

## بررسی تاثیر آموزش مهارت های زندگی بر خلاقیت دانش آموزان

شهناز قائدی

معاون پرورشی دبستان سعادت ناحیه یک بندرعباس، کارشناسی آموزش ابتدایی

### چکیده

امروزه، خلاقیت یکی موضوعات مهم و کانون توجه صاحب نظران حوزه آموزش و پرورش است. پرورش خلاقیت در دانش آموزان در نفس خودآگاهی و کاهش استرس از لحاظ روانی آمادگی خلاقیت در دانش آموزان را افزایش می دهد. با توجه به تغییرات و پیچیدگی های روزافزون جامعه و گسترش روابط اجتماعی، آماده سازی افراد، جهت رویارویی با موقیعت های دشوار، امری ضروری به نظر می رسد به همین دلیل روان شناسان جهت پیشگیری از بیماری های روانی و ناهنجاری های اجتماعی، آموزش مهارت های زندگی را در سراسر جهان آغاز نموده اند. آموزش مهارت های زندگی به مجموعه ای از توانایی هایی گفته می شود که زمینه سازگاری رفتار مثبت و مفید را فراهم می آورد و این توانایی، فرد را قادر می سازد که ضمن پذیرش مسیولیت های اجتماعی خود، بدون لطمه زدن به خود و دیگران بتواند به شکل موثری با خواست، انتظارات و مشکلات روزانه در روابط بین فردی روبرو گردد شکی نیست که همگی ما به طور فطری، در جستجوی حالات مطلوب و خوشایند هستیم. صفاتی چون شادی و غم، شجاعت و ترس، اعتماد به نفس و خود کم بینی و ... ریشه در احساسات انسان ها دارند. احساسان نیز در جای خود، شخصیت افراد را شکل می دهند؛ چرا که این احساسات، متحرکی برای تعامل ما با محیط پیرامون هستند که اگر از تعامل مناسبی برخوردار باشند، سبب تصمیم گیری های درست و منطقی در مشکلات زندگی می شوند و موفقیت را در انجام شدن کارها به دنبال خواهد داشت.

کلید واژه : آموزش، مهارت های زندگی، خلاقیت، شادکامی، دانش آموزان

### مقدمه

شادکامی، تاثیر مهمی در موفقیت افراد دارد. افراد شادکام، نگرش خوشبینانه ای نسبت به وقایع و رویدادهای اطراف خود دارند و به جای جبهه گیری منفی نسبت به اتفاقات پیرامون خود، سعی در استفاده بهینه از این رویدادها دارند. همچنین انسان های شاد و دارای شخصیت سالم، انسان های مسیولیت پذیر و شهروندانی خوب خواهند بود. آموزش مهارت های زندگی شامل مهارت خودآگاهی، همدلی، برقراری ارتباط موثر، مدیریت خشم، روابط بین فردی موثر، رفتار جرات مندانه، حل مسیله، مقابله با استرس، تصمیم گیری و تفکر خلاق می باشد از جمله متغیرهایی که در ارتباط با مهارت های زندگی مورد بحث قرار گرفته خلاقیت می باشد. امروزه در شرایط مختلف، خلاقیت در تمام حوزه های علمی، هنری، ورزشی، فنی، صنعتی، فرهنگی، جامعه شناسی و حتی حوزه های دینی مورد نیاز است و همانطور که ملاحظه می شود حتی ساده ترین لوازم موجود در مجموعه دستاوردهای فرهنگی بشر نیز محصول خلاقیت و خلاقیت افراد اندیشمند و مبتکری هستند که در طول سال ها با پردازش اندیشه و نظریه ها و بروز ابتکارها، به شکل فعلی خود در آورده اند مهارت های زندگی موجب ارتقای توانایی های روانی اجتماعی می گردند. این توانایی فرد را جهت مقابله موثر برای پرداختن به کشمکش ها و موقیعت های زندگی یاری می بخشند تا در رابطه با سایر انسان ها، فرهنگ و محیط خود مثبت و سازگارانه عمل کنند و سلامت روانی خود را تامین نمایند، بدین ترتیب یادگیری و تمرین مهارت های زندگی موجب تقویت یا تغییر در نگرش ها، ارزش ها و رفتار انسان می گردد و در نتیجه با پدید آمدن رفتارهای مثبت و سالم بسیاری از مشکلات حل یا قابل پیشگیری خواهند بود.

شادکامی و مهارت های زندگی