مقاله
پژوهشی

ارزیابی طرح آموزش مهارت های زندگی مقطع راهنمایی

ربابه نوری[1*]

[1] روان شناس بالینی، گروه روان شناسی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران
[*] **نویسنده مسئول:** دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران
پست الکترونیک: rynoury@yahoo.com

چکیده

زمینه و هدف: *پژوهش حاضر با هدف تعیین اثر آموزش مهارت های زندگی بر دانش و اطلاعات دانش آموزان انجام شد.*

مواد و روش کار: *مطالعه حاضر نیمه تجربی بود. بدین منظور، دو مدرسه از شهر های اصفهان، شیراز، کرمان و مشهد به طور تصادفی انتخاب شدند. مدارس راهنمایی دخترانه و پسرانه که طرح در آنها اجرا شده بود با دو مدرسه مشابه دیگر که طرح در آنها اجرا نشده بود، به صورت نمونه گیری خوشه ای انتخاب و مورد مقایسه قرار گرفتند. به این ترتیب ۱۴۲۸دانش آموز انتخاب شدند. پرسشنامه خودساخته برگرفته ازمحتوی آموزشی هر پایه تحصیلی تدوین شد و در پایان سال تحصیلی، به دانش آموزان گروه کنترل و آزمایشی داده شد که تکمیل کنند. سپس، دو گروه با استفاده از نرم افزار SPSS ۱۴ و آزمون آماری تحلیل واریانس عاملی از نظر میزان دانش کسب شده مورد مقایسه قرار گرفت.*

یافته ها: *یافته ها نشان داد اثر آموزش مهارت های زندگی فقط در یکی از شهر ها معنی دار بود. در اکثر شهر ها، دانش دختران در زمینه مهارت های زندگی به طور معنی داری از پسران بیشتر بود (کرمان، ۱۱/۱۲ در مقابل ۷/۵؛ مشهد ۱۱/۷۹ در مقابل ۱۰/۹۳؛ شیراز ۱۰/۳۳ در مقابل ۷/۰۶، اصفهان ۱۵/۸۹ در مقابل ۸/۳۱) و تفاوت معنی داری بین دختران و پسران در کرمان (P> ۰/۰۱ ،F=۵۲/۵۶)، شیراز (P> ۰/۰۱ ،F=۵۲/۲۲) و اصفهان (P> ۰/۰۱ ،F=۱۳۳/۵۸) به دست آمد. همچنین، در اکثر شهرها، دانش آموزان پایه های پایین تر در مقایسه با دانش آموزان پایه های بالاتر، دانش بیشتری از مهارت های زندگی داشتند. MANOVA تفاوت معنی داری را بین کلیه شهرها از نظر پایه های تحصیلی نشان داد: کرمان (P> ۰/۰۱ ،F=۷۶/۹)، شیراز (P> ۰/۰۱ ،F=۱۶۴/۱۲)، اصفهان (P> ۰/۰۱ ،F=۵۴/۵۶)، مشهد (P> ۰/۰۱ ،F=۸۶/۲۲).*

نتیجه گیری: *یافته های به دست آمده تفاوت های جنسیتی و رشدی در آموزش مهارت های زندگی را نشان داد که باید به آن توجه شود. علاوه بر این، ضرورت ارزشیابی طرح های پیشگیرانه به طور جدی مطرح می شود.*

واژه های کلیدی: *ارزیابی، دانش، آموزش مهارت های زندگی، پیشگیری*

مجله دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی سال ۹۴، دوره ۷ (۲):۴۳۳-۴۴۴
Journal of North Khorasan University 2015;7(2):433-444

وصول: ۹۳/۹/۱۸
اصلاح: ۹۴/۴/۶
پذیرش: ۹۴/۵/۲۴

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

مقدمه

امروزه، نقش مدارس گسترش یافته است و از نقش سنتی آموزش مهارت های تحصیلی و علوم و فنون فراتر رفته و مسئولیت هایی مانند پرورش توانمندی های روانی و اجتماعی نیز برعهده مدارس گذاشته شده است. نحوه برقراری ارتباط با انسان های دیگر، تمرین رفتارهای سالم، رفتارهای مسئولانه نسبت به خود، مدرسه، جامعه نیز ازموضوعاتی است که در مدارس آموزش داده می شود. همچنین، ارزش های انسانی، حقوق شهروندی نیز از موضوعاتی است که در مدارس به آن پرداخته می شود. ماموریت اصلی مدارس در قرن بیست و یک، تضمین سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی دانش آموزان است. به همین دلیل، برنامه های مختلف پیشگیرانه درمدارس طراحی و تدوین شده است که از قوی تری مداخلات پیشگیرانه می باشند [۱].

اهمیت مدارس در برنامه های پیشگیرانه به دلایل متعددی است از جمله دسترسی زیاد به مخاطبان اصلی برنامه های پیشگیرانه، اعتماد جامعه به مدارس، فرصت کافی برای آموزش و تمرین مهارت های مختلف و مانند آن [۲]. یکی از قوی ترین برنامه های پیشگیرانه مبتنی بر مدارس، طرح آموزش مهارت های زندگی است [۳-۲]. منظور از مهارت های زندگی « مهارت هایی است که برای افزایش تواناییهای روانی- اجتماعی به افراد آموزش داده می شود و افراد را قادر می سازد که به طور موثری با مقتضیات و کشمکش های زندگی روبه رو شوند. هدف آموزش مهارت های زندگی، افزایش توانایی های روانی - اجتماعی و در نهایت پیشگیری از رفتارهای آسیب زننده به بهداشت و سلامت و همچنین ارتقای سطح سلامت روان افراد است » [۲].

تحقیقات مختلفی در زمینه ارزشیابی طرح آموزش مهارت های زندگی انجام شده است نشان می دهد این طرح در زمینه ابعاد مختلف پیشگیری موثر و مفید بوده است [۳]. در واقع، اثربخشی برنامه آموزش مهارت های زندگی چه درکوتاه مدت و چه در بلندمدت در پژوهش های متعدد به اثبات رسیده است [۵-۴]. به عبارت دیگر، این برنامه قوی ترین و موثرترین فعالیت پیشگیری از سوء مصرف مواد در مدارس می باشد [۶]. اثرات پایدار آموزش مهارت های زندگی بر روی جمعیت های دانش آموزی چه در پیگیری های دو ساله [۷] و چه در پیگیری های طولانی تر ۶ ساله [۸] همچنان پایدار بوده است. سیل[1] اثر برنامه آموزش مهارت های زندگی بر کاهش مصرف سیگار و مواد در دانش آموزان دبیرستانی را بررسی کرد. طرح وی کنترل شده بود و دانش آموزان قبل و بعد از اجرای طرح با گروه کنترل مقایسه شدند. نتایج نشان داد این طرح درکاهش مصرف سیگار و مواد موثر بود [۹]. فاجیانو[2] و همکاران [۱۰] به مرور منابع پژوهشی در زمینه آموزش مهارت های زندگی پرداختند. آنان این مداخله را به سه قسمت تقسیم کردند: مداخلات مبتنی بر مهارت، مداخلات مبتنی بر افزایش دانش و مداخلات عاطفی. نتایج مرور آنان نشان داد مداخلات مبتنی بر مهارت آموزی منجر به کاهش چشمگیر مصرف ماری جوانا، مصرف مواد سنگین، افزایش عزت نفس، افزایش دانش و افزایش در مقابل فشار دوستان به مصرف مواد شد. ماکلی لوپ[3] و همکاران [۱۱] گزارش دادند پس از اجرای طرح مهارت های زندگی کاهش معنی داری در مصرف مواد، افزایش معنی داری در دانش از مواد و کاهش اضطراب رخ داد که در دخترها بیشتر بود. به دنبال آموزش مهارت های زندگی، علاوه بر کاهش مصرف مواد که در پژوهش های متعددی به اثبات رسیده است [۱۶-۵]، افزایش تاب آوری و رفتارهای مثبت اجتماعی [۱۲]، افزایش توانمندی ها و قابلیت های روانی اجتماعی نیز رخ داد [۱۴]. در کل، اثربخشی آموزش مهارت های زندگی به عنوان یک مداخله پیشگیرانه مبتنی بر مدارس تایید شده است [۲۱-۱۸].

با این حال، آموزش مهارت های زندگی در کشور با مشکلاتی همراه بوده است. از جلمه معافی [۲۳] گزارش می کند که به دلیل نبود معلمان ماهر استقبال چندانی از این برنامه به عمل نیامده است. همچنین وی، خاطر نشان می کند که محتوای این برنامه نیز چندان منسجم و جامع نیست. با توجه به این که ارزشیابی طرح های اجرا شده، یکی از مراحل مهم و اساسی هر برنامه مداخله ای است و از آن جایی که مداخلات پیشگیرانه بسیار وابسته به

1-Seal
2-Faggiano
3 -Mckillop

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

فرهنگ و اجتماعی است که طرح در آن اجرا می شود [۲]، سوال اساسی که مطرح می شود این است که طرح مذکور که درکشور اجرا شده است تا چه حد دانش شرکت کنندگان را افزایش داده است. چنان چه طرحی موفق باشد، حداقل باید بتواند اطلاعات ودانش شرکت کنندگان را افزایش دهد. به طوری که بین شرکت کنندگان دردوره آموزشی و آنان که در دوره شرکت نکردند، تفاوت معنی داری معنی داری وجود داشته باشد. این در حالی است که علی رغم اجرای طرح های قوی در طی سال های مختلف، مطالعات اندکی در زمینه ارزیابی طرح های مذکور انجام شده است. سوالات اصلی طرح حاضر این بود که آیا از نظر دانش مهارت های زندگی، تفاوت معنی داری بین دانش آموزانی که در این طرح شرکت کردند و دانش آموزانی که در این طرح شرکت نکردند، وجود دارد؟ آیا از نظر دانش مهارت های زندگی بین دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد؟ آیا از نظر پایه های تحصیلی تفاوت معنی داری در دانش مهارت های زندگی دانش آموزان وجود دارد؟

روش کار

پژوهش حاضر، نیمه تجربی بود و در سال ۱۳۹۰ بر روی جامعه دانش آموزان دوره اول دبیرستان انجام شد. بدین منظور دانش آموزان تحت پوشش طرح مهار ت های زندگی با دانش آموزانی که مداخله ای دریافت نکرده بودند مورد مقایسه قرار گرفتند. لازم به ذکر است که برنامه آموزش مهارت های زندگی به عنوان یکی از برنامه های کشوری از ابتدای سال تحصیلی در مدارس اجرا می شد. طرح آموزش مهارت های زندگی شامل یک کلاس در طی هر هفته بود که در طول سال تحصیلی اجرا می شد. هر پایه، یک کتاب داشت که در طی آن مهارت های مختلف زندگی توسط معلمان آموزش داده می شد. در هر کتاب، مهارت های مختلف زندگی عمدتاً، شامل مهارت های اجتماعی، حل مسئله، تصمیم گیری، مقابله با استرس ها و هیجان ها و خودآگاهی مطرح شده بود. طرح حاضر، در انتهای سال تحصیلی و در پایان دوره، اجرا شد. نمونه پژوهش از دانش آموزان مدارس راهنمایی شهرهای اصفهان، شیراز، کرمان و مشهد انتخاب شدند به طوری که یک مدرسه دخترانه و یک دبستان پسرانه که طرح مهارت های زندگی در آن اجرا شده بود با مدرسه مشابه دیگری که در همان منطقه بود ولی طرح در آن اجرا نشده بود مورد مقایسه قرار گرفتند. با استفاده ازنمونه گیری خوشه ای ابتدا مدارس و سپس از هر مدرسه یک کلاس از هر پایه تحصیلی به تصادف انتخاب شد و پرسشنامه پژوهش به اعضای هرکلاس داده شد. نمونه پژوهش حاضر ۱۴۲۸ دانش آموز بود.

با توجه به هدف پژوهش که تعیین میزان دانش شرکت کنندگان از مهارت های زندگی بود، پرسشنامه محقق ساخته ای تدوین شد. بدین منظور، سوالاتی باز بر اساس محتوی آموزشی تدوین شد. به این ترتیب، محتوی آموزشی هر دوره (کتاب های مهارت های زندگی مختص هر پایه تحصیلی) مرور شد و بر اساس آن، ده سوال استخراج شد. علاوه بر این، در پایان پرسشنامه انتقادها و پیشنهادهای دانش آموزان جهت بهبود طرح نیز گنجانده شد. سپس، یک کارشناس ارشد روان شناسی بالینی خانم و آقا به مدارس منتخب مراجعه کرده و پس از توضیح و شرح پژوهش پرسشنامه ها را توزیع کردند. به مدیران، کارکنان اداری و دانش آموزان توضیح داده شدکه هدف ارزیابی طرح است و نه ارزیابی عملکرد آنان. به منظور رعایت اصول اخلاقی و صحت اطلاعات، به دانش آموزان اطمینان داده شد که پرسشنامه ها در دسترس اولیای مدرسه یا آموزش و پرورش قرار نخواهد گرفت، پرسشنامه ها بدون نام بود و بلافاصله بعد از تکمیل، از مدارس خارج شد. سپس، پاسخ های دانش آموزان به سوال های پرسشنامه، توسط کارشناسان ارشد روان شناسی بالینی و بر اساس آن چه در کتاب های هر پایه تحصیلی ارائه شده بود، خوانده و نمره گذاری شد. نمرات به دست آمده سپس، با استفاده از نرم افزار SPSS۱۴ و آزمون آماری تحلیل واریانس عاملی تحلیل شد. به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی، پرسشنامه بی نام بود، افرادی از خارج از سیستم آموزش و پرورش پرسشنامه ها را در کلاس توزیع کرده و بلافاصله در پاکت های دربسته قرار داده و از مدرسه خارج کردند. همچنین، منطق و هدف طرح به دانش آموزان توضیح داده شد و به آنان اطمینان داده شد که پرسشنامه ها در اختیار کادر مدرسه یا آموزش و پرورش قرار نمی گیرد.

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

یافته ها

ابتدا، میانگین و انحراف معیار نمرات دانش آموزان از نظر دانش مهارت های زندگی به تفکیک گروه ها، جنسیت و پایه های تحصیلی محاسبه شد (جدول ۱).

به منظور تعیین تفاوت معنی دار بین گروه های آزمایشی و کنترل و همچنین دختران و پسران از آزمون تحلیل واریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار دانش مهارت های زندگی به تفکیک شهرها، گروه ها، جنسیت و پایه های تحصیلی

شهر	متغیر	متغیر	تعداد	میانگین± انحراف معیار
کرمان	گروه ها	آزمایشی	۱۸۰	۵/۲۳±۱۰/۱۷
		کنترل	۱۸۰	۴/۷۶±۸/۵۱
	جنسیت	دختر	۱۸۰	۵/۴۲±۱۱/۱۲
		پسر	۱۸۰	۳/۹۴±۷/۵۵
	پایه های تحصیلی	اول	۱۲۰	۵/۸۱±۱۳/۱۸
		دوم	۱۲۰	۳/۶۹±۷/۸۳
		سوم	۱۲۰	۲/۶۹±۷
مشهد	گروه ها	آزمایشی	۱۶۳	۵/۳۲±۱۱/۴۸
		کنترل	۱۸۰	۴/۸۱±۱۱/۲۷
	جنسیت	دختر	۱۷۷	۵/۲۹±۱۱/۷۹
		پسر	۱۶۶	۴/۷۱±۱۰/۹۳
	پایه های تحصیلی	اول	۱۲۲	۴/۴۳±۱۴/۵۷
		دوم	۱۱۷	۴/۵±۱۱/۵
		سوم	۱۰۴	۳/۴±۷/۴۸
شیراز	گروه ها	آزمایشی	۱۸۹	۴/۶۷±۸/۶۹
		کنترل	۱۷۶	۴/۸۲±۸/۸۸
	جنسیت	دختر	۱۹۲	۵/۱۱±۱۰/۳۳
		پسر	۱۷۳	۳/۵۸±۷/۰۶
	پایه های تحصیلی	اول	۱۲۶	۵/۱۴±۱۰/۸۳
		دوم	۱۲۵	۴/۴۴±۷/۶۶
		سوم	۱۱۴	۳/۷۵±۷/۷۴
اصفهان	گروه ها	آزمایشی	۱۸۰	۶/۳۵±۱۱/۸
		کنترل	۱۸۰	۸/۱۴±۱۲/۴
	جنسیت	دختر	۱۸۰	۷/۹۱±۱۵/۸۹
		پسر	۱۸۰	۳/۹۱±۸/۳۱
	پایه های تحصیلی	اول	۱۲۰	۹/۰۴±۱۶/۸۹
		دوم	۱۲۰	۴/۴۱±۱۰/۸
		سوم	۱۲۰	۴/۷۲±۸/۶۱

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

جدول ۲: نتایج تحلیل واریانس دانش مهارت های زندگی دانش آموزان از نظر جنسیت و گروه

	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F
کرمان	گروه	۲۴۸/۳۴	۱	۲۴۸/۳۴	۱۱/۳۶**
	جنسیت	۱۱۴۸/۴۷	۱	۱۱۴۸/۴۷	۵۲/۵۶**
	گروه× جنسیت	۳۰/۶۲	۱	۳۰/۶۲	۱/۴
	خطا	۷۷۷۸/۹	۳۵۶	۲۱/۸۵	
	کل	۴۰۵۸۵	۳۶۰		
مشهد	گروه	۳/۲۳	۱	۳/۲۳	۰/۱۳
	جنسیت	۶۱/۱۲	۱	۶۱/۱۲	۲/۳۹
	گروه× جنسیت	۰/۰۶	۱	۰/۰۶	۰/۰۰۲
	خطا	۸۶۷۶/۸۵	۳۳۹	۲۵/۶	
	کل	۵۳۱۰۹	۳۴۳		
شیراز	گروه	۵/۱۹	۱	۵/۱۹	۰/۲۸
	جنسیت	۱۰۲۳/۲۲	۱	۱۰۲۳/۲۲	۵۵/۲۲**
	گروه× جنسیت	۴۸۹/۳	۱	۴۸۹/۳	۲۶/۴۱**
	خطا	۶۶۸۹/۱۶	۳۶۱	۱۸/۵۳	
	کل	۳۶۲۸۸	۳۶۵		
اصفهان	گروه	۳۲/۴	۱	۳۲/۴	۰/۸۴
	جنسیت	۵۱۸۳/۲۱	۱	۵۱۸۳/۲۱	۱۳۳/۵۸**
	گروه× جنسیت	۱۰۸/۹	۱	۱۰۸/۹	۲/۸۱
	خطا	۱۳۷۸۵/۸۹	۳۵۶		
	کل	۷۱۸۱۸	۳۶۰		

** p>۰/۰۱ * p>۰/۵۰

همان طور که در جدول بالا مشاهده می شود، اثر آموزش مهارت های زندگی معنی دار فقط در شهر کرمان معنی دار بود و در سایر شهرها تفاوت معنی داری بین دو گروه آزمایشی و کنترل مشاهده نشد. در شهر های کرمان، شیراز و اصفهان، تفاوت معنی داری بین دختران و پسران نیز مشاهده شد به صورتی که میانگین اطلاعات دختران از مهارت های زندگی به طور معنی داری بالاتر از پسران بود. همچنین در شهر شیراز، اثر تعاملی آموزش × جنسیت هم معنی دار بود. به این ترتیب، می توان گفت در شهر شیراز اثر آموزش مهارت های زندگی در دختران به صورت متفاوتی عمل می کند. اختلاف میانگین دانش مهارت های زندگی در پایه های تحصیلی مختلف در کلیه شهرها معنی دار بود. اثر عامل آموزش × پایه تحصیلی در شهرهای اصفهان، شیراز و مشهد نیز معنی دار بود. به نظر می رسد اثر آموزش در پایه های تحصیلی مختلف به طور معنی داری متفاوت بوده است.

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

جدول ۳: نتایج تحلیل واریانس دانش مهارت های زندگی دانش آموزان از نظر پایه های تحصیلی و گروه های آزمایشی و کنترل

شهر	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F
کرمان	گروه	۲۴۸/۳۴	۱	۲۴۸/۳۴	۱۴/۱۲**
	پایه تحصیلی	۲۷۰۵/۰۴	۲	۱۳۵۲/۵۲	۷۶/۹**
	گروه× پایه تحصیلی	۲۶/۸۱	۲	۱۳/۴	۰/۷۶
	خطا	۶۲۲۶/۱۵	۳۵۴	۱۷/۵۹	
	کل	۴۰۵۸۵	۳۶۰		
مشهد	گروه	۰/۹۴	۱	۰/۹۴	۰/۰۶
	پایه تحصیلی	۲۸۱۷/۷۵	۲	۱۴۰۸/۸۸	۸۶/۲۲**
	گروه× پایه تحصیلی	۴۰۸/۱۳	۲	۲۰۴/۰۶	۱۲/۴۹**
	خطا	۵۵۰۶/۶۴	۳۳۷	۱۶/۳	
	کل	۵۳۱۰۹	۳۴۳		
شیراز	گروه	۰/۵۵	۱	۰/۵۵	۰/۴۳
	پایه تحصیلی	۲۸۴/۸۷	۲	۱۴۲/۴۴	۱۶۴/۱۲**
	گروه× پایه تحصیلی	۶/۶۳	۲	۳/۳۱	۳/۸۲*
	خطا	۲۹۰/۷۴	۳۳۵	۰/۸۶۹	
	کل	۶۱۸۰۳	۳۴۱		
اصفهان	گروه	۳۲/۴	۱	۳۲/۴	۰/۸
	پایه تحصیلی	۴۴۲۱/۰۲	۲	۲۲۱۰/۵۱	۵۴/۵۶**
	گروه× پایه تحصیلی	۳۱۳/۶۲	۲	۱۵۶/۸۱	۳/۸۷*
	خطا	۱۴۳۴۳/۳۷	۳۵۴	۴۰/۵۲	
	کل	۷۱۸۱۸	۳۶۰		

**p>۰/۰۱ *p>۰/۵۰

بحث

یافته های پژوهش نشان دادند طرح آموزش مهارت های زندگی فقط در شهر کرمان منجر به تفاوت معنی دار در دو گروه آزمایشی و کنترل از نظر دانش مهارت های زندگی شد و در شهرهای اصفهان، مشهد و شیراز تغییر معنی داری ایجاد نشد. به عبارت دیگر آموزش این برنامه در طی سال تحصیلی، جز در شهر کرمان، در سایر شهرها، تغییری در دانش مهارت های زندگی ایجادنکرد. افزایش دانش مهارت های زندگی در شهر کرمان با بسیاری از یافته های دیگر در این زمینه همسو بود [۲۱-۳] و عدم تفاوت معنی دار بین دانش مهارت های زندگی در گروه های آزمایشی و کنترل در سایر شهرها ناهمسو با همین مطالعات بود. باتوجه به تفاوت معنی دار در دانش آموزان شهر کرمان، احتمال تفاوت های فرهنگی از نظر اثر آموزش برنامه مهارت های زندگی منتفی می شود و این احتمال بیشتر مطرح می شود که شاید در شهرهای

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

مختلف برنامه آموزش مهارت های زندگی به طور متفاوتی اجرا شده باشد. به عبارت دیگر، بحث فرآیند اجرای برنامه مطرح می شود و از آن جایی که نه در این طرح و نه در اجرای برنامه آموزش مهارت های زندگی، فرآیند اجرای این برنامه مطالعه نشد، همچنان این احتمال به قوت خود باقی است. نکته بسیار مهم این است که ارزیابی فرآیند[1] اجرای برنامه، یکی از ارزیابی های مهم در خدمات پیشگیرانه است [۲۴]. فرآیند اجرای برنامه نشان می دهد چه کارهایی در برنامه انجام شده است، چه افرادی خدمات را دریافت کردند، عناصر مهم و اساسی برنامه چه بود و در نهایت، این که آیا برنامه استانداردهای قابل قبول را داشته است یا نه. از آن جایی که فرآیند اجرای برنامه در این پژوهش بررسی نشد، امکان مقایسه شهرها از نظر روند اجرای برنامه مشخص نیست. این نکته، ضرورت توجه به انواع ارزیابی ها را مطرح کرد. جز شهر مشهد، در همه شهرهای دیگر، تفاوت جنسیت ها در مهارت های زندگی معنی دار بود. به عبارت دیگر، در سه شهر اصفهان، شیراز و کرمان دانش دختران در مورد مهارت های زندگی از پسران بیشتر بود. این یافته تا حدودی شبیه نتایج ولی پور خواجه غیاثی و همکاران است [۲۵]. نتایج این پژوهش نشان داد، دختران و پسران تفاوتی در نمره کلی مهارت های زندگی ندارند ولی در مقابله با استرس و روابط بین فردی بین دختران و پسران تفاوت معنی داری مشاهده شد. لازم به ذکر است که در این پژوهش نیز نمرات مهارت های زندگی بر اساس دانش و به صورت مشابه با پژوهش حاضر جمع آوری شد.. یافته به دست آمده با پژوهش خوشابی و همکاران [۲۶] نیز ناهمسوست که تفاوتی بین دختران و پسران از نظر مهارت های زندگی نیافتند. احتمال دارد تفاوت به دست آمده در پژوهش حاضر ناشی از سن نمونه پژوهش نیز باشد زیرا، پژوهش ولی پور خواجه غیاثی [۲۵] و خوشابی و همکاران [۲۶] در جمعیت دانشجویی انجام شد. در اکثر مطالعات مربوط به مهارت های زندگی [۱۶-۵] تفاوت جنسیتی به دست نیامد، جز پژوهش ماکلی لوپ[2] و همکاران [۱۱]. نکته بسیار مهم این است که در سه شهر مشهد، کرمان، شیراز؛ تفاوت معنی داری بین دو گروه آموزشی و کنترل مشاهده نشد ولی عامل جنسیت در کرمان، اصفهان و شیراز منجر به تفاوت معنی داری در دانش مهارت های زندگی شد. این احتمال ممکن است وجود داشته باشد که اثر جنسیتی ناشی از آموزش های قبل باشد و یا علاقه دختران به موضوعات بهداشتی و سلامت. در هر حال، به نظر می رسد توجه به موضوعات جنسیتی به خصوص در برنامه ریزی های آموزشی ضروری باشد و همچنین نیاز به مطالعه بیشتر در این زمینه وجوددارد. به نظر می رسد بحث تفاوت های جنسیتی و توجه به آن در برنامه ریزی های آموزشی جدی باشد. این که در شهر شیراز تعامل عامل جنسیت × گروه معنی دار بود نیز توجه به عامل جنسیت در آموزش مهارت های زندگی و برنامه ریزی های بهداشتی را تایید کرد. به نظر می رسد آموزش به دختران و پسران به گونه متفاوتی انجام شده باشد. این موضوع نکته ای است که به نظر می رسد در ارزیابی فرآیند اجرای برنامه باید به آن توجه جدی کرد.

نکته مهم دیگری که با جنسیت همسویی دارد آن که از نظر دانش مهارت های زندگی تفاوت معنی داری بین پایه های تحصیلی متفاوت مشاهده شد و جز شهر کرمان در بقیه شهرها این تفاوت معنی دار بود. به عبارت دیگر، میانگین نمره دانش مهارت های زندگی در پایه های بالاتر کمتر از پایه های پایین تر بود و همچنین در همین شهرها، اثر تعاملی پایه تحصیلی × گروه معنی دار نیز بود. به نظر می رسد با بالا رفتن پایه های تحصیلی میانگین دانش مهارت های زندگی به طور معنی داری کاهش یافته است. به عبارت دیگر، به نظر می رسد اثر آموزش در پایه های تحصیلی مختلف به طور معنی داری متفاوت باشد. نکته مهم آن است که مطالعه دیگری که هم زمان در شهرها ی اصفهان و شیراز و در مورد آموزش مهارت های زندگی در دبستان انجام شد [۲۱] نشان داد این طرح در شهرهای اصفهان و شیراز اثربخش است و تفاوت بین دانش آموزان گروه کنترل و آزمایشی در شهرهای اصفهان و شیراز معنی دار بود. اثربخشی طرح مهارت های زندگی در شهرهای اصفهان و شیراز در دوره دبستان و اثربخش نبودن این برنامه در مقطع بالاتر، احتمال تاثیر پدیده رشد را مطرح می کند. یکی از متغیرهای رشدی مرتبط با

1 -process evaluation
2- Mackillop

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

سلامت، باور به آسیب ناپذیری[1] است که به خصوص در ابتدای دوره نوجوانی خود را نشان می دهد. نوجوانان تمایل دارند که میزان خطرات را دست کم بگیرند زیرا باور دارند که خطرات برای آنان نیست [۲۷]. ممکن است به دلیل پدیده های رشدی مانند باور به آسیب ناپذیری، هر چه دانش آموزان سن شان افزایش پیدا می کند نسبت به مهارت های زندگی که مرتبط با پیشگیری از رفتارهای خطرناک است کمتر علاقه یا توجه نشان دهند. احتمال دیگر این که با بالا رفتن سن دانش آموزان بر پیچیدگی مشکلات آنان افزوده شود و این روند فزاینده در تدوین کتاب مورد توجه قرار نگرفته باشد. به عبارت دیگر، ممکن است محتوی آموزشی ساده تر از نیازهای واقعی نوجوانان طراحی و تدوین شده باشد. تعدادی از نظراتی که دانش آموزان در انتهای پرسشنامه نوشته بودند موید این مطلب است. تعدادی از آنان از «تصاویر کودکانه» که در کتاب ها بود شکایت داشتند. ممکن است در سایر قسمت های محتوی آموزشی نیز همین مشکل تداوم داشته باشد. همچنین، احتمال متعدد بودن معلمان، اثر همسالان و متغیرهای دیگری نیز مطرح می شود که ضرورت مطالعه بیشتری در این زمینه را مطرح می کند. در هر حال، این یافته بسیار ارزشمند بود، زیرا، معمولاً، با بالا رفتن سن نوجوانان بر آسیب پذیری آنان در دوره راهنمایی افزوده می شود. به همین دلیل، به نظر می رسد نیاز به پژوهش های بیشتری در این زمینه وجود داشته باشد که مسلماً بر قدرت و دقت برنامه ریزی های بهداشتی و سلامت در آینده و همچنین، پیشگیری از آسیب های روانی اجتماعی خواهد افزود.

پژوهش حاضر با محدودیت های متعددی مواجه بود: تعداد محدود مدارس، نبود پرسشنامه های استاندارد جهت ارزیابی مهارت های زندگی، اجرای طرح در انتهای سال تحصیلی، و مانند آن. با توجه به محدودیت های پژوهش پیشنهاد می شود ارزشیابی طرح مهارت های زندگی مجدداً انجام شود تا با تکرار پژوهش و افزایش نمونه پژوهش اطلاعات دقیق تری به دست آید. همچنین تکرار این نوع ارزشیابی ها در شهرها و مناطق دیگر کشور توجه به ساختار جنسیتی با توجه به تفاوت های معنی دار بین دختران و پسران و همچنین، توجه به رشد دانش آموزان و پایه های تحصیلی مختلف نیز از اهمیت بالایی برخوردار است. از محدودیت های دیگر پژوهش حاضر می توان به اجرای آن در انتهای سال تحصیلی اشاره کرد که امکان ارزیابی های وسیع تر و استفاده از روش های دیگر ارزیابی مانند مشاهده را غیرممکن کرد. از آن جایی که طرح در انتهای سال تحصیلی انجام شد امکان استفاده از ارزیابی ها بیشتر از جمله اهداف نگرشی و مهارتی ممکن نشد و هدف دانشی که حداقل هدف، می باشد انتخاب شد. همچنین تعداد کم مدارس ارزیابی شده نیز از محدودیت های دیگر پژوهش می باشد.

نکته مهم این است که آن چه در این پژوهش ارزیابی شد فقط دانش و اطلاعات دانش آموزان از محتوی کتاب بود. این در حالی است که حتی از نظر دانشی هم در اکثر شهرهای مورد مطالعه تفاوت معنی داری بین گروه آموزشی و کنترل مشاهده نشد. به این ترتیب، این احتمال وجود دارد که آموزش مهارت های زندگی منجر به نتیجه مطلوب پیشگیرانه نشده باشند. این نکته، ضرورت بازنگری در محتوی آموزشی و کتاب های آموزش مهارت های زندگی را مطرح می کند و همچنین، ضروت استفاده از انواع ارزشیابی ها و به خصوص ارزشیابی فرآیند اجرای برنامه. فقط در صورت وجود چنین ارزشیابی هایی می توان مطمئن بود طرح به درستی اجرا شده و تفاوت معنی داری بین دو گروه آموزشی و کنترل ایجاد نشده است یا این که واقعاً طرح به درستی اجرا نشده است و به همین دلیل اثر معنی داری نیز نداشته است. به همین دلیل ضرورت توجه به انواع ارزیابی ها در اجرای برنامه های پیشگیرانه و به خصوص آموزش مهارت های زندگی مطرح می شود. نکته مهم آن که برای پیشگیری، افزایش دانش، حداقل هدف مداخله است و ضروری است دانش آموزان علاوه بر دانش به تغییر نگرش و کسب مهارت نیز نایل آیند. به همین دلیل، توجه به مکانیزم ها و تکنیک های آموزشی و از جمله آموزش فعال از اهمیت خاصی برخوردار می شود[۲۲]. فقط با استفاده از چنین تکنیک هایی می توان به تغییر نگرش و رفتار دست یافت که این خود، هدف نهایی آموزش مهارت های زندگی است. به همین دلیل، ضرورت اجرای ارزیابی های منظم در حین

1 -invulnerability

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

تدوین و اجرای برنامه مهارت های زندگی به تاکید توصیه می شود.

نتیجه گیری

با آن که برنامه آموزش مهارت های زندگی از قوی ترین مداخلات پیشگیرانه در مدرسه است، با این حال، یافته های پژوهش نشان داد از بین ۴ شهر فقط در یک شهر، آموزش این برنامه به افزایش دانش گروه آموزشی منجر شد. یافته های به دست آمده نشان دادند در دوره راهنمایی، دختران بیشتر از پسران و دانش آموزان پایه های پایین تر در مقایسه با دانش آموزان پایه های بالاتر، دانش بیشتری از مهارت های زندگی کسب کردند. یافته های به دست آمده، ضرورت توجه به متغیرهای رشدی و جنسیتی را در این برنامه به شدت مطرح کرد. همچنین، یافته های به دست آمده ضرورت انجام ارزیابی، را نیز مطرح کردند. انجام ارزیابی ها و به خصوص ارزیابی فرآیند اجرای برنامه از ضروریات طرح های پیشگیرانه اند که یافته های موجود اهمیت آنها را به درجات بالا روشن کرد.

تشکر و قدردانی

در پایان، نگارنده از مسئولان آموزش و پرورش و همچنین، مسئولان آموزش و پرورش شهرهای کرمان، مشهد، اصفهان و شیراز که انجام پژوهش حاضر را ممکن کردند، کمال تشکر و قدردانی را دارند.

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

References

1. Greenberg MT, Weissberg RP, Obrien MU, Zins JE, Fredreicks L, Resnik H, Elias MJ, Enhancing school based prevention and youth development through coordinated social, emotional, and academic learning, Am Psychol, 2003; 158 (58): 466- 474.
2. World Health Organization, Life Skill Training Programe, Translation by Noury R & MohammadKhany P, 1997, Tehran: Welfare Organization. P. 39. [Persian].
3. Botvin GJ & Griffin KW , In: Lowinson JH, Ruiz P, Millman RB, Langrod JG ,editors, School-based programs. Substance abuse, Lippincott: Williams & Wilkins,2005, 748-754.
4. Botvin GJ & Griffin KW, School-based programms to prevent alchol, tobacco and other drug use, Int Rev Psychiatry,2007; 19 (6): 607-15.
5. Botvin GJ & Kantor LW, Prevention alcohol and tobacco use through life skills training: Theory and methods, Alcohol Res Health,2000; 24 (4): 240-57.
6. Buhler A, Schroder E, Silbereisen R, The role f life skills promotion in substance abuse prevention: A mediation analysis, Health Educ Res. 2008; 23 (4): 621-32.
7. Botvin GJ, Baker ER, Dusenbey L, Botvin Em, Diaz T, Long term follow-up results of a randomized drug abuse prevention trial in a white middle class population, JAMA, 1995; 273 (14): 1106-12.
8. Botvin GJ, Griffin KW, Diaz T, Scheier LM, Williams C, Epstein JA, Preventive illicit drug use in adolescents: Long term follow-up date from a randomized control trial of a school population, Addict Behav. 2000; 25 (5): 769-74.
9. Seal N, Preventing tobacco and drug use among Thai high school students through life skills training, Nurse, Health and Sci, 2006; 22 (3): 555-66.
10. Faggiano F, Richardson C, Bohrn K, Halant MP, Eu-Dap Study Group, A cluster radomized controlled trial of school- based prevention of tobacco, alcohol and drug use: The Eu-Dap design and study population, Prev Med ,2007; 44 (2):170-3.
11. Mackillop J, Ryadchenko KA, Lisman SA, Outcomes and potential mechanisms in a community implementation: a preliminary investiagation,Subst use misuse, 2006; 41 (2): 1921-35.
12. Dubase JS, Lynch KB, Galani J, Geller S, Hunt D, Preliminary evaluation of a resiliency-based preschool substance abuse and violence prevention project, J Drug Educ, 1998; 28 (3): 308-13.
13. Wenzel V, Weichold K, Silbereisen RK, The life skills program interpersonal skills: positive influences on school bonding and prevention of substance misuse,J Adolesc,2009; 32 (6): 1391-401.
14. Stephens PC, Sloboda Z, Stephens RC, "et al", Universal school-based substance abuse prevention programs modeling targeted mediators and outcomes for adolescent cigarette, alcohol and marijuana use, J Drug Alcohol Depend , 2009; 102 (1): 19-29.
15. Bellamy SE, Springe JF,Wang MQ, Quality of provider- participant relationships and enhancement of adolescent social skills, J Prim Prev, 2008; 29 (3): 263-78.
16. Rowling L, School mental health: politics, power and practice, Advances in School Mental Health Promotion, Inauagurl issues, 2007; Stafford: Center of School Mental Health. 18-20.
17. Ringwalt C, Vincus AA, Hanley S,Ennett ST, Bowling JM, Rohrbach LA, The prevalence of evidence-based drug use prevention curriculam in U.S ,middle schools 2005, Prev Sci, 2009; 10 (1): 33-40.
18. Caulkins Jp, Pacula RL, Paddock S, Chiesa J, School-based drug prevention: what kind of drug use does it prevent, Santa Monica: Rand, 2002;99-120.
19. Skara S, Sussman S, A review of 25 long-term adolescent tobacco and other drug use prevention program evaluations, Prev Med, 2003; 37 (5):451-474.
20. Toumbourou,JW, Stockwell T,Neighbors C, Marlatt GA, Sturge J, Rehm J, Interventions to reduce harm associated with adolescent substance use, Lancetl 2007; 369 (9570): 1391-401.
21. Ziaodini H, Noury R, Kelishadi R, Noury MA, The effectiveness of Life Skills Training Program, Isfahan Journal of Medical School[In press]. [Persian].
22. National Institute of Drug Abuse, Prevention Drug Use Among Children and Adolescents,; US Department of Health and Human Services, 2003,24-37.

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

23.Moafi M, Scientific Principles of Life Skills Education; Tehran: Educational Research Institute, 1388,P. 59, [Persian].
24.World Health Organizatio,. Evaluation Psychoactive Substance Use Disorder: Work Book No4.1997, Geneva: WHO, P. 8-9.
25.Valipour Khajehghyasi R, Vahidshahi K, Salehiomran E, Students' life skills in Mazandaran University of Medical Sciences, Iranian Journal of Medical Education, 2012; (2):93-100 [Persian].
26.Khushabi K, Nikkhah HR, Moradi S, An investigation of the life skills knowledge among female students of Tehran Universities. Sci J Hamadan University Med Sci, 2008; 15 (3): 67-72[Persian].
27.Laplsley D, Aalsma MC, Halpern-Felsher, Invulnerability and risk behaviors in early adolescence. Paper presented in the symposium:the Development of Decision-Making Research in Child Development".2005, April, 8, Atlanta.

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]

The evaluation of life skills training program in junior high schools

Noury R[1]*

[1]Associate professor of Clinical Psychology, Psychology Department, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran
***Corresponding Author:** Kharazmi University, Tehran, Iran
Email: rynoury@yahoo.com

Abstract

Background &objectives: *The aim of this study was evaluation of Life Skills Training Program in junior high school.*
Materials &Methods: *This was a Semi-experimental study. In this relation, from four cities of Kerman, Mashhad , Isfahan and Shiraz , two schools were randomly selected. Girls and boys from experimental schools were compared with those of control schools. Collectively 1428 students were selected. At the end of the educational term, researcher- developed questionnaire from educational materials of each class were completed by both of the experimental and control groups. Then knowledge of two groups was analyzed by SPSS-14 software.*
Results: *Our study showed that the effect of life skills training was significant in only one city.In the most cities, the knowledge of girls in the field of life skills was significantly higher than boys (Kerman: 11.12 Vs. 7.5, Mashhad, 11.79 Vs. 10.93, Shiraz 10.33 Vs. 7.06, Isfahan, 15.89Vs. 8.31) and there were siginificant differences between girls and boys in Kerman (F= 52.56, P< 0.01), Shiraz (F= 55.22, P< 0.01), and Isfahan (F= 133.58, P< 0.01). But there was no significant difference in Mashhad. In the most cities, knowledge of life skills of lower grades' students was significantly higher than students in higher grades. MANOVA revealed that the differences in all cities were significant (Kerman, F= 76.9, , P< 0.01, Shiraz F164.12, P< 0.01, Isfahan F= 54.56, P< 0.01 and Mashhad F= 86/22, P< 0.01).*
Conclusion: *According to the results, there are sexual and developmental differences in life skills training that should be considered. In addition, evaluation of preventive programs as a serious matter is demanded.*
Key words: *Evaluation, Knowledge, Prevention, Life Skills Training Program.*

Original Article

Journal of North Khorasan University 2015;7(2): 433-444

Recivied:9 Dec 2014
Revised:27 Jan 2015
Accepted:15 Aug 2015

[Downloaded from journal.nkums.ac.ir on 2026-09-13]