فرد کمک می‌کند تا دریابد تحت استرس قرار دارد یا نه و این معمولاً پیش شرط و شرط ضروری روابط اجتماعی و روابط بین فردی مؤثر و همدلانه است. (نیک‌پور، ۱۳۸۳)

در مرتبه اول کسب خودآگاهی، عزت نفس و اعتماد به نفس قرار دارد زیرا اینها به فرد کمک می‌کند تا نقاط ضعف و نقاط قوت خود را به خوبی بشناسد و به این ترتیب بتواند فرصتهای موجود را شناخته و برای مواجهه با خطرات آماده باشد (مهدیزاده، ۱۳۸۳) از دیدگاه کوپر اسمیت عزت نفس عبارتند از قضاوت شخص در مورد خودش و اهمیت و قابلیت او در کسب موفقیت و اتکا به نفس که به شکل گفتار و کردار به دیگران منتقل می‌شود. (بانایان، ۱۳۸۱) هارتر معتقد است که عزت نفس باید بعنوان یک موضوع با ارزش تربیتی مورد توجه قرار گیرد، زیرا که افزایش عزت نفس موجب اظهارات مثبت و تقویت انگیزش می‌شود. (پروین، ۱۹۶۶) در بیان اهمیت عزت نفس می‌توان به نظریات ارتور جکسون اشاره داشت. وی معتقد است افرادی که از عزت نفس بالایی برخوردارند با موقعیتهای اجتماعی بهتر کنار می‌آیند و در اظهار عقاید و نظریات خود آسوده خاطرند، اساساً به خود اعتماد دارند و چنین حالتی آنها را علاقمند می‌سازد که با تمام وجود به استقبال مسائلی بروند و ابراز وجود نمایند. بر عکس کسانی که برای خود عزت نفس اندکی قایل‌اند به حقارت خود معتقدند از موقعیتهای اجتماعی هراسانند و انتظار شکست را می‌کشند. (ستوده، ۱۳۷۳)

آموزش مهارت‌های زندگی و تاثیر آن بر بهبود زندگی ...

توجه به موقعیت‌های اجتماعی بعنوان عاملی است که بر روی عزت نفس تأثیر می‌گذارد و از آن تأثیر می‌پذیرد و این امر باعث شده بعنوان مرحله دوم خودآگاهی شناخته شود در بیان رابطه خود و اجتماع کولی این نظر را بسط و توسعه داد که خود یعنی احساس اینکه فرد خود یک کلیت متمایز است، فردی که بتواند بگوید (من)، (به من)، (مال من) اساساً هم از نظر ریشه و مبنا و هم از نظر محتوا امری وسیعاً اجتماعی است، شخص با دیدن تصویر خود در نگاهی که دیگران به او می‌افکنند، بوسیله تصویری که شخص تصور می‌کند آنها دارند و از طریق قضاوت‌هایی که او راجع به خود به آنها نسبت می‌دهد، (خود) خویشتن را می‌سازد. (روشه، ۱۳۶۷) بر اساس نظر کولی می‌توان ادعا کرد که فرد نمی‌تواند مستقل از اجتماع و قائم به ذات خود باشد زیرا برای تطور و تکامل شخصیت خود از زندگی اجتماع گذشته و حال را به استمداد گرفته است. (حیدریان، ۱۳۷۷)

البته برای اینکه افراد بتوانند زندگی بهتری را در جامعه خود تجربه کنند باید بتوانند مهارت‌های اجتماعی خود را بهبود ببخشند که از دیدگاه لیبِت و لرین سان مهارت‌های اجتماعی در حقیقت توانایی‌های پیچیده‌ای برای ظاهر ساختن رفتارهایی که بطور مثبت یا منفی تقویت می‌شوند و ظاهر ساختن رفتارهایی که توسط دیگران مورد تنبیه یا خاموشی قرار می‌گیرند می‌باشد. (فوالد الدینی، ۱۳۸۲)

این روابط از طریق همدلی بهبود پیدا می‌کنند همدلی این امکان را فراهم می‌آورد که فرد زندگی دیگران را حتی زمانیکه در آن شرایط قرار ندارند درک کند. همدلی به فرد کمک می‌کند تا بتواند انسان‌های دیگر را حتی وقتی با آنها بسیار متفاوت است بپذیرد و به آنها احترام بگذارد. (پاشایی، ۱۳۸۳)

در بیان اجتماع و رابطه فرد با اجتماع اطرافش یکی از موارد مهمی که مطرح

می‌باشد بحث توانایی ایجاد روابط شهروندی می‌باشد.

یونگ استدلال می‌کند که شهروندی می‌تواند بعنوان مجموعه‌ای از ارتباطات

سازمان یافته بین افراد در نظر گرفته شود که می‌خواهند از (حالت طبیعی) یعنی

شکل زندگی که بصورت (منزوی، فقیرانه، ناخوشایند و به صورت حیوانی است) اجتناب ورزند. در بحث روابط شهروندی می‌توان ۴ بعد اساسی را مورد توجه قرار داد.

هویت ملی بعنوان بعد اول در برگیرنده مجموعه‌ای از ویژگی‌ها و خصوصیتی است که انتظار می‌رود شهروندان آن را دارا باشند و عمدتاً این ویژگی‌ها با هویت جمعی یک جامعه ارتباط دارد. بر همین اساس می‌توان شهروند را فردی دانست که در هویتی شریک است که آن را هویت ملی می‌نامند. در بعد دوم تعلقات فرهنگی-اجتماعی و فراملیتی بیانگر مجموعه‌ای از احساسات و وابستگی‌هایی است که در درون یک جامعه وجود دارد و می‌توان از طریق این تعلقات و احساسات، ویژگی‌های کلی شهروندان یک جامعه را تعریف نمود. (فتحی، ۱۳۸۱) در توضیح نظام اثربخشی حقوقی بعنوان بعد سوم می‌توان نظام حقوقی را مجموعه‌ای از هنجارهای عمومی که به موجب آن وضعیت حقوقی و سیاسی شهروندان تعریف می‌شود، در نظر گرفت و چهار دسته از حقوق را مدنظر قرار داد:

- ۱- حقوق اساسی به معنی حقوق بنیادی که تمام مردم صرفاً به دلیل انسان بودن خود از آن برخوردارند.
- ۲- حقوق سیاسی که به معنای حق مشارکت در فرایندهای سیاسی است.
- ۳- حقوق اجتماعی که در برگیرنده حقوق اقتصادی و نیز حداقل استانداردهای زندگی در تسهیلات اجتماعی است.
- ۴- حقوق فرهنگی بشر در ارتباط با حمایت از هویت جمعی مدنظر است، یعنی حقوق عده‌ای از افراد انسانی که دارای فرهنگ ویژه و یا مجزا از فرهنگ کلی جامعه هستند.

همچنین مشارکت سیاسی و مدنی بعنوان آخرین بعد از روابط شهروندی، بیانگر توانمندیها و ظرفیتهایی است که انتظار می‌رود یک شهروند آن را دارا باشد

آموزش مهارت‌های زندگی و تاثیر آن بر بهبود زندگی ... و بتواند به کمک آنها التزام و تعهد خود را به اداره جامعه‌ای که در آن عضو است بطور غلطی نشان دهد. مشارکت در زندگی سیاسی هم منعکس‌کننده حقوق شهروندان و هم بیانگر وظایف و مسئولیت‌های آنها می‌باشد. (فتوحی، ۱۳۸۱)

برای دستیابی به ابعاد چهارگانه شهروندی اندیشه‌ای مستقل نیاز است که با وجود در کنار دیگران بودن بتواند به خوبی و با اتکا به خود تصمیم‌گیری کند در حقیقت قادر باشد یک سلسله عملیات را برای حل یک مشکل معین انتخاب کند. (ایران نژاد پاریزی، ۱۳۸۲)

بدون تردید، تصمیم‌گیری یکی از مهمترین مهارت‌های زندگی است زیرا فرد همواره باید یک راه را از میان راه‌های گوناگون انتخاب کند، اما اگر شخص برای اخذ تصمیم مهارت کافی نداشته باشد، قادر به تصمیم‌گیری نخواهد بود و در نتیجه تعارضات و تنش‌های ناشی از آنها را تحمل خواهد کرد یا با تصمیم‌گیری غیرمنطقی و نادرست به افسردگی، اضطراب و سایر ناراحتی‌ها دچار خواهد شد. (پاشایی، ۱۳۸۳)

برنامه مهارت‌های زندگی در سطوح مختلف تحصیلی ارائه می‌شود که یکی از این سطوح که در چند سال اخیر از دید برخی متخصصان از اهمیت بالاتری برخوردار گردیده دوره‌های موجود در نهضت سوادآموزی می‌باشد نهضت سوادآموزی در دو سطح خود یعنی دوره‌های پیگیر و خدمات مکاتبه‌ای برنامه آموزش مهارت‌های زندگی را گنجانده است. در بیان تعریفی از دوره پیگیر و مکاتبه‌ای می‌توان گفت که گروه‌های پیگیر به جمعی از فراگیران بازمانده‌ای تحصیل اطلاق می‌شود که دارای سواد پایه (دوره تکمیلی) بوده و بنا به دلایلی نمی‌توانند در کلاسهای رسمی حضور پیدا کنند. این فراگیران از طریق آموزشهای نیمه‌حضوری گرد هم جمع شده و نسبت به مطالعه کتابهای خواندنی ساده، انجام مهارت‌های کاربردی و اساسی زندگی و عملی، قرائت قرآن مجید و سایر فعالیت‌های گروهی اقدام می‌نمایند. (نهضت سوادآموزی، ۱۳۸۰) و خدمات مکاتبه‌ای نیز از

فصلنامه پژوهش‌های تربیتی

برنامه‌های آموزش مداوم می‌باشد که با توجه به روش آموزش از راه دور طراحی شده است تا از طریق توزیع منابع اطلاعاتی توسط پست اولاً فرایند آموزش نیمه‌حضوری در مرحله گروه‌های پیگیر سواد را تداوم بخشیده و به فرآیند آموزش غیرحضوری تبدیل نماید و ثانیاً فرهنگ خودآموزی را از طریق ارسال منابع اطلاعاتی مفید برای گروه‌های هدف ایجاد نماید. (نهضت سوادآموزی، ۱۳۸۱)

درباره مهارت‌های مطرح شده در فوق تحقیقاتی انجام گرفته است، از آن جمله کورت کریستین در تحقیق خود با عنوان آموزش بزرگسالان و عزت نفس به این نتیجه رسیده است که افراد پس از اعمال روش‌های شخصی ارائه شده در کلاسها می‌توانند عزت نفس خود را بهبود بدهند اینگرید ایمل نیز در تایید نظر کورت کریستین به این نتیجه رسیده است که برخی از یادگیرندگان دارای تجارب منفی می‌باشند که تاثیر منفی در روند آموزش افراد می‌گذارد.

جان کامینگ و دونا کوپر در دو تحقیق جداگانه به این نتیجه رسیده‌اند که توجه به آموزش شهروندی در دوره‌های سوادآموزی تأثیر فراوانی در جهت ارتقا مسئولیت یادگیرندگان در انجام وظایف شهروندی داشته است از سوی دیگر ایرج نیک پی و سعید وثوق نیز در تحقیقات جداگانه خود به این نتیجه رسیده‌اند که افزایش سطح سواد افراد و دامنه اطلاعاتی آنان موجب ایجاد انگیزه در آنان برای مشارکت در تصمیم‌گیری می‌شود.

همانگونه که ذکر شد تحقیقات انجام شده در ارتباط با یادگیرندگان بزرگسالان بر این مهم تأکید دارد که آموزش در زمینه سواد و افزایش مهارت‌های زندگی می‌تواند تأثیر بسزایی در رشد توانایی‌های بزرگسالان یادگیرنده داشته باشد.

روش

برای افزایش میزان اعتبار و روایی اطلاعات بدست آمده روش علی-مقایسه‌ای بکار رفته است به منظور اجرای این روش سه گروه (گروه‌های پیگیر سواد، دوره‌های خدمات مکاتبه‌ای بعنوان گروه‌هایی که آموزشهای مورد نظر ما بر روی آنها انجام می‌گیرد و گروه خدمات مکاتبه‌ای بعنوان گروهی که آموزشها بر روی آنها انجام نگرفته انتخاب شده است.

جامعه انتخاب شده شامل کلیه فراگیرانی می‌باشد که در سال ۸۴-۸۳ در دوره‌های پیگیر، خدمات مکاتبه‌ای و تکمیلی شرکت کرده‌اند با استفاده از نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبی به عنوان روش نمونه‌گیری ۲۱ نفر به عنوان گروه خدمات مکاتبه‌ای، ۱۴۳ نفر به عنوان گروه پیگیر و ۱۶۴ نفر برای گروه‌های تکمیلی انتخاب شد. پس از جمع‌آوری اطلاعات توسط پرسشنامه محقق ساخته، اطلاعات بدست آمده از طریق t استودنت برای گروه‌های مستقل، تحلیل واریانس یک راه، تحلیل رگرسیون، آزمونهای تعقیبی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها

جدول شماره ۱

شرکت در دوره‌های پیگیر سواد بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تصمیم‌گیری آنان، موثر است	سطح معناداری = ۰/۰۰۰	$t = ۵/۹۵$
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تصمیم‌گیری آنان، تاثیر نداشته است	سطح معناداری = ۰/۰۰۰	$f = ۲۰/۳۲$
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تصمیم‌گیری آنان، تاثیر نداشته است	سطح معناداری = ۰/۶۹	توکی دو گروه مکاتبه‌ای و کنترل
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تصمیم‌گیری آنان، تاثیر نداشته است	سطح معناداری = ۰/۰۰۱	توکی دو گروه مکاتبه‌ای و پیگیر
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تصمیم‌گیری آنان، موثر است	سطح معناداری = ۰/۰۰۰	توکی دو گروه پیگیر و کنترل

جدول شماره ۲

شرکت در دوره‌های پیگیر سواد بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تاثیر سواد بر زندگی اجتماعی افراد آنان، موثر است	سطح = ۰/۰۰۰ معناداری	$t = ۱۰/۴۲$
	سطح = ۰/۰۰۰ معناداری	$f = ۵۴/۳۷$
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تاثیر سواد بر زندگی اجتماعی افراد آنان، تاثیر نداشته است	سطح = ۰/۰۷۳ معناداری	توکی دو گروه مکاتبه‌ای و کنترل
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تاثیر سواد بر زندگی اجتماعی افراد آنان، تاثیر نداشته است	سطح = ۰/۰۱۰ معناداری	توکی دو گروه مکاتبه‌ای و پیگیر
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه تاثیر سواد بر زندگی اجتماعی افراد آنان، موثر است	سطح = ۰/۰۰۰ معناداری	توکی دو گروه پیگیر و کنترل

جدول شماره ۳

شرکت در دوره‌های پیگیر سواد بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه شناخت حقوق شهروندی آنان، موثر است	سطح = ۰/۰۰۱ معناداری	$t = ۳/۲۲$
	سطح = ۰/۰۰۱ معناداری	$f = ۷/۰۹۷$
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه شناخت حقوق شهروندی آنان، موثر بوده است	سطح = ۰/۰۱۹ معناداری	توکی دو گروه مکاتبه‌ای و کنترل
میانگین دوره‌های مکاتبه‌ای در مقایسه با گروه پیگیر تفاوت نشان نداده است پس شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه شناخت حقوق شهروندی آنان، تاثیر نداشته است	سطح = ۰/۴۹ معناداری	توکی دو گروه مکاتبه‌ای و پیگیر
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه شناخت حقوق شهروندی آنان، موثر است	سطح = ۰/۰۰۵ معناداری	توکی دو گروه پیگیر و کنترل

جدول شماره ۴

شرکت در دوره های پیگیر سواد بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه بکارگیری سواد در فعالیتهای غیر رسمی آنان، موثر است	سطح = ۰/۰۰۱ معناداری	$t = ۳/۴۱$
	سطح = ۰/۰۰۵ معناداری	$f = ۵/۴۳$
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه بکارگیری مهارت‌ها در فعالیتهای غیررسمی آنان، تاثیر نداشته است	سطح = ۰/۹۴ معناداری	توکی دو گروه مکاتبه ای و کنترل
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه بکارگیری مهارت‌ها در فعالیتهای غیررسمی آنان، تاثیر نداشته است	سطح = ۰/۴۱۰ معناداری	توکی دو گروه مکاتبه ای و پیگیر
شرکت در خدمات مکاتبه‌ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه بکارگیری مهارت‌ها در فعالیتهای غیررسمی آنان، موثر است	سطح = ۰/۰۰۳ معناداری	توکی دو گروه پیگیر و کنترل

جدول شماره ۵

شرکت در دوره های پیگیر سواد بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه عزت نفس آنان، موثر است	سطح = ۰/۰۰۰ معناداری	$t = ۴/۵۱$
	سطح = ۰/۰۰۰ معناداری	$f = ۱۰/۳۱$
شرکت در خدمات مکاتبه ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه عزت نفس آنان، تاثیر نداشته است	سطح = ۰/۵۹ معناداری	توکی دو گروه مکاتبه ای و کنترل
شرکت در خدمات مکاتبه ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه عزت نفس آنان، تاثیر نداشته است	سطح = ۰/۴۲ معناداری	توکی دو گروه مکاتبه ای و پیگیر
شرکت در خدمات مکاتبه ای بر بهبود نگرش فراگیران در زمینه عزت نفس آنان، موثر است	سطح = ۰/۰۰۰ معناداری	توکی دو گروه پیگیر و کنترل

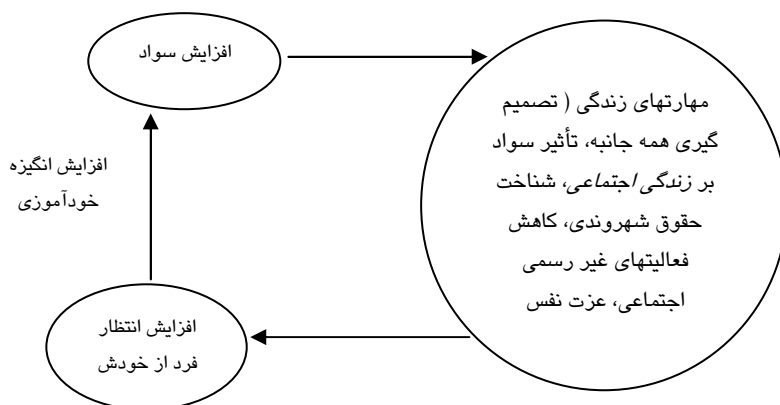
نتیجه‌گیری

یادگیرندگانی که در کلاسهای نهضت سوادآموزی شرکت می‌کنند از اعتماد به نفس کمی برخوردارند و همواره از خواندن و نوشتن آنچه می‌توانند پرهیز می‌کنند که این خود به خوبی در نتایج حاصله از کلاسهای تکمیلی مشهود می‌باشد ولی درباره کسانی که برنامه آموزش مهارت‌های زندگی بر آنان اعمال شده به خوبی مشاهده می‌شود که این دوره‌ها توانسته است بر عملکرد یادگیرندگان تأثیر گذاشته و عزت نفس آنها را بهبود ببخشد به شکلی که آنها از ارائه آنچه می‌توانند بخوانند و بنویسند ابایی ندارند پس می‌توان به این واقعیت اشاره کرد که وجود عزت نفس این شهامت را به یادگیرنده می‌دهد تا در دنیای واقعی از سواد خود بهره لازم را بدست آورد و تنها آن را مختص خلوت خود نداند.

آموزش مهارت‌های زندگی بر آگاه‌سازی یادگیرندگان نسبت به حقوقی که دارند تأکید بسیاری دارد و همواره سعی بر آن داشته فراگیران را با حقوقشان بعنوان یک شهروند آشنا کند و البته می‌توان گفت که موفق عمل کرده است و توانسته نوسوادان را به این باور برساند که هر فردی از هر سطحی از اجتماع با هر مقدار سواد حق دارد نظر شخصی خود را بگوید کم بودن سواد به معنای از دست دادن حقوق شهروندی چون رأی دادن نمی‌باشد البته درباره این مهارت باید به این مهم اشاره داشت که افزایش عزت نفس در آن بی‌تأثیر نبوده است بدین معنی که فرد با بهبود عزت نفس خویش به این باور می‌رسد که حق دارد در سرنوشت کشور و شهر خود نقشی داشته باشد و دیگران باید به حقوق او به عنوان یک شهروند احترام بگذارند و به این باور می‌رسد که او در سایه تحصیلات خود می‌تواند تصمیم‌گیری بهتری را انجام دهد و از مطالب آموخته در جای مناسب خود استفاده بکند در حقیقت می‌توان گفت که شناخت حقوق شهروندی به تنهایی کافی نمی‌باشد بلکه باید فرد قدرت تصمیم‌گیری درست را داشته باشد و بر

آموزش مهارت‌های زندگی و تاثیر آن بر بهبود زندگی ...

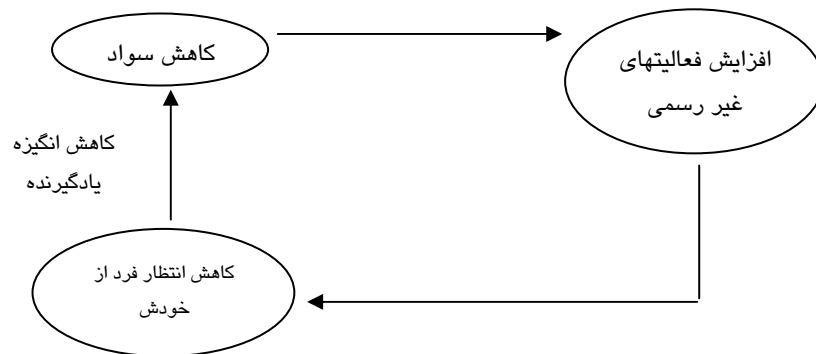
این باور باشد که می‌تواند در شرایط مختلف تصمیمات مناسب اتخاذ کند و باید تصمیمات مناسب اتخاذ کند همانگونه که مشاهده می‌شود ما هیچ یک از مهارت‌های فوق‌الذکر را نمی‌توانیم جدا از یکدیگر تصور کنیم و آنها لازم و ملزوم یکدیگرند آنچه مشخص است سواد بعنوان عاملی است که می‌تواند تحریک کننده هر یک از آنها باشد و به فرد این قدرت را بدهد که خود را بیشتر از پیش باور کند و آموزش مهارت‌های زندگی نیز این توانایی را به فرد می‌دهد تا مهارت‌های خود را بشناسد و به درستی از آنان کمک بگیرد شایان ذکر است که بهبود مهارت‌ها این انگیزه را در فرد بر می‌انگیزد که باید سواد خود را همواره بهبود بخشد و این که انسان برای مستقل بودن و کامل بودن نیاز به آموزش بیشتر دارد.



در ادامه نباید از این موضوع غافل بود که فرد بزرگسال در محیطی بزرگ شده که همواره به او برچسب بی‌سوادی زده‌اند و اکنون پذیرش این مطلب که او دیگر بی‌سواد نیست از سوی جامعه و تغییر برخی از عادات بی‌سوادی از سوی فرد مشکل به نظر می‌رسد از این رو ما عامل «فعالیت‌های غیررسمی اجتماعی» را بعنوان یک عامل منفی در نظر گرفته‌ایم زیرا فعالیت‌های اجتماعی غیررسمی

فصلنامه پژوهش‌های تربیتی

مجموعه فعالیت‌هایی است که در مجموعه خانواده و روابط شخصی فرد انجام می‌گیرند که متأسفانه تأثیری منفی در روند افزایش مطالعه فرد دارند زیرا توانایی ایجاد روابط اجتماعی در افراد در دوران بی‌سوادی فرد شکل گرفته است و در او بشکل عادت درآمده و به دلیل اینکه نقش سواد در آن صفر یا معکوس است در نتیجه آنها نقش مؤثری در کاهش نوشتن و مطالعه دارند و باعث کاهش نوشتن و مطالعه در افراد می‌شود.



در حقیقت می‌توان اینگونه بیان کرد که عادات نادرست دوران بی‌سوادی و عدم نیاز به سواد در آن دوران و وجود این اندیشه که سواد برای او ضرورتی ندارد همه این عوامل دست به دست هم می‌دهند که فرد انتظارش نسبت به خود کاهش یابد و نیازی برای باسواد شدن در خود احساس نکند و در نتیجه به دنبال مطالعه نرود که این خود به عنوان یک عامل کلیدی برای رشد منفی در آموزش مکاتبه‌ای به شمار برده می‌شود زیرا مسئولیت آموزش به طور کامل بر عهده فراگیر گذاشته می‌شود و فرد در نتیجه عادات غلط گذشته‌اش انگیزه‌ای برای خواندن و نوشتن ندارد و در نتیجه روند نزولی از خود نشان می‌دهد پس می‌توان گفت حضور دو هفته یکبار در کلاسها که در دوره‌های پیگیر انجام

آموزش مهارت‌های زندگی و تاثیر آن بر بهبود زندگی ...
می‌گیرد از یک سو بهانه فراگیران را که زمان کافی برای حضور هر روزه در کلاسهای درس را ندارند از بین می‌برد و از سوی دیگر معلم بعنوان برانگیزاننده انگیزه به مطالعه و یادگیری در فراگیران عمل می‌کند.

بر اساس نتایج حاصله می‌توان گفت که سواد ارتباط زیادی با بهبود مهارت‌های زندگی دارد و از طرف دیگر آموزش مهارت‌های زندگی نیز تأثیر زیادی در بهبود مهارت‌های یادگیرندگان داشته است، از این رو پیشنهاد می‌شود که دوره‌های آموزش مهارت‌های زندگی با کیفیت بالاتر و توجه بیشتری برای نوسوآدان انجام گیرد.

کتابنامه

- اسفندیاری، ت، (۱۳۸۲). شناسایی مهارت‌های زندگی مورد نیاز بزرگسالان از دیدگاه صاحب‌نظران تعلیم تربیت، کارشناسان برنامه‌ریزی درسی متوسطه نظری و دانش آموزان شاخه نظری دبیرستانهای بزرگسال دولتی شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد رشته، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه بهشتی.
- نیکپور، ر، (۱۳۸۳). آشنایی با برنامه‌های آموزشی مهارت زندگی. تهران: معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی.
- رحیمی بانیانی، ع، (۱۳۸۱). مقایسه عزت نفس و مرکز کنترل دانش آموزان شرکت کننده و غیر شرکت کننده در برنامه های اوقات فراغت کانونهای ورزشی. پایان نامه کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی.
- ستوده، ه، (۱۳۷۳). روان شناسی اجتماعی. تهران: ناشر انتشارات آوای نور.
- روشه، گی، (۱۳۶۷). مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی عمومی جلد اول: کنش اجتماعی. ترجمه هما زنجانی‌زاده [مشهد]: دانشگاه فردوسی مشهد.
- حیدریان، م، (۱۳۷۷). مبانی روان‌شناسی اجتماعی. تهران: انتشارات بابک.

فصلنامه پژوهش‌های تربیتی

- فوالالدینی، (۱۳۸۲، ۱۳۸۲). رابطه مهارت‌های ارتباطی و عملکرد تطابقی در معتادین مراکز اجتماع درمان تهران در سال.
- پاشایی، ج. (۱۳۸۳). بررسی میزان کسب مهارت‌های زندگی در میان دانش‌آموزان ابتدایی شهرستان هشتروند. تهران: نهضت سوادآموزی.
- فتحی واجارگاه، ک. دیبا، طلعت، (۱۳۸۱). تربیت شهروندی. تهران: نشر فاخر.
- ایران‌نژاد پاریزی، م؛ ساسان‌گهر، پ، (۱۳۸۲). سازمان و مدیریت از تئوری تا عمل. تهران: انتشارات موسسه عالی بانکداری ایران.
- نهضت سوادآموزیف، (۱۳۸۰). گروه‌های پیگیر سواد. [تهران].
- نهضت سوادآموزی. (۱۳۸۱). برنامه خدمات مکاتبه ای. [تهران].
- نیکپی، ا، (۱۳۸۱). مقایسه تمایل اعضای هیأت علمی و کارکنان دانشگاه لرستان به مشارکت در تصمیم‌گیری و ارتباط آن با فرهنگ سازمانی، کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه شهید بهشتی.
- وثوق، س بررسی ارتباط پایگاه اجتماعی معلم در سیستم مدرسه با میزان مشارکت وی در تصمیم‌گیری امور مدرسه از دیدگاه آموزگاران منطقه مراغه در سال

- Peace corps, (life skills manual), Washington, 2001.[2]
- Pervin, L. A O, poghan. (personality) WILer. seven edition,1996 .[5]
- D.Kirstein ,Kurt (Adult basic education and self_esteem: practical strategies for addressing self_esteem problems among basic skills students) ,seattle university, 2001.
- R.emch, Ingrid (adult learners experiences as students with negative academic self_concpts: AHeuristic Inquiry degree of doctor of philosophy in adult education, 2004
- Coming, John. Reder, Stephen. Sun Andrew. (Building a level playing find (The need to expand and improve the national and state adult education literacy system, NCSALL ,2001.
- Cooper, Donna education for democracy: Developing a civic literacy curriculum, 1998.