

## مهارت های زندگی پیش دبستانی: به سوی آموزش مهارت های اجتماعی و جلوگیری از پرخاشگری در کودکان خردسال

مینا زارعی<sup>۱</sup>، سعیده اکبرپور<sup>۲</sup> و مهتاب سلطانی<sup>۳</sup>

علوم تربیتی، دانش آموزته کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، نویسنده مسئول، Mina72zareei@gmail.com

روانشناسی، علوم تربیتی، دانش آموزته کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه تربیت دبیر شهیدریایی، تهران، مشاور مدرسه

۱ علوم تربیتی، دانش آموزته کارشناسی ارشد تربیت مربی پیش دبستان، دانشگاه علمی و کاربردی، مازندران، آموزگار پایه اول ابتدایی

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش آموزش مهارت های زندگی در توانمندسازی کودکان پیش دبستانی در ارتقا مهارت های اجتماعی و پیشگیری از پرخاشگری چیست. پژوهش به صورت توصیفی - تحلیلی نگارش شده است. اثربخشی مهارت های زندگی پیش دبستانی (۱) به عنوان یک برنامه (مهارت های اجتماعی) ارزیابی کردند، که در آن سه واحد از چهار واحد مهارت به ترتیب موقعیت های برانگیزاننده برای آموزش مهارت های اجتماعی که با پرخاشگری مقابله می کنند (واحد یک در سطح کلاس، ارتباطات عملکردی، تحمل تاخیر و مهارت های دوستی)، سرمایه گذاری شود. همچنین، برای کنترل پرخاشگری کودکان از سه روش کارتاریسیس<sup>۲</sup>، آموزش والدین<sup>۳</sup> و روش های شناختی-بهره جست. نتایج و یافته های پژوهش نشان می دهد که پیشگیری از رفتار پرخاشگرانه به عنوان یک عامل اولیه و مهم برای جلوگیری از ایجاد مشکلات رفتاری نگران کننده تر مانند خشونت است و در آینده از تلف شدن منابع انسانی و مادی فراوان برای جبران خسارت های ناشی از عدم آموزش درست و به موقع این مهارت ها پیشگیری خواهد کرد.

کلیدواژه ها: پیش دبستانی، مهارت زندگی، پرخاشگری

<sup>1</sup> Preschool Life Skills

<sup>2</sup> catharsis

<sup>3</sup> Parent training

<sup>4</sup> Cognitive methods

## ۱- مقدمه

در هزاره جدید، آموزش و پرورش دستخوش یک تغییر انقلابی در زمینه علم و فناوری، جهانی شدن، خصوصی سازی، شهرنشینی، صنعتی شدن و غیره است. بنابراین، در دنیای کنونی که به سرعت در حال پیشرفت است و هر لحظه به دانش و اطلاعات انسان‌ها افزوده می‌شود، به نظر می‌رسد این دانش‌افزایی در پاره‌ای از موارد باعث تنیدگی‌هایی در زندگی بشر می‌گردد و نمی‌توان به‌طور کلی از تنیدگی‌ها دور شد، بلکه بایستی راه‌های مقابله با آن‌ها را آموخت. انتظار می‌رود انسان امروزی با توان و پتانسیل‌های بالاتر با مسائل برخورد نماید و از اطلاعاتی که در زمینه‌های مختلف دریافت می‌نمایند، به‌طور مؤثر و کاربردی در جهت حل مشکلات خود استفاده کند. مهارت‌های زندگی به انسان‌ها می‌آموزد که چگونه شکنندگی را از خودشان دور ساخته و به مسائل زندگی به‌عنوان مسائل قابل حل نگاه کنند (فردوسی پور، ۱۳۹۳).

تحقیقات توصیفی و تجربی در تجزیه و تحلیل رفتار کاربردی (لرمن، ایواتا و هانلی، ۲۰۱۳) در نیم قرن گذشته شواهد همگرایانه‌ای ارائه کرده است که نشان می‌دهد کودکان خردسال به رفتارهایی دست می‌زنند که به‌طور قابل اعتمادی به پیامدهای تقویت‌کننده دسترسی دارند. دسترسی به توجه بزرگسالان، اسباب‌بازی‌ها و غذای ترجیحی، و فرار از وظایف، برخی از پیامدهای تقویت‌کننده برای کودکان خردسال است. بنابراین، موقعیت‌هایی که در آن دسترسی به این تقویت‌کننده‌ها حذف یا در دسترس نیست، می‌تواند منجر به رفتارهای مشکل‌ساز شود (هانلی، هیل، تایگر و اینگورسون، ۲۰۰۷).

بنابراین، آموزش مهارت‌های زندگی مرتبط کمک می‌کند تا با مسائل فوق‌برخورد شود و رفتار مطلوب عملی شود. زیرا به‌طور خاص به نیازهای کودکان می‌پردازد، به ایجاد انگیزه، ارائه مهارت‌های عملی، شناختی، عاطفی، اجتماعی و مدیریت شخصی برای تنظیم زندگی کمک می‌کند. یداو و اقبال<sup>۳</sup> (۲۰۰۹)، نتایج مثبتی را از انتقال آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان و ایجاد تغییر در نگرش، اندیشه و رفتار نوجوانان با ایجاد محیط حمایتی برای آنان نشان دادند.

لذا، با تأکید بر اهمیت و اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی به بهبود قابل توجهی از روابط بین فردی و در نتیجه کاهش پرخاشگری و مشکلات رفتاری اشاره شده است. آموزش چنین مهارتی در اولویت هست، که برنامه‌هایی پیشگیرانه تلقی می‌گردد و پیشگیری خیلی آسان‌تر از درمان است و به نفع رشد خود و رشد اجتماعی، هیجانی و شناختی کودکان خواهد بود (ورنون<sup>۴</sup>، ۱۳۸۷).

آموزش مهارت‌های زندگی به‌عنوان یک رویکرد پیشگیرانه برای جلوگیری از توسعه رفتارهای مشکل‌ساز به ترویج همدلی و مهربانی می‌پردازد. مهارت‌های زندگی به‌عنوان یک برنامه آموزشی، به‌عنوان یک رویکرد مداخله‌ای و الگویی که به رشد سالم کودکان کمک می‌کند. بنابراین، هدف اساسی آموزش مهارت‌های زندگی را می‌توان پرورش موقعیت‌هایی دانست که باعث ایجاد و حفظ رفتار پرخاشگرانه در کودکان خردسال می‌شود (هانلی و همکاران، ۲۰۰۷). رفتار پرخاشگرانه دوران کودکی می‌تواند به‌عنوان یک عامل پیش‌بینی‌کننده برای بزهکاری، سوء مصرف مواد، افسردگی، افت تحصیلی و ... باشد. همچنین، شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد رفتار ضد اجتماعی دوران خردسالی با ناتوانی‌های دوران بزرگسالی در ارتباط است (امین بیگی، ۱۳۷۷).

از سوی دیگر، پژوهش‌های انجام شده حاکی از ارتباط پرخاشگری با مشکلات یادگیری است. به‌عنوان نمونه یک چهارم کودکانی که دچار کندخوانی هستند و یک سوم کودکان مبتلا به اختلال ناتوانی در خواندن، پرخاشگر هستند (مهریار، ۱۳۷۰). کودکان پرخاشگر معمولاً در خواندن نشانه‌های هیجانی، درک دیدگاه طرف مقابل و مدیریت خشم مشکل دارند

<sup>1</sup> Lerman, Iwata & Hanley

<sup>2</sup> Hanley, Heal, Tiger & Ingvarsson

<sup>3</sup> Yadav & Iqbal

<sup>4</sup> Vernon

(هادلی و گراهام، ۱۹۹۳). علاوه بر این، کودکان پرخاشگر مهارت های رفتاری مورد نیاز برای ارائه پاسخ های با کفایت برای مسائل ندارند و در مهارت های حل تعارض دچار کاستی هستند (اولویوس، ۱۹۹۳).

براساس یافته های اخیر روان شناسان و متخصصین علوم رفتاری دانشگاه واشنگتن، کودکانی که رفتارهای خشونت آمیز را یاد می گیرند می توانند آن ها را فراموش هم نکنند. محققان این پژوهش را بر روی ۷۹۰ دانش آموز سال دوم و سوم دبستان انجام داده اند. نیمی از کودکان در کلاس های کنترل خشم که به مدت سی روز و هر روز به مدت ۳۵ دقیقه تشکیل می شد، شرکت کرده بودند. آن ها در این کلاس ها، روش همدردی، حل مشکل و مهار خشم را آموزش می دیدند. بقیه کودکان این دوره را نگذرانده بودند. پژوهشگران بعد از ۶ شش ماه، تجارب شرکت کنندگان را مورد ارزیابی و سنجش قرار دادند. آن ها دریافتند که «رفتار های خشونت آمیز مثل زدن و هل دادن و ... به نحو چشمگیری کاهش یافته و البته رفتار های جامعه پسندانه مثل همدردی، عذر خواهی از دیگران در صورت ارتکاب اشتباه، تشویق دیگران به رفتارهای مناسب اجتماعی افزایش یافته است. این نتایج نشان می دهد که به وسیله آموزش می توان تأثیر مثبتی بر رفتارهای کودک گذاشت (ساحشور، ۱۳۷۸).

شخصیت اصلی و زیربنایی کودک، قبل از ۶ سالگی پایه ریزی شده و اساس مراحل بعدی رشد او را تشکیل می دهد (یگانه دارابی و یگانه دارابی، ۱۳۹۴). کودک این سال ها را با کنجکاو و توجه نسبت به خود، اطرافیان و دنیای پیرامونش سپری می کند. در این سال های طلایی چنانچه محیط و آموزش غنی باشد هوش شکوفا می شود و استعدادها پرورش می یابد. (فصل ۱، کلیات آموزش و پرورش پیش از دبستان، ص ۲). مطالب ذکر شده نشان می دهد که آموزش مهارت های زندگی از ضروریات است و بهترین زمان آموزش مهارت های زندگی به کودکان سنین دوره ی پیش دبستان است، زیرا یادگیری کودکان در این سال های حساس، سریع تر، آسان تر و عمیق تر صورت می گیرد که بر همین اساس از سال ۱۳۹۶ آموزش پیش دبستانی در ایران رسمی شد.

دوران پیش دبستانی سال های مناسبی برای تشخیص مشکلات کودکان، مداخله بهنگام و پیش گیری از مشکلات عاطفی، اجتماعی و تحصیلی آینده آنان است. مداخله بهنگام و تغییر رفتارهای ناسازگار کودک در این دوره حساس، موجب افزایش مهارت های اجتماعی و محبوبیت نزد همسالان و بزرگسالان شده و کودک را برای پذیرش مسئولیت های تحصیل دبستانی آماده می سازد. یکی از شایع ترین مشکلات کودکان خردسال که موجب مراجعه به روانشناس می گردد، پرخاشگری است. شناخت این مشکل نزد کودکان خردسال و مداخله بهنگام می تواند از ادامه این رفتار پیش گیری نماید (گریس، پیسی و گودوین، ۲۰۰۳).

بر این مبنای پژوهش حاضر در نظر دارد تا با بررسی ادبیات نظری و پژوهش در زمینه آموزش مهارت های زندگی پیش دبستانی به سؤال های زیر پاسخ دهد: اهمیت و ضرورت مهارت های زندگی چیست؟ اهمیت و ضرورت دوره پیش دبستان چیست؟ نقش آموزش مهارت های زندگی در توانمندسازی کودکان پیش دبستانی در ارتقا مهارت های اجتماعی و پیشگیری از پرخاشگری چیست؟

### روش شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نظر ماهیت و روش جزء تحقیقات توصیفی - تحلیلی محسوب می شود. اطلاعات مورد نیاز این پژوهش با استفاده از مطالعات کتابخانه ای گردآوری شد. لذا از طریق تجزیه و تحلیل و بررسی پیشینه در حوزه های ضرورت و اهمیت مهارت های زندگی و دوره ی پیش دبستانی، نقش آموزش مهارت های زندگی در دوره ی پیش دبستانی به سمت آموزش مهارت های اجتماعی و پیشگیری از پرخاشگری مورد توجه قرار گرفته شده است.

<sup>1</sup> Hudley & Graham

<sup>2</sup> Olweus

<sup>3</sup> Grace, Pacey & Goodwin

### مفهوم و تعریف مهارت زندگی

سازمان جهانی بهداشت (۱۹۹۴) مهارت‌های زندگی را چنین تعریف نموده است: توانایی انجام رفتار سازگارانه و مثبت به‌گونه‌ای که فرد بتواند با چالش‌ها و ضروریات زندگی روزمره خود کنار بیاید. در تعریف دیگر می‌توان مهارت‌های زندگی را مجموعه‌ای از مهارت‌ها و شایستگی‌های فردی و گروهی دانست که افراد برای زیستن در هزاره جدید به آن نیازمند می‌باشند. هم‌زمان با یادگیری تسلط و استقرار در این مهارت‌ها فرد علاوه بر رسیدن به آرامش و تعادل در زندگی فردی و اجتماعی به ایفای نقش در زندگی خود می‌پردازد (محمدخانی، ۱۳۸۴). مهارت‌های زندگی، توانایی‌های روانی - اجتماعی برای رفتار انطباقی و مؤثر هستند که افراد را قادر می‌سازد تا به‌طور مؤثرتری با مقتضیات و چالش‌های زندگی روزمره مقابله کنند (یونیسف، ۲۰۱۴). هانت<sup>۳</sup> (۱۳۸۷) مهارت‌های زندگی راه رسیدن به شرایط بهتر می‌داند که با آموختن آن می‌توان زندگی را تجربه نمود. به گفته یونیسف (۲۰۰۵)، مهارت‌های زندگی یک تغییر رفتار یا رویکرد توسعه رفتار است که برای تعادل در سه حوزه دانش، نگرش و مهارت طراحی شده است.

تعریف آداب و مهارت‌های زندگی که در راهنمای برنامه آموزش آداب و مهارت‌های زندگی برنامه درسی ملی آمده، عبارت است از مجموعه قواعد سنت‌ها و رسم‌های رایج در جامعه و توانمندی‌هایی که برای جامعه‌پذیری برخوردار عاقلانه با چالش‌های زندگی و برخورداری از یک زندگی موفقیت‌آمیز موردنیاز است. به‌طورکلی مهارت‌های زندگی عبارتند از توانایی‌هایی که منجر به ارتقای بهداشت روانی افراد جامعه، غنای روابط انسانی، افزایش سلامت و رفتارهای سلامتی در سطح جامعه می‌گردند. مهارت‌های زندگی هم به‌صورت یک راهکار ارتقای سلامت روانی و هم به‌صورت ابزاری در پیشگیری از آسیب‌های روانی-اجتماعی جامعه، نظیر اعتیاد، آزار کودکان و ... قابل‌استفاده است. مهارت‌های زندگی ابزاری قوی در دست متولیان بهداشت روانی جامعه، در جهت توانمندسازی افراد در ابعاد روانی-اجتماعی است. اصطلاح مهارت‌های زندگی به گروه بزرگی از مهارت‌های روانی-اجتماعی و میان فردی گفته می‌شود که می‌تواند به افراد کمک کند تا تصمیماتشان را با آگاهی اتخاذ کنند و به‌طور مؤثر و مثبت ارتباط برقرار کنند. مهارت‌های مقابله‌ای و هویت شخصی خود را گسترش دهند و زندگی سالم داشته باشند. مهارت‌های زندگی می‌تواند اعمال شخصی و اعمال مربوط به دیگران و نیز اعمال مربوط به محیط اطراف را هدایت کنند که به‌سلامت بیشتر منجر شود و سلامت بیشتر یعنی آسایش بیشتر جسمانی، روانی و اجتماعی (صفر زاده، ۱۳۸۲).

### اهمیت و ضرورت دوره پیش‌دبستانی

حضرت علی (ع): «العلم من الصغر کالنقش فی الحجر» یادگیری و آموزش در خردسالی، بسان کندن نقش روی سنگ، پایدار است (بحارالانوار، ج ۱، ص. ۲۲۴). تحقیقات مبتنی بر مغز نشان می‌دهد که دوره‌ای از زمان تولد تا سن هشت‌سالگی یک مرحله حیاتی برای رشد و یادگیری مغز است. این دوره‌های حساس<sup>۴</sup> همچنین به‌عنوان پنجره‌ی فرصت‌ها<sup>۵</sup> شناخته می‌شوند که در سال‌های اولیه یافت می‌شود.

به‌این‌ترتیب، کودکان باید در طول این سال‌ها بهترین مراقبت و آموزش را دریافت کنند تا بتوانند به توسعه مطلوب دست یابند. هدف از آموزش در دوران کودکی، توسعه کل کودک است و باید به تمام جنبه‌های توسعه کودک توجه شود، توسعه یعنی توسعه فیزیکی، شناختی و توسعه زبان، توسعه شخصی، اجتماعی و احساسی. در دوره پیش‌دبستانی، رابطه بین رشد شناختی و زبان بسیار مهم است، زیرا کودکان شروع به بیان افکار خود از طریق زبان می‌کنند و شروع به فکر کردن

<sup>1</sup> World health organization

<sup>2</sup> Unicef

<sup>3</sup> Hunt

<sup>4</sup> Sensitive periods

<sup>5</sup> Windows of opportunity

به صورت کلمات می‌کنند؛ بنابراین، محیط باید به‌عنوان تسهیل‌کننده و حمایت از زبان، برای بهبود یادگیری و درک کودک مورد استفاده قرار گیرد (چارچوب برنامه درسی ملی پیش‌دبستانی موریتانی، ژانویه ۲۰۱۰).

درواقع قدرت یادگیری کودک در سنین پیش از دبستان بسیار بالا و عمیق است. کودک در شش‌سالگی حدود ۹۰ درصد رشد مغزی خود را پشت سر گذاشته است، بنابراین هرچه از بدو تولد از توانایی‌های مغزی بیشتر استفاده نماید، اتصالات در سیناپس‌های مغز این کامل‌تر شده و بیشتر خواهند کرد و توان آموزشی او نیز افزایش خواهد یافت (امیرخانی و همکاران، ۱۳۸۸).

سال‌های پیش از دبستان مرحله شکل‌گیری شخصیت کودک است. دوره‌ی سنی سال‌های پیش از دبستان از تولد تا شش سال اول زندگی است. پیش‌دبستانی یکی از دوره‌های مهم تحصیلی کودکان است (رینالدز<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹). همچنین محیط رفتاری بسیار مهمی برای اغلب بچه‌ها به شمار می‌آید (اسمیت<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). سال‌های اولیه زندگی کودک، سال‌هایی حساس‌اند زیرا میزان رشد در این سال‌ها نسبت به مراحل دیگر رشد، سرعت بسیار بیشتری دارد. در نتیجه این دوره از زندگی آدمی و برنامه‌های تربیتی-تمهیدی ویژه آن از اهمیت ویژه‌ای برخوردارند (سجادیه و آزادمنش، ۱۳۹۵). توجه به رشد و یادگیری کودکان در این سال‌های حساس به دلایل زیر از ضرورت و اهمیت فراوانی برخوردار است:

۱. زندگی نسبت به سال‌های دیگر؛ سرعت رشد در همه ابعاد آن در شش سال اول بیشتر است. یادگیری کودکان در این سال‌های حساس، سریع‌تر، آسان‌تر و عمیق‌تر صورت می‌گیرد.
۲. با توجه به وجود نابرابری‌های اقتصادی و اجتماعی، کودکان خانواده‌های محروم نیاز به محیطی دارند که این محرومیت‌ها را واحدی جبران سازد که در مراکز پیش از دبستان، مربیان آگاه و آموزش‌دیده، این وظیفه را بر عهده‌دارند.
۳. تغییرات اقتصادی، اجتماعی و اشتغال مادران، ایجاد محیط‌های مناسب برای رشد و یادگیری کودک را ضروری می‌سازد.
۴. بر اساس پژوهش‌های انجام‌شده، کودکان برخوردار از آموزش پیش‌دبستان توانمندی شناختی و رفتاری بیشتری نسبت به کودکان دیگر در مقطع ابتدایی دارند.
۵. بسیاری از مشکلات کودکان در جنبه‌های مختلف رشد در سال‌های اولیه کودکی، با مداخله مؤثر و به‌موقع برطرف می‌گردد و این در صورتی است که کودکان از آموزش‌های پیش‌دبستان برخوردار شوند.
۶. آموزش پیش از دبستان، شوق یادگیری، نگرش مثبت و پذیرش کودک را نسبت به محیط مدرسه افزایش می‌دهد و در نتیجه میزان ترک تحصیل کودکان در مدرسه کاهش می‌یابد.
۷. یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد هزینه‌ی افت تحصیلی کودکان در مدرسه، بسیار بیشتر از هزینه‌ی آن‌ها در مراکز پیش از دبستان است.
۸. والدین معمولاً در ارتباط با نیازهای رشد کودکان، شناخت کافی ندارند. در مراکز پیش از دبستان، آموزش والدین معمولاً در کنار آموزش کودکان به والدین در یادگیری شیوه‌های مناسب فرزند پروری کمک می‌کند. کودک این سال‌ها را با کنجکاوی و توجه نسبت به خود، اطرافیان و دنیای پیرامونش سپری می‌کند. در این سال‌های طلایی چنانچه محیط و آموزش غنی باشد هوش شکوفا می‌شود و استعدادها پرورش می‌یابد. (فصل ۱ کلیات آموزش و پرورش پیش از دبستان، ص ۲). شش حوزه یادگیری در سطح پیش از دبستان:

<sup>1</sup> The National Curriculum Framework Pre-Primary Mauritius (January 2010)

<sup>2</sup> Reynolds

<sup>3</sup> Smith

۱. توسعه فردی، اجتماعی و احساسی<sup>۱</sup>
۲. ارتباطات، زبان و سواد<sup>۲</sup>
۳. بیان خلاقانه و زیبایی شناسی<sup>۳</sup>
۴. بهداشت و توسعه فیزیکی<sup>۴</sup>
۵. آگاهی بدن و محیط زیست<sup>۵</sup>
۶. تفکر ریاضی و منطق<sup>۶</sup>

توسعه شخصی، اجتماعی و احساسی در پیش دبستانی: در این زمینه یادگیری، کودکان شروع به ایجاد احساس خود از طریق آگاهی خود را آغاز می کنند. آن ها از خود، احساسات خود و توسعه استقلال و خودتنظیمی آگاه می شوند. آن ها یاد می گیرند به طور مؤثر با دیگران ارتباط برقرار کنند، آن ها همچنین یاد می گیرند که در محیط چند فرهنگی احترام و مراقبت از دیگران داشته باشند.

ارتباطات، زبان و سواد: کودکان یاد می گیرند از زبان استفاده کنند تا تجربیات و احساسات خود را به اشتراک بگذارند و در موقعیت های مختلف ارتباط برقرار کنند. آن ها از طریق مشارکت در فعالیت های گوناگون مهارت های شنیداری، صحبت کردن و مهارت های نوشتاری (خواندن / نوشتن) را توسعه می دهند.

بیان خلاقانه و زیبایی شناسی: بچه ها خلاقیت خود را توسعه می دهند، محیط زیست را بررسی و مشاهده می کنند. آن ها از تخیل خود برای ابراز نظرات، احساسات و ایده های خود استفاده می کنند، از انواع هنر، رسانه، موسیقی، داستان استفاده می کنند. آن ها از تجربیات هنری و ارزش های انسانی قدردانی می کنند.

بهداشت و توسعه فیزیکی: کودکان شیوه زندگی فعال و سالم را با پرورش عادت های خوب و حفاظت از خود با درک مسائل بهداشتی و ایمنی پایه یاد می گیرند. بچه ها استفاده از حواس و توانایی های حسی خود برای کشف محیط زیست را یاد می گیرند. آن ها همچنین مهارت های نوین و خوب حرکتی و مهارت های ادراکی- حرکتی خود را توسعه می دهند.

آگاهی بدن و محیط زیست: کودکان در مورد بدنشان یاد می گیرند و آگاهی از پنج حس خود را توسعه می دهند. آن ها همچنین در مورد گیاهان، حیوانات، موجودات زنده و رویدادهای ساده در محیط از طریق مشاهده و فعالیت های ساده یاد می گیرند. این حوزه همچنین کودکان را با فرصت های یادگیری در مورد اهمیت فن آوری در زندگی روزمره خود فراهم می کند. آن ها به همان اندازه یاد می گیرند که نگرش درست نسبت به محیط را توسعه دهند.

تفکر ریاضی و منطقی: بچه ها مفاهیم ریاضی را از طریق فعالیت های مختلف در تجربه های زندگی روزمره می آموزند. از طریق فعالیت های روزانه، کودکان ایده ها و فرآیندهای ریاضی را بررسی می کنند. آن ها از طریق بررسی فضای اجتماعی و فیزیکی خود دانش جدیدی را از تجارب قبلی ایجاد می کنند (چارچوب برنامه درسی ملی پیش دبستانی موریتانی، ژانویه ۲۰۱۰، ص. ۴) مطالب فوق نشان می دهد دوره ی پیش دبستانی نقش تعیین کننده ای در آموزش مهارت های زندگی و نهادینه کردن آن در شخصیت کودکان دارد.

### مهارت های اجتماعی که باید به کودکان آموزش داده شود و نحوه آموزش موثر به آنها

عوامل بسیار مختلف و متعددی در بروز رفتار پرخاشگرانه مؤثر هستند. عوامل زیستی و وراثتی، یادگیری های محیطی و پردازش شناختی از یک سو و محرک های مربوط به خود فرد از سوی دیگر از جمله عوامل مهم بروز پرخاشگری هستند (کریمی، ۱۳۸۱).

<sup>1</sup> PERSONAL, SOCIAL AND EMOTIONAL DEVELOPMENT

<sup>2</sup> COMMUNICATION LANGUAGE AND LITERACY

<sup>3</sup> EXPRESSIVE, CREATIVE, AND AESTHETIC DEVELOPMENT

<sup>4</sup> HEALTH AND PHYSICAL DEVELOPMENT

<sup>5</sup> MATHEMATICAL AND LOGICAL THINKING

<sup>6</sup> BODY AND ENVIRONMENTAL AWARENES

بررسی‌ها نشان داده‌اند که کودکان پرخاشگر تمایل به ادامه پرخاشگری در بزرگسالی دارند (کازدن<sup>۱</sup>، ۱۹۹۷؛ لد و برگس<sup>۲</sup>، ۱۹۹۹). کریک و همکاران<sup>۳</sup> (۱۹۹۷)، در یک بررسی طولی پرخاشگری رابطه‌ای و پرخاشگری آشکار را در طول زمان نسبتاً ثابت و با ناسازگاری اجتماعی آینده کودک در ارتباط دانسته‌اند. افزون بر پرخاشگری آشکار، پرخاشگری غیرمستقیم، پرخاشگری اجتماعی و پرخاشگری رابطه‌ای مورد توجه پژوهشگران بوده است. هر سه نوع پرخاشگری، دارای مفهوم مشترک طرد کردن و گوشه‌گیر کردن دیگران و دستکاری روابط اجتماعی دانسته‌اند (آرچر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۱). بنابراین، بر اساس مطالعات انجام شده می‌توان گفت که پرخاشگری یک رفتار پیچیده اجتماعی است که عناصر شناختی، اجتماعی و زیستی در آن دخالت دارند. این پیچیدگی موجب شده است که پیش‌گیری و کاهش خشونت در معرض بحث‌های جدی قرار بگیرد.

### • کنترل پرخاشگری

بدون شک آموزش مهارت‌های اجتماعی، موثرترین راه برای کاهش پرخاشگری است (فیشر، تامپسون، هاگوپیان، بومن، و کروگ<sup>۵</sup>، ۲۰۰۰؛ هاگوپیان، فیشر، سالیوان<sup>۶</sup>، ۱۹۹۸، ببر، هانلی و بروژک<sup>۷</sup>، ۲۰۰۸). از آنجایی که این رویکرد استاندارد طلایی برای درمان رفتاری است، بنابراین آموزش مهارت‌های اجتماعی، قبل از توسعه پرخاشگری باید به عنوان عاملی اثربخش، کانون مهم پیشگیری باشد (فهمی، ایواتا و مید<sup>۸</sup>، ۲۰۱۶).

بر اساس این رویکرد، هانلی و همکاران (۲۰۱۴) اثربخشی مهارت‌های زندگی پیش دبستانی<sup>۹</sup> را به عنوان یک برنامه (مهارت‌های اجتماعی) ارزیابی کردند، که در آن سه واحد از چهار واحد مهارت به ترتیب موقعیت‌های برانگیزاننده برای آموزش مهارت‌های اجتماعی که با پرخاشگری مقابله می‌کنند، سرمایه‌گذاری کردند.

در سه بخش اول برنامه مهارت‌های زندگی پیش دبستانی، به کودکان مهارت‌های اجتماعی آموزش داده شده است که منجر به بهبود انطباق، درخواست‌های مناسب برای دسترسی به پیامدهای ترجیحی، و خودتنظیمی با پذیرش تأخیر در این رویدادهای تقویت‌کننده شد. در ادامه، چهارمین واحد برنامه مهارت‌های زندگی پیش دبستانی، ساختار اجتماعی بودن را به انواع رفتارها شامل حمایت و همدلی با دیگران گسترش داد (بیگلان، فلائی، امبری و سندلر<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۳).

هانلی و همکاران (۲۰۰۳) اثربخشی مهارت‌های زندگی پیش دبستانی را در یک کلاس پیش دبستانی مستقر در دانشگاه با شانزده کودک ارزیابی کردند. سیزده مهارت، که به چهار واحد تقسیم شده بودند، در سرتاسر کلاس آموزش داده شدند، و اثرات تدریس در یک طراحی کاوشگر چندگانه (هورنر و بائر<sup>۱۱</sup>، ۱۹۷۸)، در سراسر واحدهای مهارت مورد ارزیابی قرار گرفت. بدین ترتیب، معلمان فرصت‌هایی را برای کودکان برنامه ریزی کردند تا مهارت اجتماعی هدف را در طول روز تمرین کنند.

✓ واحد یک در سطح کلاس

۱. مهارت اول: پاسخگویی به تماس‌ها

<sup>1</sup> Kozden

<sup>2</sup> Ladd & Burgess

<sup>3</sup> Crick & et all

<sup>4</sup> Archer

<sup>5</sup> Fisher, Thompson, Hagopian, Bowman & Krug

<sup>6</sup> Hagopian, Fisher & Sullivan

<sup>7</sup> Tiger, Hanley & Bruzek

<sup>8</sup> Fahmie, Iwata & Mead

<sup>9</sup> Preschool Life Skills

<sup>1</sup> Biglan, Flay, Embry & Sandfer

<sup>1</sup> Horner & Baer

هانلی و همکاران (۲۰۰۷) به کودکان آموخت که نسبت به شنیدن نام خود به عنوان پیشرو برای رعایت دستورالعمل‌ها پاسخ دهند. این مهارت کودک را ملزم می‌کند که بازی یا کار را به‌طور لحظه‌ای متوقف کند، به سمت معلم حرکت کند و در عرض ۲ ثانیه پس از صدا زدن «بله» بگوید.

۲. مهارت‌های دو و سه: رعایت دستورالعمل‌های تک مرحله‌ای و چند مرحله‌ای هانلی و همکاران پس از آموزش مهارت یک به کودکان آموزش دادند که دستورالعمل‌های تک مرحله‌ای را در شش ثانیه (مهارت ۲) و دستورالعمل‌های چند مرحله‌ای را در سی ثانیه (مهارت ۳) آغاز و تکمیل کنند. ✓ واحد دو: ارتباطات عملکردی

۳. مهارت‌های چهار، پنج، شش و هفت: درخواست کمک از بزرگسالان، توجه به بزرگسالان و همسالان، درخواست‌های چارچوب بندی شده از بزرگسالان، و درخواست‌های چارچوب بندی شده از همسالان. پس از ایجاد انطباق با دستورالعمل‌های معلم، اولین مهارت ارتباطی که هانلی و همکاران (۲۰۰۷، ۲۰۱۴)، آموزش دادند درخواست کمک بود (مهارت ۴: بگویید: «لطفاً به من کمک کن» در عرض ۴۵ ثانیه) با ارائه دستورالعمل‌هایی که کودکان بدون کمک معلم نمی‌توانستند آن‌ها را تکمیل کنند.

در مرحله بعد، درخواست توجه (مهارت پنج) همزمان به معلمان و همسالان آموزش داده شد. موقعیت هیجان انگیز شامل حضور معلم یا همسالی بود که مشغول بود، که در طی آن به کودکان آموزش داده می‌شد که بگویند «ببخشید». پس از یادگیری جلب توجه معلم یا همسالان، به کودکان آموزش داده می‌شود که درخواست خود را «آیا می‌توانم \_\_\_\_\_؟» را بیان کنند. همچنین، درخواست دسترسی به مناطق مسدود شده (مثلاً معلم جلوی درب یک زمین بازی ایستاده است و کودک مبادی خواهد از آن جا عبور کند) با معلمان (مهارت شش) و سپس با همسالان (مهارت هفت).

✓ واحد سه: تحمل تأخیر

۴. مهارت‌های هشت و نه: تحمل تأخیر در توجه، هانلی و همکاران (۲۰۰۷، ۲۰۱۴)، به کودکان آموزش دادند که بگویند «باشه» و با صبر و حوصله به مدت سی ثانیه پس از علامت معلم منتظر بمانند (به عنوان مثال، "صبر کن، لطفاً"). این مهارت ابتدا با معلمان (مهارت هشت) و سپس با همسالان (مهارت نه) آموزش داده خواهد شد.

✓ واحد ۴: مهارت‌های دوستی

۵. مهارت‌های ده و یازده: گفتن "متشکرم" و تصدیق و تعریف و تمجید از دیگران

۶. مهارت دوازده: به اشتراک گذاشتن اسباب بازی‌ها؛ وقتی کودک اسباب‌بازی را به همسالی که هیچ اسباب‌بازی ندارد پیشنهاد می‌کند، این فرصت را برای بازی مشترک فراهم می‌کند و ممکن است از توسعه یک دوستی حمایت کند (لین و لدفورد؛ ۲۰۱۵). علاوه، اشتراک اسباب بازی‌ها پتانسیل جلوگیری از پرخاشگری تحت تأثیر دسترسی به اقلام ترجیحی را دارد (فهمی، ایواتا و مید، ۲۰۱۶). هانلی و همکاران (۲۰۰۷) به کودکان آموزش دادند که در مدت ۱۰ ثانیه پس از ورود به یک تازه وارد (به عنوان مثال، همسالان) اسباب بازی‌ها یا مواد را در یک محیط بازی آزاد ارائه دهند. علاوه بر این، اشتراک اسباب بازی‌ها این پتانسیل را دارد که از پرخاشگری تحت تأثیر دسترسی به آن جلوگیری کند این مهارت، مشابه مهارت ۱۱، ابتدا کودکان را ملزم می‌کرد که حضور یک تازه وارد را تصدیق کنند.

<sup>1</sup> Lane & Ledford



۷. مهارت سیزده: تسکین دیگران در سختی؛ زمانی که یک همسال یا معلم علائمی از درد یا ناراحتی را نشان داد، کودکان بپرسند "خوبی؟". این مهارت ممکن است جزئی از مجموعه بزرگتر همدلی اجتماعی و واکنش مناسب زمینه به احساسات دیگران، در نظر گرفته شود (آرگوت، تاونسند، استورمی و پولسون؛ ۲۰۰۸).

همچنین، واستا (۱۹۹۵)، ترجمه خسروی و دستا) برای کنترل پرخاشگری کودکان از سه روش کارتارسیس<sup>۲</sup>، آموزش والدین<sup>۳</sup> و روش های شناختی<sup>۴</sup> بهره جست:

۱. **کارتارسیس:** زمانی معتقد بودند که پرخاشگری مثل «بخار بیرون رانده شده» است و می تواند جانشین رفتارها و تجربیات پرخاشگری کودکان شده و از انرژی پرخاشگری کودکان جلوگیری کند. ضربه به کسیه مشت یا تماشای مسابقه کشتی، منجر می شد تا در رفتار پرخاشگرانه درگیر شوند. نظریه روان کاوی اشاره به این دارند که این رفتارها، جانشینی از اشکال کارتارسیس (تصفیه) هستند. فرآیند کارتارسیس (تخلیه انرژی) برای مبارزه با برنامه های پرخاشگری در تلویزیون و اسباب بازی هایی که باعث پرخاشگری شده و استفاده می شود (فش باخ و سینگر<sup>۵</sup>؛ ۱۹۷۱). شواهد و مدارک پژوهشی، این نظریه را حمایت نمی کند. مشاهدات ما نشان می دهند خشونت در تلویزیون احتمال پرخاشگری را افزایش می دهد. مطالعات انجام شده با دو گروه کودکان و بزرگسالان نشان داد درگیر شدن در فعالیت های همراه با پرکاری، پرخاشگری را کاهش نمی دهد (گین<sup>۶</sup>؛ ۱۹۸۴). بر همین اساس، تعجب آور نیست روش هایی که از طریق فرآیند تخلیه برای کنترل پرخاشگری به کار می روند بی تاثیر باشند.

۲. **آموزش والدین:** به خوبی ثابت شده است که روش های تربیتی والدین با پرخاشگری کودکان ارتباط دارد و یکی از درست ترین و موفق ترین راهکارها برای دخالت و کنترل پرخاشگری این است که از تکنیک آموزش والدین استفاده کنیم. براساس طرح اصول تعدیل رفتار، روان شناسان، والدین را آموزش دهند که با فرزندان خود با راه های موثری تعامل داشته باشند. والدین یاد می گیرند که بیان ها و گفتارهای منفی را کاهش دهند، به جای آن برخورد مثبت را جایگزین نمایند و در برابر رفتارهای اجتماعی کودکانشان را تایید کلامی کنند. آن ها همچنین آموزش می بینند که در جایی که لازم است انضباط اجرا شود، از تنبیه غیربدنی استفاده کنند. نتایج این مداخله (روش های درمانی) در تغییر رفتار والدین و کودکان گاهی اوقات خوشحال کننده است.

۳. **روش های شناختی:** یکی دیگر از روش های کاهش پرخاشگری، فرآیندهای شناختی است که برای کودکان متفاوت است. این راهکار از لحاظ سنی برای کودکان پیش از دبستان تا دوران نوجوانی است. گیبز<sup>۷</sup> (۱۹۹۱)، یک روش شناختی به هیجان هایی که با رفتار همراه است توجه دارد. پرخاشگری اغلب با خشم همراه است. مطالعات آزمایشگاهی نشان می دهد اگر پاسخ عاطفی بتواند جایگزین یک رفتار نامناسب پرخاشگری شود، همدلی می تواند جلوی آن را بگیرد و یا آن را کاهش دهد. همین گونه برنامه هایی که برای افزایش همدلی کودکان است (به کودکان آموزش داده شود با یکدیگر تجربیات و عکس العمل های عاطفی داشته باشند) در کاهش تضاد و پرخاشگری موفقیتی کسب کردند (فش باخ، ۱۹۸۲ و گیبز، ۱۹۸۷).

دومین روش شناختی کنترل و جلوگیری از پرخاشگری، تکنیک های حل مساله را شامل می شود. این روش به کودکان یاد می هد که با موقعیت مساله به گونه موثرتری برخورد کنند، به این منظور راهکارهای رو به رو شدن با مسئله ابداع و مورد ارزیابی قرار می گیرند و سپس یک طرح منظم برای دستیابی به آن تنظیم می گردد. با

<sup>1</sup> Argott, Townsend, Sturmey & Poulson

<sup>2</sup> catharsis

<sup>3</sup> Parent training

<sup>4</sup> Cognitive methods

<sup>5</sup> Fish Bach & Singer

<sup>6</sup> gin

<sup>7</sup> Gibz

کودکان کم سن و سال، آموزش حل مساله را اغلب در واحدهای آزمایشگاهی شروع می کنند. ابتدا بچه ها داستان ها را گوش می دهند و ویژگی های تضاد را مشخص می کنند و راه حل ها را به صورتی سازنده پیاده نمایند. به تدریج، کودکان تشویق می شوند که مهارت های جدید را در موقعیت های واقعی زندگی به کار ببرند (لوچمن؛ ۱۹۸۴ و شور، ۱۹۸۹).

### نتیجه گیری

هدف نظام تربیت رشد و توسعه همه جانبه ی کودک و هدایت فرد به سوی کمال است. تربیت فرد کامل، نیازمند مطالعه و برنامه ریزی همه جانبه، تخصصی و اجرای دقیق آن است. فرد برای رسیدن به کمال، به توانمندی در مهارت های اساسی زندگی نیازمند است. بنابراین، پژوهش حاضر با هدف بررسی مهارت های زندگی پیش دبستانی، به سمت آموزش مهارت های اجتماعی و پیشگیری از پرخاشگری در کودکان خردسال انجام گرفت. که با پیام بیگلان<sup>۳</sup> (۲۰۱۵) برای آموزش، ترویج و تقویت فراوان اجتماعی بودن در همه سنین و در همه زمینه ها مطابقت دارد.

نتایج و یافته های پژوهش نشان می دهد، پرخاشگری فیزیکی به عنوان یک مانع مهم برای موفقیت بعدی برای کودکان در هر دو رشد معمولی و غیر معمول شناخته شده است. به عنوان مثال، نشان داده شده است که رفتار پرخاشگرانه مزمن در طول زمان و محیطها ادامه می یابد و با مجموعه ای از پیامدهای منفی بعدی از جمله رفتار ضداجتماعی، مصرف مواد و جرم جنایی مرتبط است (برودی و همکاران، ۲۰۰۳؛ ترمبلی و همکاران، ۲۰۰۴).

به همین دلیل است که شبکه تحقیقاتی موسسه ملی بهداشت کودک و توسعه انسانی در مراقبت های اولیه دوران کودکی<sup>۴</sup> (۲۰۰۳)، پیشگیری از رفتار پرخاشگرانه را به عنوان یک عامل اولیه و مهم برای جلوگیری از ایجاد مشکلات رفتاری نگران کننده تر مانند خشونت توصیف می کند. بنابراین، در پاسخ به این خطر، عوامل متعددی که بر رشد رفتار اجتماعی در اوایل دوران کودکی تأثیر می گذارند باید در سطح کودک، خانواده، مدرسه و جامعه در نظر گرفته شوند.

بدین ترتیب، اگر در دوره پیش دبستانی فرصت های تربیتی و یادگیری به گونه ای تدارک دیده شود که در آن کودکان بتوانند از طریق تجربه مستقیم در محیطی نزدیک به محیط واقعی یا شبیه سازی شده مهارت های پایه ی مرتبط با زندگی را از طریق فعالیت ها و تجارب واقعی بیاموزند، یادگیری معنادار، سودمند و ماندگار خواهد شد و در این صورت است که می توان در آینده از تلف شدن منابع انسانی و مادی فراوان برای جبران خسارت های ناشی از عدم آموزش درست و به موقع این مهارت ها پیشگیری کرد.

ما برنامه مهارت های زندگی پیش دبستانی را به عنوان یکی از بلوک های سازنده جامعه پذیری می دانیم که می تواند در سطح کلاس درس و مراکز آموزشی عمل کند و به عنوان نقطه شروعی برای توسعه مهارت ها و ارزش های پیچیده تر از طریق برنامه های بعدی و گسترده تر مبتنی بر مدرسه مانند رفتار مثبت عمل کند. برنامه مهارت های زندگی پیش دبستانی ثابت کرده است که یک رویکرد مؤثر و معتبر اجتماعی برای آموزش مهارت های اجتماعی است که با پیشگیری از پرخاشگری در کودکان خردسال مرتبط است.

نتایج پژوهش، موفقیت کودک در برنامه مهارت های زندگی پیش دبستانی به دقت مورد بررسی قرار داده است. بنابراین، امیدواریم پژوهش حاضر به عنوان سکوی پرشی برای پذیرش، اصلاح و ارزیابی بلندمدت برنامه مهارت های زندگی پیش دبستانی در آینده باشد.

<sup>1</sup> Lochman

<sup>2</sup> Shoor

<sup>3</sup> Biglan

<sup>4</sup> Broidy & et al

<sup>5</sup> Tremblay & et al

<sup>6</sup> National Institute of Child Health and Human Development Early Childhood Care Research Network

## منابع

- امیرخانی، محمد امیر، اولیایی منش، علیرضا، برکاتی، سید حامد، بهشتیان، مریم، خزایی، سهیلا و ذاکری، محمدرضا (۱۳۸۸). مراقبت و تکامل دوران ابتدای کودکی. تهران: وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، معاونت سلامت، دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس.
- امین بیگی، علی. (۱۳۷۷). مقایسه مهارت های حل مسئله اجتماعی دانش آموزان عادی و دارای اختلال رفتاری ۹ و ۱۵ ساله شهر تهران. پایان نامه چاپ نشده. دانشگاه علامه طباطبایی تهران، صص ۱۱-۱۳.
- آقاجانی، مریم. (۱۳۸۷). بررسی تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان و منبع کنترل نوجوانان. پایان نامه کارشناسی ارشد. روان شناسی عمومی. دانشگاه الزهرا.
- ترک لادانی، فاطمه، ملک پو، مختار و گلپرور، محسن (۱۳۸۷). تأثیر آموزش مهارت های زندگی به مادران بر کاهش مشکلات رفتاری دانش آموزان سوم تا پنجم ابتدایی. دانش و پژوهش در روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)، ۳۷، ۶۵-۸۲.
- رحمتی، ب، ادیب راد، ن، طهماسیان، ک و صالح صدق پور، س (۲۰۱۰). تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر سازگاری اجتماعی کودکان. علوم اجتماعی و رفتاری، ۹۹۰-۷۸، ۱۰(۵)
- ریچ، دوروتی (۱۹۹۲). *مهارت های اساسی زندگی*. ترجمه اکرم قیطاسی (۱۳۸۲). تهران: صابرین
- ساجدی، سهیلا، آتش پور، سید حمید، کامکار، منوچهر و صمصام شریعت، سید محمدرضا. (۱۳۸۸). تأثیر آموزش مهارت های زندگی بر روابط بین فردی عزت نفس و ابراز وجود دختران نابینا. دانش و پژوهش در روان شناسی کاربردی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)، ۳۹، ۲۳-۴۲.
- سازمان بهداشت جهانی، (۱۳۷۷). برنامه آموزشی مهارت های زندگی. ترجمه: نوری، ر. قاسم آبادی و محمد خانی، تهران: معاونت امور پیشگیری سازمان بهزیستی
- سپاه منصور، مژگان (۱۳۸۶). تأثیر مهارت های زندگی بر انگیزه، پیشرفت، خود احترامی و سازگاری اجتماعی. اندیشه و رفتار، ۶، ۳۶-۲۳.
- سجادیه، نرگس و آزادمنش، سعید (۱۳۹۵). زیرساخت های مفهومی دوران کودکی در تطور تاریخ: به سوی مفهوم پردازی اسلامی از کودکی، دو فصلنامه فلسفه تربیت، سال ۱، شماره ۱، ۱۴۰-۱۱۵.
- سلحشور، ماندانا. (۱۳۷۸). پرخانگری در کودکان و روش های رویارویی با آن. تهران: واژه آرا، صص ۴۰.
- صبحی قراملکی، ناصر، حاجیلو، نادر و محمدی، سکینه (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر سازگاری اجتماعی کودکان پیش دبستانی. مجله روان شناسی مدرسه، ۱۳۱/۳-۱۱۸
- صفرزاده، محمد. (۱۳۸۲). بررسی اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر برقراری ارتباط اجتماعی کارآمد در دانش آموزان دختر اول دبیرستان. پایان نامه کارشناس ارشد. علوم تربیتی و روانشناسی. دانشگاه علامه طباطبایی.
- علاسوند، ف. (۱۳۸۶). مهارت های زندگی با رویکرد دینی، تهران: انتشارات سروش هدایت
- علی اکبری، زینب و علوی لنگرودی، (۱۳۹۵)؛ ضرورت وجود آموزش پیش دبستانی، کنگره ملی توانمندسازی جامعه در حوزه مشاوره، خانواده و تعلیم و تربیت اسلامی، تهران، مرکز توانمندسازی مهارت های فرهنگی و اجتماعی و جامعه.
- کریمی، یوسف: روان شناسی اجتماعی. تهران: انتشارات ارسباران، سال ۱۳۸۱: ۲۳۹-۲۵۸.
- کول، ونیتا. (۱۳۸۹). برنامه آموزش و پرورش در دوره پیش از دبستان. ترجمه: مفیدی، ف (۱۳۸۹). چاپ دوازدهم، تهران: انتشارات مدرسه
- ورنون، آن. (1998). *آموزش مهارت های زندگی*. ترجمه: مهرداد فیروز بخت (۱۳۸۹). تهران: دانژه
- هوشنگ، مهریار. (۱۳۷۰). اختلالات روانی کودکان. تهران: انتشارات رشد، ۱۲۱-۱۳۹.

یگانه دارابی، میترا و یگانه دارابی، رقیه (۱۳۹۴)، شناخت میزان آموزش پیش‌دبستانی بر رشد اجتماعی دانش‌آموزان ابتدایی، اولین کنفرانس بین‌المللی مدیریت، اقتصاد، حسابداری و علوم تربیتی، شرکت علمی پژوهشی و مشاوره‌ای آینده‌ساز، مازندران.

یاری، وحیده، پرنیان میری و اشرف سادات علوی نوش آبادی، (۱۳۹۴)، بررسی تأثیر دوره پیش‌دبستانی بر بهبود مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان پایه اول دبستان در مقایسه با دانش‌آموزان نرفته به پیش‌دبستانی، دومین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی، تهران، مرکز مطالعات و تحقیقات اسلامی سروش حکمت مرتضوی، موسسه آموزش عالی مهر اروند، مرکز راهکارهای دستیابی به توسعه پایدار، [https://www.civilica.com/Paper-EPSCONF02-EPSCONF02\\_0985.html](https://www.civilica.com/Paper-EPSCONF02-EPSCONF02_0985.html)

Biglan, A. (2015). *The nurture effect: How the science of human behavior can improve our lives and our world*. Oakland, CA: New Harbinger.

Biglan, A., Flay, B. R., Embry, D. D., & Sandler, I. N. (2012). The critical role of nurturing environments for promoting human well-being. *American Psychologist*, 67, 257. doi:10.1037/a0026796.

Broidy, L. M., Nagin, D. S., Tremblay, R. E., Bates, J. E., Brame, B., Dodge, K. A., Laird, R. (2003). Developmental trajectories of childhood disruptive behaviors and adolescent delinquency: A six-site, cross-national study. *Developmental Psychology*, 39, 222. doi:10.1037/0012-1649.39.2.222.

Darden. C. A; Gazda. G. M. (1996). Life skills and mental health counseling. *Journal of mental health counseling*, 18 (2), 8 -134.

Edelstein, S. (2010). *Life cycle nutrition: an evidence-based approach*. Jones & Bartlett Publishers, Burlington.

Fahmie, T. A., Iwata, B. A., Mead, S. C. (2016). Within-subject analysis of a prevention strategy for problem behavior. *Journal of Applied Behavior Analysis*. doi:10.1002/jaba.343.

Ferrari, TM. Hogue, CA. & Scheer, SD. (2004). Parents' perceptions of life skills development in the 4-H cloverbud program. *Journal of Extension*, 42(3).

Fisher, W. W., Thompson, R. H., Hagopian, L. P., Bowman, L. G., & Krug, A. (2000). Facilitating tolerance of delayed reinforcement during functional communication training. *Behavior Modification*, 24, 3–29. doi:10.1177/0145445500241001.

Goodwin, T., Pacey, K., & Grace, M. (2003). Children: Violence prevention in preschool settings. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 16, 52-59.

Hagopian, L. P., Fisher, W. W., Sullivan, M. T., Acquistio, J., & LeBlanc, L. A. (1998). Effectiveness of functional communication training with and without extinction and punishment: A summary of 21 inpatient cases. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 31, 211–235. doi:10.1901/jaba.1998.31-211.

Hanley, G. P., Fahmie, T. A., & Heal, N. A. (2014). Evaluation of the preschool life skills program in Head Start classrooms: A systematic replication. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 47, 443–448. doi:10.1002/jaba.132.

Hanley, G. P., Heal, N. A., Tiger, J. H., & Ingvarsson, E. T. (2007). Evaluation of a classwide teaching program for developing preschool life skills. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 40, 277–300. doi:10.1901/jaba.2007.57-06

Hanley, G. P., Heal, N. A., Tiger, J. H., & Ingvarsson, E. T. (2007). Evaluation of a classwide teaching program for developing preschool life skills. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 40, 277–300. doi:10.1901/jaba.2007.57-06.

- Hanley, G. P., Iwata, B. A., & McCord, B. E. (2003). Functional analysis of problem behavior: A review. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 36, 147-185. doi:10.1901/jaba.2003.36-147.
- Hudley C, Graham S. (1993). An attributional intervention to reduce peer-directed aggression among African American boys. *Child Development*, 124-138.
- Kozden, A. (1997). Conduct disorder across the life span. In S. Luthar, J. Burack, D. Cicchetti (Eds.), *Developmental psychology: Perspectives on adjustment, risk, and disorder* (pp. 248-272). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Ladd, G., & Burgess, K. (1999). Charting the relationship trajectories of aggressive/non withdrawn, and aggressive/ withdrawn children during early grade school. *Child Development*, 70, 910-929.
- Lerman, D. C., Iwata, B. A., & Hanley, G. P. (2013). Applied behavior analysis. In G. J. Madden (Ed.), *APA handbook of behavior analysis* (pp. 81-104). Washington, DC: American Psychological Association.
- NATIONAL CURRICULUM FRAMEWORK PRE-PRIMARY 3-5 YEARS (Mauritius Institute of Education & Early Childhood Care and Education Authority January 2010) [http://www.ibe.unesco.org/curricula/mauritius/mf\\_ppfw\\_2010\\_eng.pdf](http://www.ibe.unesco.org/curricula/mauritius/mf_ppfw_2010_eng.pdf)
- National Institute of Child Health and Human Development Early Childhood Care Research Network. (2003). Does amount of time spent in childcare predict socioemotional adjustment during the transition to kindergarten? *Child Development*, 74, 976-1006. doi:10.1111/1467-8624.00582.
- Olweus D. Bullies on the playground: The role of victimization. In Hart CH. (Ed.), *Children on playgrounds* (pp. 85-128). Albany: State University of New York Press Psychology, 1993: 85- 128.
- Reynolds, A.J. (2009), Preschool Education, Educational Attainment, and Crime Prevention, *Journal of Social Science*, 32 (8), pp 1054-1063.
- Rinaldi, C. (2006). In dialogue with Reggio Emilia: Listening, researching and learning. Routledge, London. <https://doi.org/10.4324/9780203317730>
- Smith, P.K. (2010), «Ecology of Preschool Behaviour», *Published in the United State of American by Cambbridg University*.
- The National Curriculum Framework Pre-Primary Mauritius (January2010) [http://www.ibe.unesco.org/curricula/mauritius/mf\\_ppfw\\_2010\\_eng.pdf](http://www.ibe.unesco.org/curricula/mauritius/mf_ppfw_2010_eng.pdf)
- Tremblay, R. E., Nagin, D. S., Séguin, J. R., Zoccolillo, M., Zelazo, P. D., Boivin, M., Japel, C. (2004). Physical aggression during early childhood: Trajectories and predictors. *Pediatrics*, 114, 43-50. doi:10.1542/peds.114.1.e43.
- UNICEF (2014). Life Skills Definitions: Available at [http://www.unicef.org/lifeskills/index\\_7308.html](http://www.unicef.org/lifeskills/index_7308.html)
- WHO. (1996). Life skills education, Planning for Research, Division of Mental Health and prevention of substance abuse, Geneva.