

برنامه آموزش مهارت‌های زندگی

مهارت‌های زندگی توانائی‌های برای سازگاری و رفتار مثبت هستند که فرد را قادر می‌سازند بطور موثری با نیازها و تغییرات زندگی روزانه مواجهه شوند. بخصوص مهارت‌های زندگی گروهی از توانائی‌ها و مهارت‌های بین فردی هستند که به افراد کمک می‌کند بتوانند تصمیماتشان را شکل دهند. مشکلات را حل کنند، بطور نقادانه و خلاقانه فکر کنند، ارتباط موثر داشته باشند، ارتباط سالمی بسازند، عدم تاکید بر دیگران مقابله مناسب و مدیریت زندگی بطور سازنده و سالم. هرچند در طی دوران تحصیلی نوجوانان چیزهای زیادی یاد می‌گیرند و در طی آن نیازها و مشکلات متعدد مواجهه می‌شوند که در چارچوب برنامه آموزشی درسی می‌باشد. ولیکن آموزش مهارت‌های زندگی می‌تواند یک جزء اصلی ارتقاء سلامت محسوب گردد. مهارت‌های زندگی با رویکرد قراردادی آموزش سلامت و دیگر مداخلات اجتماعی در مدارس متفاوت است. برنامه‌های آموزشی کلاسیک یک فرآیند یادگیری متمرکز به دانش آموز و تعیین مهارت جدید در محیط حمایتی کلاس می‌باشد. این رویکرد برنامه‌های آموزشی را تقویت می‌کند. یادگیری مهارت‌ها ممکن است به عنوان یک پکیج کاری جهت ارتقاء سلامتی و یادگیری در مدرسه یا ممکن است به عنوان راهی برای ترکیب آنها و یا تقویت آنها به کار گرفته شود. یادگیری مهارت‌ها در یک زمینه وسیعی می‌تواند آموزش داده شود مثلاً یادگیری تصمیم‌گیری مرتبط با جاده سلامتی، دوست‌یابی، تکالیف مدرسه، سیگار، رفتار مربوط به ایدز و غیره. یادگیری مهارت‌ها با این روش یک مهارت تقویتی مثبت مداومی می‌تواند باشد که هر درسی که یاد گرفته می‌شود اساس یادگیری درس بعدی خواهد بود. بدین ترتیب یادگیری مهارت‌ها در تمام دوران به صورت مارپیچی ادامه می‌یابد.

اهداف کلی برنامه در کشور:

- پیشگیری از اختلالات روانپزشکی و مشکلات رفتاری