

تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی ارتقای مهارتهای فردی زنان ساکن در مناطق حاشیه‌نشین

مقدمه: امروزه با گسترش کلان‌شهرها و پیچیدگیهای زندگی، مشکلات زندگی نیز روزبه‌روز در حال افزایش است. مشکلاتی که مواجهه‌شدن با آنها نیاز به مهارت و توانایی دارد. هدف این پژوهش تدوین و اعتباریابی بسته آموزش مهارتهای فردی زنان حاشیه‌نشین است.

روش: بسته آموزش ارتقای مهارتهای فردی در این پژوهش بر اساس نظریه شناختی- رفتاری طراحی شده است. طراحی بسته در چهار مرحله مصاحبه با افراد مطلع به‌منظور تعیین نیازهای آموزشی، مرور متون، برگزاری جلسه هم‌اندیشی و تدوین بسته آموزشی، تعیین روایی محتوایی بسته آموزشی بود. بر اساس نیازسنجی انجام‌گرفته سه مهارت خودآگاهی، ارتباط مؤثر و تنظیم هیجان انتخاب و محتوای موردنظر تدوین شد. سپس در یک نشست تخصصی و با نظرخواهی از متخصصان، روایی محتوایی بسته با استفاده از ابزار شاخص روایی محتوایی و ضریب نسبی روایی محتوایی سنجیده شد.

بسته آموزشی شامل دو کتاب کار و راهنمای مدرس بود که به آموزش مهارتهای فوق‌الذکر با روش یادگیری فعال می‌پرداخت. کتاب کار در اختیار مخاطبان و کتاب راهنمای مدرس در اختیار مدرس دوره آموزشی قرار گرفت.

یافته‌ها: بسته آموزشی طراحی شده از اعتبار بالایی برخوردار است. همچنین ضریب نسبی روایی محتوایی بسته برابر با ۰/۷۱۴ به دست آمد و این بدان معنا بود که این بسته از روایی محتوایی نسبتاً بالایی برخوردار است. به‌عبارت‌دیگر، محتوای این بسته معتبر بوده و با اهداف آموزشی تحقیق حاضر تناسب دارد. در نتیجه، از این بسته می‌توان به‌منظور آموزش مهارتهای لازم بهره گرفت.

بحث: بسته آموزشی به آموزش سه مهارت خودآگاهی، ارتباط مؤثر، تنظیم هیجان پرداخته تا بستری برای ورود و به‌کارگیری این مهارتها در زندگی واقعی این اقشار، فراهم آورد.

۱. نسرین امامی نائینی

دانش‌آموخته دوره دکتری تخصصی، دپارتمان روان‌شناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

۲. مالک میرهاشمی

دکتر روانشناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دپارتمان روان‌شناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران (نویسنده مسئول)
<mirhashemimalek@gmail.com>

۳. نسرین باقری

دکتر روانشناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دپارتمان روان‌شناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.


واژه‌های کلیدی:

اعتباریابی، تدوین، بسته آموزشی، مهارتهای فردی، زنان حاشیه‌نشین


تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۹/۱۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۹/۰۵

Social Welfare Quarterly, Vol 23, Autumn 2023, No 90
**Compilation and Validation of Training Package
of Personal Skills
for Women Living in Marginalized Areas**

▶ **1- Nasrin Emami Naini** 
Ph.D. Candidate in
psychology, Psychology
Department, Roudehen
Branch, Islamic Azad
University, Roudehen, Iran.

▶ **2- Malek Mirhashemi** 
Ph.D. in General Psychology,
Psychology Department,
Roudehen Branch, Islamic
Azad University, Roudehen,
Iran. (corresponding author)
<mirhashemimalek@gmail.
com>.

▶ **3- Nasrin Bagheri** 
Ph.D. in General Psychology,
Psychology Department,
Roudehen Branch, Islamic
Azad University, Roudehen,
Iran.

Key Words

Compilation and
validation, Personal skills,
Educational package,
Extended abstract.

Received: 2022/12/04

Accepted: 2023/11/26

Citation: Emami Naini N, Mirhashemi M, Bagheri N. (2023). Compilation and validation of Improve Personal skills training package for women living in marginalized areas. *refahj*. 23(90), 183-209.

URL: <http://refahj.uswr.ac.ir/article-1-4153-fa.html>



Introduction: Today, with the expansion of metropolises and the complexity of life, the problems of life are increasing day by day. Problems that require skill and ability to face. The major focus of of this research was on Compilation and validation of training package of improving personal skills for women living in marginalized areas.

Methods: The training package was designed based on the Cognitive-behavioral Theory. The design of the package consisted of four stages of interviewing experts in the field and using nominal group method to identify the priority of life skills needs, based on the needs assessment, three skills of self-awareness, effective communication, and emotion regulation were selected, reviewing the literature, holding a brainstorming session and preparing the Package (This package included a teacher's guidebook and an audience workbook), determining the validity and modifying the initial draft of the package. The content validity of the package was measured using the expert opinion and was measured by the content validity index and the relative coefficient of content validity.

Findings: The results showed that the designed educational package has a high validity level. Also, the relative content validity coefficient of the package was equal to 0.714 meaning that this package has relatively high content validity.

Discussion: The educational package is suitable for training in the three skills of self-awareness, effective communication, and emotion regulation in order to provide a platform for entering and using these skills in the real life of young women living in marginalized areas.



Extended Abstract

Introduction

Rapid urbanization and industrialization in Iran imposed the complexity of living in a marginalized crowded environment with increased risk of addiction, depression, suicide, and many other problems. So coping with this condition requires different life skills and competencies to be resilient to the challenging living environment and maintain a healthy mental and social life. The World Health Organization defines life skills as “abilities for adaptive and positive behavior that enable individuals to deal effectively with the demands and challenges of everyday life”. The purpose of this study was to develop a package for life skills training with the aim of improving the cognitive-behavioral abilities of people living in marginalized poor areas. This package provides training in the three skills of self-awareness, effective communication, and emotion regulation with the aim to provide a platform for the entry and application of life skills in the real life of young people living in marginalized areas.

Method

The training package of individual skills in this research is designed based on cognitive-behavioral theory.

Stage 1: Interview with key informants

The first step was a field study and interviews with ten people including active NGOs, social workers, key informants, and local facilitators in four provinces regarding the training needs of adolescents and young women living in vulnerable areas. After the qualitative analysis of the interview data, the training needs regarding the skills needed for the target group were determined and prioritized. The nominal group method was used to identify the priority life skills needs. Three skills were identified as the first training priority. These three skills included self-awareness skills, effective communication skills, and emotion regulation skills.

Stage 2: Literature Review

After determining the training needs and prioritizing the necessary skills for the target group, the literature review was done based on the related subjects.

Stage 3: Conducting a consultative meeting and preparing the initial draft

In order to develop the initial draft, a consultative meeting was held in one of the marginalized areas of Tehran, with the presence of social workers in that area for five months wherein three-hour weekly meetings were held, and then the initial draft of the training package was compiled. This package includes two training booklets; the instructor's guidebook, and the participants' workbook, which are organized based on active learning and cooperative learning methods. The training techniques used in this package include brainstorming, role-playing, games, discussions and debates, and activities in small groups and pairs.

Stage 4: Determining the reliability of the training package content

In order to expand the content of the training package, interviews were conducted with seven experts and activists in the field of mental health promotion including six women and one man, three with MSc degrees and four with PhD degrees, with an average age of 52 years old and at least 11 years of experience in the field of psychosocial health and social work. Then the content validity index and relative coefficient of content validity were measured and the content validity index of the package was examined

To determine the first three educational priority, the qualitative method of the Nominal Group were used. To determine CVI, CVR was interviewed with seven experts and activists in the field of mental health promotion

Data analysis

To calculate content validity, two measures including content validity index (CVI) and Content Validity Ratio (CVR), as well as Excel software, were used.

Findings

The needs assessment was employed to determine the priority of educational needs, and the results showed that self-awareness skills, effective communication skills, and emotion regulation skills are the three most prioritized skills needed for the education of young women and girls in marginalized areas. The educational package was developed with the participation of experts and experienced people in the field of empowering women in marginal areas. Four sessions, once a week were considered for training each of the three skills. The results obtained from the panel of

experts and activists in the field of health showed that based on the five-point Likert scale that was used to estimate the content validity of the educational package, the percentage of grades four to five compared to grades one, two, and three was one hundred percent, which means that the training package had a high validity level. The relative coefficient of content validity of the package was equal to 0.714

Discussion

One of the features of the educational package is that it is prepared based on the needs of marginalized women and youth. Among the advantages of this educational package, we can mention the attention to the culture and rhetoric of marginalized areas and the use of related literature, language and rhetoric that are familiar to people in marginalized areas, as well as the use of concrete examples related to the lives of women and young girls in marginalized areas. The educational package also includes practical activities that people are required to do in between classes. Another feature of the educational package is the use of active learning and cooperative learning in education.

Ethical Considerations

In order to comply with ethical issues, after informing the participants about the purpose of the research and their voluntary participation in the research, the participants were assured that the obtained information would remain completely confidential. Also, after completing the questionnaires by the participants, a code was assigned to each questionnaire in the pre-test and post-test stages, and the names were removed from the questionnaires. This study has a code of ethics from the scientific research committee (IR.IAU.TNB.REC.140).

Authors' contributions

All authors contributed to the research design and manuscript writing. NEN conducted the study and collected the data

Conflicts of interest

No conflict of interest was declared.

Acknowledgments

It is necessary to thank the efforts of the facilitators who have taken responsibility for training in this research, as well as the participants who contributed to this research.

مقدمه

امروزه با گسترش کلان‌شهرها و پیچیدگیهای زندگی، مشکلات زندگی نیز روزبه‌روز در حال افزایش است. مشکلاتی که مواجهه‌شدن با آنها نیاز به مهارت و توانایی دارد. سازگاری اشخاص در مواجهه با مشکلات و معضلات مشابه زندگی یکسان نیست. برخی در مواجهه با موقعیتهای چالش‌برانگیز خیلی زود توانایی خود را از دست می‌دهند و به دام افسردگی، اعتیاد، خودکشی و هزاران مشکل دیگر افتاده و برخی دیگر قادرند از پس مشکلات زندگی برآیند و با عارضه بسیار کمتری مشکل را برطرف کنند. هراندازه چنین پتانسیلهایی در افراد بیشتر و بالاتر باشد به همان اندازه شخص قادر خواهد بود سطح سلامت روانی خود را بالاتر نگه دارد و به شیوه سازگارانه‌تری با مشکلات زندگی برخورد کند. برنامه آموزشی مهارتهای زندگی از جمله کاربردهای روان‌شناسی در عرصه‌های مختلف فردی و اجتماعی است که به افراد کمک می‌کند تواناییهای خود را افزایش داده و بهتر با مسائل زندگی برخورد کنند. هدف آموزش مهارتهای زندگی ارتقاء سطح بهداشت روانی-اجتماعی و پیشگیری از آسیبهای روانی-اجتماعی است. مهارتهای زندگی توسط سازمان جهانی بهداشت به‌عنوان توانایی تطبیق و رفتارهای مثبتی که افراد را برای مواجهه مؤثر با چالشها و حوادث روزانه زندگی آماده می‌کند تعریف شده است (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۲۰). یونیسف مهارتهای زندگی را تغییر رفتار یا رویکرد توسعه رفتار طراحی شده به‌منظور ایجاد تعادل بین سه حوزه دانش، نگرش و مهارت تعریف می‌کند (دفتر مقابله با مواد مخدر و جرم سازمان ملل متحد^۱). این مهارتها توانایی افراد را در برخورد با مقتضیات زندگی بالا برده و به عنوان یک عامل پیشگیرانه عمل می‌کند (یونیسف^۲، ۲۰۱۲). فرض زیربنایی برنامه آموزش مهارتهای زندگی این است که بسیاری از افراد برای رویارویی با مسائل پیچیده دنیای امروز فاقد توانایی لازم

1. World Health Organization (WHO)
2. United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC)
3. United Nations Children's Fund (UNICEF)

برای مواجهه سازش‌یافته هستند و همین امر آنان را در این مواجهه ناتوان و آسیب‌پذیر می‌کند (کلیکه^۱، ۲۰۱۲)؛ بنابراین انسان امروزی نیاز به آموختن این مهارتها دارد. بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی مهارت‌های زندگی شامل ۱۰ مهارت عمده از جمله مهارت خودآگاهی، مهارت همدلی، مهارت برقراری ارتباط بین‌فردی، مهارت ارتباط مؤثر، مهارت تنظیم هیجان، مهارت مدیریت استرس، مهارت تصمیم‌گیری، مهارت حل مسئله، مهارت تفکر خلاق و مهارت تفکر نقاد است و به‌گونه‌ای جهت‌دهی شده که با ابعاد مختلف زندگی فرد ارتباط برقرار کند.

شروع حاشیه‌نشینی در ایران، تقریباً به دهه ۴۰ و مخصوصاً پس از اصلاحات ارضی بازمی‌گردد که سبب شد مهاجرت روستا-شهری افزایش یابد. این در حالی است که پس از وقوع انقلاب نیز بر اثر تحولات صورت‌گرفته در این دوره، شروع جنگ عراق علیه ایران و تداوم سیاست تمرکزگرایی، به تداوم شهرنشینی بی‌رویه و به تبع آن افزایش حاشیه‌نشینی در شهرها و به‌ویژه شهرهای بزرگ منجر شد (علیزاده اقدام و همکاران، ۲۰۱۲).

با گسترش شهرنشینی، امکان کار برای افراد بی‌مهارت فراهم شد. به همین علت افراد زیادی روستاها را ترک کرده و روانه شهرها شدند؛ اما چون از پس هزینه‌ها برنمی‌آمدند در مناطق حاشیه‌ای ساکن شدند و هرروز به تعدادشان افزوده شد. در حال حاضر در ایران جمعیتی بالغ بر ۱۹ میلیون نفر در مناطق حاشیه‌نشین زندگی می‌کنند (ایسنا، ۲۰۱۷). حاشیه‌نشینی با شاخصهای اجتماعی سلامت ارتباط دارد. حاشیه‌نشینی سبب می‌شود فرد از خدمات سلامت، شرایط تحصیل، اشتغال و حمایت‌های اجتماعی مناسب برخوردار نباشد و این به‌نوبه خود بر شرایط اقتصادی و اجتماعی فرد تأثیر گذاشته، باعث پایین آمدن درآمد و عدم دسترسی به تغذیه مناسب می‌شود و اساسی‌ترین نیازهای بشر که آرامش خاطر است را تحت تأثیر قرار داده، اضطراب و دغدغه ایجاد می‌کند که تأثیر منفی بر سلامت و بهداشت روان ایشان دارد (ربانی و همکاران، ۲۰۱۲).

1. Klicke

همچنین، این قشر از جامعه نه تنها دسترسی کمتری به منابع آموزشی و اشتغال دارند که از چتر حمایتی دولت نیز بهره کمتری می‌برند. چنین افرادی به سادگی قربانی تبعیضات می‌شوند. ضمن آنکه دسترسی به نهادهای قدرتمند و یا شبکه‌های اجتماعی ندارند تا صدایشان شنیده شده و مورد حمایت قرار بگیرند؛ بنابراین چنان در دور باطل محرومیت، فقر و طرد اجتماعی سرگردان هستند که به سختی می‌توانند از آن رهایی یابند (فیروزآبادی و صادقی، ۲۰۱۴) و همه اینها خطری جدی برای سلامت روانی - اجتماعی آنها خواهد بود. در بسیاری از جوامع زنان به طور سنتی از مهارت‌های اجتماعی و مهارت‌های زندگی کمتری نسبت به مردان برخوردار هستند که به دلیل وجود تبعیض و تفاوت در تعلیم و تربیت زنان و عدم وجود امکان برابر برای حضور در جامعه و برخورداری از فرصت‌های رشد و بالندگی در زندگی اجتماعی است، لذا هرچند ارائه آموزش‌های مهارت‌های زندگی به زنان در همه جوامع بسیار مهم است اما زنان در مناطق حاشیه‌ای به دلیل کم‌بودن سطح سواد و آگاهی، پیچیدگی شرایط زندگی و مواجهه به مخاطرات بیشتری ناشی از سوءاستفاده، محرومیت و زندگی در محیط‌های پرخطر، بیشتر نیازمند دریافت این‌گونه آموزش‌ها که متناسب شرایط زندگی آنها و سطح آگاهی و سواد آنها است هستند.

متخصصان معتقدند توجه به فرهنگ، سلامت روان، تقویت عزت‌نفس و هویت، غلبه بر تنوع فرهنگی و تبعیض، فراهم آوردن فرصت‌های شغلی، افزایش دسترسی به اطلاعات و خدمات، ترویج ادغام اجتماعی و ایجاد فعالیتهای مناسب می‌تواند در بهبود شرایط حاشیه‌نشینان و ارتقای سلامت روان ایشان مؤثر باشد. شرکت در فعالیتهای فرهنگی می‌تواند ابزاری باشد برای کمک به مردم و اجتماعات برای اینکه بتوانند سلامت روانی - اجتماعی خود را ارتقاء بخشیده و بر فقر و محرومیت اجتماعی فائق آیند (ایرنا، ۲۰۱۸). بنابراین، برنامه‌هایی با رویکرد «ارتقائی و پیشگیرانه» در این مناطق بسیار تأثیرگذار است. برنامه‌هایی که هدف آن تقویت عزت‌نفس، ارتقاء روحیه مشارکت و همکاری، رشد و تقویت عواطف

انسانی، ایجاد روحیه مقاومت در برابر تبلیغات مسموم، کمک به شناسایی و بیان احساسات، تأمین سلامت جسمانی و روانی، ارتقاء مهارت‌های ارتباطی، افزایش سازگاری فرد با خودش، دیگران و محیط اطراف باشد (یونیسف، ۲۰۰۷).

شواهد پژوهشی نشان داده، آموزش مهارت‌های زندگی یک عامل حمایت‌کننده تأثیرگذار در ارتقای اعتمادبه‌نفس و سلامت روان و یک عامل پیشگیرانه از برخی آسیب‌های روانی-اجتماعی است (اکبری و همکاران، ۲۰۱۶). مهارت‌های زندگی مجموعه‌ای از تواناییهاست که زمینه سازگاری و رفتار مثبت و مفید را فراهم می‌کند (طارمیان، ۲۰۰۸). آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند سبب ارتقا سلامت روان شود (جمالی و همکاران، ۲۰۱۶).

بسته ارتقای مهارت‌های فردی، بسته‌ای است استخراج‌شده از مهارت‌های زندگی که ارتقای توانمندیهای شناختی- رفتاری افراد را هدف قرار داده و به آموزش مهارت خودآگاهی، مهارت برقراری ارتباط مؤثر و مهارت تنظیم هیجان می‌پردازد؛ و به دنبال آن است که با فراگیری و به‌کارگیری این مهارتها فرد بهتر بتواند با خود و محیط پیرامون خویش کنار آمده و زمینه رفتارهای سازگارانه و مؤثر را برای فرد فراهم می‌کند.

تاکنون در ایران بسته آموزشی بومی و استانداردسازی شده‌ای که به طور خاص برای افراد ساکن در مناطق حاشیه‌ای شهر نوشته شده باشد، توسط محقق یافت نشد. به همین دلیل پژوهشگر، تدوین چنین بسته‌ای را با هدف ارتقای توانمندیهای شناختی- رفتاری افراد ساکن در این مناطق، موضوع پژوهش خود قرار داد. در این پژوهش بسته آموزشی برای آموزش سه مهارت خودآگاهی، مهارت برقراری ارتباط مؤثر و تنظیم هیجان تدوین شد تا بستری برای ورود و به‌کارگیری مهارت‌های زندگی در زندگی واقعی این اقشار، فراهم آورد. این بسته آموزشی در چهار منطقه حاشیه‌ای شهرهای کشور اجرا شد و مورد ارزیابی

۱. بدین منظور با استفاده از کلیدواژه‌های «مهارت‌های زندگی» و «مناطق حاشیه‌ای» به دو زبان فارسی و انگلیسی در پایگاه داده‌های مختلف به زبان فارسی مثل Magiran, Iranmedex, Irandoc و به زبان انگلیسی در Google scholar, scopus, Web of Science جستجو انجام شد.

اثربخشی قرار گرفت (نسرین امامی نائینی، ۲۰۲۳) در این مقاله به گزارش نحوه تدوین این بسته آموزشی پرداخته شده است.

روش

بسته آموزشی مهارتهای فردی در این پژوهش بر اساس نظریه شناختی-رفتاری طراحی شده است و مخصوص زنان گروه سنی ۲۰-۳۰ سال است که در مناطق حاشیه‌نشین زندگی می‌کردند، پژوهشگر این پژوهش در طی یک دوره ۱۵ ساله فرصت تدوین بسته‌های آموزشی مختلفی در حوزه ارتقای سلامت روان را داشته و با تکیه بر پروتکل‌های موجود به منظور تدوین بسته‌های آموزش مهارتهای زندگی، تدوین بسته مهارتهای فردی را آغاز کرد. طراحی و توسعه این برنامه آموزشی شامل ۵ مرحله بود.

مرحله اول: مصاحبه با افراد مطلع

گام اول مطالعه میدانی و مصاحبه با ده نفر از مددکاران اجتماعی و تسهیلگران محلی در استانهای اصفهان، شهر اصفهان؛ خراسان رضوی، شهر مشهد؛ سیستان و بلوچستان، شهر زاهدان؛ تهران شهر تهران و شهر قدس؛ هرمزگان، شهر بندرعباس؛ در خصوص نیازهای آموزشی بانوان جوان ساکن در مناطق حاشیه‌ای بود. پس از تحلیل کیفی داده‌های مصاحبه، نیازهای آموزشی در مورد مهارتهای مورد نیاز گروه هدف، تعیین و اولویت‌بندی شد.

جدول (۱) - فهرست مشخصات مددکاران و تسهیلمان اجتماعی مصاحبه شده

ردیف	شهر	محل	جنس	سن	تحصیلات	سابقه فعالیت در مناطق حاشیه ای
۱	اصفهان	ارزنان	زن	۴۰	لیسانس مددکاری	۷ سال
۲	اصفهان	حصه	زن	۳۵	لیسانس روان‌شناسی	۷ سال
۳	زاهدان	شیر اباد	مرد	۳۰	لیسانس	۵ سال
۴	زاهدان	هامون ثمر	زن	۳۸	لیسانس روان‌شناسی	۹ سال
۵	مشهد	امین	مرد	۳۲	فوق لیسانس مشاوره	۷ سال
۶	مشهد	جاهد شهر	زن	۴۳	فوق لیسانس روان‌شناسی	۸ سال
۷	بندرعباس	کمربندی	زن	۴۲	فوق لیسانس مطالعات خانواده گرایش زنان	۲۲ سال
۸	بندرعباس	سورو	زن	۳۷	فوق لیسانس مددکاری	۵ سال
۹	تهران	دروازه غار	زن	۶۸	فوق لیسانس مددکاری اجتماعی	۴۰ سال
۱۰	شهر قدس	سی متری بالا	زن	۴۲	فوق لیسانس روان‌شناسی	۷ سال

به دلیل محدودیت زمان و امکانات، فرصت آموزش هر ده مهارت پیشنهادی سازمان بهداشت جهانی در این پژوهش میسر نبود؛ به همین دلیل پژوهشگر تصمیم گرفت بسته آموزشی شامل سه مهارت از بین ده مهارتی که توسط این سازمان معرفی شده است، تنظیم کند؛ بنابراین از میان همه مهارت‌ها سه مهارتی که اهمیت بیشتری داشتند، انتخاب شدند. برای اولویت‌بندی مهارت‌ها پژوهشگر از روش گروه اسمی^۱ استفاده کرده است. بدین منظور جلسه‌ای دوساعته با ده نفر از متخصصین و فعالان محلی از استان‌های اصفهان، سیستان و بلوچستان، تهران، خراسان رضوی و هرمزگان، گذاشته شد و نظرات آنان در خصوص اینکه «از بین مهارت‌هایی که سازمان بهداشت جهانی برای ارتقاء سطح سلامت روان و پیشگیری از

1. Nominal Group

آسیبهای روانی اجتماعی معرفی کرده است، مهم‌ترین موضوعات آموزشی کدامها هستند؟» پرسیده شد. پس از نگارش نظرات شرکت‌کنندگان، از هر یک از افراد خواسته شد هدف خود از انتخاب این نیاز آموزشی را توضیح دهند. سپس از افراد خواسته شد که بدون همفکری با دیگران به اولویتهایی که تعیین کرده‌اند امتیاز دهند (اولویت اول امتیاز ۳، اولویت دوم امتیاز ۲ و به اولویت آخر امتیاز ۱)، برگه‌های اولویت‌دهی گردآوری شده و وزن هر کدام مشخص شد. بر این اساس، سه مهارتی که در اولویتهای اول آموزشی قرار داشتند، مشخص شد که شامل مهارت خودآگاهی، مهارت برقراری ارتباط مؤثر و مهارت تنظیم هیجان بود.

مرحله دوم: مرور متون

پس از تعیین نیازهای آموزشی و اولویت‌بندی مهارتهای لازم برای گروه هدف، مرور متون در راستای آنها انجام گرفت.

مرحله سوم: برگزاری جلسه هم‌اندیشی و تدوین پیش‌نویس اولیه

برای تدوین پیش‌نویس اولیه، جلسه هم‌اندیشی با حضور سه مددکار اجتماعی فعال در منطقه دروازه غار تهران و مؤسسه خانه خورشید به مدت پنج ماه و در جلسات هفتگی سه‌ساعته برگزار شد و پیش‌نویس اولیه بسته آموزشی تدوین شد. این بسته شامل دو جزوه آموزشی؛ جزوه راهنمای مدرس و جزوه کار مخاطب است که بر اساس شیوه‌های آموزش یادگیری فعال و یادگیری مشارکتی تنظیم شده است. تکنیکهای آموزشی به‌کاررفته در این بسته شامل بارش فکری، ایفای نقش، بازی، بحث و مناظره، فعالیت در گروههای کوچک و گروههای دوتایی است.

مرحله چهارم: تعیین روایی محتوای بسته آموزشی

در این مرحله برای تعیین روایی محتوایی بسته آموزشی مصاحبه‌هایی با ۷ نفر از

متخصصان و فعالان حوزه ارتقای سلامت روان؛ شش زن و یک مرد، با تحصیلات سه نفر کارشناسی ارشد و چهار نفر دکتری حرفه‌ای در حوزه‌های روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و سلامت، با میانگین سنی ۵۲ سال و سابقه حداقل ۱۱ سال فعالیت در حوزه سلامت روانی- اجتماعی و مددکاری اجتماعی صورت گرفت و شاخص روایی محتوا و ضریب نسبی روایی محتوا سنجیده شد.

برای این کار ابتدا یک جلسه توجیهی با متخصصان گذاشته شد و اهداف بسته آموزشی برای آنها توضیح داده شد. پس از آن بسته آموزشی برای آنها ارسال و از آنها خواسته شد میزان مطابقت و همخوانی هر جلسه را با موضوعات معیار و اهداف موردنظر بر اساس طیف پنج‌بخشی لیکرت، از گویه «هیچ مطابقتی ندارد» تا «کاملاً مطابق است» تعیین کنند. بدین ترتیب، شاخص روایی محتوایی بسته موردبررسی قرار گرفت.

همچنین از آنها خواسته شد ضرورت هر جلسه را بر اساس مقیاس سه گویه‌ای لیکرت، شامل گویه‌های «ضرورت دارد»، «ضرورتی ندارد اما مفید است» و «ضرورتی ندارد» ارزیابی کنند و بدین ترتیب (CVR) یا ضریب شاخص روایی محتوایی بسته آموزشی برآورد شد.

تجزیه و تحلیل اطلاعات

برای تعیین اولویتهای پژوهشی از روش کیفی Nominal Group استفاده کرده است. برای محاسبه روایی محتوا از دو ابزار شاخص روایی محتوایی (CVI) و ضریب نسبی روایی محتوایی (CVR) و همچنین نرم‌افزار Excel استفاده شد.

یافته‌ها

جدول (۲) اولویت بندی مهارت‌ها بر اساس روش nominal group

مهارت اولویت	مهارت خودآگاهی	مهارت همدلی	ارتباط مؤثر	مهارت برقراری	مهارت دوستیابی	هیجان	مهارت تنظیم	استرس	مهارت مدیریت	مهارت حل مسئله	تصمیم‌گیری	مهارت	مهارت تفکر خلاق	مهارت تفکر نقاد
نفر اول	۲	۰	۱	۰	۰	۲	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	
نفر دوم	۳	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۲	۰	۰	۰	
نفر سوم	۰	۰	۲	۰	۱	۲	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	
نفر چهارم	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۴	۱	۰	۲	
نفر پنجم	۰	۰	۲	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۴	۰	۰	
نفر ششم	۲	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۴	
نفر هفتم	۰	۰	۰	۰	۰	۳	۰	۲	۰	۰	۰	۰	۱	
نفر هشتم	۳	۰	۰	۰	۰	۱	۰	۲	۰	۰	۰	۰	۰	
نفر نهم	۳	۲	۰	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۰	۰	۰	
نفر دهم	۰	۰	۳	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۲	۰	۰	۰	
جمع	۱۴	۲	۱۰	۱	۱۰	۱۱	۴	۷	۴	۷	۴	۰	۶	

پس از تعیین اولویتها، تدوین بسته آموزشی آغاز شد.

بسته آموزشی

نیازسنجی برای تعیین اولویت نیازهای آموزشی نشان داد مهارت خودآگاهی، مهارت برقراری ارتباط مؤثر و مهارت تنظیم هیجان، سه مهارت موردنیاز برای آموزش بانوان جوان در مناطق حاشیه‌نشین هستند. بسته آموزشی با مشارکت افراد متخصص و با تجربه در زمینه

توانمندسازی زنان ۳۰-۲۰ سال ساکن در مناطق حاشیه‌نشین تدوین شد. از مزایای این بسته آموزشی می‌توان به استفاده از ادبیات، زبان محاوره‌ای بومی که برای افراد در مناطق حاشیه‌نشین آشنا و قابل‌درک است و همچنین استفاده از مثال‌های ملموس و مرتبط با زندگی زنان و دختران جوان در مناطق حاشیه‌نشین، اشاره کرد. همچنین این بسته آموزشی شامل فعالیتهای عملی است که افراد موظف به انجام آن هستند. این فعالیتهای عملی در راستای ارتقای مهارت‌های مربوطه در سطح فردی و ارتقای محیطی که فرد در آن زندگی می‌کند، تنظیم شده‌اند. اهداف و برنامه‌های بسته آموزشی در زمینه مهارت خودآگاهی، ارتباط مؤثر و تنظیم هیجانات در جداول ۳، ۴، ۵ آمده است.

جدول (۳) برنامه آموزشی همراه با اهداف هر جلسه: مهارت خودآگاهی

اهداف هر جلسه	برنامه مداخلات مبتنی بر توانمندیهای شناختی- رفتاری	جلسات
آشنایی شرکت‌کنندگان و مدیریت نظم جلسات	معرفی و آشنایی، قوانین	اول
شناخت خود تمرینهای شناخت و ویژگیهای جسمانی- هیجانی	شناخت و تأمل بیشتر بر ویژگیهای جسمانی، هیجانی، رفتاری	دوم
تمرین زاویه دید تمرین، دیگرآگاهی، تمرین شناخت افکار	ارتقای میدان دید و نوع نگرش افراد به موضوعات مختلف زندگی شناخت افکار و رابطه بین افکار، احساس و رفتار	جلسه دوم
معرفی الگوهای فکری، تمرین برای شناخت دقیق تر این الگوها بر افکار	شناخت الگوهای فکری ناسالم و تسلط بر این الگوها	جلسه سوم
تمرین شناخت استعدادها و تواناییها تمرین شناخت نقاط ضعف	شناخت تواناییهای، شناخت نقاط ضعف خود و پذیرش آنها	جلسه چهارم

* به منظور فرصت به شرکت‌کنندگان در دوره برای مرور مطالب و ماندگاری بهتر آنها در ذهن و به کار بردن مطالب آموزش‌دیده در طول هفته و بازگو کردن تجارب خود در جلسه بعدی؛ جلسات به صورت هفتگی برگزار می‌شد.

جدول (۴) مهارت برقراری ارتباط موثر

اهداف هر جلسه	برنامه مداخلات مبتنی بر توانمندیهای شناختی- رفتاری	جلسات
آشنایی با مفهوم ارتباط بین فردی	شناخت اهمیت ارتباط، تمرین تعریف ارتباط و اجزای آن	اول
پی بردن به اصول حاکم بر روابط و پی بردن به نقش الگوهای فکری در احساس و رفتار	تمرین اصول حاکم بر ارتباط، تمرین الگوهای فکری مخرب	دوم
آشنایی با مهارت‌های ارتباطی ارتقای مهارت‌های غیرکلامی و ارتقای مهارت صحبت کردن	تمرین آشنایی با زبان بدن تمرین تأثیر زبان بدن در ارتباط، مهارت صحبت کردن	سوم
آشنایی با مهارت گوش دادن فعال و ارتقای این مهارت	تأثیر خوب گوش ندادن بر فرد و پیامدهای نادیده گرفتن زبان بدن به هنگام گوش دادن، اصول گوش دادن فعال،	چهارم

*فاصله جلسات: یک هفته

جدول (۵) مهارت تنظیم هیجان

اهداف هر جلسه	برنامه مداخلات مبتنی بر توانمندیهای شناختی- رفتاری	جلسات
شناخت احساسات و هیجانات	تمرین شناخت احساسات و هیجانات تمرین نقش اتفاقات بیرونی در تجربه هیجانات	جلسه اول
ایجاد این باور که هیجانات قابل شناسایی هستند	شناخت نشانه‌های هیجانات، شناخت دلایل و عوامل عصبانیت	جلسه دوم
تمیز فکر، احساس و رفتار در یک موقعیت هیجان برانگیز	شناخت فرایند وقوع یک اتفاق تا تجربه یک احساس و یک رفتار، تمرین فرایند وقوع یک اتفاق تا تجربه یک احساس و یک رفتار	جلسه سوم
ارتقای سطح آگاهی از شیوه‌های ابراز عصبانیت	جرئت‌مندی، تمرینهای شیوه مدیریت عصبانیت	جلسه چهارم

روایی محتوایی بسته آموزشی

نتایج به دست آمده از پیل متخصصان و فعالان در حوزه سلامت نشان داد، بر اساس طیف پنج‌بخشی لیکرت که برای برآورد روایی محتوایی بسته آموزشی استفاده شد، درصد نمرات چهار تا پنج نسبت به نمرات یک، دو و سه؛ صد در صد بود (زمان‌زاده و همکاران، ۲۰۱۴) و این بدان معناست که بسته آموزشی طراحی شده از روایی بالایی برخوردار است.

جدول (۶) سنجش روایی محتوایی (CVI) بسته آموزش

درصد چهار و پنج نسبت به یک، دو و سه	نفر هفتم	نفر ششم	نفر پنجم	نفر چهارم	نفر سوم	نفر دوم	نفر اول	
مهارت خودآگاهی								
۱۰۰	۵	۵	۵	۴	۵	۴	۴	جلسه اول
۱۰۰	۵	۵	۵	۵	۵	۴	۴	جلسه دوم
۱۰۰	۵	۴	۵	۵	۵	۴	۴	جلسه سوم
۱۰۰	۵	۵	۵	۵	۵	۴	۴	جلسه چهارم
مهارت ارتباط موثر								
۱۰۰	۵	۵	۵	۴	۵	۴	۴	جلسه اول
۱۰۰	۵	۵	۵	۵	۵	۴	۴	جلسه دوم
۱۰۰	۵	۵	۵	۴	۵	۴	۴	جلسه سوم
۱۰۰	۵	۵	۵	۴	۵	۴	۴	جلسه چهارم
مهارت تنظیم هیجان								
۱۰۰	۵	۵	۵	۴	۵	۴	۴	جلسه اول
۱۰۰	۵	۴	۵	۵	۵	۴	۴	جلسه دوم
۱۰۰	۵	۵	۵	۴	۵	۴	۴	جلسه سوم
۱۰۰	۵	۵	۵	۴	۵	۴	۴	جلسه چهارم

همچنین، ضریب نسبی روایی محتوایی بسته برابر با $0/714$ به دست آمده است. به منظور برآورد روایی محتوایی این قبیل ابزار، CVR است. این شاخص نشان می‌دهد که بسته آموزشی از روایی لازم برای اجرای آن برخوردار است؛ و چون عدد به دست آمده نزدیک به یک است، این بدان معناست که بسته موردنظر تا حد زیادی از روایی محتوایی برخوردار است.

جدول (۷) جدول ضریب نسبی روایی محتوایی (CVR)

خودآگاهی	نفر اول	نفر دوم	نفر سوم	نفر چهارم	نفر پنجم	نفر ششم	نفر هفتم
جلسه اول	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
جلسه دوم	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
جلسه سوم	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
جلسه چهارم	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
ارتباط موثر	نفر اول	نفر دوم	نفر سوم	نفر چهارم	نفر پنجم	نفر ششم	نفر هفتم
جلسه اول	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
جلسه دوم	۱	۱	۲	۱	۱	۱	۱
جلسه سوم	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
جلسه چهارم	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
تنظیم هیجان	نفر اول	نفر دوم	نفر سوم	نفر چهارم	نفر پنجم	نفر ششم	نفر هفتم
جلسه اول	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
جلسه دوم	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
جلسه سوم	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱
جلسه چهارم	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱

بحث

پژوهش حاضر به منظور تدوین بسته آموزشی با هدف ارتقای توانمندی‌های شناختی - رفتاری افراد ساکن در مناطق حاشیه‌ای انجام شده است و به آموزش سه مهارت خودآگاهی، ارتباط مؤثر، تنظیم هیجان پرداخته تا بستری برای ورود و به‌کارگیری مهارت‌های زندگی در زندگی واقعی این اقشار، فراهم آورد. از ویژگی‌های بسته آموزشی تدوین شده آن است که بر اساس نیازهای زنان و جوانان حاشیه‌نشین آماده شده است. ضرورت توجه به نیازهای گروه هدف در تدوین بسته آموزشی، در مطالعه مروری گانانتم^۱ نیز مورد توجه قرار گرفته است که با استفاده از مدل آنالیز، طراحی، توسعه، اجرا و ارزشیابی^۱ به تدوین بسته آموزشی پرداخته است. در این مطالعه اولین مرحله در تدوین بسته آموزشی فاز آنالیز است که به بررسی نیازهای جامعه هدف و شناخت مسئله می‌پردازد و این مرحله را اساس مراحل بعدی تدوین می‌داند (موروگانانتم^۲؛ ۲۰۱۵). نیازسنجی در این مطالعه نشان داد یکی از اولویت‌های آموزشی برای آموزش زنان و دختران جوان در مناطق حاشیه‌نشین مهارت برقراری ارتباط مؤثر است. مطالعه فتحی و باقرزاده در سال ۱۳۹۹ نیز ضرورت مهارت‌های مربوط به ارتباط انسانی را برای امنیت اجتماعی زنان در مناطق حاشیه‌نشین مؤثر و ضروری دانست. این مطالعه نشان داد مهارت‌های مربوط به ارتباط انسانی می‌توانند اثر بیشتری بر امنیت اجتماعی داشته باشند (فتحی و باقرزاده، ۲۰۱۹).
از مزایای این بسته آموزشی می‌توان به توجه به فرهنگ مناطق حاشیه‌نشین و استفاده از ادبیات و زبان محاوره‌ای بومی که برای افراد در مناطق حاشیه‌نشین آشناست و همچنین استفاده از مثال‌های ملموس و مرتبط با زندگی زنان و دختران جوان در مناطق حاشیه‌نشین، اشاره کرد. برای مثال در فصل مهارت تنظیم هیجان‌ات به‌منظور شناخت هرچه بهتر ارتباط

1. Analysis, Design Development, Implementation, Evaluation(ADDIE)

2. Muruganatham

بین اتفاقات محیط پیرامون، پردازش اطلاعات در ذهن و شکل‌گیری احساسات از این مثال استفاده شده است.

«خانم زمانی با همسرش که کارگر ساختمانی بوده و حالا مدتی است بیکار شده است در یک اتاق اجاره‌ای زندگی می‌کنند. یک روز خانم زمانی همین‌که می‌خواست از منزل خارج شود، صاحب‌خانه را جلوی درب منزل دید، دیدن صاحب‌خانه اضطراب زیادی را برای خانم زمانی به همراه داشت؛ زیرا چند ماه بود که اجاره خانه آنها عقب افتاده بود. همین‌که صاحب‌خانه خانم زمانی را دید شروع کرد به دادوبیداد کردن و خانم زمانی را تهدید کرد که اگر تا آخر ماه اجاره‌های عقب افتاده را پرداخت نکنند وسایلشان را بیرون می‌ریزد. خانم زمانی به دلیل اضطرابی که به او وارد شده بود حتی یک کلمه هم نتوانست صحبت کند، به داخل خانه برگشت کمی روی پله نشست. بعد از چند لحظه سعی کرد روی پای خود بایستد و از خانه خارج شد تا به کارگاه قالی‌بافی برود. در آنجا به مدیر کارگاه برخورد، به او سلام کرد. با خود فکر کرد شاید بتواند این مسئله را که هرگز دوست نداشته با کسی در میان بگذارد امروز با مدیر کارگاه مطرح کند، شاید بتواند از او درخواست وام کند و بعد از که همسرش کاری پیدا کرد، قرضشان را پس دهد. با این فکر که طرحش کمی برایش سخت بود سعی کرد از فکر کردن به برخورد امروز با صاحب‌خانه دست بردارد و پشت دار قالی بنشیند. چند دقیقه بعد از شروع به کار دوستش با یک جعبه شیرینی وارد شد و گفت که دخترش به سلامتی فارغ شده، این بهانه‌ای شد که همه دورهم جمع شوند و با هم چایی و شیرینی بخورند و هر کس از اتفاقات خوب تعریف کند و همگی کنار هم بخندند و بعد دوباره هرکس سر کار خودش برود. خانم زمانی با روحیه بهتری دوباره به پشت دار قالی برگشت و به کارش ادامه داد.»

اهمیت توجه به زمینه فرهنگی در پداگوژی در کتاب توماس در سال ۲۰۲۰ مورد تأکید قرار گرفته است. در این کتاب آمده است برای اینکه پداگوژی غنی‌تر و مرتبط با شرایط

یادگیرنده‌ها باشد، لازم است فرهنگ ایشان مورد بررسی قرار گرفته و عناصر فرهنگی ویژه‌ای که در فرهنگ مربوطه است به محتوای آموزشی اضافه شود و آن را غنی‌تر کند (توماس^۱، ۲۰۲۰).

از ویژگی‌های دیگر بسته آموزشی به‌کارگیری یادگیری فعال و یادگیری مشارکتی در آموزش است. تکنیک‌های آموزشی به‌کاررفته در این بسته شامل بارش فکری، ایفای نقش، بازی، بحث و مناظره، فعالیت در گروه‌های کوچک و گروه‌های دوتایی است. مطالعه بریدول نشان داد به‌کارگیری پداگوژی دانش‌آموز محور، ایجاد فضایی برای گفتگو و تفکر در برنامه آموزشی زنان به حاشیه رانده شده مؤثر بوده است (بریدول^۲، ۲۰۲۰).

در یک مطالعه که توسط سومینار^۳ و همکاران در سال ۲۰۱۶ صورت گرفت، به بررسی طراحی مدلی برای توسعه آموزش برنامه مهارت‌های زندگی در جوامع روستایی پرداختند و نتایج مطالعه نشان داد که یادگیری باید بر اساس نیاز مخاطبان و پتانسیل محلی باشد. برای آموزش‌دهنده باید هدف یادگیری واضح باشد. نقش آموزش‌دهنده، تسهیلگری است که به شرکت‌کنندگان انگیزه ادامه مسیر را می‌دهد. یادگیری تعاملی و مشارکتی می‌تواند نتیجه را ارتقا دهد. در مدل آموزشی دیگری که بررسی شده بود این موضوع مورد تأکید قرار می‌گیرد که در آموزش مهارت زندگی مرتبط با شغل حتماً آموزش‌دهنده باید اصول را بداند و هدف، حل مسئله در کار و کارآفرینی باشد که نیازمند مهارت‌های پیچیده است.

در مجموع به‌کارگیری مدل یادگیری بر اساس متدهای آموزش بالغان و حل مسئله برای آموزش مهارت‌های زندگی مرتبط با کار به این صورت است که مربی به عنوان یک محرک آگاهی‌دهنده و تسهیلگر عمل می‌کند و افراد می‌آموزند که مفهوم کارآفرینی را بدانند، خلاقانه فکر کنند تا کسب‌وکاری پیدا کنند و یک طرح کسب‌وکار واقع‌بینانه را توسعه دهند و در

1. Thomas
2. Bridwell
3. Suminar

کنار آن به یک متخصص برای مدیریت کارآفرین که با مشکلات مختلف روبرو می‌شود و از طریق شبکه‌سازی و ایجاد ارتباط در جامعه بزرگ‌تر کار را توسعه می‌دهد، تبدیل شوند (سومینار و همکاران، ۲۰۱۶).

یادگیری نیز در یک سیستم اجتماعی تعاملی و زیرساخت مشارکتی و پشتیبانی‌شده برای یادگیری مؤثر انجام می‌شود و شامل تجربیات افراد است و محیط، به عنوان یک منبع یادگیری در نظر گرفته می‌شود که به طور مستقیم بر برنامه‌ریزی و مدیریت کارآفرینی و مهارت یادگیری دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارد (سومینار و همکاران، ۲۰۱۶). تیواری^۱ معتقد است از دید کارشناسان تعلیم و تربیت، دانش‌آموزانی که از طریق یادگیری فعال به یادگیری می‌پردازند، نه‌تنها بهتر فرا می‌گیرند، بلکه از یادگیری لذت بیشتری هم می‌برند؛ زیرا آنها به جای این‌که شنونده صرف باشند، فعالانه در جریان یادگیری مشارکت می‌کنند و خود را مسئول یادگیری خویش می‌دانند (کردنوقابی و همکاران، ۲۰۱۴).

مطالعات متعددی مزیت یادگیری فعال را در حوزه‌های افزایش سطح، میزان و عمق یادگیری، میزان رضایت و ماندگاری اطلاعات در ذهن (بدری گرگری و همکاران، ۲۰۱۱؛ حیرانی و همکاران، ۲۰۲۰؛ طباطبایی و نصیری، ۲۰۲۱؛ پیشگاهی و همکاران، ۲۰۰۹)، روی فراگیران نشان داده است.

مطالعه موردی الویانتی^۲ روی آموزش مهارت‌های زندگی بر دختران حاشیه‌نشین در اندونزی، نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی به دختران محروم می‌تواند برای مبارزه با فقر و ایجاد فرصت‌های بیشتر برای کسب درآمد تأثیر قابل‌توجهی داشته باشد. او در مطالعه خود راهکارهایی ارائه می‌دهد تا با آموزش مهارت‌های لازم به دختران جوان در جوامع فقیر شرایط زندگی‌شان بهبود یابد. استراتژی‌های اجرایی برای حل این مشکل شامل تلاش برای

1. Tiwari

2. Elvayanti

تکمیل آموزش پایه، مشارکت بیشتر جامعه و والدین، تقویت برنامه‌های موجود برای افزایش ثبت‌نام در مدارس، استفاده از رویکردهای آموزش جانبی برای دسترسی بیشتر جوامع فقیرتر و دورافتاده و بهبود تساوی در دسترسی به آموزش پایه می‌شود (الویانتی، ۲۰۱۰).

پژوهش حاضر به‌منظور تدوین بسته آموزشی با هدف ارتقای توانمندی‌های شناختی- رفتاری افراد ساکن در مناطق حاشیه‌ای انجام شده است و به آموزش سه مهارت خودآگاهی، برقراری ارتباط مؤثر، تنظیم هیجان پرداخته تا بستری برای ورود و به‌کارگیری مهارت‌های زندگی در زندگی واقعی این اقشار، فراهم آورد.

از ویژگی‌های بسته آموزشی تدوین‌شده آن است که بر اساس نیازهای زنان و جوانان حاشیه‌نشین آماده شده است. از مزایای این بسته آموزشی می‌توان به توجه به فرهنگ مناطق حاشیه‌نشین و استفاده از ادبیات و زبان محاوره‌ای بومی که برای افراد در مناطق حاشیه‌نشین آشناست و همچنین استفاده از مثال‌های ملموس و مرتبط با زندگی زنان و دختران جوان در مناطق حاشیه‌نشین، اشاره کرد. مثلاً در فصل خودآگاهی برای شناخت الگوهای فکری مخرب از این مثال استفاده شده است: «زهره دختری ۱۶ ساله است که دو سال پیش ترک تحصیل کرده و دائماً در خانه با والدین خود درگیر است. او از این‌که در محله‌ای در جنوب شهر به دنیا آمده و پدرش یک نجار ساده است گله و شکایت می‌کند. او امیدی به زندگی آینده‌اش ندارد و به خود می‌گوید درس خواندن بی‌فایده است، آدم بدبخت همیشه بدبخته و تلاش بی‌فایده‌س و به همین دلیل ترک تحصیل کرده.

از ویژگی‌های دیگر بسته آموزشی به‌کارگیری یادگیری فعال و یادگیری مشارکتی در آموزش است. تکنیک‌های آموزشی به‌کاررفته در این بسته شامل بارش فکری، ایفای نقش، بازی، بحث و مناظره، فعالیت در گروه‌های کوچک و گروه‌های دوتایی می‌شود. این روش آموزشی به مخاطبان خود فرصت می‌دهد در خصوص موضوعات مطرح شده با یکدیگر گفتگو کرده و با نظرات همدیگر بیشتر آشنا شوند و همچنین متوجه شوند که مشکلاتی که

هر فرد دارد خاص او نیست و همه افراد با مشکلاتی در زندگی خود روبه‌رو هستند و هر کس به‌گونه‌ای سعی در حل مسائل خود دارد. از سوی دیگر وقتی به افراد اجازه صحبت در کلاس داده می‌شود، به آنها کمک می‌شود که پی ببرند می‌توانند صحبت کنند و نظرات آنها شنیده شود و این خود به افزایش قدرت تفکر، قدرت کلام و خود باوریشان کمک خواهد کرد.

ملاحظات اخلاقی

این مطالعه دارای کد اخلاق از کمیته پژوهش تحقیقات علمی (IR.IAU.TNB. REC.140) است.

سپاسگزاری

در اینجا بر خود لازم می‌دانم از زحمات فعالان محلی، مددکاران اجتماعی و روان‌شناسانی که در تدوین این بسته آموزشی مرا یاری کرده‌اند و همچنین از مرکز توسعه پیشگیری و درمان اعتیاد سازمان بهزیستی کشور تشکر کنم.

مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در آماده‌سازی این مقاله مشارکت داشتند.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی ندارد.

- Akbari-Zardkhaneh, S., Abbasi, F., Moghaddas, Kh., Ramazani, V., & Mamaghanieh, M. (2016), Effectiveness of life skills training for employed adults who work in organizational settings, *Applied Psychological Research Quarterly*, 7(2):179-200. (In Persian)
- AlizadehAghdam, M., Mohammadamini, H. (2012). A survey of the causes and the consequences of the slum areas formation with special attitudes towards the city of Khomein. *Quarterly of Social Studies and Research in Iran*. 1(2), 121-138. (In Persian)
- Badri Gregori, R., Rezaei, A., & Jedi Gregori, C. (2011), Comparison of the effect of teaching method based on active thinking (participatory method) and traditional teaching method in the learning of social studies lesson of male students, *Educational Sciences Quarterly*, 4(16):107-120. (In Persian)
- Bridwell, SD. (2020), I am not alone: Expanding the epistemological framework for supporting marginalized women's transformative learning, *Journal of Transformative Education*, 18(3):190-208.
- Elvyanti, S. (2010), *Life Skill Education for Marginalized Girls (Case Study in Indonesia)*, University Tun Hussein Onn Malaysia.
- Emami Nain, N., Mirhashemi, M., & Bagheri, N. (2023), Investigating the effectiveness of the educational package for improving individual skills on the cognitive-behavioral abilities of marginalized women. *Social Research Quarterly, Islamic Azad University, Rodhan Branch*, 58(14), 1-22.
- Fathi, A., Bagherzadeh, M. (2019), Predicting social security based on social health, communication skills, and life skills in women in marginal areas of Tabriz, *Journal of Social Security Studies*, 11(62):109-37. (In Persian)
- Firozabadi, SA., & Sadeghi, A. (2014), *Social exclusion, a sociological approach to deprivation*, Tehran, Sociologists Publications. (In Persian)
- Heirani, F., Shahmoradi, N., Tak, F., & Peymanfar, M. (2020), Comparing the effectiveness of the combined active-participatory teaching method with lectures in the course of preparation of financial statements in the field of accounting, Farhangian University: *Scientific Quarterly -Promotion of Education and Research*, 6(24):1-6. (In Persian)
- Iranian Students' News Agency (ISNA) (2017), *population of 19 million marginal residents, existence of 3000 marginal areas*, available at: <https://www.isna.ir/news/97050302025> (In Persian)

- Islamic Republic News Agency (IRNA) (2018), *Marginal areas; the source of social damage*, available at: <https://www.irna.ir/news/83171275> (In Persian)
- Jamali, S., Sabokdast, S., Nia, HS., Goudarzian, AH., Beik, S., & Allen, KA. (2016), The effect of life skills training on mental health of Iranian middle school students: A preliminary study, *Iranian journal of psychiatry*, 11(4):269.
- Klicke, Ch. (2012), *Life skills*, Tehran, Specialized Media Publications. (In Persian)
- Kord Noghabi, R., Jahan, F., & Bakhtiari, I. (2014), The Effectiveness of Lecture Methods of Instruction and Group Discussion in Learning Self-Awareness Skill among Students, *Quarterly Journal of Family and Research*, 10(4):101-120. (In Persian)
- Muruganatham, G. (2015), Developing of E-content package by using ADDIE model, *International Journal of Applied Research*, 1(3):52-4.
- Pishgahi, A., Dareshiri, Sh., Oliya, M., Halvani, A., Nouri Majellan, N., Roghani, H., & et al. (2009), The effect of active learning method on the level of satisfaction and retention of information of students of physiopathology course of Yazd University of Medical Sciences, *Iranian Journal of Medical Education*, 9(3):208-215. (In Persian)
- Rabbani, R., Haghghatian, M., Nazari, J., & Ghasemi, M. (2012), Sociological study of marginalization and its effect on mental health of marginalization (case study of Arznan and Darak) Zeinbiyeh of Isfahan, *Specialized Quarterly Journal of Social Sciences of Islamic Azad University - Shushtar Branch*, 5(14):95-126. (In Persian)
- Suminar, T., Prihatin, T., & Syarif, MI. (2016), Model of learning development on program life skills education for rural communities, *International Journal of Information and Education Technology*, 6(6):496.
- Tabatabai, Kh., & Nasiri, F. (2021), The effect of active teaching methods, games, the use of educational aids and skill-based assignments on learning math calculations in the first year of elementary school, *Research in mathematics education*, 2(3):43-50. (In Persian)
- Taremian, F., & Mehryar, A. (2008), Effectiveness of "Life Skills Training Program" in Prevention of Drug use among Secondary School Students, *Journal of Advances in Medical and Biomedical Research*, 16(65):77-88. (In Persian)

- Thomas, E. (2020), *Cross-cultural Challenges to the Development of a Culture-Sensitive Pedagogy within an Emerging 'Global Culture'*, London, Routledge.
- United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) (2007), *Which skills are life skills*, available at: <https://www.unicef.org/topics/life-skills>
- United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) (2012), *Global Evaluation of Life Skills Education Programmes*, available from: <https://evaluationreports.unicef.org/GetDocument?fileID=241>
- United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC), *Module 7 life skills*, available at: https://www.unodc.org/pdf/youthnet/action/message/escap_peers_07.pdf
- World Health Organization (2020), *Life skills education school handbook: Prevention of noncommunicable diseases*, available at: <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1276896/retrieve>

