

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



مهارت های زندگی کودکان

موضوع: آموزش مربی گری مهارت های زندگی ویژه کودکان و نوجوانان

۸ ص.

تولید شده توسط: معاونت تولید محتوا و توانمندسازی جمعیت دانشجویی امام

حسن ع.

تابستان ۱۳۹۸

فهرست مطالب

۴ مقدمه
۵ نکات اجرایی استفاده از بسته مهارت‌های زندگی
۶ نکات کلیدی برای آموزش مهارت‌های زندگی
۶ تکنیک‌های آموزشی در مهارت‌های زندگی
۸ فرایند برگزاری کلاس مهارت‌زندی

مقدمه

کودکان و نوجوانان ساکن در محلات حاشیه‌نشین با تشکیل بخش بزرگی از جمعیت این مناطق، همواره در معرض ابتلا به انواع آسیب‌های اجتماعی هستند. در صورت توجه به ایشان، ارائه آموزش و تقویت توانمندی‌های لازم علاوه بر حفظ خود و اطرافیان، می‌تواند بسترساز رفع آسیب‌های اجتماعی و تشکیل نهادهای اجتماعی فعال و اثرگذار در محلات حاشیه‌نشین در آینده باشند.

جمعیت دانشجویی امام حسن علیه‌السلام پس از حضور و فعالیت در مناطق حاشیه‌نشین کشور، با اشراف به معضلات فردی و اجتماعی کودکان در محلات حاشیه‌نشین راه برون رفت از این معضلات را آموزش و تقویت مهارت‌های زندگی در کودکان و نوجوانان یافته است. معضلات موجود در مناطق حاشیه‌نشین، نداشتن اعتماد به نفس و عزت نفس، نامشخص بودن جایگاه عقلانیت و ارتباط نامناسب با اعضای خانواده، والدین و اجتماع و عدم خود آگاهی و شناختن توانایی‌های خود برای اثر گذاری مثبت در خانواده، محله و جامعه می‌باشند. این مجموعه، با مشورت اساتید و روانشناسان مجرب و همچنین برخی از معلمان این عرصه، با توجه به ویژگی‌های مخاطبین، و اصول تربیت کودک و نوجوان، بسته‌ای با عنوان آموزش مربی‌گری مهارت‌های زندگی به کودکان را تهیه و تدوین کرده است.

بسته مهارت‌های زندگی، با هدف کاهش آسیب‌پذیری و تقویت توانایی‌های فردی و اجتماعی کودکان در مناطق حاشیه‌نشین ده مهارت زندگی را در قالب ده توانایی برای آموزش به کودکان در نظر گرفته است. این طرح به‌عنوان یکی از طرح‌های زیر مجموعه طرح فرهنگی-تربیتی جمعیت امام حسن علیه‌السلام در محلات حاشیه‌نشین با عنوان «مهر و ماه»، در اختیار مربیان قرار گرفته است.

جمعیت دانشجویی امام حسن علیه‌السلام

تابستان ۹۸

نکات اجرایی استفاده از بسته مهارت‌های زندگی

در این بخش به نکات مهم مربی‌گری، تکنیک‌های مورد نیاز برای آموزش پرداخته شده است. در بسته‌ی کاربردی و اجرایی مهارت‌های زندگی؛ به تفکیک هر کدام از مهارت‌های زندگی تعریف، سپس به اهداف مورد نظر از آموزش آن مهارت اشاره و در نهایت با استفاده از تکنیک‌های یاد شده یک طرح درس پیشنهادی ارائه گردیده است. در این طرح درس‌ها از روش‌های یادگیری تلفیقی بسیار ساده، قابل فهم و جذاب استفاده شده است، تا فعالین فرهنگی و اجتماعی با استفاده از آن‌ها و خلاقیت شخصی، به آموزش مهارت‌های زندگی بپردازند.

بسته مربی‌گری مهارت‌های زندگی، تلفیقی از روش‌های مختلف آموزشی است که در آن، هر مهارت حداکثر در دو طرح درس گنجانده شده است. مربیان می‌توانند در طی دو جلسه، مفاهیم مربوط را به کودکان انتقال دهد. آموزش‌ها ممکن است نسبت به بازه سنی دانش‌آموزان، توانایی مربی و آموزش‌پذیر بودن کودکان در جلسات کمتر و یا بیشتری به طول بیانجامد. در این بسته آموزش‌های لازم جهت توانمندسازی مربیان، برای ارائه مهارت‌های زندگی به کودکان در معرض آسیب و پیشگیری از بروز آسیب‌های مختلف اجتماعی عرضه شده است. اما باید به این نکته توجه شود که در خصوص نوع مواجهه با کودکان آسیب‌دیده و بهبود وضعیت آنان، لازم است از روانشناسان کودک و مداخله‌گران تخصصی استفاده شوند.

توانایی آگاهی از خود

توانایی تفکر خلاق

توانایی عزت نفس

توانایی حل مسئله

توانایی همدلی با دیگران

توانایی تصمیمگیری

توانایی رابطه مؤثر

توانایی مدیریت هیجانات

توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه

توانایی مسئولیت پذیری

نکات کلیدی برای آموزش مهارت‌های زندگی

بسته حاضر جهت آموزش به کودکان به شکل گروهی و فردی تدوین شده و جهت استفاده در اختلالات کودکان نیز با مشورت متخصصین قابل استفاده می‌باشد. بر اساس بررسی‌های مشکلات و آسیب‌های کودکان و نوجوانان حاشیه‌نشین، می‌توان گفت سهم عمده‌ای از اختلالات این اقشار، به دلیل نداشتن مهارت‌های زندگی بروز می‌نماید؛

- مهارت‌های مربوط به مراقبت از خود؛
- مهارت‌هایی برای مقابله با شرایط پرخطر؛
- افزایش توانایی‌های روانی اجتماعی کودکان، پیشگیری و ارتقاء بهداشت؛
- مهارت مقابله با مشکلات زندگی.

این اختلالات در مناطق کم‌برخوردار و حاشیه‌نشین، بروز بیرونی بیشتری دارد. مربی با آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند به جلوگیری از اثرات آسیب‌اجتماعی در این مناطق بپردازد.

تکنیک‌های آموزشی در مهارت‌های زندگی

- **بارش فکری؛ تهیه لیستی از نظرات کلیه افراد؛**
در این روش مربی با طرح یک موضوع برای دانش‌آموزان، سوق دادن آنان برای تفکر در آن موضوع، تلاش می‌کند تا از نظرات، ایده‌ها در کلاس استفاده کند. با مشارکت دادن بچه‌ها و مکتوب کردن همه موارد مطرح شده توسط دانش‌آموزان در پایان کلاس، از روند آموزش آن‌ها مطلع گردد.
- **ایفای نقش؛**
مربی با بیان جزئیات نقش‌های مختلف، به فراخور هر یک از مهارت‌ها، دانش‌آموزان را در شرایط مشابه با واقعیت قرار می‌دهد. دانش‌آموزان رهنمون می‌شوند تا عکس العمل مناسب شرایط را از خود بروز دهند.

• گروه‌های کوچک؛

برای آموزش برخی از مهارت‌های زندگی، استفاده از کارکردهای کارگروهی و تقسیم-کار در گروه ضروری است. در برخی از آموزش‌ها نیاز است تا مربی، دانش‌آموزان را به گروه‌های کوچک تقسیم کند و فعالیت مورد نظر را در قالب گروهی با بچه‌ها تمرین نماید.

• سوال کردن؛

یکی از روش‌های پرکاربرد در تدریس دروس مختلف، استفاده از روش ابن‌سینایی است. طبق این روش، مربی برای درگیر کردن دانش‌آموزان با موضوع و محتوای کلاس، از آن‌ها سوالاتی می‌پرسد. دانش‌آموزان به صورت ناخودآگاه از طریق سوالات، درگیر محتوا شده و یادگیری غیرمستقیم در آن‌ها تقویت می‌شود. این تکنیک، راهی کاربردی برای آموزش مهارت‌های زندگی محسوب می‌شود.

• جملات ناتمام؛

مربی با استفاده از زمان مناسب در کلاس درس، جملات هدفداری را به صورت ناتمام برای دانش‌آموزان مطرح می‌کند. دانش‌آموزان، چه در عمل، چه در کلام این جملات را تمام می‌کنند. این کار سبب افزایش توان گفت‌وگو دانش‌آموزان خواهد شد.

• قصه؛

یکی از روش‌های بیان محتواهای آموزشی برای کودکان استفاده از قصه می‌باشد. نیاز است که مربی قصه‌های هدفدار و با محتوای مناسب سن دانش‌آموزان را برای آن‌ها بازگو کند. روش‌های مختلف قصه‌خوانی برای انتقال مفاهیم مهارت‌های زندگی استفاده می‌شود.

• نمایش خلاق؛

نمایش خلاق، یکی از روش‌های آموزشی معتبر می‌باشد که در آن از دانش‌آموزان به عنوان عوامل نمایش استفاده می‌شود. مربی با توضیح مختصری از موقعیت‌ها و شخصیت‌های نمایشنامه‌ی هدفدار آموزشی، دانش‌آموزان را در جایگاه‌های مختلف جاگذاری می‌کند، و دانش‌آموزان موقعیت‌ها را اجرا می‌کنند.

• گزارش نویسی؛

دانش‌آموزان اتفاقات مختلف خانه، مدرسه و محله را ثبت می‌کند و گزارشی از آن را به کلاس می‌آورد.

فرایند برگزاری کلاس مهارت‌زندگی

فرایند برگزاری کلاس مهارت‌های زندگی شامل موارد زیر می‌باشد:

- مرور جلسه قبل؛
- مرور تمرینات هفته قبل؛
- بیان مهارت هر جلسه با زبان ساده توسط مربی، تمرین مهارت فوق با قصه، و بازی، و در نهایت بحث و نتیجه‌گیری و مثال برای ارتباط مهارت با زندگی واقعی؛
- تمرین؛
- ثبت و تدوین اتفاقات مرتبط با مهارت‌های زندگی.