



بررسی نقش آموزش مهارت‌های اولیه زندگی بر پیشگیری از بزهکاری (مطالعه موردی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج)

عبدالرحمن میرزاخانی^۱، صیاد درویشی^۲ و حسین حسنی ساطحی^۳

چکیده

زمینه و هدف: هدف از این پژوهش بررسی نقش آموزش مهارت‌های اولیه زندگی بر پیشگیری از بزهکاری است. مهارت‌های زندگی توانایی‌هایی هستند که با تمرین مداوم پرورش می‌یابند و شخص را برای روبروشدن با مسایل روزانه زندگی، افزایش توانایی‌های روانی، اجتماعی و بهداشتی آماده می‌کنند.

روش: پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، توصیفی - تحلیلی است که به روش پیمایش انجام شد. جامعه آماری پژوهش تمام دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج در سال ۱۳۹۷ هستند که از حدود ۲۱۰۰ نفر از آنها، ۱۵۵ نفر (پسر و دختر) به صورت نمونه‌گیری تصادفی در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه سنجش مهارت‌های زندگی توزیع و جمع‌آوری شد. برای بررسی ارتباط متغیرها از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد.

یافته‌ها و نتایج: نتایج حاکی از آن است که، r مشاهده شده در سطح $0/05$ ، همبستگی مثبت و معناداری را بین آموزش مهارت‌های تفکر خلاق و تفکر نقادانه و میزان بروز بزهکاری نشان می‌دهد. بنابراین همه فرضیه‌های پژوهش شدند. براساس جدول ضرایب رگرسیون، در بنای $0/65$ در سطح $0/50$ ، همبستگی مثبت و معناداری را نشان می‌دهد. بنابراین تقویت صفت‌های مهارت تفکر خلاق نظیر استقلال، خودتنظیمی، تحمل ابهام و داشتن پشتکار در مواجهه با شکست، می‌تواند برای پیشگیری از بزهکاری در دانش‌آموزان کمک موثری محسوب شود.

کلیدواژه‌ها: مهارت‌های زندگی، بزهکاری، پیشگیری، آموزش و دانش‌آموزش.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

□ **استناد:** میرزاخانی، عبدالرحمن؛ درویشی، صیاد؛ حسنی ساطحی، حسین (بهار، ۱۳۹۷). تحلیل جغرافیایی عوامل چیدمان فضا و ارتباط آن با وقوع جرایم شهری (مطالعه موردی: جرایم سرقت و مواد مخدر در شهر تهران). *فصلنامه رهیافت پیشگیری*، (۱)، ۷۱-۵۱.

۱. استادیار گروه پیشگیری انتظامی، دانشگاه علوم انتظامی امین

۲. استادیار دانشگاه علوم انتظامی امین. (نویسنده مسئول). 49darvishi@gmail.com

۳. دانشجوی دکتری حقوق. رایانامه: phd.hhspl@gmail.com

مقدمه

هر چند فرآیند جامعه‌پذیری هر فرد از خانواده آغاز می‌شود اما به تدریج این فرآیند در مدرسه و جامعه تکمیل می‌شود. در واقع مثلث خانواده، مدرسه و جامعه را باید سه جزء تشکیل دهنده رفتار فرد دانست. در این میان مدرسه از اهمیت و جایگاه انکارناپذیری برخوردار است، زیرا محیط مدرسه افزون بر تعلیم و آموزش وظیفه تربیت و پرورش را نیز بر عهده دارد و به همین جهت مدرسه را باید جایگاه پیدایش بسیاری از رفتارهای حال و آینده کودک و نوجوان محسوب کرد (هندرن، ارلی و بیرل، ۱۳۷۷).

سال‌های نوجوانی مرحله مهم و برجسته رشد و تکامل اجتماعی و روانی فرد به‌شمار می‌رود. در این دوره نیاز به تعادل هیجانی و عاطفی به‌ویژه تعادل بین عواطف و عقل، درک ارزش وجودی خویشتن، خودآگاهی (شناخت استعدادها، توانایی‌ها و رغبت‌ها)، انتخاب هدف‌های واقعی در زندگی، استقلال عاطفی از خانواده، حفظ تعادل عاطفی و روانی خویش در مقابل عوامل فشارزای محیطی، برقراری روابط سالم با دیگران، کسب مهارت‌های اجتماعی لازم در دوست‌یابی، شناخت زندگی سالم و موثر و چگونگی برخورد با آنان، از مهم‌ترین نیازهای نوجوانان به‌شمار می‌رود. بنابراین کمک به نوجوانان در رشد و گسترش مهارت‌های مورد نیاز برای زندگی موثر، ایجاد یا افزایش اعتماد به نفس در برخورد با مشکلات و حل آنها و همچنین کمک به آنها در رشد و تکامل عواطف و مهارت‌های اجتماعی لازم جهت سازگاری موفق با محیط اجتماعی و زندگی موثر و سازنده در جامعه، ضروری به نظر می‌رسد (شعاری نژاد، ۱۳۷۷).

تغییرات ناگهانی و گسترده‌ای که در جنبه‌های جسمانی، روانی و اجتماعی زندگی نوجوانان ایجاد می‌شود، مرحله‌ای بحرانی را ایجاد می‌کند که به‌دنبال آن مشکلات و ناسازگاری‌هایی را به همراه خواهد داشت. بنابراین با توجه به اهمیت دوران نوجوانی شناخت اصول علمی این مرحله، جهت پیشگیری از ناهنجاری‌ها و مشکلات ناشی از این تغییرات توسط آنها، تلقی می‌شود. یکی از برنامه‌های پیشگیرانه در این زمینه که در سطح جهان مورد توجه است، آموزش مهارت‌های زندگی به نوجوانان است.

سازمان جهانی بهداشت در سال ۱۹۹۳ به منظور پیشگیری اولیه و همچنین ارتقای سطح بهداشت روان برنامه مدونی با عنوان «آموزش مهارت‌های زندگی» آماده کرد که هدف از آن افزایش توانایی روانی اجتماعی فرد است. به دنبال این طرح، سازمان بهداشتی کشور پیش قدم اجرای این آموزش‌ها در سطوح مختلف و به ویژه با همکاری دفتر پیشگیری معاونت تربیت بدنی و تندرستی وزارت آموزش و پرورش در مدارس شد (سازمان بهداشت جهانی، ۱۳۸۸).

سازمان جهانی بهداشت، مهارت‌های زندگی را چنین تعریف می‌کند: توانایی انجام رفتار سازگارانه و مثبت به گونه‌ای که فرد بتواند با چالش‌ها و ضروریات زندگی روزمره کنار آید به طور کلی مهارت‌های زندگی، توانایی‌هایی هستند که منجر به ارتقای بهداشت روانی افراد جامعه، غنای روابط انسانی، افزایش سلامت و رفتارهای سالم در سطح جامعه می‌شوند. همچنین به صورت ابزاری در پیشگیری از آسیب‌های روانی- اجتماعی مبتلا به جامعه، نظیر اعتیاد، خشونت، آزار کودکان، خودکشی و مانند اینها نیز قابل استفاده هستند.

بهداشت روانی از جمله مهم‌ترین نیازهای انسان امروزی است که برای تامین آن لازم است فرد به دقت خود را بشناسد، دیگران را درک کند و روابط موثری با آن‌ها برقرار کند، هیجان‌های منفی و استرس‌های روزمره خود را شناسائی کند و آنها را کنترل کند، به شیوه‌ای موثر مشکلات خود را حل کرده و تصمیم‌گیری مناسبی داشته باشد، کلیشه‌ای فکر نکرده و اطلاعات را بدون پردازش و تفکر نقادانه نپذیرد. مهارت‌های زندگی عبارت‌اند از: مجموعه‌ای از توانایی‌ها که زمینه و بستر مقابله موثر با فشارهای روانی و آرایه رفتارهای مثبت و مفید را فراهم می‌آورند. بنابراین هدف از آموزش مهارت‌های زندگی ارتقاء سازگاری فرد ابتدا با خودش و سپس با دیگران و محیطی است که در آن زندگی می‌کنند. این مهارت‌ها به ما می‌آموزند که در طول زندگی به ویژه موقعیت‌های پرخطر چگونه عاقلانه و صحیح رفتار کنیم، زیرا قدرت سازگاری افراد در جامعه انسانی برابر نیست. در یک محیط مشابه اجتماعی، برخی انسان‌ها، توان مقابله با مشکلات و انتظارات را در اندک زمانی از دست می‌دهند و خیلی زود در دام انزوا و افسردگی با عملکرد نامناسب (رفتار ضد اجتماعی، تخریبی و مانند اینها)، گرفتار می‌شوند. در مقابل عده‌ای با اندیشه و تحلیل موقعیت، به رفتاری سازگارانه و همراه با تحمل رو می‌آورند. آنان همواره به راه‌های موثر و مفید می‌اندیشند و

به درستی می‌دانند که راهی برای حل مسئله وجود دارد. بنابراین پرسش اصلی پژوهش این است که «آموزش مهارت‌های اولیه زندگی بر پیشگیری از بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج به چه میزان موثر است؟».

مبانی نظری مهارت‌های زندگی

مهارت‌های زندگی عبارت‌اند از مجموعه‌ای از توانایی‌ها که زمینه سازگاری و رفتار مثبت و مفید را فراهم می‌آورند، این توانایی‌ها فرد را قادر می‌سازد تا مسئولیت‌های نقش اجتماعی خود را بپذیرد و بدون لطمه به خود و دیگران با خواست‌ها، انتظارات و مشکلات روزانه، به‌ویژه در روابط بین فردی به شکل موثری روبه‌رو شود (خنیفر و پورحسینی، ۱۳۸۶، ص ۲۶). مهارت‌های زندگی، مهارت‌هایی هستند که برای افزایش توانایی روانی - اجتماعی افراد آموزش داده می‌شوند و فرد را قادر می‌سازند که به‌طور موثر با مقتضیات و کشمکش‌های زندگی روبه‌رو شود. هدف از آموزش مهارت‌های زندگی، افزایش توانایی‌های روانی اجتماعی و در نهایت پیشگیری از ایجاد رفتارهای آسیب‌زننده به بهداشت و سلامت، و ارتقای سطح سلامت روان افراد است (سازمان جهانی بهداشت، ۱۹۹۸، ص ۱۶).

مهارت‌های زندگی، توانایی‌های اجتماعی برای رفتار انطباقی موثر هستند که افراد را قادر می‌سازد تا با مقتضیات چالش‌های زندگی روزمره مقابله کنند. منظور از مهارت‌های زندگی این است که هر کودک در کنار آموزش خواندن و نوشتن، به مهارت‌هایی دست یابد که بتواند ابتدا به شناخت درستی از خود دست پیدا کند و سپس به خوبی با افراد و محیط اطراف ارتباط برقرار سازد و به حل مشکلات خود و جامعه و محیط زیست یاری دهد (ولی‌زاده، ۱۳۸۱). مهارت‌های زندگی یعنی ایجاد روابط فردی مناسب و موثر انجام مسئولیت‌های اجتماعی، انجام تصمیم‌گیری‌های صحیح، حل تعارض‌ها و کشمکش‌ها بدون توسل به اعمالی که به خود یا دیگران صدمه می‌زنند. کودکان و نوجوانان باید این مهارت‌های شخصی و اجتماعی را یاد بگیرند تا بتوانند در مورد خود، انسان‌های دیگر و کل اجتماع به‌طور موثر شایسته و مطمئن عمل کنند (کمالوند، ۱۳۸۵). آموزش مهارت‌های زندگی، سلامت

روانی دانش‌آموزان دختر دبیرستانی را افزایش می‌دهد (آقاجانی، ۱۳۹۵). نتایج پژوهش‌ها نشان داده است که کودکان و نوجوانان دارای مهارت‌های ارتباطی ضعیف، با احتمال کمتری از سوی همسالانشان مورد پذیرش واقع می‌شوند (هدایتی، ۱۳۸۹، ص ۱۲۶).

انواع مهارت‌های زندگی از نظر سازمان جهانی بهداشت به شرح زیر است:

۱- **توانایی تصمیم‌گیری:** این توانایی به فرد کمک می‌کند تا به نحو موثری در مورد مسائل زندگی تصمیم‌گیری کند. اگر کودکان و نوجوانان بتوانند فعالانه در مورد اعمالشان تصمیم‌گیری کنند، جوانب مختلف انتخاب‌ها را بررسی و پیامد هر انتخاب را ارزیابی می‌کنند، در سطوح بالاتر بهداشت روانی قرار خواهند گرفت.

۲- **توانایی حل مسئله:** این توانایی فرد را قادر می‌سازد تا به طور موثری مسائل زندگی را حل کند. مسائل مهم زندگی چنانچه حل نشده باقی بماند، استرس روانی ایجاد می‌کنند که به فشار جسمانی منجر می‌شود.

۳- **توانایی تفکر خلاق:** این نوع تفکر، هم به حل مسئله و هم به تصمیم‌گیری‌های مناسب کمک می‌کند. با استفاده از این نوع تفکر، راهکارهای مختلف مسئله و پیامدهای هریک از آنها بررسی می‌شوند. این مهارت، فرد را قادر می‌سازد تا مسائل را از ورای تجارب مستقیم خود دریابد و حتی زمانی که مشکلی وجود ندارد و تصمیم‌گیری خاصی مطرح نیست، با سازگاری و انعطاف بیشتر به زندگی روزمره بپردازد.

۴- **توانایی تفکر نقادانه:** تفکر نقادانه، توانایی تحلیل اطلاعات و تجارب است. آموزش این مهارت، نوجوانان را قادر می‌سازد تا در برخورد با ارزش‌ها، فشار گروه و رسانه‌های گروهی مقاومت کنند و از آسیب‌های ناشی از آن در امان بمانند.

۵- **توانایی ارتباط موثر:** این توانایی به فرد کمک می‌کند تا بتواند کلامی یا غیرکلامی و مناسب با فرهنگ، جامعه و موقعیت، خود را بیان کند. بدین معنی که فرد بتواند نظرها، عقاید، خواسته‌ها، نیازها و هیجان‌های خود را ابراز و به هنگام نیاز بتواند از دیگران درخواست کمک و راهنمایی کند. مهارت تقاضای کمک و راهنمایی از دیگران، در مواقع ضروری، از علل مهم یک رابطه سالم است.

۶- **توانایی روابط بین فردی:** این توانایی به ایجاد روابط بین فردی مثبت و موثر فرد با انسان‌های دیگر کمک می‌کند. یکی از این موارد، توانایی ایجاد و ابقای روابط دوستانه است که در سلامت روانی و اجتماعی، روابط گرم خانوادگی به‌عنوان یک منبع مهم حیات اجتماعی، و قطع روابط اجتماعی ناسالم نقش بسیار مهمی دارد.

۷- **توانایی خودآگاهی:** توانایی شناخت خود و آگاهی از ویژگی‌ها، نقاط ضعف و قدرت، خواسته‌ها، ترس‌ها و انزجارهاست. رشد خودآگاهی به فرد کمک می‌کند تا دریابد تحت استرس قرار دارد یا نه و این پیش‌شرط و شرط ضروری روابط اجتماعی و روابط بین فردی موثر و همدلانه است.

۸- **توانایی همدلی:** یعنی اینکه فرد بتواند زندگی دیگران را در آن شرایط قرار نداد، 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. همدلی روابط اجتماعی را بهبود می‌بخشد و به ایجاد رفتارهای حمایت‌کننده و پذیرنده، نسبت به انسان‌های دیگر، منجر می‌شود.

۹- **توانایی مقابله با هیجان‌ها:** این توانایی فرد را قادر می‌سازد تا هیجان‌ها را در خود و دیگران تشخیص دهد. نحوه تاثیر هیجان‌ها بر رفتار را بداند و بتواند واکنش مناسبی به هیجان‌های مختلف نشان دهد. اگر با حالت‌های هیجانی، مثل غم و خشم یا اضطراب درست برخورد نشود این هیجان‌ها تاثیر منفی بر سلامت جسمی و روانی خواهند گذاشت و برای سلامت پیامدهای منفی به دنبال خواهند داشت.

۱۰- **توانایی مقابله با استرس:** این توانایی، شامل شناخت استرس‌های مختلف زندگی و تاثیر آنها بر فرد است. شناسایی منابع استرس و نحوه تاثیر آن بر انسان، فرد را قادر می‌سازد تا با اعمال و موضع‌گیری‌های خود فشار و استرس را کاهش دهد (سازمان جهانی بهداشت، ۱۹۹۸ به نقل از نوری و محمدخانی، ص ۱۸-۲۱).

بزهکاری

همواره بزهکاری در بین کودکان و نوجوانان وجود داشته، اما از اواخر قرن نوزدهم تخلف و قانون شکنی این گروه در کشورهای بزرگ صنعتی جلب توجه کرده است. هرگاه خانواده و

جامعه نسبت به کودکان و نوجوانان بی‌توجه و سهل‌انگار باشند و کودکی به بزهکاری روی آورد و به زندگی ناسالم عادت کند، در بزرگسالی احتمال بازگشت به اجتماع و اصلاح وی تا حدودی غیرممکن است. به همین جهت است که تمام تلاش حقوق‌دانان، جرم‌شناسان و جامعه‌شناسان، یافتن نظام قضایی و تربیتی ویژه‌ای برای بزهکاری خردسالان و نوجوانان است و این تلاش‌ها ارایه راهکارها و الگوهای خاصی برای تربیت و جایگزینی مجازات است که منجر به تصویب مقررات خاصی در قوانین کشورها و قوانین بین‌المللی شده است (نجفی‌توانا، ۱۳۸۲، ص ۲۱). بزهکاری از جمله رفتارهای ناسازگارانه‌ای است که از نوجوان سر می‌زند. اگرچه در نگاه اول، بزه پدیده‌ای فردی به نظر می‌رسد ولی با توجه به پیامدهای سوء آن برای جامعه، باید آن را از جمله آسیب‌های اجتماعی به حساب آورد (اشرف، ۱۳۹۳، ص ۱۷۶).

از آن‌جا که دلایل و عوامل بروز جرم در میان اطفال با افراد بزرگسال متفاوت بوده و از سوی دیگر این طبقه از جامعه دارای وضع روانی و اجتماعی حساس‌تر و به مراتب آسیب‌پذیرتری نسبت به سایرین هستند بنابراین باید روشی متناسب با شرایط و موقعیت این افراد به کار گرفته شود. این روش با عنوان سیاست کیفری مربوط به کودکان و نوجوانان بزهکار، اهمیت فراوانی دارد. برخورداری از یک سیاست جنائی و کیفری متناسب با شرایط و وضعیت صغار و نوجوانان می‌تواند به جامعه مدنی برای پیشبرد یکی از اهدافش که پیشگیری از وقوع جرائم در آینده است، کمک فراوانی کند (عباچی، ۱۳۸۸، ص ۱۲). سه دسته بزهکاران عبارت‌اند از: «بزهکاران روان‌رنجور»، «بزهکاران دارای اختلالات منش و بزهکاران جامعه‌ستیز ذاتی» و «بزهکاران روان‌پریش».

بزهکاران روان‌رنجور: افراد مبتلا به وسواس فکری- عملی هستند که به وسیله محرک‌های ناخودآگاه، مثل محرک‌های جنسی سرکوب‌شده به سمت ارتکاب عمل مجرمانه سوق داده می‌شوند. این افراد قادر به تحمل اضطراب نیستند. گروه دیگری از افراد روان‌رنجور، به واسطه احساسات گناهکارانه ناخودآگاه که ناشی از خشونت و تنفر عمیق آنان و احساسات گناهکارانه متعاقب آن است، مرتکب جرم می‌شوند. اعمال مجرمانه این بزهکاران عبارت است از: دزدی بیمارگونه، آتش‌افروزی، الکلیسم، قماربازی و ولگردی.

بزهکاران دارای اختلالات منش و بزهکاران جامعه‌ستیز: شامل مجرمانی هستند که دارای

اختلالات منش بوده و به خودی خود، نشانه‌های روان‌رنجوری را از خود نشان نمی‌دهند. این افراد ستیزه‌جو، ضداجتماعی، تحریک‌پذیر، خودشیفته، ناپایدار، لذت‌جو و از نظر احساسات، بی‌تفاوت‌اند. این اشخاص بیشتر در خانواده‌های بی‌ثباتی پرورش یافته‌اند که روابط عاطفی ضعیف و طرد و مسامحه شدید خانواده، آنها را از همسان‌سازی با مدل‌های نقشی صحیح باز داشته است. افراد این گروه ممکن است به تمام جرایم دست بزنند.

بزهکاران روان‌پریش و یا مبتلا به نقایص عقلی: شامل مجرمانی هستند که به واسطه نقص استدلال و منطق، از درک اینکه اعمال مجرمانه آنها خلاف است، عاجزند. این گروه شامل افراد مبتلا به اسکیزوفرنی و نقص عقلی و کسانی که دچار آسیب مغزی شده‌اند و همچنین افراد مبتلا به اختلال دوقطبی است. جرایم این گروه، ظاهراً بی‌معنا و عجیب هستند و شامل ارتکاب به انواع گوناگونی از جرایم ساده، زد و خورد، آتش‌افروزی، تجاوز جنسی و قتل عمد است (معظمی، ۱۳۸۸، ص ۱۰۹ و ۱۱۰).

جوادی (۱۳۸۹) در پژوهشی با عنوان «بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر میزان رضایت زناشویی و سبک‌های حل مسئله در زنان خانه‌دار» نوشته است: پژوهش حاضر قصد دارد به بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر رضایت زناشویی و شیوه‌های حل مسئله زنان خانه‌دار بپردازد. در این پژوهش که از نوع آزمایشی و با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون دو گروهی است، ۳۸ نفر (۱۹ نفر گروه آزمایش و ۱۹ نفر گروه کنترل)، در دوره آموزش مهارت‌های زندگی که شامل ۱۰ جلسه متوالی بود، شرکت کردند. آزمون‌های مورد استفاده در پژوهش، مقیاس رضایت زناشویی انریچ^۱ (فرم کوتاه) و مقیاس حل مسئله کیسیدی و لانگ^۲ بوده است که به صورت گروهی اجرا شد. نتایج تحلیل داده‌ها، با استفاده از آزمون تی مستقل برای مقایسه نمرات اخذ شده در پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی در افزایش میزان رضایت زناشویی و ارتقای مهارت‌های حل مسئله در ۴ سبک اجتناب، درماندگی، تقرب و خلاقیت موثر است و در ۲ سبک دیگر (کنترل مسئله و اعتماد در حل مسئله)، تفاوت‌ها

1. Enrique

2. Kissidy and Long

معنادار نبود. مقایسه نمرات به‌دست آمده از آزمون‌ها در پس آزمون گروه آزمایش و گروه کنترل نیز نشان داد که تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر رضایت زناشویی تفاوت معنادار نبود اما در ارتباط با متغیر حل مسئله در ۴ سبک (درماندگی، تقرب، خلاقیت و اعتماد در حل مسئله)، در سطح ۰/۰۵ معنادار بوده اما در ۲ سبک دیگر (اجتناب و کنترل مسئله)، تفاوت، معنادار نبود. در مجموع نتایج به‌دست آمده از پژوهش حاضر نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی موجب بهبود نسبی متغیرهای مورد نظر در گروه‌های شرکت کننده شده است. با توجه به نتایج پژوهش، پیشنهاد شده است که آموزش مهارت‌های زندگی به‌منظور افزایش رضایت زناشویی زوج‌ها و برخورد موثر با مسائل برای جلوگیری از بروز مشکلات در سطوح فردی، خانوادگی و اجتماعی، به‌صورت جدی‌تر و سازمان‌یافته‌تر در همه موسسه‌ها و سازمان‌ها به اجرا درآید. رزمگه (۱۳۹۰) در پژوهشی باعنوان «اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش امید به زندگی زندانیان شهرستان بانه در سال ۸۹-۹۰ (۱۳۹۰) جامعه آماری حاضر پژوهش یادشده عبارت بود از کلیه زندانیان شهرستان بانه به‌تعداد ۸۰ نفر که در سال ۸۹-۹۰ در زندان به سر می‌بردند. نمونه‌گیری در این پژوهش به‌شکل تصادفی ساده صورت گرفت. به این ترتیب که پس از اجرای آزمون، از بین زندانیانی که امید به زندگی پایین داشتند، ۴۰ نفر به‌طور تصادفی انتخاب و در دو گروه (۲۰ نفر گروه گواه و ۲۰ نفر گروه آزمایش)، قرار گرفتند. پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های نیمه آزمایشی با گروه گواه و آزمایش و پیش آزمون و پس آزمون است. ابزار مورد استفاده در پژوهش یادشده برای اندازه‌گیری امید به زندگی زندانیان، پرسشنامه ۲۰ سوالی ناامیدی بک^۱ (۱۹۸۶) است که در پیش آزمون و پس آزمون مورد استفاده قرار گرفته است. پس از انتخاب گروه گواه و آزمایش، گروه گواه در فهرست انتظار قرار گرفته و به گروه آزمایش ۱۰ جلسه یک و نیم ساعته مهارت‌های زندگی آموزش داده شد. پس از اتمام آموزش از تمام اعضای گواه و آزمایش پس آزمون به عمل آمده و داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت که نتایج به دست آمده با توجه به فرضیه پژوهش حکایت از معناداری افزایش امید به زندگی زندانیانی دارد که در آموزش مهارت‌های زندگی شرکت کرده‌اند. صدرمحمدی (۱۳۸۹) در پژوهشی با عنوان «بررسی

اثر بخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت ذهنی دختران دبیرستانی شهر رفسنجان» نوشته است که پژوهش یاد شده مطالعه نیمه تجربی است و نوع طرح به صورت پیش- پس آزمون و پیگیری گروه گواه است. جامعه آماری این مطالعه متشکل از همه دختران دانش‌آموز در مقطع دبیرستان در شهرستان رفسنجان در سال تحصیلی ۱۳۸۸-۱۳۸۹ است. روش نمونه‌گیری آن، خوشه‌ای چند مرحله‌ای است و از بین ۱۴۸ نفری که پرسشنامه را پر کردند، ۳۰ نفر که پایین‌ترین نمره را در پرسشنامه سلامت ذهن کسب کردند، انتخاب و به شکل تصادفی در دو گروه آزمایش ۱۵ نفر و گروه گواه ۱۵ نفر جایگزین شدند. اطلاعات توسط پرسشنامه تجدید نظر شده سلامت ذهن مولوی (۱۳۸۷)، که دارای ۳۹ عبارت، در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت ۱ تا ۵ است و همچنین توسط پرسشنامه محقق ساخته شامل اطلاعات جمعیت‌شناختی جمع‌آوری شد. افراد گروه مداخله در یک برنامه آموزشی ۹۰ دقیقه‌ای به مدت ۸ جلسه شرکت کردند و نمرات پس آزمون در جلسه آخر و نمرات پیگیری بعد از ۱ ماه جمع‌آوری شد. داده‌ها با آزمون کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان می‌دهد که نمرات سلامت ذهن در گروه مداخله و گواه در پیش آزمون تفاوت معناداری نداشت اما با ارائه آموزش مهارت‌های زندگی نمرات پس آزمون در گروه مداخله به‌طور معناداری بیشتر از گروه گواه بود و این تفاوت در نمرات پیگیری نیز قابل مشاهده بود. نتایج پژوهش یاد شده نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند در افزایش احساس شادی و رضایت از زندگی موثر باشد.

پیتمن و متی^۱ (۲۰۰۴) در پژوهشی دریافتند که برنامه تفهیم بیماری روانی و افزایش مهارت‌های زندگی، دانش بچه‌های دارای والدین مبتلا به بیماریهای روانی را درباره این بیماری‌ها افزایش می‌دهد و آن دسته از مهارت‌های زندگی را که برای کنار آمدن با چنین خانواده‌هایی مفید به نظر می‌رسد، در آنها پرورش می‌دهد. پیک، گیودان و پورتینگا^۲ (۲۰۰۳) در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های زندگی خودکارآمدی و عزت نفس دختران

1. Pitman , A. .& Matthey

2. Pick ,Givaudan & poortinga

نوجوان مکزیکی را افزایش می‌دهد. ایزن، زلمن، ماست و مورای^۱ (۲۰۰۴) در پژوهشی با عنوان «آموزش مهارت‌های مقابله‌ای به نوجوانان موثرتر از مراقبت‌های معمول در منصرف کردن و به تاخیر انداختن مصرف مواد مخدر در مدارس»، نشان دادند که اطلاعات پس از آزمون از ۶۲۹۳ دانش‌آموز پایه هفتم تفاوت معناداری با نمرات پیش‌آزمون آنها داشت. بدین معنی که در گروه آزمایش نسبت به گروه شاهد میزان مصرف مواد به طور معنی‌داری از خط پایه پایین‌تر آمده بود. بوتوین، گریفین، پول و ماکولای^۲ (۲۰۰۳) اثربخشی پیشگیری از سوء مصرف مواد بر پیشگیری از مصرف تنباکو و الکل را در بین دانش‌آموزان ابتدایی آزمون کردند. برنامه پیشگیری شامل آموزش مهارت‌های مقاومت اجتماعی و مهارت‌های صلاحیت فردی و اجتماعی عمومی بود، که متغیرهایی مانند میزان مصرف مواد و نگرش نسبت به مواد در بین ۱۰۹۰ نفر از دانش‌آموزان مورد آزمون قرار گرفت. نتایج نشان داد که نگرش ضد مصرف مواد به طور معنی‌داری در گروه آزمایش بالا رفته است. بوتوین، باکر، داسنبوری و بوتوین^۳ (۲۰۰۶)، ۴۴۶۶ دانش‌آموز مدارس نیویورک را طی سه سال تحت بررسی اثربخشی برنامه شناختی-رفتاری پیشگیری از سوء مصرف قرار دادند. در این مطالعه دانش‌آموزانی که ۶۰ درصد برنامه مداخله را دریافت کردند، کاهش معناداری در مصرف مواد نشان دادند و برنامه پیشگیری بر انتظارات هنجاری نسبت به مواد و دانش و نگرش مربوط به مواد، اثر معناداری داشت. مهتا و وایتبرید^۴ (۲۰۰۵) نتیجه گرفتند که برنامه آموزش فلسفه برای کودکان، تأثیر مثبت بر ایجاد روابط اجتماعی و عاطفی کودکان داشته و باعث پیشرفت آنان در زمینه رفتارهای اخلاقی مقبول در اجتماع شده است. تاپینگ (۲۰۰۳) نیز معتقد است که اجرای برنامه‌های مهارت‌آموزی، به کودکان کمک می‌کند تا به امتیازات ویژه‌ای از قبیل بهبود مهارت‌های ارتباطی و مشارکت در رفتارهای اجتماعی دست یافته و از این طریق می‌توان مهارت‌های اجتماعی، شناختی، کلامی و ارتباطی کودک را رشد داد (تاپینگ، ۲۰۰۳، ص ۳۴).

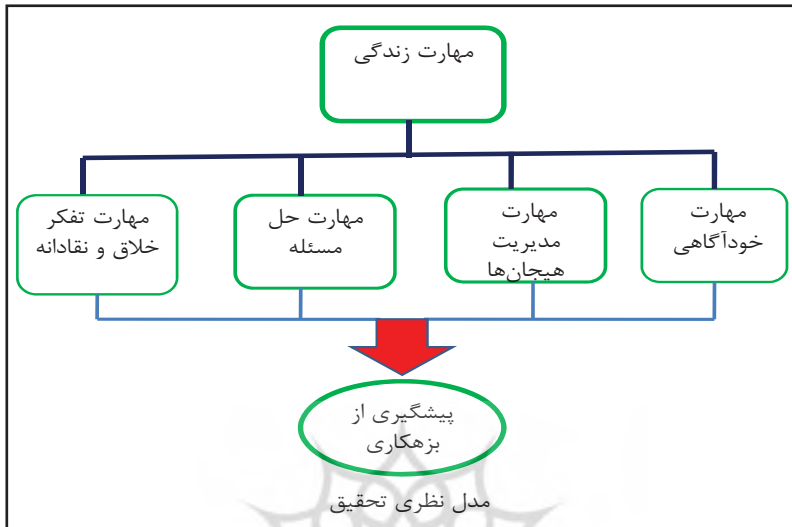
1. Eisen, Zellman, Masset, & murray

2. Botvin, Griffin, Paul, & Macaulay

3. Botvin, Baker, Dusenbury, Tortu, & Botvin

4. Mehta & Whitebeard

در این پژوهش با توجه به بررسی پیشینه و مبانی نظری تحقیق، مدل نظری پژوهش به شکل زیر ترسیم شد.



روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر نحوه گردآوری داده‌ها، در زمره پژوهش‌های توصیفی تحلیلی است که به روش پیمایشی انجام شد. در پژوهش‌های توصیفی برخلاف پژوهش‌هایی که هدفشان کشف روابط علت و معلولی است، هدف توصیف منظم و مدون موقعیتی ویژه به صورت واقعی و عینی یعنی (آنچه هست)، است (نادری و سیف نراقی، ۱۳۸۵، ص ۶۲). این پژوهش از آنجایی که به بررسی وضع موجود می‌پردازد در قلمرو پژوهش‌های توصیفی قرار دارد و از آنجایی که به بررسی و جایگاه نقش مهارت‌های زندگی در پیشگیری اولیه از بزهکاری در بین نوجوانان دانش‌آموز شهر کرج می‌پردازد پژوهش از نوع پیمایشی است. جامعه آماری پژوهش تمام دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج در سال ۱۳۹۷ هستند که از حدود ۲۱۰۰ نفر از آنها، ۱۵۵ نفر (پسر و دختر) به صورت نمونه‌گیری تصادفی در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه سنجش مهارت‌های زندگی توزیع و جمع‌آوری شد. برای بررسی ارتباط متغیرها از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد.

یافته‌ها

الف. توصیف داده‌ها: شاخص‌های توصیفی گروه نمونه به شرح جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی گروه نمونه

مولفه‌ها	میانگین	انحراف میانگین	میانه	نما	انحراف استاندارد	واریانس	کشیدگی	کمترین	بیشترین
مهارت خودآگاهی	۳/۹۱	۰/۰۸۳	۴/۰۰	۴	۰/۸۳۱	۰/۴۷۸	-۰/۵۱۹	۲/۸۹	۵
مهارت مدیریت هیجان‌ها	۴/۳۵	۰/۰۶۱	۵/۰۰	۴	۰/۵۸۳	۰/۶۷۱	-۰/۷۴۳	۲/۹۱	۵
مهارت حل مسئله	۴/۱۰	۰/۰۷۹	۴/۰۰	۴	۰/۷۶۳	۰/۵۸۲	-۰/۵۸۳	۲/۹۳	۵
مهارت‌های تفکر خلاق و نقادانه	۳/۹۷	۰/۰۵۹	۴/۰۰	۴	۰/۶۳۲	۰/۷۱۷	-۰/۴۹۷	۳	۵
مهارت زندگی	۴/۶۹	۰/۰۷۵	۴/۰۰	۴	۰/۶۹۱	۰/۶۳۹	-۰/۶۳۷	۲/۹۷	۵

یافته‌های پژوهش براساس فرضیه‌های پژوهش ارائه شده است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها افزون بر استفاده از آمار توصیفی، از روش‌های آمار استنباطی رگرسیون خطی و آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

آمار استنباطی: در این قسمت ابتدا نتایج بررسی نرمال بودن داده‌ها با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف گزارش می‌شود. علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

جدول ۲. نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای بررسی فرض نرمال بودن توزیع جامعه

سطح معناداری	K-S-Z	پرسشنامه
۰/۰۹	۰/۷۵	

با توجه به نتایج به دست آمده با ضریب ۰/۷۵ می‌توان فرض نرمال بودن داده‌ها را پذیرفت. فرضیه اول پژوهش: آموزش مهارت خودآگاهی بر میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج موثر است.

جدول ۳. نتایج ضریب همبستگی پیرسون فرضیه اول

سطح معناداری	r	فراوانی	فرضیه
۰/۰۰۱	۰/۵۲	۱۵۵	فرضیه اول

بنابر نتایج حاصله، r مشاهده شده در سطح $p \leq 0/05$ همبستگی مثبت و معناداری را بین آموزش مهارت خودآگاهی بر میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج نشان می‌دهد، بنابراین فرض صفر رد شده و فرضیه اول مورد تایید است.

جدول ۴. ضریب تعیین رگرسیون برای فرضیه اول

مدل	R ²	ضریب تعدیل	خطای ارزیابی
۱	۰/۲۸	۰/۰۰۷	۰/۰۷۴۱۷۹

ضریب تعیین ۰/۲۸ بدست آمد، یعنی آموزش مهارت خودآگاهی ۲۸ درصد بر میزان بروز بزهکاری تاثیرگذار است.

جدول ۵. معادله خط رگرسیون

سطح معناداری	مقدار تی	ضرایب غیر استاندارد		مدل
		ضرایب استاندارد	خطا	
۰/۰۰۰	۹/۳۸۲	بتا	خطا	عرض از مبدا
۰/۰۰۱	۴/۲۰۱	۰/۵۲	۰/۱۳۱	خودآگاهی

براساس جدول ضرایب رگرسیون، در بتای ۰/۵۲ در سطح $p \leq 0/05$ همبستگی مثبت و معناداری را نشان می‌دهد. براساس ضرایب این جدول می‌توان معادله خط رگرسیون را به صورت زیر نوشت:

$$\text{بزهکاری} = 1/826 + 0/156(\text{خودآگاهی})$$

فرضیه دوم پژوهش: آموزش مهارت مدیریت هیجان‌ها شامل خشم، اضطراب و افسردگی و مقابله با استرس بر میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج موثر است.

جدول ۶. نتایج ضریب همبستگی پیرسون فرضیه دوم

سطح معناداری	r	فراوانی	فرضیه
۰/۰۰۱	۰/۳۶	۱۵۵	فرضیه دوم

بنابر نتایج حاصله، r مشاهده شده در سطح $p \leq 0/05$ همبستگی مثبت و معناداری را بین آموزش مهارت مدیریت هیجان‌ها شامل خشم، اضطراب و افسردگی و مقابله با استرس و میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج نشان می‌دهد، بنابراین فرض صفر رد شده و فرضیه دوم تایید شد.

جدول ۷. ضریب تعیین رگرسیون برای فرضیه دوم

مدل	R^2	ضریب تعدیل	خطای ارزیابی
۱	۰/۱۷	۰/۰۱	۰/۰۴۱۱۲

ضریب تعیین ۰/۱۷ بدست آمد یعنی آموزش مهارت مدیریت هیجان‌ها ۱۷ درصد بر میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج تاثیرگذار است.

جدول ۸. معادله خط رگرسیون

مدل	ضرایب غیر استاندارد		ضرایب استاندارد		مقدار تی	سطح معناداری
	B	خطا	بتا			
۱	۲/۲۶	۰/۲۱۹			۸/۷۳۱	۰/۰۰۲
	۰/۱۵۱	۰/۰۴۱	۰/۳۶		۴/۵۴۰	۰/۰۰۱

براساس جدول ضرایب رگرسیون، در بتای ۰/۳۶ در سطح $p \leq 0/05$ همبستگی مثبت و معناداری را نشان می‌دهد. براساس ضرایب این جدول می‌توان معادله خط رگرسیون را به صورت

$$\text{بزهکاری} = ۰/۱۵۱ + ۲/۲۶(\text{مدیریت هیجان})$$

فرضیه سوم پژوهش: آموزش مهارت حل مسئله بر میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج موثر است.

جدول ۹. نتایج ضریب همبستگی پیرسون فرضیه سوم

فرضیه	فراوانی	r	سطح معناداری
فرضیه سوم	۱۵۵	۰/۴۶	۰/۰۰۱

بنابر نتایج حاصله، r مشاهده شده در سطح $p \leq 0/05$ همبستگی مثبت و معناداری را

آموزش مهارت حل مسئله و میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج نشان می‌دهد، بنابراین فرض صفر رد شده و فرضیه سوم مورد تایید است.

جدول ۱۰. ضریب تعیین رگرسیون برای فرضیه سوم

مدل	R ²	ضریب تعدیل	خطای ارزیابی
۱	۰/۲۱	۰/۰۰۵	۰/۰۶۳۴۵

ضریب تعیین برای این متغیر ۰/۲۱ به دست آمد، یعنی آموزش مهارت حل مسئله ۲۱ درصد بر روی میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج تاثیرگذار است.

جدول ۱۱. معادله خط رگرسیون

مدل	ضرایب غیر استاندارد		ضرایب استاندارد	مقدار تی	سطح معناداری
	B	خطا			
۱	۱/۷۳۰	۰/۱۵۱		۸/۲۰۸	۰/۰۰۰
	۰/۵۲	۰/۰۹۱	۰/۴۶	۵/۳۳۰	۰/۰۰۳

بر اساس جدول ضرایب رگرسیون، در بتای ۰/۴۶ در سطح $p \leq ۰/۰۵$ همبستگی مثبت و معناداری را نشان می‌دهد. بر اساس ضرایب این جدول می‌توان معادله خط رگرسیون را به صورت زیر نوشت:

$$\text{بزهکاری} = ۱/۷۳ + ۰/۲۵ (\text{حل مسئله})$$

فرضیه چهارم پژوهش: آموزش مهارت‌های تفکر خلاق و تفکر نقادانه بر میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج موثر است.

جدول ۱۲. نتایج ضریب همبستگی پیرسون فرضیه چهارم

فرضیه	فراوانی	r	سطح معناداری
فرضیه چهارم	۱۵۵	۰/۶۵	۰/۰۰۱

بنابر نتایج حاصله، r مشاهده شده در سطح $p \leq ۰/۰۵$ همبستگی مثبت و معناداری را بین آموزش مهارت‌های تفکر خلاق و تفکر نقادانه و میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره

دوم متوسطه شهر کرج نشان می‌دهد، بنابراین فرضیه چهارم مورد تایید است.

جدول ۱۳. ضریب تعیین رگرسیون برای فرضیه چهارم

مدل	R^2	ضریب تعدیل	خطای ارزیابی
۱	۰/۳۸	۰/۰۱	۰/۰۸۷۴۱۷

ضریب تعیین برای این متغیر ۰/۳۸ بدست آمد یعنی کمیت و کیفیت قوانین ۳۸ درصد بر روی میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج تاثیر گذار است.

جدول ۱۴. معادله خط رگرسیون

مدل	ضرایب غیر استاندارد		ضرایب استاندارد	مقدار تی	سطح معناداری
	B	خطا			
۱	۲/۷۸۶	۰/۲۱۷	بتا	۷/۸۲۰	۰/۰۰۵
	۰/۳۱	۰/۰۹۷	۰/۶۹	۴/۱۱۱	۰/۰۰۸

براساس جدول ضرایب رگرسیون، در بتای ۰/۶۹ در سطح $p \leq 0/05$ همبستگی مثبت و معناداری را نشان می‌دهد. براساس ضرایب این جدول می‌توان معادله خط رگرسیون را به صورت زیر نوشت:

$$\text{بزهکاری} = 2/786 + 0/31 (\text{مدیریت تفکر خلاق})$$

فرضیه اصلی پژوهش: آموزش مهارت‌های اولیه زندگی بر میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج موثر است.

جدول ۱۵. نتایج ضریب همبستگی پیرسون فرضیه اصلی

فرضیه	فراوانی	r	سطح معناداری
فرضیه اصلی	۱۵۵	۰/۶۱	۰/۰۰۱

بنابر نتایج حاصله، r مشاهده شده در سطح $p \leq 0/05$ همبستگی مثبت و معناداری را بین آموزش مهارت‌های اولیه زندگی و میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج نشان می‌دهد، بنابراین فرضیه اصلی مورد تایید است.

جدول ۱۶. ضریب تعیین رگرسیون برای فرضیه اصلی

مدل	R ²	ضریب تعدیل	خطای ارزیابی
۱	۰/۳۵	۰/۰۱	۰/۰۵۱۶۳

ضریب تعیین برای این متغیر ۰/۳۵ بدست آمد یعنی کمیت و کیفیت قوانین ۳۵ درصد بر روی میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج تاثیر گذار است.

جدول ۱۷. معادله خط رگرسیون

مدل	ضرایب غیر استاندارد		ضرایب استاندارد		مقدار تی	سطح معناداری
	B	خطا	بتا			
۱	۲/۲۳۶	۰/۱۱۵			۸/۳۱۵	۰/۰۰۲
	۰/۴۷۳	۰/۱۱۰	۰/۶۵		۴/۹۳۱	۰/۰۰۴

براساس جدول ضرایب رگرسیون، در بتای ۰/۶۵ در سطح $p \leq ۰/۰۵$ همبستگی مثبت و معناداری را نشان می‌دهد. براساس ضرایب این جدول می‌توان معادله خط رگرسیون را به صورت زیر نوشت:

$$\text{بزهکاری} = ۰/۴۷۳ + ۲/۲۳۶ (\text{مهارت‌های اولیه زندگی})$$

بحث و نتیجه گیری

در این قسمت ابتدا نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل آماری و آزمون پژوهش بیان می‌شود و در نهایت بر همین اساس پیشنهاداتی ارائه می‌شود. با توجه به نتایج آزمون فرضیه اول مبنی بر همبستگی مثبت و معنادار آموزش مهارت خودآگاهی با میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان، بنابراین با آموزش توانایی شناخت خود و آگاهی از ویژگی‌ها، نقاط ضعف و قوت، خواسته‌ها، ترس‌ها و انزجارها به افراد می‌توان از بروز بزهکاری‌ها پیشگیری کرد. براساس نتایج آزمون فرضیه دوم مبنی بر همبستگی مثبت و معنادار مهارت مدیریت هیجان‌ها شامل خشم، اضطراب و افسردگی و مقابله با استرس با میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان، بنابراین با آموزش افراد درخصوص نحوه کنترل و مدیریت در لحظاتی که افراد تحت تاثیر عوامل بیرونی دچار هیجانی ناخواسته می‌شوند، می‌توان از انجام بزهکاری جلوگیری کرد. براساس نتایج آزمون فرضیه سوم مبنی بر

همبستگی مثبت و معنادار آموزش مهارت حل مسئله و میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان، بنابراین آموزش افراد به‌منظور ترویج و تشویق به مثبت‌اندیشی، تشخیص صحیح و شناخت فرمول‌های عمومی حل مسائل، آزمایش راهکارهای مسئله برای کشف راه حل مؤثر و همچنین یاری طلبی از دیگران می‌تواند در جلوگیری از بروز بزهکاری کمک بسزایی کند. براساس نتایج آزمون فرضیه چهارم پژوهش مبنی بر همبستگی مثبت و معنادار آموزش مهارت‌های تفکر خلاق و تفکر نقادانه بر میزان بروز بزهکاری در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر کرج، بنابراین تقویت ویژگی‌های مهارت تفکر خلاق نظیر استقلال، خودتنظیمی، تحمل ابهام و داشتن پشتکار در مواجهه با شکست، می‌تواند برای پیشگیری از بزهکاری در دانش‌آموزان کمک موثری محسوب شود. نتایج این پژوهش با یافته‌های پژوهش پیک و همکاران (۲۰۰۳) و ایزن و همکاران (۲۰۰۴) هماهنگی و همسویی دارد. یافته‌های آنان نشان داد، آموزش مهارت‌های زندگی خودکارآمدی و عزت نفس دختران نوجوان را افزایش می‌دهد و همچنین آموزش مهارت‌های مقابله‌ای به نوجوانان موثرتر از مراقبت‌های معمول در منصرف کردن و به تاخیر انداختن مصرف مواد مخدر در مدارس است، در این پژوهش نیز تاثیر معنادار ابعاد مهارت‌های اولیه زندگی در پیشگیری از بزهکاری نوجوانان تایید شد. همچنین نتایج این پژوهش با یافته‌های بوتوین و همکاران (۲۰۰۶) که نشان دادند، آموزش مهارت‌های زندگی موجب کاهش مصرف مواد مخدر در بین دانش‌آموزان شده بود، در این مطالعه نیز مشخص شد، مهارت‌های خودآگاهی، مدیریت هیجان‌ها، حل مسئله و تفکر خلاق بر پیشگیری از بزهکاری نوجوانان تاثیر مثبت و معناداری دارد.

پیشنهادها: برای پیشگیری اولیه از بزهکاری بر اساس آموزش مهارت‌های زندگی، بر طبق نتایج این پژوهش، پیشنهادات زیر ارائه می‌گردد:

۱- تولید و ترویج برنامه‌های آموزشی و پرورشی توسط نهادهای مسئول و متوالی، نظیر وزارت ارشاد و صدا و سیما با ارائه محتوای آموزشی مناسب و متناسب با کودکان و نوجوانان و استفاده مناسب از ظرفیت‌های تمام رسانه‌های حقیقی و مجازی در جهت توسعه و نهادینه‌سازی مهارت‌های اولیه زندگی؛

۲- تولید و ساخت ابزارهای سرگرمی برای نوجوانان نظیر فیلم، بازی‌های رایانه‌ای، کتاب و مانند

اینها که منطبق و پرورش دهنده اصول آموزش مهارت‌های زندگی باشند و بتواند سطح مهارت خودآگاهی و مهارت مدیریت هیجان‌ها در سنین کودکی و نوجوانی نهادینه کرده و میزان خودپایی و تاب‌آوری فرد را افزایش دهد؛

۳- برنامه‌ریزان آموزش و پرورش، آموزش مهارت‌های زندگی را به‌عنوان یک درس اجباری در فهرست دروس مدارس قرار دهند و شاخص‌های مهارت اولیه زندگی را در همان سنین اولیه در کودکان فرهنگ‌سازی و پایدار کنند؛

۴- اجرای کارگاه‌های آموزش مهارت‌های زندگی برای والدین و دانش‌آموزان برای آشنایی با ضرورت و اهمیت موضوع و کمک در یادگیری، آموزش و نهادینه‌سازی این مهارت‌ها در کودکان و نوجوانان.

فهرست منابع

- آقاجانی، مریم. (۱۳۹۵). *تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روان و منبع کنترل نوجوانان*. تهران: انتشارات جهاد دانشگاهی، چاپ اول.
- اشرف، احمد. (۱۳۹۳). *کژ رفتاری، مسائل انسانی و آسیب اجتماعی*. تهران: انتشارات آموزشگاه عالی خدمات اجتماعی.
- جوادی، زینب. (۱۳۸۹). *بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر میزان رضایت زناشویی و سبک‌های حل مسئله در زنان خانه‌دار*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه گیلان.
- شعاری‌نژاد، علی‌اکبر. (۱۳۹۴). *فعالیت‌های اجتماعی و گروهی*. (چاپ دوم). تهران: مؤسسه فرهنگی منادی تربیت.
- صدرمحمدی، رضوان. (۱۳۸۹). *بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت ذهنی دختران دبیرستانی شهر رفسنجان*. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه اصفهان، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.
- رزمگه، عیسی. (۱۳۹۰). *اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر افزایش امید به زندگی زندانیان شهرستان بانه در سال ۹۰-۱۹*. (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه علامه طباطبایی، پردیس آموزش‌های نیمه حضوری.
- هندرن، رابرت؛ ارلی، جان و بیرل، روانا. (۱۳۷۷). *برنامه‌های بهداشت روان مدارس*. (ربابه نوری قاسم آبادی و کارینه طهماسیان، مترجمان). تهران: انتشارات معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی کشور.
- سازمان بهداشت جهانی. (۲۰۰۱). *برنامه آموزش مهارت‌های زندگی*. (ربابه نوری قاسم آبادی و پروانه محمدخانی، مترجمان). تهران: واحد بهداشت و روان و پیشگیری از سوء مصرف مواد سازمان بهداشت جهانی.
- کمالوند، نورالدین. (۱۳۸۵). *جرم، بزهکاری و پیشگیری*. نشریه حمایت.
- خنیفر، حسین و پورحسینی، مؤده. (۱۳۸۶). *مهارت‌های زندگی*. (چاپ دوم). مرکز نشر حاجت.
- عباچی، مریم. (۱۳۸۸). *حقوق کیفری اطفال در اسناد سازمان ملل متحد*. تهران: دانشگاه شهید بهشتی.
- ولی‌زاده و علی‌زاده. (۱۳۸۱). *آموزش مهارت‌های زندگی*. نشریه اطلاعات عمومی. شماره ۵، ص ۳۴ و ۳۵.
- هدایتی، م. (۱۳۸۹). *کودکان متفکر، روابط میان فردی موثر*. فصلنامه تفکر و کودک. شماره ۱، صص ۱۲۵-۱۴۵.

- معظمی، شهلا. (۱۳۸۸). بزهکاری کودکان و نوجوانان. چاپ اول، تهران: نشر دادگستر.
- نادری، عزت‌الله و سیف‌نراقی، مریم. (۱۳۸۵). روش‌های تحقیق در علوم انسانی (با تأکید بر علوم تربیتی). تهران: نشر بد.
- نجفی‌توانا، علی. (۱۳۸۲). نابینجاری و بزهکاری اطفال و نوجوانان. (چاپ اول). تهران: انتشارات راه و تربیت وابسته به مرکز آموزشی و پژوهشی سازمان زندان‌ها.
- Botvin, G.J., & Griffin, K.W. Paul, E. & Macaulay, A. P. (2003). Preventing tobacco and alcohol use among elementary school student through Life Skills Training. *Journal of child & adolescent substance abuse*, 12(4), pp 1-17.
- Botvin, G.J., Baker, E. Dusenbury, L. Tortu, S. and Botvin, E. M. (2006). Preventing adolescent drug abuse through a multimodal cognitive behaviora Approach, Results of a three- year study. *Journal of consulting and clinical psychology*. (58), pp 437-446.
- Eisen, M. Zellman, G. L. Masset, H.A & Murray, D. M. (2004). Evaluating the lion-quest skills for adolescence. *Drug education*, 14(4), pp 369-378.
- Pick, S., Givaudan, M., & poortinga, V.H. (2003). Sexuality and life skills education: A multistrategy intervention in Mexico. *American Psychologist*, 58(3), pp 230-234.
- Pitman, A., & Matthey, S. (2004). The SMILES program: A group program for children with mentally ill parents or siblings. *American Journal of Orthopsychiatry*, 74(3), pp 383-388.
- Topping, K. J. (2003). Developing thinking skills with peers, parents and volunteers: Thinking classroom. *Thinking Classroom Journal*, (4), pp 27-36.
- Mehta, S., & Whitebeard, D. (2005). Philosophy for children and moral development in the India context. Cambridge University.