

مرور انتقادی بسته آموزشی مهارت‌های زندگی در نظام مراقبت‌های بهداشتی از نظر تناسب آن با فرهنگ ایرانی-اسلامی

مهرنسا شهابی^{۱*}، مجید اسدپور^۲، جنان نوین^۳، حامد مصلحی^۴، ایمان زاغیان^۵

چکیده

آموزش مهارت‌های زندگی در عصر حاضر از برنامه‌های مهم سازمان‌های جهانی سلامت و برنامه ملی بسیاری از کشورها از جمله ایران است، تا افراد با یادگیری مهارت‌های متناسب با رده سنی‌شان، زندگی بهتری را تجربه کنند. محتوای آموزش‌ها می‌بایست با نیازها، مؤلفه‌ها و عناصر فرهنگ بومی و دینی تناسب داشته باشد. در مقاله حاضر، با استفاده از روش مرور انتقادی، به بررسی محتوای آموزش مهارت‌های زندگی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی از زاویه فرهنگ ایرانی-اسلامی پرداخته شده است. محتوای فوق در قالب ۱۲ کتاب منتشر شده و به عنوان مرجع و کتاب راهنما در پایگاه‌های بهداشت در دسترس است. ارزیابی مبتنی بر ۳ شاخص کلیدی شامل میزان تناسب محتوا با ۱. تحقیقات معتبر، روزآمد و کاربردی، ۲. آموزه‌های فرهنگ اسلام، و ۳. فرهنگ بومی ایران انجام شد و نهایتاً ۱۹ نقد جدی ذیل شاخص‌ها استخراج شد. یافته‌ها نشان می‌دهد بسته آموزشی مهارت‌های زندگی کاستی‌ها و نقص‌هایی دارد، از جمله عدم توجه کافی به نیازهای کشور در اولویت‌بندی مهارت‌ها، به‌روز و جامع نبودن و کم توجهی به اقتضانات جنسیتی. همچنین به نقش دین در موارد مختلف، چون آرامش و مقابله با اضطراب، مدیریت خود، خودمهارگری، حل مسئله، ارتباط مؤثر، خلق منفی و تعارضات زناشویی توجه نشده است؛ علاوه بر این، به نیازها و مسائل خانواده‌های ایرانی، تفاوت‌های بومی و قومیتی و خرده‌فرهنگ‌ها، زبان فارسی، ضرب‌المثل‌ها و نمادهای ملی اعتنای چندانی نشده است. در پایان پیشنهاد می‌شود با استفاده از یافته‌های جدید روان‌شناسی جهان و تحقیقات معاصر داخلی، مبتنی بر پوشش مسائل ایرانیان و با بهره از آموزه‌های اسلامی، محتوای جدیدی تدوین گردد.

واژگان کلیدی: مهارت‌های زندگی، فرهنگ ایرانی-اسلامی، زبان، دین، مهارت‌های ارتباطی.

۱. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه شهید مطهری، تهران، ایران (نویسنده مسئول):
(mn_shahabi@motahari.ac.ir)

۲. دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی، دانشگاه وین، وین، اتریش.

۳. دانشجوی دکتری روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران.

۴. استادیار، گروه روان‌شناسی تربیتی و مشاوره، دانشگاه تهران، ایران.

۵. دانشجوی دکتری روان‌شناسی شناختی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، کرج، ایران.

Critical Review of Life Skills Training Package in the Primary Health Care System from the Perspective of Compatibility with Islamic-Iranian Culture

Mehrnesa Shahabi*¹

Majid Asadpour²

Janan Novin³

Hamed Moslehi⁴

Iman Zaghian⁵

Abstrac

Life skills training has become an integral part of the agendas of global health organizations and many national programs, including Iran, to empower individuals to lead better lives by acquiring age-appropriate skills. The content of such training should be culturally, religiously, and contextually relevant, aligning with the needs, components, and elements of our culture and religion. This article, employing a critical review methodology, examines the content of life skills training provided by the Ministry of Health and Medical Education from the perspective of Islamic-Iranian culture. This package consists of twelve books, serving as a reference and guide in healthcare centers. The evaluation is based on three key criteria: how well the content aligns with credible, up-to-date, and practical research, Islamic theories, and Iranian cultures. In total, nineteen critical criticisms are identified under these criteria. The findings reveal significant shortcomings in the life skills training package, including insufficient attention to prioritizing skills based on local needs, outdated and extensive content, and a disregard for gender-specific requirements. Moreover, the role of religion in various aspects, such as achieving tranquility, stress, self-management, self-control, problem solving, and resolving marital conflicts, has been overlooked. Additionally, the package has paid minimal attention to the needs and issues faced by Iranian families, indigenous and ethnic variations, sub-cultures, the Persian language, proverbs, and other national symbols. In conclusion, it is recommended that new content be developed by incorporating the latest findings from global psychology, contemporary domestic research, and Islamic theories while considering the concerns of the Iranian population.

Keywords: life skills, Iranian-Islamic culture, language, religion,

-
1. Assistant Professor of Psychology, Shahid Motahari University, Tehran, Iran. (Corresponding Author): mn_shahabi@motahari.ac.ir
 2. PhD Psychology Student, University of Vienna, Vienna, Austria
 3. PhD Candidate at Clinical Psychology, Shahed University, Tehran, Iran
 4. Assistant Professor, Department of Educational Psychology and Counseling, Faculty of Psychology and Educational Science, University of Tehran.Tehran, Iran
 5. PhD student of Cognitive Psychology, Kharazmi University, Karaj, Iran

communication skills

مقدمه

انسان‌ها برای رسیدن به رفاه و آرامش و مقابله سازگارانه با موقعیت‌های تنش‌زا و کشمکش‌های زندگی نیاز به آموختن برخی مهارت‌ها دارند. متخصصان علوم رفتاری معتقدند یکی از مؤثرترین برنامه‌ها برنامه آموزش مهارت‌های زندگی است (پراجاپاتی^۱ و همکاران، ۲۰۱۷). تعاریف متعددی از «مهارت‌های زندگی» ارائه شده، ولی فصل مشترک همه آن‌ها تأکید بر این است که مهارت‌های زندگی توانایی‌های روانی-اجتماعی است که به فرد در مقابله مؤثر و پرداختن به کشمکش و موقعیت‌های زندگی یاری می‌کند و وی را قادر می‌سازد در روابطش مثبت و سازگارانه عمل کند و انتخاب‌ها و رفتارهای سالمی در سراسر زندگی در پیش بگیرد (فرهمینی فراهانی و پیداد، ۱۳۹۱). آموزش مهارت‌های زندگی منبع مهمی برای توسعه مهارت‌های روانی، اجتماعی، عاطفی، شناختی، رفتاری و تاب‌آوری در مقابله با چالش‌های روزمره و مشارکت مولد در جامعه است (دسای^۲، ۲۰۱۰؛ گالاگالی^۳، ۲۰۱۱).

در دهه‌های اخیر، نیاز روزافزونی برای آموزش مهارت‌های زندگی به نوجوانان و جوانان ایجاد شده است تا برای مواجهه با چالش‌های زندگی روزمره آماده باشند و انتخاب‌های سالم و آگاهانه‌ای انجام دهند. به دلیل اثربخشی و اهمیت بالای مهارت‌های زندگی، بخش عمده‌ای از برنامه‌های مداخله‌ای در جهان به آموزش مهارت‌های زندگی اختصاص یافته است؛ به‌ویژه برنامه‌هایی که با هدف پیشگیری از مصرف الکل، مواد مخدر و سیگار انجام می‌شود (بوتوین^۴ و کانتور^۵، ۲۰۰۰؛ مندل^۶ و همکاران، ۲۰۰۶؛ هوانگ و همکاران، ۲۰۱۲). سازمان بهداشت جهانی، یونسکو و یونسف در زمینه مهارت‌های زندگی اسناد مختلفی منتشر کرده‌اند که «آموزش مهارت‌های زندگی، برنامه‌ریزی برای پژوهش» (سازمان بهداشت جهانی، ۱۹۹۶) یکی از قدیمی‌ترین این اسناد است. همچنین سازمان بهداشت جهانی پیش از آن گزارشی برای آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس منتشر کرده بود (سازمان بهداشت جهانی، ۱۹۹۴ الف). این سازمان اخیراً نیز در سال ۲۰۲۰ گزارش مشابهی با عنوان «آموزش مهارت‌های زندگی: کتاب راهنمای مدرسه» (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۲۰) منتشر کرده است.

1. Prajapati
2. Desai
3. Galagali
4. Botvin
5. Kantor
6. Mandel

برنامه‌های مهارت‌های زندگی در حیطه‌های متعددی، مانند برنامه‌های ورزشی، رفتارهای پرخطر و سلامت جنسی و باروری (جونز^۱ و لاولی^۲، ۲۰۰۹) و برای سنین مختلف از کودکان تا سالمندان و با رویکردهای مختلفی چون شناختی-رفتاری، برای غلبه بر چالش‌ها و تحقق انسان سالم، طراحی و اجرا می‌شود؛ برای نمونه، به برنامه‌های مهارت‌های زندگی نوجوانان^۳ بنگرید (تاتل^۴ و همکاران، ۲۰۰۶). همچنین این برنامه‌ها با تمرکز بر مهارت‌های خاص زندگی در کشورها و فرهنگ‌های مختلف اجرا می‌شود؛ مثلاً در کشورهایی مانند ایالات متحده، بریتانیا، آلمان، یونان و مکزیک برنامه‌های آموزشی مهارت‌های زندگی برای ارتقای مهارت‌های مقابله‌ای و تصمیم‌گیری سازنده حول محور مصرف سیگار، الکل، مصرف مواد مخدر، ایدز، پیشگیری از بارداری، نگرش نسبت به فعالیت جنسی و استفاده از کاندوم طراحی شده است (بوتوین و همکاران، ۲۰۰۱؛ کمبل - هاید^۵ و همکاران، ۲۰۰۹؛ مارتین^۶ و همکاران، ۲۰۱۳؛ مک کیلوپ^۷ و همکاران، ۲۰۰۶؛ منراث و همکاران، ۲۰۱۲). در مقابل، کشورهایی مانند هند، سریلانکا، مالدیو، بنگلادش، تایلند، مینامار و نپال مفاهیم مهارت‌های زندگی را در سطوح مختلف دیگری در برنامه خود گنجانده‌اند (سازمان بهداشت جهانی^۸، ۲۰۰۱). برنامه‌های مهارت‌های زندگی در این کشورها به نحوی طراحی و اجرا شده که گام‌به‌گام و در سطوح ابتدایی، مثل آموزش مهارت‌های ارتباطی روزانه است و سطوح عالی ارتباطی را دربر نمی‌گیرد. کاربرد سطح پیشرفته مهارت‌های زندگی، مانند مهارت‌های مرتبط با رفتارهای پرخطر (مانند مصرف مواد مخدر و سیگار)، در انتها آموزش داده می‌شود (سازمان بهداشت جهانی، ۱۹۹۴ ب). کشورهای آسیا و اقیانوسیه مهارت‌های زندگی را با برنامه‌های جامع آموزش جنسی^۹ به منظور کاهش رفتارهای پرخطر و بهبود سلامت و رفاه جوانان ترکیب می‌کنند (سازمان بهداشت جهانی و همکاران، ۲۰۱۵).

از سوی دیگر، آموزش، به عنوان قدرتمندترین ابزار در ایجاد تغییر در افراد، به فرهنگ وابسته است و در واقع مکمل آن است. این رابطه در آموزش مهارت‌های زندگی نیز خود را نشان می‌دهد. در واقع آموزش و آگاهی‌بخشی از انواع مهارت‌های زندگی

-
1. Jones
 2. Lavallee
 3. PALS
 4. Tuttle
 5. Campbell-Heider
 6. Martin
 7. MacKillop
 8. WHO (World Health Organization)
 9. CSE

می‌تواند به فرد در سازگاری با محیط طبیعی و اجتماعی، رشد شخصیت، اجتماعی شدن، استفاده صحیح از آزادی و درک سایر ارزش‌های سنتی و فرهنگی وی کمک کند (آگیلا^۱ و جایاچیترا^۲، ۲۰۲۳). اگر فرهنگ را مجموعه کاملی از دانش، باورها، آداب و رسوم، هنر، اخلاق، قانون و هر گونه قابلیت و عادات دیگر در نظر بگیریم که هر فرد به عنوان عضوی از آن جامعه کسب می‌کند (آگیلا و جایاچیترا، ۲۰۲۳)، آنگاه مفاهیم روان‌شناختی مانند بسیاری از پدیده‌های فرهنگی به زیست‌بوم وابستگی دارند و در جوامع مختلف به شیوه‌های متفاوت درک و به طرق مختلف مورد استفاده قرار می‌گیرند (شیرخانی و سبزی، ۱۳۹۸). پژوهش‌های زیادی در زمینه ارتباط فرهنگ با اختلالات روان‌شناختی صورت گرفته است (پژوهش آترتون^۳ و همکاران، ۲۰۲۳؛ باکردمیر^۴ و همکاران، ۲۰۲۳؛ زرانی و همکاران، ۱۳۹۶؛ لیانانژ^۵ و توفیق^۶، ۲۰۲۳). بنابراین آموزش مهارت‌های زندگی در هر کشوری نمی‌تواند با فرهنگ آن کشور بی‌ارتباط باشد و برای اثربخشی بیشتر لازم است ملاحظات و تنوع فرهنگی در آن رعایت شود (برجلی و همکاران، ۱۳۹۷؛ رحیمی صادق و همکاران، ۱۳۹۸).

همچنین فرهنگ بر نحوه یادگیری، تعامل، برقراری ارتباط و حل تعارض تأثیر می‌گذارد و اگر فرهنگ افراد در طراحی و ارائه آموزش گنجانده نشود، انتقال یادگیری احتمالاً به حداقل می‌رسد، زیرا شرکت کنندگان به طور مؤثر یاد نمی‌گیرند (بریون^۷، ۲۰۲۲). توجه به مسائل بومی، راهکارهای تجربی و عرفی و عناصر فرهنگی مختص به جامعه و زیست‌بوم و نیز توجه به تنوع فرهنگی در آموزش‌های رسمی و غیررسمی مورد تأیید روانشناسان و سیاستگذاران تربیتی است و عدم تناسب آموزش مهارت‌ها با فرهنگ و سبک زندگی مردم ممکن است موجب مداخلات بیشتر و بغرنج شدن مسائل به دلیل تعارضات هویتی و فرهنگی و تفاوت در سبک زندگی مراجعین با اطرافیانش شود. در نتیجه، لازم است سیاستگذاران و نویسندگان کتاب‌های آموزشی فرهنگ بومی را در هر مرحله از فرایند انتقال یادگیری، از پیش آموزش تا پیگیری، در نظر بگیرند (کافارلا^۸ و دافرن^۹، ۲۰۱۳).

1. Agila
2. Jayachithra
3. Atherton
4. Bakir-Demir
5. Liyanage
6. Thowfeek
7. Brion
8. Caffarella
9. Daffron

اکثر مردم ایران، علاوه بر برخورداری از فرهنگ و هویت ایرانی، مسلمان نیز هستند و ساختار حکومت نیز طبق قانون اساسی جمهوری اسلامی است. در نظرسنجی‌های مختلف، از جمله در موج هفتم پیمایش جهانی ارزش‌ها^۱ که مابین سال‌های ۲۰۱۷ تا ۲۰۲۰ میلادی (۱۳۹۶-۱۳۹۹) انجام شد، ۹۶٫۶٪ از ایرانیان خود را معتقد به دین معرفی کرده‌اند. صاحب‌نظران متعددی در کشور به بررسی مهارت‌های مناسب برای افراد و خانواده‌ها از جنبه فرهنگ اسلامی و فرهنگ بومی پرداخته‌اند، از جمله پژوهش‌های متعددی در زمینه لزوم انطباق مفاهیم روان‌شناختی با فرهنگ ایرانی-اسلامی انجام شده است (اسدی، ۱۴۰۱؛ اسکندری، ۱۳۹۶؛ حاتمیان و همکاران، ۱۴۰۱؛ فلاح‌زاده و همکاران، ۱۳۹۸؛ مازندرانی و همکاران، ۱۳۹۹). پژوهش‌های معاصر متکی بر تجمیع تحقیقات علمی نیز حاکی از آن است که دین نقش پررنگی دارد و استفاده از معنویت، درمان مراجعان را تسهیل می‌کند و به روان‌درمانگران در درمان یاری می‌رساند (اسپیلکا^۲ و لدا^۳، ۲۰۱۲)؛ به علاوه، با توجه به اینکه پایه‌های انسان‌شناختی جوامع از لحاظ فرهنگی و هویتی با یکدیگر متفاوت است، آنچه بومی‌سازی را الزامی می‌کند، بروز بحران و تغییر در علوم انسانی طی زمان و عدم انطباق سنت‌های تحقیقی و ارزش‌های جوامع و تفاوت نیازها و سیاست‌گذاری با دیگر جوامع است؛ از این رو، برای سازگاری با محیط جامعه لازم است مفاهیم و علوم انسانی بومی شوند (شیرخانی و سبزی، ۱۳۹۸).

علاوه بر نکات فوق که آموزش مهارت‌های زندگی متناسب با زیست‌بوم و ارزش‌های فرهنگی کشور، اعم از فرهنگ بومی ایران و فرهنگ دینی اسلام، را توصیه می‌کند، بر اساس «سیاست‌های کلی سلامت» ابلاغی توسط رهبر معظم انقلاب در تاریخ ۱۳۹۳/۰۱/۱۸، ارتقاء سلامت روانی جامعه با ترویج سبک زندگی ایرانی-اسلامی، تحکیم بنیان خانواده، رفع موانع تنش‌آفرین در زندگی فردی و اجتماعی، ترویج آموزه‌های اخلاقی و معنوی و ارتقاء شاخص‌های سلامت روانی جزو سیاست‌های نظام سلامت و از وظایف وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی قرار گرفته است. یکی از الزامات این امر ابتدای طراحی و محتوای آموزشی بر نیازها و ملاحظات فرهنگ ایرانی-اسلامی است. محتوای آموزشی منتشرشده توسط نهادهای بین‌المللی، همچون سازمان بهداشت جهانی و کشورهای غربی، مبتنی بر ارزش‌ها و مفروضاتی است که غالباً در غرب مورد پذیرشند، از

1. World Values Survey
2. Spilka
3. Ladd

این رو هدف پژوهش حاضر بررسی و بازبینی محتوای آموزشی کنونی مهارت‌های زندگی در نظام مراقبت‌های بهداشتی اولیه^۱ کشور، با تمرکز بر بررسی انتقادی و تعیین میزان انطباق و تناسب آن با فرهنگ ایرانی - اسلامی است. لذا تلاش شده است محتوای بسته‌های آموزشی فعلی بر اساس ۳ مؤلفه روزآمدی و جامعیت علمی، تناسب با آموزه‌های اسلامی و تناسب با نیازهای بومی، به صورت تفکیک شده سنجیده شوند.

روش پژوهش

برای بررسی دقیق و کیفی محتوای آموزشی نظام مراقبت‌های بهداشتی اولیه در زمینه مهارت‌های زندگی، روش مرور انتقادی^۲ انتخاب شد. مرور انتقادی یکی از اشکال مرور متون است که به ارزیابی انتقادی و تحلیل تفسیری متون موجود در یک موضوع مشخص می‌پردازد و هدفش نشان دادن نقاط قوت و ضعف، تضادها، تناقض‌ها و ناسازگاری در بخش‌های مختلف مطالعات مورد بررسی، از جمله نظریه‌ها، فرضیات، روش‌ها و نتایج آنهاست و لذا فراتر از خلاصه و توصیف است. یک مرور انتقادی خوب به دنبال آگاه ساختن سازنده سایر محققان در مورد نقاط ضعف تحقیقات است و تلاش می‌کند با تمرکز و جهت‌دهی به مطالعات آینده، موجب ارتقای دانش مورد بررسی شود (یغمائی، ۲۰۲۲). گام‌های مختلفی در این روش طی می‌شود که به موضوع، حوزه کاری، متن و اهداف بستگی دارد. پژوهش‌های مرور انتقادی در منابع روان‌شناسی، فرایندی هفت‌مرحله‌ای را توصیه می‌کند: انتخاب و تعریف موضوع بررسی، شناسایی منابع متون علمی مرتبط، انتخاب و لغو انتخاب ادبیات برجسته، استخراج داده‌ها، تجزیه و تحلیل و ترکیب داده‌های استخراج شده، ارائه یافته‌ها، بررسی و در نهایت نتیجه‌گیری و توصیه‌ها (دی کلرک^۳ و پرتوریوس^۴، ۲۰۱۹). این کار با خواندن انتقادی متون و خلاصه‌برداری از ادبیات بررسی شده آغاز می‌شود و پس از سازماندهی، در نهایت از یک ماتریس شامل اطلاعات متون از قبیل نام مؤلف، اهداف و روش استفاده می‌کند (شاه^۵، ۲۰۱۸). راهبردهایی چون تعریف محدوده مورد بررسی، شناسایی منابع مرتبط، مرور ادبیات، یادداشت کردن مرورها و در نهایت به کارگیری ادبیات در مطالعه پیشنهادی برای یک مرور انتقادی خوب پیشنهاد

1. PHC: Primary Health Care

2. Critical Review

3. De klerk

4. Pretorius

5. Shah

می‌شود (کارنول^۱ و دالی^۲، ۲۰۰۱).

محتوایی که در این پژوهش مورد بررسی قرار گرفته شامل ۱۲ کتاب و کتابچه منتشر شده است که در جدول ۲ معرفی شده‌اند و توسط دفتر سلامت روانی، اجتماعی و اعتیاد وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در اختیار تیم پژوهش قرار گرفته است. اعضای تیم پژوهشی در یک تقسیم کار، ابتدا متون مورد نظر را هدفمند مطالعه کردند و خلاصه‌های دقیقی تهیه شد. در گام بعدی، هر پژوهشگر متن اختصاص یافته را با جدیدترین منابع معتبر و منتشر شده در آن موضوع در سطح جهان مورد بررسی قرار داد. در بخش اصلی پژوهش، محتواها با معیارهای اسلامی از نظر میزان انطباق با آموزه‌های اسلامی با استفاده از گزاره‌های معتبر دینی و نتایج پژوهش‌های روان‌شناسی اسلامی، و با اقتضائات و ویژگی‌های زیست‌بوم ایران و مناطق مختلف کشور مورد بررسی و مقایسه قرار گرفتند. با توجه به هدف تحقیق، متون انتخابی با دو معیار اسلامی بودن و تناسب با فرهنگ بومی ایران سنجیده شدند. به دلیل آنکه متون برگرفته از منابع علمی و در بستری تخصصی منتشر شده‌اند، معیار روزآمدی، جامعیت و کاربردی بودن نیز به دو معیار فوق اضافه شد تا متن‌های انتخابی از ۳ جهت مورد بررسی قرار گیرد.

ابعاد و جزئیات این ۳ شاخص از طریق روش گروه کانونی واحد^۳ تعیین شد. روش گروه کانونی اغلب به عنوان رویکردی کیفی برای به دست آوردن درک عمیق از مسائل اجتماعی استفاده می‌شود. هدف این روش به دست آوردن داده‌ها از گروهی از افراد است که به طور هدفمند انتخاب شده‌اند. ویژگی کلیدی گروه کانونی واحد، به عنوان رایج‌ترین روش گروه کانونی، بحث تعاملی پیرامون موضوع توسط مجموعه‌ای از همه شرکت‌کنندگان و تیمی از تسهیلگران به عنوان یک گروه در یک مکان است. بر این اساس و با حضور ۷ نفر از صاحب‌نظران و روان‌شناسان فعال در آموزش مهارت‌های زندگی، خانواده و زوج‌درمانی، محورهای ذیل تهیه شد:

۱. روزآمدی، جامعیت و کاربردی بودن: بررسی میزان به‌روز بودن و تناسب محتواها با آخرین مطالعات و دستاوردهای علمی، از جمله استفاده از منابع و مباحث روز روان‌شناسی در جهان، روان‌پزشکی و سلامت روان؛ بررسی میزان جامعیت کار و نواقص احتمالی؛ بررسی شکلی و ظاهری بسته‌ها از نظر تناسب با مخاطب، میزان کاربردی،

1. Carnwell

2. Daly

3. Single Focused Group

جذابیت، روان و مفید بودن.

۲. اسلامی بودن: بررسی میزان تناسب محتوا، اعم از مسائل و راهکارها با فرهنگ اسلامی، آموزه‌های دینی، سبک زندگی مطلوب، از جمله اصول اخلاقی، احکام فقهی و اعتقادات؛ بررسی استفاده متون از آخرین یافته‌های روان‌شناسی اسلامی.

۳. بومی بودن: بررسی میزان سازگاری و تناسب محتواها با نیازها و اقتضانات زیست‌بوم ایران و مناطق مختلف کشور؛ توجه به نیازها و سبک زندگی مردم ایران از نظر جغرافیایی، فرهنگی و بومی؛ میزان تناسب راهکارها با فرهنگ مردم ایران.

جدول ۱ مشخصات محققان و روان‌درمانگران شرکت کننده در گروه کانونی واحد و اهم نظرات آن‌ها

مشخصات محقق یا روان‌درمانگر	اهم نظرات و محورهای اعضای شرکت کننده
۱ هیئت علمی اول با رتبه استادیاری دانشگاه	محتوا از نظر به‌روز بودن و تطابق راهکارها با آخرین یافته‌های تحقیقات مرتبط روان‌شناسی، روانپزشکی و علوم تربیتی بررسی شود.
۲ هیئت علمی دوم با رتبه استادیاری دانشگاه	محتوا از نظر تناسب با موضوعات و آموزه‌های اسلامی اعم از مباحث فقهی و اخلاقی و بهره‌مندی از یافته‌های روان‌شناسی اسلامی معاصر بررسی شود.
۳ مدرس دانشگاه با مدرک دکتری	علاوه بر بررسی محتوا از نظر روزآمدی، جامعیت و پوشش مناسب موضوع از ابعاد و نظریات روان‌درمانی مختلف مرور شود.
۴ روان‌درمانگر با مدرک دکتری	نحوه اولویت‌بندی مسائل و نیازها در سرفصل‌ها و همچنین میزان پوشش مشکلاتی که افراد و خانواده‌های ایرانی با آن درگیرند، بررسی شود.
۵ محقق اول در مقطع دکتری روان‌شناسی	لازم است از نظر تناسب با مخاطب عمومی به ویژه برخوردارانی از سبک نوشتاری روان و جذاب، شکل ظاهری و تمرین‌های مناسب بررسی شود.
۶ محقق دوم در مقطع دکتری روان‌شناسی	رعایت اقتضانات زیست‌بوم ایران، فرهنگ بومی مناطق مختلف به ویژه از نظر مسائل خانوادگی در محتوا بررسی شود.
۷ محقق سوم در مقطع دکتری روان‌شناسی	توجه به جزئیات و ابعاد سبک زندگی فردی و خانوادگی مردم و روابط بین آن‌ها، به ویژه از نظر رعایت سبک زندگی ایرانی و اسلامی، در محتوا واکاوی شود.

معیارهای فوق در منابع دیگر نیز سابقه دارد؛ از جمله بر اساس مصوبه کارگروه تحول در روان‌شناسی شورای تخصصی تحول و ارتقای علوم انسانی مندرج در فصل اول از «برنامه درسی مقطع کارشناسی رشته روان‌شناسی»، که در مورخ ۱۳۹۱/۱۲/۱۳ به تأیید و ابلاغ شورای برنامه‌ریزی آموزش عالی رسیده، بخش‌های مختلف روان‌شناسی اعم از سرفصل‌ها تا چارچوب‌ها و روش‌های درمانگری و مشاوره نیازمند تحول مبتنی بر سه راهبرد غنی‌سازی، بومی‌سازی و ارزش‌مداری هستند. منظور از غنی‌سازی مقایسه محتوای آموزشی با جایگاه فعلی روان‌شناسی در جهان و جبران تأخیرها و کمبودهای موجود از جمله از نظر روزآمدی و جامع‌نگری است. منظور از بومی‌سازی تناسب و هماهنگی دانش موجود با فرهنگ، تمدن و جامعه ایران است که شامل بخش‌های مختلفی از جمله نیازسنجی و توزان جنسیتی است. همچنین ارزش‌مداری را با توجه به پذیرش مبانی ارزشی دین اسلام (باورها، مناسک و اخلاقیات) در جامعه اسلامی توصیه می‌کند تا مباحث متضاد با مبانی اسلامی اصلاح گردد و از ظرفیت‌های علمی منابع اسلامی در متون آموزشی استفاده شود. در نهایت، بعد از بررسی متون بر اساس شاخص‌های فوق، در پایان جمع‌بندی و پیشنهادها بر اساس مشارکت جمعی تیم پژوهشی تدوین شد.

آموزش مهارت‌های زندگی (ویژه کارشناسان سلامت روان) شامل کتاب‌ها و کتابچه‌هایی برای آموزش ۱۰ مهارت: خودآگاهی و همدلی، ارتباط مؤثر، مدیریت خشم، روابط بین‌فردی، رفتار جرأت‌مندانه، خلق منفی، مدیریت استرس، مدیریت زمان، تفکر نقاد و مهارت حل مسئله برای بزرگسالان بالای ۱۸ سال و نیز دو کتاب شامل مهارت‌های زندگی کودکان ۶ تا ۱۲ سال و مهارت‌های زندگی زناشویی است. در پیشگفتار، مهارت‌های زندگی و «مجموعه‌ای از توانایی‌هایی که قدرت سازگاری و رفتار مثبت و کارآمد را افزایش می‌دهد» تعریف شده است که «باعث می‌شود افراد مسئولیت‌های مربوط به نقش اجتماعی خود را بپذیرند، بدون صدمه زدن به خود و دیگران با چالش‌ها و مشکلات زندگی روبه‌رو شوند، و انتخاب‌ها و رفتارهای سالمی در سراسر زندگی داشته باشند» (موتابی و فتی، ۱۳۹۱ الف، ص ۳).

جدول ۲ فهرست کتاب‌ها و کتابچه‌های آموزشی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی برای مهارت‌های زندگی

ردیف	عنوان کتاب	مؤلفان	ناشر	تاریخ نشر	صفحات	هدف
۱	مهارت خودآگاهی و همدلی	شهرام محمدخانی	میانکوشک	۱۳۹۱	۲۴ ص	آشنایی و توانمندسازی در زمینه خودآگاهی و همدلی
۲	ارتباط مؤثر	لادن فتی، فرشته موتابی	میانکوشک	۱۳۹۱	۲۰ ص	آشنایی و توانمندسازی در زمینه مهارت برقراری ارتباط مؤثر
۳	مدیریت خشم (نسخه جدید)	فهیمة فتحعلی لواسانی	میانکوشک	۱۳۹۵-۱۳۹۶	۶۰ ص	آشنایی با ماهیت خشم و چگونگی مدیریت مؤثر آن
۴	مهارت بین فردی	لادن فتی، فرشته موتابی	میانکوشک	۱۳۹۱	۳۲ ص	آشنایی و توانمندسازی در زمینه مهارت روابط بین فردی مؤثر
۵	رفتار جراثمدانه	فرشته موتابی، مهرداد کاظم زاده عطوفی	میانکوشک	۱۳۹۱	۲۸ ص	آشنایی و توانمندسازی در زمینه مهارت رفتار جراثمدانه
۶	خلق منفی	لادن فتی، فرشته موتابی	میانکوشک	۱۳۹۱	۲۰ ص	آشنایی با خلق منفی توانمندسازی در زمینه مقابله با خلق منفی
۷	مدیریت استرس (نسخه جدید)	فهیمة فتحعلی لواسانی	میانکوشک	۱۳۹۶	۵۶ ص	آشنایی با ماهیت استرس و برنامه جامع مدیریت استرس
۸	مدیریت زمان	لادن فتی، فرشته موتابی	میانکوشک	۱۳۹۱	۱۶ ص	آشنایی و توانمندسازی در زمینه مهارت مدیریت زمان
۹	حل مسئله	لادن فتی، مهرداد کاظم زاده	میانکوشک	۱۳۹۱	۲۰ ص	آشناکردن و توانمندسازی در زمینه مهارت حل مسئله
۱۰	تفکر نقاد	لادن فتی، فرشته موتابی	میانکوشک	۱۳۹۱	۲۸ ص	آشنایی و توانمندسازی در زمینه مهارت تفکر نقاد

ادامهٔ جدول ۲

هدف	صفحات	تاریخ نشر	ناشر	مؤلفان	عنوان کتاب	
در دو کتابچه: راهنمای آموزش برای مربیان و کتاب کار برای مراجعان	۱۱۱ص	۱۳۹۸-۱۳۹۷	-	مژگان خادمی، رزیتا داوری آشتیانی، کتابون رازجویان، زهرا شهریور، الهام شیرازی، فریبا عربگل، مریم کوشا، جواد محمودی قرایی	مهارت‌های زندگی کودکان ۶ تا ۱۲ سال	۱۱
آشنایی و توانمندسازی در زمینهٔ زناشویی	۱۵۶ص	۱۳۹۵	-	فهیمة فتحعلی لواسانی	مهارت‌های زندگی زناشویی	۱۲

یافته‌ها

الف) میزان تناسب با تحقیقات معتبر، روزآمد و کاربردی

۱. از نظر جامعیت و پوشش موضوعات: تعداد زیادی از متون برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی، مطالب را به صورت ناقص بیان کرده‌اند و بخش‌های مهمی را پوشش نداده‌اند یا گذرا رد شده‌اند؛ به عنوان نمونه، در کتاب *حل مسئله* (فتی و کاظم‌زاده، ۱۳۹۱) صرفاً یکی از راه‌های حل مسئله بیان شده است؛ کتاب *خلق منفی* (موتابی و فتی، ۱۳۹۱ ج) صرفاً بر افسردگی آن هم فقط مراحل اول درمان شناختی-رفتاری متمرکز شده است و به بقیهٔ حالات اشاره‌ای نمی‌کند؛ کتاب *مهارت‌های زناشویی* (فتحعلی لواسانی، ۱۳۹۵) از روابط زناشویی مابین همسران غفلت کرده است؛ کتاب *رفتار جرأت‌مندانه* (موتابی و کاظم‌زاده عطوفی، ۱۳۹۱) بیشتر به روش اجرای نمایش گروهی به جای آموزش فردی توجه کرده است.

۲. از نظر به‌روز بودن: به جز ۴ مورد از متون منتشر شده که در سال‌های ۱۳۹۵ یا ۱۳۹۸ منتشر شده‌اند، مابقی منابع در ابتدای دههٔ ۹۰ منتشر شده‌اند که بیش از ۱۲ سال از انتشار آن‌ها گذشته است و نیازمند به‌روزرسانی با آخرین یافته‌های روان‌شناسی هستند. البته با توجه به اینکه این کتاب‌ها فاقد فهرست منابعند، نمی‌توان با رجوع به تاریخ انتشار آن‌ها در مورد به‌روز بودن نظریه‌ها و یافته‌های مورد استفاده در زمان انتشارشان قضاوت دقیق‌تری

داشت. با توجه به اینکه در سالیان اخیر محورهای انتخابی برای آموزش مهارت‌های زندگی تغییر کرده، لازم است موضوعات انتخابی روزآمد شوند.

۳. از نظر پوشش جامعه مخاطب: محتوای فوق بخش مهمی از مخاطبان، شامل نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ سال و نیز سالمندان را نادیده گرفته است و برای آموزش به این گروه‌های سنی کتابی آموزشی تدوین نکرده است.

۴. از نظر توجه به تفاوت‌های جنسیتی: توجه به تفاوت‌های جنسیتی دختر و پسر و نقش‌های متفاوت زن و مرد در آموزش‌های فوق جایی ندارند و اغلب محتواها بدون توجه به جنسیت مخاطب و به صورت یکسان نگاشته شده‌اند.

۵. از نظر برخورداری از چارچوب استاندارد کتاب‌های راهنما یا کار: در تدوین کتاب‌ها از اسلوب کتاب‌های راهنما یا کتاب کار استفاده نشده است و هرچند در پیشگفتارها قید شده که برای کارشناسان سلامت روان نگاشته شده است، اما در عمل، محتوا و سبک نوشتاری و مثال‌ها در تشخیص مخاطب واقعی متن‌ها ابهام ایجاد می‌کنند که آیا برای کارشناس سلامت روان نگاشته شده‌اند یا برای مخاطب عمومی.

ب) میزان تناسب با آموزه‌های فرهنگ اسلام

۱. از نظر توجه به نقش دین در آرامش و خودمدیریتی: در متون آموزشی مربوط به مقابله با استرس و خُلق منفی به نقش دین در آرامش و خودمدیریتی اشاره چندانی نشده است.

۲. از نظر توجه به نقش دین در خودمهارگری: متون آموزشی فوق فاقد مباحث اخلاقی و دینی درباره مدیریت خشم و یا توصیه‌ها و راهکارهای دینی برای جرأت‌ورزی هستند.

۳. از نظر توجه به نقش دین در مسائل زناشویی و حل تعارضات زوجین: در محتوای آموزشی مهارت‌های زناشویی (فتحعلی لواسانی، ۱۳۹۵) از آموزه‌های اسلامی استفاده نشده است.

۴. از نظر توجه به نقش دین در خودآگاهی: آموزش مهارت خودآگاهی (محمدخانی، ۱۳۹۱) فاقد اشاراتی به آموزه‌های اسلامی در زمینه خودآگاهی و خودشناسی است.

۵. از نظر توجه به نقش دین در مواجهه با مسائل: آموزش‌های مرتبط با حل مسئله و نحوه مواجهه با مشکلات شامل مدیریت حل مسئله (فتی و کاظم‌زاده، ۱۳۹۱)، مهارت تفکر نقاد (موتابی و فتی، ۱۳۹۱) و مدیریت زمان (موتابی و فتی، ۱۳۹۱) توجهی به منابع اسلامی و توصیه‌های عملی آن نداشته‌اند.

۶. از نظر توجه به نقش دین در مهارت‌های ارتباطی: آنچه در بخش‌های مختلف مهارت‌های زندگی مشاهده می‌شود اولاً فقط به نقش ارتباط فرد با دیگران در قالب مهارت‌های ارتباطی مؤثر و مهارت‌های بین‌فردی مؤثر می‌پردازد و بقیه انواع ارتباطات (با خدا، هستی یا طبیعت و خود) را نادیده گرفته‌اند. ثانیاً به رعایت اخلاق و مهارت‌های بین‌فردی نمی‌پردازد.

ج) میزان تناسب با فرهنگ بومی ایران

۱. از نظر انتخاب عناوین مهارت‌ها برای آموزش و توجه به نیازهای بومی: مقایسه عناوین محتوای آموزش مهارت‌های زندگی با فهرست جهانی و اولویت‌های داخلی نشان می‌دهد به موضوعات مهمی مانند «تصمیم‌گیری» پرداخته نشده است.
۲. از نظر پرداختن به مصادیق و مشکلات عینی جامعه ایران: در بسته آموزشی از مثال‌های عینی و مصادیق واقعی به‌ویژه در بخش بزرگسالان و خانواده‌های ایرانی، استفاده نشده و تنها در ابتدای برخی کتابچه‌ها از اسامی ایرانی در مثال‌ها استفاده شده است؛ مثلاً به جای سؤالاتی مثل «آیا زمین مسطح است؟ آیا سقط جنین اشتباه است؟ آیا مردها باید نان‌آور و زن‌ها باید خانه‌دار باشند؟» (موتابی و فتی، ۱۳۹۱، ص ۲۴) می‌شد سؤالات متناسب‌تری با جامعه ایران انتخاب کرد.
۳. از نظر توجه به تفاوت‌های بومی، قومیتی و خرده‌فرهنگ‌های مناطق مختلف: محتوای آموزشی مهارت‌های زندگی به تفاوت‌های قومیتی توجهی نکرده و آموزش مهارت‌ها برای تمام استان‌ها به صورت یکسان نگاشته شده است.
۴. از نظر بهره‌مندی از رویکرد روان‌شناسی فرهنگی در استفاده از نظریات جهانی: محتوای آموزشی مهارت‌های زندگی بر اساس نظریات و منابع رایج جهانی نگاشته شده که غالباً برگرفته از فضای فرهنگی کشورهای غربی به عنوان کشورهای پیشرو در روان‌شناسی مدرن است؛ به عنوان مثال، تواضع، تعارف و پیرو بودن در فرهنگ ایرانی همواره بد نیست و در برخی موقعیت‌ها نشانه ادب و احترام است و نبودن آن به معنای گستاخی است. اما در رفتار جرأت‌مندان (موتابی و کاظم‌زاده عطوفی، ۱۳۹۱) تفکیکی بین جرأت‌ورزی در مقابل کودک، بزرگسال یا فرد سالمند قائل نشده است.
۵. از نظر توجه به نقش نمادها و تصاویر بومی: تصاویر استفاده‌شده در کتاب‌ها متناسب با فرهنگ ایرانی - اسلامی نیستند. تصاویر بومی نیستند و ظاهر شخصیت‌های

- طراحی شده غیرایرانی است و خانم‌ها بدون پوشش اسلامی ترسیم شده‌اند.
۶. از نظر رعایت زبان فارسی معیار: کلمات مندرج در متن و تصاویر انگلیسی است.
۷. از نظر بهره‌گیری از ظرفیت ضرب‌المثل‌ها: جای عنصر فرهنگی قدرتمندی چون ضرب‌المثل در محتوا خالی است.
۸. از نظر بهره‌گیری از مهارت‌های ارتباطی غیر کلامی بومی: با وجود اهمیت زبان بدن، در متون فوق مخصوصاً در روابط زوجین صرفاً اشاره‌ای کوتاه به ارتباطات غیر کلامی شده است (فتحعلی لواسانی، ۱۳۹۵). اما رفتار جرأت‌مندانه (موتابی و کاظم‌زاده عطوفی، ۱۳۹۱) و سایر مهارت‌ها فاقد محتوایی پیرامون زبان بدن هستند.

جدول ۳ خلاصه یافته‌های پژوهش

شاخص	یافته‌ها
میزان تناسب با تحقیقات معتبر، روزآمد و کاربردی	فقدان جامعیت و پوشش اهم موضوعات. به‌روز نبودن. عدم پوشش کامل جامعه مخاطب (به‌ویژه نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ سال و سالمندان). کم توجهی به تفاوت‌های جنسیتی. فاصله داشتن با چارچوب استاندارد یک کتاب راهنما یا کار.
میزان تناسب با آموزه‌های فرهنگ اسلام	کمرنگ دیدن نقش دین در آرامش و خودمدیریتی. کمرنگ دیدن نقش دین در خودمهارگری. کمرنگ دیدن نقش دین در مسائل زناشویی و حل تعارضات زوجین. کمرنگ دیدن نقش دین در خودآگاهی. کمرنگ دیدن نقش دین در مواجهه با مسائل. کمرنگ دیدن نقش دین در اخلاق معاشرت و مهارت‌های ارتباطی.
میزان تناسب با فرهنگ بومی ایران	انتخاب عناوین مهارت‌های زندگی برای آموزش صرفاً بر اساس تحقیقات جهانی و کم توجه به نیازهای بومی. نپرداختن به مصادیق و مشکلات عینی جامعه ایران. بی توجهی به تفاوت‌های بومی، قومیتی و خرده‌فرهنگ‌های مناطق مختلف. در نظر نگرفتن رویکرد روان‌شناسی فرهنگی در استفاده از نظریات جهانی. کمرنگ بودن نمادها و تصاویر بومی. توجه ناکافی به زبان فارسی. عدم بهره‌مندی از ظرفیت ضرب‌المثل‌ها. بهره‌گیری ناکافی از آموزش مهارت‌های ارتباطی غیر کلامی.

بحث و نتیجه‌گیری

الف) میزان تناسب با تحقیقات معتبر، روزآمد و کاربردی

۱. فقدان جامعیت و پوشش اهم موضوعات: برنامه‌های آموزشی استاندارد جهانی تلاش دارند اصلی‌ترین سرفصل‌ها را در خود بگنجانند و اولویت‌ها را به مخاطب عرضه کنند و لذا شاهد محورهایی هستیم که فقدان آن‌ها در متون آموزشی فوق مشهود است. به عنوان نمونه، (۱) کتاب *مهارت خودآگاهی و همدلی* (محمدخانی، ۱۳۹۱) می‌توانست تلاش برای کسب تفکر دیگرگرا را نیز پوشش دهد، (۲) در مطالعات جدید مهارت بین‌فردی به مؤلفه‌هایی مانند توانایی نه گفتن، آگاهی از حقوق فردی، مهارت‌های شروع و خاتمه مکالمه، مهارت‌های مذاکره، فهم انواع هیجانات و جلوه‌های مختلف هیجان در انسان نیز اشاره می‌شود و بهتر بود در کتاب *موتابی و فتی* (۱۳۹۱ب) به آن‌ها پرداخته می‌شد، (۳) کتاب *مهارت ارتباط مؤثر* (موتابی و فتی، ۱۳۹۱الف) می‌توانست سرفصل‌های مهارت‌های تن‌آرامی، مذاکره، بازخوردگیری، خودآگاهی، قاطعیت و کنترل خشم را نیز پوشش دهد، (۴) کتاب *حل مسئله* (فتی و کاظم‌زاده، ۱۳۹۱) می‌توانست مانند کتاب‌های استاندارد این حیطه، به یک مهارت اکتفا نکند و به مجموعه مهارت‌های مورد نیاز و راه‌های مختلف اشاره کند، (۵) کتاب *خلق منفی* (موتابی و فتی، ۱۳۹۱ج) می‌توانست مانند مطالعات جدید به موارد ارزشمندی چون تقویت عاطفه مثبت، صحبت با بقیه و مدل‌گیری اجتماعی نیز اشاره کند، (۶) کتاب *رفتار جرأت‌مندانه* (موتابی و کاظم‌زاده عطوفی، ۱۳۹۱) می‌توانست به روش‌های جدیدی مانند آموزش ذهن‌آگاهی که به قاطع بودن کمک می‌کند نیز اشاره کند، (۷) در نهایت جای تبیین سبک‌های ارتباطی و باورهای ارتباطی زوجین که منجر به دلزدگی و آسیب پایدار در روابط زوجین می‌شود، در مهارت‌های زناشویی (فتحعلی‌لواسانی، ۱۳۹۵) خالی است (مثل نریمانی و همکاران، ۱۳۹۴)؛ برای مثال، بر اساس فراتحلیل علل شخصیتی و ارتباطی طلاق، نامشخص بودن انتظارات یا انتظارات رمانتیک‌گونه زوجین به عنوان پیش‌بینی‌کننده‌های طلاق شناسایی شده‌اند (اسدی و همکاران، ۱۳۹۸). لذا ایجاز متون جامعیت را زیر سؤال برده و بعضاً موجب ابهام در مطالب و سرفصل‌ها شده است.

۲. به‌روز نبودن: سیاستگذاران، محققان و سازمان‌های آموزشی به سیاست‌های آموزشی جدیدی اشاره می‌کنند که هدف آن توسعه مهارت‌ها و دانش گسترده و قابل انتقال است که اغلب به عنوان «مهارت‌های قرن ۲۱» نامیده می‌شود (آگیلا و جایاچیترا،

۲۰۲۳). به عنوان نمونه سازمان همکاری اقتصادی و توسعه^۱ سه نوع متمایز از مهارت‌ها را به شرح زیر شناسایی کرده است: مهارت‌های شناختی و فراشناختی که شامل تفکر انتقادی، تفکر خلاق، یادگیری برای یادگیری و خودتنظیمی است؛ مهارت‌های اجتماعی و عاطفی از جمله همدلی، خودکارآمدی، مسئولیت‌پذیری و همکاری و مهارت‌های عملی و فیزیکی شامل استفاده از وسایل جدید فناوری اطلاعات. خلأ وجود چنین مهارت‌هایی در محتوای مورد بررسی برخلاف بسته‌های آموزشی استاندارد و جدید مشهود است.

۳. عدم پوشش کامل جامعه مخاطب (به‌ویژه نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ سال و سالمندان): نوجوانی مرحله حساس و حیاتی برای رشد از کودکی تا بزرگسالی است و تغییرات متعدد جسمی، عاطفی و اجتماعی در این دوران شکل‌گیری نوجوانی رخ می‌دهد (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۱۵). این تغییرات می‌تواند نوجوانان را در برابر مشکلات سلامت روان آسیب‌پذیر کند. تقریباً نیمی از این مشکلات قبل از ۱۴ سالگی شروع می‌شود (چرارا^۲ و همکاران، ۲۰۱۳). موقعیت‌های مربوط به سلامت روان و اختلالات مربوط به آن ۱۶٪ از بار جهانی بیماری و آسیب را در میان نوجوانان تشکیل می‌دهد (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۱۵)؛ علاوه بر این، نشان داده شده که این مشکلات خطر عواقب نامطلوب، مانند عملکرد آموزشی پایین و افزایش احتمال بروز رفتارهای پرخطر مانند اعتیاد را افزایش می‌دهد (ملک^۳ و خلیفه^۴، ۲۰۱۸). سالمندی نیز پدیده‌ای جهانی است و می‌بایست توجه جدی به تغییرات مهمی داشت که در افراد ایجاد می‌شود (ساندرسون^۵ و شربوف^۶، ۲۰۱۵). وضعیت در ایران نیز مشابه است (مرحمتی و فولادچنگک، ۱۳۹۶). سالمندان نیز باید از سلامت جسمانی، ذهنی و اجتماعی برخوردار باشند و شایسته‌ای برخوردار باشند. اما با وجود آنکه استفاده از کارگاه‌های مهارت‌زندی می‌تواند به افزایش احساسات مثبت در سالمندان کمک کند (رجیبی و اسلمی، ۱۳۹۷)، بسته آموزشی فوق برای این رده سنی محتوایی ندارد.

۴. کم توجهی به تفاوت‌های جنسیتی: توجه به تفاوت‌های جنسیتی و نقش زن و مرد در پژوهش‌های روان‌شناسی مرتبط با مهارت‌های زندگی نیز بسیار مورد توجه است و علاوه بر اینکه می‌تواند به اثربخشی بیشتر کمک کند، در برخی مواقع لازم است مردان و

1. OECD
2. Charara
3. Malak
4. Khalifeh
5. Sanderson
6. Scherbov

زنان به طور جداگانه مورد آموزش اختصاصی قرار گیرند؛ به عنوان نمونه، مردان کمتر به گوش دادن و بیشتر به یافتن راه‌حل گرایش دارند، اما زنان از گوش دادن فعال، تأیید و پرسیدن سؤال‌های مرتبط استفاده می‌کنند (شعاع کاظمی، ۱۳۹۷). به عنوان یک نمونه دیگر، پژوهش حبیب‌زاده (۱۳۹۲) نشان داد در مسائل خانوادگی، دختران ۳ برابر پسران در مشکلات تحصیلی، پسران ۲/۵ برابر دختران و در افسردگی، پسران ۲ برابر دختران به مراکز مشاوره مراجعه می‌کنند. پژوهش دیگری (شریف^۱، ۲۰۲۳) نشان داد که با مداخله مهارت‌های زندگی، علائم افسردگی در مردان کمتر شد، اما در زنان نه. به طور مشابه، ادبیات قبلی وجود نابرابری جنسیتی را در نوجوانانی که مشکلات درونی‌سازی و بیرونی‌سازی را تجربه کرده‌اند، مشخص کرده است و زنان عموماً واکنش‌های عاطفی بیشتری نسبت به موقعیت‌های استرس‌زا نشان دادند، در حالی که مردان پاسخ‌های شناختی بیشتری از خود نشان دادند (معینی و همکاران، ۲۰۱۹). در همین حال، مردان نسبت به زنان مهارت‌های بیشتری را تمرین می‌کنند و علائم عاطفی خود را بهتر از زنان تنظیم می‌کنند. زنان از حمایت اجتماعی به عنوان یک روش مقابله‌ای استفاده می‌کردند، حتی اگر مشاهده شده که زنانی که به دنبال حمایت اجتماعی بودند، بیشتر در معرض مشکلات سلامت روان بودند، اما مردان نه (وو^۲ و لی^۳، ۲۰۲۰).

۵. فاصله داشتن با چارچوب استاندارد یک کتاب راهنما یا کار: در کتاب‌های آموزشی فوق، شاهد ابهام و اعوجاج در تشخیص مخاطب هستیم. از یک سو، برخلاف کتاب‌های راهنمایی که برای متخصصان و کارشناسان سلامت روان نگاشته می‌شوند، کتاب‌ها و کتابچه‌های فوق فاقد تکنیک‌های تخصصی، توصیه‌های لازم و معرفی منابع بیشتر به کارشناس سلامت روان به عنوان مشاور خانواده‌ها و مجری کارگاه‌ها است، و از سوی دیگر برخلاف کتاب‌های خودیاری یا کتاب کار که برای مخاطب عمومی و به زبان عمومی و جذاب نگاشته می‌شوند، فاقد تکالیف فردی است و با زبان کاملاً سلیس نگاشته نشده است.

(ب) میزان تناسب با آموزه‌های فرهنگ اسلام

با توجه به اکثریت مسلمان جامعه ایران، توجه به هویت دیندارانه مردم ایران می‌تواند به اثربخشی محتوای آموزشی مهارت‌های زندگی کمک کند؛ علاوه بر این، بررسی محتوای

1. Sherif
2. Wu
3. lee

آموزشی مهارت‌های زندگی از نظر فرهنگ اسلامی، از دو وجه دیگر نیز اهمیت دارد: اولاً از آنجا که فرهنگ اسلام بخش‌های مهمی از زندگی عموم مردم و سبک زندگی آن‌ها را شکل داده و احاطه نموده است، ذهن مخاطب ایرانی سرشار از آموزه‌های اسلامی است که ممکن است آن‌ها را پذیرفته یا نپذیرفته باشد، ولی در هر حال با آن‌ها پیوسته درگیر است. مسائل مهمی مانند رابطه با جنس مخالف، صلۀ رحم، پوشش، ظن و گمان، وسواس، ناامیدی، تعارضات مالی و اختلافات دینی، مسائل فقهی و حقوقی زوجین وجود دارد که در تحقیقات روان‌شناسی مبتنی بر مبانی اسلامی قابل بررسی هستند و در محتوای مهارت‌های آموزشی می‌توان به آن‌ها پرداخت. ثانیاً برای خیلی از مسائل پیرامون خانواده و زندگی در منابع اسلامی، نکات سودمندی ذکر شده و در دوران معاصر شاهد افزایش تلاش‌ها برای پژوهش در زمینه بررسی مشکلات و اختلالات و ارائه راهکارهای درمانی برآمده از اسلام هستیم. نتایج این دسته از تحقیقات نه تنها برای دینداران، که حتی برای مراجعان غیرمتدین نیز می‌تواند سودمند باشد.

۱. کمرنگ دیدن نقش دین در آرامش و خودمدیریتی: فرهنگ اسلام برخوردار از راهکارهای فردی سودمند برای مقابله با رفتارهای ناخواسته، ناپسند و استرس‌زا است. این امکان فراهم بود که محورهایی مانند توجه به خدا در هنگام مصیبت و نعمت، گرفتاری دیگران، بی‌توجهی به گذشته، عدم نگرانی نسبت به آینده و استمداد از امور معنوی نیز گنجانده شود.

۲. کمرنگ دیدن نقش دین در خودمهارگری: در زمینه مدیریت خشم، تحمل ناکامی‌ها و جرأت‌ورزی، منابع اخلاقی اسلام توصیفات و نکات مفیدی دارند که می‌توانند راهنمای مناسبی در زمان مواجهه با موقعیت‌های خاص، هم از حیث راهکارها و هم از حیث ارائه الگوهای مناسب، باشند و می‌توانستند بخشی از محتوای آموزشی را به خود اختصاص دهند.

۳. کمرنگ دیدن نقش دین در مسائل زناشویی و حل تعارضات زوجین: اسلام بر خانواده و تشکیل آن تأکید زیادی دارد و مناسک دینی در موضوعات خانوادگی اعم از مراسم عقد، ازدواج، زناشویی، فرزندآوری، صلۀ رحم، نفقه و... نقش پررنگی دارند؛ ضمن اینکه ارزش‌های فرهنگی مختلف، باورهای مربوط به پوشش، باورهای مربوط به تعهد زناشویی و... که روی انتظارات افراد اثر می‌گذارد، از موارد پربسامدی است که ارزش بررسی در محتوای مهارت‌های آموزشی مربوط به خانواده و روابط خانوادگی را

دارند؛ به عنوان نمونه، اسمعیلی (۱۳۹۴) نشان داده ابعاد مختلف دین، از جمله اعتقاد، اعتماد و توکل به خداوند، در حل تعارضات زناشویی نقش درمان‌بخش دارند. پژوهش‌های خارجی نیز عوامل خوددرمان‌بخش مشابهی مانند جهت‌گیری دینی، صبر، تعهد، مسئولیت تقسیم‌شده و هویت فردی یافته‌اند که در ارتباط با حل تعارضات زوجین مفید است (مک کالو^۱ و همکاران، ۲۰۱۸). همچنین نگرش مذهبی افراد بر نوع انتظارات زوجین، ارتباط، و سازگاری آن‌ها اثر دارد (علیجانی و همکاران، ۱۳۹۷؛ رسولی و سلطانی‌گرد، ۱۳۹۱؛ یوسفی و همکاران، ۱۳۹۵).

۴. کمرنگ دیدن نقش دین در خودآگاهی: با وجود آنکه در منابع دینی خودآگاهی مقدمه‌ای بر خداآگاهی شمرده شده و آگاهی به خدا مستلزم آگاهی از خود است و نکات مبسوطی پیرامون علم‌النفس در منابع اسلامی موجود است، چنین مبحثی در مهارت‌های آموزش فوق‌گنجانده نشده است.

۵. کمرنگ دیدن نقش دین در مواجهه با مسائل: برای مواجهه با مشکلات و چگونگی حل آن‌ها، توصیه‌های مفیدی از جمله مشورت گرفتن در اسلام وجود دارد. همچنین برای نقد و مباحثه و به صورت کلی نحوه مواجهه با آراء مخالف، مؤلفه‌ها، روش‌ها و قالب‌هایی مانند مناظره معرفی کرده است که در آموزش مهارت‌های تفکر نقاد و ... مبتنی بر مبانی اسلامی به آن پرداخته می‌شود، اما خلاً آن در محتوای آموزشی فوق احساس می‌شود.

۶. کمرنگ دیدن نقش دین در اخلاق معاشرت و مهارت‌های ارتباطی: ارزش‌های اخلاقی به عنوان عامل مهم آرامش‌بخش در برون‌رفت از گیرودارهای پیچیده زندگی، امری حیاتی و سرنوشت‌ساز است؛ از این رو امروزه بازار منشورنویسی اخلاقی، اخلاق کاربردی و اخلاق حرفه‌ای در دنیا خیلی رایج است (محمدی، ۱۳۹۲). در فلسفه اخلاق، مسئولیت‌های چهارگانه افراد شامل در مقابل خدا، خویشان، هموعان و محیط زیست است و وظیفه در مقابل هموعان به عنوان فراگیرترین مسئله، ذیل اخلاق معاشرت مورد بحث قرار می‌گیرد و در اخلاق معاشرت اسلامی همه چیز در قالب اصل اعتدال در رفتار تحقق می‌یابد (محمدی، ۱۳۹۲). برخلاف کم‌توجهی متون آموزشی فوق، در اسلام شاهد رفتارها و مهارت‌های مختلف و مؤثری چون سلام، دست دادن، تکریم تازه‌وارد، اجتناب از تمسخر و استهزاء، اجتناب از بدگمانی، غیبت و نجوا، مدارا با هم‌نوعان، عفو و بخشش،

مسئولیت‌پذیری، عفت کلام، عذرخواهی، گذشت، شفافیت و گزیده‌گویی در کلام، لحن نرم و عاری از خشونت و در نهایت جرأت‌ورزی به معنی ابراز محکم و محترمانه هستیم.

ج) میزان تناسب با فرهنگ بومی ایران

هنگامی که از زاویه توجه به فرهنگ و زیست‌بوم یک کشور به آموزش مهارت‌های زندگی نگریسته شود، آنچه در درجه اول ضرورت دارد توجه به مسائل و مشکلات زندگی افراد و خانواده‌های آن کشور و نیازسنجی و پوشش نیازهای مهارتی آن‌ها در آموزش مهارت‌های زندگی است. لذا می‌بایست انتخاب مهارت‌ها، تعیین سرفصل‌ها، مثال‌ها و تمرین‌ها همگی بر این اساس تدوین شوند، و گرنه کاربردی و مؤثر نخواهد بود و مخاطب با آن احساس همدلی و نزدیکی نخواهد کرد، یا اگر بخواهد همدلانه جلو بیاید، تعارض با باورها و رسم و رسومات فرهنگی درونی‌اش اجتناب‌ناپذیر می‌شود و لذا در مسیر رشد و درمان با مسائل جدیدتری مواجه می‌گردد. در نتیجه، در درجه اول لازم است آموزش استاندارد مهارت‌های زندگی متناسب با مسائل و مشکلات زندگی در همان فرهنگ و جامعه باشد.

از سوی دیگر، ادبیات علمی رایج دنیا در موضوع مهارت‌های زندگی غالباً توسط صاحب‌نظرانی متفاوت با فرهنگ و نگرش ما نگارش یافته است. در نتیجه، برای اثربخشی بیشتر دستورالعمل‌های آموزشی، باید به بازتعریف و بازنویسی این مهارت‌ها بر اساس مبانی فرهنگ اسلامی ایرانی پرداخت. البته با توجه به سابقه طولانی نفوذ و گسترش اسلام در ایران و ممزوج شدن فرهنگ ایران و اسلام در یکدیگر، نمی‌توان به صورت واضح همه عناصر و مشخصه‌های فرهنگ اسلام و ایران در جامعه امروزی ایران را تفکیک کرد؛ علاوه بر این، رویکردی جامع‌نیاز است که به تفاوت‌های جنسیتی و دوره سنی نیز توجه داشته باشد. در هر صورت، به نظر می‌رسد محتوای آموزشی مهارت‌های زندگی توجه چندانی به بازگویی و طرح مشکلات زندگی رایج در جامعه ایران نکرده است و از این جهت جای نقد جدی دارد.

۱. انتخاب عناوین صرفاً بر اساس تحقیقات جهانی و کم‌توجه به نیازهای بومی: برای زندگی مؤثر در دنیای کنونی مهارت‌های مختلفی مورد نیاز است و مراکز مختلف، به‌ویژه نهادهای بین‌المللی مانند بهداشت جهانی، یونسکو و یونسف فهرستی از انواع مهارت‌ها پیشنهاد کرده‌اند که عبارتند از: خودآگاهی، همدلی، تفکر انتقادی، تفکر خلاق،

تصمیم‌گیری، حل مسئله، ارتباط مؤثر، روابط بین‌فردی، مقابله با استرس و مقابله با هیجانات. برخی از این مهارت‌ها در نظام‌های رسمی و در مدرسه آموزش داده می‌شوند اما کافی نیستند. همچنین تغییر سبک زندگی و گسترش فناوری‌های دیجیتال موجب شده این فهرست با تغییرات سریع‌تری همراه شود.

مقایسه عناوین با نیازهای فردی، خانوادگی و اجتماعی جامعه ایران نشان می‌دهد بهتر این می‌بود که عناوین مهارت‌ها و سرفصل‌های آموزش مهارت‌های زندگی با مسائل و نیازهای بومی مردم ایران هماهنگ‌تر باشد؛ به عنوان نمونه، به نظر می‌رسد آموزش مهارت‌هایی مانند مثبت‌اندیشی، پذیرش، بخشش و خودمدیریتی اهمیتی کمتر از مدیریت زمان و یا تفکر نقاد ندارند. در واقع نیازسنجی از مسائل مردم ایران که با آموزش مهارت‌ها می‌توان آن را بهبود بخشید، می‌تواند ما را به فهرست متناسب‌تری از مهارت‌های اولویت‌دار برای جامعه ایران به همراه سرفصل‌های جزئی‌تر برساند؛ مثلاً در مهارت‌های زناشویی (فتحعلی لواسانی، ۱۳۹۵) می‌شد به سرفصل‌های مرتبط‌تری چون باورها و انتظارات که در ثبات و تعهد زناشویی در جامعه ایرانی دخیل است، پرداخت؛ مواردی چون انتظارات مربوط به ارتباط با خانواده خود و خانواده اصلی، رازداری، استقلال مالی، فرزندپروری، صمیمیت، انتظارات جنسی، همکاری در خانواده و انتظارات مربوط به حمایت. مشابهاً در مورد باورها و ارزش‌های اجتماعی و فردی و خانوادگی، تقویت متقابل افراد برای ایجاد حس خوشایند در برقراری و ادامه ارتباط، نحوه حل تعارضات در زندگی، مانند تعامل با خانواده همسر، همدلی، مرزهای خانوادگی و زوجی، تعارض‌های فرزندپروری، تعارض در روابط جنسی و مشکلات جنسی صحبت به میان نیامده است.

۲. نپرداختن به مصادیق و مشکلات عینی جامعه ایران: ذیل سرفصل‌های منتخب محتوای آموزشی می‌شد از مثال‌هایی عینی و واقعی از مسائلی که خانواده‌های ایرانی در مراجعه به روان‌شناسان و روان‌پزشکان مطرح می‌کنند، استفاده نمود؛ به عنوان نمونه، در مبحث مهارت‌های زندگی بزرگسالان از جمله زناشویی لازم بود به موضوعاتی مانند سیر ازدواج (از آشنایی و خواستگاری گرفته تا نامزدی، عقد، و مراسم ازدواج)، فرزندآوری، سنن و عادت‌ها، انتظارات و نقش‌های جنسیتی، باورهای کلیشه‌ای خانواده‌های ایرانی درباره ازدواج، مشکلات جنسی، حریم شخصی و رازداری، رابطه با خانواده همسر، تفاوت‌های فرهنگی زوجین و خانواده‌های آن‌ها نیز پرداخته شود.

۲. بی‌توجهی به تفاوت‌های بومی، قومیتی و خرده‌فرهنگ‌های مناطق مختلف: توجه

به تفاوت‌های قومیتی نه تنها از جامعیت کار نمی‌کاهد که آن را سودمندتر و متنوع‌تر می‌سازد؛ مثلاً ارتباطات در قومیت‌ها و فرهنگ‌های مختلف، بعضاً به شیوه متفاوتی ظهور و بروز پیدا می‌کند، یا در طلاق، انتظارات افراد و شیوه ابراز احساسات در بافت‌های فرهنگی مختلف و خرده‌فرهنگ‌ها خیلی مهم است.

۳. در نظر نگرفتن رویکرد روان‌شناسی فرهنگی در استفاده از نظریات جهانی: برخلاف رویکرد جهانی^۱ نظریه‌های روان‌شناسی و یکسان‌انگاری در همه فرهنگ‌ها، در مطالعات روان‌شناسی فرهنگی به تعاملات افراد و فرهنگشان پرداخته می‌شود که فرهنگ انسان‌ها چگونه آن‌ها را شکل می‌دهد و بالعکس (کوهن^۲ و کیتایاما^۳، ۲۰۱۹). با توجه به اینکه محتوای مهارت‌های آموزشی بر اساس نظریات و منابع رایج جهانی نگاشته شده که غالباً برگرفته از فضای فرهنگی کشورهای پیشروی غربی در روان‌شناسی مدرن است، توجه به تفاوت‌های فرهنگی کشور با غرب در بازنشر نظریات ضرورت دارد. از جمله می‌توان به تفاوت در فردگرایی و جمع‌گرایی، شیوه‌های ارتباطی به‌ویژه در زوجین و معانی رفتارها اشاره کرد.

۴. کم‌رنگ‌بودن نمادها و تصاویر بومی: عناصر فرهنگی مجموعه‌ای از ویژگی‌ها و عناصری است که هویت و نحوه زندگی یک گروه اجتماعی را تعیین می‌کنند (میرشاهی، ۱۳۹۳). این عناصر عمدتاً شامل زبان، مذهب، باورها و اعتقادات، هنر و ادبیات، رسوم و سنت‌ها و در نهایت ساختار خانوادگی و ارتباطات اجتماعی است (بارکان^۴، ۲۰۱۱). نمادها یکی از این عناصر مهم فرهنگی هستند و استفاده از تصاویر و طراحی‌های بومی برای تأثیر بیشتر بر مخاطب و هم‌ذات‌پنداری وی ضرورت دارد و امری رایج است، اما این کمبود در کتاب‌های فوق مشهود است.

۵. توجه ناکافی به زبان فارسی: در مطالعات انجام‌شده، آموزش مهارت‌های زندگی در زمینه اجتماعی و فرهنگی و زبان خاص آن منطقه ادغام شده است؛ مثلاً در تحقیق مالزی (محمدزاده و همکاران، ۲۰۱۹)، این برنامه در یتیم‌خانه‌ها به زبان مالایی انجام شد و محیط‌زیست و فرهنگ محلی مالزی را با توجه به قومیت و مذهب هدف قرار داد. یا به طور مشابه در مدارس تایوان (گویتتر^۵ و همکاران، ۲۰۱۹). برنامه درسی به زبان محلی

1. Mainstream
2. Cohen
3. Kitayama
4. Barkan
5. Gwyther

ماندارین ترجمه و با استفاده از تجربه زندگی تایوانی اصلاح شد تا اطمینان حاصل شود دانش آموزان تایوانی با آن ارتباط برقرار می‌کنند.

۶. عدم بهره‌مندی از ظرفیت ضرب‌المثل‌ها: ضرب‌المثل‌ها عناصری برجسته برای انعکاس فرهنگ یک جامعه در زبان هستند و نشان‌دهنده اندیشه، رفتار و مناسبات ملت هستند و به کمک آن‌ها می‌توان به دریافت‌هایی درباره روانشناسی قوم‌شناختی ایرانی رسید. در فصول مختلف از آموزش مهارت‌های زندگی می‌شد از ضرب‌المثل‌های ایرانی استفاده کرد، اما جای چنین عناصر فرهنگی قدرتمند در این بسته‌ها خالی است؛ به ویژه که شاخص‌ترین ویژگی ضرب‌المثل‌ها کاربرد گسترده تصویرپردازی استعاری برای مفهوم‌سازی و بیان پیام‌های اجتماعی است که در تأثیرگذاری اصلاحی در اخلاق و رفتار جامعه کاربرد دارند (کازمی سهلوانی، ۱۳۹۴)؛ به عنوان مثال، فضائلی و شریفی (۱۳۹۲) در پژوهشی به بررسی ۶۰ ضرب‌المثل فارسی پرداخته که در آن‌ها مشکلی طرح و راهکار رفع و چگونگی برخورد با آن بیان شده است.

۷. بهره‌گیری ناکافی از آموزش مهارت‌های ارتباطی غیرکلامی: بر اساس پژوهش‌ها انتقال پیام تحت تأثیر هر ۳ جنبه ارتباط شفاهی (کلمات با ۷٪ تأثیر)، آوایی (لحن، وسعت، لحن با تأثیر ۳۸٪) و دیداری (اشاره‌ها و حرکات بدن با تأثیر ۵۵٪) است (یامیاور^۱ و همکاران، ۲۰۰۸). لذا در میان وسایل ارتباط غیرکلامی، زبان بدن در بیان احساسات نقش پررنگ‌تری دارد و حالات چهره به‌ویژه برای بیان برخی احساسات مانند شادی، شگفتی و خشم تأثیرگذار است (بنینگرهوبر^۲ و هوبر^۳، ۲۰۱۷). به علاوه، کاربرد حرکات غیرکلامی و درک آن مبتنی بر عواملی از پشتوانه ایدئولوژیک افراد و نیز بافتی که حرکت در آن انجام می‌پذیرد، تجزیه و تحلیل می‌شود. همین مسئله سبب می‌شود یک نشانه و حرکت غیرکلامی در جوامع گوناگون معانی مختلفی منتقل کند (آرژیل، ۱۹۹۴).

در مجموع، محتوای آموزشی مهارت‌های زندگی منتشرشده توسط نظام مراقبت‌های بهداشتی اولیه، از نظر توجه به فرهنگ اسلامی و ایرانی، بهره‌گیری از منابع آموزه‌های اسلامی و توجه به نیازها، اولویت‌ها، مسائل بومی و مقتضیات فرهنگ زیست‌بوم ایرانی قابل نقد جدی است. در واقع به نظر می‌رسد کتاب‌ها و کتابچه‌ها صرفاً برگرفته از منابع جهانی و غربی هستند و به آخرین یافته‌های روانشناسان داخلی و مسائل خانواده‌ها و

1. Yammiyavar
2. Bänninger-Huber
3. Huber

نیازهای ایرانیان توجه نداشته است. این امر موجب کاهش اثرگذاری بر مخاطبان خواهد شد. همچنین به نظر می‌رسد انتخاب عناوین مهارت‌ها به ویژه برای بزرگسالان، بر اساس نیازسنجی دقیقی از مهارت‌های اصلی و موردنیاز انتخاب نشده‌اند و نپرداختن به مهارت‌های موردنیاز برای نوجوانان و سالمندان از ایرادات قابل تأمل این مجموعه است. به علاوه متون فوق از نظر جامعیت و به‌روز بودن علمی نیز ضعف دارند و لذا از منظر شاخص‌های وزانت علمی، آموزه‌های اسلامی و فرهنگ ایرانی نیازمند بازنگری جدی‌اند.

بسته آموزشی مهارت‌های زندگی در صورتی می‌تواند کارایی خود را نشان دهد که بتواند با نظریه‌های فرهنگی و بومی سؤالات اساسی را پوشش دهد. برای تحقق این هدف، پیشنهاد می‌شود محتواهای فعلی بازنگری شوند و محتوای جدیدی برای آموزش مهارت‌های زندگی با توجه به آخرین یافته‌های جهانی، مسائل و نیازهای بومی و آموزه‌های اسلامی، از جمله متناسب با یافته‌های روان‌شناسی اسلامی، نگاشته شود و علاوه بر چاپ، با کمک رسانه‌ها و فناوری‌های مجازی در گستره ملی توزیع شود. در همین راستا موارد ذیل توصیه می‌گردد:

• نیازسنجی و اولویت‌سنجی مهارت‌های موردنیاز و بازنگری در مهارت‌هایی که باید به آن‌ها آموزش داد، در اولین گام مدنظر قرار گیرد. به منظور اولویت‌بندی بهتر و نیز اثرگذاری بیشتر اولاً دسته‌بندی مخاطبان اصلی ضرورت دارد؛ مثلاً به نظر می‌رسد خانم‌های خانه‌دار مراجعه بیشتری نسبت به سایرین دارند که در این صورت مهارت‌هایی که به آن‌ها در زندگی و زناشویی کمک کند یا مهارت‌های فرزندپروری در اولویت بالاتری قرار می‌گیرند. ثانیاً لازم است روش‌های اثرگذاری بهتر شناسایی و طراحی شوند. در عصر فناوری اطلاعات و گستره غیرقابل انکار شبکه‌های اجتماعی مجازی، نشر کتابچه‌ها با فناوری‌های نوینی چون صفحات شبکه‌های اجتماعی، فیلم کوتاه و تصاویر بامعنا باز نشر بیشتری خواهد یافت.

• نگارش مهارت‌های ویژه نوجوانان و سالمندان در دستور کار قرار گیرد.

• با توجه به جمعیت مسلمان ایران، لزوم انطباق محتواهای آموزشی با دین و معنویت احساس می‌شود. توصیه می‌شود از تحقیقات معاصر روان‌شناسی اسلامی، از جمله در حیطه اخلاق فردی و اجتماعی، برای تدوین محتوا استفاده شود.

• مهارت‌های زندگی زناشویی برای زوجین به صورت اختصاصی تدوین شود و در آن موضوعات بومی و مشکلات فعلی به صورت جدی‌تر و اختصاصی دیده شوند و به

عنوان نمونه مسائلی چون طرح‌واره‌های افراد درباره همسر، شناخت وضعیت زناشویی همسران و نحوه مداخله در آن، مهارت حل تعارض در فرهنگ ایرانی، مانند رابطه با خانواده همسر، مشکلات و تعارض‌های جنسی و نحوه حل آن‌ها نیز دیده شوند.

منابع

- آرژیل، م. (۱۹۹۴)، *روانشناسی ارتباطات و حرکات بدن*، ترجمه م. فرجی (۱۳۷۸). تهران: مهتاب.
- اسپیلکا، ب.، و لد، ک. (۲۰۱۲)، *روانشناسی دعا و نیایش: رویکردی علمی*. ترجمه رحیمی، م.، فرج‌نیا، س.، و اسدپور، م. (۱۴۰۰). تهران: ارجمند.
- اسدی، ر.، اسماعیلی، ر.، و گروسی، س. (۱۳۹۸)، «فراتحلیلی بر تحقیقات انجام‌شده در زمینه علل شخصیتی و ارتباطی طلاق». *اندازه‌گیری تربیتی*، ۱۰(۳۸)، ۱۶۵-۲۰۳.
- اسدی، م. (۱۴۰۱)، «ساخت و اعتباریابی مقیاس والدگری موفق بر اساس فرهنگ خانواده‌های ایران: پژوهشی مبتنی بر ریاضیات فازی»، *روانشناسی فرهنگی*، ۶(۲)، ۱۰۶-۱۳۹.
- اسکندری، ح. (۱۳۹۶)، «الگوی فرهنگی افسردگی در دانشجویان ایرانی با تأکید بر جنسیت و تأهل». *روانشناسی فرهنگی*، ۱(۱)، ۲۴-۴.
- اسمعیلی، م. (۱۳۹۴)، «بررسی عوامل خوددرمان‌بخش تعارضات زوجین در مبانی روابط چهارگانه انسانی (ارتباط با خدا، خود، هستی و دیگران) از نگاه جوادی آملی»، *زنان و خانواده*، ۱۰(۳۱)، ۸۹-۱۰۵.
- برجعی، ا.، رحیمی صادق، ز.، سهرابی، ف.، فلسفی‌نژاد، م. ر.، و معتمدی، ع. (۱۳۹۷)، «اثربخشی یک برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی مبتنی بر فرهنگ اسلامی بر شادکامی و تاب‌آوری زنان مطلقه». *روانشناسی فرهنگی*، ۲(۲)، ۱-۲۱.
- حاتمیان، پ.، رسول‌زاده طباطبایی، ک.، آزادفلاح، پ.، و حسینی، ج. (۱۴۰۱)، «بافتار تاریخی و فرهنگی مؤثر بر تنظیم هیجان در جامعه ایرانی: مطالعه‌ای کیفی»، *روانشناسی فرهنگی*، ۶(۲)، ۲۰۸-۲۲۴.
- رجبی، ف.، و اسلمی، ا. (۱۳۹۷)، «اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر بهزیستی روان‌شناختی و شادکامی زنان سالمند»، *روانشناسی پیری*، ۴(۴)، ۳۰۱-۳۱۲.
- رحیمی صادق، ز.، برجعی، ا.، سهرابی، ف.، محمدی، ع.، و فلسفی‌نژاد، م. ح. (۱۳۹۸)، «تدوین برنامه آموزشی مهارت‌های زندگی مبتنی بر فرهنگ اسلامی برای زنان مطلقه: یک مطالعه کیفی»، *پژوهش‌های مشاوره*، ۷۱(۱۸)، ۱۵۷-۱۷۹.
- زرانی، ف.، بهزادپور، س.، و بابایی، ز. (۱۳۹۶)، «تحلیلی بر نقش فرهنگ در آسیب‌شناسی روانی»، *روانشناسی*، ۶(۱)، ۱۹۱-۲۲۴.
- شیرخانی، ع.، و سبزی، د. (۱۳۹۸)، «چالش‌های بومی‌سازی و نظریه‌پردازی در علوم انسانی»، *سپهر سیاست*، ۲(۲)، ۳۲-۲.
- فضائلی، س. م.، و شریفی، ش. (۱۳۹۲)، «بررسی طرح‌واره‌های قدرتی در برخی از ضرب‌المثل‌های زبان فارسی»، *زبان‌شناسی و گویش‌های خراسان*، ۵(۸)، ۱۳۱-۱۴۴.
- فلاح‌زاده، ه.، کیخا، ف.، و صادقی، م. س. (۱۳۹۸)، «اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر اساس فرهنگ ایرانی بر تمامیت‌خواهی زوجی و تمایز یافتگی زنان»، *روانشناسی فرهنگی*، ۳(۱)، ۱۰۷-۱۲۵.

فرهینی فراهانی، م.، و پیداد، ف. (۱۳۹۱). مهارت‌های زندگی: ده مهارت کلیدی زندگی (به همراه مهارت‌های زندگی در نهج البلاغه و نهج الفصاحه)، تهران: شباهنگ.

کاظمی سهلوانی، ح. (۱۳۹۴)، «بررسی یازده ضرب‌المثل تربیتی - اخلاقی در نهج البلاغه»، رشد آموزش قرآن و معارف اسلامی، ۹۹، ۶۹-۷۵.

مازندرانی، ا.ع.، آگیلار وفایی، م. ی.، و اسماعیلی نسب، م. (۱۳۹۹)، «تدوین درمان شناختی - رفتاری بی‌خوابی مطابق با فرهنگ ایرانی»، روان‌شناسی فرهنگی، ۴(۱)، ۱-۳۴.

محمدی، م. (۱۳۹۲)، «اخلاق معاشرت در حکومت مهدوی با محوریت دو مؤلفه تربیت اخلاقی و عدالت‌ورزی»، پژوهشنامه اخلاق، ۶(۲۱)، ۱۱۳-۱۲۴.

مرحمتی، ز. و فولادچنگ، م. (۱۳۹۶)، «اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد اسلامی بر بهزیستی روان‌شناختی یادگیرندگان»، مسائل کاربردی تعلیم و تربیت اسلامی، ۲(۲)، ۹۱-۱۱۲.

میرشاهی، عادل (۱۳۹۳). «عناصر و ویژگی‌های فرهنگ: مطالعات فرهنگی و رسانه ایران».

<https://ircsm.ir/1393/09/13/post-32/%D8%B9%D9%86%D8%A7%D8%B5%D8%B1-%D9%88-%D9%88%DB%8C%DA%98%DA%AF%DB%8C-%D9%87%D8%A7%DB%8C-%D9%81%D8%B1%D9%87%D9%86%DA%AF>

نریمانی، م. پوراسمعیلی، ا. حاجلو، ن. و میکائیلی، ن. (۱۳۹۴)، «آسیب‌پذیری‌های بادوام و دلزدگی‌های زناشویی در بین زوجین متقاضی طلاق: نقش میانجی رویدادهای استرس‌زا»، مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۵(۲)، ۲۴-۵۰.

- Agila, V., & Jayachithra, J. (2023), Traditional and cultural values through life skills education. *International Journal of Humanities and Social Science Research*, 9(1), 91-93.
- Atherton, G., Morimoto, Y., Nakashima, S., & Cross, L. (2023). Does the Study of Culture Enrich Our Understanding of Autism? A Cross-Cultural Exploration of Life on the Spectrum in Japan and the West. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 54(5), 610-634.
- Bakir-Demir, T., Reese, E., Sahin-Acar, B., & Taumoepeau, M. (2023). How I Remember My Mother's Story: A Cross-National Investigation of Vicarious Family Stories in Turkey and New Zealand. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 54(3), 340-364.
- Bänninger-Huber, E., & Huber, E. (2017), Nonverbal processes in psychotherapeutic interaction. *Journal of Psychology and Psychotherapie Research*, 4(1), 1-8.
- Barkan, S. E. (2011). *Sociology: Understanding and changing the social world*. Boston, MA: Flat World Knowledge, Incorporated.
- Botvin, G. J., & Kantor, L. W. (2000), Preventing alcohol and tobacco use through life skills training: theory, methods, and empirical findings. *Alcohol Research & Health*, 24(4), 250-257.
- Botvin, G. J., Griffin, K. W., Diaz, T., & Ifill-Williams, M. (2001), Drug abuse prevention among minority adolescents: Posttest and one-year follow-up of a school-based preventive intervention. *Prevention Science*, 2, 1-13.
- Brion, C. (2022), Culture: The link to learning transfer. *Adult Learning*, 33(3), 132-137.
- Caffarella, R. S., & Daffron, S. R. (2013). *Planning programs for adult learners: A practical guide*. John Wiley & Sons.
- Campbell-Heider, N., Tuttle, J., & Knapp, T. R. (2009), CE FEATURE: The effect of positive adolescent life skills training on long term outcomes for high-risk teens. *Journal of addictions nursing*, 20(1), 6-15.

- Carnwell, R., & Daly, W. (2001). Strategies for the construction of a critical review of the literature. *Nurse education in practice*, 1(2), 57-63.
- Charara, R., Forouzanfar, M., Naghavi, M., Moradi-Lakeh, M., Afshin, A., Vos, T., Daoud, F., Wang, H., Bcheraoui, C. E., Khalil, I., Hamadeh, R. R., Khosravi, A., Rahimi-Movaghar, V., Khader, Y., Al-Hamad, N., Obermeyer, C. M., Rafay, A., Asghar, R., Rana, S. M., ... Mokdad, A. H. (2017), The burden of mental disorders in the eastern mediterranean region, 1990-2013. *PloS one*, 12(1), Article 0169575.
- Cohen, D., & Kitayama, S. (Eds.). (2019), *Handbook of cultural psychology* (2nd ed.). The Guilford Press.
- De Klerk, W., & Pretorius, J. (2019), Guideline for conducting critical reviews in psychology research. *Journal of Psychology in Africa*, 29(6), 645-649.
- Desai, M. (2010), *A rights-based preventative approach for psychosocial well-being in childhood*. Springer Science & Business Media.
- Galagali, P. M. (2011), Adolescence and life skills. *Recent advances in adolescent health*, 209-218.
- Gwyther, K., Swann, R., Casey, K., Purcell, R., & Rice, S. M. (2019), Developing young men's wellbeing through community and school-based programs: a systematic review. *PloS one*, 14(5), e0216955.
- Huang, C. M., Chien, L. Y., Cheng, C. F., & Guo, J. L. (2012), Integrating life skills into a theory-based drug-use prevention program: effectiveness among junior high students in Taiwan. *Journal of school health*, 82(7), 328-335.
- Jones, M. I., & Lavalley, D. (2009), Exploring the life skills needs of British adolescent athletes. *Psychology of sport and Exercise*, 10(1), 159-167.
- Liyanage, N., & Usoof-Thowfeek, R. (2023), You Should Be Ashamed of Yourself: Culture and Shame Driven Personal Growth. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 54(5), 574-590.
- MacKillop, J., Ryabchenko, K. A., & Lisman, S. A. (2006), Life skills training outcomes and potential mechanisms in a community implementation: A preliminary investigation. *Substance use & misuse*, 41(14), 1921-1935.
- Malak, M. Z., & Khalifeh, A. H. (2018), Anxiety and depression among school students in Jordan: Prevalence, risk factors, and predictors. *Perspectives in psychiatric care*, 54(2), 242-250.
- Mandel, L. L., Bialous, S. A., & Glantz, S. A. (2006), Avoiding "truth": tobacco industry promotion of life skills training. *Journal of adolescent health*, 39(6), 868-879.
- Martin, K., Nelson, J., & Lynch, S. (2013), *Effectiveness of school-based life-skills and alcohol education programmes: a review of the literature*. Slough, BRK: National Foundation for Educational Research.
- McCullough, M. E., Exline, J. J., & Baumeister, R. F. (1998). An annotated bibliography of research on forgiveness and related concepts. *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives*, 1, 193-317.
- Menrath, I., Mueller-Godeffroy, E., Pruessmann, C., Ravens-Sieberer, U., Ottova, V., Pruessmann, M., & Thyen, U. (2012), Evaluation of school-based life skills programmes in a high-risk sample: A controlled longitudinal multi-centre study. *Journal of Public Health*, 20, 159-170.

- Moeini, B., Bashirian, S., Soltanian, A. R., Ghaleiha, A., & Taheri, M. (2019), Prevalence of depression and its associated sociodemographic factors among Iranian female adolescents in secondary schools. *BMC psychology*, 7, 1-11.
- Mohammadzadeh, M., Awang, H., Ismail, S., & Kadir Shahar, H. (2019), Improving emotional health and self-esteem of Malaysian adolescents living in orphanages through Life Skills Education program: A multi-centre randomized control trial. *PloS one*, 14(12), e0226333.
- Prajapati, R., Sharma, B., & Sharma, D. (2017), Significance of life skills education. *Contemporary Issues in Education Research (CIER)*, 10(1), 1-6.
- Sanderson, W. C., & Scherbov, S. (2015). Faster increases in human life expectancy could lead to slower population aging. *PloS one*, 10(4), e0121922.
- Shah, S. R., Ahmed, F., & Khan, R. (2018), Writing a Critical Review of Literature: A Practical Guide for English Graduate Students. *Global Language Review*, 3(1), 136-153.
- Sherif, Y., Azman, A. Z. F., Awang, H., Mokhtar, S. A., Mohammadzadeh, M., & Alimuddin, A. S. (2023), Effectiveness of Life Skills Intervention on Depression, Anxiety and Stress among Children and Adolescents: A Systematic Review. *The Malaysian journal of medical sciences: MJMS*, 30(3), 42-59.
- Tuttle, J., Campbell-Heider, N., & David, T. M. (2006), Positive adolescent life skills training for high-risk teens: results of a group intervention study. *Journal of pediatric health care*, 20(3), 184-191.
- WHO, U. U. (2015), Sexual and Reproductive Health of Young people in Asia and the Pacific. a Review of Issues, Policies and Programmes. Bangkok.
- World Health Organization. (1994a), *Life skills education for children and adolescents in schools. Pt. 3, Training workshops for the development and implementation of life skills programmes* (No. WHO/MNH/PSF/93.7 B. Rev. 1). World Health Organization.
- World Health Organization. (1994b), *Life skills education for children and adolescents in schools. Pt. 1, Introduction to life skills for psychosocial competence. Pt. 2, Guidelines to facilitate the development and implementation of life skills programmes* (No. WHO/MNH/PSF/93.7 A. Rev. 2). World Health Organization.
- World Health Organization. (1996), *Life skills education: Planning for research as an integral part of life skills education development, implementation and maintenance* (No. MNH/PSF/96.2. Rev. 1). World Health Organization.
- World Health Organization. (2001), Regional framework for introducing lifeskills education to promote the health of adolescents: based on Intercountry Meeting to Promote the Incorporation of Lifeskills for Health of Adolescents into School Education, Bangkok, Thailand, 5-9 June 2000. In *Regional framework for introducing lifeskills education to promote the health of adolescents: based on Intercountry Meeting to Promote the Incorporation of Lifeskills for Health of Adolescents into School Education, Bangkok, Thailand, 5-9 June 2000* (pp. 27-27).
- World Health Organization. (2015), *Adolescent pregnancy situation in South-East Asia region* (No. SEA-CAH-20). WHO Regional Office for South-East Asia.
- World Health Organization. (2020), *Life skills education school handbook: prevention of noncommunicable diseases: introduction*.

- Wu, C. Y., & Lee, T. S. H. (2020), Impact of parent-child relationship and sex on trajectories of children internalizing symptoms. *Journal of affective disorders*, 260, 167-173.
- Yaghmaei M. (2022), Critical review. *Iranian Journal of Medical Education*, 22, 228-228.
- Yammiyavar, P., Clemmensen, T., & Kumar, J. (2008), Influence of cultural background on non-verbal communication in a usability testing situation. *International Journal of Design*, 2(2), 31-40.