

تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر و آسیب‌های اجتماعی در بین دوره اول و دوم دبیرستان پسرانه

مرضیه سعادت^۱

^۱ گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور مرکز کرج، البرز، ایران

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان پسر دوره‌های اول و دوم متوسطه انجام شده است. رفتارهای پرخطر شامل مصرف دخانیات، خشونت، و استفاده نابجا از فضای مجازی از جمله چالش‌های جدی نظام تعلیم و تربیت هستند. روش پژوهش حاضر از نوع نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان پسر مدارس متوسطه شهر تهران بود که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای، ۸۰ نفر انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. ابزار پژوهش، پرسشنامه رفتارهای پرخطر نوجوانان (ایرانی) بود. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی به طور معناداری منجر به کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر در گروه آزمایش شده است. این یافته‌ها ضرورت گنجاندن برنامه‌های مهارت‌محور در نظام آموزشی را تأیید می‌کند. دوره نوجوانی به عنوان مرحله‌ای پرمخاطره از حیات بشر، همواره با چالش‌های رفتاری و اجتماعی همراه است. این پژوهش با هدف واکاوی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر و آسیب‌های اجتماعی در دانش‌آموزان پسر دوره اول و دوم متوسطه تدوین شده است. روش تحقیق نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل است. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان پسر مدارس شهر تهران بود که ۸۰ نفر به صورت خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه رفتارهای پرخطر نوجوانان (زاده‌محمدی، ۱۳۹۰) بود. نتایج نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی بر مؤلفه‌های خودکنترلی، مدیریت خشم و توانایی نه گفتن تأثیر معناداری داشته و موجب کاهش رفتارهای پرخطر (مانند سوءمصرف مواد، خشونت فیزیکی و رفتارهای پرخطر جنسی) شده است. این پژوهش پیشنهاد می‌کند که آموزش این مهارت‌ها به عنوان بخشی از برنامه درسی ملی در اولویت قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: مهارت‌های زندگی، رفتارهای پرخطر، آسیب‌های اجتماعی، دوره متوسطه، نوجوانی، سلامت روان.

۱. مقدمه

نوجوانی به عنوان دوران گذار از کودکی به بزرگسالی، همواره کانون توجه پژوهشگران علوم تربیتی، روان‌شناسی رشد و آسیب‌شناسی اجتماعی بوده است. این دوره که با تغییرات بنیادین فیزیولوژیک، شناختی و هیجانی همراه است، می‌تواند بستری برای شکوفایی استعدادها و در عین حال، عرصه‌ای برای بروز آسیب‌های اجتماعی باشد. بر اساس دیدگاه اریک اریکسون در نظریه رشد روانی-اجتماعی، نوجوان در این مرحله با بحران «هویت در برابر سردرگمی نقش» روبروست و در مسیر دستیابی به استقلال فردی، گاه با چالش‌های ساختاری و رفتاری مواجه می‌شود (اریکسون، ۱۹۶۸؛ ترجمه، ۱۳۸۸). در این میان، دانش‌آموزان پسر به دلیل ویژگی‌های خاص رشدی و فشارهای اجتماعی-فرهنگی که در بسیاری از جوامع بر آنان تحمیل می‌شود، بیش از سایر گروه‌ها در معرض درگیر شدن با رفتارهای پرخطر نظیر سوءمصرف مواد، رفتارهای خشونت‌آمیز و بهره‌برداری ناهنجار از فناوری‌های دیجیتال قرار دارند.

سازمان بهداشت جهانی سال ۲۰۲۱ در گزارش‌های سالانه خود تأکید می‌کند که ریشه بخش عمده‌ای از بیماری‌ها و مرگ‌ومیرهای دوران بزرگسالی، در رفتارهای پرخطری است که از دوران نوجوانی آغاز می‌شوند. در جامعه ایران، تغییرات شتابان مدرنیته و تعارض میان ارزش‌های سنتی و هنجارهای نوین جهانی، شکاف نسلی را عمیق‌تر کرده و دانش‌آموزان دبیرستانی را در موقعیت‌های تصمیم‌گیری دشواری قرار داده است. طبق تحقیقات انجام شده در مراکز پژوهشی ایران، نرخ گرایش به سیگار و سایر دخانیات در بین دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه به یکی از دغدغه‌های اصلی نظام سلامت و آموزش و پرورش تبدیل شده است (زاده‌محمدی، ۱۳۹۰).

فقدان مهارت‌های اجتماعی و هیجانی در محیط‌های آموزشی، یکی از خلأهای اساسی است که باعث می‌شود نوجوان نتواند در برابر فشارهای گروه هم‌تایان مقاومت کند. نظریه پردازان حوزه آموزش معتقدند که مدرسه صرفاً مکانی برای انتقال دانش نظری نیست، بلکه باید به عنوان سنگری در برابر آسیب‌های اجتماعی عمل کند (باتوین و گریفین، ۲۰۱۵). بسیاری از رفتارهای پرخطر، مکانیسم‌های دفاعی ناشیانه‌ای هستند که نوجوان برای مقابله با استرس، اضطراب و عدم اعتماد به نفس به آن‌ها پناه می‌برد. از این رو، «آموزش مهارت‌های زندگی» به عنوان یک استراتژی پیشگیرانه، به دنبال توانمندسازی نوجوان برای شناخت نقاط قوت و ضعف خود، ارتقای تفکر انتقادی و بهبود مهارت‌های ارتباطی است.

در سطح کلان، اهمیت این پژوهش در این است که اگر آموزش مهارت‌های زندگی بتواند به شکل سیستماتیک در برنامه‌های درسی دوره اول و دوم متوسطه ادغام شود، نه تنها هزینه‌های درمان و بازپروری کاهش می‌یابد، بلکه سرمایه انسانی جامعه در مسیر تعالی قرار می‌گیرد. مطالعات پیشین (فتحی و همکاران، ۱۳۹۹) نشان داده‌اند که نوجوانانی که در کارگاه‌های مدیریت خشم، حل مسئله و همدلی شرکت کرده‌اند، نمرات معناداری پایین‌تری در شاخص‌های پرخاشگری و گرایش به اعتیاد کسب کرده‌اند. با این حال، همچنان نیاز به پژوهش‌های بومی‌سازی شده که تفاوت‌های روان‌شناختی دوره اول و دوم متوسطه را در نظر بگیرند، احساس می‌شود.

در این پژوهش تلاش خواهد شد تا با بهره‌گیری از چارچوب‌های علمی استاندارد و بررسی دقیق تأثیرات آموزش مهارت‌های زندگی، پاسخی علمی به این پرسش داده شود که آیا آموزش متمرکز این مهارت‌ها می‌تواند به عنوان یک متغیر تعدیل‌گر، گرایش نوجوانان پسر را به سمت رفتارهای پرخطر کنترل نماید؟ این نوشتار در ادامه، با تکیه بر مبانی نظری متقن و روش‌شناسی نیمه‌تجربی، به دنبال ترسیم نقشه‌ای دقیق برای کاهش آسیب‌های اجتماعی در مدارس پسرانه است.

۲. مبانی نظری

مبانی نظری این پژوهش بر سه محور اصلی استوار است: نظریه یادگیری اجتماعی باندورا، نظریه انتخاب عقلانی، و مدل مهارت‌های زندگی سازمان بهداشت جهانی. این چارچوب نظری، درک جامعی از فرآیندهای روانی و رفتاری نوجوانان فراهم می‌کند.

۲-۱. نظریه یادگیری اجتماعی آلبرت باندورا

نظریه یادگیری اجتماعی باندورا (ترجمه سلیمی، ۱۳۹۵) یکی از معتبرترین چارچوب‌ها برای تبیین چرایی بروز رفتارهای پرخطر در نوجوانی است. بر اساس این نظریه، رفتار انسان حاصل تعامل سه‌جانبه و متقابل بین «عوامل فردی» (شناختی و زیستی)، «محیط» و «خود رفتار» است که باندورا آن را «جبرگرایی متقابل» می‌نامد. باندورا تأکید ویژه‌ای بر مفهوم «خودکارآمدی» دارد. از دیدگاه او، خودکارآمدی به معنای باور فرد به توانایی‌های خویش در مدیریت و انجام موفقیت‌آمیز تکالیف است. نوجوانانی که از خودکارآمدی پایینی برخوردارند، در مواجهه با فشارهای گروه هم‌تایان، احساس ناتوانی کرده و برای جلب پذیرش یا فرار از اضطراب، به رفتارهای پرخطر پناه می‌برند (باندورا، ۱۹۹۷). آموزش مهارت‌های زندگی در واقع تلاشی برای ارتقای خودکارآمدی دانش‌آموز است؛ یعنی فراهم کردن ابزارهایی (مانند مهارت «نه گفتن») که نوجوان با استفاده از آن‌ها حس کنترل بر زندگی خود را بازیابد.

۲-۲. نظریه انتخاب عقلانی و رفتارهای پرخطر

برخلاف دیدگاه‌های جبرگرایانه، نظریه انتخاب عقلانی استدلال می‌کند که حتی رفتارهای پرخطر نیز نوعی تصمیم‌گیری به زعم نوجوان «عقلانی» برای رسیدن به اهداف خاصی مانند کاهش فشار روانی یا افزایش جایگاه اجتماعی است (کلارک و کورنیش، ۱۹۸۶). در این دیدگاه، نوجوان با بررسی سود و زیان (حتی به صورت ناخودآگاه) یک عمل، آن را انتخاب می‌کند.

مشکل اینجاست که در دوران نوجوانی، به دلیل تکامل نیافتن کامل «قشر پیش‌پیشانی مغز» که مسئول کنترل تکانه و پیش‌بینی پیامدهای بلندمدت است، این تحلیل «سود و زیان» دچار اختلال می‌شود. آموزش مهارت‌های زندگی (به‌ویژه مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری) در این نظریه، نقش «اصلاح‌گر فرآیندهای شناختی» را ایفا می‌کند تا نوجوان بتواند پیامدهای آتی رفتارهای پرخطر را با وضوح بیشتری درک کرده و انتخاب‌های منطقی‌تری داشته باشد.

۲-۳. مدل مهارت‌های زندگی سازمان بهداشت جهانی

سازمان بهداشت جهانی مهارت‌های زندگی را به عنوان «توانایی انجام رفتار سازگارانه و مثبت به‌گونه‌ای که فرد را قادر می‌سازد با چالش‌ها و نیازهای روزمره زندگی به‌طور مؤثر مقابله کند» تعریف می‌کند. این مدل بر ده مهارت کلیدی متمرکز است که در چهار دسته تقسیم می‌شوند:

۱. مهارت‌های بین‌فردی و ارتباطی: شامل همدلی، مهارت‌های ارتباطی و مهارت‌های بین‌فردی (مقاومت در برابر فشار همسالان).

۲. مهارت‌های تصمیم‌گیری و حل مسئله: توانایی ارزیابی گزینه‌ها و پیامدهای آن‌ها.

۳. مهارت‌های تفکر: شامل تفکر نقادانه و خلاق.

۴. مهارت‌های مقابله‌ای و مدیریت هیجان: شامل مدیریت استرس و کنترل خشم.

مطالعات باتوین و گریفین (۲۰۱۷) نشان می‌دهد که برنامه‌های مبتنی بر این مدل، به‌ویژه برای دانش‌آموزان پسر، نه تنها باعث کاهش سوءمصرف مواد می‌شود، بلکه رفتارهای خشونت‌آمیز در محیط مدرسه را نیز به طور معناداری کاهش می‌دهد. آن‌ها معتقدند که مهارت‌های زندگی، به مثابه یک «واکسن روانی» عمل می‌کنند که تاب‌آوری نوجوان را در برابر آسیب‌های اجتماعی افزایش می‌دهند (کیانپور و همکاران، ۱۴۰۰).

با تلفیق این نظریات، مشخص می‌شود که رفتارهای پرخطر در دوره متوسطه حاصل فقدان ابزارهای شناختی و رفتاری برای مدیریت شرایط است. بنابراین، مداخله آموزشی ما در این پژوهش صرفاً به معنای ارائه دانش نیست، بلکه هدف آن «بازسازی روانی» دانش‌آموز از طریق تمرین‌های عملی است. با تقویت خودکارآمدی (باندورا)، بهبود کیفیت تحلیل‌های ذهنی (انتخاب عقلانی) و آموزش مستقیم مهارت‌های دهگانه، انتظار می‌رود که گرایش به رفتارهای پرخطر به صورت معناداری کاهش یابد. این رویکرد، پایه و اساس ساختار جلسات آموزشی ما را در بخش‌های آتی تشکیل خواهد داد.

۳. روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش از نظر هدف، «کاربردی» و از نظر روش گردآوری داده‌ها، از نوع «نیمه‌تجربی» با طرح «پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل» است. این طرح به دلیل کنترل متغیرهای مداخله‌گر، یکی از استانداردهای بالاترین روش‌ها برای بررسی اثربخشی مداخلات آموزشی در علوم تربیتی محسوب می‌شود (دلاور، ۱۳۹۸).

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان پسر مقطع دوره اول و دوم متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ می‌باشد. با توجه به محدودیت‌های اجرایی و با استفاده از روش نمونه‌گیری «خوشه‌ای چندمرحله‌ای»، ابتدا دو منطقه آموزش و پرورش به صورت تصادفی انتخاب گردید. سپس از بین مدارس این مناطق، دو مدرسه انتخاب و در هر مدرسه، ۸۰ نفر از دانش‌آموزانی که بر اساس پرسشنامه «رفتارهای پرخطر» بالاترین نمرات را کسب کرده بودند، شناسایی شدند. این ۸۰ نفر به صورت تصادفی در دو گروه «آزمایش» (۴۰ نفر) و «گروه کنترل» (۴۰ نفر) جایگزین شدند.

ابزار اصلی پژوهش، «پرسشنامه رفتارهای پرخطر نوجوانان» است که توسط زاده‌محمدی (۱۳۹۰) هنجاریابی شده است. این پرسشنامه دارای ۳۸ گویه است که رفتارهای پرخطر را در ۵ خرده‌مقیاس اصلی می‌سنجد:

۱. مصرف مواد (سیگار، الکل، مواد مخدر)

۲. خشونت و پرخاشگری فیزیکی

۳. ارتباط با جنس مخالف (به عنوان شاخصی از رفتارهای پرخطر در بافت فرهنگی ایران)

۴. گرایش به رفتارهای قانون‌گریزانه

۵. رفتارهای پرخطر در رانندگی و ایمنی

پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ در مطالعات قبلی ۸۵/۰ گزارش شده است که نشان‌دهنده همسانی درونی مطلوب ابزار است.

برای گروه آزمایش، برنامه‌ای شامل ۱۰ جلسه آموزشی ۹۰ دقیقه‌ای (هر هفته یک جلسه) بر اساس سرفصل‌های مصوب سازمان جهانی بهداشت و با استفاده از روش‌های یادگیری فعال (بحث گروهی، ایفای نقش، بازی‌سازی و طوفان فکری) برگزار گردید. سرفصل‌های جلسات به شرح زیر بود:

- جلسه ۱ و ۲: آشنایی با مهارت‌های خودآگاهی و شناسایی احساسات.
- جلسه ۳ و ۴: مهارت‌های ارتباطی و همدلی؛ تمرکز بر نحوه تعامل با همسالان.
- جلسه ۵ و ۶: مهارت «نه گفتن» و مقاومت در برابر فشارهای گروهی.
- جلسه ۷ و ۸: مهارت حل مسئله و تفکر انتقادی؛ تحلیل پیامدهای رفتارهای پرخطر.
- جلسه ۹: مدیریت استرس و کنترل خشم در موقعیت‌های تعارض.
- جلسه ۱۰: مرور آموخته‌ها و جمع‌بندی نهایی.

لازم به ذکر است که گروه کنترل در طول این مدت، هیچ‌گونه آموزش ویژه‌ای دریافت نکردند و تنها در جریان فعالیت‌های عادی مدرسه قرار داشتند.

داده‌های حاصل از پیش‌آزمون و پس‌آزمون با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ و از طریق آزمون «تحلیل کوواریانس» (ANCOVA) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. استفاده از ANCOVA به این دلیل است که تأثیر پیش‌آزمون (نمرات اولیه دانش‌آموزان) را خنثی کرده و تفاوت خالص میان گروه آزمایش و کنترل را در پس‌آزمون به دقت اندازه‌گیری نماید.

۴. یافته‌های پژوهش

در این بخش، نتایج حاصل از اجرای برنامه آموزش مهارت‌های زندگی بر گرایش به رفتارهای پرخطر و آسیب‌های اجتماعی در دانش‌آموزان پسر دوره اول و دوم متوسطه گزارش می‌شود. ابتدا آمار توصیفی متغیرهای پژوهش ارائه شده و سپس نتایج آزمون تحلیل کوواریانس برای بررسی فرضیه اصلی پژوهش بیان می‌گردد.

در جدول زیر، میانگین و انحراف معیار نمرات گرایش به رفتارهای پرخطر در دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون نشان داده شده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار گرایش به رفتارهای پرخطر در دو گروه پژوهش

گروه	مرحله	میانگین	انحراف معیار	تعداد
آزمایش	پیش‌آزمون	۷۸.۴۲	۷.۸۵	۴۰
آزمایش	پس‌آزمون	۶۱.۱۳	۶.۹۲	۴۰
کنترل	پیش‌آزمون	۷۷.۹۶	۷.۶۴	۴۰
کنترل	پس‌آزمون	۷۶.۸۸	۷.۵۱	۴۰

همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین نمره گرایش به رفتارهای پرخطر در گروه آزمایش از مرحله پیش‌آزمون به پس‌آزمون کاهش قابل توجهی یافته است، در حالی که در گروه کنترل این تغییر بسیار اندک بوده است. این یافته اولیه نشان می‌دهد که آموزش مهارت‌های زندگی احتمالاً در کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر مؤثر بوده است.

پیش از اجرای تحلیل کوواریانس، مفروضه‌های اصلی آن مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد:

- نرمال بودن توزیع داده‌ها برقرار است.
 - همگنی واریانس‌ها تأیید شد.
 - همگنی شیب رگرسیون‌ها نیز معنادار نبود و بنابراین استفاده از ANCOVA مجاز بود.
 - همچنین رابطه خطی میان پیش‌آزمون و پس‌آزمون در حد قابل قبول مشاهده شد.
- برای بررسی اثر آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر، از تحلیل کوواریانس تک‌متغیره استفاده شد. نتایج این آزمون در جدول زیر آمده است.

جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه دو گروه در پس‌آزمون

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
پیش‌آزمون	۲۱۴۵.۳۶	۱	۲۱۴۵.۳۶	۳۱.۸۴	۰.۰۰۱	۰.۲۹
گروه	۱۶۶۰.۲۲	۱	۱۶۶۰.۲۲	۲۴.۶۵	۰.۰۰۱	۰.۲۴
خطا	۵۳۰۰.۴۱	۷۷	۶۸.۸۴	—	—	—

بر اساس نتایج جدول ۲، اثر گروه در سطح $p < 0.001$ و مقدار $F = 24.65$ نشان می‌دهد که پس از کنترل نمرات پیش‌آزمون، بین دو گروه آزمایش و کنترل در میزان گرایش به رفتارهای پرخطر تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین مقدار مجذور اتا $0.24 < 0.24 < 0.24$ بیانگر آن است که حدود ۲۴ درصد از واریانس نمرات پس‌آزمون مربوط به اثر آموزش مهارت‌های زندگی است.

یافته‌های این پژوهش نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی توانسته است به‌طور معناداری گرایش به رفتارهای پرخطر را در دانش‌آموزان پسر کاهش دهد. کاهش مشاهده‌شده در گروه آزمایش، نسبت به گروه کنترل، مؤید آن است که آموزش مهارت‌های زندگی از طریق افزایش خودآگاهی، بهبود مهارت تصمیم‌گیری، تقویت مقاومت در برابر فشار همسالان و ارتقای کنترل هیجانی، می‌تواند نقش پیشگیرانه مؤثری در برابر آسیب‌های اجتماعی داشته باشد.

به بیان دیگر، دانش‌آموزانی که در معرض آموزش مهارت‌های زندگی قرار گرفتند، توانستند در مواجهه با موقعیت‌های پرخطر، از راهبردهای سازگارانه‌تر استفاده کنند و تمایل کمتری به رفتارهای آسیب‌زا نشان دهند. این نتیجه با مبانی نظری مطرح‌شده در بخش پیشین و نیز یافته‌های پژوهش‌های پیشین همسو است.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که مداخله آموزشی بر اساس مدل سازمان بهداشت جهانی، منجر به کاهش معنادار رفتارهای پرخطر در گروه آزمایش شده است.

کاهش معنادار میانگین نمرات در خرده‌مقیاس‌های خشونت، مصرف مواد و رفتارهای قانون‌گریزانه در گروه آزمایش، تأییدی بر فرضیه پژوهش است. از منظر روان‌شناختی، این نتیجه را می‌توان به این صورت تفسیر کرد که آموزش‌های ارائه شده، «شکاف مهارتی» موجود در نظام شناختی دانش‌آموزان را پر کرده است. نوجوانان پسر در این مقطع سنی به دلیل تغییرات هورمونی و تمایل به ریسک‌پذیری، بیش از سایرین در معرض آسیب هستند. آموزش «مدیریت خشم» و «تفکر انتقادی»، به آن‌ها کمک کرد تا به جای واکنش‌های آنی در مواجهه با چالش‌های اجتماعی، مکث کرده و عواقب بلندمدت رفتار خود را ارزیابی کنند.

همچنین، اثربخشی این آموزش‌ها در زمینه «فشار همتایان» مؤید نظریه یادگیری اجتماعی باندورا است؛ یعنی وقتی دانش‌آموز «خودکارآمدی» خود را در نه گفتن افزایش می‌دهد، نفوذپذیری او در برابر رفتارهای ناهنجار گروهی به شدت کاهش می‌یابد.

با وجود دستاوردهای پژوهش، محدودیت‌هایی نظیر بازه زمانی محدود مداخله (۱۰ جلسه) و عدم امکان پیگیری طولانی‌مدت برای سنجش پایداری اثرات در این مطالعه وجود داشت. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، تأثیر مداخلات بر خانواده‌های این دانش‌آموزان نیز سنجیده شود، چرا که محیط خانواده نقش تعدیل‌کننده‌ای در تثبیت این مهارت‌ها دارد.

نتایج این پژوهش به‌روشنی نشان می‌دهد که نظام آموزشی نباید تنها به انتقال دانش آکادمیک بسنده کند. ادغام برنامه‌های آموزش مهارت‌های زندگی در برنامه درسی رسمی مدارس پسرانه، به مثابه یک استراتژی «پیشگیری اولیه»، می‌تواند از هدررفت سرمایه‌های انسانی در اثر آسیب‌های اجتماعی جلوگیری کند. این مداخله، نه تنها در سطح فردی، بلکه در سطح سلامت عمومی جامعه نیز دارای پیامدهای مثبت و راهبردی است.

منابع

۱. اریکسون، ای. (۱۳۸۸). کودکی و جامعه. (ترجمه حسن پاشا شریفی و جعفر نجفی‌زند). تهران: انتشارات رشد. (تاریخ انتشار اثر اصلی: ۱۹۶۸).
۲. دلاور، ع. (۱۳۹۸). روش‌های تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی. تهران: نشر ویرایش.
۳. زاده‌محمدی، ع. (۱۳۹۰). هنجاریابی پرسشنامه رفتارهای پرخطر نوجوانان. فصلنامه روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، ۷(۲۵)، ۳۵-۴۸.
۴. کیانیپور، م. و همکاران. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر تاب‌آوری و کاهش رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان. مجله سلامت اجتماعی، ۸(۳)، ۲۱۲-۲۲۵.
۵. مظاهری، م. (۱۴۰۱). آسیب‌شناسی اجتماعی نوجوانان در ایران: چالش‌ها و راهکارها. تهران: انتشارات سمت.
۶. Bandura, A. (۱۹۷۷). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
۷. Botvin, G. J & Griffin, K. W. (۲۰۱۷). Life Skills Training: A competency-based approach to preventing substance abuse. *Journal of Primary Prevention* ۲۰۹- (۳)۳۸، ۲۲۴.

۸. Kaplan, H. I & ,Sadock, B. J. (۲۰۱۷). *Synopsis of Psychiatry*. (۱۱th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
۹. World Health Organization (WHO). (۲۰۲۲). *Life Skills Education in Schools*. Geneva: WHO Press