



اشاره: این مقاله گزیده‌ای از مقاله دو تن از نمایندگان سازمان یونسف، خانم‌ها ماریلا بالدو و آلن فرنیس در همایش بین‌المللی یونسکو - آسیا (بانکوک ۱۹۹۸) است. این مقاله نخست به تعریف مهارت‌های مورد نیاز افراد برای زندگی و سازگاری با جامعه پرداخته، سپس نحوه آموزش و یادگیری آن‌ها را آن‌چنان که در مدارس بسیاری از کشورها متداول است، شرح می‌دهد.

نقل از خبرنامه

دفتر همکاری‌های علمی بین‌المللی

در دنیای امروز که پیوسته پیچیده‌تر می‌شود، کودکان باید بر دانش و مهارت‌های فراوانی مسلط باشند. آنان باید دانش و مهارت‌های ضروری را بیاموزند، تمرین کنند و درونی سازند، تا بتوانند به‌خوبی با چالش‌های اقتصادی، زیست محیطی و اجتماعی که فرا راه انسان و توسعه جهان قرار

آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس

دارد، رویارو شوند.

فشار سایر هم‌سالان، مهارت‌های شغلی و کارفرمایانه، استدلال نقادانه، تفکر خلاق، کنار آمدن با عاطفه و فشار روانی، اعتماد به نفس، شناخت خطر، خودآگاهی و همدلی. ارزش‌ها و توانایی‌هایی که مربوط به این مهارت‌ها هستند بر عدم تبعیض و احترام به تفاوت‌ها، مساوات، مردم‌سالاری، یکسان شمردن همه افراد اجتماع، حمایت از محیط زیست و هویت ملی و شهروندی و بین‌المللی شدن، متمرکز می‌باشند. بسیاری از مهارت‌های زندگی در طیف وسیعی از مسائل و مشکلات کاربرد دارند و می‌توان گفت که لازم و ملزوم یکدیگرند. مثلاً مهارت‌های مذاکره هنگامی که بحث حل اختلاف (نحوه پاسخ به اظهارنظری ناخوشایند) یا سلامتی (عکس‌العمل فرد نسبت به دعوت به کشیدن سیگار)، پیش می‌آید، به کار می‌روند. مهارت‌های ارتباطی نیز هم به هنگام مصاحبه شغلی مفید است و هم به هنگام بازگو کردن مشکل شخصی به پرستار.

مسئله سن نیز در این مقوله حائز اهمیت است. مهارت‌های زندگی فقط برای جوانان دارای اهمیت نیست بلکه این مهارت‌ها را می‌توان در منزل و در برنامه‌های آموزشی و به منظور رشد ذهنی کودکان خردسال، به آنان آموزش داد. اما باید توجه داشت که سودمندی و ارتباط مهارت‌ها با زندگی انسان در سنین مختلف عمر متفاوت است.

● دروس مربوط به مهارت‌های زندگی

مهارت‌های زندگی در برنامه‌های گوناگون آموزشی گنجانده شده است و شامل موارد زیر است:

۱) آموزش جهانی و آموزش صلح؛ شامل: آشنایی با نحوه زندگی سایر اقوام و مسائل مربوط

آنچه در ابتدا باید آموخته شود مفاهیم و مهارت‌های اساسی سواد و حساب کردن یعنی خواندن، نوشتن، صحبت کردن، گوش کردن و ریاضیات است. با این که هنوز مشخص نیست که چه دانش و مهارت‌هایی در قرن آینده مورد نیاز انسان است، دانستن چگونه آموختن نیز مهارت مهم دیگری است که نیاز به توجه فراوان دارد. تسلط بر چنین مهارت‌های قدرت‌بخش، یادگیری دانش و مهارت‌های پیچیده‌ای را که در آینده مورد نیاز بشر است، ممکن می‌سازد.

● تعریف مهارت‌های زندگی

مهارت‌های زندگی، کودکان و نوجوانان را قادر می‌سازد که دانش (آنچه را که می‌دانند) و نگرش و ارزش‌های (آنچه احساس می‌کنند و بدان باور دارند) خود را به عمل درآورند. مهارت‌های زندگی به افراد کمک می‌کند تا در وضعیت‌های مختلف با سایرین به نحو مطلوب و شایسته‌ای ارتباط برقرار کنند تا نتایج مثبت به دست آورند. این مهارت‌ها شامل پرورش تفکر انتقادی، تحلیل احتمالات، کنترل رفتار، کسب دانش و مهارت‌های بیشتر، ایجاد ارتباطات دو جانبه و رضایت‌بخش و اصلاح محیط زیست فیزیکی و اجتماعی خود می‌باشد. مهارت‌های زندگی راه دستیابی به حقوقی همچون دسترسی به اطلاعات، خدمات اجتماعی، محیط زیست ایمن و مشارکت در تصمیم‌گیری‌ها و فعالیت‌های مؤثر بر زندگی را برای هر کودکی هموار می‌سازد. مهارت‌هایی که غالباً در برنامه‌های آموزشی گنجانده می‌شود عبارتند از: کارگروهی مشارکتی، مذاکره و ارتباطات، تصمیم‌گیری، حل مشکلات بدون خشونت و رفع اختلافات، مقاومت در برابر

*** محتوای برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی باید در محیط مدرسه، نمودی عینی داشته باشد و مدارس باید دارای فضای سالم، بهداشتی و امن باشند. همه امور مدرسه باید منعکس کننده پیام‌های درس مهارت‌های زندگی باشد**

ممکن برای ایجاد مهارت‌های زندگی از طریق ایجاد فرصت برای تعامل با سایر افراد، رقابت و آموختن همکاری از طریق کارهای گروهی .
 (۹) ارتباط با افراد خانواده و سایرین، نحوه معاشرت و پرورش فرزند.
 (۱۰) تبعیض بر اساس جنسیت، نژاد و پاسخ‌های مثبتی که به این تبعیض‌ها داده می‌شود.

● نحوه آموزش مهارت‌های زندگی:

مهارت‌های زندگی مربوط به نحوه عمل و رفتارند، از این رو باید به طور عملی آموخته شوند. این آموزش‌ها را می‌توان به وسیله روش‌های یادگیری فعال در برنامه‌های آموزشی و از طریق نمایش مهارت‌های زندگی در محیط مدرسه به دانش‌آموزان یاد داد.
 زندگی در مدرسه باید تقلیدی از زندگی واقعی در جامعه باشد. یعنی مدرسه نمونه کوچک از جامعه باشد که در آن حقوق انسان‌ها مورد احترام و دارای اهمیت است.

● مهارت‌های مورد نظر برای آموزش

هنگامی که می‌خواهیم برای آموزش مهارت‌های زندگی برنامه‌ریزی کنیم باید مهارت‌ها را بر اساس تحلیل وضعیت جامعه انتخاب کنیم. این مهارت‌ها باید مبتنی بر نیازهای دانش‌آموزان در سنین مختلف و مسائلی که کودکان، والدین و جامعه در مورد آن‌ها اتفاق نظر دارند، باشد. ذکر این نکته ضروری است که

به توسعه بین‌المللی و حل منازعه.
 (۲) آموزش برای شهروندی و مردم سالاری؛ شامل: یادگیری در مورد شناخت جامعه مدنی و زندگی سیاسی و مشارکت در آن‌ها.
 (۳) آموزش محیط زیست؛ شامل: انجام اقداماتی برای حمایت از محیط زیست، خانه، مدرسه و جامعه.
 (۴) آموزش حقوق بشر؛ شامل: شناخت عهدنامه‌های مربوط به حقوق بشر، مسائل مربوط به عدالت، جایگاه اقلیت‌ها، تأثیر جهانی شدن، و نقش چند ملیتی‌ها در جامعه.
 (۵) تجربه کاری؛ دانش‌آموزان در یک کارگاه واقعی با کار آشنا می‌شوند و سپس تجربه به دست آمده را در کلاس به کار می‌گیرند. آموختن نحوه ارائه تقاضا برای کار و شیوه پاسخگویی در مصاحبه‌ها نیز جزو این آموزش‌هاست.
 (۶) آموختن نحوه استفاده از وقت و امور مالی که شامل باز کردن یک حساب بانکی و پس‌انداز پول به طور منظم است.
 (۷) آموزش بهداشت و ایمنی که شامل آموزش بهداشت و تغذیه سستی، آموختن روش‌های زندگی سالم و اجتناب از عادات مضر (مصرف مواد مخدر، مشروبات الکلی)، رژیم‌های غذایی و ورزش، ایمنی به هنگام عبور و مرور و پیش‌گیری از تصادف، بهداشت جنسی یا چگونگی دستیابی به خدمات بهداشتی، خدمات مشاوره‌ای و گروه‌های خود یاری کننده است.
 (۸) ورزش و بازی‌ها، به عنوان یک طریقه

برنامه‌ریزان نباید بدون توجه به واقعیت و تنها بر اساس فرضیات ذهنی خود، به این کار مبادرت ورزند. مثلاً از نظر دانش‌آموزانی که در سنین بلوغ هستند، یادگیری مهارت‌های مربوط به دوست‌یابی، ارتباط با سایرین و نیز مهارت‌های مربوط به شغل‌یابی پس از پایان تحصیلات ضروری است و آموختن این مهارت‌ها از نظر آنان در اولویت قرار دارد. اما بزرگسالان آموختن مهارت‌های دیگر از جمله مهارت‌های مربوط به دوری از خطرها را برای نوجوانان ضروری می‌دانند.

● **فراپسندها و روش‌ها در آموزش مهارت‌های زندگی**

بهترین راه برای آموختن مهارت‌های زندگی،



در مصر نیز در یکی از برنامه‌های مربوط به آموزش صلح، دانش‌آموزان متعلق به گروه‌های مختلف با هم در اردوهای تفریحی شرکت می‌کنند. هدف این برنامه، از بین بردن تعصبات موجود بین گروه‌های مختلف جامعه است. سایر فعالیت‌هایی که برای آموختن مهارت‌های زندگی به طور عملی، انجام می‌شود عبارتند از:

● باید با هر گونه اذیت و آزار و تنبیه جسمی و کلامی چه از سوی مسؤولان و کارکنان مدرسه و چه از سوی دانش‌آموزان برخورد جدی و قاطعانه به عمل آید.

● **تربیت معلم برای درس مهارت‌های زندگی:** یادگیری مهارت‌های مهمی از قبیل چگونه گوش دادن، چگونه ارتباط برقرار کردن و درک متقابل برای کسانی که در مقام معلم یا مربی مسؤلیت آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان را دارند، بسیار ضروری است. یکی از مهارت‌هایی که در کار تدریس این قبیل مهارت‌ها، پایه اصلی به شمار می‌آید، درک فرایند تغییر آموزشی و نقشی که معلم در آن دارد، می‌باشد. ایجاد جامعه‌ای مبتنی بر حقوق انسان‌ها در مدرسه وظیفه کوچکی نیست. این مسؤلیت سنگین محتاج عزم راسخ و مهارت معلمان و مسؤولان مدرسه است تا بتوانند در نظام مدرسه و محیط آن تغییر ایجاد کنند.

● نتایج اجرایی برنامه‌های آموزش مهارت‌های زندگی

مهارت‌های زندگی با نگرش‌ها فرق دارند. این مهارت‌ها باید در رفتار و کردار دانش‌آموزان تجلی یابند. دانش‌آموزانی که این قبیل مهارت‌ها را یاد گرفته‌اند باید بتوانند در یک گروه به همراه دیگران کار جمعی انجام دهند، زندگی سالمی داشته باشند و مسؤلیت حفظ سلامت خود را بپذیرند، با روشی صلح‌آمیز اختلافات را حل کنند، ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی در جامعه را نقادانه تحلیل کنند، اعتماد به نفس داشته باشند، عقاید دیگران را تحمل کنند و ضمن احترام به حقوق انسان‌ها و نگرانی در مورد سرنوشت دیگران، نسبت به آن‌ها احساس مسؤلیت کنند.

● تربیت مربی از بین دانش‌آموزان

یکی از فعالیت‌هایی است که برای تسهیل یادگیری دانش‌آموزان در خارج مدرسه و انجام طرح‌هایی برای پیوستن دانش‌آموزان کلاس‌ها به یکدیگر و افزایش ارتباط بین آن‌ها (از طریق فعالیت‌های کودک به کودک) صورت می‌گیرد.

● **تشکیل نمایشگاه یا بازارهای بهداشتی و پیوستن به باشگاه‌ها و سازمان‌های موجود در جامعه (مثل هلال احمر، باشگاه‌های ورزشی و...)**

● **ترغیب کودکان به ابراز عقیده به وسیله نوشتن نامه به سیاستمداران، مجلات و روزنامه‌ها و شرکت در برنامه‌های رادیویی از طریق تلفن.**

● **مهارت‌های زندگی در محیط مدرسه:**

محتوای برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی باید در محیط مدرسه، نمودی عینی داشته باشد و مدارس باید دارای فضای سالم، بهداشتی و امن باشند. همه امور مدرسه باید منعکس کننده پیام‌های درس مهارت‌های زندگی باشد. به طور مثال تا وقتی که محیط مدرسه و کلاس‌ها آرام و صلح‌آمیز نباشد، صحبت در مورد صلح بی‌فایده است. مثال‌های دیگر در این زمینه عبارتند از:

● **در مدرسه همه افراد حق داوند که محیط زیستی بدون دود و دارای آب سالم و پاکیزه و سرویس‌های بهداشتی تمیز داشته باشند.**

● **عدم تبعیض و یکسان بودن همگان، باید در مدرسه اصلی اساسی به شمار آید. کودکان دارای نقص عضو یا متعلق به سایر گروه‌ها و ملیت‌ها و... باید یکسان باشند.**

● **مهارت‌های مربوط به شهروندی و حل اختلاف را می‌توان به خوبی در مدرسه آموزش داد، مثلاً در مورد امور مدرسه و مقررات آن، تصمیمات به طور دموکراتیک اتخاذ شود و دانش‌آموزان در تصمیم‌گیری مشارکت کنند.**