

برنامه‌ریزی، مدیریت و اجرای آموزش مهارت‌های زندگی

نویسنده: کلر هنبری^۱

مترجم: محمدامین اسپروز

- کارکنان به صورت منظم با یکدیگر جلسه دارند و راههایی برای ارتباط با مدیران برای آن‌ها وجود دارد.
- تمام اعضا از شکل‌گیری یک برنامه آموزشی جدید و امکان مشارکت در توسعه این برنامه آگاهاند.

۳. فرصت پیشرفت برای کارکنان

- فرصت‌هایی برای آموزش، ارزیابی و ارتقای کارکنان وجود دارد.

۴. نظامی برای نظارت و ارزیابی

- برای راهاندازی برنامه آموزش مهارت‌های زندگی (یا هر برنامه آموزشی دیگر) مبنای ابتدایی وجود دارد که به واسطه آن‌ها می‌توان پیشرفت پژوهش را ارزیابی کرد.
- آموزگاران می‌توانند دانش آموزان را در ارزیابی کلاس و برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی مشارکت دهند.

- مدیران، راهکارهایی رسمی و غیررسمی برای ارزیابی پیشرفت برنامه در اختیار دارند (برای مثال، ملاقات با دانش آموزان و کارکنان، نظرسنجی و ...).

- برنامه به صورت مستمر بازنگری می‌شود.

- ۵. سرمایه برای پوشش هزینه‌های اولیه راهاندازی یک برنامه آموزشی جدید

- هزینه منابع، کتاب‌ها و لوازم تحریر برای آموزش مهارت‌های زندگی

- هزینه آموزش

- هزینه استخدام کارکنان جدید یا زمان اضافه‌ای که کارکنان

در این مقاله، برنامه‌ریزی و توسعه آموزش مهارت‌های زندگی بررسی می‌شود و راهکارهایی برای برنامه‌ریزی جلسه آموزشی ارائه می‌گردد. همچنین، ضمن بررسی مفاهیم تفکر و یادگیری فعال، نکات و ابزارهایی کاربردی به آموزگاران معرفی می‌شود.

رویکردی کلی برای جای دادن مهارت‌های زندگی

مهارت‌های زندگی را می‌توان به تنها یا در کنار آموزش‌های درسی، مهارت‌های فنی و حرفه‌ای، آموزش بهداشت و سلامت یا سایر کلاس‌ها آموزش داد. برای راهاندازی یک برنامه آموزش مهارت‌های زندگی، به ساختار حمایتی قدرتمند و آموزگاران ماهری که خلاقانه با دانش آموزان کار کنند نیاز است.

ساختار حمایتی قدرتمند چیست؟

۱. سازمانی با یک هدف شفاف
- سازمان هدف و مأموریتی مشخص دارد.
- سازمان سیاست‌ها، نظام‌ها و فرایندهایی تعریف شده دارد.
- کارکنان، اهداف سازمان را به صورت شفاف می‌دانند.

۲. نظام مدیریت قدرتمند

- کارکنان، نقش‌ها و مسئولیت‌های خود را به صورت شفاف می‌دانند.
- نظام پرداخت حقوق، شفاف و براساس توانایی و سابقه افراد است.



فعلي برای آموزش دیدن درخصوص برنامه جدید نیاز دارد؛
• هزینه یافتن منابع جدید حمایتی و اطلاعاتی برای زنده نگه
داشتن برنامه.

آموزگاران ماهر

آموزگار باید مهارت‌های زیر را داشته باشد یا آن‌ها را کسب
کند:
• بتواند برنامه‌ای مناسب برای آموزش مهارت‌های زندگی ایجاد
کند. برای این کار لازم است:
■ بتواند فعالیت‌های مناسب برای مهارت‌های زندگی را در
کلاس شناسایی کند.

قرار دهید:

- نیازهای دانش‌آموزانی را که قرار است با آن‌ها کار کنید،
شناسایی کنید.
- مطمئن شوید که میان تمام طرفین درگیر در برنامه
(مدیران، سرمایه‌گذاران، کارکنان، آموزگاران، دانش‌آموزان و
والدین) درک مشترکی از مهارت‌های زندگی
وجود دارد.
- حمایت تمامی طرفین را کسب کنید.

- مهارت‌های زندگی را که در حال حاضر به
دانش‌آموزان (به صورت رسمی یا غیررسمی)
آموخته داده می‌شود، شناسایی کنید.
- بررسی کنید که آیا مهارت‌های زندگی را
می‌توان با برنامه آموزشی فعلی ادغام کرد یا
باید برنامه‌ای مجزا شکل گیرد.
- تصمیم بگیرید که هرچند وقت یک بار
دروس مهارت زندگی باید آموزش داده شوند
(درون یکی از برنامه‌های درسی یا به صورت
مجزا).

- در مورد اهداف این برنامه به توافق برسید.

**یادگیری فعال
لزوماً به معنای
فعال بودن در
کلاس نیست.
دانش آموز ممکن
است هنگام
خواندن متن،
گوش دادن به
صحبت دیگران
یا نوشتن، تفکر
و یادگیری فعال
داشته باشد**

این فعالیت‌ها را با شرایط کلاس تطبیق دهد.
• بدون اینکه قضاوت کند به دانش‌آموزان گوش فرا دهد.
• دانش‌آموزان را به کار گروهی تشویق کند.
• با دانش‌آموزانی که رفتار خشن دارند، با رویکردی مثبت
برخورد کند.
• فضایی سرشار از اطمینان ایجاد کند تا دانش‌آموزان بتوانند
احساساتشان را بیان کنند.
• به تک‌تک دانش‌آموزان کمک کند تا احساس پیشرفت داشته
باشند.
• از روش‌های تدریسی استفاده کند که به دانش‌آموزان فرصت
بیان می‌دهند.
• از ابزار نظارت و ارزیابی به صورت مستمر استفاده کند.
• در صورت نیاز به کمک، درخواست حمایت کند.

برنامه‌ریزی برای آموزش مهارت‌های زندگی

برای اجرای برنامه مهارت‌های زندگی، باید آهسته و پیوسته
حرکت کرد. یک ساختار حمایتی قدرتمند، زیربنایی مناسب
برای این کار است. وقتی در مرحله برنامه‌ریزی هستید و پیش
از اینکه به مرحله انتخاب موضوع برسید، مراحل زیر را مدنظر



در برابر وسوسه سریع به نتیجه رسیدن در
برنامه مهارت‌های زندگی مقاومت کنید.



به آهستگی و با دقت، برنامه‌ای قوی و
مستحکم طراحی کنید.

روش دسته‌بندی موضوعات

شیوه معمول برای دسته‌بندی موضوعات مهارت‌های زندگی، شروع کردن با موضوعاتی مرتبط با خود، خانواده و محیط پیرامون و سپس، حرکت به سمت موضوعاتی گسترده‌تر در زمینه مسائل اجتماعی و در نهایت، موضوعات مربوط به آینده کودک است. برای برنامه‌ریزی آموزش مهارت‌های زندگی، ابتدا مهارت‌هایی را که تاکنون به دانش‌آموزان آموزش داده شده است، شناسایی کنید. سپس، به دنبال فعالیت‌هایی برای تقویت این موضوعات باشید و بعد، آن‌ها را به موضوعات جدید اضافه کنید. باید به خاطر داشته باشید که برنامه‌ریزی برای آموزش مهارت‌های زندگی زمان بر است.

برنامه‌ریزی جلسه آموزش مهارت‌های زندگی

جلسه آموزش مهارت‌های زندگی، زمانی است که آموزگار به دانش‌آموزان اختصاص می‌دهد تا این مهارت‌ها را به آن‌ها آموزش دهد. این جلسه می‌تواند ساختاری مشابه مثال رو به رو را داشته باشد.

تفکر و یادگیری فعال

یادگیری فعال لزوماً به معنای فعال بودن در کلاس نیست. دانش‌آموز ممکن است هنگام خواندن متن، گوش دادن به صحبت دیگران یا نوشتن، تفکر و یادگیری فعال داشته باشد. تفکر و یادگیری فعال به این معناست که دانش‌آموز در هنگام یادگیری، واکنش نشان می‌دهد و فقط دریافت‌کننده منفعل اطلاعات نیست. یادگیری فعال باعث می‌شود دانش‌آموزان برای خودشان فکر کنند، ایده داشته باشند، راه حل پیشنهاد دهند و در نتیجه بتوانند دانش و مهارت کسب شده را به زندگی خود تعمیم دهند. اگر دانش‌آموزان دریافت‌کنندگانی منفعل باشند و اطلاعات را پس از آموزگار تکرار و حفظ کنند، ممکن

نمونه برنامه برای جلسه آموزش مهارت‌های زندگی (۶۰ دقیقه)

هدف جلسه:

به مهارت‌هایی که قرار است دانش‌آموز در پایان جلسه به دست آورد، فکر کنید.

مقدمه (۵ دقیقه):

- فکر کنید که هدف جلسه را چگونه می‌خواهید برای دانش‌آموزان توضیح دهید. اگر پیش از این، جلسه دیگری با موضوع مرتبط داشته‌اید، تصمیم بگیرید که چگونه می‌خواهید به آن اشاره کنید. نکات اصلی را که می‌خواهید در مقدمه به آن‌ها اشاره کنید، یادداشت کنید.
- اگر فعالیتی برای مقدمه در نظر گرفته‌اید، زمان آن را محاسبه و یادداشت کنید.

فعالیت (۴۵ دقیقه):

- متابع مورد نیاز و مراحل کار را یادداشت کنید.
- سعی کنید زمان مورد نیاز برای هر مرحله را تخمین بزنید.

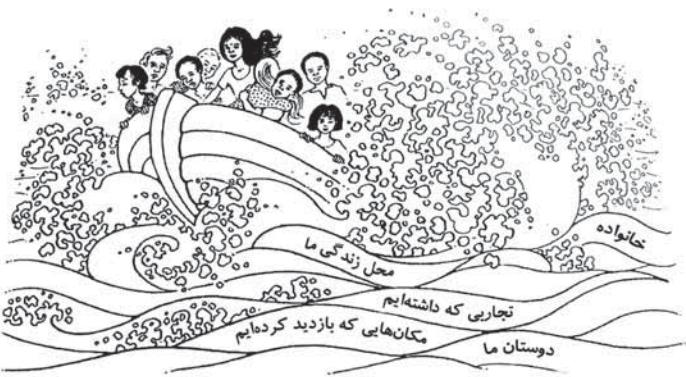
بحث پایانی (۵ دقیقه):

سوالاتی را که می‌خواهید از دانش‌آموزان در پایان جلسه بپرسید، بنویسید.

فعالیت پایانی (۵ دقیقه):

اگر فکر می‌کنید موضوع برای برخی از دانش‌آموزان دشوار بوده است، سعی کنید فعالیتی لذت‌بخش در پایان جلسه اجرا کنید.

نکته: نتیجه جلسه، افکار تان درباره جلسه و نظرات دانش‌آموزان را یادداشت کنید تا برای برنامه‌ریزی جلسه بعدی بتوانید از آن‌ها استفاده کنید.



نیازهای دانش‌آموزان با هم متفاوت است.

- کنند، می‌توانند به سمت مخالف یا موافق کلاس بروند.
- ۳. سؤال کردن و نظر دادن را تشویق کنید؛**
پیش از اینکه از دانشآموزان سؤال کنید، از آنان بخواهید که سؤالاتشان را مطرح کنند.
- ۴. بازخورد ارائه دهید؛**
بازخورد را به شیوه ساندویچی ارائه دهید؛ یعنی:
- اول یک بازخورد مثبت بدهید؛
 - سپس از آن‌ها بخواهید درباره موضوع بیشتر فکر کنند نظر خود را بهبود ببخشند یا خود را؛
 - دوباره یک بازخورد مثبت بدهید.
- ۵. احترام را ترویج دهید؛**
به دانشآموزان یاد دهید که در جملاتشان از عباراتی مانند «به نظر من» یا «عقیده من این است» استفاده کنند تا بهتر بتوانند به عقاید دیگران احترام بگذارند.
- ۶. شعارتان این باشد: «رفتار بد نه آدم بد»؛**

**بهترین جلسه آموزشی،
جلسه‌ای است
که دانشآموزان
بتوانند میان
چیزی که به
فراگیری آن نیاز
دارند و آنچه
تجربه کرده‌اند،
ارتباط برقرار
کنند و آموزگار
راهنمای آن‌ها
باشد**

- ۷. تعریف و تمجید کنید؛**
از نظرات دانشآموزان تعریف کنید و از آن‌ها برای کاری که انجام می‌دهند تمجید کنید.
- ۸. قضاوت نکنید؛**
سعی کنید از جملاتی که ارزش‌گذاری دارند استفاده نکنید و این را به دانشآموزان نیز آموزش دهید.
- ۹. رویکرد مثبت داشته باشید؛**
مثلًا به جای اینکه بگویید «سیگار نکشید»، می‌توانید از عبارتی مثبت مانند «چگونه سالم بمانیم» استفاده کنید.
- ۱۰. سؤالات حساس مطرح کنید؛**
در صورتی که دانشآموزان سؤالاتی دارند که نمی‌توانند آن‌ها را در جمع مطرح کنند، از آن‌ها بخواهید سؤالاتشان را بدون ذکر نام روی کاغذ بنویسند و در جعبه – تعییه شده – بیندازند تا به آن‌ها در جمع پاسخ دهید.
- ۱۱. ارزیابی و نظارت کنید؛**
جلسه ارزیابی داشته باشید و نظر دانشآموزان را نیز در مورد موضوعاتی که با آن‌ها موافق یا مخالف بوده‌اند، بپرسید.

* پی‌نوشت‌ها

۱- ترجمه و خلاصه صفحات ۲۶ الی ۲۶ از کتاب The life skills handbook نوشته Clare Hanbury ۲۰۰۸

است معنی آن را نفهمند و به تبع آن، نتوانند از این اطلاعات و مهارت‌ها در زندگی بهره ببرند و در نتیجه، مهارت‌های زندگی را کسب نمی‌کنند.

آموزگار هنگام برنامه‌ریزی و آموزش مهارت‌های زندگی باید این موضوع را در نظر داشته باشد، کودک را به خوبی بشناسد و بداند چه مهارت‌هایی برای او کاربردی است.

نکات و ابزارهایی برای آموزش مهارت‌های زندگی

اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی، به طور مستقیم با مهارت‌های آموزگار و قدرت او برای برقراری ارتباط با دانشآموزان، مرتبط است. آموزگار باید محیطی امن برای دانشآموزان ایجاد کند. در ادامه، به نکات و ابزارهایی که ممکن است به آموزگار برای اجرای این مهارت‌های زندگی کمک کند، اشاره خواهیم کرد.

۱. جلسه‌های آموزش مهارت زندگی به شما و دانشآموزان تعلق دارد؛

بهترین جلسه آموزشی، جلسه‌ای است که دانشآموزان بتوانند میان چیزی که به فرآکیری آن نیاز دارند و آنچه تجربه کرده‌اند، ارتباط برقرار کنند و آموزگار راهنمای آن‌ها باشد.

۲. آموزگار در یادگیری مهارت‌های زندگی، همسکار دانشآموزان است؛

نظام قدرت و نظراتی را که آموزگار در کلاس دارد، باید کنار بگذارد. یادگیری مهارت‌های زندگی به چیزی که آموزگار و دانشآموزان می‌توانند در کلاس ارائه کنند و استه است.

۳. خوب گوش کنید اما بیش از حد تلاش نکنید؛
وقتی به دانشآموزان گوش می‌کنید، آن‌ها متوجه می‌شوند. البته تلاش نکنید که یک شنونده حرفه‌ای باشید؛ زیرا این موضوع نیز باعث می‌شود دانشآموزان احساس کنند که آن‌ها را کنترل می‌کنید.

۴. دانشآموزان، خود و زندگی شان را به خوبی می‌شناسند؛
پس به تجارب آن‌ها احترام بگذارید.

ابزارها

۱. قوانین کلاس را مشخص کنید؛
برخی از مواردی که داشتن قانون به آن‌ها کمک می‌کند:

- روش برخورد با نظرات منفی؛
- قطع نکردن صحبت دیگران؛
- احترام به حقوق افراد برای صحبت کردن؛
- خارج نشدن از بحث؛
- محترمانه بودن جلسه.

۲. از حرکت برای بهبود یادگیری استفاده کنید؛
حرکت می‌تواند به یادگیری مهارت‌های زندگی کمک کند؛ مثلاً دانشآموزان به جای اینکه موافقت یا مخالفت خود را اعلام