فصلنامه رویکردهای پژوهشی نو در علوم مدیریت

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

نقش آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی

مرضیه توکلی[۱]، شبنم رستگار[۲]

چکیده

پژوهش حاضر باهدف بررسی نقش آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی انجام شد. روش پژوهش برحسب هدف کاربردی برحسب نوع داده، کمی و برحسب زمان گردآوری داده، مقطعی و برحسب روش گردآوری داده‌ها و یا ماهیت و روش پژوهش، توصیفی- همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل والدین دانش‌آموزان مقطع ابتدایی منطقه ۱۳ شهر تهران که تعداد ۳۰۵ نفر از آن‌ها از طریق روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای به‌عنوان حجم نمونه انتخاب شدند. به‌منظور جمع‌آوری داده‌های موردنیاز از پرسشنامه‌های استاندارد مهارت‌های زندگی کودکان بابادی و مشکانی(۱۳۸۹)، سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان سینها و سینگ(۱۹۹۳)، پیشرفت تحصیلی فام و تیلور (۱۹۹٤) استفاده شد. به‌منظور محاسبه روایی از روایی محتوایی و سازه و به‌منظور محاسبه پایایی از ضریب آلفای کرونباخ و ضریب پایایی ترکیبی استفاده شد که نتایج بیان‌گر روا و پایا بودن پرسشنامه‌های پژوهش بود. جهت تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از آمار تو صیفی (میانگین، انحراف معیار، چولگی و ک شیدگی) و آمار ا ستنباطی (همب ستگی پیر سون و رگر سیون چند متغیره با نرم‌افزار SPSS-V.23) استفاده شد. نتایج پژوهش حاکی از آن بود که بین آموزش مهارت‌های زندگی، سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

کلمات کلیدی: مهارت‌های زندگی، سازگاری اجتماعی، پیشرفت تحصیلی، دانش‌آموزان ابتدایی

[۱] دکتری تخصصی، گروه برنامه ریزی درسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن، رودهن، ایران (نویسنده مسئول)
m.tavakoli808080@gmail.com

[۲] دانشجوی کارشناسی، گروه علوم تربیتی گرایش آموزش ابتدایی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ابرکوه، ابرکوه، ایران
shabnam.rastegar.1569@gmail.com

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

۱-مقدمه

دانش‌آموزان مقطع ابتدایی در سنین بسیار مهمی از رشد و تکامل قرار دارند. این دوره، پایه‌ای برای آینده این کودکان محسوب می شود و تأثیر بسزایی بر شکل‌گیری شخصیت، مهارت‌ها و نگرش‌های آن‌ها دارد. در این مقطع تحصیلی، دانش‌آموزان در حال پایه‌گذاری مهارت‌های اجتماعی، ارتباطی و تحصیلی اساسی هستند. آن‌ها باید بتوانند با همسالان خود ارتباط برقرار کنند، مسائل و مشکلات خود را حل کنند، و در محیط مدرسه و اجتماع سازگار شوند(ویسی و موسوی،۱۴۰۱). آموزش مهارت‌های زندگی[1] در این دوره تحصیلی بسیار مهم و ضروری است. این آموزش‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا مهارت‌هایی مانند خودآگاهی، همدلی، حل مسئله، تصمیم‌گیری، مدیریت هیجان‌ها و ارتباط مؤثر را بیاموزند و در زندگی روزمره خود به کار بگیرند(اکبری بورنگ و همکاران،۱۴۰۱).

با کسب مهارت‌های زندگی، دانش‌آموزان می‌توانند به‌طور مؤثرتری با چالش‌های پیش‌رو مقابله کنند، روابط اجتماعی سالم‌تری برقرار کنند و پیشرفت تحصیلی بهتری داشته باشند. درنتیجه، آموزش مهارت‌های زندگی در مقطع ابتدایی می‌تواند نقش مهمی در سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان ایفا کند(جیتارو[2] و همکاران،۲۰۲۳). آموزش مهارت‌های زندگی، یکی از محورهای مهم در نظام آموزشی است که به‌طور فزاینده‌ای موردتوجه قرارگرفته است. این آموزش‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بتوانند به‌طور مؤثرتری با چالش‌های زندگی روزمره خود مقابله کنند(نامور نژاد و علمدار لو[3]، ۲۰۲۲).

آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند بر سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان مقطع ابتدایی نقش داشته باشد. سازگاری اجتماعی[4] به توانایی فرد در برقراری روابط مناسب با دیگران و سازگار شدن با محیط اجتماعی اطلاق می‌شود. این مفهوم شامل مهارت‌هایی چون برقراری ارتباط، همکاری با دیگران، ابراز وجود، حل تعارض و انطباق با انتظارات اجتماعی است(رخا و آنو[5]، ۲۰۲۲). در مورد دانش‌آموزان مقطع ابتدایی، سازگاری اجتماعی بسیار اهمیت دارد زیرا در این دوره، کودکان به‌طور فزاینده‌ای با محیط‌های اجتماعی جدیدی مواجه می‌شوند، ازجمله مدرسه و گروه همسالان. این محیط‌ها به آن‌ها فرصت می‌دهد تا مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی خود را بیشتر رشد دهند(شاهی و همکاران،۱۴۰۳).

دانش‌آموزان مقطع ابتدایی که از سازگاری اجتماعی بالایی برخوردارند، معمولاً: به‌راحتی با همسالان خوددوست می‌شوند و روابط مثبت برقرار می‌کنند، در فعالیت‌های گروهی و همکاری با دیگران مشارکت مؤثر دارند، مشکلات و تعارضات را به شکل مسالمت‌آمیز و مناسب حل‌وفصل می‌کنند، قوانین و انتظارات اجتماعی را درک

1 Life Skills
2 Jitaru
3 Namvarnejad & Alamdarloo
4 Social adjustment
5 Rekha & Annu

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

و رعایت می‌کنند، اعتمادبه‌نفس و خودکارآمدی اجتماعی بالایی دارند. در مقابل، دانش‌آموزانی که از سازگاری اجتماعی پایینی برخوردارند ممکن است با چالش‌هایی در برقراری ارتباط مناسب با همسالان و معلمان، همکاری در گروه و پیروی از قوانین مدرسه مواجه شوند. این موضوع می‌تواند به افت تحصیلی و مشکلات رفتاری در آنان منجر شود(تمیرکان[1]،۲۰۲۲).

بنابراین، آموزش و تقویت مهارت‌های اجتماعی در دانش‌آموزان مقطع ابتدایی بسیار حائز اهمیت است تا بتوانند به‌طور مؤثری با محیط‌های جدید اجتماعی سازگار شده و رشد و پیشرفت تحصیلی و اجتماعی مناسبی داشته باشند(فراکو[2] و همکاران، ۲۰۲۳).

در مقطع ابتدایی، آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان می‌تواند به بهبود سازگاری اجتماعی آنان کمک کند. به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا با چالش‌های عاطفی و اجتماعی خود به‌صورت سازنده برخورد کنند. همچنین به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا مسائل اجتماعی را به شکل منطقی و سازنده حل کنند. به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا خودشناسی بیشتری پیداکرده و نگرش مثبت به خود داشته باشند. به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا در فعالیت‌های گروهی مشارکت مؤثر داشته و تعهدات اجتماعی خود را به‌خوبی ایفا کنند. درمجموع، آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان ابتدایی می‌تواند به‌طور مؤثری به رشد و تقویت سازگاری اجتماعی آن‌ها منجر شود و زمینه‌ساز موفقیت تحصیلی و اجتماعی بیشتر آنان در آینده باشد(شریفی رهنمو و همکاران،۱۴۰۳).

بنابراین، در این پژوهش، به بررسی اثربخشی و نقش آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی پرداخته شده است. این مقطع تحصیلی به دلیل اهمیت و حساسیت آن در شکل‌گیری شخصیت و سبک زندگی دانش‌آموزان، از اولویت بالایی برخوردار است. نتایج این پژوهش می‌تواند راهگشای سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان آموزشی در جهت ارتقای کیفیت نظام آموزشی و سلامت روانی دانش‌آموزان باشد. با توجه به اهمیت موضوع پژوهش حاضر، انجام این پژوهش بسیار ضروری است. درنهایت، این پژوهش در پی پاسخ به این سؤال است که، آموزش مهارت‌های زندگی بر سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی چه نقشی دارد؟

۲- روش‌شناسی

روش پژوهش برحسب هدف کاربردی برحسب نوع داده، کمی و برحسب زمان گردآوری داده، مقطعی و برحسب روش گردآوری داده‌ها و یا ماهیت و روش پژوهش، توصیفی- همبستگی بود. جامعه آماری در این پژوهش شامل کلیه والدین دانش‌آموزان مقطع ابتدایی منطقه ۱۳ شهر تهران که تعداد ۳۰۵ نفر از آن‌ها از طریق روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای انتخاب شدند. به این صورت که از میان مدارس ابتدایی دخترانه و پسرانه منطقه ۱۳ شهر تهران

1 TEMİRCAN
2 Feraco

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

٦ مدرسه، که از این ٦ مدرسه، ۳ مدرسه پسرانه و ۳ مدرسه دخترانه، و از هر مدرسه ۵۳ دانش‌آموز انتخاب شدند که بعد از حذف ۱۳ پرسشنامه درنهایت ۳۰۵ پرسشنامه موردبررسی قرار گرفت. ابزارهای پژوهش به شرح زیر بودند:

۱)پرسشنامه مهارت‌های زندگی کودکان بابادی و مشکانی(۱۳۸۹):

این پرسشنامه توسط بابادی و مشکانی در سال ۱۳۸۹ ساخته‌شده است و شامل ٤۲ سؤال است که آزمودنی برای پاسخ دادن به هر سؤال، یکی از پاسخ‌های "هیچ‌وقت"، "گاهی اوقات" و "بیشتر اوقات" را می‌تواند، انتخاب کند (بابادی و مشکانی، ۱۳۸۹). این پرسشنامه دارای ٤ خرده مقیاس فرعی(مهارت‌های اجتماعی، خودنظم‌دهی، خویشتن‌داری (خودمدیری)، مسئولیت‌پذیری اجتماعی) است که هر خرده مقیاس یک مهارت را می سنجد. شیوه نمره‌گذاری پر سشنامه مهارت‌های زندگی کودکان به صورت یک مقیا سی سه گزینه‌ای ا ست که از سه درجه تشکیل شده است، از پاسخ منفی (هیچ‌وقت) شروع می شود و به سمت پاسخ مثبت (بیشتر اوقات) پیش می‌رود. نکته قابل‌توجه اینکه، اگر دانش‌آموزی (کودکی) به ٤ سؤال در کل پر سشنامه پا سخ نداده با شد، پر سشنامه آن دانش‌آموز قابل نمره‌گذاری و بهره‌برداری نمی‌باشد. بنابراین آزماینده باید دقت نماید که دانش‌آموزان تمام سؤالات پرسشنامه را پاسخ دهند تا از این طریق بتوان نمره هر فرد را محاسبه و مورد مطالعه قرار داد. اصولاً شیوه نمره‌گذاری آزمون تدوین‌شده مهارت‌های زندگی به گونه‌ای است که تمام مراحل نمره‌گذاری را می‌توان بدون استفاده از نرم‌افزارهای رایانه‌ای و تنها با دست محاسبه کرد.

روایی و پایایی: بابادی و م شکانی (۱۳۹۰) ضریب قابلیت اعتماد و پایایی این پر سشنامه را با ا ستفاده از روش آلفای کرونباخ برای کل آزمون ۰/۸۵ و برای خرده مقیاس ها مهارت های اجتماعی ۰/۷٦، خودنظم‌دهی ۰/٦۳، خویشتن‌داری (خودمدیری) ۰/۷٦ و مسئولیت‌پذیری اجتماعی ۰/٦۲ را گزارش کردند. همچنین آنان به‌منظور تعیین ضریب اعتماد (پایایی) آزمون از روش باز آزمایی نیز استفاده کردند. بدین منظور آنان آزمون را در دو نوبت و به فاصله زمانی چهار هفته به گروه واحدی از آزمون‌شوندگان دادند و ضریب همبستگی به‌دست‌آمده حاصل از دو بار اجرای آزمون را که به‌عنوان قابلیت اعتماد آزمون محسوب می‌شود، برای کل پرسشنامه ۰/۷٤ و برای خرده مقیاس‌ها مهارت‌های اجتماعی ۰/۷۲، خودنظم‌دهی ۰/٦۸، خویشتن‌داری ۰/٦۵ و مسئولیت‌پذیری اجتماعی ۰/۷۱ گزارش کردند.

در پژوهش بابادی و مشکانی (۱۳۹۰) به‌منظور برآورد اعتبار ملاکی پرسشنامه مهارت‌های زندگی کودکان و بر پایه ادبیات تحقیق و تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی برخودپندارهٔ شخص، همبستگی آزمون تدوین‌شده با آزمون خودپندارهٔ بک موردسنجش قرار گرفت. آزمون مهارت‌های زندگی به همراه آزمون خودپندارهٔ بک به‌طور هم‌زمان بر روی ٤٤ دانش‌آموز دختر و پسر پایه پنجم ابتدایی اجرا شد و ضریب همبستگی آن ۰/٤۲۳ به دست آمد که در سطح ۹۹٪ (در صد) معنی دارد است. به‌منظور برآورد اعتبار سازه آزمون مهارت‌های زندگی از دو روش محاسبه

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

ضریب همبستگی آزمون و خرده‌آزمون‌ها با هم و تحلیل عاملی استفاده‌شده است که به ترتیب تشریح خواهد شد. نتایج نشـــان داد که آزمون مهارت‌های زندگی تدوین‌شـــده با چهار خرده آزمون مهارت‌های اجتماعی ۰/٤۹ ، خودنظم‌دهی ۰/٦٦ ، خویشتن‌داری ۰/۷۱ و مسئولیت‌پذیری اجتماعی ۰/٤٦ همبستگی بالایی دارد که همگی در سـطح ۰/۹۹ معنی‌دار می‌باشـند. و فقط خرده آزمون خودنظم‌دهی اسـت که با خرده آزمون‌های خویشـتن‌داری (خودمدیری) ۰/۵۱ و مسئولیت‌پذیری اجتماعی ۰/٤۵ همبستگی دارد. به‌جز این مورد همه خرده آزمون‌های دیگر با هم همبستگی اندکی دارند. به‌هیچ‌وجه معنی‌دار نمی‌باشد.

۲)پرسشنامه سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان سینها و سینگ(۱۹۹۳):

این پرسشنامه در سال ۱۹۹۳ توسط سینها و سینگ به‌منظور تعیین سازگاری اجتماعی، هیجانی و تحصیلی دانش‌آموزان ساخته‌شده است. در ایران قدسی احقر فرم ۵۵ سؤالی این مقیاس را در نمونه ۳۰۰۰ نفری از دانش‌آموزان مقاطع مختلف تحصیلی موردبررسی قرار داده است . پرسشنامه حاضر ۵۵ گویه دارد و نمره‌گذاری آن به‌صورت صفر و یک می‌باشد. نمره‌گذاری پرسشنامه بر اساس صفر و یک است. نمره بین ۰ تا ۱۸ : سازگاری اجتماعی دانش‌آموز پایین است. نمره بین ۱۸ تا ۵۲۷٤ : سازگاری اجتماعی دانش‌آموز متوسط است. نمره بالاتر از ۲۷ : سازگاری اجتماعی دانش‌آموز بالا است .

روایی و پایایی: سازندگان آزمون ضریب پایایی این آزمون را با روش‌های دونیمه کردن، باز آزمایی و کودر ریچاردسون به ترتیب ۹۵٪و ۹۳٪ و ۹٤٪ به دست آورده‌اند. همچنین روایی محتوایی این آزمون را ۲۰ نفر از متخصصان روانشناسی تائید کرده‌اند. در پژوهش خانخانی زاده و باقری(۱۳۹۱) پایایی خرده مقیاس سازگاری اجتماعی با روش آلفای کرونباخ ۷۵٪ به دست آمد.

۳)پرسشنامه پیشرفت تحصیلی فام و تیلور (۱۹۹٤):

این پرسشنامه اقتباسی از پژوهش‌های فام و تیلور (۱۹۹۰) در حوزه‌ی پیشرفت تحصیلی است و شامل ٤۸ گویه می‌باشد. درروش نمره‌گذاری، هر گویه دارای ۵ پاسخ می‌باشد که در مقوله‌های هیچ، نمره ۱؛ کم، نمره۲؛ تا حدی، نمره ۳؛ زیاد، نمره ٤ و خیلی زیاد، نمره ۵ تعلق می‌گیرد و در ۱۱ سؤال که به‌صورت منفی می‌باشد روش نمره‌گذاری برعکس می‌باشد. حداکثر امتیاز قابل کسب ۲٤۰ و حداقل امتیاز ٤۸ می‌باشد. مرادیان (۱۳۹۲) روایی آن از طریق روایی محتوایی توسط کارشناسان و متخصصان مورد تائید قرار داده است. مرادیان (۱۳۹۲) پایایی پرسشنامه را با استفاده از ضریب الفای کرونباخ ۰/۸۲ به دست آورده است. پایایی پرسشنامه در این تحقیق با استفاده از آلفای کرونباخ بررسی شد و ۰/۹۲ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مناسب می‌باشد.

روش اجرا:

برای گردآوری اطلاعات موردنیاز بعد از انتخاب نمونه ۳۰۵ نفری، ابتدا هدف تحقیق برای آن‌ها بیان شد و پرسشنامه‌های پژوهش در اختیار آن‌ها قرار داده شد و از آن‌ها خواسته شد نظر خود را با دقت بیان کنند و

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

اطلاعات جمع‌آوری شد. برای تحلیل داده‌های این پژوهش از شاخصه‌ای آمار توصیفی شامل میانگین، خطای معیار، تحلیل واریانس چند متغیری و ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره استفاده شد.

- **روایی و پایایی:**

به‌منظور تعیین روایی پرسشنامه از روایی ظاهری، محتوایی و سازه استفاده شد. در روایی ظاهری پرسشنامه‌ها قبل از توزیع توسط پژوهش‌گر، چند نفر از اعضای نمونه و برخی خبرگان دانشگاهی و مسئولین مرتبط با موضوع آموزش مهارت‌های زندگی، سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی موردبررسی قرار گرفت. در روایی محتوایی در قالب یک روش دلفی و با کمک فرم‌های CVR و CVI و به کمک ده نفر از خبرگان شامل خبرگان دانشگاهی، چند نفر از آزمودنی‌ها و ... محتوای پرسشنامه ازنظر سؤال‌های اضافی و یا اصلاح سؤال‌ها موردبررسی قرار گرفت. فرم CVI نشان داد که همه سؤال‌ها از نقطه‌نظر ساده بودن، واضح بودن و مربوط بودن از وضعیت مناسبی برخوردارند (میزان این ضریب برای هر یک از سؤال‌ها بالاتر از۰/۷۹ بود)؛ هم‌چنین با توجه به اینکه مقدار CVR برای همه سؤال‌ها بالای۰/۶۲به دست آمد هیچ سؤالی نیاز به حذف شدن نداشت. در مورد روایی سازه نیز از دو نوع روایی همگرا و واگرا با کمک نرم‌افزار Smart-Pls 3 استفاده شد. در بررسی روایی همگرا یافته‌ها نشان داد ضرایب معناداری تمام بارهای عاملی بزرگ‌تر از۲/۵۸ بود (آماره تی) یعنی تمامی بارهای عاملی با اطمینان ۹۹ درصد معنادار بود، مقادیر تمام بارهای عاملی نیز بالای ۰/۵ بود (رابطه متغیر آشکار و پنهان)، میانگین واریانس استخراج‌شده (AVE) همه مؤلفه‌ها بالای ۰/۵ بود و همین‌طور پایایی ترکیبی همه مؤلفه‌ها بزرگ‌تر از میانگین واریانس استخراج‌شده آن بود؛ لذا می‌توان گفت که روایی همگرای سازه‌های مدل تائید می‌شوند. در بررسی روایی واگرا نیز از آزمون فورنل و لارکر (این آزمون روایی واگرا (تشخیصی) را در سطح متغیرهای پنهان با استفاده از ماژولی که در نرم‌افزار Smart-Pls 3 تعریف‌شده می سنجد) و آزمون بار عرض (این آزمون روایی واگرا را در سطح متغیرهای مشاهده‌پذیر توسط ماژولی که در نرم‌افزار Smart- Pls3 تعریف‌شده می‌سنجد) استفاده شد.

در این پژوهش پایایی از طریق ضریب آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی محاسبه می‌شود. مقادیر این دو ضریب برای همه متغیرهای پژوهش بالای ۰/۷ به دست آمد که نشان‌دهنده پایا بودن ابزار اندازه‌گیری بود. ضرایب پایایی و روایی ذکرشده برای پرسشنامه‌ها در جدول زیر قابل‌مشاهده است.

جدول ۱- اطلاعات پرسشنامه و محاسبه روایی و پایایی ابزار

مؤلفه	آلفای کرونباخ	CR	AVE	MSV	ASV	۱	۲	۳
۱. مهارت‌های زندگی	۰/۷۱	۰/۸۲	۰/۶۱	۰/۴۱	۰/۲۸	۰/۷۸	ـــ	ـــ
۲. سازگاری اجتماعی	۰/۸۳	۰/۸۵	۰/۵۷	۰/۲۹	۰/۲۶	۰/۴۶	۰/۷۵	ـــ
۳. پیشرفت تحصیلی	۰/۸۰	۰/۸۴	۰/۵۲	۰/۳۱	۰/۲۴	۰/۴۵	۰/۵۲	۰/۷۲

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

توجه به جدول فوق می‌توان گفت: پایایی ابعاد مورد تائید است زیرا آلفای کرونباخ و ضریب پایایی ترکیبی بالای ۰,۷ است و همچنین AVE>0.5 است، روایی همگرا مورد تائید است زیرا CR>0.7؛ CR>AVE؛ AVE>0.5 و همین‌طور روایی واگرا نیز مورد تائید است زیرا MSV < AVE و ASV < AVE .

تجزیه تحلیل داده‌ها با روش‌های آماری زیر انجام شد:

الف) در آمار توصیفی متغیرهای پژوهش از میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی بهره گرفته شد.

ب) در آمار استنباطی از همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره SPSS-V.23 استفاده شد.

۳- یافته‌ها

آموزش مهارت‌های زندگی در سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی نقش دارد.

برای بررسی فرضیه فوق از آزمون رگرسیون چندمتغیره استفاده می‌شود. نتایج مربوط به تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) در جدول زیر آورده شده است.

جدول ۲- آزمون‌های چندمتغیره

اثر		مقدار	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	Sig.	توان مشاهده‌شده
عرض از مبدأ	اثر پیلای	۰,۹۶۸	۶۲۰,۱۶۲	۶	۱۲۲	۰,۰۰۰	۱,۰۰
	لاندای ویکز	۰,۰۳۲	۶۲۰,۱۶۲	۶	۱۲۲	۰,۰۰۰	۱,۰۰
	اثر هتلینگ	۳۰,۵۰۰	۶۲۰,۱۶۲	۶	۱۲۲	۰,۰۰۰	۱,۰۰
	بزرگترین ریشه روی	۳۰,۵۰۰	۶۲۰,۱۶۲	۶	۱۲۲	۰,۰۰۰	۱,۰۰
آموزش مهارت‌های زندگی	اثر پیلای	۱,۴۷۱	۱,۸۷۵	۱۳۲	۷۶۲	۰,۰۰۰	۱,۰۰
	لاندای ویکز	۰,۱۴۴	۲,۱۵۰	۱۳۲	۷۱۷	۰,۰۰۰	۱,۰۰
	اثر هتلینگ	۲,۷۹۲	۲,۵۴۵	۱۳۲	۷۲۲	۰,۰۰۰	۱,۰۰
	بزرگترین ریشه روی	۱,۷۶۸	۱۰,۲۰۶	۲۲	۱۲۷	۰,۰۰۰	۱,۰۰

در این مورد، آموزش مهارت‌های زندگی مقدار اثر پیلای برابر با ۰,۹۶۸ و مقدار F برابر با ۶۲۰,۱۶۲ را داراست. این مقدار در سطح ۵٪ معنی‌دار است، زیرا p-مقدار ۰,۰۰۰ است. بنابراین، ما فرضیه صفر مبنی بر اینکه مقدار آموزش مهارت‌های زندگی در سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان یکسان است را رد می‌کنیم.

توان مشاهده‌شده

در این فرضیه، مقدار توان مشاهده‌شده برابر ۰,۳۳ می‌باشد، و این یعنی ما ۳۳٪ آموزش مهارت‌های زندگی را

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

می‌توانیم رد کنیم.

آزمون همگنی

نتیجه این آزمون در جدول زیر ارائه‌شده است.

جدول ۳- آزمون لوین برای برابری واریانس خطا

	آماره لوین	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	Sig.
سازگاری اجتماعی	۱,٤۹۲	۱۹	۱۲۷	۰,۰۰۹
پیشرفت تحصیلی	۲,۲۲۰	۱۹	۱۲۷	۰,۰۰۵

با توجه به جدول فوق، در سطح ۰,۰۵، واریانس خطای متغیرهای وابسته در بین متغیر مستقل برابر است.

آزمون بین اثرات گروهی

در جدول زیر، نتایج این آزمون آورده شده است.

جدول ٤- آزمون‌های اثرات بین گروهی

منبع	متغیر وابسته	مجموع مربعات نوع III	درجه آزادی	میانگین مربع	F	Sig.	توان مشاهده‌شده ه
مدل تصحیح‌شده	سازگاری اجتماعی	۵۳,۵۰٤	۲۲	۲,٤۳۲	۵,۷۸٦	۰,۰۰۰	۱,۰۰۰
	پیشرفت تحصیلی	٤۱,۱۱۸	۲۲	۱,۸٦۹	۳,۸۵۹	۰,۰۰۰	۱,۰۰۰
عرض از مبدأ	سازگاری اجتماعی	۹۰۲,۷۵٤	۱	۹۰۲,۷۵٤	۲۱٤۷,۷۱۷	۰,۰۰۰	۱,۰۰۰
	پیشرفت تحصیلی	۷۹۳,۲۰۱	۱	۷۹۳,۲۰۱	۱٦۳۷,۷۰٦	۰,۰۰۰	۱,۰۰۰
آموزش	سازگاری اجتماعی	۵۳,۵۰٤	۲۲	۲,٤۳۲	۵,۷۸٦	۰,۰۰۰	۱,۰۰۰
مهارت‌های زندگی	پیشرفت تحصیلی	٤۱,۱۱۸	۲۲	۱,۸٦۹	۳,۸۵۹	۰,۰۰۰	۱,۰۰۰
خطا	سازگاری اجتماعی	۵۳,۳۸۲	۱۲۷	۰,٤۲۰			
	پیشرفت تحصیلی	٦۱,۵۱۱	۱۲۷	۰,٤۸٤			
مجموع	سازگاری اجتماعی	۲۱۱۸,٦٦۷	۱۵۰				
	پیشرفت تحصیلی	۱۸۸٤,۵۵٦	۱۵۰				
مجموع تصحیح‌شده	سازگاری اجتماعی	۱۰٦,۸۸٦	۱٤۹				
	پیشرفت تحصیلی	۱۰۲,٦۲۹	۱٤۹				

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

در هر دو مورد سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی سطح معناداری کمتر از ۰,۰۵ است؛ بنابراین، فرضیه صفر را می‌توان رد کرد. به‌عبارت‌دیگر، ***آموزش مهارت‌های زندگی در سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی نقش دارد.***

٤- بحث و نتیجه‌گیری

در تبیین یافته‌های پژوهش می‌توان گفت که بین آموزش مهارت‌های زندگی، سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین آموزش مهارت‌های زندگی، بر سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی، اثر می‌گذارد. آموزش مهارت‌های زندگی مانند مدیریت هیجانات، ارتباط مؤثر، حل مسئله و تصمیم‌گیری به دانش‌آموزان ابتدایی کمک می‌کند تا بتوانند با چالش‌های اجتماعی و روانی دوره کودکی بهتر کنار بیایند. این مهارت‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا ارتباطات اجتماعی مثبت‌تری با همسالان و معلمان برقرار کنند و در فعالیت‌های گروهی مشارکت موفقیت‌آمیزتری داشته باشند. درنتیجه، سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان افزایش می‌یابد و آن‌ها توانایی بهتری در برقراری روابط اجتماعی و سازگاری با محیط مدرسه پیدا می‌کنند(اولیورا [1] و همکاران، ۲۰۲۳). مهارت‌های زندگی مانند مدیریت زمان، حل مسئله و خودنظم‌دهی به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بتوانند بهتر بر فرایند یادگیری خود نظارت کرده و از پتانسیل خود در امر تحصیل استفاده کنند(نامور نژاد و علمدار لو،۲۰۲۲). آموزش مهارت‌های زندگی همچنین به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا اضطراب و استرس مرتبط با تکالیف و آزمون‌ها را مدیریت کرده و تمرکز بهتری در کلاس درس داشته باشند. درنتیجه، پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان به‌طور ملموسی افزایش می‌یابد و آن‌ها موفقیت بیشتری در امتحانات و پروژه‌های مدرسه‌ای کسب می‌کنند(رخا و انو،۲۰۲۲). آموزش مهارت‌های ارتباطی مانند گوش دادن فعال، ابراز وجود و همدلی به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بتوانند ارتباطات مثبت‌تری با همکلاسی‌ها، معلمان و سایر همسالان برقرار کنند. این مهارت‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بهتر بتوانند نیازها و احساسات خود را بیان کنند و درعین‌حال به نیازهای دیگران نیز توجه نشان دهند(شاهی و همکاران،۱٤۰۳). آموزش مهارت‌هایی مانند همکاری، رهبری و حل تعارض به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بتوانند به‌طور موفقیت‌آمیزتری در فعالیت‌های گروهی مشارکت کنند. این مهارت‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بتوانند مسائل و چالش‌های اجتماعی را بهتر شناسایی کرده و برای حل آن‌ها راهکارهای مناسب ارائه دهند(مشعل پور فرد،۱٤۰۳). آموزش مهارت‌های مدیریت هیجانات و حل مسئله به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بهتر بتوانند با چالش‌های اجتماعی و عاطفی که در دوره کودکی با آن مواجه می‌شوند مقابله کنند. این مهارت‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا اعتمادبه‌نفس بیشتری پیداکرده و توانایی خودتنظیمی خود را بهبود ببخشند که درنهایت سبب پیشرفت تحصیلی می‌شود(حیدری و همکاران،۱٤۰۲).آموزش مهارت‌هایی مانند هدف‌گذاری، خودکارآمدی و مدیریت هیجانات به

1 Oliveira

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

دانش‌آموزان کمک می‌کند تا انگیزه بیشتری برای یادگیری و موفقیت تحصیلی پیدا کنند. این مهارت‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا با اعتمادبه‌نفس بیشتری به چالش‌های تحصیلی رو بیاورند و برای رسیدن به اهداف خود تلاش بیشتری داشته باشند(رحمتی و همکاران،۲۰۲٤). آموزش مهارت‌های ارتباطی و همکاری به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بهتر بتوانند با معلمان، والدین و همکلاسی‌های خود ارتباط برقرار کرده و در فعالیت‌های گروهی مشارکت کنند. این مهارت‌ها به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا بهتر بتوانند کمک و راهنمایی لازم را از معلمان و همکلاسی‌های خود دریافت کنند و درنتیجه پیشرفت تحصیلی بهتری داشته باشند(آزمند و همکاران،۱٤۰۲).

درمجموع، آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان مقطع ابتدایی نقش بسیار مهمی در بهبود سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی آن‌ها دارد. این مهارت‌ها به آن‌ها کمک می‌کند تا بهتر با چالش‌های دوره کودکی کنار بیایند، ارتباطات اجتماعی مثبت‌تری برقرار کنند و در فرایند یادگیری خود موفق‌تر عمل کنند. بنابراین، ادغام آموزش مهارت‌های زندگی در برنامه‌های درسی مدارس ابتدایی می‌تواند نقش مؤثری در توسعه جنبه‌های مختلف رشد و پیشرفت دانش‌آموزان داشته باشد.

در زمینه آموزش مهارت‌های زندگی، سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان مقطع ابتدایی، می‌توان پیشنهادهای کاربردی زیر را در نظر گرفت:

- پیشنهاد می شود که آموزش مهارت‌های زندگی به صورت منظم و سیستماتیک در برنامه درسی مقطع ابتدایی گنجانده شود.

- پیشنهاد می‌شود که معلمان در این مقطع آموزش‌های لازم را در زمینه نحوه آموزش مهارت‌های زندگی دریافت کنند تا بتوانند به شکل مؤثرتری این مهارت‌ها را به دانش‌آموزان منتقل کنند.

-پیشنهاد می‌شود که مدارس ابتدایی با همکاری خانواده‌ها، برنامه‌های آموزشی و فوق‌برنامه‌ای را برای تقویت مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان طراحی و اجرا کنند.

-پیشنهاد می‌شود که به‌طور مداوم پیشرفت دانش‌آموزان در کسب مهارت‌های زندگی و تأثیر آن بر سازگاری اجتماعی و پیشرفت تحصیلی آنان ارزیابی و پایش شود.

-پیشنهاد می شود که در کنار آموزش مهارت‌های زندگی، فضای مدرسه به‌گونه‌ای طراحی شود که محیطی امن، حمایتی و پرورشی برای رشد اجتماعی و تحصیلی دانش‌آموزان فراهم آید.

منابع

آزمند، اسماعیل، بهرامی، حسن، محمدی، عادل، و محمدی فرد، حامد. (۱٤۰۲). نقش بازی در میزان پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان ابتدایی. کنفرانس بین‌المللی روانشناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی.

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

اکبری بورنگ محمد, دلیری نیا زهرا, رودی علی آبادی ثریا. (۱٤۰۱). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی با استفاده از کارتون (نقاشی متحرک) بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پایه ششم.

بابادی، امین؛ مشکانی، محمد. (۱۳۹۰). مقیاس مهارت های زندگی: تدوین و هنجاریابی، ابزاری معتبر برای سنجش مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان ابتدایی. فصلنامه مطالعات روانشناسی تربیتی، سال ۸، شماره ۱٤، صص ۲۲-۱.

حیدری, فتانه, کرمی, محمدی‌کیش. (۱٤۰۲). بررسی تأثیر سبک مدیریت آزاد گذاری بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دوره متوسطه اول. *پژوهش‌های مدیریت در جهان اسلام*, *۱۷*(۵), ۱۹-۳۱.

خانخانی زاده،هنگامه. باقری،سحر(۱۳۹۱). اثربخشی خودآموزی کلامی بر بهبود سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با ناتوانی‌های یادگیری. مجله ناتوانی‌های یادگیری. دوره ۲، شماره ۱

سینها،ای.پی.و سینگ،آر.پی.(۱۳۸۰). راهنمای پرسشنامه سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی. ترجمه ابوالفضل کرمی. تهران : موسسه روان تجهیز سینا

شاهی, عالیه, امیری, ابراهیمی, لقمان. (۱٤۰۳). اثربخشی آموزش راهبردهای خودتنظیمی بر نقص توجه، سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی کودکان با اختلال بیش‌فعالی/نقص توجه. *دوماهنامه علمی-پژوهشی طب توان‌بخشی*, *۱۳*(۱), ۱۰٦-۱۱۹.

شریفی رهنمو, فتحی, آیت اله, یزدانی کلیبر, شریفی رهنمو. (۱٤۰۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر مهارت‌های ارتباطی، امنیت روانی-اجتماعی و وابستگی به شبکه‌های اجتماعی در دانش‌آموزان دختر دارای اعتیاد به فضای مجازی. *نشریه علمی آموزش و ارزشیابی (فصلنامه)*, *۱٦*(٦۱), ۵۳-۷٤.

مشعل پورفرد. (۱٤۰۳). تأثیر حرفه‌آموزی بر مهارت‌های اجتماعی و توانایی‌های شناختی دانش‌آموزان پسر کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر: یک مطالعه نیمه تجربی. *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*, *۲۳*(۱), ۳-۱٦.

ویسی, فرزانه, موسوی. (۱٤۰۱). تاثیرآموزش مهارت های تفکر بر امید به زندگی و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان. *فصلنامه مهارت‌های روانشناسی تربیتی*, *۱۳*(٤).

Feraco, T., Resnati, D., Fregonese, D., Spoto, A., & Meneghetti, C. (2023). An integrated model of school students' academic achievement and life satisfaction. Linking soft skills, extracurricular activities, self-regulated learning, motivation, and emotions. *European Journal of Psychology of Education*, *38*(1), 109-130.

Jitaru, O., Bobu, R., & Bostan, C. M. (2023). Social and Emotional Skills in Adapting Students to the Academic Environment. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, *15*(1), 590-605.

Lindman, R, Duek. J. L., (2012). A Comparison of changes in dental students and medical students approaches learning during professional training, Eur J Dent Edu, 5 (4): 7-162.

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

Namvarnejad, M., & Alamdarloo, G. H. (2022). The Effectiveness of Life Skills Training on Social Adjustment of Male Students with Intellectual Disability. *Quarterly journal of social work*, *11*(3), 46-55.

Oliveira, Í. M., de Castro, I., Silva, A. D., & Taveira, M. D. C. (2023). Social-emotional skills, career adaptability, and agentic school engagement of first-year high school students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *20*(8), 5597.

Rahmati, F., Safaei Rad, I., & KhorramAbadi, Y. (2024). The Structural Relationship of Teachers' Interactive Styles based on the Social Adjustment, Psychological Hardiness and Academic Achievement Motivation with the Mediation of Mental Health in Eight Grade Female Students. *Iranian journal of educational sociology*, *7*(1), 0-0.

Rekha, M., & Annu, M. (2022). LIFE SKILLS AND EDUCATIONAL ADJUSTMENT AMONG ADOLESCENTS-A STUDY. *EPRA International Journal of Research and Development (IJRD)*, *7*(8), 47-50.

TEMİRCAN, Z. (2022). Examining The Relationship Between Social Adaptation, The Learning Style Preferences and Academic Achievement Among College Freshmen Students. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *2*(2), 227-239.

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]

فصلنامه رویکردهای پژوهشی نو در علوم مدیریت

شماره ۳۱،
دوره یازدهم،
سال ششم،
پاییز ۱۴۰۲
صص ۱-۱۳

The Role of Life Skills Training on Social Adjustment and Academic Progress of Primary School Students

Marziyeh Tavakoli[1], Shabnam Rastegar[2]

Abstract

The present study was conducted with the aim of investigating the role of life skills training on social adjustment and academic progress of primary school students. The research method was quantitative according to the applied purpose, according to the type of data, cross-sectional according to the time of data collection, and descriptive-correlation according to the method of data collection or the nature and method of the research. The statistical population of this research includes the parents of primary school students in District 13 of Tehran, 305 of whom were selected as the sample size through staged cluster sampling. In order to collect the required data, the standard questionnaires of children's life skills were used by Babadi and Meshkani (2019), the social adjustment of students by Sinha and Singh (1993), and the academic progress of Pham and Taylor (1994). In order to calculate validity, content and construct validity were used, and in order to calculate reliability, Cronbach's alpha coefficient and composite reliability coefficient were used, and the results indicated the validity and reliability of the research questionnaires. Descriptive statistics (mean, standard deviation, skewness and kurtosis) and inferential statistics (Pearson correlation and Multivariate regression with SPSS-V.23 software) were used to analyze the data. The results of the research indicated that there is a positive and significant relationship between teaching life skills, social adaptation and academic progress of primary school students.

Key words: Life Skills, Social Adaptation, Academic Achievement, Elementary Students

[1] Ph.D., Department of Curriculum Planning, Islamic Azad University, Roudhen Branch, Roudhen, Iran (Corresponding Author)
[2] Bachelor's student, Department of Educational Sciences, Elementary Education, Islamic Azad University, Abarkouh Branch, Abarkouh, Iran

[Downloaded from mail.jnraims.ir on 2026-11-19]