

## Research Paper

# Designing and Validating a Life Skills Training Model for Elementary Students

Ali Jabbari Zahirabadi<sup>1</sup>, Mehdi Shariatmadari<sup>2\*</sup>, Yalda Delgoshaei<sup>2</sup>, Fereshteh Kordestani<sup>2</sup>

1- Ph.D. Student, Department of Educational Management, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

2- Assistant Professor, Department of Educational Management, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Received: 1400/01/29

Accepted: 1400/03/21

PP: 49-62

### Keywords:

Design, validation, life skills training model, elementary students.

### Abstract

The purpose of this study was to design and validate a model for teaching life skills to elementary students. This research in terms of applied development goals and in terms of the type of study and the nature of research in the field of exploratory quality and quantitatively cross-sectional survey and the statistical population in the quantitative section of primary teachers teaching in Rafsanjan include 1457 people using the formula Cochran estimated the number of samples to be at least 304 and selected using a simple random sampling method. In order to better explain the results and reveal the neglected cases in the quantitative phase, 13 in-depth interviews in the qualitative section were conducted using purposive sampling method in the form of snowballs. Data collection tool on life skills training components and triangular factors, a researcher-made questionnaire whose validity was measured by confirmatory factor analysis as well as face validity and reliability by calculating Cronbach's alpha with values of 0.830 and 0.81, respectively. And the research model were analyzed using data collected through a questionnaire as well as descriptive statistics, inferential statistics and structural equation modeling. Research model with 15 components of life skills including communication skills, deliverable skills, self-responsibility, work ethic, management, healthy living skills, critical thinking, collaboration, decision making, creative thinking, self-awareness, goal setting, problem solving, attention to others, Self-esteem and 10 components of three-pronged factors including textbook, television, workshop, family, peers, community, cyberspace, counselor, non-textbook and school are presented. Life skills training promotes self-esteem, health, self-responsibility, self-awareness and critical thinking in elementary students.

**Corresponding Author:** Mehdi Shariatmadari

**Address:** Assistant Professor, Department of Educational Management, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

**Tell:** 09126879380

**Email:** mehdishariatmadari@yahoo.com

## مقاله پژوهشی

## طراحی و اعتباریابی الگوی آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان ابتدایی

علی جباری ظهیرآبادی<sup>1</sup>، مهدی شریعتمداری<sup>2\*</sup>، یلدا دلگشایی<sup>3</sup>، فرشته کردستانی<sup>4</sup>

1- دانشجوی دکتری گروه مدیریت آموزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

2- استادیار گروه مدیریت آموزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

3- استادیار گروه مدیریت آموزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

4- استادیار گروه مدیریت آموزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

## چکیده

هدف از اجرای این پژوهش طراحی و اعتباریابی الگوی آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان ابتدایی بوده است. این پژوهش از نظر اهداف، کاربردی توسعه ای و از نظر نوع مطالعه و ماهیت پژوهش در بعد کیفی، اکتشافی و از بعد کمی، پیمایشی مقطعی و جامعه آماری در بخش کمی معلمان ابتدایی شاغل به تدریس در شهرستان رفسنجان شامل 1457 نفر می باشند که با استفاده از فرمول کوکران تعداد نمونه حداقل 304 نفر برآورد گردید و با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شده اند. به منظور تبیین بهتر نتایج و آشکار شدن موارد مغفول در فاز کمی، 13 مصاحبه عمیق در بخش کیفی با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند و به صورت گلوله برفی انجام شده است. ابزار جمع آوری داده ها در خصوص مؤلفه های آموزش مهارت‌های زندگی و عوامل سه شاخگی، پرسشنامه محقق ساخته است که روایی آن به وسیله تحلیل عاملی تأییدی و همچنین روایی صوری و پایایی توسط محاسبه آلفای کرونباخ به ترتیب با مقادیر 0/830 و 0/81 سنجیده و الگوی تحقیق با استفاده از داده های جمع آوری شده از طریق پرسشنامه و همچنین بهره گیری از فنون آمار توصیفی، استنباطی و مدلسازی معادلات ساختاری مورد تحلیل قرار گرفتند. الگوی پژوهش با 15 مؤلفه مهارت زندگی شامل مهارت‌های ارتباط، مهارت‌های قابل عرضه، خود مسئولیتی، اخلاق کاری، مدیریت، مهارت‌های زندگی سالم، تفکر انتقادی، همکاری، تصمیم گیری، تفکر خلاق، خودآگاهی، هدف گذاری، حل مسأله، توجه به دیگران، عزت نفس و 10 مؤلفه از عوامل سه شاخگی شامل کتاب درسی، تلویزیون، کارگاه آموزشی، خانواده، همسالان، جامعه، فضای مجازی، مشاور، کتاب غیردرسی و مدرسه ارائه شده است. آموزش مهارت‌های زندگی باعث ارتقای عزت نفس، سلامت، خودمستولیتی، خودآگاهی و تفکر انتقادی در دانش آموزان ابتدایی می‌گردد.

تاریخ دریافت: 1400/01/29

تاریخ پذیرش: 1400/03/21

شماره صفحات: 62-77

واژه‌های کلیدی: طراحی، اعتباریابی، الگوی آموزش مهارت‌های زندگی، دانش آموزان ابتدایی.

\* نویسنده مسئول: مهدی شریعتمداری

نشانی: استادیار گروه مدیریت آموزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

تلفن: 09126879380

پست الکترونیکی: mehdishariatmadari@yahoo.com

## مقدمه

بخش و زنده سازمانی تلقی می‌شوند و هرگونه عوامل و متغیرهایی که به طور مستقیم مربوط به نیروی انسانی باشد در این شاخه قرار می‌گیرند. عوامل ساختاری و رفتاری، درون سازمانی و محصور در مرزهای سیستم سازمان هستند. (مبیینی دهکردی و کشتکار هرانکی 1393).

اهمیت مهارت‌های زندگی برای مواجهه با مسایل و مشکلات زندگی روزمره و تأثیر آن بر بهبود زندگی فردی و اجتماعی و افزایش توانمندی افراد، سبب شده است تا این موضوع در برنامه‌های درسی مدارس در اکثر نظام‌های آموزشی مورد توجه قرار گیرد. مهارت‌های زندگی اساساً یک مبنای رشدی اساسی را از خانوادگی، تحصیلی، اجتماعی و شغلی نیازمند به مهارت و کارایی در مهارت‌های زندگی دارد. (Mantegh & Gholtash 2020)

در کشور ما آموزش مهارت‌های زندگی در مقطع ابتدایی با تألیف کتب کار دانش آموز و راهنمای معلم ارایه شده است؛ که در ابتدا این درس جزو برنامه کلاسی بوده سپس تدریس آن به ساعات پرورشی محول شده است. آموزش مهارت‌های زندگی، معلم و شاگرد را در فرایند پویای یادگیری شرکت می‌دهد. در این یادگیری، از شیوه‌های متفاوتی مثل فعالیت در گروه‌های کوچک یا گروه‌های دوتایی، بارش فکری، ایفای نقش، بازی و بحث و مناظره استفاده می‌شود (Jahani 2019).

آموزش مهارت‌های زندگی نقش بسیار مهم و موثری در زندگی افراد دارد و پژوهش‌های بسیار زیادی تأثیر این آموزش‌ها را در بین دانش‌آموزان ابتدایی نشان داده‌اند که در ذیل به مواردی از آن اشاره می‌گردد:

اعضادی (1399) پژوهشی با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر ارتقای عزت نفس و کاهش قلدری در کودکان کار انجام داده است که جامعه آماری آن کلیه کودکان کار کلاس‌های چهارم و پنجم شهر تهران بودند. نتایج نشان داد آموزش مهارت‌های زندگی بر ارتقای عزت نفس و کاهش قلدری کودکان کار به میزان 0/45 تأثیر دارد ( $P < 0/05$ ). ایزدی (1399) تحقیقی با هدف ارزیابی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کنترل عاطفی و سلامت روان دختران نوجوان انجام داده است و نتایج مطالعه نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی دختران نوجوان در کنترل احساسات آنها مؤثر است. قربانی و یوسفی (1399) در پژوهشی با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر مسئولیت‌پذیری، هیجانات تحصیلی و خوش‌بینی - بدبینی دانش‌آموزان دختر دوره اول ابتدایی شهرستان محمودآباد در سال 1399 و جامعه آماری، کلیه دانش‌آموزان دختر دوره اول ابتدایی شهرستان محمودآباد در سال تحصیلی 1398-99 بود، در نهایت نتایج این پژوهش مؤید این مطلب بود

آموزش مهارت‌های زندگی فرد را قادر می‌سازد تا دانش، ها و نگرش‌ها را به توانایی‌های بالفعل تبدیل کند. مهارت‌های زندگی، فرد را قادر می‌سازد، انگیزه و رفتار سالم داشته باشد و فرصت و میدان انجام چنین رفتارهایی را نیز به وجود می‌آورد. مهارت‌های زندگی، کودکان را قادر می‌سازد که دانش (آن چه را که می‌دانند)، نگرش و ارزش‌های (آن چه احساس می‌کنند و بدان باور دارند) خود را به عمل درآورند. مهارت‌های زندگی به افراد کمک می‌کنند در وضعیت‌های مختلف، با سایرین به نحو مطلوب و شایسته‌ای ارتباط برقرار کنند تا نتایج مثبتی به دست آورند (سیف‌اللهی، 1396). آموزش مهارت‌های زندگی از ضرورت‌های اساسی در امر آموزش بهداشت است تا عوامل اجتماعی مانند عزت نفس، خود پنداره، شبکه‌های حمایت اجتماعی و استرس مؤثر بر رفتار کودکان مورد توجه قرار گیرند. برنامه مهارت‌های زندگی بر این اصل استوار است که کودکان حق دارند توانمند شوند و نیاز دارند که بتوانند از خودشان و علایق شان در برابر موقعیت‌های سخت زندگی دفاع کنند (عطاریان، 1399). مهارت‌های زندگی متعدد و متنوع هستند و برنامه آموزش مهارت‌های زندگی نیز نسبت به پیشگیری، نگرشی کل گرایانه دارد و تنها یک مهارت، مورد توجه قرار نمی‌گیرد، از طرف دیگر تجارب کشورهای مختلف متفاوت بوده است؛ بنابراین برای آموزش و پرورش متعالی ارایه الگویی بومی و جامع جهت آموزش مهارت‌های زندگی مبنی بر مدل سه شاخگی که کلیه فرایندهای ساختاری، زمینه‌ای و رفتاری را در نظر گیرد، ضرورت دارد. تعریف هر کدام از این عوامل به زعم میرزایی اهرنجانی و سرلک (1384) به شرح ذیل می‌باشد: عوامل ساختاری: در برگیرنده تمام عناصر، عوامل و شرایط فیزیکی و غیرانسانی سازمان است که با نظم، قاعده و ترتیب خاص و به هم پیوسته، چارچوب، قالب، پوسته و بدنه فیزیکی و مادی سازمان را می‌سازد. بنابراین تمام منابع مادی، مالی، اطلاعاتی و فنی که با ترکیب خاصی در بدنه کلی سازمان جاری می‌شوند، جزو شاخه ساختاری قرار می‌گیرند. عوامل زمینه‌ای: شرایط و عوامل محیطی برون سازمانی هستند که محیط سازمان را احاطه می‌کنند، با سازمان تأثیر متقابل دارند و خارج از کنترل سازمان هستند. هر نظام یا سازمانی در جایگاه ویژه خود همواره با نظام‌های محیطی در کنش و واکنش دائمی است. از این رو همه علل و عواملی که امکان برقراری، تنظیم و واکنش به موقع و مناسب سازمان نسبت به سایر نظام‌ها را فراهم می‌آورند، زمینه یا محیط نامیده می‌شوند. عوامل رفتاری: شامل عوامل و روابط انسانی در سازمان است که هنجارهای رفتاری، ارتباط غیررسمی و الگوهای ویژه به هم پیوسته و محتوای اصلی سازمان را تشکیل می‌دهند. این عوامل محتوایی در واقع پویایی

مهارت‌های زندگی بومی دانش آموزان ابتدایی ضرورتی اجتناب‌ناپذیر دارد و مطالعه حاضر با هدف اصلی طراحی الگوی آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان ابتدایی اجرا شد و سعی می‌گردد به سؤالات ذیل پاسخ داده شود:

### سؤالات پژوهش

- 1- الگوی آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان ابتدایی مبتنی بر عوامل ساختاری، زمینه‌ای و رفتاری چگونه است؟
- 2- اعتباریابی الگوی آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان ابتدایی چگونه است؟

### روش‌شناسی پژوهش

پژوهش از نظر اهداف کاربردی و از نظر ماهیت پژوهش در بعد کیفی، اکتشافی و از بعد کمی، پیمایشی مقطعی می‌باشد. جامعه آماری در بخش کیفی پژوهش حاضر شامل کلیه صاحب نظران و خبرگان می‌باشند. (شامل هیأت علمی دانشگاه‌ها، برای تعیین نمونه‌های این پژوهش و تعیین این گروه از خبرگان از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی هدفمند استفاده شد. ویژگی‌های کسانی که پرسشنامه دلفی برای آنها ارسال شد، عبارت بودند از: 1 حداقل مدرک دکتری؛ 2 حداقل پنج سال فعالیت در هیأت علمی دانشگاه؛ 3 آگاهی از ادبیات حوزه آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان ابتدایی) و جامعه آماری بخش کمی مشتمل بر کلیه معلمان ابتدایی شهرستان رفسنجان به تعداد 1457 نفر در سال 1400-1399 و نیمسال تحصیلی دوم می‌باشند.

روش نمونه‌گیری در بخش کیفی غیرتصادفی از نوع هدفمند و روش نمونه‌گیری در بخش کمی تصادفی ساده می‌باشد. در بخش کیفی با بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری هدفمند نمونه‌گیری تا مرز اشباع نظری ادامه پیدا کرد و در تعداد 30 نفر به اشباع رسید و در بخش کمی حجم نمونه با بهره‌گیری از فرمول کوکران حداقل تعداد نمونه مورد نیاز برابر با 304 نفر برآورد شد. در بعد کیفی پژوهش دو ابزار تدوین شد. در ارتباط با مدل  $4H^1$  با توجه به روش اکتشافی منابع موجود در زمینه مدل  $4H$  یک فرم مصاحبه نیمه ساختار یافته پژوهشگر ساخته به مدد کدگذاری باز و کدگذاری محوری اطلاعات حاصل از بررسی منابع موجود تدوین و برای خبرگان ارسال گردید تا به مدد فن دلفی توافق متخصصان در مورد ابعاد و نشانگرهای شناسایی شده به دست آید. در ارتباط با مدل سه شاخگی از روش جستجوی اکتشافی از نظرات 30 نفر متخصص حوزه مهارت‌های زندگی استفاده شد و عوامل مؤثر بر مهارت‌های زندگی در سه حوزه ساختاری،

که آموزش مهارت‌های زندگی بر مسئولیت‌پذیری، هیجانات تحصیلی و خوش‌بینی-بدبینی دانش‌آموزان دختر دوره ابتدایی شهرستان محمودآباد مؤثر است. رضانی و زنگنه (1398) پژوهشی با هدف اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر مسئولیت‌پذیری اجتماعی، سازگاری اجتماعی و کفایت اجتماعی دانش‌آموزان ابتدایی انجام دادند. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان ابتدایی شهرستان فریدن به تعداد 2680 نفر بودند که تعداد 15 نفر از آنها به صورت در دسترس در دو گروه گواه و کنترل قرار گرفتند. نتایج پژوهش نشان داد که آموزش زندگی بر مسئولیت‌پذیری اجتماعی، سازگاری اجتماعی و کفایت اجتماعی دانش‌آموزان ابتدایی شهرستان فریدن تأثیرگذار است و این آموزش‌ها اثربخش بوده است. کهریزه (1398) پژوهشی با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روان و عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان شهر تهران انجام داده است. نتایج یافته‌ها نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی توانسته است سلامت روان و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را بهبود بخشد و افراد مورد مطالعه شرکت‌کننده در آزمایش در پس‌آزمون به طور معناداری، سلامت روان مطلوب‌تر و عملکرد تحصیلی بهتری را نشان دادند. به نظر می‌رسد آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند موجب ارتقای سطح سلامت روان کودکان و بهبود عملکرد تحصیلی ایشان گردد. بنابراین برنامه‌ریزی برای ارایه چنین آموزش‌هایی به دانش‌آموزان، اهمیت ویژه‌ای دارد. متین و احمدی (1398) پژوهشی با هدف اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سخت‌رویی روان‌شناختی و سلامت معنوی در دانش‌آموزان دختر انجام دادند. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی باعث افزایش سخت‌رویی روان‌شناختی دانش‌آموزان شده است. مهاجری، طهرانی زاده و مردوخ (1398) در پژوهشی به بررسی «اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر عزت‌نفس، سازگاری اجتماعی و شادکامی در کودکان کار منطقه صبا شهر تهران» پرداختند، نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش عزت‌نفس، سازگاری اجتماعی و شادکامی در گروه آزمایش مؤثر بوده است ( $P < 0/001$ ).

همان‌گونه که اشاره گردید بر اساس پژوهش‌های اعتضادی (1399)، ایزدی (1399)، قربانی و یوسفی (1399)، رضانی و زنگنه (1398)، کهریزه (1398)، متین و احمدی (1398) مهاجرانی، طهرانی زاده و مردوخ (1398) آموزش مهارت‌های زندگی نقش مؤثر و مهمی در زندگی و حتی در بعضی موارد موفقیت افراد دارد؛ از این‌رو می‌توان گفت آموزش اصولی مهارت‌های زندگی به کودکان می‌تواند نقش به‌سزایی در ارتقای آموزش و پرورش متعالی ایفا نماید. بنابراین ارایه الگوی آموزش

1. Head, Heart, Hands, Health

مصاحبه‌ها استخراج گردید که 30 نفر متخصص مهارت‌های زندگی به آنها پاسخ دادند و در نهایت بر 30 سؤال توافق حاصل شد و بر روی نمونه نهایی اجرا گردید. اعتبار ابزار گردآوری داده‌های پرسشنامه مهارت‌های زندگی از طریق آلفای کرونباخ و اعتبار مرکب (CR) محاسبه شد که ملاک مناسب بودن 0/7 بود و پایایی پرسشنامه مدل سه شاخگی بر حسب آلفای کرونباخ محاسبه گردید.

رفتاری و زمینه‌ای شناسایی شد. در مرحله بعد کمی فرم نهایی به‌دست آمده از تحلیل منابع مرتبط با مدل 4H با 135 سؤال در اختیار 30 متخصص قرار گرفت تا با استفاده از فن دلفی توافق نهایی بررسی شود که در نهایت 104 سؤال طبق شاخص‌های روایی محتوایی و نسبت روایی محتوایی مطلوب شناسایی شد (طبق جدول شماره 1) و بر روی نمونه نهایی اجرا گردید. در ارتباط با مدل سه شاخگی 35 سؤال در ارتباط با 10 عامل از

جدول 1- پایایی و روایی پرسشنامه مدل سه شاخگی

مؤلفه	پایایی آلفای کرونباخ	CVR
کتاب درسی	0/97	0/6
تلویزیون	0/9	0/47
کارگاه آموزشی	0/83	0/73
خانواده	0/79	0/6
همسالان	0/74	0/6
جامعه	0/66	0/73
فضای مجازی	0/75	0/47
مشاور	0/89	0/47
کتاب‌های غیر درسی	0/87	0/73
مدرسه	0/7	0/6

جدول 2- سؤالات پرسشنامه مدل سه شاخگی

ابعاد اصلی	مؤلفه‌ها	سؤالات مؤلفه‌ها
ساختاری	خانواده	10-12
	مدرسه	26-27
رفتاری	همسالان	13-15
	جامعه	16-18
زمینه‌ای	کتاب درسی	1-3
	تلویزیون	4-6
	کارگاه آموزشی	7-9
	فضای مجازی	19-21
	مشاور	22-23
	کتاب‌های غیر درسی	24-25

دقیق قرار گرفت. در این راستا با مطالعه اسناد و مدارک، شامل کتب، مقالات، رساله‌ها، پایگاه‌های اطلاعاتی مبانی نظری و پیشینه پژوهش به‌دست آمد و در نهایت به کسب گزاره‌های مفهومی به تعداد 135 مورد برای پرسشنامه مدل 4H و 35 مورد برای پرسشنامه مدل سه شاخگی به‌دست آمد. در گام دوم به منظور گردآوری داده‌ها، از روش میدانی استفاده شد. به مدد کدگذاری باز شاخص‌های ابزار به وسیله پژوهشگر احصا شد. در گام سوم به مدد کدگذاری محوری شاخص‌های احصا شده به

روایی پرسشنامه مهارت‌های زندگی از طریق روایی واگرا، همگرا و روش‌های تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی انجام شد و روایی پرسشنامه مدل سه شاخگی بر حسب ضریب نسبت روایی محتوا (CVR) و تحلیل عاملی اکتشافی بررسی شد. در بخش کیفی از هر دو روش کتابخانه‌ای و میدانی برای گردآوری داده‌ها استفاده شد. در گام اول ابتدا به منظور آشنایی مفاهیم پایه و مبانی نظری کلیه تئوری‌ها، الگوها، مدل‌ها و یافته‌های ملی و جهانی درخصوص مدل 4H و مدل سه شاخگی مورد مطالعه و بررسی

اولیه به‌دست آمده از این منابع به کمک روش کدگذاری باز و محوری مورد تحلیل قرار گرفت. در این مرحله از پژوهش، مفاهیم و نکات کلیدی به‌دست آمده از دو فرایند مطالعه ادبیات نظری و پیشینه پژوهش فهرست شدند. ابتدا مفاهیم و نکات کلیدی به‌دست آمده در خصوص مدل 4H در ارتباط با عناصر اصلی آموزش مهارت‌های زندگی در داخل و خارج از کشور بررسی و فهرست شدند. عبارات، مفاهیم و گویه‌های مستخرج شده از پژوهش‌ها، با انجام تحلیل‌های دقیق، یکسان‌سازی (انتخاب واژگان صحیح‌تر، حذف مفاهیم مشترک) شد. در این مرحله 135 گویه به‌دست آمد. گویه‌های به‌دست آمده در قالب یک چک لیست در اختیار خبرگان قرار گرفت که بر طبق نظر خبرگان بعضی از سؤالات حذف و یا اصلاح و 104 گویه احصا گردید، که به شرح ذیل می‌باشند:

وسيله پژوهشگر مقوله بندی شد. در گام چهارم شاخص‌های مقوله بندی شده مدل 4H در قالب یک فرم مصاحبه نیمه ساختار یافته برای 30 نفر خبره ارسال گردید و پرسشنامه مدل سه شاخگی نیز در اختیار 30 نفر متخصص حوزه مهارت‌های زندگی قرار گرفت. در گام پنجم این روند به مدد فن دلفی تا اشباع نظری خبرگان ادامه یافت و در مجموع در پایان فن دلفی 4 بعد و 15 مؤلفه و 104 شاخص در مورد مدل 4H و 3 بعد، 10 عامل و 30 شاخص در مورد مدل سه شاخگی مورد تأیید خبرگان قرار گرفت. در گام ششم، ابعاد، مؤلفه‌ها و شاخص‌ها در قالب یک الگو ترسیم و به مدد نقطه نظرات خبرگان الگوی آموزش مهارت‌ها زندگی اعتباریابی گردید. در این الگو مؤلفه‌های بعد ساختاری؛ خانواده و مدرسه و مؤلفه‌های بعد زمینه‌ای کتاب درسی و غیردرسی، تلویزیون، کارگاه آموزشی، فضای مجازی، مشاور و مؤلفه‌های بعد رفتاری، همسالان و جامعه احصا گردید.

### یافته‌های پژوهش

**سؤال اول پژوهش:** الگوی آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان ابتدایی مبتنی بر عوامل ساختاری، زمینه‌ای و رفتاری چگونه است؟  
به منظور پاسخگویی به این سؤال از روش اکتشافی استفاده شد و منابع موجود در این زمینه مورد بررسی قرار گرفت و داده‌های

جدول 3- شاخص‌های به‌دست آمده از مرحله فن دلفی

ردیف	مؤلفه اصلی	مؤلفه خرد	شاخص	CVI	CVR
1		مهارت	توانایی لیست کردن گزینه‌ها را قبل از تصمیم‌گیری دارد.	0/87	0/86
2		تصمیم‌گیری	به پیامد تصمیم‌گیری خود فکر می‌کند.	1	0/87
3			توانایی تجدید نظر در تصمیمات خود را دارد.	0/8	0/89
4			در صورت نامناسب بودن راه حل انتخابی، به راحتی راه حل دیگر را انتخاب می‌کند.	1	0/81
5			به اجرای تصمیمات خود پایبند است.	0/87	0/81
6		مهارت تفکر خلاق	در شناسایی راه حل‌های جدید برای رویارویی با مشکلات زندگی از توانایی لازم برخوردار است.	1	0/85
7	تفکر خلاق		در رویارویی با مشکلی سریع می‌تواند راه حلی برای آن پیدا کند.	0/87	0/85
8			در ایجاد ایده‌های جدید از چیزهای معمولی توانایی دارد.	0/89	0/85
9			با تغییر شرایط اجتماعی، توانایی سازگاری با آنها را دارد.	1	1
10			در کار خود از خلاقیت و ایده‌های ابتکاری برخوردار است.	0/87	0/89
11			از تفکر خلاق برخوردار است.	0/87	0/85
12		مهارت	مهارت بررسی دقیق موقعیت‌ها را به‌وسیله سؤال کردن دارد.	1	0/85
13		تفکر انتقادی	توانایی استدلال دارد.	1	1
14			می‌تواند به تنهایی ایده بدهد.	1	1
15			می‌تواند به تنهایی تصمیم بگیرد.	1	0/88
16			اغلب به دنبال ایده‌های جدید است.	0/92	0/85

0/85	0/87	برایش مهم است که نظرات دیگران را بفهمد.		17
0/86	1	معمولا درباره پیامدهای یک تصمیم قبل از اقدام به کاری، فکر می‌کند.		18
0/85	0/85	اغلب در مورد اقدامات خود فکر می‌کند تا بداند آیا می‌تواند آنها را بهبود بخشد.		19
0/86	0/89	با ناکامی‌ها و شکست‌ها به شیوه مناسب مقابله می‌کند.	مهارت	20
0/86	0/88	در تدوین اهداف بلند مدت توانایی لازم را دارد.	هدف‌گذاری	21
0/86	0/87	برای رسیدن به اهداف خود به قدر کافی تلاش می‌کند.		22
0/85	0/87	از مهارت برنامه ریزی برخوردار است.		23
0/86	87	از توانایی تکمیل طرح و یا کارهای خود برخوردار است.		24
0/86	0/89	توانایی مقابله با مسایل مختلف زندگی را دارد.	مهارت	25
1	1	می‌تواند برای مشکلات یا معضلات دشوار راه حلی پیدا کند.	حل مسأله	26
0/86	0/89	از مهارت حل تعارض برخوردار است.		27
1	1	به تنهایی توانایی یک انتخاب خوب را دارد.		28
1	1	درک چگونگی انجام کار را دارد.		29
0/85	0/89	می‌داند هر کسی دارای یکسری ویژگی‌ها و استعدادها متفاوت با دیگران است.	مهارت خودآگاهی	30
1	1	بر روی خود کنترل لازم را دارد.		31
1	1	حقوق و مسئولیت‌های خود را می‌داند.		32
1	1	از نقاط ضعف و قوت خویش آگاه است.		33
0/86	1	نسبت به خود اعتماد به نفس و نگرش مثبت دارد.		34
0/86	1	از مهارت تعیین هدف برخوردار است.	مهارت	35
1	1	از مهارت برنامه ریزی یا سازماندهی مناسبی برخوردار است.	مدیریت	36
0/86	1	در کارهای خود انعطاف پذیر است.		37
1	1	می‌تواند یک گروه را برای رسیدن به هدف سازماندهی کند.		38
0/87	1	دیگران را در رهبری مشارکت می‌دهد.		39
0/88	1	می‌تواند به خوبی خود را به دیگران معرفی کند.	مهارت	40
1	1	می‌تواند با دقت به دیگران گوش دهد.	ارتباطات	41
1	1	می‌تواند به خوبی افکار، احساسات، و ایده‌های خود را بیان کند.		42
1	1	توانایی ارتباط کلامی مؤثر با دیگران را دارد.		43
0/85	1	در ارتباطات غیرکلامی، توانایی و درک احساسات دیگران را دارد.		44
0/86	1	به درخواست‌های غیرمعقول دیگران به راحتی نه می‌گوید.		45
0/85	1	در برقراری ارتباط با دیگران از روش‌های مناسب استفاده می‌کند.		46
0/86	0/89	به راحتی با دیگران رابطه برقرار می‌کند.		47
0/85	1	در پیدا کردن دوست جدید و همچنین از دست ندادن دوستان قدیمی مهارت دارد.		48
1	1	در موقع نیاز می‌تواند از دیگران به خوبی کمک و یا مشورت بگیرد.		49
0/87	1	می‌تواند با کسانی که با آنها فرق دارد کار یا تفریح کند.		50
0/86	0/89	می‌تواند انواع نقش را در گروه‌های کاری بر عهده بگیرد.	مهارت	51
0/85	1	می‌تواند بین نقش گروهی و فردی خود به راحتی تمایز قایل شود.	همکاری	52
0/87	1	ایده‌های خود را با دیگران به اشتراک می‌گذارد.		53
0/86	1	می‌تواند با دیگران کار کند.		54
1	1	می‌تواند در کار تیمی شرکت نماید.		55
0/85	1	می‌تواند در تصمیم‌گیری به دیگران کمک کند.		56
0/86	0/91	نسبت به افراد هم سن خود از مهارت رهبری بیشتری برخوردار است.		57

0/87	0/91	زمانی که مسئولیتی به او داده می‌شود آن را به بهترین نحو انجام می‌دهد.		58
0/88	0/91	حاضر است به گروه کمک کند.		59
0/88	0/91	در موقعیت‌های مختلف اجتماعی به راحتی با دیگران تعامل برقرار می‌کند.		60
0/76	1	توانایی حل مسایلی را که با آن روبروست، دارد.	مهارت های	61
0/85	1	دستورالعمل‌ها را به همان نحوی که به او داده می‌شود، دنبال می‌کند.	قابل عرضه	62
0/87	0/91	در تیم به عنوان یک عضو مشارکت می‌کند.		63
0/88	1	توانایی پذیرش مسئولیت انجام یک کار را دارد.		64
0/85	0/89	برای انجام کارهای خود توانایی برنامه ریزی دارد.		65
0/87	1	از منابع طبیعی محیط خود، خردمندانه استفاده می‌کند.	مهارت	66
0/87	0/89	می‌تواند برای استفاده از منابع مالی برنامه ریزی نماید.	خود	67
1	1	در استفاده از وسایل شخصی خود مراقبت دارد.	مسئولیتی	68
1	1	در کار خود تعهد دارد.		69
0/86	0/89	دیگران می‌توانند به او اعتماد کنند.		70
1	1	مسئولیت اقدامات خود را بر عهده می‌گیرد		71
1	1	اشتباهات خود را می‌پذیرد.		72
0/86	0/89	این موضوع را درک می‌کند که به آنچه تعهد دارد باید عمل کند.		73
0/85	0/88	در کار خود رویکردها و چیزهای جدید را امتحان می‌کند.	مهارت	74
0/86	0/90	در کار خود اخلاق دارد.	اخلاق کاری	75
0/86	0/91	تا کار خود را به پایان نرساند، از آن دست نمی‌کشد		76
1	1	کمک کار و یاری رسان برای دیگران است.		77
1	1	مؤدب است.		78
0/86	0/92	تابع مقررات است.		79
1	1	برای رسیدن به اهداف خود سخت تلاش می‌کند.		80
0/86	0/92	قادر به ادامه کار در شرایط سخت می‌باشد.		81
0/86	1	اعتماد به نفس دارد.	مهارت	82
0/86	0/92	خودمسئولیتی دارد.	عزت نفس	83
1	1	برای خود احترام قابل است.		84
0/86	0/91	می‌تواند احساسات خود را مدیریت کند.		85
0/86	0/91	از خودنظم دهی برخوردار است.		86
0/86	0/88	یکسانی و تفاوت در افراد را درک می‌کند و می‌تواند چگونگی درک این تفاوتها را یاد بگیرد.	مهارت توجه به دیگران	87
1	1	نسبت به بیماران مراقبت دارد.		88
1	1	نسبت به دیگران، درک، مهربانی، توجه و محبت دارد.		89
1	1	می‌تواند با دیگران همدلی کند.		90
0/86	0/92	در صورت درخواست دیگران وسایل خود را به آنها قرض می‌دهد		91
0/86	0/92	همیشه در حال توسعه روابط خود با دیگران است.		92
0/88	1	نسبت به هیجان‌های خود شناخت دارد.	مهارت	93
0/86	1	نسبت به هیجان‌های دیگران شناخت دارد.	زندگی سالم	94
1	1	می‌تواند با ناکامی و شکست مقابله نماید.		95
1	1	می‌تواند با غم مقابله نماید.		96
1	1	می‌تواند با ترس مقابله نماید.		97
0/86	1	می‌تواند ترس‌ها، احساسات و مشکلات خود را با دیگران در میان بگذارد.		98
1	1	می‌تواند با شرایط سخت مقابله نماید.		99
0/86	1	از غذاهایی که برای سلامتی مفید هستند، استفاده می‌کند.		100

مهارت های قابل عرضه

مهارت سلامت



1	1	از رفتارهای پرخطر اجتناب می‌کند.	101
0/86	0/87	می‌تواند استرس خود را مدیریت کند.	102
0/86	1	راه‌های پیشگیری از بیماری را می‌داند.	103
1	1	راه‌های ایمنی و امنیت شخصی را می‌داند.	104

در پژوهش حاضر پس از طی روش کدگذاری و مقوله‌بندی و همچنین تدوین الگوی تحقیق، پرسشنامه‌ای بر حسب الگوی به‌دست آمده طراحی شد و به منظور نهایی سازی الگوی مفهومی تحقیق و تعیین ابعاد، مؤلفه‌ها، شاخص‌ها و مفاهیم الگوی آموزش مهارت‌های زندگی با استفاده از روش دلفی مورد اعتبارسنجی قرار گرفت. شرکت کنندگان در روش دلفی شامل 30 نفر از خبرگان بودند. این اعضا، شامل اعضای هیأت علمی دانشگاهها بودند که در زمینه مهارت‌های زندگی اطلاعات داشتند. این پرسشنامه به‌صورت اینترنتی اجرا گردید و از آنها خواسته شد در صورت نیاز سؤال اصلاح و یا سؤال‌های دیگری اضافه شود. در مرحله اول 21 گویه حذف گردید. پژوهشگر در این مرحله اصلاحات لازم را مطابق نظر اعضای گروه اعمال نمود و مجدداً به اعضا، ارایه داد. در این مرحله از آنها خواسته شد ضمن اظهار نظر در خصوص تغییرات و اصلاحات انجام شده، هر گویه در چهار بعد مربوط بودن، سادگی، واضح بودن و ضروری بودن بر روی یک طیف چهار درجه‌ای قضاوت کنند. یافته‌های مرحله دوم دلفی حاکی از آن بود که در مرحله دوم خبرگان به اتفاق نظر مناسب رسیدند. چرا که در این مرحله بر طبق دو شاخص روایی محتوایی و نسبت روایی محتوایی 104 سؤال مناسب تشخیص داده شد.

نتایج جدول 4 شاخص‌های برازش مدل تحلیل شده را نشان می‌دهد. در مدل اولیه (مدل با همه مسیرهای ممکن) مقدار  $\chi^2=539/83, df=105, p=0/000, RSMEA=0/085, SRMR=0/028$

در جامعه است، در مدل ثانویه (مدل اصلاح شده بعد از حذف مسیرهای غیر معنی دار) مقدار  $\chi^2=644/01, df=226, p=0/000, RSMEA=0/057, SRMR=0/036$

در جامعه است، همچنین به منظور تعیین مناسب بودن برازندگی الگو با داده‌ها از شاخص‌های برازندگی استفاده شد. نتایج نشان داد که شاخص نرم شده برازندگی  $(NFI)=0/90$ ، و شاخص برازندگی تطبیقی  $(CFI)=0/93$  است که نشان دهنده برازندگی قابل قبول مدل با داده‌ها است، به‌خصوص مقدار CFI که از دیدگاه مولر<sup>4</sup> (1999) باید بالای 0/9 و از دیدگاه وستون و گور جر<sup>5</sup> (2006) باید بالای 0/95 باشد تا مدل برازندگی مناسبی با داده‌ها داشته باشد زیرا تحت تأثیر حجم نمونه قرار نمی‌گیرد. همچنین اگر جذر برآورد واریانس خطای تقریب<sup>6</sup>  $(RMSEA \leq 0/05)$  بسیار خوب، بین 0/05 تا 0/08 باشد برازش قابل قبول و اگر بالاتر از 0/08 باشد برازش ضعیف است و جذر میانگین مجذور خطای استاندارد شده<sup>7</sup>  $(SRMR \leq 0/08)$  برازش مطلوب و بالاتر برازش نامطلوب را نشان می‌دهد که در این مطالعه  $RMSEA$  بین 0/05 تا 0/08 و  $SRMR$  زیر 0/08 بود که حاکی از برازش قابل قبول است.

نتایج جدول 4 شاخص‌های برازش مدل تحلیل شده را نشان می‌دهد. در مدل اولیه (مدل با همه مسیرهای ممکن) مقدار  $\chi^2=539/83, df=105, p=0/000, RSMEA=0/085, SRMR=0/028$

نتایج جدول 4 شاخص‌های برازش مدل تحلیل شده را نشان می‌دهد. در مدل اولیه (مدل با همه مسیرهای ممکن) مقدار  $\chi^2=539/83, df=105, p=0/000, RSMEA=0/085, SRMR=0/028$

جدول 4- شاخص‌های برازندگی مدل

مدل	$(\chi^2)$	df	$(\chi^2/df)$	Sig	(RMSEA)	(SRMR)	(NFI)	(NNFI)	(CFI)	(GFI)	(AGFI)
مدل اولیه با همه مسیرها	539/83	105	2/52	0/000	0/085	0/028	0/92	0/81	0/93	0/93	0/79
مدل اصلاح شده (حذف مسیرهای غیر معنی دار)	644/01	226		0/000	0/057	0/036	0/90	0/91	0/93	0/92	0/88

6 - Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)

7 - Standardized Root Mean Square Residual (SRMR)

2 - Normed Fit Index(NFI)

3 - Comparative Fit Index(CFI)

4 - Muller

5 - Weston & Gore Jr



100	0/82	2/82**	20	0/46	4/28	ارتباطات
100	0/85	3/87**	20	0/5	4/42	همکاری
95/4	0/84	2/96**	20	0/58	4/38	مهارت‌های عاطفی
100	0/84	3/5**	20	0/49	4/38	مهارت‌های قابل عرضه
95/2	0/82	2/33*	20	0/56	4/28	خودمسئولیتی
95/2	0/83	2/64*	20	0/57	4/33	اخلاق کاری
100	0/83	3/5**	20	0/49	4/38	مهارت‌های شغلی
95/2	0/83	2/64*	20	0/57	4/33	عزت نفس
95/2	0/84	2/64*	20	0/57	4/33	توجه به دیگران
95/2	0/82	2/64*	20	0/57	4/33	مهارت زندگی سالم
100	0/83	3/5**	20	0/49	4/38	مهارت‌های سلامتی
100	0/83	2/82*	20	0/46	4/28	کل مدل مهارت‌های زندگی

اول است، پیشنهاد می‌گردد به طور موازی همان‌طور که روی شاخص‌های ذکر شده سرمایه‌گذاری می‌نمایند بر روی این پنج عامل نیز سرمایه‌گذاری نمایند و هزینه و زمان کافی به آن اختصاص دهند.

همان‌طور که در پیشنهاد قبل ذکر گردید با توجه به عوامل سه شاخگی از مهم‌ترین عوامل در بعد سلامت آموزش مهارت‌های زندگی پنج عامل کتاب درسی و غیردرسی، تلویزیون، فضای مجازی و مشاور می‌باشد، بنابراین به مسئولان آموزشی کشور پیشنهاد می‌گردد چنانچه اولویت اول آنها از بین ابعاد آموزش مهارت‌های زندگی بعد سلامت می‌باشد، بر روی این پنج عامل سرمایه‌گذاری بیشتری نمایند و از طریق ساخت محتوای آموزشی جدید و مناسب مطابق با استانداردهای جهانی، آنها را در محتوای کتابهای درسی بگنجانند و به صورت روزمره از تلویزیون پخش و از طریق فضای مجازی آنرا تبلیغ نمایند و در کنار آن از کتاب درسی و مشاور به عنوان تقویت کننده استفاده شود.

### نتیجه‌گیری

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که الگوی آموزش مهارت‌های زندگی به دانش آموزان ابتدایی شامل مؤلفه‌های اخلاق کاری، خودآگاهی، مدیریت، مهارت زندگی سالم، مهارت‌های قابل عرضه، هدف‌گذاری، تفکر خلاق، عزت نفس، توجه به دیگران، حل مسأله، تفکر انتقادی، خودمسئولیتی، تصمیم‌گیری، ارتباطات و همکاری است. اخلاق کاری با شامل بودن مؤلفه‌هایی چون صداقت، راست‌کرداری، شفافیت، رازداری، بی‌طرفی، احترام، تابع قانون بودن و وفاداری می‌تواند تأثیر مهمی در آموزش مهارت‌های زندگی ایجاد نماید، مؤلفه بعدی خودآگاهی پایه و زیر بنای یادگیری تمام مهارت‌ها و همچنین داشتن یک زندگی با کیفیت می‌باشد. انسان با شناخت صحیح از خود در بسیاری از مواقع

باتوجه به جدول (5) نتایج آزمون در سطح اطمینان 95٪ برای تمام سؤالات معنی دار است. بنابراین متخصصان به طور معنی داری در ارزیابی هر مؤلفه، مدل کلی و روابط بین آنها نظری بالاتر از سطح موافقم ارزیابی کرده‌اند. براین اساس می‌توان نتیجه گرفت که مدل تدوین شده دارای اعتبار کافی از نظر متخصصان می‌باشد. همچنین میانگین نظرات متخصصان در خصوص عوامل اصلی و کل مؤلفه‌ها نشان دهنده مناسب بودن مدل می‌باشد. نتایج ضریب توافق و درصد توافق نیز نتایج آزمون t را تأیید کردند.

### محدودیت‌ها

- این پژوهش در جامعه معلمان ابتدایی شاغل به تدریس در شهر رفسنجان انجام شده است لذا می‌توانست در سطح وسیع‌تری شامل معلمان و والدین دانش آموزان ابتدایی باشد.  
- گروه نمونه این پژوهش، متشکل از معلمان شهر رفسنجان بود که باعث کاهش تعمیم‌پذیری به سایر گروه‌ها می‌گردد.  
- از آنجا که موضوع پژوهش حاضر برای اولین بار بود که اجرا می‌شد، لذا مقایسه نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش‌های پیشین وجود نداشت.  
- عدم توجه کافی به آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس ابتدایی بر اساس مؤلفه‌های 4H.

### پیشنهادهای کاربردی پژوهش

پیشنهاد می‌گردد از دیدگاه عوامل سه شاخگی طبق الگوی پژوهش باید توجه داشت که این شاخص‌ها با کتاب درسی و غیردرسی، تلویزیون، فضای مجازی و مشاور در ارتباط مستقیم می‌باشند، بنابراین به والدینی که سلامت کودکانشان در اولویت

بحرانی قادر به کنترل هیجانات منفی خود و در نتیجه تصمیم‌گیری‌های صحیح و منطقی می‌باشد که منجر به ایجاد سلامت روانی مطمئن می‌گردد و از آسیب‌های جدی جلوگیری می‌نماید. خودآگاهی به عنوان یکی از مهارت‌های زندگی قابل تأمل است، اکثر مکاتب و روش‌های مشاوره‌ای و روان‌درمانی در مباحث روان‌شناختی و حتی پیش از آنها، مکاتب الهی به ویژه اسلام، افراد را به تدبیر در خویشتن فرا خوانده‌اند. از آن‌جا که خودآگاهی مقدمه ارتباط مؤثر با دیگران است، هر انسانی نیازمند حفظ و تقویت عزت نفس خویش است و تخریب عزت نفس در هر فرد موجب احساس حقارت و در نتیجه اضطراب و آسیب به سلامت روان خواهد شد. مؤلفه بعدی، مهارت مدیریت می‌باشد، کودکان با یادگیری مهارت مدیریت، مسایل اجتماعی از جمله مسایلی مانند اعتیاد، مسایل جنسی و ناهنجاری‌های اجتماعی می‌توانند از آسیب به سلامت روان خود جلوگیری کنند و حتی منجر به ارتقای آن گردند. مؤلفه بعدی الگو، مهارت‌های سالم زیستن است که شامل انتخاب سبک زندگی سالم، مدیریت استرس، پیشگیری از بیماری‌ها و ایمنی فردی می‌باشد. مؤلفه بعدی الگو، مهارت‌های قابل عرضه می‌باشند، مهارت‌های شخصیتی، رفتاری، ارتباطی، شغلی، ایده‌یابی، خلاقیت و نوآوری همه از این نوع مهارت‌ها می‌باشند که موجب ارتقا در آموزش مهارت‌های زندگی کودک می‌شوند. مؤلفه بعدی الگو، مهارت هدف‌گذاری می‌باشد، کودکی که بتواند از این مهارت به خوبی و به جای مناسب استفاده کند باید بتواند با ناکامی‌ها و شکست‌ها به شیوه مناسب مقابله و موجبات ارتقا در آموزش مهارت‌های زندگی خود را فراهم سازد. مؤلفه بعدی الگو، تفکر خلاق است، به زعم کلانترقریشی و همکاران (1391) توانایی اخذ تصمیم شخصی، ذوق خوب کار کردن، حس مسئولیت‌پذیری، حس اعتماد به خود، هدفمندی، ارزش‌های شخصی، فردیت و یگانگی، انعطاف‌پذیری و گشاده‌نگری، کفایت فردی و خودمهارگری، تصمیم‌گیری مناسب، یافتن راه‌های جدید و سازنده، ارزش‌قابل‌شدن برای خود و غیره که همگی عوامل مؤثر و تأثیرگذار بر آموزش مهارت‌های زندگی هستند، از ویژگی‌های افراد خلاق نیز به شمار می‌روند، پس می‌توان نتایج تحقیق حاضر را با نتایج آن تحقیق از این حیث که تفکر خلاق را در آموزش مهارت‌های زندگی مؤثر می‌داند، همسو دانست. مؤلفه بعدی الگو، عزت نفس می‌باشد. تحقیقاتی از جمله اعتضادی (1399) و مهاجری، طهرانی زاده و مردوخی (1398) نشان داده‌اند که آموزش مهارت‌های زندگی باعث

ارتقای عزت نفس می‌گردد و از این حیث با نتایج تحقیق حاضر همسو می‌باشند. نداشتن عزت نفس موجب انتقاد شدید فرد از خود می‌شود که عواقبی به صورت اضطراب، افسردگی، بی‌اعتمادی، پوچی و بیهودگی را به دنبال دارد. چنین فردی به علت نداشتن اعتماد به نفس در بسیاری از زمینه‌ها دچار مشکلات فراوان شده و همواره به سلامت روان خود آسیب می‌زند. مؤلفه بعدی الگو، مهارت توجه به دیگران است، کودکی که از مهارت توجه به دیگران برخوردار باشد، نسبت به بیماران مراقبت دارد نسبت به دیگران، درک، مهربانی، توجه و محبت دارد، می‌تواند با دیگران همدلی کند و از سلامتی روان خوبی برخوردار باشد. مؤلفه بعدی الگو، مهارت حل مسأله می‌باشد. طبق نتایج این تحقیق مهارت حل مسأله با آموزش مهارت‌های زندگی کودکان ابتدایی در ارتباط مثبت معناداری می‌باشد. بنابراین می‌توان اذعان داشت، کلیه شاخص‌های حل مسأله در پژوهش حاضر که به آنها اشاره شد، از جمله توانایی مقابله با مسایل مختلف زندگی، توانایی یافتن راه حل برای مشکلات یا معضلات دشوار، برخورداری از توانایی حل تعارض، برخورداری از توانایی انتخاب فردی، درک چگونگی انجام کار، در آموزش مهارت‌های زندگی کودکان مؤثر و مفید می‌باشند. مؤلفه بعدی الگو که موجب ارتقای آموزش مهارت‌های زندگی می‌گردد، مهارت تفکر انتقادی می‌باشد. مؤلفه بعدی الگو، مهارت تصمیم‌گیری می‌باشد، این مهارت در تحقیق حاضر شامل شاخص‌های تصمیم‌گیری بر مبنای ارزیابی دقیق موقعیت‌ها، آمادگی برای تغییر دادن تصمیم‌ها جهت انتخاب گزینه مناسب، به کارگیری معیارهای مرتبط جهت انتخاب گزینه مناسب، پای بند بودن به اجرای تصمیم و اطمینان به تصمیم‌های خود بود که در ارتقای آموزش مهارت‌های زندگی کودکان در رابطه مستقیم می‌باشند. مؤلفه بعدی الگو، مهارت ارتباطات می‌باشد، این مهارت در تحقیق حاضر شامل مهارت‌های اساسی ارتباط کلامی و غیر کلامی، مهارت ارتباط مقابله‌ای در مقابل فشار همسالان، مهارت مقاومت در برابر فشار برای درگیر شدن در فعالیت‌های آسیب‌زا به سلامتی بود. مؤلفه بعدی الگو، مهارت همکاری می‌باشد، این مهارت در تحقیق حاضر شامل مهارت‌های درک و تقبل انواع نقش در گروه، ایجاد تعادل بین نیازهای گروهی و فردی خود، شرکت مؤثر و فعال در تعاملات گروهی، توانایی تفکیک نقش گروهی و فردی خود، اشتراک‌گذاری ایده‌های خود با دیگران، توانایی کار کردن با دیگران، شرکت در کار تیمی، کمک در تصمیم‌گیری به دیگران بود که در آموزش مهارت‌های زندگی کودکان در رابطه مستقیم می‌باشند.

## References

- Attarian, M., (2020). The need to teach life skills to children and adolescents, *Sepehr Magazine*, 3 (5), 17-18.[ in persian]
- Etezadi, N., Baradaran, M., Ranjbar Noshari, F., (2021). The effectiveness of life skills training on promoting self-esteem and reducing bullying of working children, Master Thesis, Payame Noor University, Astaneh Ashrafieh. [in persian]
- Ghorbani, M., Yousefi F., (2021). The effectiveness of life skills training on responsibility, academic excitement and optimism - pessimism of female elementary school students in Mahmoudabad, M.Sc. thesis of Roozbehan Institute of Higher Education.[ in persian]
- Izadi, A., Jahangiri, A., Nazarian, K., (2021). The effect of life skills training on controlling emotions and mental health of second grade girls in Shirvan city. *Journal of Medical Sciences and Health Management*, Volume 2 Number 3, 16-10.[ in persian]
- Jahani, J. (2019). A study of the use of components of Guilford creativity in Persian children's magazines; *Astan Quds Razavi Library Quarterly* .[ in persian]
- Kahrizeh, M., (2020). The effect of life skills training on mental health and academic performance of third grade elementary school female students. *New Achievements in Humanities Studies* (2) 16, 122-113.[ in persian]
- Mantegh, A., & Gholtash, A. (2020). The effect of life skills training on the expression and self-esteem of female first year high school students in District 1 of Shiraz, 8th Scientific Conference on Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Harms of Iran, Tehran.[ in persian]
- Matin, H., & Ahmadi, S. (2020). The effectiveness of life skills training on psychological hardship and spiritual health of female high school students. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, (20) 1, 75, 70-61.[ in persian]
- Mobini Dehkordi, A., & Keshtkar Haranki, M. (2014). Investigating the effect of the three-pronged model on social innovation (a case study of a company affiliated with the automotive industry), *Journal of Innovation Management*, Third Year, Fourth Issue, Winter 2014, pp. 75-57.[ in persian]
- Mohajeri, P., Tehranizadeh, M., & Mardukhi, M., (2020). The effectiveness of life skills on self-esteem, social adjustment and happiness of working girls 8 to 10 years old in Saba area of Tehran province, Master Thesis, Payame Noor University, Karaj.[ in persian]
- Saifullahi, P. (2018). *Life skills for teens*. Tehran: Kalam.[ in persian]

