اولین کنفرانس بین‌المللی
مطالعات تطبیقی دانش و نوآوری
در روانشناسی، علوم تربیتی، مدیریت، حقوق و آموزش و پرورش
با رویکرد علوم انسانی

MDOI-01-2026.0052
MNR--1-349B8E

آموزش برای زندگی یا آموزش برای امتحان؟ چالش های مهارت محور کردن مدارس

مژگان بدوحی کرمانشاهی

کارشناسی- زبان انگلیسی، کارمند وابسته به آموزش و پرورش

چکیده

آموزش مهارت های زندگی برای کودکان، امروزه در اولویت برنامه‌های آموزشی مدارس پیش‌دبستانی قرار دارد. آموزش این مهارت‌ها توسط والدین، مراقبان، مربیان، معلمان و متخصصان سلامت روان قابل اجرا است. به دلیل اهمیت آموزش مهارت های زندگی به کودکان ، در این مقاله به بررسی این مهارت‌ها و نحوه آموزش آن‌ها می‌پردازیم.جامعه امروز با جامعه گذشته تفاوت‌های بسیاری دارد و بنابراین مهارت‌های لازم برای زندگی در این جامعه با مهارت‌های مورد نیاز در جوامعه سالیان گشته کاملاً متفاوت است. خانواده‌ها و مدارس نباید مهارت‌هایی را که برای زندگی در جوامع سنتی گذشته لازم بوده‌اند، به کودکان و نوجوانان آموزش دهند، زیرا این مهارت‌ها دیگر برای آن‌ها کاربردی نخواهد بود. بهترین و مؤثرترین مهارت‌هایی که امروزه می‌توان به کودکان آموزش داد، مهارت‌های ده‌گانه توصیه شده توسط سازمان بهداشت جهانی است که برای جوامع امروزی، از جمله جامعه ما، کاربردی‌تر هستند.

کلمات کلیدی: مهارت – کودکان- مدرسه-خانواده-آموزش

مقدمه

مهارت‌های کاربردی، گاهی مقدم‌تر از مفاهیم درسی

احتمالا شما هم بارها دیده یا شنیده‌اید که بزرگسالان با حالت شوخی یا سرزنش به کودکان می‌گویند: «پس توی مدرسه چی به شما یاد میدن؟» همه می‌دانیم که گفتن این حرف درست نیست، زیرا کمکی به کودک نخواهد کرد! اما واقعیت این است که آن‌ها برای دستیابی به موفقیت فردی و اجتماعی به یادگیری چیزهایی بیش از مطالب مدرسه نیاز دارند. به گفته سازمان جهانی بهداشت، ۱۰ مهارت ضروری برای رشد عاطفی کودکان ضروری است:

۱- خودآگاهی

۲- همدلی

۳- تفکر نقاد

۴ -تفکر خلاق

۵ -تصمیم گیری

۶ -حل مسئله

۷ -ارتباط موثر

۸ -روابط بین فردی

۹ -سازگاری با استرس

۱۰ -مدیریت هیجانات

این مهارت‌ها به توانایی کودک برای مواجهه موثر و سازنده با تغییرات و ناکامی‌های زندگی روزمره کمک می‌کنند. علاوه بر این، آن‌ها بر تقویت سلامت روان و شکل گیری شخصیت کودک نیز تاثیر بسیار زیادی

دارند. به‌عبارت دیگر، آن‌ها مثل یک ضربه‌گیر، از تاثیر منفی چالش‌های روزمره بر روح‌وروان کودک محافظت و موجبات رشد و پیشرفت او را فراهم می‌کنند .در کنار این ده مهارت، مهارت‌های دیگری نیز وجود دارند که کودکان و نوجوانان علاوه بر تحصیل برای رشد فردی و شخصی، و مقابله با چالش‌ها درطول زندگی به آن‌ها نیاز دارند. با توجه به این که دانش‌آموزان زمان قابل‌توجهی از روز خود را در مدرسه سپری می‌کنند، مدارس نیز در کنار خانواده‌ها باید به آموزش این مهارت‌ها توجه ویژه‌ای داشته باشند.مدارس در نظام آموزش و پرورش تنها مکانی برای خواندن دروس و کتاب های مربوطه نیست بلکه معلمان، مدیران و مربیان آموزشی وظیفه دارند تا اصول و روش‌های زندگی سالم، اخلاق مداری، رفتار اجتماعی، مهارت‌های کاربردی و ... را به دانش آموزان آموزش دهند. بی شک آموزش این موارد میتواند در زندگی روزمره و آینده شغلی دانش آموزان در جامعه بسیار کاربردی باشد به گونه ای که حتی ممکن شغل آینده دانش آموز از میان این مهارت‌های آموخته شده انتخاب شود به عبارت دیگر دانش آموز توانایی و استعداد خود را دریابد و به دنبال آن برود.

مهارت خودآگاهی

این مهارت باعث بهبود رابطه کودک با افکار، احساسات و رفتارهای خود می‌شود و از بروز مشکلاتی مانند افسردگی و اضطراب در کودکان جلوگیری می‌کند. این مهارت، آگاهی‌داشتن ما از نقاط قوت، نقاط‌ضعف، توانمندی‌ها، الگوها، اهداف، ویژگی‌های جسمانی و خلاصه هر آنچه به خودمان اشاره دارد را شامل می‌شود.

برای آموزش خودآگاهی از روش‌های مختلفی مانند موارد زیر می‌توان استفاده کرد:

گفت‌وگو درباره منحصربه‌فردبودن اثر انگشت

توصیف ویژگی‌های جسمانی خود در آینه

نوشتن یا نقاشی‌کشیدن از توانایی‌های خود

درخواست از کودک برای سوال‌کردن از دوستان، والدین و افراد نزدیک درباره نقاط‌ضعف و قوت خود و تهیه کاغذدیواری از آن‌ها

تهیه لیستی از چیزهای موردعلاقه کودک مانند غذاها، اسباب‌بازی‌ها، بازی‌ها، کشورها، ماشین‌ها، رنگ‌ها و بازیگرها

مهارت همدلی

فهم احساس دیگران در موقعیت‌های مختلف یا دیدن دنیا از نگاه طرف مقابل را همدلی می‌گوییم. برای افزایش همدلی کودک، ابتدا باید احساسات مختلف مانند شادی، غم، ترس و عصبانیت را به او بیاموزید؛ مثلا از تاثیر داستان بر یادگیری کودکان استفاده کنید: برایش داستان بخوانید و از او بخواهید که احساسات شخصیت‌های داستان را حدس بزند. وقتی کودک احساسات مختلف را یاد گرفت، سپس می‌توان روی مهارت همدلی کار کرد؛ مثلا به او بگویید:

آدما بعضی‌وقتا غمگین و عصبانی میشن. اینجور مواقع، همدلی ما بهشون کمک می‌کنه که زودتر خوب بشن. همدلی همینطور باعث بهترشدن رابطه ما با دوستامون، خواهر و برادرمون و بقیه میشه«.

مراقبت از موجودات زنده نیز روش بسیار موثری برای تحریک احساس همدلی کودکان است. تقویت این مهارت احتمال بروز رفتارهای ناسازگارانه و ابتلا به مشکلاتی مانند اختلال سلوک در کودکان و نوجوان را به میزان زیادی کاهش می‌دهد.

مهارت تفکر خلاق

خلاقیت یعنی نوآوری، یعنی ساختن چیزی جدید، یعنی داشتن ایده‌ای نو که مال خودِ خود ماست. برای تقویت تفکر خلاق، از روش‌هایی مانند حل پازل‌های پایان‌باز مانند تانگو (تانگرام) استفاده کنید.

مهارت تفکر نقاد

تفکر انتقادی به‌معنای موشکافی و بررسی دقیق و کامل اخبار، عقاید و آداب‌ورسوم و خلاصه هر آن‌چیزی است که به‌نوعی، روی زندگی فردی و اجتماعی ما تاثیرگذارند. تفکر نقادانه به ما کمک می‌کند تا راحت فریب دروغگویی دیگران را نخوریم، زود قضاوت نکنیم و قبل از تصمیم‌گیری، ابتدا ارزیابی کنیم. امروزه مدارس نیز با اضافه‌کردن آموزش فلسفه به کودکان، نقش تفکر انتقادی در زندگی کودکان را جدی‌تر گرفته‌اند. خواندن داستان‌هایی مانند «گرگ و بره‌های کوچولو» و سپس صحبت درباره دلایل فریب‌خوردن بره‌ها، تاثیر زیادی بر بهبود تفکر نقاد کودکان دارند.

مهارت حل مسئله

بسیاری از مشکلات کودکان، مثل تعارضات خواهر و برادری، اختلافات والد-فرزندی، افت عملکرد تحصیلی، دعوای بچه ها در مدرسه و اضطراب‌های آن‌ها، ناشی از ضعف در حل‌مسئله است. بنابراین، با آموزش مهارت حل مسئله، خیلی از مشکلات آن‌ها برطرف خواهد شد.

مهارت تصمیم گیری

برای خیلی از مسائل، راه‌حلی قطعی و مشخص وجود ندارد و به‌همین‌دلیل تصمیم‌گیری از بین گزینه‌های مختلف، یکی از مهم‌ترین مهارت‌های موردنیاز کودکان، نوجوانان و حتی بزرگسالان است. تصمیم‌گیری همچنین یکی از ۱۳ مهارت توسعه فردی برای دانش آموزان نیز محسوب می‌شود. برای تقویت این مهارت به فرزندتان کمک کنید تا:

موضوع اصلی تصمیم‌گیری مانند انتخاب رشته نهم، انتخاب کلاس ورزشی، انتخاب لباس یا انتخاب کفش را به‌دقت مشخص کند .

گزینه‌های در دسترس و موردعلاقه را مشخص کند؛ مثلا لباس قرمز بگیرم یا آبی؟

از افراد بااطلاع درباره موضوع موردنظر مشورت بگیرد.

درباره علایق و استعدادهای خود بیشتر بداند؛ مثلا آیا من به کلاس ورزش علاقه دارم یا موسیقی؟

سود و زیان هر گزینه را روی کاغذ بنویسد.

درنهایت و با جمع‌بندی موارد بالا، بهترین تصمیم را بگیرد.

درباره قانون ۱۰ ۱۰ ۱۰ که به تصمیم‌گیری کمک می‌کند نیز بیشتر بخوانید.

مهارت روابط بین فردی و ارتباط موثر

هنر به گروه یا جمع واردشدن، دوست یابی کودک در مدرسه و دیگر مکان‌ها، مذاکره با اعضای خانواده و دوستان، حل تعارض به‌صورت مسالمت‌آمیز و نحوه انجام کار گروهی، از جمله مهم‌ترین مولفه‌های روابط بین‌فردی هستند. مهارت‌های بین فردی به‌معنای توانایی برقراری رابطه با دیگران در جهت برآورده نمودن نیازها و خواسته‌های جمعی است. این مهات باعث برقراری ارتباط موثر با کودک حرف گوش نکن، افزایش جرات‌ورزی، کاهش پرخاشگری کودکان می‌شود. از راهکارهایی مانند بازی‌های زیر برای تقویت این مهارت استفاده کنید:

بازی شایعه‌پراکنی

یک جمله درِ گوش کودک بگویید و از او بخواهید که یک کلمه به آن اضافه کند و سپس به دیگر اهالی خانه بگوید. در نهایت، همه اعضا برداشت‌شان را از جمله دوم بیان کنند.

بازی حدس‌زدن علایق

از فرزندتان بخواهید چیزهایی مانند رنگ، ماشین، تفریح و کشور موردعلاقه شما را حدس بزند و سپس با یکدیگر درباره تفاوت حدس‌ها با واقعیت صحبت کنید.

بازی سدها و پل‌ها

ویژگی‌هایی مانند هل‌دادن، مسخره‌کردن، زبان‌درآوردن، تیکه‌انداختن، محبت‌کردن و لبخندزدن را روی یک کاغذ بنویسید؛ سپس از کودک بخواهید که مشخص کند آیا آن‌ها جلوی روابط مثبت را سد می‌کنند یا پل ارتباطی برای ایجاد دوستی‌های پایدار می‌شوند.

بازی دیوار دوستی

به فرزندتان بگویید که دوستی‌ها مانند یک دیوار با آجرهای مختلف هستند؛ سپس از او بخواهید روی یک ورق کاغذ، تعداد دوستی‌هایش را با کشیدن آجرها نقاشی کند و درباره اهمیت هر کدام از آجرهای این دیوار توضیح دهد.

مهارت سازگاری با استرس

مدیریت استرس در تقویت سلامت روان کودکان بسیار موثر است. بنابراین، شما باید عوامل استرس‌زای دوران کودکی، مانند تغییر مدرسه یا مهدکودک، مواجهه با قلدری در مدرسه، تولد فرزند جدید و یادگیری مهارت جدیدی مانند نگه داشتن مدفوع در کودکان را بشناسید و سپس در نحوه حل آن‌ها به او کمک کنید. روش‌های دیگری مانند کشیدن نقاشی احساسات و آموزش ذهن‌آگاهی را نیز می‌توانید برای تقویت این مهارت در فرزندتان به کار بگیرید.

مهارت کنترل هیجانات

کودکان درک و آگاهی بسیار کمی از هیجانات مختلف مانند غم، خشم، نفرت و خوشحالی خود دارند. عدم آگاهی از هیجاناتی مانند خشم نیز باعث بروز مشکلاتی مانند تکانشگری کودکان می‌شود. بنابراین، شما باید نحوه شناسایی و مدیریت این هیجانات را به فرزندتان بیاموزید. تقویت این مهارت باعث تسهیل فرآیند آموزش دیگر مسائل مانند آموزش صبر به کودکان عجول می‌شود.

آموزش ۸ مهارت کلیدی در مدارس که آینده دانش آموزان را می‌سازد



در دنیای امروز، تنها بلد بودن دروس مدرسه کافی نیست.

دانش‌آموزان برای موفقیت در زندگی، نیاز به مهارت‌هایی دارند که به آن‌ها کمک کند با چالش‌های روزمره، تصمیم‌گیری‌های مهم و تعامل با دنیای واقعی بهتر کنار بیایند.

واقعیت این است که کلاس‌های سنتی، خیلی وقت‌ها فرصت آموزش این مهارت‌های حیاتی را نمی‌دهند. اما زنگ پرورشی در مدارس، یکی از بهترین فضاهایی است که می‌تواند به شکل عملی و جذاب، این مهارت‌ها را در ذهن و رفتار دانش‌آموزان نهادینه کند.

۱ .تفکر انتقادی و حل مسئله

یکی از اصلی‌ترین نیازهای دانش‌آموزان امروز، قدرت فکر کردن مستقل، منطقی و انتقادی است. آن‌ها باید یاد بگیرند از زوایای مختلف به مسائل نگاه کنند و به‌جای کپی‌برداری از دیگران، خودشان تحلیل‌گر باشند.

در کلاس‌های پرورشی، می‌توان با بازی‌ها و سناریوهای خلاقانه، این مهارت را در آن‌ها تقویت کرد.

۲ .مهارت‌های ارتباطی

گوش دادن فعال، بیان مؤثر و کار تیمی، مهارت‌هایی هستند که در زندگی شخصی و اجتماعی، نقش کلیدی دارند.

مدرسه باید فضایی باشد برای تمرین همین مهارت‌ها.

کلاس‌هایی که به تعامل، گفتگو و هم‌فکری متکی باشند، دانش‌آموزانی با اعتمادبه‌نفس‌تر می‌سازند.

۳ .مدیریت زمان

خیلی از دانش‌آموزان درگیر حجم زیادی از کارها و تکالیف‌اند، ولی بلد نیستند چطور زمان‌شان را مدیریت کنند.

آموزش تکنیک‌های ساده مثل اولویت‌بندی، برنامه‌ریزی روزانه و تقسیم‌بندی زمان، می‌تواند بهره‌وری آن‌ها را چند برابر کند.

مدیریت زمان، پایه‌ای‌ترین مهارت موفقیت در بزرگسالی است.

۴ .آموزش سواد مالی در مدارس

شاید کمتر به آن فکر کرده باشیم، ولی یکی از اساسی‌ترین مهارت‌های زندگی، درک صحیح از پول و مدیریت مالی است.

چرا بچه‌ها از کودکی یاد نگیرند که چطور خرج کنند، چطور پس‌انداز کنند و ارزش پول را بفهمند؟ کلاس‌های سواد مالی در مدرسه، نه فقط اطلاعات، بلکه نگرش مالی بچه‌ها را هم شکل می‌دهد.

با آموزش مفاهیمی مثل:

درآمد و خرج

پس‌انداز

تصمیم‌گیری در خرید

بودجه‌بندی

آن‌ها یاد می‌گیرند هوشمندانه‌تر رفتار مالی داشته باشند.

مدرسه سواد مالی ماهر، با برگزاری کلاس‌های تخصصی و بازی‌محور، کمک می‌کند تا دانش‌آموزان مفاهیم مالی را عمیقاً درک کنند و در زندگی واقعی به کار بگیرند

۵ .خلاقیت و نوآوری

خلاق بودن فقط به هنر محدود نیست؛ بلکه در حل مسائل، تولید ایده، نوشتن، حتی انتخاب مسیر زندگی نقش دارد.

مدرسه باید جایی باشد که کودکان احساس آزادی کنند تا ایده‌هایشان را مطرح کنند، حتی اگر متفاوت باشد.

کلاس‌هایی که بچه‌ها را به طراحی، ساخت، نوآوری و پرسیدن تشویق می‌کند، خلاقیت را تقویت می‌کند.

۶ .تاب‌آوری و مقابله با استرس

زندگی پر از فراز و نشیب است و کسی موفق‌تر است که با سختی‌ها کنار بیاید.

تاب‌آوری یعنی قدرت بلند شدن بعد از افتادن.

در کلاس‌های مهارتی می‌توان با تمرین‌هایی مثل خودگویی مثبت، پذیرش شکست و تکنیک‌های آرام‌سازی، این توانمندی را در دانش‌آموزان ایجاد کرد.

۷ .خودآگاهی و خودمدیریتی

دانش‌آموز باید خودش را بشناسد، احساساتش را درک کند و بتواند خودش را در موقعیت‌های مختلف مدیریت کند.

مهارتی که در سنین پایین، رشد آن ساده‌تر و اثرگذارتر است.

۸ .مسئولیت‌پذیری و اخلاق اجتماعی

در کلاس‌های مهارتی، دانش‌آموزان یاد می‌گیرند چگونه در گروه کار کنند، مسئولیت‌های کوچک را بپذیرند، به دیگران احترام بگذارند و به حقوق خود و دیگران آگاه باشند.

این مهارت، پایه‌ی شکل‌گیری شخصیت اجتماعی دانش‌آموزان است.

آموزش سواد مالی چه تأثیری روی کودکان دارد؟

از رفتارهای روزمره تا تصمیم‌های مهم آینده

وقتی صحبت از آموزش سواد مالی به کودکان می‌شود، برخی تصور می‌کنند که این آموزش فقط در حد شناخت اسکناس و پول است. اما واقعیت چیز دیگری‌ست.

سواد مالی، مهارتی زندگی‌ساز است که از همان دوران ابتدایی می‌تواند اثرات قابل‌توجهی بر شکل‌گیری شخصیت، رفتار و حتی آینده شغلی و خانوادگی کودکان بگذارد.

بیایید دقیق‌تر ببینیم این آموزش چه تأثیری دارد:

۱ .مسئولیت‌پذیری مالی در کودکی

وقتی کودکان با مفاهیمی مثل «پس‌انداز»، «هزینه‌های ضروری» و «اولویت‌بندی خرید» آشنا می‌شوند، رفتارشان با پول هم تغییر می‌کند:

دیگر هر چیزی را به صرف علاقه نمی‌خواهند.

یاد می‌گیرند برای خواسته‌هایشان برنامه‌ریزی کنند.

ارزش پول را درک می‌کنند و راحت پول خرج نمی‌کنند.

این آموزش، آن‌ها را تبدیل به کودکانی منظم‌تر، متفکرتر و مسئول‌تر می‌کند.

۲ .تقویت قدرت تصمیم‌گیری

یکی از مهم‌ترین فواید سواد مالی این است که بچه‌ها را با موقعیت‌هایی روبرو می‌کند که مجبورند فکر کنند: "کدام خرید بهتر است؟"، "چطور با پولم کار کنم؟"، "بهتره پس‌انداز کنم یا خرج کنم؟"

همین موقعیت‌های کوچک، پایه‌گذار تصمیم‌گیری آگاهانه در زندگی واقعی هستند — در خرید، انتخاب شغل، سرمایه‌گذاری و حتی روابط عاطفی.

۳ .کاهش رفتارهای احساسی و مصرف‌گرایانه

کودکانی که سواد مالی دارند، کمتر قربانی تبلیغات، فشار همسالان یا هیجان خریدهای بی‌مورد می‌شوند.

چون آن‌ها یاد گرفته‌اند به «نیاز» و «ارزش واقعی» نگاه کنند، نه فقط به ظاهر یا برند.

این یعنی تربیت کودکانی با ذهن تحلیل‌گر، نه مصرف‌گرای صرف.

۴ .شکل‌گیری آینده مالی روشن‌تر

نتایج تحقیقات جهانی نشان می‌دهد:

کسانی که در کودکی آموزش مالی دیده‌اند، در بزرگسالی:

بدهی‌های کمتری دارند

بهتر پس‌انداز می‌کنند

درآمدشان را بهتر مدیریت می‌کنند

آرامش روانی بیشتری دارند

۵ .افزایش عزت‌نفس و اعتماد به‌نفس

وقتی کودکان ببینند که می‌توانند برای خودشان برنامه‌ریزی کنند، چیزی را پس‌انداز کنند و به هدف مالی برسند،

احساس قدرت و کنترل روی زندگی پیدا می‌کنند.

آموزش سواد مالی، فقط یک کلاس نیست؛ یک سبک زندگی‌ست.

مدرسه‌هایی که امروز برای آموزش مالی بچه‌ها سرمایه‌گذاری می‌کنند، درواقع دارند آینده را می‌سازند .شاید کودکان بسیاری از محتوای دروس مدارس را هرگز در طول زندگی خود استفاده نکند اما بیایید بپذیریم که هیچ فرزندی نیست که در آینده ای خیلی نزدیک با پول در ارتباط نباشد و در صورت دانش پول از آن

استفاده نکند. آموزش سواد مالی باعث میشود آینده‌ای با نوجوانانی مستقل‌تر، خانواده‌هایی آرام‌تر، و جامعه‌ای آگاه‌تر باشد.