

تطور المهارات الحياتية وفق استراتيجيات التدريس الحديثة عند تلاميذ المرحلة الابتدائية

Life Skills Development According to Modern Teaching Strategies for Primary School Students

أ.م.د. قيس حميد فرحان

مديرية تربية محافظة بغداد / الكرخ الثانية

DOI: <https://doi.org/10.64355/agjhss2025112>



مجلة خليج العرب للدراسات الإنسانية والاجتماعية © 2025 / تصدر من مركز السنابل للدراسات والتراث الشعبي
هذه المقالة مفتوحة المصدر موزعة بموجب شروط وأحكام ترخيص مؤسسة المشاع الإبداعي (CC BY-NC-SA)

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

الملخص:

هدف البحث تعرف تطور المهارات الحياتية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية للصفوف الأول والثاني والثالث والرابع الابتدائي ، بأعمار (6-7-8-9) سنوات، وتعرف الفرق ذي الدلالة الإحصائية في تطور المهارات الحياتية وفق متغيري العمر (6-7-8-9) سنوات ، والجنس (ذكور – إناث) ، تكونت العينة من (120) تلميذ وتلميذة بواقع (15) تلميذاً و(15) تلميذة في كل مرحلة عمرية ودراسية ، وبعد استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس من صدق وثبات، واستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة ، توصل البحث إلى النتائج الآتية ، وجود تطور في المهارات الحياتية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية بأعمار (6-7-8-9) سنوات، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الحياتية وفقاً لمتغير العمر، في حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الحياتية وفقاً لمتغير الجنس، وفي ضوء نتائج البحث أوصى الباحث بمجموعة من المقترحات والتوصيات .

الكلمات المفتاحية: تطور، المهارات الحياتية، استراتيجيات التدريس.

Abstract:

The aim of the research is to identify the development of life skills among primary school students in the first, second, third and fourth grades, at the ages of (6-7-8-9) years, and to identify the statistically significant difference in the development of life skills according to the variables of age (6-7-8-9) years, and gender (males - females). The sample consisted of (120) male and female students, with (15) male students and (15) female students in each age and academic stage. After extracting the psychometric properties of the scale validity and reliability, and using appropriate statistical methods, the research reached the following results: There is a development in life skills among primary school students at the ages of (6-7-8-9) years, and there are statistically significant differences in life skills according to the age variable, while there are no statistically significant differences in life skills according to the gender variable. According To the research results, the researcher recommended a set of proposals and recommendations.

Keywords: Development, Life Skills, Teaching Strategies.

الفصل الأول : التعريف بالبحث

مشكلة البحث:

عند الحديث عن الصحة النفسية للطفل قد يتبادر إلى الذهن مدى سلامته من الاضطرابات النفسية ، إلا أن التوجه الحديث لعلم النفس يهتم بدراسة الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد بهدف تطويرها وتنميتها وهو ما يطلق عليه بعلم النفس الإيجابي، ولذلك فإن الاهتمام بتطوير المهارات الحياتية عند الأطفال من شأنه أن يؤدي إلى صقل شخصياتهم وبناءها على أسس نفسية وصحية سليمة وتمكنهم من اجتياز تحديات وتعقيدات بيئاتهم بنجاح وتعزز السلوك التكيفي في التعامل مع القضايا التي يواجهونها بنحو يومي في حياتهم، وجاء البحث الحالي في محاولة للتعرف على مدى تطور المهارات الحياتية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية ، فضلاً عن مدى مساهمة استراتيجيات التدريس الحديثة في تطوير هذه المهارات .

أهمية البحث:

تساعد المهارات الحياتية الأشخاص على التعامل مع مجموعة واسعة من المواقف بدءاً من إدارة العلاقات الشخصية واتخاذ القرارات الوظيفية إلى الاعتناء بصحتهم وإدارة أموالهم، والمهارات الحياتية ضرورية للتنمية الشخصية وتحقيق الذات والتحفيز الذاتي والمرونة، وإن الأشخاص الذين يتمتعون بهذه القدرات أكثر قدرة على التعافي من الفشل والاستمرار في مواجهة التحديات وتعزيز الثقة بالنفس والشعور بالنجاح ، وبالتالي فإن السعي إلى السعادة وتحقيق الذات يرتبط بمتطلبات المهارات الحياتية (Bindu&Saravanakumar,2023:2300-2301).

ولذلك فإن البحث يشكل رافداً معرفياً يساهم في إغناء المكتبة العلمية بما يوفره من أدب نظري عن مهارات الحياة وتطورها عند طلبة المرحلة الابتدائية من الناحية النظرية .

ويقدم أداة يمكن الاستفادة منها في دراسات لاحقة ، فضلاً عن مدى استفادة القائمين على العملية التربوية من النتائج التي يتوصل إليها البحث من الناحية التطبيقية .

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي تعرف :-

- 1- تطور المهارات الحياتية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية للصفوف الأول والثاني والثالث والرابع الابتدائي ، بأعمار (6-7-8-9) سنوات .
- 2- الفرق ذي الدلالة الإحصائية في تطور المهارات الحياتية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية، وفق متغيري العمر (6-7-8-9) سنوات ، والجنس (ذكور – إناث) .

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بتلاميذ المرحلة الابتدائية للصفوف الأول والثاني والثالث والرابع من الذكور والإناث المتواجدين في مدارس مديرية تربية الكرخ / 2 ، للعام الدراسي 2024-2025.

تحديد المصطلحات :

1- المهارات الحياتية Life Skills : عرفها

منظمة الصحة العالمية (WHO) :

"القدرة على السلوك التكيفي والإيجابي التي تمكن الأفراد من التعامل بفعالية مع متطلبات وتحديات الحياة اليومية (WHO,1997:1) .

منظمة اليونسيف (UNCEF) :

"مجموعة كبيرة من المهارات النفسية والاجتماعية والشخصية التي يمكن أن تساعد الناس على اتخاذ قرارات مستنيرة والتواصل بنحو فعال وتطوير مهارات التأقلم وإدارة الذات التي تساعد في عيش حياة صحية ومنتجة (UNICEF,2012:7). وتبنى الباحث هذا التعريف تعريفاً نظرياً

Parmar (2022) :

هي مزيج من مجموعة متنوعة من المهارات النفسية والشخصية التي تساعد الفرد على عيش حياة سعيدة وصحية ومزدهرة، ويكون الفرد قادراً على التكيف بفعالية مع احتياجات وتحديات الحياة اليومية (Parmar,2022:209) .

2- استراتيجيات التدريس : عرفها

الحريري (2011):

مجموعة متجانسة من الخطوات المتتابعة التي يمكن أن يحولها المعلم إلى طرق ومهام تدريسية تناسب طبيعة المعلم والمتعلم والبرنامج الدراسي وظروف الموقف التعليمي والإمكانات المتاحة لتحقيق أهداف محدده مسبقاً (الحريري، 2011: 295) .

عطية (2013):

هي مجموعة من الإجراءات والوسائل التي يستخدمها المعلم لتمكين المتعلم من الخبرات التعليمية المخطط لها وتحقيق الأهداف التربوية (عطية، 2013: 57).

السليتي (2015):

هي سياق من طرائق التدريس الخاصة والعامة والمتداخلة والمناسبة لأهداف الموقف التدريسي والتي يمكن من خلالها تحقيق أهداف ذلك الموقف بأقل الإمكانيات وعلى أجود مستوى ممكن (السليتي ، 2015: 10).

الفصل الثاني : إطار نظري ودراسات سابقة

مفهوم المهارات الحياتية :

المهارات الحياتية هي مجموعة من المهارات الشخصية التي يحتاجها الفرد للتفاعل بثقة وحرية وفعالية مع الآخرين، وتؤدي دوراً مهماً في اتخاذ القرارات المهمة في حياة الفرد وتساعد في حل المشكلات وتطوير الذات والتعامل مع الآخرين بنحوٍ إيجابي ، وتشمل المهارات الحياتية الإبداع والتفكير الناقد وحل المشكلات واتخاذ القرار والقدرة على التواصل والتعاون إلى جانب المسؤولية الشخصية والاجتماعية التي تجعل الفرد مواطناً صالحاً وشخصاً ناجحاً، وتهدف المهارات الحياتية إلى مساعدة الأطفال على اكتساب طرائق جديدة للتعلم والتحكم في سلوكهم واتخاذ قرارات مستنيرة تؤدي إلى اكتساب قيم إيجابية في الحياة (Kumar,2021:2273).

إن المهارات الحياتية ليست مهارات أكاديمية بل هي تطبيق المعرفة والقيم التي تؤدي إلى التنمية المثلى للفرد ، وتكوين أنماط الحياة الصحية (Jain,2011:82).

وتهدف المهارات الحياتية إلى تشكيل المواقف وتطوير المهارات الشخصية وتعزيز قدرة الشباب على تحمل المسؤولية عن اتخاذ خيارات أكثر صحة ومقاومة الضغوط السلبية وتجنب السلوكيات المحفوفة بالمخاطر (Ravindra,2012:29) .

والمهارات الحياتية ضرورية؛ لأنها تمكن الناس من ترجمة معارفهم ومواقفهم وقيمهم إلى قدرات مفيدة في عالم مليء بالضغوط والتحديات، وتضع الأساس لهم للاستجابة بنحوٍ ملائم لمتطلبات الحياة وتعزيز الصحة العقلية (Bindu&Saravanakumar,2023:2301).

تطور المهارات الحياتية :

تتطور المهارات الحياتية بنحوٍ مستمر خلال حياة الفرد، ويحدث أقصى تطور لها أثناء مرحلتَي الطفولة والمراهقة، ففي مرحلة الطفولة غالباً ما يتم تقليد المهارات من الوالدين وغيرهما من البالغين المهمين، إذ يكون الطفل أكثر سلبية في تعلم المهارات في هذه المرحلة، فتكون المهارات التي يمارسها قليلة نسبياً وتقتصر على المواقف العائلية والمدرسية، وفي مرحلة المراهقة تكون المهارات عملية وأكثر نشاطاً، فالمرهق يتمتع بالنضج الفكري اللازم لتقييم الموقف والجوانب المختلفة له واتخاذ الخيار المناسب، وعلى الرغم من القدرات الفكرية المتفوقة مثل التفكير والتجريد، فإن سلوك المراهق غالباً ما يكون ملوئاً بالعواطف أكثر من العقلانية، إذ غالباً ما يكون المراهق في حالة من الرغبة في التحرر من الوالدين لتأسيس الفردية والاستقلال، ويواجه المزيد من المواقف التي يجب عليه التعامل معها خلال هذه المرحلة، مثل التعامل مع قضايا الجنس والاضطرابات العاطفية والحاجة إلى اتخاذ خيارات تعليمية أو مهنية مستقبلية ومواجهة المسؤوليات، وبالتالي فإن تطوير مهارات الحياة يكتسب أهمية شاملة في مرحلة المراهقة، ويتميز هذا التطور بكونه صعب وعاصف ولكنه بالغ الأهمية (Bharath & Kumar,2014:10).

فئات المهارات الحياتية :

يمكن تقسيم المهارات الحياتية بنحوٍ عام إلى عدد من الفئات المهمة :

أ. المهارات المعرفية:

تتضمن القدرة على التفكير الناقد وحل المشكلات واتخاذ القرارات والإبداع، إذ يعزز التفكير الناقد الشعور بالاستقلال الفكري، وتمنح مهارة اتخاذ القرار الأفراد الثقة في اتخاذ القرارات التي تتوافق مع أهدافهم ومعتقداتهم الشخصية، وتسمح مهارة حل المشكلات بالتحقق في الخيارات الجديدة، وينمي الإبداع القدرة على توقع الخيارات ومعالجة المشكلات من زوايا جديدة .

ب. المهارات الاجتماعية:

تتضمن التواصل الفعال والاستماع النشط والتعاطف وحل النزاعات، ويمكن للأشخاص الذين يتمتعون بمهارات تواصل جيدة التواصل مع أنفسهم والآخرين بنحو فعال من خلال فهم وجهات نظر الآخرين، ويعزز الاستماع النشط التعاون والاحترام بين الناس.

ج. المهارات العاطفية:

وتتضمن الوعي الذاتي والتنظيم الذاتي والتعاطف وإدارة الإجهاد، ويعني الوعي الذاتي القدرة على تحديد وفهم مشاعر الفرد مما يعزز الانفتاح العاطفي، ويمكن التنظيم الذاتي الناس من التحكم في عواطفهم في مجموعة متنوعة من الظروف مما يعزز الاستقرار العاطفي، ويشمل التعاطف التعرف على مشاعر الآخرين والتحكم فيها، أما القدرة على تنظيم الإجهاد فتمنح الناس آليات التوافق مع المطالب والعقبات، مما يزيد من المرونة في مواجهة الصعوبات.

د. المهارات العملية:

يحتاج الناس إلى بعض المهارات العملية مثل مهارة حل المشكلات وإدارة الوقت والتنظيم والمعرفة المالية لإدارة مجموعة متنوعة من النشاطات والمسؤوليات، فالمعرفة المالية تعني القدرة على اتخاذ قرارات مستنيرة بشأن المال والاستثمارات والتخطيط المالي، وتصبح الموازنة بين المسؤوليات أسهل من خلال إدارة الوقت والتنظيم، وتمكن قدرات حل المشكلات الأشخاص من التغلب على العقبات بكفاءة، مما يسهل الأداء الفعال في المجالين الشخصي والمهني.

هـ. المهارات الشخصية :

وهي تحديد الأهداف والدافع الذاتي والمرونة والقدرة على التكيف ، إذ يساعد تحديد الأهداف الأشخاص على إنشاء أهداف مهمة ومتابعتها، ويمكن الدافع الذاتي الأشخاص من الحفاظ على دوافعهم والتركيز على أهدافهم، والأفراد الذين يتمتعون بالقدرة على التكيف هم أكثر قدرة على التعامل مع التغيير والتعافي من النكسات (Bindu&Saravanakumar,2023:2302).

خطوات تنمية المهارات الحياتية لدى الطلبة :

يمكن إيجاز خطوات تنمية المهارات التي يحتاج إليها الطلبة على النحو الآتي :

1- تعليم أهمية التعاون

يحتاج الطلبة إلى تطوير المهارات التي تجعلهم مستعدين للتعاون مع الآخرين، ليس فقط في فصولهم الدراسية أو أماكن عملهم ولكن أيضًا مع المجتمع بنحو عام ، ويمكن تطوير ذلك من خلال تشجيعهم على العمل معًا في تحدٍ إبداعي، والسماح لهم بالتأمل ومناقشة المعرفة التي اكتسبوها ، وسيساعدهم هذا على فهم أهمية كونهم جزءًا من مجتمع تعاوني ومتربط .

2- البناء على التقويم والتحليل

يتم نشر المعلومات بسرعة كبيرة وقد لا تكون المعلومات المتاحة دقيقة أو كاملة، فيحتاج الطلبة إلى تطوير المهارات اللازمة للحصول على معلومات دقيقة وتحليل موثوقيتها وفائدتها، وتعد النشاطات القائمة على البحث في عملية التدريس والتعلم مهمة في تطوير هذه المهارة .

3- تعليم التسامح والمرونة

يمكن تطوير هذه المهارات من خلال تعريض الطلبة للمناقشات والتجارب المفتوحة وبالتالي جعلهم يشعرون بالراحة أثناء التواصل مع بعضهم البعض، وتعد الرحلات المدرسية والجامعية وجلسات المناقشة والزيارات إلى المكاتب وأماكن العمل القريبة وما إلى ذلك تساعد الطلبة على فهم الثقافات المختلفة وخلق القدرة على التواصل الفعال ، وهذه النشاطات سوف تساعدهم على تطوير مهارات التسامح والمرونة.

4- مساعدة الطلبة على التعلم من خلال نقاط قوتهم

من المهم تحديد جوانب القوة والضعف عند الطلبة، ومن المهم تطوير جوانب القوة، وبالرغم من صعوبة وضع منهج دراسي لكل فرد، لكن سيكون من الممكن تحديد عناصر الفصول الدراسية التي ستجذب نقاط القوة والاهتمامات الخاصة بالطلبة (Kumar.2021:2275).

5- استخدام التعلم خارج الفصل الدراسي

سيكون من الأسهل على الطلبة الاحتفاظ بالمعلومات التي تم تدريسها في الفصل الدراسي واسترجاعها إذا تعلموا بنحو متكرر بطرائق مختلفة وذات معنى ، وسيساعدونهم ذلك على فهم أهمية مهارات معينة في حياتهم اليومية وحياتهم المستقبلية ، إذ يجب توفير الفرص للطلبة لنقل التعلم المدرسي إلى مواقف الحياة الواقعية، على سبيل المثال أثناء حل مشكلة ما يجب أن يُطلب من الطلبة التعامل معها بطريقة حدثت لهم، والخطوات التي سيتبعونها لحلها مما يمكنهم من تجاوز العقبات في المستقبل (Kumar.2021:2276) .

دور استراتيجيات التدريس الفعالة في تطوير المهارات الحياتية :

إن منهجية تطوير المهارات تشكل جانباً بالغ الأهمية من جوانب البرمجة الفعالة ، وتُظهر الأبحاث والنظريات أن المهارات الحياتية لا تصبح أكثر فعالية فقط من خلال استخدام أساليب التدريس الفعالة، بل إن المهارات تُكتسب من خلال التفاعل ولعب الأدوار والمناقشات المفتوحة ونشاطات المجموعات الصغيرة وغيرها من التقنيات ، وقد أظهرت الأبحاث أن الأطفال في سن الخامسة من العمر يمكن إشراكهم في تنمية المهارات باستخدام هذه الأساليب، وإن تعريف الأطفال بمهارات الاتصال والتفاوض وحل المشكلات في وقت مبكر من الطفولة يشكل استراتيجية وقائية مهمة (Mangrulkar,et.al,2001: 26-27) .

وتراعي أساليب التدريس الفوارق بين الجنسين وتتسم بالتفاعل والمشاركة، وتشمل أكثر أساليب التدريس شيوعاً العمل في مجموعات والعصف الذهني ولعب الأدوار ورواية القصص والمناظرة والمشاركة في المناقشات والنشاطات السمعية والبصرية (Ravindra,2012:29) .

إذ يعد أسلوب المناقشة والمناظرة والعصف الذهني ولعب الأدوار ورواية القصص والأغاني والرحلات الميدانية والعمل الجماعي من الأساليب الرئيسية المفيدة في تطوير المهارات الحياتية عند الطلبة ، إذ يؤدي المعلمون دوراً حاسماً في تطوير المهارات الحياتية ، ويعد التدريب المهني ضرورة ملحة في نقل تعليم المهارات الحياتية للمعلمين الممارسين (Kumar.2021:2273).

تقنيات تطوير المهارات الحياتية :

توجد بعض التقنيات لتطوير المهارات الحياتية عند الطلبة ومنها :

- 1- المناظرات : هي شكل من أشكال المناقشة يكون فيها الموضوع المختار مثيّرًا للجدل، وهي تقنية جماعية يتم فيها تقسيم طلبة الفصل إلى مجموعتين الأولى تؤيد موقف معين والأخرى تعارض هذا الموقف، وتساعد الأفراد على ممارسة وتعلم مهارات الحياة المختلفة.
- 2- الألغاز والأحاجي : اللغز هو نوع من العبارات أو الأسئلة أو الألعاب أو المشكلات الغرض منها إثارة تفكير الفرد، وتمكنه من تقييم النتائج ومقارنة الأفكار وتلخيص المعلومات واستخلاص النتائج من المعرفة، وتخدم الألغاز والأحاجي أغراض الترفيه وتنمية المهارات الحياتية الأساسية اللازمة لعيش حياة سعيدة (Parmar,2022:210).
- 3- الندوة : هي تقنية جماعية يتم فيها إعطاء الطلبة موضوعًا للمناقشة، وتستخدم النهج العلمي لتحليل المشكلة، وتنظم الندوة بطرائق عدة اعتمادًا على هدفها والموارد المتاحة، وتعمل على تطوير المهارات مثل التفكير والتواصل الفعال والتعاون والعلاقات الشخصية بين الطلبة.
- 4- الاختبار : هو نوع من الألغاز الذهنية المفيدة لإثارة اهتمام الطلبة بالتعلم بنحو أكثر فعالية، ويمكن تنظيم الاختبار على مستويات مختلفة ولأغراض مختلفة، إذ يمكن استخدامه لتعزيز الكفاءة الاجتماعية للطلبة والقدرات الفكرية ومهارات التفكير.
- 5- العصف الذهني : العصف الذهني هو نهج لزيادة الإبداع والانفتاح على حل المشكلات، ويعتمد العصف الذهني على افتراض مفاده أنه عندما تتاح للطلبة فرصة للتفاعل في بيئة حرة فإنهم قادرون على توليد أفكار أكثر إبداعًا، وإن الأفكار التي يولدها شخص واحد تحفز عملية التفكير لدى الآخرين وتخلق حالة من المناقشة والتفكير العفوي.
- 6- سرد القصص : يروي الطلبة أو المعلمون قصة باستخدام الصور والكتب والشرائح وغيرها، وهي عملية تدريس ماهرة تنمي قوة الخيال بين الطلبة وتعزز مهارات الاتصال ومهارات الاستماع عندهم، كما تساعد على تطوير القيم الأخلاقية والاجتماعية والثقافية.
- 7- لعب الأدوار : يوفر لعب الدور فرصة ممتازة لتطوير مهارات الحياة المختلفة وبخاصة التعاطف، إذ يتعين على الطلبة لعب دور شخص آخر، فيتعلم الطالب كيف يمكنه التعامل مع موقف محتمل في الحياة الواقعية ، مما يساهم في زيادة البصيرة في مشاعره.
- 8- المجموعة الطنانة : يتم تقسيم الطلبة خلال هذا النشاط إلى مجموعات صغيرة من خمسة أو ستة أعضاء ويطلب منهم تنفيذ مهمة، ومن خلال القيام بذلك يتعرف الطلبة على بعضهم البعض بنحو أفضل ويتعلمون مساعدة أقرانهم.
- 9- الألعاب : تعزز الألعاب التعلم النشط واتخاذ القرار والمناقشة والمرح ، وتشجع على المنافسة بين المشاركين لإثبات مواهبهم ، وتمكن الطلبة من استخدام معرفتهم ومواقفهم ومهاراتهم.
- 10- تحليل الموقف : ويعني السماح للطلبة باستكشاف المشكلات واختبار الحلول وتوفير فرصًا للعمل ومشاركة المشاعر وتطوير التفكير الناقد، ولا يمكن تسهيل تعليم المهارات الحياتية بناءً على المعلومات وحدها، بل يجب أن تشمل أيضًا التعلم التجريبي أي الخبرة العملية وتعزيز مهارات كل متعلم في بيئة تعليمية داعمة (Parmar,2022:211).

أنواع مهارات الحياة :

- 1- التفكير الناقد: هو القدرة على تحليل المعلومات والخبرات بطريقة موضوعية.
- 2- التفكير الإبداعي: هو طريقة جديدة لرؤية الأشياء أو القيام بها والتي تتميز بأربعة مكونات هي الطلاقة (توليد أفكار جديدة)، والمرونة (تغيير المنظور بسهولة)، والأصالة (تصور شيء جديد)، والتوسع (البناء على أفكار أخرى).
- 3- صنع القرار: هو تقييم قضية ما من خلال النظر في جميع الخيارات الممكنة والتأثيرات التي تخلفها هذه القرارات .
- 4- حل المشكلات: هو اختيار الخيار الذي يناسبك بنحو أفضل، ومتابعته حتى في مواجهة العوائق والمروء بالعملية مرة أخرى حتى يتم تحقيق نتيجة إيجابية للمشكلة.
- 5- العلاقات الشخصية: إنها مهارة تساعدنا على فهم علاقاتنا مع الآخرين المعنيين والتعامل معهم بطريقة إيجابية متبادلة، وتساعدنا على الحفاظ على العلاقات مع الأصدقاء وأفراد الأسرة، كما تساعدنا على إنهاء العلاقات بنحو بناء .
- 6- التواصل الفعال: هو القدرة على التعبير لفظيًا وغير لفظيًا بطريقة مناسبة، ويعني القدرة على التعبير عن الرغبات والآراء والمخاوف وطلب المساعدة والمشورة في أوقات الحاجة.
- 7- التعامل مع المشاعر: هو قدرة تتضمن التعرف على مشاعرنا ومشاعر الآخرين ، والوعي بكيفية تأثير المشاعر على السلوك والقدرة على الاستجابة للمشاعر بنحو مناسب.
- 8- التعامل مع التوتر: هو القدرة على التعرف على مصدر التوتر في حياتنا وتأثيره علينا والتصرف بطريقة تساعد في التحكم في مستويات التوتر عندنا.
- 9- الوعي الذاتي وهذا يشمل إدراكنا لأنفسنا وشخصيتنا ونقاط قوتنا وضعفنا ورغباتنا، وهو شرط أساسي للتواصل الفعال والعلاقات الشخصية وتنمية التعاطف.
- 10- التعاطف هو القدرة على تخيل كيف تكون الحياة لشخص آخر حتى في موقف قد لا نكون على دراية به، فهو يساعدنا على فهم وقبول الآخرين وسلوكهم الذي قد يكون مختلفًا تمامًا عن سلوكنا (Bharath & Kumar,2014:9) (Ravindra,2012:30-31).

نظريات المهارات الحياتية :

إن النظريات المتعلقة بالطريقة التي ينمو بها البشر وبخاصة الأطفال والمراهقون، ويتعلمون ويتصرفون توفر الأساس لمنهج المهارات الحياتية و تساهم في تطويرها ومنها :

1- نظرية نمو الطفل والمراهق:

إن فهم التغيرات البيولوجية والاجتماعية والإدراكية المعقدة التي تحدث منذ الطفولة وحتى المراهقة يشكل جوهر معظم نظريات النمو البشري.

التغيرات البيولوجية :

إن بداية البلوغ هي التغيير الأساسي الذي يحدث من الطفولة إلى المراهقة المبكرة ، ويختلف البلوغ بين الأولاد والبنات، إذ تمر الفتيات بتغيرات البلوغ في وقت أبكر من الأولاد، وقد لا يكون الشباب مستعدين بنحوٍ كافٍ لهذه التغيرات البيولوجية ، وتؤدي إلى مخاوف بشأن المظهر واتباع نظام غذائي غير صحي (Mangrulkar,et.al,2001:12) .

تطور الإدراك الاجتماعي :

إن عملية فهم الذات والآخرين تشكل جزءاً مهماً من النمو إلى مرحلة المراهقة والبلوغ ، ففي عمر السنتين يتعرف الأطفال على صورتهم الخاصة ويظهرون وجود مفهوم ذاتي بصري، وفي عمر الثامنة تقريباً يبدأون في التفكير في قدراتهم وما يحبونه وما يكرهونه وكيف يشعرون ويفكرون ، وبنحوٍ عام ينتقل الوعي الاجتماعي من المنظور الأناني للطفل الصغير إلى القدرة على فهم مشاعر ووجهات نظر الآخرين والتنبؤ بها والاستجابة لها في مرحلة المراهقة المبكرة ، ويميل الأطفال الصغار جداً إلى التفاؤل المفرط بشأن قدراتهم ، ومع الانتقال إلى مرحلة الطفولة الوسطى (7-10 سنوات) يبدأون في التفكير في نجاحاتهم وإخفاقاتهم، ومطابقة إنجازاتهم مع الأهداف الداخلية والمعايير الخارجية (Mangrulkar,et.al,2001:12) .

التطور المعرفي :

يعتقد بياجيه أن البشر يصنعون معنى للعالم من خلال التفاعل مع البيئة ، فمنذ الطفولة وحتى سن 18 شهراً يتعلم الأطفال من خلال تجربتهم الحسية المباشرة ، وبحلول سن 5 أو 6 سنوات يطورون أدوات أكثر تعقيداً لفهم العالم من خلال اللغة والتقليد والتخيل واللعب الرمزي والرسم، ومع الانتقال إلى مرحلة المراهقة المبكرة يبدأ الطفل في فهم العلاقات السببية والمنطق في حل المشكلات ، ثم يكون الفرد قادراً على تصور العديد من المتغيرات، وإنشاء نظام من القوانين أو القواعد لحل المشكلات (Mangrulkar,et.al,2001:12) .

ويعتقد البنانيون الاجتماعيون أن المعرفة هي نتيجة للتفاعل الاجتماعي، فيقترح فيجوتسكي أن مستويات جديدة من الفهم تبدأ على المستوى الشخصي من خلال التفاعل الاجتماعي المستمر، وأن المسافة بين المرحلة الفعلية والمحتملة لتطور الطفل تتحدد من خلال قدرته على حل المشكلات عند العمل بمفرده مقابل التعاون مع الآخرين الأكثر قدرة ، من هذا المنظور فإن البيئة الاجتماعية لها تأثير قوي على بنية تفكير الفرد (Mangrulkar,et.al,2001:13) .

التطور الاجتماعي :

تزداد التفاعلات الاجتماعية تعقيداً مع انتقال الأطفال إلى مرحلة المراهقة، إذ يمضي الأطفال وقتاً أطول مع أقرانهم، وتزداد التفاعلات مع أقرانهم من الجنس الآخر، وتمثل مرحلة الطفولة المتوسطة (من سن 7 إلى 11 عاماً) الفترة الانتقالية، إذ ينتقل الأطفال بعيداً عن محيط المنزل ويقضون وقتاً أطول مع أقرانهم والمدرسة والمجموعات المجتمعية، ويتم اكتساب المكانة الاجتماعية من خلال الكفاءة والأداء مع الأقران، وخلال هذه السنوات الحرجة يتعلم الأطفال إما أن يكونوا كفؤين أو منتجين أو يشعرون بالنقص، وبجانب أهمية الأقران فإن الأسرة تبقى مؤثرة في مرحلة المراهقة ، إذ وجدت الأبحاث التي أجريت في الولايات المتحدة أن أسلوب الأبوة الدافئ المشارك له تأثيرات إيجابية على المراهقين تتمثل في منح الاستقلال النفسي وتشجيع المراهق والسماح له بتطوير آرائه ومعتقداته الخاصة" (Mangrulkar,et.al,2001:13) .

2- نظرية التعلم الاجتماعي :

يرى باندورا أن الأطفال يتعلمون السلوك من خلال التعلم (أي كيف يخبرهم الآباء والمعلمون وغيرهم من السلطات والقوة بالتصرف) وكذلك الملاحظة (أي كيف يرون سلوك البالغين والأقران) ، ويتعزز سلوكهم أو يعدل من خلال عواقب أفعالهم واستجابات الآخرين لسلوكياتهم، فيتعلم الأطفال السلوك من خلال الملاحظة والتفاعل الاجتماعي، وليس فقط من خلال التعليم اللفظي ، وبالمثل يجب تعليم الأطفال المهارات من خلال عملية التعليم والتدريب وردود الفعل، وليس مجرد التعليم ، كما أكد باندورا على أن الثقة بالنفس مهمة لتعلم السلوكيات والحفاظ عليها، وبخاصة في مواجهة الضغوط الاجتماعية، وبالتالي فإن تطوير المهارات لا يتعلق بالسلوك الخارجي فحسب، بل يتعلق أيضاً بالصفات الداخلية (مثل الثقة بالنفس) التي تدعم هذه السلوكيات، ولنظرية التعلم الاجتماعي تأثيران عميقان على تطوير برامج المهارات الحياتية والمهارات الاجتماعية ، أحدها ضرورة تزويد الأطفال بالأساليب أو المهارات اللازمة للتعامل مع الجوانب الداخلية لحياتهم الاجتماعية، مثل الحد من التوتر وضبط النفس واتخاذ القرار، والتأثير الثاني هو أنه لكي تكون برامج المهارات الحياتية والاجتماعية فعالة، يجب أن تحاكي العمليات الطبيعية التي يتعلم بها الأطفال السلوك، وبالتالي تتضمن معظم برامج المهارات الحياتية والاجتماعية مكونات المراقبة ولعب الأدوار والتعليم بين الأقران بالإضافة إلى التعليم البسيط (Mangrulkar,et.al,2001:15-16).

3- نظرية الذكاءات المتعددة :

نشر هوارد جاردنر كتاب "أطر العقل" في عام 1993، متحدثاً بذلك النظرية السائدة للذكاء البشري باعتباره مجموعة غير معقدة من القدرات المعرفية واستخدام الرموز، معترفاً في المقام الأول بالقدرات اللفظية/اللغوية والرياضية/المنطقية فقط، واقترح وجود ثمانية ذكاءات بشرية تأخذ في الاعتبار مجموعة واسعة من قدرات التفكير البشري، وتشمل هذه الذكاءات اللغوية والمنطقية/الرياضية والموسيقية والمكانية والجسدية/الحركية والطبيعية والشخصية والشخصية الداخلية ، تفترض هذه النظرية أن جميع البشر يولدون بثمانية ذكاءات، ولكنها تتطور بدرجات مختلفة في كل شخص، وأن الأفراد يستخدمون ذكاءاتهم بطرائق مختلفة في تطوير المهارات أو حل المشكلات ، إن نظرية الذكاءات المتعددة لها آثار مهمة على الأنظمة التعليمية، وعلى دمج نهج المهارات الحياتية في الترويج والوقاية، إن التعرف على الذكاءات الأخرى إلى جانب المهارات اللفظية والرياضية التقليدية، يعني أن المعلمين يجب أن يدرسوا هذا النطاق الواسع من المهارات مع الحاجة إلى مجموعة متنوعة من أساليب التدريس في الفصول الدراسية لإشراك أنماط التعلم المختلفة للطلبة، ويعني هذا استخدام أساليب التعلم التشاركية النشطة التي تحفز استخدام الذكاء الموسيقي والمكاني والطبيعي وغيرها، وتسمح للأطفال والشباب بالانخراط في ذكاءات مختلفة في وقت واحد، وقد وسع باحثون آخرون التفكير في الذكاءين الشخصيين: الذكاء بين الأشخاص والقدرة على فهم وتمييز مشاعر ونوايا الآخرين، والذكاء الشخصي والقدرة على فهم مشاعر ودوافع الفرد نفسه (Mangrulkar,et.al,2001:17) .

4- نظرية علم النفس البنائي :

إن التطور المعرفي للطفل هو عملية تعاونية، تتطور من خلال التفاعل مع الآخرين ومع البيئة، وبالتالي فإن الفرد ليس مركزاً لصنع المعرفة بل يحصل على تعلمه وفهمه من خلال التفاعل الاجتماعي، ويقترح بياجيه وفيجوتسكي أن الآلية الرئيسية لتطور الطفل هي الصراع المعرفي الذي ينشأ من خلال التفاعل الاجتماعي، فالتناقض بين الفهم الحالي للطفل وتجاربه مع الآخرين وبخاصة الأقران الأكبر سناً أو الأكثر دراية يدفعه إلى التشكيك في المعتقدات الحالية والسعي إلى مستويات جديدة من الفهم، ويرى فيجوتسكي أن التعلم يوقظ مجموعة متنوعة من العمليات التنموية الداخلية التي لا يمكن تشغيلها إلا عندما يتفاعل الطفل مع الأشخاص في بيئته ومع أقرانه، ويرى أنه لفهم العلاقة بين التطور والتعلم نحتاج إلى التمييز بين مستويين مختلفين من التطور: المستوى الفعلي للتطور والمستوى المحتمل ، إذ يشير المستوى الفعلي إلى حل المشكلات التي يمكن للطفل القيام بها بمفرده، مقابل التطور المحتمل الذي يحدث عندما يحل الطفل المشكلة تحت إشراف الكبار أو مع أقران

أكثر قدرة ، وهو ما أطلق عليه بمنطقة التطور القريب (ZPD) ، وتؤدي بيئة التعلم دورًا بارزًا في توجيه نمو الطفل وتتأثر بالتعلم التعاوني والتفاعلات التي تحدث بين الأقران، إن المنظور البنائي له ثلاثة تأثيرات مهمة على نهج المهارات الحياتية، الأول هو أهمية التعاون بين الأقران كأساس لمهارات التعلم وبخاصة مهارات حل المشكلات، ثانيًا يسلط النهج البنائي الضوء على أهمية السياق الثقافي في أي منهج لمهارات الحياة، إذ يشارك المراهقون أنفسهم في إنشاء المحتوى من خلال تفاعل المعلومات الواقعية مع بيئتهم الثقافية الخاصة، وإن تطوير المهارات من خلال تفاعل الفرد مع البيئة الاجتماعية يمكن أن يؤثر على كل من المتعلمين والبيئة (مجموعة الأقران، والفصول الدراسية، ومجموعات الشباب، وما إلى ذلك) (Mangrulkar,et.al,2001:19-20) .

5- نموذج حل المشكلات المعرفية :

إن تعليم مهارات حل المشكلات المعرفية الشخصية للأطفال في سن مبكرة يمكن أن يقلل ويمنع السلوكيات السلبية المكبوتة والاندفاعية، وتوجد مستويات مختلفة من مهارات التفكير بين الأشخاص لدى الأطفال الذين يُظهرون سلوكيات اجتماعية إيجابية مقابل الأطفال الذين يُظهرون سلوكيات عالية الخطورة في وقت مبكر (بما في ذلك السلوكيات المعادية للمجتمع وعدم القدرة على التعامل مع الإحباط والعلاقات السيئة مع الأقران)، وتركز المهارات المحددة على القدرة على توليد حلول بديلة لمشكلة بين الأشخاص والقدرة على تصور عواقب السلوكيات المختلفة، وهناك علاقة بين مهارات حل المشكلات والتكيف الاجتماعي عند أطفال ما قبل المدرسة ورياض الأطفال والمراهقين والبالغين، إذ تتطور مهارات حل المشكلات المعرفية بدءًا من مرحلة ما قبل المدرسة، من خلال معالجة المتنبئات السلوكية في وقت مبكر من الحياة، إن حل العضلات، والتفكير بصوت عالٍ، ولعب الأدوار، وتقديم ملاحظات الأداء هي بعض الطرائق المستعملة لتعليم هذه المهارات، وقد وجدت الأبحاث التي أجريت مع أطفال ما قبل المدرسة ورياض الأطفال أن أولئك الذين تلقوا تدريب ICPS أصبحوا أكثر قدرة على التعامل مع المشاكل اليومية النموذجية من أولئك الذين لم يتلقوا التدريب ، ومن خلال تعلم التفكير في المزيد من الحلول والعواقب أصبحوا أكثر قدرة على التعامل مع الإحباط وأقل عدوانية ، وبالتالي القدرة على حل المشكلات وبخاصة الاجتماعية والشخصية (Mangrulkar,et.al,2001:17) .

الدراسات السابقة :

أولاً : الدراسات العربية :

1- دراسة (وافي، 2010) : المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة .

هدفت الدراسة معرفة مستوى المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية، استعمل الباحث المنهج الوصفي التحليلي، تكون مجتمع الدراسة من طلبة المرحلة الثانوية في مدارس مديرية خان يونس، والبالغ عددهم (16451) منهم (7681) ذكور و(8770) إناث، استعمل الباحث قائمة تيلي Teele للذكاءات المتعددة ومقياس المهارات الحياتية، ومعامل ارتباط بيرسون ومعامل ارتباط سبيرمان بروان للتجزئة النصفية المتساوية، ومعادلة جتمان للتجزئة النصفية غير المتساوية، ومعامل ارتباط ألفا كرونباخ ، والتكرارات والمتوسط الحسابي والنسب المئوية واختبار T-test لعينتين مستقلتين ، وتحليل التباين الأحادي ، وأظهرت نتائج الدراسة أنه لا يوجد ارتباطاً دالاً إحصائياً بين مستوى المهارات الحياتية بأبعاده، والذكاءات المتعددة بأبعاده لدى طلبة المرحلة الثانوية ، وأن طلبة المرحلة الثانوية يمتلكون مهارات حياتية بنحو جيد ونسبة فوق المتوسطة .

2- دراسة (حمادة، 2012) : فاعلية برنامج قائم على أنشطة الأركان لتنمية المهارات الحياتية والاستعداد اللغوي في الصف الأول الابتدائي .

هدفت الدراسة قياس فاعلية برنامج قائم على أنشطة الأركان في تنمية بعض المهارات الحياتية ومهارات الاستعداد اللغوي للصف الأول الابتدائي، تكونت العينة من (45) طفلاً وطفلةً، تراوحت أعمارهم بين (6-7) سنوات، واستعملت الباحثة المنهج التجريبي، والأدوات التالية : اختبار المواقف الشفوية لقياس المهارات الحياتية، وبطاقة ملاحظة السلوك للمهارات الحياتية، ومقياس مهارات الاستعداد اللغوي، وبرنامج لتنمية بعض المهارات الحياتية ومهارات الاستعداد اللغوي من إعداد الباحثة، وتم تدريسها لمجموعة البحث، وأوضحت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات الأطفال في مقاييس المهارات الحياتية لصالح القياس البعدي ، ومقياس مهارات الاستعداد اللغوي لصالح القياس البعدي، وأوضحت النتائج فاعلية البرنامج في تنمية بعض المهارات الحياتية ومهارات الاستعداد اللغوي في الصف الأول الابتدائي.

3- دراسة البلادي(2018) : فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي بمدينة الرياض .

هدفت الدراسة التعرف على فاعلية برنامج للأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي، استعملت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي، ومجموعة من الأدوات تضمنت مقياس للمهارات الحياتية، وبرنامج للنشاطات المدرسية ، ودليل للمعلمة لتنفيذ النشاطات المدرسية، تكونت العينة من (70) طالبة بمدرسة ابتدائية في مدينة الرياض، تم تقسيمهن إلى مجموعتين؛ الأولى تجريبية عددها (36) طالبة، درست البرنامج المقترح، والثانية ضابطة عددها (34) طالبة درست بالطريقة المعتادة، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة في اختبار المهارات الحياتية الصحية الغذائية لصالح المجموعة التجريبية، بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة في اختبار المهارات الحياتية الصحية الوقائية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط المجموعة التجريبية ومتوسط المجموعة الضابطة في اختبار المهارات الحياتية الصحية الشخصية لصالح المجموعة التجريبية، وأوصت الدراسة بتفعيل النشاطات المدرسية في المرحلة الابتدائية بنوعها الصفية واللاصفية ، لمساعدة المعلمين والمعلمات على تطبيقها وتجنب الأخطاء عند تنفيذها.

4- دراسة (عبد الكريم وآخرون ، 2023) : فاعلية برنامج مقترح قائم على التعلم النشط في تنمية مهارات التفكير الإبداعي في العلوم لدى طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عمان .

هدفت الدراسة معرفة فاعلية برنامج مقترح قائم على التعلم النشط في تنمية مهارات التفكير الإبداعي في العلوم لدى طلبة التعليم الأساسي ، استعملت الدراسة المنهج شبه التجريبي من عدة مجموعات تجريبية وضابطة ، تكونت عينة الدراسة من (7) مدارس و(598) طالباً وطالبة في الصف الثامن الأساسي، وتم توزيع الطلبة عشوائياً إلى مجموعات ضابطة عددها(297) طالباً وطالبة، ومجموعات تجريبية عددها(301) طالباً وطالبة، تم تطوير برنامج قائم على التعلم النشط في وحدتي (التكاثر والتطور) و(المغناطيسية والكهرباء)، واختبار التفكير الإبداعي (CTT)، وتم التحقق من صدق وثبات الأدوات، وتطبيق البرنامج المقترح على المجموعات التجريبية، بينما تم تدريس المجموعات الضابطة بالطريقة التقليدية، تم تطبيق اختبار التفكير الإبداعي في العلوم قبليةً وبعدياً على المجموعات جميعها، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات طلبة المجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار التفكير الإبداعي ومهاراته (الأصالة، والطلاقة، والمرونة، والحساسية للمشكلات) لصالح المجموعتين التجريبيتين، وكان حجم الأثر كبيراً مما يدل على فاعلية البرنامج المقترح القائم على التعلم النشط في تنمية مهارات التفكير الإبداعي في العلوم لدى عينة الدراسة .

ثانياً : الدراسات الأجنبية

1- دراسة (Yuen,et.al,2010): تعزيز تطور المهارات الحياتية: تصورات المراهقين الصينيين.

هدفت الدراسة التعرف على وعي الطلبة الصينيين لمستوى مهاراتهم الحياتية، والأهمية التي يولونها لها، وكذلك التأثيرات الواقعة في محيط المدرسة وخارج المدرسة، والتي تساعد على تطوير وتحسين مستوى المهارات الحياتية، تكونت عينة الدراسة من (6) مجموعات مختلفة تشتمل على (52) طالباً في المرحلة الثانوية ، واستعمل المنهج الوصفي في الدراسة، وكانت أداة البحث هي المقابلة الشخصية، أشارت النتائج إلى وجود وعي حول الكثير من المهارات الحياتية البارزة كالمهارات الأكاديمية، والتعلم الذاتي، والمهارات الشخصية وكذلك المهارات الاجتماعية، بالإضافة لمهارة التخطيط للوظيفة المستقبلية ، واقترح بعض الطلبة عدداً من الاستراتيجيات العملية والتي يمكن تطبيقها في المدارس لتحسين مستوى المهارات الحياتية للطلبة وتطويرها.

2- دراسة (Erawan,2010) : تطوير مقياس المهارات الحياتية لطلبة المرحلة الثانوية من خلال البحث باستخدام الأساليب المختلطة .

هدفت الدراسة بناء مقياس المهارات الحياتية، تم استخدام التحليل النوعي لتقنية مخطط التقارب في العصف الذهني لمجموعة خبراء وإجماعهم على مؤشرات السلوك الجماعي بناءً على مكونات المهارات الحياتية، ثم تم تنفيذ كل عنصر لتشكيل المقياس الذي يمكن استعماله لجمع البيانات من خلال الطريقة الكمية بين 1305 طالباً في المدرسة الثانوية في جميع أنحاء تايلاند، تم تحليل البيانات للقيم الإحصائية وكذلك قيم مؤشر جودة المقياس على النحو التالي: تحليل معامل الارتباط لمقياس المهارات الحياتية، وتحليل الاتساق الداخلي للمقياس من خلال معامل ألفا كرونباخ ، والتحقق من صدق البناء من خلال التحليل العاملي التوكيدي، وتشير نتائج الدراسة إلى تحديد مؤشرات السلوك من الخبراء من خلال تقنية مخطط التقارب عن وجود 125 مؤشر سلوكي تنقسم على تسعة مكونات من المهارات الحياتية هي: (1) التفكير الناقد (2) التفكير الإبداعي (3) الوعي الذاتي (4) التعاطف (5) احترام الذات (6) المسؤولية الاجتماعية (7) مهارات العلاقات الشخصية والتواصل (8) مهارات اتخاذ القرار وحل المشكلات (9) مهارات التعامل مع المشاعر والتوتر، وأظهرت النتائج أيضاً أن نتيجة التحقق من صحة المحتوى من قبل الخبراء وجود اتساق بين مؤشرات السلوك للمهارات الحياتية وبنود مقياس المهارات الحياتية الذي تم بناؤه ، إذ أن قيمة المؤشرات الارتباطية للمقياس تتراوح بين 0.6-1.0، وهذا يشير إلى أن المقياس الذي تم بناؤه قادر على قياس المهارات الحياتية .

3- دراسة (Smitha&Thomas,2018) : دراسة حول الوعي بالمهارات الحياتية لدى طلبة الدراسات العليا.

هدفت الدراسة تقييم الوعي بالمهارات الحياتية بين خريجي الدراسات العليا فيما يتعلق ببعض المتغيرات الديموغرافية، تم اختيار (100) طالب (25 آداب و25 علوم) و50 طالبة (25 آداب و25 علوم) من مختلف أقسام جامعة كيرالا المركزية، تم استخدام أسلوب البحث المسحي المعياري للدراسة، وتم إعداد أداة على شكل استبيان حول الوعي بالمهارات الحياتية تتكون من (50) سؤالاً تركز على خمسة أبعاد للمهارات الحياتية وهي حل المشكلات واتخاذ القرار والتعاطف والتواصل الفعال والتعامل مع الإجهاد والصدمات والخسارة، تم توحيد الأداة من خلال تحليل العناصر حيث تم الاحتفاظ بـ 33 سؤالاً من المسودة الأولية المكونة من 50 عنصراً لجمع البيانات، كشفت الدراسة عن عدم وجود فرق كبير في الوعي بالمهارات الحياتية لخريجي الدراسات العليا فيما يتعلق بالجنس والعمر ونوع الأسرة والحالة الاجتماعية .

4- دراسة (Ghabakhlou,et.al,2021): توفير نموذج منهج تعليمي لمهارات الحياة للطلبة في المدارس الابتدائية في إيران .

هدفت الدراسة الإجابة على السؤال حول النموذج المناسب لمهارات الحياة عند الطلبة في المدارس الابتدائية، وتصميم نموذج مناسب لمهارات الحياة لدى الطلبة ، تم تصميم استبيان شامل يعتمد على الخبراء الأكاديميين، والتحقق من ثبات الاستبيان من خلال معامل ألفا كرونباخ (0.70) ، تم تقديم نموذج مناسب لمهارات الحياة لدى الطلبة من خلال المنهج الوصفي، استعمل الباحثون المقابلات شبه المنظمة مع الخبراء من أجل تحديد المكونات والعوامل المؤثرة على مهارات الحياة للطلبة، تكونت العينة من أعضاء هيئة التدريس ، ومديري المدارس في

مقاطعات محافظة طهران ومن لديهم المعلومات حول مهارات الحياة المناسبة للطلبة، تمت مقابلة 24 عضواً من أعضاء هيئة التدريس ومديري المدارس والمعلمين في مجال مهارات الحياة الطلبة ، توصلت الدراسة إلى تصميم أداة كمية تعتمد على النموذج المفاهيمي الناتج عن المكونات والمؤشرات المحددة، واستخدامها على نطاق واسع بين العينات المختارة، وبالتالي تحقيق نموذج مناسب لمهارات الحياة لدى الطلبة ، وتوصلت الدراسة أيضاً إلى أن الوعي الذاتي له مرتبة أعلى من المكونات الأخرى من وجهة نظر المديرين ، في حين كانت المهارات العلمية والتكنولوجية لها مرتبة أعلى من المكونات الأخرى من وجهة نظر المعلمين ، ومن وجهة نظر المدرسين فإن وقت التدريب له مرتبة أفضل، علاوة على ذلك يعتقد المعلمون أن العوامل الشخصية لها مرتبة أفضل من بين مكونات مهارات الحياة .

الفصل الثالث : منهجية البحث وإجراءاته

أولاً: مجتمع البحث:

تألف المجتمع من (57081) تلميذ وتلميذة (*) بواقع (32113) تلميذ و(24968) تلميذة ضمن مدارس المديرية العامة لتربية الكرخ الثانية ، للسنة الدراسية (2025-2024) .

ثانياً: عينة البحث:

اعتمد الباحث الأسلوب القصدي في اختيار العينة ، من الصفوف الأول والثاني والثالث والرابع الابتدائي بأعمار (6-7-8-9) سنوات ، إذ كان عدد أفراد العينة (120) تلميذ وتلميذة بواقع (15) تلميذاً و(15) تلميذة في كل مرحلة عمرية ودراسية ، وجدول (1) يوضح ذلك .

الجدول (1)

أعداد تلاميذ عينة البحث موزعين بحسب المنطقة والمدرسة والمرحلة الدراسية والجنس

المديرية	المنطقة	المدرسة	المرحلة الدراسية والعمر	الجنس	العدد	المجموع
الكرخ الثانية	الدورة	الامام موسى الكاظم (ع)	الأول (٦) سنوات	إناث	١٥	٦٠
			الثاني (٧) سنوات		١٥	
			الثالث (٨) سنوات		١٥	
			الرابع (٩) سنوات		١٥	
	البياع	الهجرة الابتدائية	الأول (٦) سنوات	ذكور	١٥	٦٠
			الثاني (٧) سنوات		١٥	
			الثالث (٨) سنوات		١٥	
			الرابع (٩) سنوات		١٥	
					١٢٠	المجموع

(*) تم الحصول على أعداد الطلبة من شعبة التخطيط و الاحصاء في المديرية العامة لتربية الكرخ الثانية .

ثالثاً: أداة البحث

بعد أن اطلع الباحث على الأدب النظري وعدد من الدراسات المحلية والأجنبية وعدد من المقاييس للمهارات الحياتية ، أعد الباحث مقياس للمهارات الحياتية على وفق استراتيجيات التدريس الحديثة ، يتكون المقياس من أربعة محاور يتضمن كل محور ثلاثة نشاطات تقيس ثلاث مهارات ، وبذلك يتكون المقياس من (12) مهارة ، وينتهي كل نشاط بطرح سؤال تكون الإجابة عن بنعم أو لا ، لقياس مدى توفر المهارة عند التلميذ ، ملحق (2).

رابعاً: تصحيح المقياس

يتكون المقياس من (12) نشاط، ملحق (2) ، يحتوي كل نشاط على سؤال تمثل الإجابة " نعم " وجود المهارة فيحصل المستجيب على الدرجة (1) ، والإجابة " لا " عدم وجود المهارة فيحصل على الدرجة (0) ، وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها المستجيب هي (12) .

خامساً : الخصائص السايكومترية للمقياس

1- الصدق Validity :

استعمل الباحث عدداً من الوسائل للتحقق من صدق المقياس وهي :

أ- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال :

استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال، وظهر أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) ودرجة حرية (118) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (0.254) ، وكما موضح في جدول (2) .

الجدول (2)

قيم معاملات الارتباط لدرجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمجال

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٦١	٧	٠.٦٦
٢	٠.٧٢	٨	٠.٧٣
٣	٠.٦١	٩	٠.٧٥
٤	٠.٦٣	١٠	٠.٥٣
٥	٠.٦٣	١١	٠.٦٣
٦	٠.٦٨	١٢	٠.٦٦

ب- الصدق الظاهري

استعمل الباحث الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس على مجموعة من المحكمين في علم النفس والبالغ عددهم (8) ثمانية محكمين، ملحق(1) ، فحصلت الفقرات جميعها على نسبة اتفاق (80%) .

2- الثبات Reliability :

لحساب ثبات المقياس استعمل الباحث معادلة التجانس الداخلي (Alpha Cronbach) ، فبلغ ثبات معامل ألفا عند تطبيق المقياس (78,.) .

سادساً : الوسائل الإحصائية

استعمل الباحث الحقيقية الإحصائية (SPSS) متضمنة الوسائل الإحصائية الآتية :-

- 1- معادلة الفا كرونباخ : لإيجاد الثبات للمقياس .
- 2- معامل ارتباط بيرسون : لحساب معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمحور.
- 3- الاختبار التائي لعينة واحدة : لإيجاد دلالة الفرق الإحصائي بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي على مقياس المهارات الحياتية .
- 4- تحليل التباين التائي بتفاعل ؛ لإيجاد الفروق في متوسطات درجات أفراد العينة وفقاً لمتغيري المرحلة العمرية والجنس .
- 5- اختبار توكي للمقارنات البعدية لمعرفة دلالة الفرق الإحصائي في متوسطات درجات أفراد العينة وفقاً لمتغير المرحلة العمرية .

الفصل الرابع : نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها ومناقشتها على وفق تسلسل أهداف البحث، ومن ثم التوصل إلى الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات .

أولاً: نتائج البحث

- 1- تطور المهارات الحياتية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية للصفوف الأول والثاني والثالث والرابع الابتدائي ، بأعمار (6-7-8-9) سنوات لتحقيق الهدف تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأداء التلاميذ على مقياس المهارات الحياتية ، ولإيجاد دلالة الفرق الإحصائي بين المتوسط الفرضي والمتوسط المحسوب، استعمل الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة ، وكما هو موضح في جدول (3).

الجدول (٣)

الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي

مستوى الدلالة (٠.٠١)*	القيمة التائية المحسوبة	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العمر
دالة	٦,٧٢	٦	٠,٨٦٨	٧,٠٦	٦ سنوات
دالة	١٩,٣٨		٠,٦٦٨	٨,٣٦	٧ سنوات
دالة	٣٢,٢٧		٠,٦٦١	٩,٩٠	٨ سنوات
دالة	٦٢,٩٥		٠,٤٩٠	١١,٦٣	٩ سنوات

• القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠١) ودرجة حرية (٢٩) = ٢,٧٦

- 2- الفروق ذات دلالة احصائية في المهارات الحياتية عند تلاميذ المرحلة الابتدائية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور ,إناث) والعمر (6-7-8-9) سنوات .

لتحقيق الهدف تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات العينة على مقياس المهارات الحياتية بحسب متغيرات العمر والجنس والجدول (4) يوضح ذلك .

الجدول (4)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على مقياس المهارات الحياتية بحسب المرحلة العمرية والجنس

المرحلة العمرية	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري
٦ سنوات	ذكور	١٥	٧,١٣	٦	٠,٨٣٣
	إناث	١٥	٧		٠,٩٢٥
٧ سنوات	ذكور	١٥	٨,٤٦		٠,٦٣٩
	إناث	١٥	٨,٢٦		٠,٧٠٣
٨ سنوات	ذكور	١٥	١٠		٠,٦٥٤
	إناث	١٥	٩,٨٠		٠,٦٧٦
٩ سنوات	ذكور	١٥	١١,٧٣		٠,٤٥٧
	إناث	١٥	١١,٥٣		٠,٥١٦

ولمعرفة إذا كانت الفروق بين المتوسطات تبعاً لمتغير المرحلة العمرية والجنس ذات دلالة إحصائية استعمل الباحث اختبار تحليل التباين الثنائي بتفاعل ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة للمرحلة العمرية (244,034) وهي دالة عند مستوى دلالة (0,01) ودرجتي حرية (3, 112) عند مقارنتها بالقيمة الفائية الجدولية البالغة (3.98) ويعني هذا أن لمتغير العمر أثر في تطور المهارات الحياتية، وبلغت القيمة الفائية المحسوبة للجنس (2,112) وهي غير دالة عند مستوى دلالة (0,01) ودرجتي حرية (1, 112) عند مقارنتها بالقيمة الفائية الجدولية والبالغة (6,90) ويعني هذا أن ليس لمتغير الجنس أثر في المهارات الحياتية ، وبلغت القيمة الفائية المحسوبة للتفاعل (العمر * الجنس) (0,017) وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01) ودرجتي حرية (3, 112) عند مقارنتها بالقيمة الفائية الجدولية والبالغة (3,98) ويعني هذا أنه ليس للتفاعل بين العمر والجنس أثر في المهارات ، وجدول (5) يوضح ذلك.

الجدول (٥)

نتائج تحليل التباين لاختبار الفروق بين متوسطات درجات العينة في مقياس المهارات الحياتية

مصدر التباين	مجموع المربعات SS	درجة الحرية df	متوسط المربعات ms	القيمة الفائية المحسوبة
العمر	٣٤٩,٤٩٢	٣	١١٦,٤٩٧	٢٤٤,٠٣٤
الجنس	١,٠٠٨	١	١,٠٠٨	٢,١١٢
العمر * الجنس	٠,٠٢٥	٣	٠,٠٠٨	٠,٠١٧
الخطأ	٥٣,٤٦٧	١١٢	٠,٤٧٧	
الكل	٤٠٣,٩٩٢	١٢٠		

ثم استعمل الباحث اختبار توكي (Tukey) للمقارنة بين متوسطات درجات الأفراد بحسب لمعرفة اتجاه الفرق في المتوسطات بحسب العمر ، وكما موضح في جدول (6) .

الجدول (٦)

نتائج اختبار توكي للمقارنة بين المتوسطات على مقياس المهارات الحياتية وفقاً للمرحلة العمرية

العمر	العينة	المتوسط	قيمة توكي المحسوبة *	مستوى الدلالة
٦ سنة	٣٠	٧,٠٦	١,٣٠٠٠	دالة
٧ سنة	٣٠	٨,٣٦		
٦ سنة	٣٠	٧,٠٦	٢,٨٣٣٣	دالة
٨ سنة	٣٠	٩,٩٠		
٦ سنة	٣٠	٧,٠٦	٤,٥٦٦٧	دالة
٩ سنة	٣٠	١١,٦٣		
٧ سنوات	٣٠	٨,٣٦	١,٥٣٣٣	دالة
٨ سنوات	٣٠	٩,٩٠		
٧ سنوات	٣٠	٨,٣٦	٣,٢٦٦٧	دالة
٩ سنوات	٣٠	١١,٦٣		
٨ سنوات	٣٠	٩,٩٠	١,٧٣٣٣	دالة
٩ سنوات	٣٠	١١,٦٣		

ثانياً: الاستنتاجات

- 1- وجود تطور في المهارات الحياتية عند التلاميذ بأعمار (6-7-8-9) سنوات .
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الحياتية وفقاً لمتغير العمر.
- 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المهارات الحياتية وفقاً لمتغير الجنس .

ثالثاً: التوصيات

- 1- إقامة الدورات التدريبية للمعلمين للمساهمة في تطوير المهارات الحياتية عند التلاميذ .
- 2- تضمين المهارات الحياتية في المناهج الدراسية للمساهمة في تطوير شخصيات التلاميذ وصقلها وتنميتها .

رابعاً: المقترحات

- 1- إجراء دراسة تطور المهارات الحياتية عند طلبة المرحلة الثانوية .
- 2- إجراء دراسة عن تطور المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاء الاجتماعي عند تلاميذ المرحلة الابتدائية .

المصادر العربية :

- البلاوي ، ماجدة عودة مبارك (2018):فاعلية برنامج الأنشطة المدرسية في مادة العلوم لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى طالبات الصف السادس الابتدائي بمدينة الرياض ، مجلة العلوم الربوية والنفسية ، مجلد(2)، عدد(10) ، 91-117 .
- الحريري،رافدة (2011): الجودة الشاملة في المناهج وطرق التدريس، دار المسيرة، عمان، الأردن .
- حمادة، سلوى علي (2012): فاعلية برنامج قائم على أنشطة الأركان لتنمية المهارات الحياتية والاستعداد اللغوي في الصف الأول الابتدائي، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- السليتي ، فراس محمد(2015): استراتيجيات التدريس المعاصرة ، عالم الكتب الحديث ، أربد – الأردن .
- صبري،ماهر اسماعيل(2002): الموسوعة العربية لمصطلحات التربية والتعليم، مكتبة الرشد، الرياض.
- عبد الكريم ، رائد وعبد الرشيد ، ناصر سيد والسيد ، عبد القادر(2023): فعالية برنامج مقترح قائم على التعلم النشط في تنمية مهارات التفكير الابداعي في العلوم لدى طلبة التعليم الأساسي بسلطنة عمان ، مجلة كلية التربية – جامعة الاسكندرية ، مجلد(33)، عدد(2) ، 57-82 .
- عطية، محسن علي(2013): المناج الحديثة وطرائق التدريس، دار المناهج للنشر ، عمان- الأردن.
- وافي، عبد الرحمن جمعة (2010): المهارات الحياتية وعلاقتها بالذكاءات المتعددة لدى طلبة المرحلة الثانوية في قطاع غزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية – الجامعة الإسلامية.

المصادر الأجنبية :

- Bharath, Srikala & Kishore, Kumar. (2014): Empowering adolescents Using life skills For Psychological Competence ,Level 3, Department of Psychiatry National Institute of Mental Health & Neuro sciences Bangalore-29, India.
- Bindu, T. & Saravanakumar, Dr (2023). Life Skills Education Enhancing Competencies for Adaptive Living , International Journal of Innovative Science and Research Technology ,Vol (8), No (8),2300-2305, DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8334719>
- Erawan, P.(2010).Developing Life Skills Scale for High School Students Through Mixed Methods Research,European Journal of Scientific Research,Vol(47),No(2),169-186.<https://doi.org/10.1037/e567102014-001>
- Ghabakhlou, B., Ghalavandi, H., & Hosseinpour, AR. (2021): Provision of curriculum model of student life skills at primary schools of Iran. Propósitos y Representaciones,9(SPE3),e1124.Doi: <http://dx.doi.org.10.20511.pyr2021.v9nSPE3.1124>

- Jain, S. (2011). Importance of blending academic and life skills , SriLanka, Journal of Child Health, 40, (2), 82-84, <https://doi.org/10.4038/sljch.v40i2.3101>
- Kumar, Pradeep.S.L (2021): Importance Of Life Skill Education And Teaching methods , Journal of Emerging Technologies and Innovative Research, Vol(8), No(2), 2273-2280.
- Mangrulkar, L., Whitman, C. V., & Posner, M. (2001): Life skills approach to child and adolescent healthy human development. Washington, DC, USA:: PAHO.
- Parmar, Dipesh (2022): Life Skills Education: Importance And Strategies, International Journal of Creative Research Thoughts, Vol(10), No(10), 208-212.
- Rakhi, Smt.N(2011): Life Skill Education , University Of Calicut School Of Distance Education, Layout & Settings: Computer Section, SDE.
- Ravindra, H.N (2012). Life Skills Approach - An Interactive Nursing Approach. IOSR Journal of Nursing and health Science, Vol(1), No(1), 29-32.
- SMITHA, M. A., & THOMAS, D. M. V. (2018). A Study On Awareness Of Life Skills Among Post Graduate Students, International Journal of Creative Research Thoughts, Vol(6), No(1), 385-392.
- UNICEF (2012). Evaluation Report: Global Evaluation of Life Skills Education Programs. Evaluation Office. New York: United Nations Children's Fund.
- World Health Organization (1997). Life Skills Education for Children and Adolescents in Schools. Introduction and Guidelines to Facilitate the Development and Implementation of Life Skills Programs. World Health Organization - Programme on Mental Health. Doc. WHO/MNF/PSF/93.7A.Rev.2. Geneva: World Health Organization.
- Yuen, M., Chan, R., Gysbers, N., Lau, P., Lee, Q., Shea, P., Fong, R. & Chung, Y. (2010): Enhancing life skills development: Chinese adolescents' perceptions. Pastoral Care in Education, Vol. 28, No. 4, December, pp. 295-310.