

Original Article

**Proposing a Model to Enhance Students' Life Skills:  
Based on a Mixed-Methods Research**

**Samane Bahri Shabanipur\***  
**Narges Hassan Moradi\*\***  
**Rashid Zolfaghari Zafrani\*\*\***

**Introduction**

Life skills are essential in most educational systems, as they assist individuals in navigating daily challenges and improving personal and social well-being. This research aims to develop an effective model for enhancing students' life skills.

**Method**

The research aimed to develop a model using an exploratory mixed-methods approach to enhance students' life skills. In the qualitative phase, semi-structured interviews were conducted with 16 researchers and experts through purposeful sampling until theoretical saturation was achieved. For the quantitative phase, a sample of 424 students was selected from a population of 139,701 at the Islamic Azad University of Tehran in the 2023 academic year, using Cochran's formula and simple random sampling. Qualitative analysis involved inductive content analysis and coding at three levels: open, central, and selective. The quantitative component utilized a researcher-made questionnaire based on qualitative findings. Content validity was assessed by professors, and construct validity was confirmed through confirmatory factor analysis. The tool's reliability was determined

---

\* Ph.D. student in higher education management, Faculty of Management, Islamic Azad University, North Tehran Branch, Tehran, Iran.

\*\* Associate Professor of Educational Management, Faculty of Management, Islamic Azad University, North Tehran Branch, Tehran, Iran. *Corresponding Author:*

[morade\\_n@yahoo.com](mailto:morade_n@yahoo.com)

\*\*\* Associate Professor, Faculty member of Islamic Azad University, Roodehen Branch, Tehran, Iran.

using composite reliability. Quantitative data were analyzed through factor analysis and structural equation modeling using Smart PLS software.

## **Results**

The qualitative findings revealed that improving students' life skills involved four main dimensions with 14 components. By integrating these findings with prior research and expert insights, an initial conceptual model emerged. These dimensions include the educational environment (supportive structure, intellectual and motivational settings, and supportive rules), professors' characteristics (scientific and practical expertise, and professional interactions), teaching and learning skills (knowledge, specialized skills, general skills, spiritual skills, cognitive skills, and metacognitive skills), and the development of individual skills (personal, thinking, emotional, cognitive, and social skills).

## **Discussion**

The model for enhancing students' life skills encompasses four dimensions: the educational environment, professors' characteristics, teaching and learning skills, and individual skill development. It is recommended that this model be considered in educational, student, and cultural planning regarding students' life skills.

**Keywords:** Student Life skill, Model, Education, Higher Education, Students

**Author Contributions:** This research is part of a Ph.D. dissertation of author 1 which was done by helping of author 2 as Supervisor and author 3 as Advisor.

The process of collecting, analyzing and interpreting the findings and writing the text of the article was done with the exchange of opinions of all colleagues.

**Acknowledgments:** The authors thank all dear colleagues and professors who have helped us in this research.

**Conflicts of interest:** The authors declare there is no conflict of interest in this article.

**Funding:** This research is not sponsored by any institution and all costs have been borne by the authors

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۱۱/۰۴  
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۱/۲۹

مجله‌ی علوم تربیتی دانشگاه شهید چمران اهواز  
بهار و تابستان ۱۴۰۳، دوره‌ی ششم، سال ۳۱  
شماره‌ی ۱، صص: ۱۲۲-۱۰۳

مقاله پژوهشی

## پیشنهاد الگویی برای ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان: بر اساس یک پژوهش آمیخته

سمانه بحری شعبانی پور\*

نرگس حسن مرادی\*\*

رشید ذوالفقاری زعفرانی\*\*\*

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف ارائه الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان و طراحی مدل جامع انجام شده است. روش پژوهش از نوع آمیخته اکتشافی صورت گرفت. در بخش کیفی از طریق مصاحبه نیمه ساختاریافته با ۱۶ نفر از اعضای هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی به شیوه نمونه‌گیری هدفمند تا مرزاشباع نظری مطالعه به عمل آمد. ابزار بخش کمی، پرسشنامه محقق ساخته براساس یافته‌های بخش کیفی بود. تایید روایی محتوای پرسشنامه از دیدگاه اساتید، روایی سازه از تحلیل عاملی تاییدی و پایایی ابزار به شیوه پایایی ترکیبی انجام شد. تحلیل داده‌ها در بخش کیفی، با استفاده از تحلیل محتوای استقرایی و کدگذاری در سه سطح باز، محوری و انتخابی انجام شد. در بخش کمی، جامعه آماری پژوهش دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۱ به تعداد ۱۳۹۷۰۱ نفر بودند که تعداد ۴۲۴ نفر بر اساس فرمول کوکران و به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای به عنوان نمونه انتخاب شدند. تحلیل داده‌های بخش کمی به روش تحلیل عاملی و مدل‌سازی معادلات ساختاری صورت گرفت. براساس یافته‌های تحقیق؛ چهار بعد محیط آموزشی، ویژگی‌های استادان، آموزش و یادگیری مهارت‌ها و توسعه مهارت‌های فردی با چهارده مؤلفه در طراحی مدل منظور گردیدند. نتیجه شاخص نیکویی برازش نیز نشان داد عملکرد کلی الگوی ارائه شده از کیفیت مناسبی برخوردار است. این مدل می‌تواند در برنامه‌ریزی‌های آموزشی، دانشجویی و فرهنگی دانشگاه مفید باشد و به ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان کمک نماید.

**واژه‌های کلیدی:** مهارت‌های زندگی دانشجویی، الگو، آموزش عالی، دانشجویان

\* دانشجوی دکتری مدیریت آموزش عالی، دانشکده مدیریت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران.

\*\* دانشیار مدیریت آموزشی، دانشکده مدیریت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شمال، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)  
morade\_n@yahoo.com

\*\*\* دانشیار مدیریت آموزش عالی، دانشکده مدیریت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، تهران، ایران.

## مقدمه

تغییرات سریع اجتماعی، فرهنگی، تغییر ساختار خانواده، شبکه گسترده و پیچیده ارتباطات انسانی و تنوع و گستردگی در منابع اطلاعاتی انسانها را با چالش‌ها، استرس‌ها و فشارهای متعددی روبرو نموده است که مقابله مؤثر با آنها نیازمند توانمندی‌های روانی - اجتماعی می‌باشد. از جمله مداخله‌های مؤثر در بهبود عملکرد اجتماعی، آموزش مهارت‌های زندگی است. بطور کلی مهارت‌های زندگی افراد را قادر می‌سازد تا دانش‌ها، نگرش‌ها و ارزش‌های خود را به توانایی‌های بالفعل تبدیل کنند. مهارت‌های زندگی با کارگیری کنترل و نظم بخشی به عواطف و احساسات، کنترل فشار روانی، برقراری ارتباط مؤثر و خودکنترلی، سبب بهبود روابط و مهارت‌های اجتماعی می‌شوند (Mobayeni et al., 2023, 199). این مهارت‌ها مجموعه‌ای از توانایی هستند که زمینه سازگاری و رفتار مثبت و مفید را فراهم می‌آورند؛ در نتیجه فرد را قادر می‌سازند بدون اینکه به خود یا دیگران صدمه بزند، مسئولیت‌های مربوط به نقش اجتماعی خود را بپذیرد و با چالش‌ها و مشکلات روزانه زندگی، با خود، دیگران و محیطی که در آن زندگی می‌کند تعادل ایجاد کند (Jabbari Zahirabadi et al., 2022, 4). آموزش مهارت‌های زندگی اساساً مبانی رشدی هستند که جنبه‌های مختلف خانوادگی، تحصیلی، اجتماعی و شغلی را در بر می‌گیرند (Zirakpour & Najarpour, 2021, 178).

اهمیت مهارت‌های زندگی برای مواجهه با مسائل و مشکلات زندگی روزمره و تأثیر آن بر بهبود زندگی فردی و اجتماعی و افزایش توانمندی افراد، سبب شده است تا این موضوع در اکثر نظام‌های آموزشی نیز مورد توجه قرار گیرد. توانایی‌هایی نظیر تصمیم‌گیری، حل مشکلات، تفکر خلاق و انتقادی، ارتباط مؤثر در روابط بین فردی، خودآگاهی، همدلی و کنترل احساسات و استرس برای سلامتی روانی و اجتماعی از جمله ضروریاتی هستند که نیاز به آموزش و تقویت در طول زمان دارند. این موضوعات در دوران نوجوانی و جوانی افراد از اهمیت بیشتری برخوردار هستند. به طور مثال یکی از مسائلی که جوامع با آن مواجهند تغییرات مداوم در ساختارهای زندگی است. در این خصوص بسیاری از نوجوانان به جای آنکه مهارت‌های لازم برای پیشرفت در بزرگسالی را بیاموزند، بدون برنامه و راهنمایی و حمایت وارد جامعه می‌شوند. از این رو، اگر افراد مهارت‌های لازم زندگی را در خانه یاد نگیرند (برای مقابله با خواسته‌های بزرگسالی) باید مهارت‌های مورد نیاز خود را در جای دیگری آموزش ببینند. لذا نقش نظام

آموزشی در این خصوص برجسته می‌گردد. از اینرو از جمله اهداف اصلی نظام آموزشی این است که افراد را به عنوان اعضای مستقل و مسئول در جامعه آماده کند (Cassidy, 2016, 5). در این خصوص و براساس گزارش یونیسف (۲۰۱۲)، مهارت‌های زندگی را می‌توان به روش‌های مختلف در دانشگاه‌ها ارائه کرد (Unicef, 2012). بطور مثال می‌توان آن را به عنوان یک دوره جدید، یا به عنوان مکمل در محتوای سایر دوره‌ها ارائه کرد. در برخی موارد هم می‌توان آن را به عنوان یک فعالیت فوق برنامه ارائه نمود. در واقع مهارت‌های زندگی مهارت‌ها و دانش‌هایی هستند که برای یک زندگی مؤثر ضروری و متفاوت از مهارت‌های تحصیلی هستند. دانشجویان با یادگیری نحوه برخورد با زندگی علاقه بیشتری به تجربیات جدید خواهند داشت و نحوه مواجه شدن با مشکلات و سختی‌ها را می‌آموزند. همچنین فرض بر این است که این امر در افزایش آگاهی دانشجویان و کاهش زمان سازگاری در هنگام‌گذار از یک سطح آموزشی به سطح دیگر مؤثر خواهد بود. مهارت‌های زندگی می‌توانند به دانشجویان در موفقیت‌های مراحل بعدی زندگی نیز کمک کنند. از این رو آموزش مهارت‌های زندگی، بخش مهمی از برنامه درسی اکثر نظام‌های آموزشی دنیا را تشکیل می‌دهد (Amoosoltani et al., 2021, 243).

یک رویکرد آموزشی مبتنی بر مهارت‌های زندگی، طراحی و برنامه‌های مداخله‌ای را برای بهبود توانایی نوجوانان در مواجهه با چالش‌های زندگی فراهم می‌کند. به طور مثال آموزش عاطفی، شامل تفکر، احساسات و رفتار در این برنامه‌ها ادغام می‌شوند و بهبود شایستگی‌های اجتماعی و عاطفی فراگیران و همچنین عملکرد تحصیلی آن‌ها مد نظر قرار می‌گیرد (Gazıoğlu & Canel, 2015). یادگیری این مهارت‌ها برای همه افراد جامعه ضروری است، اما در سنین نوجوانی و جوانی از اهمیت بالاتری برخوردار می‌گردد. چرا که هم زمان با رشد جسمانی و روانی، انتظار جامعه و خانواده از نوجوان و جوان افزایش می‌یابد؛ به طوری که آن‌ها می‌پذیرند به سبب زندگی اجتماعی، بخشی از تمایلات خود را محدود کنند و در چارچوب هنجارهای اجتماعی و گروهی قرار گیرند (Fazalalizadeh & Masoumi, 2019). ایجاد زمینه آموزش مهارت زندگی به دانشجویان این فرصت را می‌دهد که نه تنها دانش نظری، بلکه نگرش‌ها، عادات و مهارت‌های اجتماعی را نیز بیاموزند. ایجاد و حفظ محیط یادگیری مثبت از یادگیری دانشجویان حمایت می‌کند و فرصت‌هایی را برای رشد اجتماعی و عاطفی ارائه می‌دهد. از آنجایی که دانشجویان از طریق آموزش عالی به شهروندانی تبدیل می‌شوند که ماهیت جامعه ما را

تعیین می‌کنند در نتیجه آموزش عالی از طریق بهبود قابل ملاحظه مهارت‌های زندگی در افراد، فرصتی حیاتی برای تأثیر گذاری بر آینده بوجود می‌آورد. بنابراین نظام آموزش عالی باید فراگیران را به دانش و نگرش و مهارت‌های لازم مجهز سازد. فراتر از آن باید به آنها بینشی دهد تا در پرتو آن بتوانند به یادگیری خود در سراسر زندگی ادامه دهند و در عرصه توسعه اقتصادی و اجتماعی حضوری فعال داشته و به توسعه فردی خود توجه نمایند (Ghavanlou et al., 2020, 403).

با توجه به آنچه که در بالا به آن اشاره شد می‌توان گفت در شرایط پیچیده و متحول جامعه امروز، آموزش مهارت‌های زندگی از مهم‌ترین و ارزشمندترین اهداف و رسالت نظام آموزش عالی کشور محسوب می‌شود. آنچه مسلم است دانشجویان نیازمند مجموعه‌ای از شایستگی‌ها، مهارت‌ها، توانایی‌ها، و ویژگی‌های خاص برای رشد و توسعه خود هستند. برخورداری از الگوی مناسب ارتقاء مهارت‌های زندگی به آنها کمک می‌کند تا شایستگی‌های خود را شناسایی نموده و برنامه‌های پیشرفت فردی خود را طرح ریزی نمایند. اما علیرغم اهمیت این موضوع، بررسی‌ها نشان می‌دهد که تاکنون طرح و الگویی برای ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان مورد توجه محققان قرار نگرفته است. لذا در این پژوهش محققان در پی این بوده‌اند که ضمن شناخت ابعاد و مؤلفه‌های ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان، الگوی مناسبی را برای ارتقاء مهارت‌های زندگی آنها ارائه نمایند.

### سؤالات پژوهش

۱. ابعاد و مؤلفه‌های ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان کدامند؟
۲. براساس ابعاد و مؤلفه‌های شناسایی شده، الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان چگونه است؟

### روش

این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی و از نظر ماهیت، آمیخته از نوع طرح اکتشافی (کیفی- کمی) است. در بخش کیفی از روش کیفی مطالعه موردی و در بخش کمی از روش توصیفی- پیمایشی استفاده شده است. جامعه آماری بخش کیفی را اعضای هیات علمی دانشگاه آزاد اسلامی صاحب نظر در حوزه مهارت‌های زندگی در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ تشکیل می‌دهند. روش

نمونه‌گیری در بخش کیفی به صورت هدفمند بر مبنای «اشباع» نظری بود که تعداد نمونه در این بخش به ۱۶ نفر رسید. جامعه آماری در بخش کمی؛ شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی شهر تهران به تعداد ۱۳۹۷۰۱ نفر بود. با استفاده از فرمول کوکران تعداد ۳۷۸ نفر به عنوان حجم نمونه در نظر گرفته شد. برای اطمینان بیشتر، حدود ۱۵٪ نمونه بیشتری انتخاب و از ۴۲۴ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مطالعه به عمل آمد. ابزار گردآوری داده‌ها در بخش کیفی مصاحبه نیمه ساختار یافته بود و تجربه و تحلیل داده‌ها براساس کدگذاری باز، محوری و انتخابی استروس و کوربین صورت گرفت. در کدگذاری باز، داده‌های خام به شکل واحدهای معنایی از همدیگر تفکیک شده و اسامی نسبت داده شده به واحدهای معنایی یک کد با مفهوم را شکل می‌دهد. مفاهیم ایجاد شده به طور پیوسته با همدیگر مقایسه می‌شوند تا مشخص شود که آیا مفهوم تازه یک رویداد متفاوت از مفاهیم قبلی است یا نه. اگر متفاوت بود بر مفاهیم قبلی اضافه می‌شود ولی اگر بر رویدادهای مشابه با یکی از مفاهیم قبلی دلالت داشت با آن تلفیق و به عنوان یک مفهوم تلقی می‌شود. کدگذاری محوری به تمرکز بر یک مقوله خاص، طرح درباره آن و یافتن پاسخ این سؤالات اشاره دارد. برای تحقق این امر در این پژوهش توجه عمیق به بافت، اعمال تعاملات و پیامدها مدنظر بوده است. کدگذاری انتخابی آخرین مرحله تحلیل داده‌ها است. جایی که یک مقوله محوری انتخاب و به عنوان ابزاری برای یکپارچه سازی مقوله‌های اصلی دیگر و بدین وسیله ایجاد ادعای نظری قرار می‌گیرد. همچنین ابزار گردآوری داده‌ها در بخش کمی پرسشنامه محقق ساخته شده بود. پرسشنامه شامل ۷۳ گویه می‌باشد. منابع گویه‌های مربوط به پرسشنامه از چارچوب نظری پژوهش و مؤلفه‌های استخراج شده از مصاحبه کیفی بود. برای حصول اطمینان از روایی بخش کیفی از بازبینی توسط اعضاء، بررسی همکار و مثلث سازی منابع داده‌ها استفاده شد. به منظور پایایی بخش کیفی، مصاحبه‌های پژوهش حاضر توسط شخص دیگری کد گذاری شد و نتایجی مشابه کد گذاری انجام شده توسط پژوهشگر به دست آمد. روایی پرسشنامه از طریق روایی محتوا (نظر اعضای مصاحبه شونده و صاحب‌نظران) و روایی سازه (با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی) تایید شد. همچنین به منظور محاسبه پایایی از ضریب آلفای کرونباخ با استفاده از نرم‌افزار Spss26 بهره گرفته شد. ضریب آلفای محاسبه شده برای شاخص‌ها بیشتر از ۰/۷ بوده و بیانگر همبستگی مناسب سؤالات پرسشنامه برای هر متغیر بود.

در بخش کمی برای آزمون سؤال‌های پژوهش از نرم‌افزار Smart PLS در قالب روش مدل‌سازی معادلات ساختاری (SEM) استفاده گردید.

### یافته‌ها

در پاسخ به سؤال اول پژوهش "ابعاد و مؤلفه‌های ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان کدامند؟"، محتوای مصاحبه‌های انجام شده مورد تحلیل کیفی قرار گرفت. در ابتدا از کدهای شناسایی شده تعداد هجده کد محوری و پنج کد انتخابی شناسایی شدند. پس از بررسی چند باره‌ای و حذف موارد تکراری، مشابه و یا ادغام کدهای هم‌جنس و نزدیک به هم، چهارده کد محوری (مؤلفه) و چهار کد انتخابی (بعد) مشخص گردیدند. در جدول (۱) کدهای شناسایی شده، محوری و انتخابی نمایه گردیده است.

جدول ۱. کدهای اولیه، محوری و انتخابی ابعاد و مؤلفه‌های ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان  
Table 1. Open, axial and selective codes of dimensions and components of improving students' life skills

کد انتخابی Selective codes	کد محوری Axial codes	کدهای شناسایی شده Primary codes
	ساختار حمایتی و توانمندسازی	اعتماد و اختیار به استادان، دعوت از اساتید و مشاوران متخصص آموزش مهارت‌های زندگی، تامین منابع مورد نیاز آموزشی اعم از مالی، فضا و تجهیزات
محیط آموزشی	محیط فکری و انگیزشی	تغییر نظام سستی آموزش‌ها و مسئله محور شدن آنها، آموزش مبتنی بر خلاقیت، مهارت، نوآوری و کارآفرینی، مشاوره استادان به دانشجویان در خصوص مسایل شغلی، آموزش عملی مهارت زندگی، برگزاری اردوها و بازدیدهای علمی برای ارتباطات دانشجویان با خارج دانشگاه
	قوانین حمایت کننده	اهمیت به مهارت‌های زندگی در بخشنامه‌های موجود، برخورد با رفتارهای پرخطر دانشجویان مانند: سیگار، سوء مصرف مواد مخدر، بکارگیری الزامات برای اجباری نمودن آموزش مهارت‌های زندگی (بجای اختیاری بودن آن)
ویژگی‌های استادان	دانش و مهارت‌های علمی و عملی	استفاده از اساتید برجسته و با تجربه در آموزش‌های مهارت‌های زندگی، توسعه فردی و حرفه‌ای استادان، توانایی استادان در استفاده از روش‌های بحث و مناظره، طوفان فکری، ایفای نقش، توانایی استادان در ایجاد جو کلاسی با تحرک، بانشاط و جذاب، ترغیب دانشجویان به انجام دادن کارهای گروهی، مهارت استادان در مشاوره‌های تحصیلی و شغلی



ارتباطات و تعاملات حرفه‌ای	پسندیده بودن منش و رفتار استادان، ارتباط علمی و تبادل تجارب با سایر استادان در درون واحدهای دانشگاهی، ارتباط علمی استادان با سایر استادان داخل و خارج کشور، تمایل استادان به مشارکت و پیشبرد کارها به صورت گروهی
دانش و مهارت‌های تخصصی	کسب دانش و مهارت عملی در رشته تحصیلی، کسب دانش و اطلاعات در خصوص فناوری‌های نوین در رشته تحصیلی، مهارت‌های مطالعه و یادگیری، توانایی اجرا و انجام پروژه‌های تخصصی در رشته تحصیلی
آموزش و یادگیری مهارت‌ها	آگاهی‌های عمومی از فناوری‌های مرتبط با رشته تحصیلی، مطالعه کتاب‌های غیر درسی، برخورداری از مهارت‌های کلامی مطلوب، مسئولیت‌پذیری، مدیریت زمان
مهارت‌های معنوی	دوست داشتن دیگران یا هنر عشق ورزیدن، نگرش مثبت به زندگی، مهارت دینداری، صبر و بردباری، ذکر و توکل
مهارت‌های شناختی	مهارت‌ها و توانایی‌های تفکر، تفکر انتقادی، منطق و استدلال، توانایی پردازش و ارزیابی اطلاعات، توانایی برقراری ارتباط، توانایی تصمیم‌گیری، مهارت‌های حل مسائل
مهارت‌های فراشناختی	توانایی برنامه‌ریزی، توانایی درک مطلب، مهارت ارزیابی، مهارت نوشتاری، کسب مهارت‌های رهبری و مدیریت
مهارت‌های شخصی	برنامه‌های رشد و توسعه عملی مبتنی بر فعالیت بدنی و ورزشی، سبک زندگی سالم، شایستگی‌های فیزیکی (طاقات و بنیه، انرژی)، مدیریت اوقات فراغت و فضای مجازی، مهارت یادگیری مادام‌العمر
توسعه مهارت‌های فردی	توانایی حل مؤثر مسائل و مشکلات، تفکر انتقادی و توانایی گفت‌وگو و مذاکره و تحمل انتقاد، مهارت‌های پرسش‌گری، توانایی تفکر خلاق
مهارت‌های عاطفی و شناختی	درک احساسات و عواطف خود و دیگران، مقابله با استرس و فشار خانواده و همسالان، همدلی
مهارت‌های اجتماعی	توانایی کار گروهی و تیم‌سازی، مهارت دوست‌یابی و تشخیص مرزهای بین فردی مناسب، توانایی ایجاد روابط مثبتی با خانواده و دوستان و حفظ آن، توانایی برقراری ارتباط موثر با دیگران (شفاهی، مکتوب، گرافیکی و الکترونیکی)

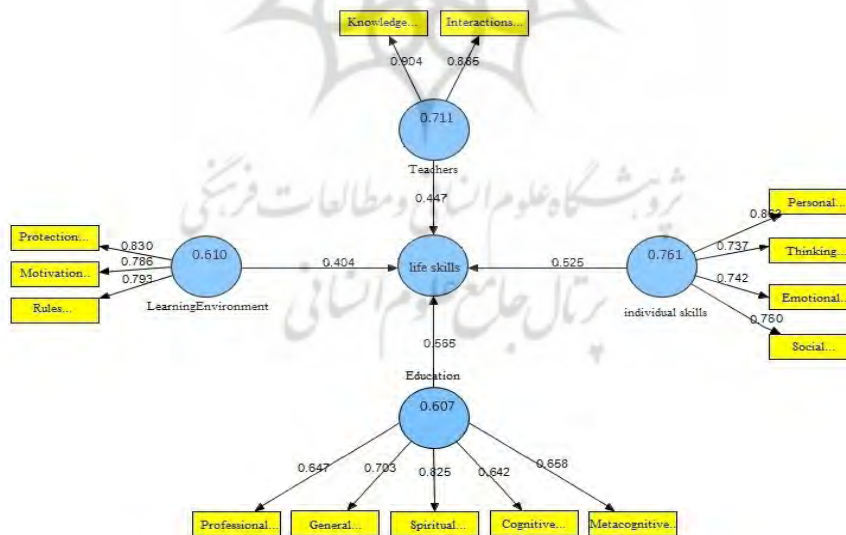
در پاسخ به سؤال دوم تحقیق "براساس ابعاد و مؤلفه‌های شناسایی شده، الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان چگونه است؟"، تحلیل عاملی در خصوص مؤلفه‌های مذکور انجام شد. در جدول (۲) مقادیر بارهای عاملی و نمرات  $t$  مربوط به تحلیل عاملی هر یک از ابعاد آمده است. همان طور که در جدول شماره ۲ مشخص شده مقادیر بار عاملی مطلوب است. از سویی هم مقدار  $t$  متناظر با هر بار عاملی بیشتر از مقدار بحرانی آن (۲/۵۸) در سطح اطمینان ۰/۰۱ و

معنادار است. همچنین، با توجه به مقدار AVE به دست آمده که روایی همگرای مدل کلی نیز تایید می‌شود. مقادیر پایایی مرکب بیانگر همسانی درونی بالای متغیرها می‌باشد. با توجه به نتایج، مقادیر  $R^2$  نیز برای هر یک از مولفه‌ها قابل توجه می‌باشد. نمودار (۱) نتایج تحلیل مربوط به الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان را نشان می‌دهد. نمودار (۲) نیز نمرات تی مربوط به هر یک از روابط در مدل (۱) است.

جدول ۲. نتایج تحلیل عاملی الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان

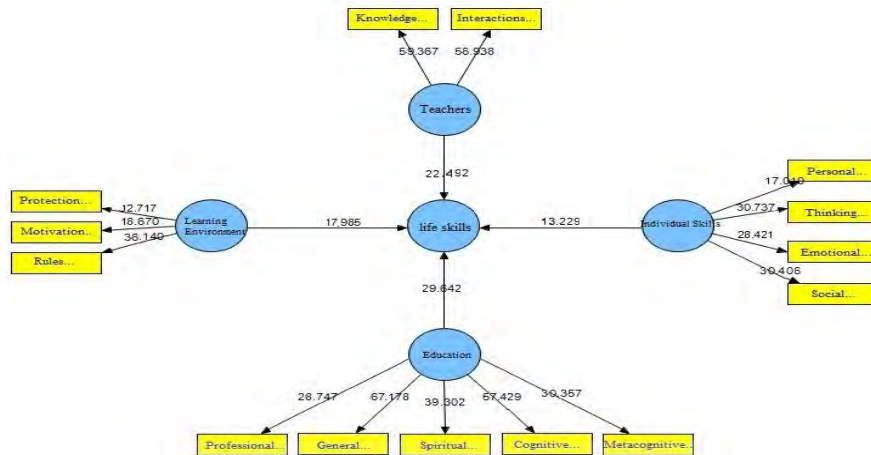
Table 2. The results of the factor analysis of the pattern of improving students' life skills

R <sup>2</sup>	سطح معنی‌داری Significance	t	بار عاملی Factor load	عامل Factor
.610	0.001	17.985	.404	محیط آموزشی
.711	0.001	22.492	.447	ویژگیهای استادان
.607	0.001	29.642	.565	آموزش و یادگیری مهارت‌ها
.761	0.001	13.229	.525	توسعه مهارت‌های فردی
	.611			میانگین واریانس استخراج شده AVE
	.703			پایایی مرکب cp



نمودار ۱. نتایج تحلیل عاملی مربوط به الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان

Chart 1. The results of the analysis related to the pattern of improving students' life skills



نمودار ۲. نمرات تی تحلیل عاملی الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان

Chart 2. T-scores related to the pattern of improving students' life skills

همچنین برای سنجش عملکرد کلی الگوی ارائه شده از شاخص نیکویی برازش ( $GOF^1$ ) استفاده شد. این شاخص هر دو مدل اندازه‌گیری و ساختاری را مد نظر قرار می‌دهد و به صورت حاصلضرب میانگین  $R^2$  و متوسط مقادیر اشتراکی به صورت دستی با استفاده از فرمول زیر محاسبه می‌شود. سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۲۵ و ۰/۳۶ را به ترتیب به عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای  $GOF$  تعریف می‌شود.

$$GOF = \sqrt{\text{Communality} \times R^2}$$

در جدول ۳، مقادیر اشتراکی مربوط به عوامل اصلی الگو آورده شده است.

جدول ۳. مقادیر اشتراکی مربوط به عوامل اصلی الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی

Table 3. Common dimensions related to the main factors of the model of improvement of life skills

مقادیر اشتراکی Common values	عوامل اصلی الگو The main factors of the model
.413	محیط آموزشی
.561	ویژگیهای استادان
.553	آموزش و یادگیری مهارتها
.612	توسعه مهارت‌های فردی

1. Goodness of Fit

با توجه به جدول ۳، متوسط مقادیر اشتراکی برابر است با:

$$\text{Communality} = \frac{0.413+0.561+0.553+0.612}{4} = 0.534$$

همچنین در جدول ۴ مقادیر  $R^2$  مدل آورده شده است.

جدول ۴. مقادیر  $R^2$  مربوط به الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی

Table 4.  $R^2$  values related to the model of life skills promotion

$R^2$	عوامل اصلی الگو The main factors of the model
.610	محیط آموزشی
.711	ویژگی‌های استادان
.607	آموزش و یادگیری مهارت‌ها
.761	توسعه مهارت‌های فردی

با توجه به جدول ۴ متوسط  $R^2$  برابر است با:

$$R^2 = \frac{0.610+0.711+0.607+0.761}{4} = 0.672$$

مدل به شکل زیر محاسبه می‌گردد،

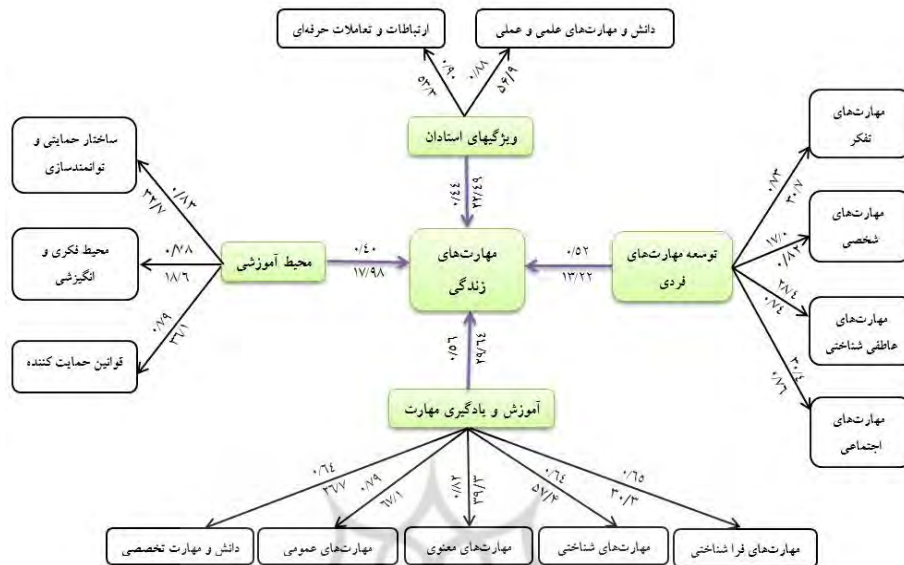
$$GOF = \sqrt{0.534} \times \sqrt{0.672} = \sqrt{0.717} = 0.846$$

همانطور که مشخص است مقدار GOF برابر با ۰/۸۴۶ به دست آمده است که این میزان از ۰/۳۶ بیشتر بوده لذا عملکرد کلی الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان در حد قوی ارزیابی می‌شود.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، ارائه الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان بود که با روش آمیخته اجرا گردید. بر مبنای یافته‌های حاصل از پژوهش، ابعاد و مؤلفه‌های مهارت‌های زندگی به شرح زیر شناسایی شدند:

**محیط آموزشی:** یکی از مؤلفه‌های مهم در ارتقاء آموزش مهارت‌های زندگی دانشجویان است. محیط آموزشی دانشگاه بر کیفیت تجربه و پیامدهای یادگیری دانشجویان در ارتباط با



نمودار ۳. الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان

Chart 3. Model for improving students' life skills

مهارت‌های زندگی تأثیرگذار است. محققان زیادی به اهمیت ارتباط میان فراگیران و محیط آموزشی اشاره نموده‌اند (Sorensen et al., 2012) و (Ahn et al., 2017) و (Torkzade et al., 2017) و (Kadkhodaie & Akhavan Tafti, 2017). در این خصوص فضای آموزشی دانشگاه حاصل روابط و کنش‌های متقابل میان گروه‌های درونی دانشگاه، استادان، کارکنان و دانشجویان است. این تعامل و کنش متقابل موجب شکل‌گیری ارزش‌ها، اعتقادات و موازین اجتماعی نظام دانشگاهی می‌شود. همچنین امروزه با توجه به فراگیر شدن محیط‌های دیجیتالی و شبکه‌ای، توجه به برخی اصول کلیدی می‌تواند به طراحی و اجرای موفق برنامه‌های آموزشی کمک نموده و راه تحول در نظام آموزشی را تسهیل نماید. در این خصوص داشتن چارچوب مناسب از طریق تعریف چشم انداز و شناسایی شکاف‌ها تا ارائه یک طرح معماری یکپارچه فناوری و همچنین مجموعه‌ای جامع از راه حل‌ها به منظور رسیدگی به شکاف‌ها، به مؤسسات آموزشی کمک می‌نماید.

**ویژگی‌های استادان:** دیگر مقوله تأثیرگذار بر ارتقاء آموزش مهارت‌های زندگی دانشجویان می‌باشد. وجود استادان و مربیان توانمند و صاحب صلاحیت‌های علمی و اخلاقی از عوامل

بنیادی کارآمد در کیفیت نظام‌های آموزش عالی است. شایستگی‌های حرفه‌ای به مجموعه دانش‌ها و تجارب شخصی، مهارت‌ها و گرایش‌های استاد که از طریق آن‌ها اساتید به دنبال بهبود کارایی و ارایه کیفیت سطح بالا و ایجادکننده تجارب یادگیری برای همه دانشجویان می‌باشند، گفته می‌شود (Godratmand, 2016). در این خصوص (Jang, 2015) بیان می‌کند یکی از عواملی که نقش محوری در تعامل و موفقیت فراگیران در زمینه‌ی تحصیلی دارد، کیفیت رابطه‌ی مدرس و فراگیر است (Jang, 2015). مدرسان به سبب درگیری فعال با فراگیران اساسی‌ترین وظیفه را در فرآیند آموزشی عهده‌دار هستند، بنابراین پویایی و اثربخشی این فرآیند تا حد زیادی به مدرسان بانگیزه و خشنود از شغل خویش وابسته است (Mahmodi et al., 2023). نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیق پژوهشگران دیگری که در زمینه معرفی الگویی از استاد شایستگی، ارایه داده‌اند (Solhi et al., 2010) و (Solhi et al., 2010)؛ (Lee et al., 2020) همسو می‌باشد. همچنین تحقیقات دیگری بر چهار نقش استادان در حوزه‌های صاحب حرفه، آموزش دهنده، پژوهشگر و شهروندی تأکید می‌ورزند (Bailey et al., 2009) و (Denovan et al., 2020). مشارکت استادان در یک جامعه حرفه‌ای، رشد حرفه‌ای و اخلاقیت، برقراری ارتباط مناسب، مدیریت و سازماندهی کلاس، مشارکت دادن دانشجویان در یادگیری و مهارت‌های کلامی است (Keykha, 2021). همچنین برخی دیگر از محققان به این نکته اشاره کرده‌اند که برای مریان آموزشی دشوار است که تصور کنند چگونه می‌توان مهارت‌های فردی و اجتماعی را به طور مؤثر اجرا کرد (Fong et al., 2019) و (Han et al., 2020). به عبارت دیگر، روابط گرم و صمیمی بین استاد و فراگیر باعث ایجاد اعتماد به نفس بالا و همچنین انگیزه‌ی بیشتر در آن‌ها برای یادگیری و پذیرش همسالان و همکلاسی خود می‌شود (Karami et al., 2016). از نظر (Oppermann & Lazarides, 2021) در فرایند تدریس، نه تنها تجربیات و رویکردهای تحصیلی مدرسان، بلکه تمام ویژگی‌های شخصیتی و روش‌های تدریس آن‌ها در ایجاد شرایطی برای یادگیری و تغییر فراگیران مؤثر است (Oppermann & Lazarides, 2021). همچنین نتیجه تحقیقات نشان داده است ارتباط مناسب علاوه بر پیشرفت تحصیلی، منجر به ایجاد سطح بالایی از مشارکت فراگیران در کلاس، انگیزه‌ی تحصیلی مثبت، احساس همدلی، درک متقابل مدرس و فراگیر و در نهایت برنامه‌ریزی، طراحی و اجرای مؤثر امور آموزشی می‌شود (Pishghadam et al., 2021). یافته تحقیق (Akbari Khudlan et al., 2021).

(2021) نیز بر نقش استادان بعنوان پرتکرارترین مقوله در آموزش دانشجویان اشاره نموده و بر آموزش‌های کاربردی، شیوه‌های نوین تدریس، ارزشیابی اثربخش، ارتباط دوستانه با دانشجویان و فضای رقابتی سالم و علم محور در کلاس تأکید نموده‌اند.

**آموزش و یادگیری مهارتها:** بعد دیگری است که در الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان شناسایی گردید، آموزش و یادگیری مهارتها است. این نتیجه با نتایج تحقیق تعدادی از پژوهشگران که در زمینه آموزش و یادگیری، ارایه داده‌اند همسو می‌باشد. Saffari et al. (2021) در نتیجه تحقیق خود ابعاد انگیزشی، فردی، مهارتی، شناختی و اخلاقی را به عنوان شاخص‌های اصلی آموزش و یادگیری معرفی نموده‌اند. همچنین از جمله نتایج تحقیقات همسو با این یافته، می‌توان به مهارت‌های دانشی، مهارت‌های شناختی، انگیزش، نگرش، احساسات، مهارت اخلاقی و کارآفرینی، زبان انگلیسی و حل مسأله، مهارت‌های کاربرد رایانه، تفکر انتقادی، مهارت روابط بین فردی، مهارت حل مسأله و تصمیم‌گیری، مهارت تفکر خلاق، مهارت تفکر انتقادی، مهارت ارتباط مؤثر اشاره نمود (Mofrad, 2013)، (Mobaderi & Roudbari, 2018)، (Samian et al., 2021) و (Soltani et al., 2022). همچنین مهارت‌های ارتباطی، قادرند باورهای مثبت نسبت به توانمندی‌ها و نگرش مثبت به تکالیف درسی بوجود آورند و این باورها و نگرش‌های شکل گرفته قادرند تداوم تلاش‌های فراگیران برای پیگیری امور تحصیلی را تضمین نموده و به موفقیت آن‌ها در نیل به اهداف آموزشی منتهی شوند (Kuss et al., 2018).

**مهارت‌های فردی:** به عنوان چهارمین بعد تأثیرگذار در الگوی ارائه شده می‌باشد. امروزه جامعه نیازمند انسان‌هایی انعطاف‌پذیر در مقابل تحولات، قادر به یادگیری مستقل و مداوم، آگاه از ویژگی‌ها و مسائل فرهنگی، اجتماعی، زیست محیطی و ارزش‌های اخلاقی و معنوی، دارای روحیه‌ی مدنی مشارکت جویانه و فعال و در نهایت، قادر به تفکر انتقادی، حل مسأله و مهارت‌های ارتباطی می‌باشد. از جمله موضوعات زیادی که محققان در تحقیقات خود به آن اشاره نموده‌اند مهارت‌های تفکر، عاطفی و شناختی و مهارت‌های اجتماعی است (Pakdaman et al., 2013)، (Esmaili & Basiri, 2019)، (Khodaparast et al., 2022)، (Abdolvahabi et al., 2014) و (Yazdani, 2023). همچنین از نظر (Lambert and Zhang (2019) و Hiver et

al. (2021). ارتباط اجتماعی، جنبه‌ی کلیدی زندگی اجتماعی انسان است و مهارت‌های ارتباطی مهمترین راهبردهایی هستند که ما را به موفقیت می‌رسانند. بطور کلی نتایج به دست آمده تحقیق نشان داد الگوی ارتقاء مهارت‌های زندگی دانشجویان، چهار بعد محیط آموزشی، ویژگیهای استادان، آموزش و یادگیری مهارت‌ها و توسعه مهارت‌های فردی را در بر می‌گیرد. لذا پیشنهادی می‌شود این الگوی در برنامه‌ریزی‌های آموزشی، دانشجویی و فرهنگی مرتبط با مهارت‌های زندگی دانشجویان مورد توجه قرار گیرد.

**سهم مشارکت نویسندگان:** در پژوهش حاضر نویسنده دوم، به عنوان استاد راهنما، نظارت و راهبردی روند کلی پژوهش و تدوین و نهایی‌سازی اصلاحات مقاله را بر عهده داشته‌اند. نویسنده اول در تدوین طرح تحقیق، فرآیند گردآوری، تحلیل و تفسیر یافته‌ها و نگارش متن مقاله را برعهده داشته و در مجموع نتیجه‌گیری از یافته‌ها و بسط و تفسیر به صورت مشترک و با بحث و تبادل نظر کلیه همکاران و با همراهی نویسنده سوم، به عنوان استاد مشاور رساله، انجام شد.

**تضاد منافع:** نویسندگان اذعان دارند که در این مقاله هیچگونه تعارض منافی وجود ندارد.

**منابع مالی:** پژوهش حاضر از هیچ موسسه و نهادی حمایت مالی دریافت نکرده و کلیه هزینه‌ها در طول فرآیند اجرای پژوهش بر عهده پژوهشگران بوده است.

**تشکر و قدردانی:** پژوهش حاضر بدون همکاری مشارکت کنندگان امکان‌پذیر نبود؛ بدینوسیله از کلیه مشارکت کنندگان تقدیر و تشکر به عمل می‌آید.

## References

- Abdolvahabi, M., Romiani, U., & Zarif, S. (2014). Examining Studentsâ Basic Skill Significant Difference in the Era of Globalization: Shahid Chamran University Case. *Research and Planning in Higher Education*, 19(4), 51-74. Retrieved from <https://www.journal.irphe.ac.ir> [Persian]
- Ahn, H. S., Bong, M., & Kim, S. I. (2017). Social models in the cognitive appraisal of self-efficacy information. *Contemporary Educational Psychology*, 48(2), 149-166. DOI:10.1016/j.cedpsych.2016.08.002.
- Akbari Khudlan, Z., Rahimi, M., & Shakeri, M. (2021). Qualitative Study of the Phenomenon of Academic Dishonesty among Students. *Journal of Educational Sciences (JEDUS)*, 28(1), 145-164. DOI:10.22055/edus.2021.34596.3109 [Persian]



- Amoosoltani, S., Yazdkhasti, F., Oreyzi, H., & Abbasi Jondani, J. (2021). The effectiveness of psychodrama with the content of life skills on loneliness, happiness, affective relationship and parents' social support in adolescent girls dependent on the cellphone. *Counseling Culture and Psychotherapy* 12(45), 239-268. DOI: 10.22054/qccpc.2020.49718.2316 [Persian]
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & Education, BP. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: an academic review. *Research papers in education*, 24(1):1-27. DOI: 10.1080/02671520701809817.
- Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New Multidimensional Construct Measure. *Frontiers in Psychology*, 7(178), 1-11. DOI: 10.3389/fpsyg.2016.01787
- Denovan, A., Dagnall, N., Macaskill, A., & Papageorgiou, K. (2020). Future time perspective, positive emotions and student engagement: a longitudinal study. *Studies in Higher Education*, 45(7), 1533-1546. DOI:10.1080/03075079.2019.1616168
- Esmaili, M., & Basiri, N. (2019). Effectiveness of life skills training on emotional disorders among adolescence boys, *Rooyesh-e-Ravanshenasi*, 8(3), 47-54. Retrieved from <https://frooyesh.ir> [Persian]
- Fazalalizadeh, S., & Masoumi Fard, M. (2019). *How to realize life skills in the primary education curriculum*. The second national conference on new findings of teaching-learning in the primary period, Bandar Abbas 2019. Retrieved from <https://en.civilica.com> [Persian]
- Fong, C. J., Dillard, J. B., & Hatcher, M. (2019). Teaching self-efficacy of graduate student instructors: Exploring faculty motivation, perceptions of autonomy support, and undergraduate student engagement. *International Journal of Educational Research*, 91- 105. DOI:10.1016/j.ijer.2019.08.018 98.
- Gazioğlu, AE., & Canel AN. (2015). A School-Based Prevention Model in the Fight Against Addiction: Life Skills Training. *The Turkish Journal on Addictions*, 2(2). DOI:10.15805/addicta.2015.2.2.0011.
- Ghavanlou, R., Bayani, A., Akbari, H., & Saemi, H. (2020). Design the curriculum scopes of life skills for Iranian Higher Education Students?. *Educ Strategy Med Sci*, 13(4), 401-408. Retrieved from <https://edcbmj.ir/en> [Persian]
- Godratmand, Z. (2016). To determine the effectiveness of life skills training through play on behavioral problems in children. *Counseling and Psychotherapy Culture Quarterly. Allameh Tabatabaei University*, 8(32), 161-178. DOI:10.22054/qccpc.2018.27229.1670 [Persian]
- Han, J., Perron, B. E., Yin, H., & Liu, Y. (2020). Faculty stressors and their relations to teacher efficacy, engagement and teaching satisfaction. *Higher Education Research & Development*, 39(1), 1-16. DOI:10.1080/07294360.2020.1756747.
- Hiver, P., Al-Hoorie, AH., Vitta, JP., & Wu J. (2021). Engagement in language

- learning: A systematic review of 20 years of research methods and definitions. *Language Teaching Research*, 13(6), 21-32. DOI:10.1177/13621688211001289.
- Jabbari Zahirabadi, A., Shariatmadari, M., Delgoshaei, Y., & Kordestani, F. (2022). Providing a model of teaching life skills to elementary students based on structural, contextual and process factors. *Scientific Quarterly Journal of Management and Leadership Studies in Educational Organizations*, 2(1), 1-19. DOI:10.30495/mlseo.2022.692378 [Persian]
- Jang, Y. (2015). Convenience matters: A qualitative study on the impact of use of social media and collaboration technologies on learning experience and performance in higher education. *Education for Information*, 31(1-2), 73-98. DOI:10.3233/EFI-150948
- Kadkhodaie, M. S., & Akhavan Tafti, M. (2017). The Effect of Academic-Professional Skills Training on Students' Perception of the Educational Environment at Isfahan University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*, 17(58), 541-551. Retrieved from <https://ijme.mui.ac.ir> [Persian]
- Karami, F., Sarvghad, S., & Baghouli, H. (2016). The Relationship of Secondary Grade Students' Personality and Identity Styles with Their Life Satisfaction. *Quarterly Journal of New Approaches in Educational Administration*, 6(24), 115-128. Retrieved from <https://jedu.marvdasht.iau.ir> [Persian]
- Keykha A. (2021). An Analysis of the Structural and Functional Damage of Iranian Higher Education from the Viewpoints of Academicians. *Journal of Research on Management of Teaching in Marine Sciences*, 7(4), 42-63. Retrieved from <https://www.sid.ir> [Persian]
- Khodaparast, S., Abdi, H., Esmaeili, H., & Bakhshalipour, V. (2022). The effectiveness of life skills training on emotion regulation strategies and sports self-efficacy of children/adolescent athletes. *Research on Educational Sport*, 10(26), 242-251. DOI: 10.22089/res.2021.10179.2065 [Persian]
- Kuss, DJ., Kanjo, E., Crook-Rumsey, M., Kibowski, F., Wang, GY., & Sumich, A. (2018). Problematic mobile phone use and addiction across generations: The roles of psychopathological symptoms and smartphone use. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 3, 141-149. DOI: 10.1007/s41347-017-0041-3
- Lambert, C., & Zhang, G. (2019). Engagement in the use of English and Chinese as foreign languages: The role of learner-generated content in instructional task design. *The Modern Language Journal*, 103(2), 391-411. DOI: 10.1111/modl.12560
- Lee, J., Zhang, T., Chu, T. L. A., Gu, X., & Zhu, P. (2020). Effects of a fundamental motor skill-based afterschool program on children's physical and cognitive health outcomes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3), 733-746. DOI: 10.3390/ijerph17030733

- Mahmodi, M., Mahmoudi, M., & Ghoreyshi, S. A. (2023). Identifying and ranking the key factors affecting educational justice and presenting an appropriate model in Ahvaz University of Medical Sciences. *Journal of Educational Sciences (JEDUS)*, 30(1), 81-100. DOI:10.22055/edus.2023.41039.3372 [Persian]
- Mobaderi, T., & Roudbari, M. (2018). Assessment of Students' life skills in Iran University of Medical Sciences. *RJMS*, 24(165), 9-21. Retrieved from <https://rjms.iums.ac.ir> [Persian]
- Mobayeni, M., Taghiyar, F., & Pourdell, M. (2023). The effect of life skills training on the resilience and communication skills of adolescent boys in the Corona era. *Rooyesh – e -Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 12(5), 193-202. Retrieved from <https://frooyesh.ir> [Persian]
- Mofrad, S. (2013). Life skills development among freshmen students. *International Review of Social Sciences and Humanities*, 5(1), 232-238. Retrieved from <https://en.civilica.com> [Persian]
- Oppermann, E., & Lazarides, R. (2021). Elementary school teachers' self-efficacy, student-perceived support and students' mathematics interest. *Teaching and Teacher Education*, 10(3), 103-151. DOI:10.1016/j.tate.2021.103351
- Pakdaman Savoji, A., Ganji, K., & Ahmadzadeh, M. (2013). The effect of life skills training (LST) on achievement motivation and academic achievement of students. *Social Welfare Quarterly*, 10; 12(47), 245-265. Retrieved from <https://refahj.uswr.ac.ir> [Persian]
- Pishghadam, R., Derakhshan, A., Jajarmi, H., Tabatabaee Farani, S., & Shayesteh, S., (2021). Examining the role of teachers' stroking behaviors in EFL learners' active/passive motivation and teacher success. *Frontiers in Psychology*, 12, 70-74. DOI: 10.3389/fpsyg.2021.707314 [Persian]
- Saffari, S., Hakimzadeh, R., Dehghani, M., & Gholamali Lavasani, M. (2021). A Conceptual Model of Game-Based learning with Emphasis on Skill Training: A meta-synthesis. *Journal of Educational Sciences (JEDUS)*, 28(2), 97-112. DOI:10.22055/edus.2021.37030.3206 [Persian]
- Samian, M., Movahedi, R., Sadi, H., & Salehi Omran, E. (2021). Professional Competency model of agricultural students based on a qualitative method of grounded theory. *Journal of Agricultural Education Administration Research*, 12(55), 137-156. DOI:10.22092/jaear.2021.124317 [Persian]
- Solhi, M., Sahraian, M., Haghani, H., Beigizadeh, Sh. (2010). Assessing life skills in third grade high school girls of Jahrom city from the perspective of students, parents and teachers in 2009-2010. *Journal of Jahrom University of Medical Sciences*, 8(3), 41-47. Retrieved from <https://jmj.jums.ac.ir> [Persian]
- Soltani Dezaki, S., Nadi, M., & Sajjadian A. (2022). The Factor Analysis, Validity, Reliability and Standardization of Eryilmaz Positive Teacher Scale of Among 10th Grade Female High School Students in Isfahan.

Scientific *Journal of Education and Evaluation*, 14(56), 49-67. DOI: 10.30495/jinev.2022.1943389.2596 [Persian]

Sorensen, G., Gupta, P., Nagler, E., & Viswanath, K. (2012). Promoting life skills and preventing tobacco use among low-income Mumbai youth. *PLoS One*, 7(4), 16. DOI: 10.1371/journal.pone.0034982

Torkzade, J., Mohammadi, M., Salimi, G., & Forough, BM. (2017). Academic Empowerment with a Strategic Approach: a Situational Framework for Planning the Development of Bamiyan University, Afghanistan. *Journal of Educational Planning Studies*, 6(11), 133-157. DOI: 10.22080/EPS.2017.1724 [Persian]

UNICEF Evaluation Office. (2012). Global evaluation of life skills education programmes. New York: UNICEF. Retrieved from <https://healtheducationresources.unesco.org>

Yazdani Kalibar, F. (2023). The Effectiveness of Life Skills Training on Communication Skills, Psycho-social Security and Dependence on Social Networks in Female Students with Cyberspace Addiction. *Journal of Instruction and Evaluation*, 16(61), 53-74. DOI:10.30495/jinev.2023.1972576.2799 [Persian]

Zirakpour Namivar, M., & Najarpour Ostadi, S. (2021). Evaluation of the Effectiveness of Group Life Skills Training on Interpersonal Problems and Feelings of Loneliness in Female High School Students in Tabriz. *Journal of Instruction and Evaluation*, 14(54), 177-197. DOI:10.30495/JINEV.2021.1925373.2471 [Persian]

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

