

مروری بر مفهوم بازاریابی ویروسی

تینا مرضیه

دانشجوی کارشناسی ارشد، مدیریت بازرگانی- بازرگانی بین الملل، دانشگاه ارومیه.

نام نویسنده مسئول:

تینا مرضیه

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۲/۱۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۲/۳۰

چکیده

بازاریابی علم جوانی است که سابقه پیدایش آن از قرن بیستم میلادی است تعریف‌های گوناگونی برای بازاریابی بیان شده است، مانند گروهی از فعالیت‌های تجاری وابسته؛ پدیده‌ای بازرگانی؛ فرایندی اقتصادی؛ فرایند مبادله یا انتقال مالکیت محصولات؛ فرایند تعدیل عرضه و تقاضا؛ و بسیار معانی دیگر در این پژوهش هم سعی بر این شده است که در خصوص بازاریابی سخن رانده شود در ادامه تاریخچه و ابعاد مختلف آن بیان شده است سپس به مقوله بازاریابی ویروسی پرداخته شده است و در مورد مفهوم بازاریابی ویروسی توضیح داده شده است سپس در مورد مزایا و معایب بازاریابی ویروسی سخن گفته شده است. در انتها بیان شده است که متداول‌ترین روش برای انجام این نوع بازاریابی شبکه‌ی جهانی اینترنت است که با افزایش تعداد کاربران اینترنت، اهمیت آن روز به روز افزایش بیشتری می‌یابد. آنچه مسلم است بازاریابی ویروسی یک هدف نیست، بلکه بخشی از استراتژی جامع بازاریابی شرکت است.

واژگان کلیدی: بازاریابی، مفهوم بازاریابی، بازاریابی ویروسی.

مقدمه

کودکان و نوجوانان در فرایند رشد و بلندی خود، مهارت‌های ارتباطی و نحوه‌ی مقابله با چالش‌های زندگی را یاد می‌گیرند که پایه‌ریزی شخصیت افراد در بزرگسالی می‌باشد. از آن جا که این سنین بیشتر اوقات خود را در محیط‌های آموزشی می‌گذرانند، روشن است که این فضاها تأثیرات مهمی بر سطح تفکرات و عملکرد دانش آموزان در آینده دارد. بخصوص سن نوجوانی که از مراحل مهم و برجسته رشد و تکامل اجتماعی و روانی فرد به شمار می‌رود و نیاز به تعادل هیجانی و عاطفی، تشخیص احساسات و افکار منفی خود و کنترل آنها، کسب مهارت‌های اجتماعی لازم در دوست‌یابی، شناخت زندگی سالم از مهمترین نیازها به شمار می‌رود (شعاری نژاد، ۱۳۸۸). امروزه علی‌رغم ایجاد تغییرات عمیق فرهنگی و تغییر در شیوه‌ی زندگی متأسفانه بسیاری از افراد در رویارویی با مسایل زندگی، فاقد توانایی‌های لازم و اساسی هستند و همین امر آنان را در مواجهه با مسایل و مشکلات روزمره و مقتضیات آن آسیب پذیر نموده است و با توجه به نقش اساسی مدارس در آماده‌سازی دانش آموزان برای ورود به اجتماع و پذیرش نقش‌های متفاوت اجتماعی، ضروری به نظر می‌رسد که بر تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر روی دانش آموزان بیشتر تأکید و توجه شود. مهارت‌های زندگی، مهارت‌هایی هستند که به منظور ارتقاء سطح ارتباطات، افزایش قدرت تصمیم‌گیری، مدیریت، درک خود و کارکردن در گروه مورد استفاده قرار می‌گیرد. در آموزش مهارت‌های زندگی، محورها و موضوعاتی تدریس می‌گردد که به ارتقاء کیفیت زندگی کمک می‌کنند. (خدابخشی و همکاران، ۱۳۹۰). گازدا و بروکز (۱۹۷۸) مهارت‌های زندگی را چنین تعریف کرده‌اند، همه مهارت‌ها و آگاهی‌هایی که لازمه یک زندگی موثر هستند و در چهار زمینه خانوادگی، تحصیلی، اجتماعی و شغلی لازم و ضروری اند به طوری که در هر یک از این زمینه‌ها قابل تعریف و قابل اندازه‌گیری به صورت عینی می‌باشند (آقاجانی، ۱۳۸۶). 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 و کشمکش‌های زندگی روبرو شود (سازمان بهداشت جهانی، ۱۳۹۷). از آنجا که عوامل فرهنگی و اجتماعی تعیین‌کننده ماهیت دقیق برنامه مهارت‌های زندگی هستند، بنابراین این برنامه ممکن است از نظر اهداف و محتوای آموزشی در کشورها و نواحی مختلف متفاوت باشد (سازمان بهداشت جهانی، ۱۳۹۷). از نظر بالدو و فرانسیس (۱۹۷۸)، مهارت‌های زندگی کودکان و نوجوانان را قادر می‌سازد که دانش (آنچه را می‌دانند) و نگرش و ارزش‌های خود (آنچه احساس می‌کنند و بدان باور دارند) را به عمل تبدیل نمایند. منظور از مهارت‌های زندگی این است که هر کودک در کنار آموزش خواندن و نوشتن به مهارت‌هایی دست یابد که به مدد آنها بتواند ابتدا به شناخت درستی از خود دست پیدا کند و سپس به خوبی با افراد و محیط اطراف ارتباط برقرار سازد و به حل مشکلات خود و جامعه و محیط زیست یاری دهد (صادقی، ۱۳۹۰). به هر حال صرف نظر از تعاریف مختلفی که در مورد مهارت‌های زندگی ارائه گردیده این نکته اصولاً قابل کتمان نیست که این حوزه باید به عنوان یکی از اولویت‌های جدی نظام‌های آموزشی مورد توجه قرار گیرد. به بیان دیگر، آموزش مهارت‌های زندگی همچون حل مساله، تصمیم‌گیری، تفکر خلاق و انتقادی، مهارت‌های ارتباطی و بین‌فردی، همدلی، خودآگاهی و... از اهداف بنیادی نظام‌های آموزشی است (ادیب، ۱۳۸۲). در نظام آموزشی ایران نیز آموزش این مهارت‌ها به طور صریح و یا ضمنی در قالب اهداف آرمانی و یا حتی دروس خاص در دوره‌های مختلف ذکر شده است (صافی، ۱۳۹۰). هر چند که علیرغم کوشش‌های انجام گرفته در نظام آموزشی، اخبار نگران‌کننده‌ای در مورد وضعیت تحصیلی، اخلاقی و اجتماعی کودکان و نوجوانان منتشر شده است (نیک‌پور، ۱۳۸۹). آموزش مهارت‌های زندگی فرد را برای غلبه بر تنشها و مشکلاتی که گریبان‌گیر فرد و جامعه است آماده می‌کند. منظور از مهارت‌های زندگی آن نوع توانایی‌های عملی است که برای موفقیت و احساس شادمانی در زندگی روزمره مورد نیاز می‌باشد و اهداف آموزشی این مهارت‌ها از الزامات و نیازهای روزمره استخراج می‌شود. مهارت‌های زندگی بسیار متعدد هستند و ماهیت و انواع آن با توجه به موقعیت‌ها، فرهنگ و جوامع تغییر می‌یابد. به هر حال، آموزش این مهارت‌ها برای همه دانش‌آموزان، به ویژه دانش‌آموزان مقطع متوسطه بسیار مهم و حیاتی است. زیرا در دوره متوسطه قسمت اعظم استعداد‌های نوجوانان بروز می‌کند، قدرت یادگیری به حد اعلای خود می‌رسد، کنجکاوی آنان جهت معینی می‌یابد و مسائل جدید زندگی نظیر انتخاب رشته، انتخاب حرفه - شغل، اداره خانواده و گرایش مرام و مسلک ذهن آنان را به خود مشغول می‌سازد و به مرحله ادراک ارزش‌های اجتماعی، اقتصادی و معنوی می‌رسند. این دوره از لحاظ مبانی فلسفی، زیستی، روانی و اجتماعی دوره بسیار مهمی است دوره‌ای که آموزش عمومی را به آموزش عالی پیوند می‌دهد و گروه کثیری را برای ورود به جامعه و بازار کار مهیا می‌کند.

از این رو هرگونه نارسایی و خلل در این دوره مستقیماً بر عملکرد هر دو حلقه آموزش عمومی و عالی تاثیر بسزایی دارد (صافی، ۱۳۹۲). این پژوهش با توجه به نقش و اهمیت آموزش مهارت های زندگی به عنوان یکی از کارکردهای نظام های آموزشی، تلاش کرده است تا به تحلیل و ارزیابی میزان برخورداری دانش آموزان مقطع متوسطه دوم از مهارت های مذکور پرداخته تا ضمن فراهم کردن تصویری روشن از عملکرد نظام آموزش متوسطه ایران، زمینه ای برای توجه منسجم تر به این حوزه را فراهم سازد قابل ذکر است در این پژوهش مهارت های زندگی در قالب مهارت های حل مساله، تصمیم گیری و مهارت استفاده از فناوری اطلاعات به طور مشخص مورد بررسی قرار می گیرد. مهارت حل مساله، فرایندی است که شخص با توجه به تجارب عملی و توانمندی های ذهنی خود بتواند در جهت حل مساله یا مشکل قدم برداشته و به نتیجه مطلوب دست یابد (حنیفی، ۱۳۸۹). این مهارت عبارت است از تعریف دقیق مشکلی که فرد با آن روبرو است، شناسایی و بررسی راه حل های موجود، برگزیدن و اجرای راه حل مناسب و ارزیابی فرایند حل مساله تا به این ترتیب فرد دچار دغدغه و اضطراب نشود و از راه های غیرسالم برای حل مشکلات خویش استفاده نکند (فتی و همکاران، ۱۳۸۲). مهارت تصمیم گیری، مهارتی است که به انسان کمک می کند تا در جاهایی که دچار تردید می شود خود را نجات دهد و درست تصمیم گیری کند. اصولاً همیشه این ضرورت وجود دارد که باید به نحو موثری در مورد مسائل زندگی تصمیم گرفته شود و انسان قبل از هر تصمیمی باید قدرت بررسی جوانب مختلف انتخاب های خود را داشته باشد، اگر چنین شود بدون شک از بهداشت روانی مناسبی برخوردار خواهد بود (ملکی، ۱۳۸۲، ص ۵۲). مهارت استفاده از فناوری اطلاعات، قابلیت و توانایی دسترسی به اطلاعات، از طریق استفاده از منابع و فناوری اطلاعاتی، ارزیابی و کاربرد بهینه آن اطلاعات توسط افراد، همان سواد اطلاعاتی یا سواد فناوری است که دانش آموزان اگر در فرایند یادگیری به این مطلوب مجهز شوند، نو شدن افکار ذهنی و تقویت آموخته ها را موجب می شود. کاربرد فناوری اطلاعات صرفاً به تشبیت و تقویت مهارت های پایه محدود نمی شود، در روش های گوناگون یاددهی و یادگیری نیز مورد استفاده قرار می گیرد. فناوری اطلاعات بر الگوهای زندگی، شیوه های کار، روش های پژوهش، آموزش و یادگیری، مدیریت و بسیاری از زمینه های دیگر زندگی انسانی تاثیر می گذارند و دارای سودمندی های بسیار است (روحانی، ۱۳۸۸). بر همین اساس، یادگیری مهارت های زندگی در دوران نوجوانی و جوانی، اثرات نسبتاً پایداری بر ساخت شخصیت آنان خواهد داشت، رفتارهای تحصیلی آنان را مؤثر، آینده نگری آنان را مثبت و انگیزه ی کاری آنان را مضاعف خواهد نمود. (شولتز، ۱۳۸۹). اهمیت آموزش مهارت های فوق از آن روی می باشد که امروزه علیرغم بروز تغییرات عمیق فرهنگی و تغییر در شیوه های زندگی، بسیاری از افراد در رویارویی با چالش های زندگی فاقد توانایی لازم و اساسی هستند و همین امر آنها را در برخورد با مسایل و دشواری های زندگی روزمره و مقتضیات آن آسیب پذیر کرده است. (داردان و گازدا، ۱۹۹۸) در عین حال که شیوه های رویارویی با مسائل نوظهور، هماهنگی و سازگاری با تغییرات، نحوه ارتباط با دیگران، فشارهای ناشی از شرایط محیطی و... همه گونه هایی از مسایل هستند که بیش از پیش در عصر جدید مطرح می شوند. بنابراین زندگی در چنین شرایطی مهارت های خاصی را طلب می کند. مهارت هایی که بتواند درست زیستن یعنی زندگی سالم و با نشاط، توام با صلح و بالندگی و کارآمدی را به ارمغان آورد (غیاث فخری، ۱۳۸۹) همچنین، فرض بر این است که دانش آموزان هنگامی قادرند که به بهبود و ارتقای شرایط فردی و اجتماعی خود بپردازند و موقعیت های دشوار زندگی و پیچیدگی های مختلف آن را مدیریت و کنترل نمایند که از یک برنامه درسی جامع برای یادگیری مهارت های زندگی برخوردار شوند (خسروی و همکاران، ۱۳۸۹) به بیان دیگر دانش آموزان برای مقابله سازگارانه با استرس ها، موقعیت های مختلف و تعارض های زندگی به کارکردهایی نیاز دارند که آنان را در کسب و ایجاد توانایی ها تجهیز کنند. این کارکردها که بسیار زیربنایی بوده و در فرایند تحول شکل می گیرند شامل مواردی همچون عزت نفس، خودکارآمدی، حل مساله و مهارت های اجتماعی می باشند (لواسانی، ۱۳۹۲) بنابراین آموزش مهارت های زندگی در حال حاضر می تواند به عنوان یکی از اولویت های اصلی نظام های تعلیم و تربیت مطرح باشد. از این منظر، نتایج این پژوهش می تواند در سطوح مختلف مورد استفاده و استناد برنامه ریزان و مجریان برنامه های درسی و آموزشی قرار بگیرد. در همین راستا (نوری، ۱۳۹۱) در پژوهشی با هدف ارزیابی طرح آموزش مهارت های زندگی مقطع راهنمایی با روش نیمه تجربی تفاوت های جنسیتی و رشدی در آموزش مهارت های زندگی را نشان می دهد که باید به آن توجه شود. علاوه بر این، ضرورت ارزشیابی طرح های پیشگیرانه به طور جدی مطرح کرده است. (کریمی و همکاران، ۱۳۹۲) در پژوهشی با هدف سنجش مهارت های زندگی دانش آموزان پایه اول متوسطه با روش توصیفی از نوع پیمایشی نشان

داد که میزان برخورداری دانش آموزان پایه اول در مهارت های تصمیم گیری، حل مساله، تفکر انتقادی و برقراری روابط بین فردی در حد متوسط و در بقیه مهارت ها کم تر از حد متوسط است. بالاترین میزان برخورداری دانش آموزان در مهارت تفکر انتقادی و پایین ترین میزان برخورداری آنان در مهارت تفکر خلاق بوده است. در مهارت برقراری ارتباط موثر دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی دار وجود داشت و میانگین نمرات دخترها در این مهارت بالاتر از پسران بود (امیریان زاده، ۱۳۹۰) در پژوهشی با عنوان بررسی تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر مهارت های اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه که با روش آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل و آزمایش انجام شده است، نشان داد که آموزش مهارت های زندگی بر مهارت های اجتماعی دانش آموزان و همچنین بر خرده مقیاس های مهارت اجتماعی و عملکرد تحصیلی و خرده مقیاس های عملکرد تحصیلی دانش آموزان تأثیر معناداری داشته است. با توجه به اینکه دانش آموزان از جمله افرادی هستند که تحت تاثیر آسیب های فردی و اجتماعی ناشی از عدم آگاهی از مهارت های زندگی قرار دارند. لذا، آموزش مهارت های زندگی در سطح نظام آموزش متوسطه دوم را ضروری می سازد. کسب دانش در زمینه مهارت های زندگی موجب نگرش و ارزش های مثبت در فرد می شود، این نگرش موجب رفتار مثبت شده و در نتیجه مانع بروز مشکل و ارتقای بهداشت روانی جامعه می گردد. با توجه به اهمیت این مهارت ها برای دانش آموزان دوره متوسطه که در چنین سنین سرنوشت سازی قرار دارند. آنگونه که باید و شاید در جهت شناخت و آموزش آنان از طریق خانواده و مدرسه تلاش جدی صورت نگرفته است. بر این اساس در پژوهش حاضر ارزیابی میزان آموزش مهارت های زندگی دانش آموزان مقطع متوسطه دوم شهر اصفهان با تاکید بر سه مولفه حل مساله، برقراری ارتباط و استفاده از فناوری اطلاعات مورد بررسی قرار می گیرد.

روش پژوهش

با در نظر گرفتن پژوهش حاضر که ارزیابی میزان آموزش مهارت های زندگی دانش آموزان مقطع متوسطه دوم شهر اصفهان با تاکید بر سه مولفه حل مساله، تصمیم گیری و استفاده از فناوری اطلاعات است. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش توصیفی - پیمایشی است. این تحقیق از آنجایی که به بررسی وضع موجود می پردازد، در قلمرو تحقیقات توصیفی قرار دارد و از آن جایی که به بررسی نظرات دانش آموزان در مورد آموزش مهارت های زندگی می پردازد، از نوع پیمایشی می باشد. مشارکت کنندگان این پژوهش شامل کلیه دانش آموزان مقطع متوسطه شهر اصفهان به تعداد ۲۶۸۹۳ در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ است که تعدادی از آنها به عنوان نمونه انتخاب شدند.

جدول (۱) توزیع فراوانی جامعه آماری بر حسب ناحیه

ناحیه	جامعه
۱	۲۷۱۲
۲	۵۷۳۵
۳	۷۸۰۷
۴	۵۹۵۲
۵	۴۶۸۷
جمع	۲۶۸۹۳

منبع: واحد اطلاعات و آمار آموزش و پرورش اصفهان (۱۳۹۸)

در پژوهش حاضر با توجه به گسترده بودن حجم جامعه، از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای - طبقه ای متناسب با حجم استفاده شد. از آنجا که یکی از شیوه های رایج و مستقیم برای کسب داده ها، در تحقیقات توصیفی پرسشنامه و مصاحبه می باشد و با توجه به اینکه در رابطه با موضوع ارزیابی میزان آموزش مهارت های زندگی دانش آموزان مقطع متوسطه دوم شهر اصفهان با تاکید بر سه مولفه حل مساله، تصمیم گیری و استفاده از فناوری اطلاعات است. ابزار استاندارد وجود نداشت لذا، با

استفاده از منابع علمی مربوط به موضوع و شیوه های ارائه شده برای تهیه پرسشنامه و مصاحبه مناسب، پرسشنامه محقق ساخته ای به صورت بسته پاسخ و مصاحبه باز پاسخ جهت گردآوری نظرات دانش آموزان در خصوص آموزش مهارت های زندگی تهیه شد. این پرسشنامه شامل ۲۰ سوال بسته پاسخ در قالب شش مولفه (حل مساله، تصمیم گیری و مهارت استفاده از فناوری اطلاعات) بر اساس مقیاس پنج درجه ای لیکرت و مصاحبه شامل ۳ سوال باز پاسخ ساختار یافته و چند سوال خودجوش که در حین اجرای مصاحبه پرسیده شد. جهت سنجش روایی پرسشنامه از روایی محتوایی استفاده گردید. روایی محتوایی یک آزمون معمولاً توسط افرادی متخصص در موضوع مورد مطالعه تعیین می شود. از این رو روایی محتوایی به قضاوت داوران بستگی دارد (سرمد وهمکاران، ۱۳۸۹). به منظور تعیین روایی محتوایی ابزار اندازه گیری این پژوهش، پرسشنامه مقدماتی به دفعات در اختیار اساتید راهنما و مشاور و متخصصان این حوزه قرار گرفت و بعد از دریافت نظرات آنان، اصلاحات لازم در پرسشنامه صورت گرفت و در نهایت پرسشنامه نهایی تهیه و برای توزیع بین پاسخگویان پخش شد. ضریب پایایی پرسشنامه مهارت های زندگی با استفاده از ضریب آلفای کرانباخ ۰/۹۰ درصد برآورد گردید. تجزیه و تحلیل داده های این پژوهش با استفاده از نرم افزار spss 19 در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی انجام شده است. در سطح آمار توصیفی از شاخص های آماری نظیر فراوانی، درصد میانگین، انحراف معیار، جدول و نمودارها و در سطح آمار استنباطی متناسب با سطح سنجش داده ها و همچنین فرضیه های پژوهش از آزمون t تک نمونه ای، آزمون t مستقل، آزمون تحلیل واریانس و ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردید. که به دلیل جلوگیری از حجم ازدیاد حجم مطالب مقاله فقط فرضیه ها و هدف های پژوهش با آزمون t تک نمونه ای و آزمون t مستقل آورده شده است و در بخش یافته های کیفی که همراه با کدگذاری بود نظرات عده ای از مصاحبه شوندگان عیناً آورده شده است.

یافته ها

هدف اول پژوهش: بررسی میزان برخورداری دانش آموزان مقطع متوسطه دوم از مهارت حل مساله

جدول (۲) تحلیل توصیفی وضعیت مولفه حل مساله

متغیر	t	df	سطح معناداری
حل مساله	۱۳/۴۹	۲۰۸	۰/۰۰۰

جدول (۳) آزمون t جهت مقایسه مولفه مهارت حل مساله

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین
حل مساله	۲۰۹	۲/۴۲	۰/۶۱	۰/۰۴۲

نتایج جدول ۲ نشان می دهد میزان آشنایی دانش آموزان مقطع متوسطه دوم با آموزش مهارت های حل مسئله با میانگین ۲/۴۲ در مقطع متوسطه دوم پایین تر از حد متوسط (۳) است. همچنین جدول شماره ۳ نشان می دهد که میزان آشنایی دانش آموزان با آموزش مهارت های حل مسئله در این مقطع از نظر آماری معنا دار است و فرض ادعای پژوهش مورد تایید قرار می گیرد.

هدف دوم پژوهش: بررسی برخورداری دانش آموزان مقطع متوسطه دوم از مهارت تصمیم گیری

جدول (۴) تحلیل توصیفی وضعیت مولفه تصمیم گیری

متغیر	t	df	سطح معناداری
تصمیم گیری	۲۴/۹۳	۲۰۸	۰/۰۰۰

جدول (۵) آزمون t جهت مقایسه مولفه تصمیم گیری

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین
تصمیم گیری	۲۰۹	۲/۰۸	۰/۵۳۰	۰/۰۳۶

جدول (۴) نشان می دهد میزان آشنایی دانش آموزان مقطع متوسطه با آموزش مهارت های تصمیم گیری با میانگین ۲/۰۸ در دبیرستان پایین تر از حد متوسط (۳) است. جدول (۵) نشان می دهد که میزان آشنایی دانش آموزان با آموزش مهارت های تصمیم گیری در دبیرستان از نظر آماری معنادار است و فرض ادعای پژوهشگر مورد تایید قرار می گیرد.

هدف سوم پژوهش: بررسی میزان برخورداری دانش آموزان مقطع متوسطه دوم مهارت استفاده از فناوری اطلاعات

جدول (۶) تحلیل توصیفی وضعیت مولفه استفاده از فناوری و اطلاعات

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	خطای استاندارد میانگین
فناوری و اطلاعات	۲۰۹	۲/۴۶	۰/۷۴۹	۰/۰۵۱

جدول (۷) آزمون t جهت مقایسه مولفه استفاده از فناوری اطلاعات

متغیر	t	df	سطح معناداری
فناوری و اطلاعات	۱۰/۲۸	۲۰۸	۰/۰۰۰

نتایج جدول ۶ نشان می دهد میزان آشنایی دانش آموزان مقطع متوسطه دوم با مهارت استفاده از فناوری و اطلاعات با میانگین ۲/۴۶ در مقطع متوسطه دوم پایین تر از حد متوسط (۳) است. همچنین جدول شماره ۷ نشان می دهد که میزان آشنایی دانش آموزان با مهارت استفاده از فناوری و اطلاعات در این مقطع از نظر آماری معنادار است و فرض ادعای پژوهش مورد تایید قرار می گیرد.

بحث و نتیجه گیری**بحث و تفسیر هدف اول**

اولین هدف فرعی مطالعه حاضر بررسی میزان برخورداری دانش آموزان مقطع متوسطه دوم از مهارت حل مساله بوده است. یافته های پژوهش حاضر نشان داد، میزان آشنایی دانش آموزان مقطع متوسطه با آموزش مهارت های حل مساله با میانگین ۲/۴۲ در دبیرستان پایین تر از حد متوسط (۳) است و این نشان می دهد که میزان آشنایی دانش آموزان با آموزش مهارت های حل مساله در دبیرستان از نظر آماری معنادار است و فرض ادعای پژوهشگر مورد تایید قرار گرفت. یافته ها نشان داد که مهارت در حل مساله یکی از ضرورت هایی است که هر فردی باید آن را کسب کند. این توانایی فرد را قادر می سازد تا به نحو موثرتری مسائل زندگی خود را حل و فصل نموده و موانع پیشرفت را از پیش پای خود بردارد. مشکلات خاصی که منجر می شود تا نوجوانان نتوانند مهارت کافی در حل مسائل به دست آورند، عدم دسترسی به اطلاعات کافی در زمینه های مختلف فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و سیاسی و اخلاقی است که موجب می شود فرد قادر به حل مسائل خود به طریقه مناسب نباشد، نوجوانان در تشخیص مشکلات آگاهی لازم را ندارند، گاهی نوجوانان شناخت کافی از خود و شخصیت خود ندارند، راه های برخورد با مشکلات و ارائه راه حل را نمی دانند، نوجوان باید بدانند در برخورد با مشکلات، چگونه آنها را درجه بندی کند و برای هر کدام راه حل مناسب را پیدا کند. نوجوانان برای افزایش سطح مهارت حل مساله باید سطح دانش و آگاهی خود را در زمینه های مختلف (علمی، فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی و ...) افزایش دهد، مطالعات خود را افزایش دهند، تحقیق و بررسی کنند، قدرت تجزیه و تحلیل خود را افزایش

دهند تا توانمندی لازم را در حل مسائل و مشکلات به دست آورند. به طور کلی زندگی روزمره پیوسته موقعیت هایی را خلق می کند که محتاج حل مساله است، مهارتی که اگر درست آموزش داده شود، نقش مهمی در سلامتی و کامیابی فرد دارد. حل مساله فرد را قادر می سازد به طور سازنده با مشکلات زندگی خود مواجه شود. مواجهه سازنده با مشکلات، مهارت فوق العاده ارزشمندی است که آموزش آن برای نوجوانان کاملاً لازم و ضروری است. یافته های این پژوهش با (خوشایبی، ۱۳۸۷) و (شچمن، ۲۰۰۶) نیز مطابقت دارد. (خوشایبی، ۱۳۸۷) نیز به این نتیجه دست یافت که میزان مهارت حل مساله در دانشجویان پایین تر از حد متوسط قرار دارد. (شچمن، ۲۰۰۶) نیز به این نتیجه دست یافت که میزان مهارت حل مساله در دانش آموزان پایین تر از حد متوسط قرار دارد. در ارتباط با تحلیل یافته های کیفی حدود ۸۵٪ دانش آموزان گزارش کرده اند که آموزش مهارت های زندگی در دبیرستان خصوصاً حل مساله از اهمیت بالایی برخوردار بوده. از نظر مصاحبه شونده شماره ۳ از آنجایی که این توانایی در این برهه زمانی برای ما دارای اهمیت است و تمام موفقیت ها و شکست های ما به این مهارت ارتباط دارد به نظر من دارای ضعف هستیم و این ضعف نشان دهنده آن است که حتی در بحث آموزش نسبت به این مسئله برای ما توجه شایانی نشده است و یا به طور مثال مصاحبه شونده شماره ۶ اذعان داشت که مهارت حل مساله یکی از اساسی ترین مهارت ها باید در نظر گرفته شود اما متأسفانه در بحث آموزشی به این مسئله توجه اندکی شده است. احساس می کنم من در زمینه تشخیص مسائل دیدن زوایای مختلف یک مسئله و تدارک لوازم کافی برای ان ناتوان هستم. در این راستا نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش (رنجبر، ۱۳۹۹) با عنوان تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روانی و ارتباط بین فردی دانش آموزان دوره دوم متوسطه در استان کردستان مبنی بر اینکه میزان مهارت های زندگی دانش آموزان آموزش دیده بیشتر از میزان مورد انتظار است و دارای تفاوت معنی دار است، همخوانی دارد. یکی از دوره های تحصیلی که ضرورت آموزش مهارت های آموزشی در آن به شدت احساس می گردد دوره متوسطه است در این دوره انتظار جامعه از مدرسه آن است که فرزندان یا همان نسل فردای جامعه را آماده زندگی در اجتماع یا به عبارت دیگر آماده ی نقش شهروندی کند. با این توصیف دانش آموزان دوره متوسطه وقتی می توانند شرایط خود و جامعه را بهبود بخشند و با موقعیت های دشوار زندگی و تغییرات و پیچیدگی های جامعه روبرو شده و آن را اداره کنند که از یک برنامه جامع برنامه درسی برای آموختن مهارت های زندگی بهره مند باشند. (نیک پرور، ۱۳۹۲). کودکان و نوجوانان باید مهارت های زندگی، مهارت های شخصی و اجتماعی را یاد بگیرند تا بتوانند در مورد خود، انسان های دیگر و کل اجتماع به طور موثر و شایسته عمل کنند (لواسانی، ۱۳۸۹). (صافی، ۱۳۸۷) بیان می کند، آموزش مهارت های زندگی همچون حل مساله، تصمیم گیری، تفکر خلاق و انتقادی، مهارت ارتباطی و بین فردی، همدلی و... از اهداف بنیادی نظام های آموزشی است. در نظام آموزشی ایران نیز آموزش مهارت های زندگی به دانش آموزان به طور صریح و یا ضمنی جزء اهداف آرمانی تعلیم و تربیت یا حتی دروس خاص در دوره های گوناگون ذکر شده است. از آنجا که آموزش و پرورش سازمانی است که می تواند انسان هایی خلاق، سالم، متفکر و کارآمد را تربیت کند و از آنجا که اساس برنامه های بهداشت روانی پیشگیری می باشد نقش مدرسه (دبیرستان) به عنوان یکی از اساسی ترین مراکز پیشگیری مهم می باشد. لذا آموزش مهارت ها قطعاً می تواند دانش آموزان را در جهت سازگاری اخلاقی و عاطفی و دیگر معضلات زندگی یاری رساند.

بحث و تفسیر هدف دوم

دومین هدف فرعی مطالعه حاضر بررسی میزان برخورداری دانش آموزان مقطع متوسطه دوم از مهارت تصمیم گیری بوده است یافته های پژوهش حاضر نشان داد، میانگین آشنایی دانش آموزان مقطع متوسطه با آموزش مهارت تصمیم گیری به میزان ۲/۰۲ در دبیرستان پایین تر از حد متوسط (۳) قرار دارد و این نشان می دهد میزان آشنایی دانش آموزان با آموزش مهارت تصمیم گیری در دبیرستان از نظر آماری معنادار است و فرض ادعای پژوهشگر مورد تایید قرار گرفت. یافته ها نشان داد که پایین بودن سطح توانایی تصمیم گیری منجر می شود تا فرد نتواند در مورد مسائل مهم زندگی خود تصمیم گیری کند. اگر نوجوانان و جوانان نتوانند فعالانه در مورد اعمال خود تصمیم گیری کنند و جوانب مختلف انتخاب خود را بررسی و پیامد هر انتخاب را ارزیابی کنند مسلماً در سطوح بالاتر بهداشت روانی دچار مشکل خواهند شد، نمی توانند ارزیابی دقیقی از موقعیت ها داشته باشند و همچنین نمی توانند هیچ مسئولیتی را در قبال اعمال خود قبول کنند و آمادگی برای تغییر دادن تصمیم ها برای انطباق با موقعیت های

جدید را ندارند. امروزه ایجاد مهارت در تصمیم گیری به عنوان یکی از پایه ای ترین مهارت زندگی به شمار می آید زیرا زندگی در جوامع پیشرفته، گسترش ارتباطات اجتماعی و افزایش انتخاب ها را فرا راه اقشار مختلف خاصه جوانان قرار داده است. نوجوانان قبل از اتخاذ هر تصمیمی درباره آینده خود باید درباره تمایلات، ارزش ها، باورها و هیجانات خود اطلاعاتی داشته باشند، یاد بگیرند که با دیگران مشورت کنند. پیش نیاز دیگر برای ارتقاء سطح مهارت تصمیم گیری مطلوب نوجوانان روابط بین فردی می باشد که باید مهارت لازم و کافی را در آن کسب کنند. عوامل زیادی در تصمیم گیری نوجوانان موثر می باشد از جمله فشار گروه همسالان، رسانه های جمعی، سن افراد تصمیم گیرنده، موقعیت زمانی و مکانی، ولی در این میان عاملی که تاثیر بیشتری روی تصمیم گیری نوجوانان دارد خانواده می باشد. گاهی اوقات نوجوانان مجبور می شوند به خاطر آرزوها و خواسته های والدین، تصمیماتی بگیرند که برخلاف میل و علاقه شان می باشد. گاهی اوقات نوجوانان در موقعیت های ویژه ای قرار می گیرند و ممکن است به دلیل فشارها و تنش هایی که در روابط خود با دیگران و خانواده با آن روبرو می شود یا به دلیل شرایط محیطی در تصمیم گیری های خود لجبازی کرده و ضعیف، غیرمنطقی و عجولانه تصمیم گیری کند. بنابراین برای جلوگیری از این مشکل، فرد باید مهارت های مدیریت خود و هیجانات خود را ارتقاء دهد و منطقی تر تصمیم گیری کند. تصمیمات صحیح و عقلایی در این موقعیت ها نتیجه ای موثر در زندگی فرد به جای خواهند گذاشت و از تعارضات و تنش های روانی فرد خواهند کاست. تصمیم گیری های غیرمنطقی و نادرست باعث اضطراب و ایجاد افسردگی خواهد شد، تصمیم گیری عاقلانه آینده ای روشن را به وجود خواهد آورد و اطمینان و آرامش ویژه ای را به زندگی فرد هدیه خواهد نمود. یافته های این پژوهش با تحقیقات سربکالا و کیشور (۲۰۱۰) و غریبی و همکاران (۱۳۸۱)، مطابقت دارد. سربکالا و کیشور (۲۰۱۰) در یافته خود به این نتیجه دست یافتند که میزان مهارت تصمیم گیری در دانش آموزان پایین تر از شاخص متوسط قرار دارد. غریبی و همکاران (۱۳۸۱)، نیز به این نتیجه دست یافتند که مهارت تصمیم گیری در سازگاری دانش آموزان تاثیر مثبت دارد ولی میزان برخورداری دانش آموزان با مهارت تصمیم گیری پایین تر از حد متوسط است. وقتی خانواده ها در حل تعارضات، در تصمیم گیری ها و در حل مشکلاتشان مانده اند و نمی توانند استرس و هیجانات خود را کنترل کنند، چطور ممکن است بتوانند این مهارت ها را به فرزندان آموزش بدهند. وقتی معلمان ما خودشان هنوز این مهارت ها را فرا نگرفته اند نمی توانیم انتظار داشته باشیم در دروس مختلف این مهارت ها را به دانش آموزان منتقل کنند. آمادگی یادگیری در ما (دانش آموزان) بالاست و به راحتی یاد می گیریم ولی چون نسل قبل بلد نبوده و این مهارت ها را آموزش ندیده است نمی تواند این مهارت ها را منتقل کند. هیچ توجهی به آموزش مهارت های زندگی از قبیل (برقراری ارتباط، حل مساله ...) نمی شود. آموزش های مدرسه ای به شکل کنونی ما را برای زندگی در اجتماع و قبول مسئولیت در جامعه آماده نمی کنند. به عنوان مثال مصاحبه شونده شماره ۴ بیان داشت که در مهارت لازم برای تصمیم گیری در امور زندگی شخصی خود را ندارم. نمیتوانم در مورد انتخاب رشته دانشگاهی تصمیم قطعی بگیرم و همیشه در تصمیم گیری هایم مردد هستم. نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش (نوری، ۱۳۸۹) با عنوان ارزیابی طرح آموزش مهارت های زندگی مقطع راهنمایی مبنی بر معنادار بودن سطح تفاوت مهارت های زندگی در بین چند شهر مختلف ایران و اینکه چقدر ناتوان در زمینه آموزش مهارت های زندگی در همه شهرها به طور کلی عمل شده است، مطابقت دارد.

بحث و تفسیر هدف سوم

سومین هدف فرعی مطالعه حاضر بررسی میزان برخورداری دانش آموزان مقطع متوسطه دوم از مهارت استفاده از فناوری اطلاعات بوده است. یافته های پژوهش حاضر نشان داد، میانگین میزان آشنایی دانش آموزان مقطع متوسطه با آموزش مهارت استفاده از فناوری و اطلاعات با میانگین ۲/۴۶ در دبیرستان پایین تر از حد متوسط (۳) است و این نشان می دهد که میزان آشنایی دانش آموزان با آموزش مهارت های استفاده از فناوری و اطلاعات در دبیرستان از نظر آماری معنادار است و فرض ادعای پژوهشگر مورد تایید قرار گرفت. یافته ها نشان داد، پایین بودن مهارت استفاده از فناوری اطلاعات به دلیل عدم قابلیت و ناتوانی دانش آموزان در دسترسی به اطلاعات، عدم استفاده از منابع و فناوری اطلاعاتی، عدم ارزیابی و کاربرد بهینه آن اطلاعات توسط دانش آموزان و... باعث پایین بودن میزان مهارت فناوری اطلاعات در دانش آموزان می شود. استفاده بهینه از فناوری اطلاعات و قابلیت و توانایی در دسترسی به اطلاعات باعث نو شدن افکار ذهنی و تقویت آموخته ها در دانش آموزان می گردد. با آموزش

فناوری اطلاعات، دانش آموزان چگونگی بهره برداری و استفاده از آن را در سایر رشته های دیگر یاد می گیرند. هدف از آموزش فناوری اطلاعات، زمینه سازی برای تربیت افرادی است که بعدها خود متخصصان و خبرگان این فن شوند و همچنین مقدمات آموزش افراد فراهم می شود که بعدها به عنوان کاربر از این فناوری بهره مند خواهند شد. یافته های این پژوهش با تحقیقات، (طیرانی راد، ۱۳۸۹) و (منتظر، ۱۳۸۷) مطابقت دارد. (طیرانی راد، ۱۳۸۹) در تحقیق خود به این نتیجه دست یافت که میزان استفاده از فناوری اطلاعات در دانش آموزان پایین تر از حد متوسط قرار دارد. (منتظر، ۱۳۸۷) به این نتیجه دست یافت، تسلط دانش آموزان بر استفاده از مهارت فناوری اطلاعات پایین تر از حد متوسط است. در تحقیق یافته های کیفی حدود ۴۰٪ دانش آموزان پاسخ دادند که دارا بودن مهارت های زندگی بستگی به خود افراد دارد، مثلاً یک سری از افراد گفتند ما در ارتباط اجتماعی قوی تر هستیم ولی در بحث فناوری اطلاعات با مشکل مواجه هستیم امکانات لازم و مکفی در اختیار نداریم. به عنوان مثال مصاحبه شونده شماره ۵ اذعان داشت که من شخصا آموزش خاصی در این زمینه توسط مدرسه ندیده ام و ضمناً امکانات کافی در این راستا در مدرسه ما وجود ندارد. در همین ارتباط شرکت کننده شماره ۷ باز اذعان داشت که با توجه به پیشرفت جهان در سطح فناوری های الکترونیکی آموزش ما به عنوان یکی از اساسی ترین اهرم های انتقال یادگیری متأسفانه به شدت با ضعف روبرو است. در همین راستا نتایج پژوهش حاضر با (دایی زاده، ۱۳۸۸) با عنوان تاثیر آموزش فناوری اطلاعات بر مهارت های دانش آموزان سال سوم متوسطه مبنی بر اینکه آموزش فناوری اطلاعات بر مهارت های اجتماعی (برقراری ارتباط، تفکر انتقادی، توانایی تصمیم گیری، حل مساله، مشارکت و همکاری) دانش آموزان سال سوم متوسطه در حد زیادی اثر گذار بوده است مطابقت دارد.

بحث و نتیجه گیری

کنار آمدن با فشارهای زندگی و کسب مهارت های فردی و اجتماعی، همواره بخشی از واقعیات زندگی انسان است که در ادوار متفاوت زندگی به اشکال گوناگون تجلی می یابد. در دوران کودکی، تعارض های درونی جلوه چندانی ندارد اما با افزایش سن و مواجهه با دشواری های ویژه سنین نوجوانی و جوانی، کشمکش های درونی و محیطی بیشتر ظاهر می شوند، همچنین هم زمان با رشد جسمانی و روانی، انتظار جامعه و خانواده نیز از فرد نوجوان افزایش می یابد، به طوری که این حس به نوجوانان القاء می شود که به سبب زندگی اجتماعی، بخشی از تمایلات خود را محدود و در چارچوب هنجارهای اجتماعی و گروهی زندگی کنند. از همین رو نوجوانانی که شیوه های صحیح رفتار اجتماعی را فرا نگرفته و مهارت های لازم در جهت تطبیق خود با خانواده و جامعه را نیاموخته باشند، با آسیب های جدی و متعدد شخصیتی روبرو خواهند شد و در صورتی که برخی رفتارهای ضد اجتماعی در آنان شکل گرفته باشد، بروز واکنش های خشن و منفی شدت می یابد و پیامد آن آسیب های روانشناختی و انحرافات و ناهنجاری های روحی جلوه دو چندانی پیدا می کند. روانشناسان اروپایی در سال های اخیر لزوم آموزش مهارت های زندگی را با اهداف تعمیق باورها، تقویت مهارت های شخصیتی، اجتماعی و جامعه پذیر کردن جزء لاینفک تعلیمات در مدارس قرار داده اند و معتقدند چنانچه این مهارت ها درست و بر پایه شناخت اساسی در شخصیت نوجوانان نقش ببندند، بسیاری از نابسامانی ها و انحرافات اجتماعی این گروه کاهش می یابد. مهارت های زندگی مجموعه ای از توانایی ها می باشد که زمینه سازگاری و رفتار مثبت و مفید را فراهم می آورند. این توانایی ها، افراد را قادر می سازند مسئولیت های نقش اجتماعی خود را بپذیرند و بدون لطمه زدن به خود و دیگران با درخواست ها، انتظارات و مشکلات روزانه به شکل موثری روبرو شوند. براین اساس مهارت های زندگی بی شمارند و ماهیت و تعریف آنها نسبت به فرهنگ ها و موقعیت ها تغییر می نماید. با تامل در باب نتایج این پژوهش می توان گفت که در بین مهارت های بررسی شده از جمله حل مساله، برقراری ارتباط و فناوری اطلاعات به طور کلی میزان آشنایی دانش آموزان مقطع متوسطه دوم پایین تر از حد متوسط (۳) قرار دارد. با در نظر گرفتن فاصله بسیار کم بین این سه مهارت در ابتدا مهارت برقراری ارتباط در ضعیف ترین جایگاه قرار دارد. سپس مهارت حل مساله و نهایتاً مهارت فناوری اطلاعات. به طور کلی نتایج این پژوهش نشان دهنده کمبودها و خلاءهای موجود در برنامه های درسی و حتی تخصیص امکانات به مدارس مقطع متوسطه دوم است که باید دست اندرکاران آموزشی نسبت به رفع این موانع اقدام نمایند.

منابع و مراجع

- [۱] ادیب، یوسف. (۱۳۸۵). بررسی میزان دستیابی نوجوانان ایرانی به مهارت های زندگی، فصلنامه علمی - پژوهشی روان شناسی دانشگاه تبریز، سال اول ، شماره ۴.
- [۲] ادیب، یوسف. (۱۳۸۲). طراحی الگوی مطلوب برنامه درسی مهارت های زندگی برای دوره ی راهنمایی تحصیلی، پایان نامه دکترا، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم انسانی
- [۳] برزآبادی فراهانی، علی. (۱۳۸۹). مهارت های زندگی، تهران: مرکز آموزش و تحقیقات صنعتی ایران.
- [۴] پسندیده، لیلا. (۱۳۸۹). بررسی سطح مهارت های زندگی دانش آموزان مقطع متوسطه شهرستان تکاب، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
- [۵] خسروی، رحمت اله، فتحی واجارگاه، کوروش، عارفی، محبوبه. (۱۳۸۸). نیازسنجی برای تدوین برنامه ی درسی مهارت های زندگی در دوره ی متوسطه ی نظری، مجله علوم تربیتی، دوره پنجم.
- [۶] خسروی، رحمت اله. (۱۳۹۰). آسیب شناسی مهارت های زندگی در برنامه درسی نظام آموزش متوسطه نظری از منظر متخصصان تعلیم و تربیت، معلمان، دانش آموزان و ارائه راهکارهای برای بهبود وضعیت آن، دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده علوم انسانی.
- [۷] خوشابی، کیوان، نیکخواه، حمید. (۱۳۸۷). بررسی میزان آگاهی دانشجویان دختر دانشگاههای شهر تهران از مهارت های زندگی، مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشت درمانی همدان، شماره ۳
- [۸] دایی زاده، حسین، فلاح، وحید، بابک حسین زاده حسینعلی حسین پور، (۱۳۹۴)، تأثیر فناوری اطلاعات و ارتباطات (ICT) بر مهارت های دانشجویان سال سوم متوسطه جامعه شناسی، مطالعات جوانان، دانشگاه آزاد اسلامی بابل، شماره ۲۴
- [۹] رنجبر، خلیل، کاکوجویباری، علی اصغر، عرفانی، نصراله (۱۳۹۸)، تاثیر آموزش مهارت زندگی بر سلامت روانی و ارتباط بین فردی دانش آموزان دوره دوم متوسطه در استان کردستان، مجله دانشکده پزشکی علوم پزشکی دانشگاه مشهد، دوره ۶۲ شماره ۱
- [۱۰] روحانی، حسن. (۱۳۸۳). بایستگی آموزش مهارت های زندگی در آموزش و پرورش، فصلنامه راهبرد آموزشی، شماره ۴۵.
- [۱۱] سلیقه دار، لیلا. (۱۳۸۸). مهارت برای زندگی یا زندگی برای کسب مهارت، مجله رشد، شماره ۱، دوره ی ۱۳.
- [۱۲] سازمان جهانی بهداشت. (۱۳۷۷). برنامه آموزش مهارت های زندگی، ترجمه نوری قاسم آبادی و محمدخانی، معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی کشور.
- [۱۳] سرمد، زهره، بازرگان، عباس، حجازی، الهه. (۱۳۹۰). روش های تحقیق در علوم رفتاری، تهران: آگه.
- [۱۴] شکوهی، غلامحسین. (۱۳۷۹). مبانی و اصول آموزش و پرورش، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی. - صادقی، محمد رضا. (۱۳۸۵). اثربخشی آموزش مهارتهای زندگی بر میزان خودپنداره دانش آموزان پایه پنجم، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان.
- [۱۵] صافی، احمد. (۱۳۹۰). آموزش و پرورش ابتدایی، راهنمایی تحصیلی و متوسطه، تهران: سمت.
- [۱۶] صافی، احمد. (۱۳۸۵). سازمان و قوانین آموزش و پرورش ایران، تهران: سمت.
- [۱۷] طارمیان، فرهاد. (۱۳۸۷). مهارت های زندگی (تعاریف و مفاهیم نظری)، مجله ژرفای تربیت شماره ۲.
- [۱۸] طیرانی راد، احسان. (۱۳۸۷). مهارت های زندگی در شهر الکترونیک، تهران: مدرسه فرهنگی هنری دیباگران.
- [۱۹] عبدالله زاده، نگین. (۱۳۸۵). راهنمایی آموزش مهارت های زندگی، تهران: سازمان بهزیستی کشور
- [۲۰] فتی، علی، موتابی، فرزانه. (۱۳۸۵). راهنمای عملی برگزاری کارگاه های آموزش مهارت های زندگی ویژه دانشجویان، تهران: انتشارات دانژه.

- [۲۱] مهرمحمدی، محمود.(۱۳۸۵). بازاندیشی در فرایند یاددهی - یادگیری و تربیت معلم، تهران: انتشارات مدرسه.
- [۲۲] میرزا حسینی، حسن.(۱۳۹۰). رسانه ملی و آموزش مهارت های زندگی، فصل نامه علمی - تخصصی کودک، نوجوان و رسانه، سال اول ، شماره ۱.
- [۲۳] ملکی، حسن.(۱۳۸۲). برنامه درسی (راهنمای عمل)، نشر : پیام اندیشه، چاپ ششم.
- [۲۴] منتظر، غلامعلی.(۱۳۸۱). آموزش مهار های فناوری اطلاعات و تاثیر آن بر یادگیری موثر و فراگیر، فصلنامه علمی - پژوهشی علوم انسانی دانشگاه الزهراء، سال دوازدهم، شماره ۴۲.
- [۲۵] میلر، جی، پی.(۱۳۸۳). نظریه های برنامه درسی، ترجمه، مهرمحمدی، محمود، انتشارات: سمت، چاپ سوم.
- [۲۶] نیک پرور ، ریحانه.(۱۳۸۳). مهارت های زندگی، آشنایی با برنامه آموزش، انتشارات معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی کشور.
- [۲۷] میرزا حسینی، حسن، ارزیابی اثربخشی مقایسه مهارتهای مطالعه آموزش و خودتنظیمی عاطفی بر کاهش اضطراب امتحان در دبیرستان دانشجویان پسر ، محل برگزاری: چهارمین کنفرانس بین المللی نوآوری اخیردر روانشناسی
- [28] Dardan.C.and Gazda.A.(1996). life skills and mental helth counseling . Journal Mental Helth Counseling.vol 18 .issue 2.
- [29] Joan.M.(1990) . Life skills mastery for student with social needs. Eric Diegest. NO 32.
- [30] Shechtman Z,(2006). The Relationship of life Skills and Classroom Climate to Self-Reports levels of Victimization. Int J counseling, Journal of Educational Research, 28:359-373.
- [31] Srikala B,Kishore KK.2010.Empowering adolescents with life skills education in schools mental health program: dose it work? Indian Journal Psychiatry,4:344-349.