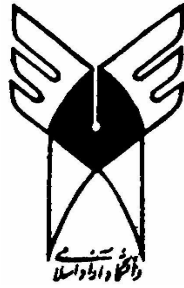


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد تهران مرکزی

دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی ، گروه علوم تربیتی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (M.A)

گرایش برنامه ریزی درسی

عنوان :

بررسی میزان تحقق اهداف دوره متوسطه در شکل گیری مهارت های زندگی دانش آموزان
دختر پایه سوم متوسطه در شهر تهران از دیدگاه دانش آموزان

استاد راهنما :

دکتر حمیدرضا رضازاده

استاد مشاور :

دکتر مصطفی عسکریان

پژوهشگر :

مهری السادات میری

زمستان ۱۳۹۰

تقدیر و تشکر

بدین وسیله بر خود لازم می دانم از زحمات بی شائبه استاد راهنمای پایان نامه، جناب آقای دکتر رضا زاده صمیمانه سپاسگزاری نمایم.

بی تردید هدایت ها و راهنمایی های ارزشمند ایشان در طول انجام این کار و نیز نگرارش پایان نامه مربوطه، در به ثمر رسیدن آن بسیار مؤثر بوده است.

همچنین وظیفه خود می دانم از استاد مشاور پایان نامه، جناب آقای دکتر عسکریان به سبب راهنماییهای ارزشمندشان صمیمانه تشکر نمایم

بسمه تعالی

تعهد نامه اصالت پایان نامه کارشناسی ارشد

اینجانب **مهری السادات میری** دانش آموخته مقطع کارشناسی ارشد ناپیوسته به شماره دانشجویی ۸۸۰۶۴۹۷۸۸۰۰ در رشته **علوم تربیتی - برنامه ریزی درسی** که در تاریخ ۱۳۹۰/۱۰/۱۵ از پایان نامه خود تحت عنوان: **بررسی میزان تحقق اهداف دوره متوسطه در شکل گیری مهارت های زندگی دانش آموزان دختر پایه سوم متوسطه در شهر تهران از دیدگاه دانش آموزان با کسب نمره ۱۹/۵۰ و درجه عالی دفاع نموده ام بدین وسیله متعهد می شوم:**

۱. این پایان نامه حاصل تحقیق و پژوهش انجام شده توسط اینجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی دیگران (اعم از پایان نامه، کتاب، مقاله و ...) استفاده نموده ام، مطابق ضوابط و رویه های موجود، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آن را در فهرست ذکر و درج کرده ام.
۲. این پایان نامه قبلاً برای دریافت هیچ مدرک تحصیلی (هم سطح، پایین تر یا بالاتر) در سایر دانشگاهها و مؤسسات آموزش عالی ارائه نشده است.
۳. چنانچه بعد از فراغت از تحصیل، قصد استفاده و هر گونه بهره برداری اعم از چاپ کتاب، ثبت اختراع و ... از این پایان نامه داشته باشم، از حوزه معاونت پژوهشی واحد مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم.
۴. چنانچه در هر مقطع زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود، عواقب ناشی از آن را بپذیرم و واحد دانشگاهی مجاز است با اینجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی ام هیچ گونه ادعایی نخواهم داشت.

نام و نام خانوادگی:

تاریخ و امضاء:

بسمه تعالی

در تاریخ ۱۳۹۰/۱۰/۱۵

دانشجوی کارشناسی ارشد **خاتم مهری السادات میری** از پایان نامه
خود دفاع نموده و با نمره ۱۹/۵۰ بحروف نوزده و پنجاه صدم و با
درجه **عالی** مورد تصویب قرار گرفت.

امضاء استاد راهنما

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

چکیده

فصل اول : کلیات طرح

۲مقدمه
۶۱-۱- بیان مسئله
۹۲-۱- اهمیت و ضرورت پژوهش
۱۱۳-۱- اهداف پژوهش
۱۱اهداف فرعی :
۱۲۴-۱- سوالات پژوهش
۱۳۵-۱- تعریف متغیرها
۱۳۶-۱- تعاریف نظری و عملیاتی
۱۳اهداف متوسطه :
۱۴ارتباطات اجتماعی :
۱۴ارتباط بین فردی :
۱۵استرس:
۱۵همچنین:
۱۵تفکر انتقادی :
۱۶تفکر خلاق :
۱۶تصمیم گیری :
۱۷حل مسأله :
۱۷خودآگاهی :
۱۸مهارتهای زندگی :
۱۸هیجان :
۱۸همدلی :

فصل دوم : مبانی نظری

۲۱مقدمه
۲۳مبانی نظری
۲۳۱-۲ تعریف آموزش و پرورش
۲۵۲-۲ تاریخچه ی آموزش و پرورش در جهان
۲۸۳-۲ نظریه ها و تئوریهاو الگوها
۲۸نظریه های تربیتی
۳۸فلسفه های تربیتی و برنامه درسی:
۴۱دوره متوسطه در جهان :
۴۴الگوهای از دوره متوسطه درجهان:
۴۹۴-۲ تاریخچه آموزش و پرورش در ایران
۵۰دوره ابتدایی:
۵۳دوره راهنمایی:
۵۶دوره متوسطه:
۵۷۵-۲ تاریخچه آموزش و پرورش دوره متوسطه در ایران
۵۸دوره متوسطه در ایران :
۶۰ساختار آموزشی
۶۰دوره متوسطه نظری:
۶۱اهداف آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران :
۶۱اهداف دوره متوسطه :
۶۹۶-۲ جایگاه مهارت های زندگی در آموزش و پرورش
۷۰چارچوب مدارس هزاره سوم از نظر یونسکو:
۷۱مهارتهای هزاره سوم از نظر یونسکو
۷۳۷-۲ اهمیت مهارتهای زندگی
۷۷۸-۲ آموزش مهارتهای زندگی در جهان
۸۰۹-۲ مفهوم مهارتهای زندگی
۸۱۱۰-۲ نظریه هاو الگوهای مهارتهای زندگی
۸۸ارتباطات اجتماعی و بین فردی :
۹۶تعریف تصمیم گیری :
۱۰۳تفکر انتقادی :
۱۱۰تفکر خلاق:
۱۱۵حل مسئله :
۱۱۹خودآگاهی :
۱۲۳مقابله با استرس:

۱۲۸	هیجانان :
۱۳۲	همدلی :
۱۳۷	۱۱-پیشینه تحقیقاتی
۱۳۷	۱-تحقیقات انجام شده مربوط به داخل کشور
۱۴۰	۲-تحقیقات خارجی:

فصل سوم : روش شناسی تحقیق (متدولوژی)

۱۴۵	مقدمه
۱۴۶	۳-۱ روش تحقیق
۱۴۸	۳-۲ جامعه آمار
۱۴۹	۳-۳ نمونه آماری
۱۵۰	۳-۴ روش نمونه گیری
۱۵۱	۳-۵ پایای یا اعتبار تحقیق
۱۵۱	۳-۶ روایی تحقیق
۱۵۲	۳-۷ روش تجزیه و تحلیل اطلاعات
۱۵۴	۳-۸ مراحل اجرای تحقیق

فصل چهارم: تجزیه و تحلیل یافته های تحقیق

۱۵۶	مقدمه
۱۵۷	۴-۱ جامعه آماری تحقیق
۱۵۴	۴-۲ آزمون سئوالات
۱۵۹	بررسی سئوال اول تحقیق:
۱۶۲	بررسی سئوال دوم تحقیق:
۱۶۵	بررسی سئوال سوم تحقیق:
۱۶۵	بررسی سئوال چهارم تحقیق:
۱۶۸	بررسی سئوال پنجم تحقیق :
۱۷۱	بررسی سئوال ششم تحقیق:
۱۷۴	بررسی سئوال هفتم تحقیق:
۱۷۷	بررسی سئوال هشتم تحقیق:
۱۸۰	بررسی سئوال نهم تحقیق:
۱۸۳	بررسی سئوال دهم تحقیق:

فصل پنجم: نتیجه گیری و پیشنهادات

۱۸۷	مقدمه
۱۸۷	۱-۵ خلاصه و نتیجه گیری
۱۹۷	۲-۵ محدودیتهای تحقیق
۱۹۷	۳-۵ پیشنهادات کاربردی
۱۹۷	جهت برنامه ریزان:
۱۹۸	جهت مدیران و معلمان:
۲۰۰	منابع و مأخذ
۲۰۹	پیوست

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۱۵۵	جدول ۱-۱ تجزیه تحلیل داده
۱۵۷	جدول ۲-۱ تحقق اهداف دوره متوسطه *مهارت خود آگاهی
۱۵۸	جدول ۱-۲ تجزیه و تحلیل داده ها
۱۶۰	جدول ۲-۲ تحقق اهداف دوره متوسطه *مهارت همدلی
۱۶۱	جدول ۱-۳ تجزیه و تحلیل داده ها
۱۶۳	جدول ۲-۳ تحقق اهداف دوره متوسطه * مهارت ارتباط اجتماعی
۱۶۴	جدول ۱-۴ تجزیه و تحلیل داده ها
۱۶۶	جدول ۲-۴ تحقق اهداف دوره متوسطه * مهارت ارتباط بین فردی
۱۶۷	جدول ۱-۵ تجزیه و تحلیل داده ها
۱۶۹	جدول ۲-۵ تحقق اهداف دوره متوسطه * مهارت تفکر خلاق
۱۷۰	جدول ۱-۶ تجزیه و تحلیل داده ها
۱۷۲	جدول ۲-۶ تحقق اهداف دوره متوسطه * مهارت تفکر انتقادی
۱۷۳	جدول ۱-۷ تجزیه و تحلیل داده ها
۱۷۵	جدول ۲-۷ تحقق اهداف دوره متوسطه * مهارت تصمیم گیری
۱۷۶	جدول ۱-۸ تجزیه و تحلیل داده ها
۱۷۸	جدول ۲-۸ تحقق اهداف دوره متوسطه *مهارت حل مسئله
۱۷۹	جدول ۱-۹ تجزیه و تحلیل داده ها
۱۸۱	جدول ۲-۹ تحقق اهداف دوره متوسطه *مهارت کنترل هیجان و استرس
۱۸۲	جدول ۱-۱۰ تجزیه و تحلیل داده ها
۱۸۴	جدول ۲-۱۰ مهارت کنترل استرس *تحقق اهداف دوره متوسطه
۱۸۵	جدول ضریب همبستگی و ضریب تعیین متغیرها

فهرست نمودارها

صفحه

عنوان

۱۰۵.....چرخه تصمیم

چکیده تحقیق

تحقیق حاضر باهدف بررسی میزان تحقق اهداف دوره متوسطه در شکل گیری مهارتهای زندگی دانش آموزان دختر پایه سوم متوسطه شهر تهران از دیدگاه دانش آموزان صورت گرفته است جامعه آماری مورد نظر پژوهش، کلیه دانش آموزان دختر پایه سوم متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ به تعداد ۲۸۰۰۰ نفر می باشد حجم نمونه از طریق مراجعه به جدول مورگان به تعداد ۳۸۰ نفر انتخاب گردید. روش نمونه گیری، خوشه ای چند مرحله ای بوده که در مرحله ی اول مناطق جغرافیایی شهر تهران، به مناطق شمال-جنوب-غرب و شرق بعنوان طبقات انتخاب و در مرحله ی دوم فراوانی نسبی هر طبقه محاسبه و با استفاده از این نسبتها تعداد نمونه هر طبقه محاسبه شد در ادامه در داخل هر طبقه به روش نمونه گیری خوشه ای از مناطق آموزش و پرورش شهر تهران، مناطق ۲-۹-۱۵-۱۸ بصورت تصادفی ساده انتخاب گردید و نیز در هر منطقه تعدادی آموزشگاه و در هر آموزشگاه تعدادی کلاس بطور تصادفی ساده انتخاب شد. ابزار پژوهش، پرسشنامه محقق ساخته مبتنی بر اهداف و سوالات پژوهشی است که شامل ۴۳ سوال در سطح خیلی کم - کم - زیاد - خیلی زیاد نظرات آزمودنیها را می سنجد جهت پایایی (اعتبار) پرسشنامه، از طریق آزمون آلفا کرونباخ پرسشنامه روی ۱۰٪ دانش آموزان (۳۸ نفر) اجرا و نتیجه ۸۹/۵ حاصل شد. روایی تحقیق توسط اساتید راهنما و مشاور تایید گردید. داده های بدست آمده با استفاده از شاخصهای آمار توصیفی خلاصه، سازمان بندی و مرتب شد و بوسیله آمار استنباطی (مجذور خی، ضریب همبستگی اسپیرمن، ضریب تعیین) بانرم افزار SPSS مورد آنالیز قرار گرفت. نتایج حاصل حاکی از آن است که بین اهداف دوره متوسطه و شکل گیری مهارتهای اساسی زندگی با مولفه های خود آگاهی، همدلی، ارتباطات اجتماعی، ارتباط بین فردی، تفکر انتقادی، تصمیم گیری و مقابله با استرس در دانش آموزان دختر پایه سوم متوسطه رابطه معنی دار وجود دارد و بین اهداف دوره متوسطه و شکل گیری مهارتهای اساسی زندگی با مولفه های تفکر خلاق، حل مسئله و مقابله با هیجان در دانش آموزان دختر پایه سوم متوسطه رابطه معنی داری وجود ندارد

ضمناً با محاسبات انجام شده به ترتیب به میزان ۳۲٪ - ۵۸٪ - ۴۴٪ - ۱۴٪ - ۵۱٪ - ۳۵٪ - ۱۱٪ - ۳٪ - ۱٪ - ۳۴٪ شکل گیری مهارتهای زندگی (خود آگاهی، همدلی، ارتباط اجتماعی، ارتباط بین فردی، تفکر خلاق، تفکر انتقادی، تصمیم گیری، حل مسئله، کنترل هیجان و کنترل استرس) را اهداف دوره متوسطه در دانش آموزان دختر پایه سوم متوسطه تعیین می نماید.

فصل اول:

کلیات طرح

مقدمه

ارزش و کاربرد هر سیستم آموزشی به هدفهای آن وابسته است. هدفهای آموزشی خود مبنای مقایسه نظامهای مختلف هستند و سمت و سوی عملکرد نظام را مشخص می کنند. نظامهای آموزشی به منزله ابزارهایی هستند که از یکسو برای پیشرفت جامعه و از سوی دیگر برای حفظ میراث گذشتگان و ارزشهای انسانی جامعه بکار گرفته می شوند. نظام ارزشی در جوامع مختلف، متفاوت است در جایی به مسائل عقیدتی و اخلاقی بیش از هر چیز دیگر توجه می شود و در جایی دیگر مسائل قومی و آداب و سنن اجتماعی و بالاخره در جایی دیگر مسائل سیاسی و اقتصادی بیش از امور دیگر مورد نظر قرار می گیرند.

« نظامهای آموزش و پرورش در دنیا بر مبنای دیدگاهها و نظریات اندیشمندان و صاحب نظران و اندیشه های حاکم بر جامعه شکل می گیرند و مقصد نهایی اندیشمندان، سیاست گذاران و حاکمان جامعه نیز پدید آوردن فرصتهای آموزشی است که نسل جوان و نوپای جامعه بتوانند به کسب دانش و نگرش مهارتهای لازم پرداخته تا بوسیله آن زندگی خود را در جامعه ای که به آن تعلق دارند، با آگاهی کامل و بطور واقع بینانه پی ریزی نمایند.» (چابک، ۱۳۸۴)

در نظام آموزش و پرورش که وظیفه تعلیم و تربیت کودکان را از سن ۶ سالگی برعهده دارد توجه به احتیاجات معینی که جنبه ی بدنی و روانی دارند اساسی و ضروری است چرا که تامین یا عدم

تامین این احتیاجات در تمام ادوار زندگی در بهداشت روحی و جسمی کودک تاثیر فراوان دارد به همین جهت وظایف گوناگونی در مقاطع مختلف تحصیلی مورد تاکید نظام آموزشی و پرورشی قرار گرفته است در همین راستا از وظایف تعلیم و تربیت در دوره ابتدایی میتوان به ایجاد توسعه ی نظر صحیح درباره ی خود به عنوان یک موجود رشد کننده، یادگیری مهارتهای ارتباط اجتماعی و ایجاد رفاقت و رشد شخصیت اجتماعی، ایجاد مهارت خواندن و نوشتن و حساب کردن، توسعه و رشد وجدان اخلاقی و احترام به قوانین و کسب مهارت مسئولیت پذیری اجتماعی بعنوان یک فرد مذکور یا مونث اشاره نمود دوره ابتدایی مصداق بارز وستون محکمی است که فرد با بهره مندی هر چه بیشتر از آن می تواند با آرامش خاطر و اندیشه ای والاتر در پی فراهم ساختن جامعه ای با آتیه و سودمندی مطلوبتر، برای اجتماع انسانی خود مفید باشد.

«در فرایند تکامل انسان، حوزه های علمی و مطالعاتی نقش بسیار ارزشمندی را ایفا می نمایند. از اینرو دوره ابتدایی در زمره ی یکی از مراحل مهم نظام آموزشی، و هم چنین این دوره از لحاظ رشد و تربیت و تکوین شخصیت کودکان دوره ی بسیار مهمی است. این دوره را دوره اطاعت، تادیب، خلاقیت و بروز استعداد های عمومی و کودکی سوم گفته اند، تعلیم مفاهیم اساسی، ذوق و تربیت اجتماعی و خوی و خصلت که بر اخلاق مبتنی بر قاعده استوار است» (صافی، احمد، ۱۳۸۸)

آموزش و پرورش نوجوانان در دوره تحصیلی راهنمایی (دوره اول متوسطه) و متوسطه نیز هنگامی موفقیت آمیز خواهد بود که برنامه دوره متناسب با ویژگیهای این گروه سنی تدوین گردد، چرا که ویژگی های نوجوانان به لحاظ ماهیت زیستی، اجتماعی و روانی با دانش آموزان دوره های دیگر متفاوت است. مهمترین این ویژگی ها از نظر بدنی، سریع شدن آهنگ رشد جسمی و تغییر در تناسب و تعادل بدن که ناشی از ترشح غدد داخلی و هورمونها است کودک پر جنب و جوش دیروز را به جوانی خستگی پذیر بدل می کند، تحت تاثیر بلوغ جنسی و پدید آمدن علائم جسمی و روانی آن، نوجوان دچار نگرانی و اضطراب می گردد، از دیگر ویژگی های این دوره

می توان به گذر از مرحله تفکر عینی و ورود به مرحله تفکر انتزاعی اشاره نمود (آخرین دوره رشد ذهنی افراد از نظر پیاژه به دوره رشد تفکرات صوری معروف می باشد)

نوجوانان در این دوره تلاش می کنند هر چیزی را از نو ارزیابی کنند و به تدریج در جهت تشخیص طلبی اخلاقی گام بردارند مسائل مذهبی و سیاسی و اجتماعی فکر وی را مشغول می کند ، و همچنین از ویژگی های عاطفی این دوره افزایش تمایل به محبت کردن و محبت دیدن است و در نهایت اینکه نوجوان در این دوره با محیط اجتماعی برخوردی فعال داشته و وابستگی آنان به خانواده کمرنگ و همانند سازی شان با گروه همسالان تقویت می گردد در این دوره بیشتر از هر دوره ای در جستجوی کسب هویت و تشخیص طلبی و استقلال جویی ، حمایت و همدردی و کسب نقشهای اجتماعی هستند تمایل به استقلال رای در نوجوان افزایش یافته و در سازگاری اجتماعی شان ، آشنفگی دیده می شوند . اهداف آموزش متوسطه بایستی از یکسو در ارتباط با علائق و تواناییهای فردی و از سوی دیگر با توجه به نیازهای متنوع کشوری ، منطقه ای و محلی تدوین شود و به رشد همه جانبه نوجوان در ابعاد اخلاقی ، عاطفی ، جسمانی ، عقلانی تاکید ورزد .

« هدف اساسی آموزش و پرورش ، جمع کردن ابعاد فیزیکی ، عقلانی ، عاطفی و اخلاقی برای دستیابی به انسانی کامل است در واقع آموزش و پرورش امروز به دنبال جامعه پذیر و فرهنگ پذیر کردن نسلهای جدید و آینده برای پذیرش جامعه جهانی است » (صحافیان ، ۱۳۸۴) .

بر این اساس اهداف دوره متوسطه آموزش و پرورش ایران در راستای رسالت و ماموریت آموزش و پرورش و جهت دهی به رشد همه جانبه دانش آموزان بر پایه تعالیم و دستورات دین مبین اسلام در حوزه های اعتقادی ، اخلاقی ، علمی و آموزشی ، فرهنگی و هنری ، اجتماعی ، سیاسی اقتصادی و زیستی طراحی شده است .

« در یک نظام جامع آموزشی باید به همه این هدفها در حد لازم توجه شود نه آنکه یک یا چند مورد از آنها مورد تاکید قرار گیرد و تمام فعاليتها و تلاشهای آموزشی صرف تقویت آنها گردد و بقیه به فراموشی سپرده شود » (فرجاد، محمدعلی، ۱۳۸۲).

فراهم ساختن ابزار تفکر و نوآوری در عمل متناسب با ویژگی های سنی به گونه ای که نوجوان بعنوان یک انسان و یک شهروند، شکوفا شده و زندگی کند همچنین انتقال میراث فرهنگی و تربیت آنها بعنوان انسانهای آزاد و آگاه و مسئول که خود و دیگران را محترم بشناسد و بعنوان انرژی مفید فعالانه در ساختن جامعه خود عمل کند از اهداف مشترک تمامی نظامهای آموزشی و پرورشی در جهان است که مستلزم آموزش مهارتهای اساسی زندگی (خودآگاهی، همدلی، تصمیم گیری، حل مساله، تفکر خلاق و انتقادی، ارتباط اجتماعی و بین فردی، مقابله باهیجان واسترس) در دوره های تحصیلی می باشد.

« آموزش مهارتهای زندگی برای بهبود توانایی حل مساله، استدلال اخلاقی، کنترل خشم و روابط بین فردی کاربرد فراوانی دارد و ایجاد این مهارتها به نوجوانان این امکان را می دهد که روابط بین فردی برقرار و حفظ کنند که توانایی مقابله با تغییرات محیطی مداوم را کسب کنند و به افزایش سطح عزت نفس و منبع کنترل درونی دست یابند » (دنيس و ديگران ۱۹۸۳، بوردوین ۱۹۹۵، گیلچریست به نقل از کادیش و همکاران ۲۰۰۱).

این پژوهش در پی: « بررسی میزان تحقق اهداف متوسطه در شکل گیری مهارتهای زندگی در دانش آموزان دختر پایه سوم متوسطه شهر تهران می باشد »

۱-۱- بیان مسئله

انسانها برای مقابله سازگارانه با مشکلات و موقعیتهای تنش زا ، بایستی مجهز به مهارتهایی شود که آنها را در مقابله سازگارانه موثر با موقعیت دشوار یاری دهد . حال آنکه نمی توان مانع تغییرات و پیچیدگی جامعه و گسترش روابط اجتماعی و بین فردی شد ، راهی جز آماده کردن نسل جوان برای برخورد با مشکلات و موقعیتهای دشوار باقی نمی ماند زیرا:

« کنار آمدن با فشارهای زندگی و کسب مهارتهای فردی و اجتماعی ، همواره بخشی از واقعیات زندگی انسان بوده و درادوار متفاوت زندگی او ، با اشکال مختلف تجلی می کند . در دوران کودکی ، تعارضات جلوه چندانی ندارد . ولی با افزایش سن و هنگام مواجهه با دشواریهای ویژه سنین نوجوانی و جوانی کشمکشهای درونی و محیطی بیشتر تظاهر پیدا می کند » (کتاب معلم ، ۱۳۸۵)

مهارت یعنی توانایی انجام کار بر مبنای یافته های علمی . تواناییهایی که فرد را برای مقابله موثر و پرداختن به کشمکشها و موقعیتهای زندگی یاری می بخشد امروزه توانایی روانی - اجتماعی خوانده می شود که فرد را قادر می سازد تا در مورد دیگران ، جامعه و محیط و فرهنگ خود موثر و سازگارانه عمل کرده و سلامت روانی خویش را تامین کند . به هر حال گاهی که رفاه و سلامتی انسان به دلیل رفتارهای او در معرض خطر قرار می گیرد او در مقابله صحیح با تنشها و فشارهای زندگی از خود نا توانی نشان می دهد . وازسویی دیگر سلامتی که خود مجموع رفاه کامل جسمانی ، روانی و اجتماعی است تابعی است از رفتارهای انسان و ارتقای آن تا حد زیادی گرو توانایی فرد در مواجهه صحیح با تا ثیرات برخورد های اجتماعی می باشد . مستقیم ترین روش مداخله ، به منظور ارتقای تواناییهای روانی - اجتماعی ، مداخلاتی است که توانمندیهای مقابله ای افراد و تواناییهای شخصی و اجتماعی آنان را تقویت می نماید . این مداخلات در مورد نوجوانان از طریق آموزش های مهارتهای زندگی انجام می گیرد . بنابراین

ضرورت تحول نظام آموزشی کشور به سمت آموزش مهارت اساسی در راستای تربیت شهروندی توانا دارای سلامتی روانی - اجتماعی مشخص می گردد.

« در مجموعه دگرگونیهای اجتماعی قرن اخیر ، گرایش شدید به آموزش و پرورش ، جالب توجه است . گرایشی که تقریبا فراگیر و جهانی است و در جامعه امروزی همه ملتها با هر نظام سیاسی و اجتماعی پیشرفته و در حال پیشرفت به مسئله تربیت توجه دارند و آموزش و پرورش نسبت به فعالیت های اجتماعی در مقیاس جهانی از اولیوی خاص بهره مند است » (معیری، محمد طاهر، ۱۳۶۴).

از طرفی ماهیت مشکلات روانی اجتماعی به گونه ای است که مقابله با آن در سطوح بعدی مداخله (پیشگیری ثانویه و ثالث) نه تنها هزینه های قابل ملاحظه ای را از نظر نیروی انسانی و مسایل مالی بر جوامع تحمیل می کند ، بلکه اثر بخشی و کار آمدی آن نیز بسیار محدود وقتی در مواردی ناچیز است این واقعیات باعث شده که صاحب نظران و متخصصان حیطه بهداشت روانی در جهان تمام کوشش و توجه خود را حول محور برنامه های پیشگیری در سطح اول متمرکز سازند . به همین منظور برنامه های پیشگیری هم در سطح عام و با هدف کاهش و کنترل انواع آسیب های روانی - اجتماعی و هم در سطح خاص و در رابطه با کاهش و کنترل مشکلات خاص (از قبیل وابستگی دارویی ، افسردگی و ...) طراحی و به مورد اجرا گذشته شده است چنانچه ذکر شد مهارتهای زندگی شامل مجموعه ای از تواناییها هستند که قدرت سازگاری و رفتار مثبت و کار آمد را افزایش می دهند آموزش این مهارتها شخص را قادر می سازد بدون اینکه به خود یا دیگران صدمه بزند ، مسئولیتهای مربوط به نقش اجتماعی خود را بپذیرد ، موجب پیشگیری از رفتارهای خشونت آمیز ، افزایش خود اتکایی و اعتماد به نفس شده ، بطور معناداری بر تواناییهای رهبری و مدیریت در جوانان می افزاید .

«یادگیری موفقیت آمیز مهارتهای زندگی ، احساس یادگیرنده را در مورد خود و دیگران تحت تاثیر قرار می دهد و علاوه بر این کسب این مهارتها نگرش دیگران را نیز در مورد فرد تغییر