

آموزش مهارت‌های زندگی به نوجوانان

مجتبی دهدارا^۱، آرش دهدارا^۲

۱- دانشجوی دکتری علوم تربیتی گرایش برنامه‌ریزی درسی و مدرس دانشگاه فرهنگیان ایرانشهر

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت کسب و کار گرایش بازاریابی دانشگاه پیام نور خوانسار

چکیده

تغییرات جسمانی و روانی نوجوانان در این سنین، رفتارهای آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بسیاری از ویژگی‌های هیجان‌طلبی نوجوانان ریشه در هویت‌جویی آن‌ها دارد. با وارد شدن به دوره نوجوانی، آن‌ها باید نقش‌های اجتماعی جدیدی را بپذیرند و هویت جدیدی را برای خود بیابند تا بتوانند شخصیت خود را شکل دهند. با تلاش برای دستیابی به نقش‌های اجتماعی، باید در جستجوی خود پنداره جدیدی برای خود باشند.

واژه‌های کلیدی: هویت، آموزش، مهارت‌های زندگی، الگو، نوجوانان

۱- مقدمه

کنار آمدن با فشارهای زندگی، داشتن زندگی هدفمند و انعطاف‌پذیر برای مواجهه با مشکلات زندگی، برقراری تعامل سازنده با دیگران با بیشترین سود و کمترین ضرر به خود و دیگران، روابط بین فردی بالنده و رشد دهنده با کمترین کشمکش و تعارض، خروج از بحران‌های زندگی با مدیریت صحیح و بیشترین مصلحت روش انتخابی و برآمدن از پس مسئولیت که در ادوار مختلف به اشکال گوناگونی نمود و بروز داشته است و مهم‌ترین نمود آن در دوره نوجوانی هر فردی می‌باشد، دورانی که هر فردی در تلاطم بین عقل و احساس، هویت یابی و استقلال فردی و مالی، تعارضات فردی و اجتماعی و ... به سر می‌برد که اگر فرد توانست به مهارت‌های زندگی تسلط پیدا کند و به مدیریت این دوران حساس و سرنوشت ساز بپردازد می‌تواند در بزرگسالی به عنوان فردی مهم و تاثیر گذار ایفای نقش کند. (۳).

۲- دوران نوجوانی

نوجوانی اغلب به دوره ای بین کودکی و بزرگسالی اطلاق می‌شود. این واژه، برچسب مناسبی جهت دوره ای از زندگی فرد تقریباً سنین (۲۰ - ۱۲ سالگی) است و چنین استعمالی، هیچ گونه قید و تعریفی درباره ی خصوصیات رشد نوجوان ها یا علل اختصاصی نوجوانی ندارد (۲). هر دوره ای از زندگی را می‌توان بر مبنای پاره ای از مسائل رشدی، نظیر: مسائل بیولوژیکی، روانی و اجتماعی دسته‌بندی کرد. از جمله آنها که به طور مشخص، ولی نه الزاماً در طی دهه دوم زندگی، اتفاق می‌افتد ارتباط با جنس مخالف، آگاهی‌های شغلی، رشد ارزش‌ها و خود محوری‌های مسئولانه و باز شدن گره‌های عاطفی با والدین است (همان منبع). دوره نوجوانی را باید یک مرحله بسیار مهم از زندگی تلقی کرد. دوره ای که با ویژگی‌هایش از سایر دوران زندگی متمایز می‌شود.

گرچه همه دوران عمر مهم است ولی این دوره مهمتر از سایرین می‌باشد. زیرا تأثیرات ناگهانی بر رفتار و دیدگاه فرد دارد. با در نظر گرفتن این که سایر دوره‌های زندگی، به دلیل تأثیرات درازمدت آن، پرمعنی و قابل توجه هستند، لیکن دوره ی نوجوانی یکی از دوره‌هایی است که از هر دو جنبه ی تأثیرات ناگهانی و درازمدت برخوردار و قابل توجه است. برخی از ادوار زندگی به دلیل تأثیرات فیزیکی و بدنی، با اهمیت و برخی دیگر از لحاظ تأثیرات روانی قابل اعتنا هستند، لیکن نوجوانی از هر دو جهت مهم است (۲).