

مقاله اصلی

طراحی بسته آموزشی مهارت‌های زندگی ویژه کودکان و تعیین اثربخشی آن بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی^۱

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۱/۰۷ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۳/۲۷

خلاصه

مقدمه

دوره کودکی از مهمترین مراحل رشدی و تحولی افراد به شمار می‌رود که بنیان فرایندهای روانی، هیجانی، شناختی و تحصیلی کودکان در این سن بنا نهاد می‌شود. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف طراحی بسته آموزشی مهارت‌های زندگی ویژه کودکان و تعیین اثربخشی آن بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی انجام گرفت.

روش کار

روش پژوهش کیفی، تحلیل مضمون به شیوه آتراید-استرلینگ (۲۰۰۱) و روش پژوهش در قسمت کمی، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دوماهه بود. جامعه آماری پژوهش را دانش‌آموزان دوره اول ابتدایی شهرستان شهرکرد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ به تعداد ۱۲۶۹۸ نفر تشکیل دادند. نمونه در این پژوهش شامل ۱۰۹ دانش‌آموز دوره اول ابتدایی بود که با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه جایدهی شدند (۵۶ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۵۳ دانش‌آموز در گروه گواه). دانش‌آموزان حاضر در گروه آزمایش، بسته آموزشی مهارت‌های زندگی را طی ۱۰ هفته در ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای به صورت گروهی دریافت نمودند. پرسشنامه مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه پیشرفت تحصیلی (فام و تیلور، ۱۹۹۹) بود. داده‌های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل واریانس آمیخته با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS23 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج

نتایج نشان داد که بسته آموزشی مهارت‌های زندگی ویژه کودکان از نظر متخصصان دارای روایی محتوایی کافی است. همچنین این بسته آموزشی بر پیشرفت تحصیلی ($P < 0.001$; $\eta^2 = 0.56$ ؛ $F = 139/81$) دانش‌آموزان دوره ابتدایی تاثیر داشته است.

نتیجه‌گیری

بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان چنین نتیجه گرفت که بسته آموزشی مهارت‌های زندگی با آشنایی دانش‌آموزان با نقاط قوت و ضعف خود، مهارت ارتباط مؤثر و همدلی، مدیریت هیجانات، مهارت حل مسئله و تفکر خلاق می‌تواند به عنوان یک روش کارآمد جهت بهبود پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی مورد استفاده قرار گیرد.

کلمات کلیدی

مهارت‌های زندگی، پیشرفت تحصیلی، دانش‌آموزان دوره ابتدایی
بی‌نوشت: این مطالعه فاقد تضاد منافع می‌باشد.

بهار ملک پور شهرکی^۱

رضا احمدی^{۲*}

احمد غضنفری^۳

^۱ دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی تربیتی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران.

^۲ استادیار گروه روانشناسی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران.

^۳ دانشیار گروه روانشناسی، واحد شهرکرد، دانشگاه آزاد اسلامی، شهرکرد، ایران.

Email: rozgarden28@yahoo.com

^۱ . مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی نویسنده اول پژوهش در دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهرکرد است.

مقدمه

هر جامعه‌ای برای پیشرفت و رشد در ابعاد مختلف اجتماعی اقتصادی و فرهنگی نیاز به افرادی دارد که از نظر روانی و جسمانی سالم باشند. کودکان امروز و سازندگان فردای جامعه، قشر عمده‌ای از جمعیت جوامع انسانی را تشکیل می‌دهند. در کشورهای در حال توسعه، سهم این قشر از کل جمعیت تقریباً به پنجاه درصد می‌رسد (موتا، ماتیساوویچ، سانتوس، پترسکو و موتا، ۲۰۲۰). بنابراین، لازم است به سلامت روانی و جسمانی این قشر عظیم بیشتر توجه شده و گام‌های اساسی در جهت بهبود وضعیت روانی، شناختی و تحصیلی آنان برداشته شود (کیو، وانگ، تانگ، وو، ژانگ و سانگ، ۲۰۲۰). مطالعات انجام شده در فرهنگ‌های مختلف نشان داده است در صد قابل توجهی از کودکان سنین مدرسه دچار مشکلات تحصیلی هستند (کوندو، چان و کافلر، ۲۰۲۲). در میان همه سطوح آموزش و پرورش، مرحله دبستان حساسیت و اهمیت ویژه‌ای دارد. در این دوره بنیان‌های فکری و ذهنی کودکان برای یادگیری مفاهیم گوناگون و پرورش ابعاد مختلف جسمی، اجتماعی، روانی، شناختی و استعدادهای گوناگون گذاشته می‌شود. به عبارت دیگر آموزش و پرورش دبستانی سنگ‌بنا و اساس فعالیت‌های آموزش و پرورش کودکان برای سطوح بعد است (لی، وانگ، ژائو و وانگ، ۲۰۲۲). در این دوران، خودمحوری کاهش یافته و گروه همسالان از بیشترین اهمیت برخوردار می‌شود. به یاد ماندنی‌ترین تجارب کودکی که نخستین سال‌های تحصیلات رسمی را آغاز می‌کند، اتفاقاتی است که در کنار همسالان به وقوع می‌پیوندد و سبب شروع فرایند یادگیری می‌شود (بروفسکی، اسپیکرمن و روس، ۲۰۲۳). این در حالی است که درصد قابل توجهی از دانش‌آموزان در سنین ابتدایی به دلایل مختلف فردی، خانوادگی، اجتماعی و آموزشگاهی به مشکلات تحصیلی

برخورده و از پیشرفت تحصیلی مناسب و درخور باز می‌مانند (واگنر و والدز، ۲۰۲۳).

پیشرفت تحصیلی به معنای تسلط بر اطلاعات و دانش‌های نظری در یک زمینه معین تعریف می‌شود. پیشرفت تحصیلی یعنی اینکه فراگیران تاچه حد در رسیدن به اهداف دوره آموزشی موفق بوده‌اند. مساله پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، یکی از شاخص‌های مهم در ارزیابی آموزش و پرورش است و تمام کوشش‌های این نظام، در واقع برای پوشاندن جامعه‌ی عمل به این امر است (قربان زاده، محمدی اورنگی و اقدسی، ۱۳۹۸). پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان در مدرسه، هدف اصلی هر نظام آموزشی است. پیشرفت تحصیلی در مدرسه، کسب تجربه‌های مناسب در کلیه ابعاد رشد شناختی، عاطفی، اجتماعی، رفتاری و زیستی را شامل می‌شود. کسب این تجربه‌ها در مدرسه می‌تواند بر زندگی حال و آینده کودکان و نوجوانان تاثیر سرنوشت‌سز داشته باشد (منظری توکلی، شجاعی و ملانوروزی، ۱۴۰۰). پیشرفت تحصیلی به عوامل متعددی بستگی دارد که هنوز در مورد تنوع، تعداد و اهمیت آنها شناخت کامل حاصل نشده است. چرا که پیشرفت تحصیلی یک عنصر چندبعدی است با این حال با گذشت زمان بر دانش بشر در مورد عوامل مؤثر در موفقیت تحصیلی افزوده شده است (هی، گائو، بی، ژانگ و لائو، ۲۰۲۳). مساله موفقیت یا عدم موفقیت در امر تحصیل از مهم‌ترین دغدغه‌های هر نظام آموزشی در تمام جوامع است، پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان هر جامعه نشان‌دهنده موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدف‌یابی و توجه به نیازهای فردی است (علیزاده، دهقان و پروانه، ۱۴۰۰). بطور کلی متون علمی دو رویکرد را برای بررسی عوامل پیش‌بینی‌کننده پیشرفت تحصیلی مدنظر قرار داده‌اند: در رویکرد نخست تاثیر فرایندهای محیطی و بیرونی، از جمله محیط خانوادگی، شرایط آموزشی و موارد مربوط به برنامه‌های آموزشی معلمان و

5. Borowski, Spiekerman, Rose

6. academic achievement

7. Wagner, K.M., Valdez

8. He, Guo, Bi, Zhang, Luo

1. Mota, Matijasevich, Santos, Petresco, Mota

2. Qu, Wang, Tang, Wu, Zhang, Sun

3. Condo, Chan, Kofler

4. Liu, Wang, Zhao, Wang

ویژگی‌های دانش‌آموزان بر پیشرفت تحصیلی مطرح است، و رویکرد دوم ساختار دانش، فرآیندهای شناختی و پردازش اطلاعات، فرایندهای انگیزشی، فرایندهای یادگیری خاص و بطور کلی موارد دورنی مورد توجه قرار گرفته است (برایجن، میجر، کونیکس، اوسترلان و اسمیت؛ ۲۰۲۳).

کودکانی که پیشرفت تحصیلی را به اندازه همسالان خود تجربه نمی‌کنند، در معرض خطر طیف گسترده‌ای از پیامدهای سازگاری منفی از جمله مشکلات اجتماعی - عاطفی (مانند اضطراب، عزت نفس پایین، علائم افسردگی و مشکلات درونی سازی)، مشکلات در روابط با همسالان (مانند طرد شدن) و مشکلات مدرسه (اجتناب از مدرسه، مشکلات تحصیلی - روابط معلم و کودک با کیفیت پایین هستند (پارکر^۵ و همکاران، ۲۰۱۵). از این رو شایسته است برنامه‌های حمایتی منسجمی برای حمایت از کودکان در این دوران طرح ریزی شود تا گذار کودک از این مرحله با موفقیت انجام شود. برنامه مهارت‌های زندگی از جمله برنامه‌هایی است که با تدوین آن می‌توان یاری رساند تا کودکان این مرحله را به سلامت بگذرانند (لی، وو، چانگ، چن، لین^۶ و همکاران، ۲۰۲۰). چنانکه نتایج پژوهش صبحی قراملکی، حاجلو و محمدی (۱۳۹۵)؛ آدری، امینی منش، مظفری و امیدوار (۱۴۰۰) لرنی، ستوده، جهان و اسدزاده (۱۴۰۰)؛ زیرک پور نامی و و و نجارپور استادی (۱۴۰۰)؛ پور سلمان و اصغرنژادفرید (۱۳۹۹)؛ شیخ الاسلامی، قمری گیوی و فیاضی (۱۳۹۹)؛ رفیع (۱۳۹۹)؛ شهیازی (۱۳۹۹)؛ پوکیوت، مارتین، راتیا، بنامارا، تیکسریا^۷ و همکاران (۲۰۲۳)؛ و یار سانا، ازیزها، فاسیخا و انوار^۸ (۲۰۲۳)؛ چیانگ، نی، تام، چان، چیانگ^۹ و همکاران (۲۰۲۲)؛ صفرعلی زاده، آذر سا، زینالی و شرفخانی (۲۰۲۲)؛ اسالیوان، گوگان، دوئل و دونوها^{۱۰} (۲۰۲۱) و لی و همکاران (۲۰۲۰) بیانگر آن بود که آموزش‌هایی بر بستر مهارت‌های زندگی می‌تواند منجر به بهبود مهارت اجتماعی، روانی و تحصیلی کودکان شود.

مهارت‌های زندگی یعنی ایجاد روابط بین فردی مناسب و موثر، انجام مسئولیت‌های اجتماعی، انجام تصمیم‌گیری‌های صحیح، حل تعارض‌ها و کشمکش‌ها بدون توسل به اعمالی که به خود یا به دیگران صدمه می‌زند (شیخ الاسلامی، قمری گیوی و فیاضی، ۱۳۹۹). به طور کلی مهارت‌های زندگی مهارت‌هایی هستند که برای افزایش توانایی‌های روانی - اجتماعی افراد آموزش داده می‌شوند و فرد را قادر می‌سازند که به طور موثر با مقتضیات زندگی روبرو شود (اسالیوان و همکاران، ۲۰۲۱). طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت، مهارت‌های زندگی توانایی رفتاری مثبت و سازگاری هستند که افراد را برای مقابله موثر با خواسته‌ها و چالش‌های روزمره آماده می‌کند. در حالت خاص، مهارت‌های زندگی گروهی از مهارت‌های روانی و مهارت‌های بین فردی هستند که افراد را در تصمیم‌گیری آگاهانه، حل مسائل، تفکر انتقادی و تفکر خلاق، ارتباط موثر، ایجاد روابط سالم، همدردی با دیگران، مدیریت و کنار آمدن با زندگی خود با یک شیوه سالم و مولد کمک می‌کند (زیرک پور نامی و و و نجارپور استادی، ۱۴۰۰). این در حالی است که مهارت‌های زندگی می‌تواند منجر به فراهم آوردن مجموعه‌ای از توانایی‌ها در کودک شود که زمینه را برای سازگاری و رفتار مثبت و مفید مساعد سازد (لی و همکاران، ۲۰۲۰).

در ضرورت پژوهش حاضر باید گفت کودکان امروز و سازندگان فردای جامعه، قشر عمده‌ای از جمعیت جوامع انسانی را تشکیل می‌دهند. سلامتی و بیماری این قشر عظیم در سلامتی و بیماری جامعه فردا و نسل‌های آینده، نقش مهمی دارد. بنابراین، لازم است به سلامت روانی و پیشرفت تحصیلی این قشر عظیم بیشتر توجه شده و گام‌های اساسی در جهت پیشگیری از افت تحصیلی آنان برداشته شود. مطالعات انجام شده در فرهنگ‌های مختلف نشان داده است درصد قابل توجهی از کودکان سنین مدرسه به دلایل مختلف فردی، خانوادگی و اجتماعی دچار ضعف در تحصیل هستند. در

1. Bruijn, Meijer, Königs, Oosterlaan, Smith

2. Parker

3. Life Skills

4. Lee, Wu, Chang, Chen, Lin

5. Poquet, Martin, Rateau, Benamara, Teixeira

6. Winarsunu, Azizaha, Fasikha, Anwar

7. Cheung, Ni, Tam, Chan, Cheung

8. O'Sullivan, Gogan, Doyle, Donohue

انتخاب شد. در این مرحله از مدرسه تعداد ۶۰ دانش آموز انتخاب گردید (جمعاً ۱۲۰ دانش آموز). در گام بعد این دانش آموزان به شکل قرعه کشی و تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه به شکلی مساوی جایگزین شدند (۶۰ دانش آموز در گروه آزمایش و ۶۰ دانش آموز در گروه گواه). سپس دانش آموزان حاضر در گروه آزمایش، بسته آموزشی مهارت‌های زندگی را طی ۱۰ هفته در ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای به صورت گروهی دریافت نمودند. این در حالی بود که دانش آموزان حاضر در گروه گواه به محتوای این بسته دسترسی نداشته و در طول اجرای پژوهش از دریافت آن محروم بودند. پس از اتمام جلسات پس از آزمون اجرا و برای اطمینان از ثبات نتایج، مرحله پیگیری نیز دو ماه بعد اجرا شد. در حین اجرای مداخله، ۴ دانش آموز در گروه آزمایش و ۷ دانش آموز در گروه گواه از مطالعه انصراف دادند. بر این اساس، ۱۰۹ دانش آموز (۵۶ دانش آموز در گروه آزمایش و ۵۳ دانش آموز در گروه گواه) در مطالعه باقی ماندند. جهت رعایت اخلاق در پژوهش رضایت دانش آموزان برای شرکت در برنامه مداخله کسب و از کلیه مراحل مداخله آگاه شدند. همچنین به دانش آموزان گروه گواه اطمینان داده شد که آنان نیز پس از اتمام فرایند پژوهشی این مداخلات را دریافت خواهند نمود. همچنین به دانش آموزان حاضر در هر دو گروه اطمینان داده شد که اطلاعات آنها محرمانه باقی مانده و نیازی به درج نام نیست. جهت ایجاد انگیزه برای دانش آموزان برای شرکت در پژوهش حاضر، قبل از شروع مداخله، جوایز درماني و آموزشی مداخلات برای شرکت کنندگان توضیح داده شد. این در حالی است که تمام فرایندهای مداخله نیز به شکل رایگان برای آنها ارائه داده شد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل حضور در یکی از پایه‌های اول، دوم و سوم دبستان، داشتن سن ۷ تا ۱۰ سال، برخورداری از هوشبهر طبیعی (با توجه به سنجش پایه اول دبستان) تمایل به حضور در پژوهش و عدم دریافت مداخله روان‌شناختی همزمان

صورت عدم مهارت‌آموزی بهنگام، احتمال بروز مشکلات رفتاری جدی، مهارت‌های اجتماعی ضعیف و مشکلات تحصیلی در زندگی کودکان بالا است. بر این اساس ضرورت اجرای آموزش‌های مناسب برای این گروه از کودکان اجتناب‌ناپذیر است. بنابراین با توجه به موضوعات و تحقیقات بیان شده در مورد اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی و از سوی دیگر با توجه به خلاء پژوهشی موجود به علت عدم وجود تحقیقات مشابه، مساله اصلی این پژوهش تدوین بسته آموزش مهارت‌های زندگی ویژه کودکان و بررسی اثربخشی آن بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی است.

روش پژوهش

روش پژوهش کیفی، تحلیل مضمون به شیوه آتراید-استرلینگ^۱ (۲۰۰۱) و روش پژوهش در قسمت کمی، نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری کیفی پژوهش شامل کتب، مقالات و پایان‌نامه‌های حوزه مهارت‌های زندگی و همچنین شامل متخصصان حوزه روان‌شناسی تربیتی و روان‌شناسان کودک بود که اعتبار بسته آموزشی مهارت‌های زندگی کودکان را مورد بررسی قرار دادند. جامعه آماری بخش کمی نیز شامل دانش آموزان دوره اول ابتدایی (پایه‌های اول، دوم و سوم) شهرستان شهرکرد در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ به تعداد ۱۲۶۹۸ نفر تشکیل دادند. نمونه در قسمت کیفی شامل ۲۲ کتاب، مقاله و پایان‌نامه حوزه مهارت‌های زندگی بود که به شکل هدفمند انتخاب شدند. در قسمت کمی نیز از روش نمونه‌گیری دردسترس استفاده شد. بدین صورت که از بین مدارس دوره ابتدایی شهرستان شهرکرد تعداد دو مدرسه که پژوهشگر دسترسی بهتری نسبت به آنان داشته و مسئولان آن نیز همکاری قابل توجهی داشتند، انتخاب شدند (یک مدرسه دخترانه و یک مدرسه پسرانه). سپس از هر پایه تحصیلی اول، دوم و سوم هر مدرسه تعداد ۲۰ دانش آموز

۱. Attride-Stirling

به ترتیب ۰/۹۲، ۰/۷۳، ۰/۹۳، ۰/۶۴، ۰/۷۳ و ۰/۷۴ مورد ارزیابی قرار گرفت. پایایی پرسشنامه حاضر در این پژوهش به وسیله ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ محاسبه شد.

روند اجرای پژوهش

روش اجرا در بخش کیفی (تدوین بسته آموزشی مهارت‌های زندگی کودکان) با مطالعه و تحلیل مضمون ۲۲ مقاله، کتاب و پایان نامه مرتبط به این شرح انجام شد: در مرحله اول، نشانه‌ها، مشخصات، آیت‌های تشکیل دهنده و تکنیک‌های مهارت‌های زندگی مورد شناسایی قرار گرفت. در مرحله دوم، مبانی نظری و مقالات چاپ شده در حوزه مهارت‌های زندگی کودکان مورد مطالعه و ابعاد تشکیل دهنده این رویکرد مشخص شد. در مرحله سوم مطالب جمع‌آوری شده در مراحل اول و دوم دسته‌بندی محتوایی شده و زیرگروه‌های مفهومی - محتوایی معطوف به آیت‌های تشکیل دهنده مهارت‌های زندگی (با محوریت کودک) تشکیل شد. در مرحله چهارم، زیرگروه‌های مفهومی - محتوایی تشکیل شده در مراحل اول و دوم به ۱۰ تا ۱۲ حوزه مهارتی مورد نیاز دانش‌آموزان دوره ابتدایی تبدیل شده و مبانی نظری و مولفه‌های تشکیل دهنده مهارت‌های زندگی جهت تدوین اولیه بسته آموزشی مهارت‌های زندگی کودکان بر پایه فنون آموزشی استخراج شده از منابع جمع‌بندی شد. در مرحله پنجم، بسته اولیه مهارت‌های زندگی به ۱۵ متخصص حوزه روان‌شناسی تربیتی و روان‌شناسی کودک ارائه و از آنان درخواست شد تا با مطالعه ساختار، فرایند و محتوای هر یک از جلسات و نسبت به آن اظهار نظر نمایند. همچنین پرسشنامه نظرسنجی نیز همراه بسته آموزشی تدوین شده در اختیار هر یک از متخصصان قرار گرفت. علاوه بر این یک فرم اظهار نظر باز پاسخ به منظور ارائه پیشنهادات و نظرات اصلاحی هر یک از متخصصان در جهت ارتقاء محتوا، ساختار و فرایند بسته آموزشی مهارت‌های زندگی کودکان در اختیار آنها قرار گرفت. در مرحله ششم، نظرات تخصصی ۱۵ متخصص بررسی و نظرات اصلاحی آنها درباره بسته

بود. ملاک‌های خروج از پژوهش نیز شامل غیبت بیش از دو جلسه، حضور نامنظم در جلسات درمان، عدم همکاری با پژوهشگر و عدم پاسخگویی به پرسشنامه‌های پژوهش در یکی از مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و یا پیگیری بود.

ابزارهای سنجش

پرسشنامه پیشرفت تحصیلی (AAQ): پرسشنامه پیشرفت تحصیلی توسط فام و تیلور در سال ۱۹۹۹ ساخته شد و دارای ۴۸ سوال در ۵ مولفه بوده و هدف آن ارزیابی عملکرد تحصیلی از حوزه‌های مختلف است. این پرسشنامه دارای ۵ زیرمقیاس خودکارآمدی (سوالات ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶)، تاثیرات هیجانی (سوالات ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹)، برنامه ریزی (سوالات ۱، ۲، ۳، ۴، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۴۰، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۸)، فقدان کنترل پیامد (سوالات ۵، ۶، ۳۷، ۳۸) و انگیزش (سوالات ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸ و ۳۹) می‌باشد. نمره گذاری این پرسشنامه با استفاده از طیف لیکرت (هیچ تا خیلی زیاد: نمره ۱ تا ۵) نمره گذاری شده است. بر این اساس دامنه نمرات پرسشنامه بین ۴۸ تا ۲۴۰ است. کسب نمرات بالاتر نشان دهنده پیشرفت و عملکرد تحصیلی بیشتر دانش‌آموز است. پایایی این ابزار توسط فام و تیلور (۱۹۹۹) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ خودکارآمدی، تاثیرات هیجانی، برنامه ریزی، فقدان کنترل پیامد و انگیزش و نمره کل پرسشنامه به ترتیب ۰/۹۳، ۰/۷۵، ۰/۹۱، ۰/۶۹، ۰/۷۴ و ۰/۷۹ برآورد شده است. همچنین فام و تیلور (۱۹۹۹) روایی سازه و محتوایی این پرسشنامه را به میزان ۰/۸۸ و ۰/۹۱ گزارش کرده‌اند. در تاج (۱۳۸۳) روایی محتوای این پرسشنامه را توسط نظر اساتید مطلوب و به میزان ۰/۸۴ گزارش کرده است. همچنین روایی سازه این پرسشنامه توسط روش تحلیل عاملی در پژوهش در تاج (۱۳۸۳) مورد تایید قرار گرفت. پایایی پرسشنامه هم توسط روش آلفای کرونباخ برای زیرمقیاس‌های خودکارآمدی، تاثیرات هیجانی، برنامه ریزی، فقدان کنترل پیامد و انگیزش و نمره کل پرسشنامه

². Pham, Taylor

¹. Academic Achievement Questionnaire

دانش‌آموزان حاضر در گروه آزمایش، بسته آموزشی مهارت‌های زندگی را طی ۱۰ هفته در ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای به صورت گروهی دریافت نمودند. این در حالی بود که دانش‌آموزان حاضر در گروه گواه به محتوای این بسته دسترسی نداشته و در طول اجرای پژوهش از دریافت آن محروم بودند. پس از اتمام جلسات پس‌آزمون اجرا و برای اطمینان از ثبات نتایج، مرحله پیگیری نیز دو ماه بعد اجرا شد. در حین اجرای مداخله، ۴ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۷ دانش‌آموز در گروه گواه از مطالعه انصراف دادند. بر این اساس، ۱۰۹ دانش‌آموز (۵۶ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۵۳ دانش‌آموز در گروه گواه) در مطالعه باقی ماندند. مقاله حاضر دارای کد اخلاق به شناسه IR.IAU.SHK.REC.1401.075 از دانشگاه علوم پزشکی شهر کرد می‌باشد.

آموزشی مهارت‌های زندگی کودکان اعمال و بسته آموزشی نهایی آماده شد. در مرحله هفتم، مجدداً بسته آموزشی مهارت‌های زندگی کودکان به ۱۵ متخصص همراه با فرم نظرسنجی نهایی ارائه و پس از جمع‌آوری فرم نظرسنجی، ضریب توافق متخصصان با استفاده از ضریب نسبی اعتبار محتوایی^۱ (CVR) و شاخص روایی محتوایی^۲ (CVI) درباره فرایند، ساختار و محتوای بسته آموزشی محاسبه شد. نتایج نشان داد که بسته آموزشی تدوین شده از نظر متخصصان دارای روایی محتوایی کافی است. در قسمت کمی نیز، پس از اخذ مجوزهای لازم و انجام فرایند نمونه‌گیری (مطابق با آنچه ذکر گردید)، دانش‌آموزان دوره اول ابتدایی انتخاب شده (۱۲۰ دانش‌آموز) به شیوه تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (۶۰ دانش‌آموز در گروه آزمایش و ۶۰ دانش‌آموز در گروه گواه). سپس

جدول ۱. خلاصه جلسات مهارت‌های زندگی کودکان

جلسه	هدف	شرح جلسه
اول	آشنایی با یکدیگر و قواعد گروه و خودآگاهی	آشنایی اعضای گروه با یکدیگر، توضیح در مورد قوانین گروه، فواید فراگیری مهارت‌های زندگی، و توضیح مختصری از خودآگاهی (چه کسی هستم و چه طور عمل می‌کنم) برگزار می‌شود
دوم	آشنایی با نقاط قوت و ضعف خود	ادامه خودآگاهی: انجام فعالیت‌های «من می‌توانم، آنها می‌توانند»، شناخت ویژگی‌های مثبت و منفی (بهترین مهارت من، نقاشی متفاوت من و هدیه ارزشمند). ارائه تکلیف مرتبط.
سوم	آشنایی با مهارت ارتباط مؤثر و همدلی	بررسی تکلیف جلسه گذشته، آموزش ارتباط مؤثر از طریق فعالیت‌های چگونگی شنونده خوبی باشیم، توجه به زبان بدن، توجه به کلام و بازی درگوشی، آموزش همدلی از طریق اهمیت دادن به احساسات، نیازها و خواسته‌های فرد مقابل، ارائه تکلیف مرتبط.
چهارم	آشنایی با مهارت روابط بین فردی (دوست‌یابی)	بررسی تکلیف جلسه گذشته، توضیحاتی در مورد روابط بین فردی (دوست‌یابی و دوست‌یابی: می‌خواهم آینه باشم، دیوار دفاعی جفاله بادام خبرچین، داستان ببر (عدم تمسخر دیگران)، اختاپوس خجالتی، ارائه تکلیف
پنجم	ادامه مهارت‌های بین فردی	بررسی تکلیف جلسه گذشته، ارائه توضیحاتی در مورد همکاری و مشارکت با دیگران، حل تعارض، جرئت‌ورزی، قدردانی کردن از دیگران. ارائه تکلیف مرتبط.
ششم	آشنایی با انواع احساسات	بررسی تکلیف جلسه گذشته، توضیح در مورد احساسات با استفاده از فعالیت‌های تابلوی احساسات، داستان بادکنک غمگین، فعالیت حباب بازی (کاهش نگرانی) و کلاس شاد، ارائه تکلیف مرتبط.
هفتم	آموزش مدیریت هیجانات	بررسی تکلیف جلسه گذشته، آشنایی با مدیریت هیجانات از طریق فعالیت کنترل خشم، بازی مسیر احساسی برای کاهش ترس و اضطراب، آموزش تن آرامی برای کاهش استرس، بازی سایه پرنده برای کاهش ترس، ارائه تکلیف مرتبط.
هشتم	آشنایی با مهارت حل مسئله و گام‌های آن	بررسی تکلیف جلسه گذشته، آموزش مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری، فعالیت‌ها: حل مسائل ارائه شده و جعبه انتخاب، ارائه تکلیف مرتبط.

^۱. content validity ratio

^۲. content validity index

نهم	بررسی تکلیف جلسه گذشته، آشنایی با مفهوم خلاقیت (فعالیت داستان شنی، چه شکلی می بینی، نمایش آشنایی با تفکر خلاق	آهن ربایی)، آشنایی با مفهوم تفکر انتقادی (فعالیت چرا شبیه نیست؟ چرا شبیه است؟ و گزار شگر نقاد، من از کدام گروه هستم)، ارائه تکلیف مرتبط.
دهم	آشنایی با مفهوم جامعه و شهروندی و مرور جلسات	درک مفهوم جامعه و شهروند مسئول بودن (پیروی از قوانین)، مرور جلسات، پاسخ گویی به سوالات، برگزاری پس آزمون و جشن پایانی

در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است. در سطح توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از آزمون شاپیرو-ویلک جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها، آزمون لوین^۱ برای بررسی برابری واریانس‌ها، آزمون موجلی^۲ جهت بررسی پیش فرض کرویت داده‌ها و همچنین از تحلیل واریانس آمیخته^۳ و آزمون تعقیبی بونفرنی^۴ برای بررسی فرضیه پژوهش استفاده گردید. نتایج

آماري با استفاده از نرم افزار آماري SPSS-۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج

نتایج جمعیت شناختی نشان داد که میانگین سنی کودکان در گروه آزمایش ۸/۵۶ سال و در گروه گواه ۸/۴۲ سال بود. میانگین و انحراف استاندارد متغیر وابسته پژوهش در مراحل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری، به تفکیک دو گروه آزمایش و گواه در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۳. میانگین و انحراف استاندارد پیشرفت تحصیلی در دو گروه آزمایش و گواه

گروه‌ها	پیش آزمون		پس آزمون		پیگیری	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
گروه آزمایش	۱۵۳/۳۰	۱۵/۱۱	۱۶۷/۴۱	۱۹/۲۸	۱۶۵/۵۷	۱۸/۷۰
گروه گواه	۱۵۲/۵۱	۱۳/۹۱	۱۵۱/۶۴	۱۳/۷۶	۱۵۱/۶۹	۱۳/۷۵

قبل از ارائه نتایج تحلیل واریانس آمیخته، پیش فرض های آزمون های پارامتریک مورد سنجش قرار گرفت. بر همین اساس نتایج آزمون شاپیرو ویلک بیانگر آن بود که پیش فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیر پیشرفت تحصیلی ($F=0/13$; $P=20$) برقرار است. همچنین پیش فرض همگنی واریانس نیز توسط آزمون لوین مورد

سنجش قرار گرفت که نتایج آن معنادار نبود که این یافته نشان می‌داد پیش فرض همگنی واریانس‌ها در متغیر پیشرفت تحصیلی ($F=0/43$; $P=0/39$) رعایت شده است. این در حالی بود که نتایج آزمون موجلی بیانگر آن بود که پیش فرض کرویت داده‌ها در متغیر پیشرفت تحصیلی ($Mauchly's W=0/89$; $P=12$) رعایت شده است.

^۵. Mixed analysis of variance

^۶. Bonferroni follow-up test

^۱. Shapiro-Wilk test

^۲. Levine test

^۳. Mauchly's Test

^۴. Data sphericity

جدول ۴. تحلیل واریانس آمیخته جهت بررسی تاثیرات درون و بین گروهی در متغیر پیشرفت تحصیلی

توان آزمون	اندازه اثر	مقدار p	مقدار f	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	
۱	۰/۵۰	۰/۰۰۱	۱۰۸/۵۴	۱۴۰۵/۵۲	۲	۲۸۱۱/۰۴	مراحل
۱	۰/۴۸	۰/۰۰۱	۹۲/۹۳	۸۴۰۸/۳۳	۱	۸۴۰۸/۳۳	گروه بندی
۱	۰/۵۶	۰/۰۰۱	۱۳۹/۸۱	۱۸۱۰/۳۵	۲	۳۶۲۰/۷۰	تعامل مراحل و گروه بندی
				۱۲/۹۴	۲۱۴	۲۷۷۰/۹۷	خطا

زمان هم بر نمرات پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی معنادار است. بنابراین نتیجه گرفته می شود نوع مداخله یعنی بسته آموزشی سازگاری زندگی ویژه کودکان در مراحل مختلف ارزیابی هم بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی تاثیر معنادار داشته است. اندازه اثر نشان می دهد اثر تعامل بسته آموزشی سازگاری زندگی ویژه کودکان و عامل زمان ۵۶ درصد از تفاوت در نمرات پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی را تبیین می کند. در مجموع بسته آموزشی سازگاری زندگی ویژه کودکان بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی در مراحل مختلف مورد ارزیابی تاثیر داشته است. حال در جدول ۵ مقایسه زوجی میانگین نمرات پیشرفت تحصیلی آزمودنی ها بر حسب مرحله ارزیابی با استفاده از آزمون تعقیبی بونفرنی ارائه می شود.

نتایج آزمون واریانس آمیخته در جدول ۴ نشان می دهد عامل زمان تاثیر معناداری بر نمرات پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی داشته است. اندازه اثر نشان می دهد که این عامل ۵۰ درصد از تفاوت در واریانس نمرات پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی را تبیین می کند. علاوه بر این، بر اساس نتایج، تاثیر عضویت گروهی یعنی بسته آموزشی سازگاری زندگی ویژه کودکان هم بر نمرات پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی معنادار است. بنابراین نتیجه گرفته می شود بسته آموزشی سازگاری زندگی ویژه کودکان هم بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی تاثیر معنادار داشته است. اندازه اثر نشان می دهد که این آموزش ۴۸ درصد از تفاوت در نمرات پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دوره ابتدایی را تبیین می کند. علاوه بر این، نتایج بیان گر آن بود که اثر متقابل نوع آموزش (بسته آموزشی سازگاری زندگی ویژه کودکان) و عامل

جدول ۵. مقایسه زوجی میانگین نمرات پیشرفت تحصیلی آزمودنی ها بر حسب مرحله ارزیابی با استفاده از آزمون تعقیبی

مرحله مورد مقایسه		تفاوت میانگین ها	خطای انحراف معیار	معناداری
پیش	پس آزمون	-۶/۶۲	۰/۶۲	۰/۰۰۱
آزمون	پیگیری	-۵/۷۲	۰/۵۵	۰/۰۰۱
پس	پیش آزمون	۶/۶۲	۰/۶۲	۰/۰۰۱
آزمون	پیگیری	۰/۸۹	۰/۱۳	۰/۱۲

همانگونه نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد، بین میانگین نمرات مرحله پیش آزمون با پس آزمون و پیگیری در متغیر پیشرفت تحصیلی تفاوت معنادار وجود دارد. این بدان معناست که بسته آموزشی سازگاری زندگی ویژه کودکان توانسته به شکل معناداری نمرات پس آزمون و پیگیری متغیر پیشرفت تحصیلی را نسبت به مرحله پیش آزمون دچار تغییر نماید. یافته دیگر این جدول نشان داد که بین میانگین نمرات مرحله پس آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود ندارد. این یافته را می‌توان این چنین تبیین نمود که نمرات متغیر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی که در مرحله پس آزمون دچار تغییر معنادار شده بود، توانسته این تغییر را در طول دوره پیگیری نیز حفظ نماید.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف طراحی بسته آموزشی مهارت‌های زندگی ویژه کودکان و تعیین اثربخشی آن بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی انجام گرفت. نتایج نشان داد که بسته آموزشی مهارت‌های زندگی ویژه کودکان از نظر متخصصان دارای روایی محتوایی کافی است. همچنین این بسته آموزشی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی تاثیر داشته و توانسته منجر به بهبود پیشرفت تحصیلی این دانش‌آموزان شود. این یافته با نتایج پژوهش صبحی قراملکی، حاجلو و محمدی (۱۳۹۵) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر پیشرفت تحصیلی کودکان پیش دبستانی؛ با یافته لرنی و همکاران (۱۴۰۰) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر رفتارهای پرخطر و نشانه‌های بیمارگون دانش‌آموزان دختر؛ با گزارش زیرک پور نامی‌ور و و نجارپور استادی (۱۴۰۰) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی به شیوه گروهی بر مشکلات بین فردی و احساس تنهایی دانش‌آموزان دختر؛ با گزارش پورسلیمان و اصغرزادفرید (۱۳۹۹) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر مدیریت خشم و تاب‌آوری نوجوانان؛ با نتایج پژوهش شیخ‌الاسلامی، قمری گیوی و فیاضی (۱۳۹۹) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های

زندگی بر تاب‌آوری دانش‌آموزان با آمادگی به اعتیاد؛ با یافته رفیع (۱۳۹۹) مبنی بر تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سرزندگی تحصیلی، تنظیم شناختی هیجان و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی؛ با کاوش شهبازی (۱۳۹۹) مبنی بر تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی و سلامت روان بر انگیزه پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پسر دوره ابتدایی؛ با نتایج پژوهش پوکیوت و همکاران (۲۰۲۳) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش گرایش به مصرف دخانیات و بهبود مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی کودکان و نوجوانان؛ با یافته یارسانا و همکاران (۲۰۲۳) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر بهبود عزت نفس و پیشرفت تحصیلی و کاهش اضطراب کودکان؛ با کاوش چیانگ و همکاران (۲۰۲۲) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی چند گانه مبتنی بر واقعیت مجازی بر بهبود رفتار اجتماعی کودکان با ناتوانی ذهنی؛ با گزارش صفرعلی زاده و همکاران (۲۰۲۲) مبنی بر اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر بهبود امید به زندگی، سلامت روانی و عملکرد تحصیلی کودکان؛ با نتایج پژوهش لی و همکاران (۲۰۲۰) مبنی بر اثربخشی آموزش برنامه مهارت‌های زندگی مبتنی بر مدرسه بر تنظیم هیجانی، افسردگی و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی همسویی داشت.

در تبیین یافته حاضر مبنی بر اثربخشی بسته آموزشی مهارت‌های زندگی ویژه کودکان بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی باید گفت بهره بردن از توانمندی مناسب فردی و اجتماعی در تعامل با دیگران یکی از چالش‌های مهم زندگی کودکان در محیط‌های تحصیلی به شمار می‌رود. چنانکه با داشتن چنین توانمندی کودکان می‌توانند هدف‌های اجتماعی و تحصیلی خود را با اعتماد به نفس لازم پیگیری نمایند (وانگ و همکاران، ۲۰۲۳). از این آموزش مهارت‌های زندگی با ایجاد رفتار مناسب فردی در کودکان سبب می‌شود تا آنها قابلیت فردی خود را بهبود بخشیده و بتوانند بدون ایجاد تنش‌های تحصیلی، مقاصد

ابتدایی اول شهرستان شهر کرد، و عدم کنترل متغیرهای فردی، اجتماعی و خانوادگی مؤثر برهای اجتماعی و زندگی آنان و عدم استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی همراه بود. بر اساس محدودیت‌های پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌شود به منظور افزایش تعمیم‌پذیری نتایج، در سطح پیشنهادات تحقیق، این تحقیق بر روی سایر گروه‌های سنی و سایر شهرها، مناطق و جوامع با فرهنگ‌های مختلف، دیگر دانش‌آموزان با آسیب تحصیلی همانند دانش‌آموزان دارای اشتیاق تحصیلی پایین، دانش‌آموزان در معرض ترک تحصیل، دانش‌آموزان دارای اضطراب امتحان و ... انجام شود. با توجه به اثربخشی بسته آموزشی‌های زندگی ویژه کودکان بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی، در سطح عملی پیشنهاد می‌شود مسئولان آموزش و پرورش شهر کرد با فعال کردن مشاوران مدارس و متخصصان در مراکز مشاوره و خدمات روان‌شناسی تربیتی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی اول را به طور کامل بررسی نموده و با آموزش مشاوران و روان‌شناسان در مراکز مربوطه و استفاده از بسته آموزشی‌های زندگی ویژه کودکان در جهت پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره ابتدایی و در نتیجه بهبود عملکرد تحصیلی، اقدام لازم را انجام دهند.

تشکر و قدردانی

مقاله حاضر برگرفته از رساله دوره دکتری تخصصی نویسنده اول مقاله در دانشگاه آزاد اسلامی واحد شهر کرد بود. بدین وسیله از تمام دانش‌آموزان حاضر در پژوهش، والدین آنان و مسئولین آموزش و پرورش شهرستان شهر کرد که همکاری کاملی جهت اجرای پژوهش داشتند، قدردانی به عمل می‌آید.

تحصیلی خود را پیگیری نمایند که این روند نیز به شکل طبیعی با بهبود در پیشرفت تحصیلی کودکان عجین است. از طرفی باید اشاره کرد که آموزش مهارت‌های زندگی قابلیت اجتماعی شدن کودکان در طول زندگی حال و آینده را فراهم کرده و تاثیرات بلند مدت این شیوه بر تثبیت مهارت‌های اجتماعی، بازخورد‌های شناختی، تطبیقی و تحصیلی را موجب می‌شود (رفیع، ۱۳۹۹). علاوه بر این آموزش مهارت‌های زندگی سبب تعامل مثبت کودکان در جامعه در ارتباط با همسالان و شناخت احساسات درونی و هیجانات خود شده و باعث می‌شود کودکان بتوانند احساسات و هیجانات خود را نسبت به رخداد‌های محیطی و همچنین مقوله پیشرفت تحصیلی را شناخته و با درک آن، عملکرد تحصیلی سازنده تری را تجربه و در نتیجه پیشرفت تحصیلی بالاتری را نیز کسب کنند. در تبیینی دیگر باید به مفاهمی آموزش داده شده در قالب جلسات آموزش مهارت‌های زندگی نیز اشاره کرد. در خلال این جلسات، دانش‌آموزان دوره ابتدایی شرکت‌کننده در جلسات مداخله آموختند که چگونه مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری را در فعالیت‌های تحصیلی خود به کار بندند. بنابراین آموزش مهارت‌های زندگی سبب شد تا کودکان با کسب توانمندی درون فردی و بین فردی، شناخت نیازهای روانی و هیجانی خود، بتوانند مهارت حل مسئله خود را در جهت بهبود عملکرد تحصیلی بکار بسته و از این طریق فرایند مربوط به موفقیت و پیشرفت تحصیلی خود را نیز ارتقا داده و پیشرفت تحصیلی بالاتری را نیز از خود نشان دهند.

پژوهش حاضر مانند سایر پژوهش‌ها با محدودیت‌هایی از جمله محدودیت جمعیت مورد مطالعه دانش‌آموزان دوره

References

- آدری، ز، امینی منش، س، مظفری، م، و امیدوار، ب. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی مبتنی بر ذهن آگاهی بر رابطه والد فرزندی والدین کودکان کم توان ذهنی آموزش پذیر. سلامت اجتماعی، ۹(۱)، ۸۳-۹۰.
- پورجبار، پ. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر پایه نهم متوسطه اول دبیرستان‌های شهرستان بهشهر در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۷، پایان نامه کارشناسی ارشد، موسسه آموزش عالی روزبهان، ۱۳۹۸.

- پورسلیمان، س.، و اصغر نژاد فرید، ع.ا. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر مدیریت خشم و تاب‌آوری نوجوانان. خانواده درمانی کاربردی، ۱(۲)، ۱۰۵-۱۲۴.
- در تاج، ف. (۱۳۸۳). بررسی تاثیر شبیه‌سازی ذهنی فرآیندیو بر آیندی در بهبود عملکرد تحصیلی دانش‌جویان، ساخت و هنجار یابی‌آزمون عملکرد تحصیلی، پایان نامه دکتری، تهران، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
- رفیع، ر. (۱۳۹۹). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سرزندگی تحصیلی، تنظیم شناختی هیجان و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان پایه ششم ابتدایی شهر شیراز، پایان نامه ی کارشناسی ارشد، دانشگاه پیام نور شیراز، ۱۳۹۹.
- زیرک پور نامی ور، م.، و نجار پور استادی، س. (۱۴۰۰). بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی به شیوه گروهی بر مشکلات بین فردی و احساس تنهایی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم تبریز. آموزش و ارزشیابی، ۱۴(۵۴)، ۱۹۹-۲۲۴.
- شهبازی، ق. (۱۳۹۹). بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی و سلامت روان بر انگیزه پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان پسر دوره ابتدایی شهرستان لردگان در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فرهنگیان، ۱۳۹۸.
- شیخ الاسلامی، ع.، قمری گیوی، ح.، و فیاضی، م. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر تاب‌آوری در دانش‌آموزان با آمادگی به اعتیاد. اعتیاد پژوهی، ۱۴(۵۸)، ۱۱-۳۰.
- صبحی قراملکی، ن.، حاجلو، ن.، و محمدی، س. (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی کودکان پیش دبستانی. روانشناسی مدرسه، ۵(۳)، ۱۱۸-۱۳۱.
- علیزاده، ز.، دهقان، ف.، و پروانه، ا. (۱۴۰۰). رابطه خود تنظیمی تحصیلی و هوش اخلاقی با پیشرفت تحصیلی. اخلاق در علوم و فناوری، ۱۶(۳)، ۱۵۹-۱۶۲.
- قربان زاده، ب.، محمدی اورنگی، ب.، و اقدسی، م. (۱۳۹۸). ارتباط بین مهارت‌های حرکتی ظریف و درشت با پیشرفت تحصیلی در کودکان: نقش واسطه هوش هیجانی. مطالعات روان‌شناسی ورزشی، ۸(۳۰)، ۲۵۶-۲۳۹.
- لرنی، م.، ستوده، ن.، جهان، ف.، و اسدزاده، ح. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر رفتارهای پرخطر و نشانه‌های بیمارگون دانش‌آموزان دختر. مطالعات مدیریت بر آموزش انتظامی، ۱۴(۵۳)، ۱۱-۳۲.
- منظری توکلی، م.ح.، شجاعی، م.، و ملانوروزی، ک. (۱۴۰۰). مقایسه اثر بازی‌های بومی محلی و حیاط پویا بر کارکرد شناختی، سواد بدنی و پیشرفت تحصیلی کودکان ۸ تا ۱۲ ساله. رشد و یادگیری حرکتی-ورزشی، ۱۳(۳)، ۳۳۳-۳۵۴.
- Borowski, S.K., Spiekerman, A.M., Rose, A.J. (2023). The role of gender in the friendships of children and adolescents. *Encyclopedia of Child and Adolescent Health*, 3, 94-103.
- Bruijn, A.G.M., Meijer, A., Königs, M., Oosterlaan, J., Smith, J., Hartman, W. (2023). The mediating role of neurocognitive functions in the relation between physical competencies and academic achievement of primary school children. *Psychology of Sport and Exercise*, 66, 1023-1027.
- Cheung, J.C., Ni, M., Tam, A.Y., Chan, T., Cheung, A.K., Tsang, O.Y., Yip, C., Lam, W., Wong, D.W. (2022). Virtual reality based multiple life skill training for intellectual disability: A multicenter randomized controlled trial. *Engineered Regeneration*, 3(2), 121-130.
- Condo, J.S., Chan, E.S.M., Kofler, M.J. (2022). Examining the effects of ADHD symptoms and parental involvement on children's academic achievement. *Research in Developmental Disabilities*, 122, 1041-1044.
- He, S., Guo, X., Bi, T., Zhang, T., Luo, L. (2023). Developmental trajectories of children's educational expectations in China: Contributions of academic achievement and maternal expectations. *Contemporary Educational Psychology*, 72, 1021-1025.
- Liu, L., Wang, Y., Zhao, J., Wang, M. (2022). Parental reports of stress and anxiety in their migrant children in China: The mediating role of parental psychological aggression and corporal punishment. *Child Abuse & Neglect*, 31, 1056-1059.
- Mota, D.M., Matijasevich, A., Santos, I.S., Petresco, S., Mota, L.M. (2020). Psychiatric disorders in children with enuresis at 6 and 11 years old in a birth cohort. *Journal of Pediatrics*, 96(3), 318-326.

- O'Sullivan, E., Gogan, E., Doyle, L., Donohue, G. (2021). Decider Life Skills training as a method of promoting resilience with mental health student nurses on clinical placement. *Nurse Education in Practice*, 56, 1032-1036.
- [Parker](#), J.G., [Rubin](#), K.H., [Erath](#), S.A., [Wojslawowicz](#), J.C., [Buskirk](#), A.A., [Cicchetti](#), D., [Cohen](#), D.J. (2015). Peer Relationships, Child Development, and Adjustment: A Developmental Psychopathology Perspective. *Developmental Psychopathology*, 15, 223-249.
- Poquet, D., Martin, F., Rateau, M., Benamara, Z., Teixeira, M., Picot-Ngo, C. (2023). Tobacco Prevention Interventions - developing Life Skills through Playful Activities among Children and Preteens: a Systematic Review. *Children and Youth Services Review*, In Press, Journal Pre-proof.
- Qu, G., Wang, L., Tang, X., Wu, W., Zhang, J., Sun, Y. (2020). Association between caregivers' anxiety and depression symptoms and feeding difficulties of preschool children: A cross-sectional study in rural China. *Archives de Pédiatrie*, 27(1), 12-17.
- Safaralizadeh, H., Azarsa, T., Zeinali, E., Sharafkhani, R. (2022). Life skills training, hope, and health: An interventional study in the North West of Iran during the COVID-19 pandemic. *Public Health in Practice*, 3, 1002-1006.
- Wagner, K.M., Valdez, C.R. (2023). Role limitations in mothers living with depression: Links with children's academic achievement. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 86, 1015-1019.
- Winarsunu, T., Azizaha, B.S.I., Fasikha, S.S., Anwar, Z. (2023). Life skills training: Can it increases self esteem and reduces student anxiety? *Heliyon*, 9(4), 1523-1526.

Original Article

Designing a Life Skills Training Package for Children and Determining Its Effectiveness on the Academic Achievement of Primary School Students

Received: 28/05/2023 - Accepted: 27/03/2023

Bahar Malekpur Shahraki¹

Reza Ahmadi^{2*}

Ahmad Ghazanfari³

¹ PhD student in Educational Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran.

² Assistant Professor, Department of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran.

³ Associate Professor, Department of Psychology, Shahrekord Branch, Islamic Azad University, Shahrekord, Iran.

Email: rozgarden28@yahoo.com

Abstract

Introduction

Childhood period is one of the most important stages of development and transformation of people, which is the foundation of psychological, emotional, cognitive and academic processes of children at this age. according to this the present study was conducted with the aim of designing a life skills training package for children and determining its effectiveness on the academic achievement of primary school students.

Material and Method

The research method was qualitative, Theme analysis according to Attride-Stirling (2001), and the research method in the quantitative part was semi-experimental with a pre-test-post-test design with a control group and a two-month follow-up period. The statistical population of the research was made up of 12698 primary school students of Shahrekord city in the academic year of 2021-2022. The sample in this research consisted of 109 students of the first year of elementary school who were selected by the available sampling method and randomly assigned to experimental and control groups (56 students in the experimental group and 53 students in the control group). The students in the experimental group received the life skills training package during 10 weeks in 10 sessions of 75 minutes as a group. The applied questionnaire in this study included Academic Achievement Questionnaire (Pham, Taylor, 1993). The data from the study were analyzed through mixed ANOVA via SPSS23 software.

Results

The results showed that the life skills training package has sufficient content validity according to experts. Also, this training package had an impact on the academic achievement ($P < 0001$; $\eta^2 = 0.56$; $F = 139.81$) of social skills of primary school students.

Conclusion

Based on the findings of the research, it can be concluded that the life skills training package by familiarizing students with their strengths and weaknesses, effective communication skills and empathy, emotion management, problem solving skills and creative thinking can be an efficient method to improve the academic achievement of primary school students be used.

Key words

life skills, academic achievement, primary school students

Acknowledgement: There is no conflict of interest