

تاثیر آموزش مسئله محور بر مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان دختر پایه هفتم

The effect of problem-based learning on life skills in seventh grade students

Zahra Karimian

Keyvan Salehi

Reza Najania Firozjah

Ali Moghadamzadeh (Ph.D)

زهرا کریمیان*

کیوان صالحی**

رضا نجارنیا فیروزجاه***

علی مقدم‌زاده****

Abstract

Life skills are personal and social skills that kids and teenagers have to learn them so they can act effectively and properly about themselves and other people and the whole community. The aim of present study was studying the effect of problem-based learning on life skills in seventh grade female students. For this purpose, the pre-test and post-test control group was used. 24 eligible seventh grade female students were selected through sampling and they placed in two experimental and control group by random (each group contains of 12 students). data were collected by using standard questionnaire life skills. (Saatchi et al. 1389). Problem-based learning was done in 8 sessions and every session was about 2 hours. The sessions were weekly and were done on the experimental group. For analyzing the data multivariate covariance was used. The results showed that problem-based learning is effective on life skills such as self-awareness, human relations; inter personal communication, problem solving and decision making, health and mental health, partnership and cooperation, and creative thinking. According to the results of study, problem-based learning can be a useful method for teenagers to deal with their problems in life.

Keywords: Problem-based learning, life skills, students, teenager girl

چکیده

مهارت‌های زندگی، مهارت‌های شخصی و اجتماعی هستند که آموزش و یادگیری آن‌ها، زمینه‌ای را فراهم می‌نماید تا افراد بتوانند در مورد خود و انسان‌های دیگر و کل اجتماع به‌طور موثر و شایسته‌ای عمل نمایند. هدف پژوهش حاضر، اندازه‌گیری تاثیر آموزش مسئله‌محور بر مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان دختر پایه هفتم بود. بدین منظور از طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده گردید. آزمودنی‌ها ۲۴ نفر از دانش‌آموزان دختر پایه هفتم بودند که از طریق نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده و با انتساب تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه استاندارد مهارت‌های زندگی (ساعتچی و همکاران، ۱۳۸۹) گردآوری شد. برنامه آموزش مسئله محور در ۸ جلسه ۲ ساعته به صورت هفتگی بر روی گروه آزمایش اجرا گردید. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده شد. نتایج نشان داد که آموزش مسئله محور بر میزان مهارت‌های زندگی نظیر مهارت خودآگاهی، ارتباط‌های انسانی، روابط بین فردی، حل مسئله و تصمیم‌گیری، بهداشت و سلامت روانی، مشارکت و همکاری، تفکر خلاق، تفکر انتقادی به‌طور معناداری موثر است. یافته‌ها نشان داد که آموزش مسئله محور می‌تواند به‌عنوان روشی مفید و کارآمد برای نوجوانان در مقابله با مشکلات و مسائل زندگیشان مورد استفاده قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: آموزش مسئله محور، مهارت‌های زندگی، دانش‌آموزان، دختر نوجوان

* دانش‌آموخته کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی دانشگاه تهران

** نویسنده مسئول: عضو هیات علمی دانشگاه تهران

*** کارشناس ارشد ریاضی محض

**** عضو هیات علمی دانشگاه تهران

Email: keyvansalehi@ut.ac.ir

Received: 17 Aug 2015 Accepted: 8 May 2016

دریافت: ۹۴/۵/۲۶ پذیرش: ۹۵/۲/۱۹

مقدمه

نیازهای زندگی امروز، تغییرات سریع اجتماعی و فرهنگی، تغییر سریع ساختار خانواده، شبکه گسترده و پیچیده ارتباطات انسانی و تنوع، گستردگی و هجوم منابع اطلاعاتی انسان‌ها را با چالش‌ها، استرس‌ها و فشارهای متعددی رو به رو نموده است که مقابله مؤثر با آنها نیازمند توانمندی‌های روانی و اجتماعی است (کریمی و فکری، ۱۳۹۲). انسان‌ها برای مقابله سازگارانه با استرس‌ها، موقعیت‌های مختلف و تعارض‌های زندگی به روش‌هایی نیاز دارند که آنان را در کسب توانایی تجهیز نماید. این کارکردها زیربنایی هستند و در فرایند تحول شکل می‌گیرند. کارکردهایی نظیر شناخت عواطف و رفتارها که در قالب ساختارهایی مانند عزت نفس، خودکارآمدی، حل مسئله، مقابله و مهارت‌های اجتماعی تجلی می‌یابند. امروزه بسیاری از افراد در رویارویی با مسائل زندگی فاقد توانایی‌های لازم و اساسی هستند و همین امر آنان را در مواجهه با مشکلات و مسائل روزمره زندگی ناتوان و آسیب‌پذیر ساخته است. حل مسئله^۱ یکی از مهم‌ترین فرایندهای تفکر است که به افراد کمک می‌کند تا مقابله مؤثری با مشکلات و چالش‌های زندگی داشته باشند و در سلامت روانی و اجتماعی افراد نقش مهمی بازی می‌کنند (لاکانی، باقرشاهی، محمدزاده، محمدی و ابوالقاسمی، ۱۳۸۵)، انسان‌ها برای مقابله سازگارانه با کشمکش‌ها و مشکلات زندگی نیاز به آموختن حل مسئله در افزایش برخی مهارت‌ها در خود دارند. مهارت حل مسئله در زندگی روند مواجهه شدن پیاپی با مسائل و تلاش برای حل آنها است و حل موفقیت‌آمیز مسائل زندگی به اعتماد به نفس بیشتر و آرامش فرد منجر می‌شود. مواجهه سازنده با مشکلات مهارت فوق العاده ارزشمندی است که آموزش آنها به دانش‌آموزان کاملاً لازم و ضروری است (کریمی و فکری، ۱۳۹۲). لازاکیدو^۲ بیان می‌کند آموزش مبتنی بر حل مسئله باعث افزایش قدرت تصمیم‌گیری، خودگردانی و مسئولیت‌پذیری در دانش‌آموزان می‌گردد (لازاکیدو، به نقل از دهقان زردینی و بخشایش، ۱۳۹۲). یکی از مشکلاتی که در آموزش به شیوه سنتی مطرح می‌باشد، عدم توانمندی فراگیران در کاربرد اطلاعات علمی در شرایط واقعی و انجام وظایف حرفه‌ای می‌باشد. فراگیران اغلب مطالبی را که با شیوه‌های سنتی فرا می‌گیرند، پس از مدتی به فراموشی می‌سپارند؛ بدین جهت متخصصین تعلیم و تربیت روشی تحت عنوان یادگیری بر پایه حل مسئله مطرح ساختند که در سال‌های اخیر به‌طور وسیع مورد استفاده قرار گرفته است (شعبانی، ۱۳۸۹). راهبرد آموزش مبتنی بر حل مسئله (PBL) ضمن اینکه فراگیران را به کار گروهی هدایت می‌نماید، آن‌ها را تشویق می‌کند تا فعال‌تر شوند و مسئولیت بیش‌تری را در فرایند یادگیری بپذیرند (نوحی، عباس‌زاده، مداح‌سادان و برهانی، ۱۳۹۱). در این شیوه، فراگیران ضمن مشارکت گروهی در جمع‌آوری اطلاعات و کمک به افزایش دانش علمی یکدیگر،

^۱ . Problem Solving

^۲ .Lazakido

مهارت‌های لازم برای یافتن راه‌حل‌های مناسب را کسب می‌کنند (دی و سلسالی، ۲۰۰۰). مدرسین، مسائل مربوط به زندگی واقعی حرفه‌ای را در قالب سناریوهای آموزشی مطرح می‌کنند و بحث گروهی فراگیران را به تفکر وادار می‌کند و علاقمندی به یادگیری و قدرت ابتکار عمل در یادگیری را در فراگیران ترویج می‌دهد. در این روش، تمرکز یادگیری بر وظایف واقعی است که علاقه دانشجویان را بر می‌انگیزد و آن‌ها را نسبت به یادگیری وظایف حرفه‌ای آینده تحریک می‌نماید (دی و سلسالی، ۲۰۰۰؛ سلیا و گاردون، ۲۰۰۱). از این رو، آموزش مسئله محور موجب تقویت برخی مهارت‌های زندگی در فرد می‌شود. کسب مهارت‌های زندگی^۱ در کنار کسب علم و دانش و تغییر متناسب نگرش‌ها، ارزش‌ها و تقویت رفتارهای مناسب به رفتارهای سالمی می‌انجامد که خود مشکلات و موانع سلامتی را کاهش می‌دهد و در نتیجه بهداشت روانی را ارتقاء می‌بخشد (خوشابی، نیکخواه و مرادی، ۱۳۸۷). با توجه به تغییرات و پیچیدگی‌های روزافزون جامعه و گسترش روابط اجتماعی، آماده‌سازی افراد جهت رویارویی با موقعیت‌های دشوار، امری ضروری به‌نظر می‌رسد. به همین دلیل، روان‌شناسان جهت پیشگیری از بیماری‌های روانی و ناپهنجاری‌های اجتماعی، آموزش مهارت‌های زندگی را در سراسر جهان و در سطح مدارس آغاز نموده‌اند. مدرسه از جمله مؤسساتی است که با تدوین برنامه‌های درسی مناسب می‌تواند به ایجاد رفتارهای بهنجار و منطبق با اعتقادات اجتماعی در دانش‌آموزان کمک نموده و فرایند جامعه‌پذیری را در آنها تسهیل نماید (علاقه‌بند، به نقل از ولی‌پور، بالویی جامخانه و سقایی، ۱۳۹۲). بنابراین، بهترین مکان برای آموزش مسئله محور برای ارتقاء میزان مهارت زندگی، تحصیلات در آموزش و پرورش است که فرد را از سنین پیش‌دبستانی تا مقاطع بالای آموزشی همراهی می‌کند. هدف از آموزش مهارت‌های زندگی از نظر سازمان جهانی بهداشت^۲ (۲۰۰۱) افزایش توانایی‌های روانی اجتماعی و در نهایت پیشگیری از ایجاد رفتارهای آسیب‌زننده به بهداشت و سلامت و ارتقای سطح روان افراد است (حدادی و بدری، ۱۳۹۲). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که داشتن عواملی مانند عزت نفس، مهارت‌های بین فردی، برقراری ارتباط مطلوب، تعیین هدف، تصمیم‌گیری، حل مسئله و تعیین و شناسایی ارزش‌های فردی در پیشگیری یا کاهش ابتلای افراد به انواع ناهنجاری‌های رفتاری و اختلالات روانی و افزایش سطح بهداشت روان در ارتباط می‌باشد. فقدان این مهارت‌ها موجب می‌شود که فرد در برابر فشارها و استرس‌ها به رفتارهای غیرمؤثر و ناسازگارانه روی آورد (خوشابی و همکاران، ۱۳۸۷). بر اساس نتایج پژوهش‌های پیشین مهمترین و مؤثرترین دوره سنی برای آموزش پیشگیرانه، دوره نوجوانی است؛ زیرا آموزش مهارت‌های زندگی نه فقط نوجوان را در مقابل مشکلات تحصیلی حمایت می‌کند، بلکه او را برای رویارویی با مشکلات سازگاری با اجتماع و گذر از این دوره حیاتی آماده می‌کند (بوتین^۳ و همکاران، به نقل از جمالی

^۱ . Life Skills

^۲ . The World Health Organization

^۳ . Botin

پاقلعه، جمالی پاقلعه، نظری بدیع و جدیدی فیقان، ۱۳۹۳؛ ویلبرن و اسمیت ۲۰۰۵). تاثیر آموزش رشد مهارت‌های زندگی از طریق یادگیری را می‌توان زیربنای پیشگیری از مشکلات روانی و اجتماعی در دانش‌آموزان دانست (بوید، ۱۹۹۲). نوجوانی به دلیل آنکه ارتباط بسیار نزدیکی با سلامتی دارد، مرحله‌ای بسیار مهم از زندگی هر فرد است، از طرفی سلامت دختران در این دوران در مقایسه با پسران از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (جمالی پاقلعه و همکاران، ۱۳۹۳). ویژگی‌های بلوغ دختران و شرایط خاص روانی و جسمانی این دوران و نیازهای مربوط، بر تمامی دوران زندگی آنان تأثیر بسزایی دارد (امیریان و شریفی، ۲۰۱۱؛ به نقل پاقلعه و همکاران، ۱۳۹۳). مهارت‌های زندگی، کودکان و نوجوانان را قادر می‌سازد که دانش و نگرش و ارزش‌های خود را به عمل تبدیل نمایند (حسینی‌نسب، ۱۳۷۷؛ به نقل از ولی‌پور و همکاران، ۱۳۹۲). اهمیت این موضوع برای دانش‌آموزان را می‌توان بر طبق ارزش‌های سند تحول بنیادین آموزش و پرورش بیان نمود که عبارت‌اند از: مسئولیت‌پذیری همه جانبه، مشارکت اجتماعی و داشتن روحیه جمعی و مهارت مورد نیاز جامعه، تکوین و تعالی جنبه‌های انسانی هویت دانش‌آموزان برای تقویت روابط حق محور، عدالت‌گستر و مهرورزانه با همه انسان‌ها در سراسر جهان، که تحقیق این ارزش‌ها در دانش‌آموزان نیازمند همان کسب مهارت‌های زندگی بر مبنای آموزش مسئله محور می‌باشد. به دلیل فقدان اطلاعات کافی در این زمینه، و اینکه اغلب پژوهش‌های مورد بررسی بر روی دانش‌آموزان دبیرستانی بوده است و تعداد خیلی کمی بر روی دانش‌آموزان دوره راهنمایی انجام شده است (ارجمندنیا، غیائی ندوشن، خوشنام، و مقیمیان شیاده، ۱۳۹۰)، و همچنین نبود اطلاعات در رابطه با تاثیر آموزش مسئله محور بر مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه اول بررسی نماید.

پیشینه و مبانی نظری

سابقه تاریخی یادگیری براساس حل مسئله^۱ به زمان سقراط بازمی‌گردد (آذیر^۲، ۲۰۰۱). ارائه آموزش مسئله محور به‌عنوان یک شیوه آموزشی نوین برای اولین بار در دانشگاه‌ام سی مستر کانادا در سال ۱۹۶۶ با انگیزه افزایش توانایی دانشجویان در مطالعه خود راهبر، مهارت‌های حل مسئله و آنالیز، رخ داد (گوک‌حال^۳، ۱۹۹۵). این روش به‌عنوان روشی نو، بیش از سی سال در برنامه‌های آموزشی دانشگاه‌ام سی مستر معرفی، و امروزه در بسیاری از مدارس پزشکی دنیا مورد استفاده قرار داده شده است. در یک نگاه، زمانی نیاز برای حل یک مسئله، احساس شده و عینیت می‌یابد که یک نظام تصمیم‌گیرنده در تشخیص و انتخاب مسیر حرکت از یک موقعیت به موقعیت دیگر ناتوان بوده یا با تردید همراه شود. پرواضح است

^۱ . problem-based learning

^۲ . Azer

^۳ . Gokhale

که این نیز خود بخشی از روند یک مسئله بزرگتر است که یافتن مسئله و شکل‌دهی مسئله، بخشی از آن به شمار می‌رود.

در رابطه با آموزش مسئله محور می‌توان گفت که ارائه منظم آموزش مهارت‌های شناختی و رفتاری است که به فرد کمک می‌کند تا مؤثرترین راه‌حل مشکل را شناسایی کرده و به طریقی مؤثر با مشکلاتی که در آینده پیش می‌آید، برخورد نماید. در این روش، فراگیر موظف است به جستجوی مطلب مورد نیاز و وسایل لازم برای یادگیری خود پرداخته، با حل کردن مسئله مطرح شده با استفاده از تفکر و تحقیق خود، به یادگیری بپردازد و مهارت‌های لازم برای شرکت در کار گروهی، انتقال دانش خود به دیگر دانشجویان و متقاعد کردن آنها را به دست آورد (رزینگ^۱، ۱۹۹۷). تعریف و توزیع مهارت‌های زندگی در دیدگاه نظام‌های آموزشی و صاحب‌نظران یکسان نیست و برخی از آنها در همه دیدگاه‌ها مشترک و برخی نیز منحصر به یک دیدگاه خاص هستند. کلینک^۲ معتقد است که مهارت‌های زندگی مجموعه‌ای از مهارت‌ها و توانمندی‌ها هستند که فرد را برای مقابله مؤثر و پرداختن به کشمکش‌ها و موقعیت‌های دشوار زندگی یاری می‌کنند. این توانایی‌ها فرد را قادر می‌سازند تا در ارتباط با سایر انسان‌ها، جامعه، فرهنگ و محیط خود مثبت و سازگارانه عمل کرده و سلامت روانی خود را تأمین کنند (کلینک، ترجمه محمد خانی، ۱۳۸۴). سپاه منصور (۱۳۸۶) مهارت‌های زندگی را به گروه بزرگی از مهارت‌های روانی، اجتماعی و بین‌فردی اطلاق می‌کند که می‌تواند به افراد کمک کند تا تصمیمات خود را با آگاهی اتخاذ نماید و به‌طور مؤثر ارتباط برقرار کنند، مهارت‌های مقابله‌ای و مدیریت شخصی خود را گسترش دهند و زندگی سالم و بارآوری داشته باشند. اما در رابطه با توزیع مهارت‌های زندگی نیز نظریه‌های متفاوتی وجود دارند که چند نمونه از آنها عبارت‌اند از:

برنامه آموزش مهارت‌های زندگی برای اولین بار در سال ۱۹۷۹ با اقدامات بوتوین^۳ از دانشگاه کرئل آغاز شد. این برنامه شامل سه قسمت آموزش مهارت‌های شخصی، آموزش مهارت‌های اجتماعی و آموزش مهارت‌های مربوط به مشکلات ناشی از سوء مصرف مواد بود (رحمت‌زاده، به نقل از حدادی و بدری، ۱۳۹۲). یونیسف^۴ (۲۰۰۳) در آخرین طبقه‌بندی از مهارت‌های زندگی سه طبقه کلی همراه با زیرطبقات آن را به شرح زیر ارائه کرده است: (۱) ارتباط و روابط میان‌فردی که شامل مهارت‌های روابط میان‌فردی، مهارت‌های مذاکره و نه گفتن، همدلی، مشارکت و کار گروهی و مهارت طرفداری کردن است. (۲) مهارت تصمیم‌گیری و تفکر انتقادی که شامل مهارت‌های حل مسئله و تصمیم‌گیری، مهارت تفکر انتقادی است. (۳) مهارت مقابله و مدیریت شخصی که شامل مهارت‌هایی برای افزایش منبع کنترل،

1. Rosing

2. Klenik

3. Botvin

4. Unicef

مهارت‌های مدیریت احساسات و مهارت‌های مدیریت استرس است (سپاه‌منصور، ۱۳۸۶). ادیب و فردانش (۱۳۸۲) با تحلیل مهارت‌های زندگی مطرح شده در نظام‌های آموزشی مختلف و نظریه متخصصان ۱۵ مهارت زندگی را در یک رویکرد بین‌المللی به شرح زیر بیان نموده‌اند: ۱- مهارت حل مسئله اجتماعی، ۲- مهارت تصمیم‌گیری، ۳- مهارت‌های ارتباطی، ۴- روابط بین فردی، ۵- بهداشت و سلامت جسمی و روانی، ۶- خودآگاهی و داشتن هدف در زندگی، ۷- تفکر خلاق و انتقادی، ۸- شهروند مسئول بودن، ۹- شهروند جهانی بودن، ۱۰- قابلیت‌های حرفه‌ای، ۱۱- مشارکت و همکاری، ۱۲- اداره زندگی، ۱۳- رعایت و به‌کارگیری نکات ایمنی، ۱۴- استفاده از فناوری اطلاعات، و ۱۵- مهارت‌های پدر و مادر بودن (کریمی و فکری، ۱۳۹۲). سازمان بهداشت جهانی نیز مهارت‌های زندگی را در ابعاد ده‌گانه بیان می‌کند که عبارت‌اند از: ۱- تصمیم‌گیری، ۲- حل مسئله، ۳- تفکر خلاق، ۴- تفکر انتقادی، ۵- ارتباط مؤثر، ۶- روابط بین‌فردی، ۷- خودآگاهی، ۸- همدلی، ۹- مقابله با هیجانات، ۱۰- مقابله با استرس؛

در بررسی پیشینه پژوهش پژوهش‌هایی که در رابطه با آموزش مسئله محور بر مهارت‌های زندگی فرد باشد انگشت‌شمار، و بیشتر به تأثیر آموزش مسئله محور بر یک یا دو مهارت زندگی پرداخته شده‌است. بخشایش و دهقان زردینی (۱۳۹۲) در پژوهش خود با عنوان اثربخشی مهارت حل مسئله بر کاهش مشکلات رفتاری دانش‌آموزان به این نتیجه رسیده‌اند که آموزش مهارت حل مسئله به دانش‌آموزان مبتلا به این نوع اختلالات موجب پرورش مهارت‌های اجتماعی و رفتاری لازم در آنها می‌گردد و کاهش ابتلای دانش‌آموزان به انواع ناهنجاری‌های رفتاری آنان نقش مؤثری دارد. گنجی، دهستانی، مهدی‌زاده و محمدی (۱۳۹۲) نیز بر روی یک نمونه ۴۵ نفری که در سه گروه ۱۵ نفره قرار داشتند به بررسی آموزش مهارت حل مسئله و هوش هیجانی در کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان پسر دبیرستانی پرداختند و به این نتیجه دست یافتند که آموزش حل مسئله و هوش هیجانی به‌طور معناداری با کاهش میزان پرخاشگری در بین دانش‌آموزان پسر ارتباط دارند. عطایی و پنجه‌پور (۱۳۹۰) نیز در پژوهش خود مبنی بر مقایسه روش آموزشی مسئله محور با روش استاد محور در تدریس بیوشیمی متابولیسم به این نتیجه رسیدند که روش مبتنی بر حل مسئله در ایجاد و افزایش انگیزه و علاقه دانشجویان به درس بیوشیمی و یادگیری عمیق‌تر آن موثر است. اما در رابطه با مهارت‌های زندگی مطالعات مورد بررسی محقق را می‌توان به دو دسته تقسیم نمود: دسته اول به ارزیابی تأثیر برنامه آموزش مهارت‌های زندگی بر رفتارهای دانش‌آموزان پرداخته‌اند. نتایج پژوهش‌هایی که در این دسته قرار می‌گیرند، حاکی از تأثیر مثبت آموزش مهارت‌های زندگی بر میزان رضایت از زندگی دانش‌آموزان (ولی‌پور و همکاران، ۱۳۹۲)، مقابله با نگرانی‌ها، مشکلات و مسائل (حدادی و بدری، ۱۳۹۲)، کاهش مصرف مواد مخدر و جلوگیری از رفتارهای پرخطر (بوتوین و گریفین، ۲۰۰۵؛ بوهرلر و همکاران، ۲۰۰۸)، ارتقای میزان انگیزه پیشرفت و پیشرفت تحصیلی (سپاه‌منصور، ۱۳۸۶؛ ساوجی و گنجی، ۱۳۹۱؛ جمالی باقلعه و همکاران، ۱۳۹۳)، احساس خودکفایی و خوداحترامی و سازگاری (سپاه‌منصور، ۱۳۸۶،

تأثیر آموزش مسئله محور بر مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان دختر پایه هفتم

ویچروسکی، ۲۰۰۰؛ جمالی پاقلعه و همکاران، ۱۳۹۳)، نقش فعال در زندگی و مسئولیت‌پذیری (آلبرتین و دیگران، ۲۰۰۱)، سلامت روانی و جسمانی و عزت نفس (ویچروسکی، ۲۰۰۰؛ محمودی، زهراکار و شعبانی، ۱۳۹۲؛ حقیقی، موسوی، مهربابی‌زاده هنرمند و بشلیده، ۱۳۸۵؛ ثمری و لعلی‌فاز، ۱۳۸۴)، کاهش کم‌رویی و اضطراب (نجفی و سالمی، ۱۳۹۱؛ دوگانه‌ای فرد، ۱۳۸۶)؛ هوش معنوی (اسدی، آقایی و آتش‌پور، ۱۳۹۰)؛ تفکر انتقادی و خلاقیت (آلبرتین و دیگران، ۲۰۰۱؛ بندک، ملکی، عباس‌پور، و ابراهیمی‌قوام، ۱۳۹۳) هستند. دسته دوم تحقیقاتی هستند که به سنجش میزان مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان و دانشجویان پرداخته‌اند. نتایج این تحقیقات نشان می‌دهند که دانش‌آموزان مورد مطالعه از نظر مهارت‌های زندگی در سطح متوسط یا پایین‌تر از حد متوسط هستند. از جمله این تحقیقات می‌توان به تحقیقات کریمی و فکری (۱۳۹۲)، زیمان و اشنایدر (۱۹۹۸)، غریبی و قلی‌زاده (۱۳۸۶)، خوشابی و همکاران (۱۳۸۷) و ادیب (۱۳۸۵) اشاره کرد.

با توجه به ابعاد مختلف مهارت‌های زندگی در نظریه‌ها و نظام‌های آموزشی متعدد پژوهشگر بر اساس گروه مورد مطالعه خود که دختران نوجوان می‌باشد، به‌صورت ترکیبی از نظریه‌های مختلف چند مورد از مهارت‌های زندگی مورد توجه در این سن را انتخاب، و تأثیر آموزش مهارت حل مسئله را در میزان این مهارت‌ها بررسی کرده است که مهارت‌های مورد بررسی در این پژوهش عبارت‌اند از: مهارت خودآگاهی، مهارت‌های مربوطه به ارتباط‌های انسانی، روابط بین فردی، مهارت در حل مسئله و تصمیم‌گیری، بهداشت و سلامت روانی، مهارت مشارکت و همکاری، مهارت تفکر خلاق، مهارت تفکر انتقادی می‌باشد. تعریف مفهومی هر یک از متغیرهای فوق در جدول شماره ۱ آورده شده است:

جدول ۱- تعریف مفهومی متغیرها

نویسنده	تعریف	مهارت
ارجمندیا، غیاثی ندوشن (۱۳۹۰)	توانایی شناخت خودآگاهی از ویژگی‌ها، نقاط ضعف و قدرت و خواسته‌ها	خودآگاهی ^۱
فراهانی و آقایی دوست (۱۳۸۹)	کسب این مهارت به فرد می‌آموزد برای درک موقعیت دیگران چگونه به سخنان آنان فعالانه گوش دهند و چگونه دیگران را از احساس و نیازهای خود آگاه کنند تا ضمن بدست آوردن خواسته‌های خود طرف مقابل نیز احساس مسئولیت نماید.	مهارت‌های مربوط به ارتباط‌های انسانی ^۲
غیاث فخری به نقل از ولی‌پور و همکاران، (۱۳۹۲)	با کسب این مهارت فرد می‌تواند مرزهای روابط بین خود و کسانی را که دوستانشان دارد، تشخیص دهد و در جهت ایجاد روابط صمیمانه و دوستانه قدم بردارد و همچنین هر چه زودتر به دوستی‌های نامناسب و ناسالم خود خاتمه دهد، پیش از آن که مورد آسیب جدی قرار بگیرد.	روابط بین فردی ^۳
یارمحمدی- نارنجی‌ها و رفیعی (۱۳۸۹)	توانایی که فرد را قادر می‌سازد زمانی که با مسئله‌ای مواجه می‌شود با استفاده از دانش و مهارت-هایی که دارد به آن موقعیت پاسخ درست دهد. مهارت حل مسئله به فرد کمک می‌کند تا به صورت منطقی و منظم به حل مسائل و مشکلات خود بپردازد و فعالانه پیامدها و جوانب مختلف مسئله و راه‌حل‌های آن را بررسی نماید.	حل مسئله و تصمیم‌گیری ^۴
غیاث فخری به نقل از ولی‌پور و همکاران، (۱۳۹۲)	فرد را قادر می‌سازد تا هیجان‌ها را در خود و دیگران تشخیص دهد، نحوه تأثیر هیجان‌ها را بر رفتار بداند و بتواند واکنش مناسب بر هیجان‌های مختلف نشان دهد.	بهداشت و سلامت روانی ^۵ (توانایی مقابله با هیجان‌ها)
جوادی‌پور و همکاران (۱۳۹۳)	می‌تواند به صورت کلامی و غیرکلامی و مناسب با فرهنگ جامعه باشد؛ به عبارت دیگر مهارت تقاضای کمک و راهنمایی در مواقع ضروری، از عوامل مهم ایجاد یک رابطه سالم است.	مشارکت و همکاری ^۶
لاکانی و همکاران (۱۳۸۵)	تفکر خلاق به‌عنوان فرایند و راهی برای برقراری ارتباط بین چیزهایی که با هم ارتباطی ندارند و یافتن راه‌های تازه در همه مراحل رشد دیده می‌شود.	تفکر خلاق ^۷
لاکانی و همکاران (۱۳۸۵)	به معنای تفکر صحیح برای ارزیابی مسائل است.	تفکر انتقادی ^۸

روش

این تحقیق از نظر هدف، کاربردی و از نظر نحوه گردآوری داده‌ها، آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل و با انتساب تصادفی بود. ابتدا قبل از هرگونه آموزشی برای گروه آزمایش، از هر دو گروه پیش‌آزمون از طریق پرسشنامه گرفته شد. در ادامه و پس از هشت جلسه آموزش برای گروه آزمایش، پس‌آزمون برگزار شد. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر پایه هفتم شهرستان سوادکوه شمالی در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ بود. به دلیل محدودیت انتخاب برای محقق، یک کلاس پایه هفتم در دسترس که شامل ۲۴ دانش‌آموز بود، به‌عنوان نمونه انتخاب شد. سپس با انتساب تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند (۱۲ نفر گروه آزمایش و ۱۲ نفر گروه کنترل).

1. Consciousness
2. Human relationships
3. Interpersonal relationships
4. Problem-solving and decision-making
5. Mental health
6. Partnership and cooperation
7. Creative Thinking
8. Critical Thinking

تأثیر آموزش مسئله محور بر مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان دختر پایه هفتم

ابزار و فنون گردآوری داده‌ها

ابزار مورد استفاده در این پژوهش کتاب تفکر و سبک زندگی پایه هفتم، راهنمای معلم تفکر و سبک زندگی، کتابچه آموزش مهارت‌های زندگی جمعیت هلال احمر برای آموزش، و برای جمع‌آوری داده‌ها و اندازه‌گیری هر یک از متغیرهای پژوهش (مهارت‌های زندگی) از پرسشنامه استاندارد مهارت‌های زندگی که دارای ۹۸ سؤال و ۹ خورده مهارت (که مشخصات کامل آن در جدول شماره ۲ آمده است)، در طیف لیکرت که گزینه عدم مهارت نمره صفر، ضعیف نمره ۱، نسبتاً ضعیف نمره ۲، نسبتاً قوی نمره ۳ و قوی نمره ۴ را به خود اختصاص می‌دهد، استفاده شد. به منظور بررسی روایی پرسشنامه پس از تدوین سؤال‌ها از ده نفر از صاحب‌نظران حیطه برنامه‌ریزی درسی به منظور سنجش روایی بیرونی (صوری و ظاهری) و روایی درونی (سازه و محتوایی) آن استفاده شد و روایی ظاهری و محتوایی آن مورد تأیید قرار گرفت. در تحقیق قیاسی به منظور سنجش اعتبار پرسشنامه، پس از اجرای مقدماتی بر روی ۳۰ نفر از نمونه‌های تحقیق با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ضریب $0/97$ صدم به عنوان ضریب همسانی درونی محاسبه گردید (ساعت‌چی و همکاران، ۱۳۸۹).

جدول شماره ۲- مشخصات کامل پرسشنامه

شماره پرسش‌ها	تعداد پرسش‌ها	خرده مهارت (متغیرهای پژوهش)
۱-۱۱	۱۱	مهارت خودآگاهی
۱۲-۲۲	۱۱	مهارت‌های مربوط به ارتباطات انسانی
۲۳-۳۴	۱۲	روابط بین فردی
۳۵-۴۲	۸	تصمیم‌گیری
۴۳-۶۴	۲۲	بهداشت و سلامت روانی
۶۵-۷۰	۶	مهارت در حل مسئله
۷۱-۷۸	۸	مهارت مشارکت و همکاری
۷۹-۸۴	۶	مهارت تفکر خلاق
۸۵-۹۸	۱۴	مهارت تفکر انتقادی

شیوه اجرا

آموزش به صورت کارگاه، و به مدت دو ماه و هر هفته یک جلسه دو ساعته و با استفاده از محتوای آموزشی شامل کتاب تفکر و سبک زندگی پایه هفتم، راهنمای معلم تفکر و سبک زندگی و کتابچه آموزش مهارت‌های زندگی جمعیت هلال احمر با تمرین‌ها و تکالیف مناسب برای دانش‌آموزان بود. خلاصه محتوای جلسات موردنظر در جدول زیر آمده است:

جدول ۳- خلاصه محتوای دوره آموزشی مهارت‌های زندگی برای گروه آزمایش

جلسه	مباحث آموزشی
اول	معارفه و آشنایی با اعضا. آشنایی با روش آموزش مسئله محور و اهمیت کاربرد آن، آگاهی یافتن از اهداف قابل دسترس با استفاده از روش بارش فکری برای یافتن راه‌حل‌ها و شیوه‌های رسیدن به اهداف، شناخت مراحل مختلف حل مسئله و کاربرد بهترین راه حل؛ در ادامه در رابطه با تعریف تصمیم‌گیری و آشنایی با اهمیت آن، معرفی و شناخت موقعیت‌های مختلف تصمیم‌گیری، آشنایی با عوامل موثر در تصمیم‌گیری، اطلاع از شیوه‌های نادرست تصمیم‌گیری، بحث شد.
دوم	ارائه گزارش از تکالیف جلسه قبل و دادن بازخورد- بحث در مورد شکل‌گیری خودآگاهی در انسان، بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر حل مسئله بر تقویت نقاط قوت و پذیرش نقایص و رفع آنها
سوم	ارائه گزارش از تکالیف جلسه قبل و دادن بازخورد- تعریف و بیان ضرورت ارتباطات موثر، بحث در مورد ضرورت ایجاد ارتباط براساس سلسله مراتب نیازها بر اساس فرایند حل مسئله
چهارم	ارائه گزارش از تکالیف جلسه قبل و دادن بازخورد- بحث در مورد ارتباط‌های بین فردی موثر، شگردهای شروع یک ارتباط و نگه داشتن یک ارتباط به صورت سالم
پنجم	ارائه گزارش از تکالیف جلسه قبل و دادن بازخورد- آموزش شناخت هیجان‌ها و مهارت‌های مهار خشم و پرخاشگری و هیجان‌های خاص، نشانه‌های خشم و نقش افکار در ایجاد و حفظ خشم و استفاده از فرایند حل مسئله برای جلوگیری از هیجان‌ها
ششم	ارائه گزارش از تکالیف جلسه قبل و دادن بازخورد- بحث در مورد شیوه‌های موفق مشارکت و همکاری با دیگران و روند ادامه مشارکت فعال با فرایند حل مسئله
هفتم	ارائه گزارش از تکالیف جلسه قبل و دادن بازخورد- آشنایی با تفکر خلاق و روش‌های تقویت آن به طوری که فرد بتواند مسائل را از ورای تجارب مستقیم خود دریابد و با روش مبتنی بر حل مسئله بتواند خلاقانه‌تر به مسائل پاسخ دهد.
هشتم	ارائه گزارش از تکالیف جلسه قبل و دادن بازخورد- آموزش روش‌های تفکر انتقادی و روش‌های پرورش این مهارت و استفاده از فرایند حل مسئله برای تقویت این مهارت در دانش‌آموزان

روش تحلیل داده‌ها

تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS، و بر پایه آزمون تحلیل کواریانس چندمتغیری به منظور حذف اثر پیش‌آزمون انجام شد.

یافته‌ها

در این بخش ابتدا جدول داده‌های توصیفی متغیرهای پژوهش آورده شده است:

جدول ۴- توصیف آماری نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون تأثیر متغیر مهارت حل مسئله بر متغیرهای مهارت‌های زندگی

متغیرها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
گروه آزمایش	۳۳٫۲۵	۵٫۴۷۹	۳۴٫۶۷	۵٫۳۴۸
	۳۳٫۳۳	۶٫۲۱۳	۳۷٫۵۸	۵٫۸۲۸
	۳۷٫۱۷	۶٫۰۱۳	۳۸٫۶۷	۴٫۲۵۰
	۱۸٫۵۸	۴٫۹۶۳	۲۲٫۴۲	۴٫۸۷۰
	۶۰٫۲۵	۱۳٫۱۹۹	۶۳٫۷۵	۱۱٫۰۴۶
	۱۵٫۹۲	۳٫۴۷۶	۱۸٫۰۸	۴٫۰۵۵
	۲۱٫۰۸	۵٫۶۰۰	۲۴٫۵۰	۵٫۶۶۵
	۱۸٫۶۷	۳٫۷۰۱	۲۱٫۰۸	۳٫۳۱۵
	۳۶٫۱۷	۱۱٫۵۵۱	۴۳٫۷۵	۸٫۳۱۳
	۳۳٫۲۵	۵٫۹۷۲	۳۳٫۵۸	۵٫۴۵۲
گروه کنترل	۳۱٫۰۸	۶٫۷۷۵	۳۱٫۱۷	۶٫۶۴۵
	۳۳٫۳۳	۷٫۵۲۴	۳۳٫۹۲	۷٫۶۳۳
	۱۸٫۰۰	۵٫۹۲۴	۲۰٫۵۸	۷٫۱۱۵
	۶۱٫۰۸	۱۲٫۲۵۱	۵۸٫۳۳	۱۱٫۲۱۱
	۱۵٫۸۳	۴٫۰۴۱	۱۵٫۹۲	۳٫۵۰۲
	۲۱٫۳۳	۵٫۲۶۳	۲۱٫۸۳	۵٫۴۴۱
	۱۸٫۳۳	۲٫۹۹۵	۱۷٫۵۸	۴٫۱۸۸
	۴۰٫۶۷	۷٫۳۴۰	۳۹٫۹۲	۹٫۱۳۰

در جدول ۴ توصیف نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون هر یک از متغیرهای مهارت‌های زندگی در این پژوهش به تفکیک آورده شده است. همانطور که از جدول ۴ برمی‌آید، تمامی خرده‌مقیاس‌های مهارت‌های زندگی در گروه آزمایش از افزایش میانگین در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون برخوردار بودند، در حالی که در گروه کنترل فقط دو خرده‌مقیاس خودآگاهی و تصمیم‌گیری با افزایش اندکی از میانگین در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون برخوردار بوده‌اند. اما در خرده‌مقیاس‌های دیگر نه تنها افزایش میانگینی دیده نمی‌شود، بلکه در برخی موارد کاهش میانگین هم صورت گرفته است. قبل از استفاده از تحلیل کوواریانس ابتدا پیش‌فرض‌های این روش از قبیل نرمال بودن توزیع متغیر وابسته (استفاده از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف) یکسانی شیب خط رگرسیونی (استفاده از تعامل بین اثر گروه نمرات پیش‌آزمون) و همگنی واریانس‌ها (استفاده از آزمون لون) مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاکی از برقراری مفروضه آزمون بود، بنابراین می‌توان از این آزمون برای بررسی فرضیه پژوهش، یعنی تأثیر آموزش مبتنی بر حل مسئله بر هر یک از خرده‌مقیاس‌های مهارت‌های زندگی، استفاده کرد.

جدول ۵- خلاصه نتایج تحلیل کواریانس اثرات آموزش مسئله محور بعد از حذف اثرات متغیر کمکی پیش‌آزمون بر بهبود خرده‌مقیاس‌های مهارت‌های زندگی در دانش‌آموزان

مجدور اتا	سطح مناداری	آماره F	میانگین مجدورات		درجه‌آزادی		مجموع مجدورات		خرده‌مقیاس‌های مورد بررسی
			خطا	گروه	خطا	گروه	خطا	گروه	
۰,۳۳۸	۰,۰۱۳	۵,۳۷۰	۲۰,۴۳۵	۱۰۹,۷۴۶	۲۱	۲	۴۲۹,۱۳۴	۲۱۹,۴۹۱	خودآگاهی
۰,۳۷۸	۰,۰۰۷	۶,۳۷۳	۳۲,۸۲۱	۲۰۹,۱۸۷	۲۱	۲	۶۸۹,۲۵۰	۴۱۸,۳۷۵	ارتباط‌های انسانی
۰,۲۵۹	۰,۰۴۳	۳,۶۷۸	۳۶,۶۰۵	۱۳۴,۶۳۲	۲۱	۲	۷۶۸,۶۹۵	۲۶۹,۲۶۴	روابط بین فردی
۰,۴۶۲	۰,۰۰۱	۹,۰۱۸	۲۱,۴۶۷	۱۹۳,۵۹۳	۲۱	۲	۴۵۰,۸۱۴	۳۸۷,۱۸۶	تصمیم‌گیری
۰,۶۳۰	۰,۰۰۰	۱۷,۸۶۷	۵۱,۱۳۲	۹۱۳,۵۹۵	۲۱	۲	۱۰۷۳,۷۶۸	۱۸۲۷,۱۹۱	بهداشت و سلامت روانی
۰,۲۷۵	۰,۰۳۴	۳,۹۹۱	۱۱,۸۶۹	۴۷,۳۷۲	۲۱	۲	۲۴۹,۲۵۷	۹۴,۷۴۳	حل مسئله
۰,۰۰۸	۰,۰۰۸	۶,۰۴۵	۲۱,۷۹۹	۱۳۱,۷۷۶	۲۱	۲	۴۵۷,۷۸۱	۲۶۳,۵۵۲	مشارکت و همکاری
۰,۰۰۳	۰,۰۰۳	۷,۹۶۷	۱۰,۴۸۷	۸۳,۵۵۳	۲۱	۲	۲۲۰,۲۲۸	۱۶۷,۱۰۶	تفکر خلاق
۰,۰۰۳	۰,۰۰۳	۷,۶۴۹	۴۸,۶۳۳	۳۷۲,۰۱۷	۲۱	۲	۱۰۲۱,۳۰۰	۷۴۴,۰۳۴	تفکر انتقادی

با توجه به نتایجی که جدول ۵ نشان می‌دهد، با حذف اثرات پیش‌آزمون به‌عنوان متغیر کمکی، نمره «خودآگاهی» $\{F(2,21)=5,370; P=0,013; \text{Partial}\eta^2=0,338\}$ گروه آزمایشی از گروه کنترل بیشتر است، در نتیجه فرضیه اول پژوهش مبنی بر اینکه آموزش مبتنی بر حل مسئله بر مهارت خودآگاهی دانش‌آموزان موثر است، تایید می‌شود. نمره «ارتباط‌های انسانی» $\{F(2,21)=6,373; P=0,043; \text{Partial}\eta^2=0,259\}$ گروه آزمایشی از گروه کنترل بیشتر است، در نتیجه فرض دوم پژوهش مبنی بر اینکه آموزش مبتنی بر حل مسئله بر مهارت ارتباط‌های انسانی دانش‌آموزان تاثیر دارد، تایید می‌شود. نمره «روابط بین فردی» $\{F(2,21)=3,678; P=0,013; \text{Partial}\eta^2=0,338\}$ گروه آزمایشی از گروه کنترل بیشتر است، از این رو فرضیه سوم محقق مبنی بر اینکه آموزش مبتنی بر حل مسئله بر میزان مهارت روابط بین فردی دانش‌آموزان موثر است، تایید می‌شود؛ نمره «تصمیم‌گیری» $\{F(2,21)=9,018; P=0,01; \text{Partial}\eta^2=0,462\}$ گروه آزمایشی از گروه کنترل بیشتر است، در نتیجه فرضیه چهارم مبنی بر اینکه آموزش مبتنی بر حل مسئله بر میزان مهارت تصمیم‌گیری دانش‌آموزان موثر است، تایید می‌شود. نمره «بهداشت و سلامت روانی» $\{F(2,21)=17,867; P=0,000; \text{Partial}\eta^2=0,630\}$ گروه آزمایشی از گروه کنترل بیشتر است، در نتیجه فرضیه پنجم مبنی بر اینکه آموزش مبتنی بر حل مسئله بر میزان مهارت بهداشت و سلامت روانی دانش‌آموزان موثر است، تایید می‌شود. نمره «حل مسئله» $\{F(2,21)=3,991; P=0,034; \text{Partial}\eta^2=0,275\}$ گروه آزمایشی از گروه کنترل بیشتر است، از این رو فرضیه محقق مبنی بر اینکه آموزش مبتنی بر حل مسئله بر میزان حل مسئله دانش‌آموزان موثر است، تایید می‌شود. نمره «مشارکت و همکاری» $\{F(2,21)=6,045; P=0,008; \text{Partial}\eta^2=0,08\}$ گروه آزمایشی از گروه کنترل بیشتر است، در نتیجه فرضیه هفتم مبنی بر اینکه آموزش مبتنی بر حل مسئله بر میزان مهارت مشارکت و همکاری دانش‌آموزان موثر است، تایید می‌شود. نمره «تفکر خلاق» $\{F(2,21)=7,967; P=0,003; \text{Partial}\eta^2=0,03\}$ گروه

آزمایشی از گروه کنترل بیشتر است، فرضیه هشتم مبنی بر اینکه آموزش مبتنی بر حل مسئله بر میزان مهارت تفکر خلاق دانش‌آموزان موثر است، تایید می‌شود و نمره «تفکر انتقادی» $(\eta^2_{\text{Partial}}=0,03)$; $F(2,21)=7,649$; $P=0,03$ گروه آزمایشی از گروه کنترل بیشتر است، در نتیجه فرضیه محقق مبنی بر اینکه آموزش مبتنی بر حل مسئله میزان مهارت تفکر انتقادی دانش‌آموزان موثر است، تایید می‌شود. می‌توان بیان کرد که تمامی خرده‌مقیاس‌های (متغیرهای) مهارت‌های زندگی از لحاظ آماری در سطح $P<0,05$ معنی‌دار هستند. از این‌رو، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش مبتنی بر حل مسئله بر افزایش مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان یعنی مولفه‌های خودآگاهی، ارتباط‌های انسانی، روابط بین فردی، تصمیم‌گیری، بهداشت و سلامت روانی، حل مسئله، مشارکت و همکاری، تفکر خلاق و تفکر انتقادی تأثیر معناداری داشته است.

بحث و نتیجه‌گیری

زندگی روزمره پیوسته موقعیت‌هایی را خلق می‌کند که محتاج حل مسئله است. مهارتی که اگر درست آموزش داده شود، نقش مهمی در سلامتی و کامیابی فرد دارد و به حل موفقیت‌آمیز مسائل زندگی و اعتماد به نفس بیشتر و آرامش فرد منجر می‌شود و در ضمن شخص می‌تواند با تشخیص درست مسئله تصمیم منطقی نیز در برخورد با مشکلات و انتخاب‌های بی‌شمار داشته باشد. امروزه ایجاد مهارت در تصمیم‌گیری به‌عنوان یکی از پایه‌ای‌ترین مهارت زندگی به شمار می‌آید، زیرا زندگی در جوامع پیشرفته، گسترش ارتباطات اجتماعی و افزایش انتخاب‌ها را فراروی افشار مختلف، به‌ویژه جوانان قرار داده است. تصمیمات صحیح و عقلایی در این موقعیت‌ها نتیجه‌ای موثر در زندگی فرد بر جای خواهند گذاشت و از تعارضات و تنش‌های روانی فرد خواهند کاست (کریمی و فکری، ۱۳۹۲). هدف اصلی این پژوهش، بررسی اثربخشی آموزش مسئله محور بر مهارت‌های زندگی دختران نوجوان بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که آموزش مبتنی بر حل مسئله بر افزایش میزان مهارت‌های زندگی دختران نوجوان نظیر مهارت خودآگاهی، ارتباط‌های انسانی، روابط بین فردی، تصمیم‌گیری، بهداشت و سلامت روانی، حل مسئله، مشارکت و همکاری، تفکر خلاق و تفکر انتقادی موثر است. نتایج این پژوهش با یافته‌های بخشایش و دهقان‌زردینی (۱۳۹۲)، گنجه و همکارانش (۱۳۹۲)، ویچروسکی (۲۰۰۰)، محمودی و همکاران (۱۳۹۲)، حقیقی و همکاران (۱۳۸۵)، ثمری و لعلی فاز (۱۳۸۴)، بندک و همکاران (۱۳۹۳) و آلبرتین و همکاران (۲۰۰۱) همخوانی دارد. آموزش مبتنی بر حل مسئله به دانش‌آموزان موجب پیشرفت چشمگیر آنان در توانایی برنامه‌ریزی انتخاب راه‌حل‌های مناسب برای زندگی، ارتباط با همسالان، کنترل خود و وضعیت سلامت عمومی و به‌طور کلی در سلامت روان بود. فردی که از مهارت تصمیم‌گیری، حل مسئله و برقراری روابط در سطح مطلوبی برخوردار باشد، می‌تواند آنچه را به او ارائه یا تحمیل می‌شود، بدون بررسی دقیق نپذیرد. مهارت‌های زندگی باعث ارتقای توانایی‌های روانی - اجتماعی افراد می‌شوند. همچنین این مهارت‌ها فرد را قادر می‌سازد که نگرش‌ها، ارزش‌ها و استعداد‌های خود را به عمل درآورد و باعث شود که فرد خود را برای سازگاری مناسب و موثر با موقعیت‌های زندگی آماده کند. فرد را برای

انجام فعالیت‌های موثر و سالم با انگیزه می‌کند و باعث افزایش اعتماد به نفس در فرد می‌شود (جمالی پاقلعه و همکاران، ۱۳۹۳). آنچه که مدارس برای موفقیت افراد در صحنه چالش‌های زندگی به آنان اعطا می‌کند، شکل‌دهنده انتظارات قرن جدید است. در نتیجه برای رویارویی با این چالش‌ها باید محیط آموزشی و یادگیری به‌گونه‌ای خلق شود که با طبیعت زندگی همگون باشد و به دانش‌آموزان کمک کند با انتظارات در حال رشد و تحول روبرو شوند و با توجه به یافته‌های پژوهش بهتر است که این محیط آموزشی و یادگیری مبتنی بر آموزش مهارت حل مسئله باشد؛ اما در این پژوهش بیان این نکته ضروری است که گروه مورد پژوهش محدود به دختران و فراگیران یک مقطع تحصیلی خاص بوده، بنابراین نمی‌توان این نتایج را با قاطعیت به سایر دانش‌آموزان در مقاطع تحصیلی دیگر تعمیم داد. اگرچه در این پژوهش تاثیر اجرای گروهی آموزشی مبتنی بر حل مسئله مورد توجه بوده است، بررسی مقایسه اجرای گروهی و منفرد آموزش مبتنی بر حل مسئله و تاثیر آن بر گروه سنی پسران پیشنهاد می‌شود. استفاده از روش نظریه برخاسته از داده‌ها در یک رساله دکتری به منظور ایجاد یک خرده‌نظریه برای تبیین فرایند تاثیرگذاری آموزش مبتنی بر مسئله در بهبود مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان، پیشنهاد می‌گردد. همچنین بهره‌گیری از رهیافتی پدیدارشناسانه در واکاوی ادراک و تجربه زیسته معلمان از موانع و مشکلات آموزش مسئله محور در مدارس به منظور تسهیل این فرایند، توصیه می‌گردد؛ از سوی دیگر و با توجه به اهمیت مهارت حل مسئله در زندگی و به ویژه زندگی دانش‌آموزان، در ادامه پیشنهادهایی برای بهبود وضعیت موجود ارائه شده است:

- برگزاری کارگاه‌های آموزشی مهارت حل مسئله برای آشنایی معلمان و نحوه‌ی به‌کارگیری آن در دروس مختلف (در تمامی دوره‌ها و به‌ویژه آموزگاران دوره ابتدایی)؛
- استفاده از ظرفیت کلاس معکوس برای آموزش مهارت‌های حل مسئله به معلمان
- ایجاد محیط‌های یادگیری مبتنی بر استفاده از راهبردهای حل مسئله
- به منظور اثربخشی و جذابیت هر چه بیشتر آموزش حل خلاق مسئله فنون فردی و گروهی خلاقیت به‌صورت بومی طراحی شوند.
- طراحی مسئله‌ها و تکالیف اصیل، مطابق با زندگی واقعی دانش‌آموزان و شرایط پیرامونی و تخصیص آن در کتاب‌های درسی؛
- ایجاد زمینه برای درگیر نمودن تمامی دانش‌آموزان به فعالیت مبتنی بر تفاوت‌های فردی؛ به ویژه در فعالیت‌هایی که به‌صورت گروهی و مشارکتی طراحی شده است.
- درگیر کردن مستقیم دانش‌آموز در خلال برنامه درسی با کتاب و مسائل آموزش داده شده
- مدنظر قرار دادن نیازهای مهارتی شاگردان در تالیف کتب درسی جدید
- بررسی و مطالعه تطبیقی آموزشی مهارت‌های زندگی در کشورهای مختلف
- همسو کردن فعالیت‌های خانه، مدرسه، اجتماع در جهت آموزش مهارت‌های زندگی

¹ Grounded Theory

تاثیر آموزش مسئله محور بر مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان دختر پایه هفتم

- گسترش اردوها و گردش‌های علمی و فرهنگی، تفریحی، زیارتی و فعالیت‌های فوق برنامه و پروژه‌های درسی و غیر درسی در داخل یا خارج از مدرسه
 - ایجاد زمینه مناسب برای مشارکت دانش‌آموزان در تمامی فعالیت‌های مدرسه و تشکل‌های علمی و فرهنگی و ... و قانونمند کردن آن؛
- امید می‌رود اجرای این مطالعه، زمینه‌ای را برای ایجاد حساسیت در متولیان آموزشی و برنامه‌ریزان به منظور بازاندیشی در تکالیف کتب درسی و استفاده از ظرفیت تکالیف اصیل برای ارتقای مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان را فراهم نماید.

References

- Adib, Y. (2007). Study of Life Skills Access Rate of Iranian Adolescents. *Journal of Modern Psychological Researches*, 1(4), 1-25. {In Persian}
- Adib, Y., & Fareddanesh, H. (2003). Life skills needed by middle school students. *Daneshvar Behavioral Sciences Research Journal*, 10 (3), 13-28. {In Persian}
- Albertyn, R.M., Kappa, C.A., & Croenewald, C.J. (2001). Patterns of empowerment in individuals through the course of a life skills program. *Journal of stuien in the education of adults*, 33(2), 20-78.
- Arjmannia, AL., Ghiasi-Nadishan, S., Khoshnam, M., & Moghimian-Shiadeh, M. (2011). Meta-Analysis of Researches in the Field of Manners and Life Skills in Iran. *Social Development and Welfare Planning*. 12, 105-146. {In Persian}
- Asadi, M., Aghaei, A., & Atashpour, A. (2019). The effect of life skills training on spiritual intelligence of high school girl students. *Scientific Research Quarterly of Woman and Culture*, 3(9), 21-33. {In Persian}
- Ataei, N., & Panjehpour M. (2012), Comparison The Effectiveness Of Problem Based Learning With Lecture-Based Method In Teaching Metabolic Biochemistry. *Iranian Journal Of Medical Education* 11 (38), 1318-1325. {In Persian}
- Azer, S.A. (2001). Problem-based learning. A critical review of its educational objectives and the rationale for its use. *Saudi Med*; 22(4), 299-305
- Bakhshayesh, A., & Dehghan Zardini, R. (2013) .The Effectiveness of Problem Solving Skills Training on Student Behavioral Problems . *Journal of Behavioral Sciences*, 7 (4), 347 353. {In Persian}
- Bandak, M., Malehi, H., Abaspour, A., & Ghavam, S. (2014). The Effectiveness Of Life Style Instruction On Students' Creativity. *Innovation & Creativity In Human Science* Summer, 4(1), 189 - 200. {In Persian}
- Barzabadi-Farahani, A., & Aghaei Dost, M. (2010). *Life Skills*. Tehran: Iran Industrial Research and Training Center. {In Persian}

- Botvin, G.J., & Griffin K.W. (2005). Prevention Science, drug a buse prevention, and life skills Training: Comments on the state of the Science. *Journal of Experimental Criminology*, 1, 63-78.
- Bowed, A.D. (1992). Integration and mains treming in cultural contex: cancdian and American approaches. *International Journal of Disability: Development and Education*, 39(1), 19-31.
- Buhler, A., Schorder, E., & Silbereisen, R.K. (2008). The role of life skills promotion in substance abuse prevention: amediation analysis. *Health Education Research*, 23(4), 300-321.
- Celia, L.M., & Gordon, P.R. (2001). Using problem-based learning to promote critical thinking in an orientation program for novice nurses. *J Nurses Staff Dev*; 17(1),7-12.
- Clinic, C. L. (2002). *Life Skills*, Translation by Shahram Mohammad Khani, Tehran: Spand Honar {In Persian}.
- Day, R., & Salsali, M.(2000). Problem based learning in collaborative pilot baccalaureate nursing programs: a project of the faculty of nursing Canada. *Alberta University Press*; 15(4), 5-22.
- Dokanei Fard, F. (2007). The Impact Of Teaching Life Skills On Enhancing Self-Esteem And Reducing Shyness Among University Students. *Innovation In Management Education (Journal Of Modern Thoughts In Education)*. 3 (7), 43-56. {In Persian}
- Ganjeh, S., Dehestani, M., Zadeh Mohammadi, A. (2017). Comparison of Effectiveness of Problem-Solving Skills and Emotional Intelligence Training on Decreasing Aggression in male High School Students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 14(52), 38-50. {In Persian}
- Gharibi H., & Gholizadeh. Z. (2008). Level Of Life Skills Among The Students Of Junior High Schools And High Schools In Kurdistan Province. *Innovation In Management Education (Journal Of Modern Thoughts In Education)*, 3(9), 117-141. {In Persian}
- Gokhale, A.A. (1995). Collaborative learning enhances critical thinking. *Journal of Technology Education*; 7(1), 219-29.
- Haghighi, J., Mousavi, M., Mehrabizade, H., & Bashlidah, K. (2006). The effect of life skills training on mental health and self esteem of first grade girl students in high school. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 1, 61-78. {In Persian}
- Jamali Paghale, Z., Jamali Paghale, S., Jadidi Feighan, M., & Nazary, M. (2017). The Effect of Life Skills Training on Social Adjustment and Academic Performance of Adolescent Female Students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 15(58), 121-129. {In Persian}
- Javadipour, M., Azizi, P., & Norouzzadeh R. (2014). Survey on rate of Life Skills Goals Fulfillment in Elementary School Students. *Training & Learning Researches*. 2 (4), 113-128. {In Persian}

- Karimi, F., & Fehri, S. (2013). A study of life skills assessment among first grade high school students. *Journal of Instruction and Evaluation*, 6(22), 73-85. {In Persian}
- Khushabi K, Nikkhah, H., & Moradi, S. (2008). An Investigation of the Life Skills Knowledge among Female Students of Tehran City Universities. *Avicenna J Clin Med*. 15 (3), 67-72. {In Persian}
- Lakani, M., Bakharshahi, Z., Mohammadzadeh, Z., Mohammadi, K., & Abolghasemi, M. (2006). Life Skills Training. Educational and Educational Directorate of the Education Office: Red Crescent Organization. {In Persian}
- Mahmoodi, M., Zaharakar, K., & Shabani, H. (2013). The Effectiveness of Life Skills Training on the Improvement of Students' Life Quality. *Journal of Development psychology* , 10(37), 71-79. {In Persian}
- Noohi, E., Abbaszadeh, A., Madah-Sadat, S.B., & Borhani, F. (2013). Collaborative Learning Experiences in Problem-Based Learning (PBL) Education: a Qualitative Study. *J Qual Res Health Sci*. 1 (4), 255-267. {In Persian}
- 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*. 12 (47),245-265. {In Persian}
- Rosing, J. (1997). Teaching Biochemistry at a medical faculty with a problem-based learning system; 25(2), 71-74.
- Saatchi, M., Kamkari, K., & Askariyan. M. (2010). Psychological tests. Tehran: Virayesh. {In Persian}
- Salek-Hadadi, N., & Badri, R. (2013). A study the Effects of life Skills Instruction on Coping Strategies. *Journal of Instruction and Evaluation*, 6(21), 79-94. {In Persian}
- Samari A.A., & Lalifaz A. (2005). Effectiveness Of Life Skills Education On Family Stress And Social Acceptance. *The Quarterly Journal Of Fundamentals Of Mental Health*. 7(25-26), 47-55. {In Persian}
- Schneider, P., & Zimman, W.F. (1998). Need assessment about life skill training program in Germanian students. *Journal school psycho*, 2,142 – 151.
- Sepah-Mansour, M. (2007). The Effect of Life Skills Training on Achievement Motivation, Self-Esteem and Social Adjustment .Thought and Behavior in Clinical Psychology (Thought and Behavior) (Applied Psycholog 2(6),85-93. {In Persian}
- Shabani, H. (2010). Educational skills: methods and teaching techniques. Tehran: SAMT. {In Persian}
- Valipour-Vasel, M., Narenjiha, H., & Rafiei, H. (2013). Investigation of the Effects of Life Skills on Male and Female High School Students' Life Satisfaction. *Educational Administration Research*, 4(16), 39-56. {In Persian}

- Wichroski, M.A. (2000). Facilitating Self steem and social supports in a Family life skills program. *Journal of women and Social work*, 15(2), 217-277.
- Wilburn, V.R., & Smith, D.E. (2005). Stress, self esteem and social ideation in late adolescents, *Journal of Adolescents*, 40, 33-45.
- Yarmohammadi Vasel M., Narenjiha, H., & Rafiey, H. (2011). Developing and Validation of Life Skills Inventory for Substance Abusers. *Social Welfare*.10 (39),151-156. {In Persian}
- Zagtab-najafi, A., & Salemi, S. (2012). The Effectiveness of Life Skills Training on Reducing Anxiety in Women. *Scientific Research Quarterly of Woman and Culture*. 4(13), 85-93. {In Persian}