



An Analysis of the Content of Payam-e Asmani Book Series of Junior High School in Terms of Components of Life Skills

Faeze Niazi ^{a*}, Hasan Saemi ^b, Mohammad Mehdi Naderi ^c

^a M.A in Curriculum Planning, Azadshahr Branch, Islamic Azad University, Azadshahr, Iran

^b Assistant Professor, Department of Educational Sciences , Azadshahr Branch, Islamic Azad University, Azadshahr, Iran

^c Assistant Professor , Department of Philosophy, Azadshahr Branch, Islamic Azad University, Azadshahr, Iran

Original Article

KEYWORDS

content analysis
life skills
payam asmani

Received: 18 January 2024

Accepted: 17 May 2024

ABSTRACT

The main purpose of this research is to analyze the content of the book series of Payam-e Asemani taught at junior high schools based on their consideration of the components of life skills. The analysis included all the texts, images and exercises of the textbooks of the seventh, eighth and ninth grades in the academic year of 1402-1401, using the checklist of indicators. The statistical population of the present study included three volumes of Payam-e Asemani textbooks of junior high school, which due to the limited statistical population, no sampling was done and the sample size is equal to the statistical population. For data analysis, descriptive statistics as well as Shannon's entropy method for weighting the indicators of life skills were used. The results showed that in the seventh grade, critical thinking components had the highest frequency of 26.3%, in the eighth grade, the problem-solving component had the highest frequency, and in the ninth grade, critical thinking skill was the most frequent 23.6%. In all three grades, according to the table of importance or weighting, the highest component was empathy with 109 items and a weight of 0.1146, and the lowest one was creative thinking having 44 items with a weight of 0.0814.

* Corresponding author. Tel.:09122318720

E-mail address: saemi_61@yahoo.com

Received:; Received in revised form: ...; Accepted: ...

Article type

© Author





تحلیل محتوای کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول براساس میزان توجه به مولفه‌های مهارت‌های زندگی

فائزه نیازی الف*، حسن صائمی ب، محمدمهدی نادری پ

الف دانشجوی کارشناسی ارشد برنامه‌ریزی درسی، گروه علوم تربیتی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزادشهر، ایران.

ب استادیار، گروه علوم تربیتی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزادشهر، ایران

پ استادیار، گروه فلسفه، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزادشهر، ایران.

واژگان کلیدی	چکیده
تحلیل محتوا مهارت‌های زندگی پیام آسمانی	هدف اصلی این پژوهش تحلیل محتوای کتاب‌های پیام آسمانی دوره‌ی متوسطه‌ی اول بر اساس مولفه‌های مهارت‌های زندگی بود که تمام متن، تصاویر و فعالیت کتاب درسی پیام‌های آسمانی پایه‌های هفتم، هشتم و نهم در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ براساس توجه به مولفه‌های مهارت‌های زندگی با استفاده از فهرست واریسی شاخص‌ها مورد تحلیل قرار گرفت. روش تحقیق، تحلیل توصیفی از نوع تحلیل محتوا است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل سه جلد کتاب پیام آسمانی دوره متوسطه اول که با توجه به محدود بودن جامعه‌ی آماری نمونه‌گیری صورت نگرفته و حجم نمونه با جامعه‌ی آماری برابر است. برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی همچنین از روش آنتروپی شانون برای وزن‌دهی شاخص‌های مهارت‌های زندگی هر سه پایه استفاده شد. نتایج نشان داد در پایه‌ی هفتم مولفه تفکر انتقادی ۲۶/۳٪ بیشترین فراوانی، در پایه هشتم حل مسئله با ۱۷/۷٪ بیشترین فراوانی و در پایه نهم مهارت تفکر انتقادی ۲۳/۶٪ بیشترین فراوانی را دارد. از مجموع محتوای کتاب پیام‌های آسمانی هر سه پایه، با توجه به جدول ضریب اهمیت یا وزن‌دهی بیشترین مولفه همدلی ۱۰۹ مورد به وزن ۰/۱۱۴۶ و کمترین مولفه تفکر خلاق ۴۴ مورد و وزن ۰/۰۸۱۴ است.
تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۲۸	
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۲/۲۸	

۱- مقدمه

اهمیت آموزش و پرورش در جهان کنونی به اندازه‌ای است که بسیاری از جامعه‌شناسان آن را مهم‌ترین نهاد در یک جامعه موفق دانسته‌اند. آموزش و پرورش مسئولیت سنگینی از جمله؛ شناسایی استعدادها، متعادل کردن انسان‌ها در جنبه‌های مختلف عاطفی، جسمانی، اخلاقی و عقلانی را بر عهده دارد که باید به آن‌ها رسیدگی کند (معیری، ۱۳۹۰: ۹). در این میان، دوره متوسطه اول از مهم‌ترین، حساس‌ترین و موثرترین دوره در زندگی فردی و اجتماعی آدمی است و در این دوران قسمت اعظم استعدادهای اختصاصی نوجوانان و جوانان بروز می‌کند (زادمهر و همکاران، ۱۳۹۵: ۱۰۱). مهارت‌های زندگی و قابلیت استفاده از آن یکی از عوامل تعیین‌کننده موفقیت بشر می‌باشد. به همین خاطر این مسئله در سال‌های اخیر به عنوان جز جدایی‌ناپذیر در آموزش کلاسی، زندگی و اجتماع بدل گشته است (عارفی و همکاران، ۱۳۹۵: ۱). لزوم آموزش مهارت‌های زندگی برای اولین بار توسط بوتوین^۱ و گریفین^۲ مطرح شد (زیرک‌پورنامی‌ور، نجارپور استادی، ۱۴۰۰: ۱۲۵). تقویت مهارت‌های زندگی یک رویکرد رایج برای پیشگیری و ارتقای سلامت در مدارس است. هدف آن توانمندسازی دانش‌آموزان برای مقابله موثر با خواسته‌های زندگی روزمره با بهبود خودتنظیمی، تصمیم‌گیری آگاهانه و ایجاد روابط اجتماعی حمایتی است (اسر^۳ و راگر^۴، ۲۰۲۱). با این وجود آموزش مهارت‌های زندگی برای دانش‌آموزان ایرانی به ویژه در دوره‌ی تربیت عمومی به خوبی در عمل مورد تاکید قرار نگرفته و تحقیقات انجام گرفته بر میزان دستیابی دانش‌آموزان بر مهارت‌های زندگی، فقدان یا کمبود آموزش مهارت‌های زندگی را نشان می‌دهد (رمضانخانی و سیاری، ۱۳۷۸: ۴۹). مهارت‌های زندگی، مهارت‌هایی هستند که فرد با استفاده از آن قدرت تصمیم‌گیری، سطح ارتباطات و درک وی از خود بالاتر رفته و توان مقابله با تنش‌ها و چالش‌های زندگی را به خوبی کسب می‌کند. این مهارت‌ها همان مهارت‌هایی هستند که نظام آموزشی برای دانش‌آموزان در فرآیند یادگیری آماده می‌سازد (عارفی و همکاران، ۱۳۹۵: ۳). سازمان بهداشت جهانی مهارت‌های زندگی را این چنین تعریف می‌کند: "توانایی انجام رفتار سازگارانه و مثبت به گونه‌ای که فرد بتواند با چالش‌ها و ضروریات زندگی روزمره خود کنار بیاید" (سازمان بهداشت جهانی، ۱۳۷۷). مهارت‌های زندگی می‌تواند تاثیر مثبتی بر سلامت روان، عملکرد تحصیلی و رفاه کلی جوانان داشته باشد. مهارت‌های زندگی به عنوان مهارت‌های عملکردی توصیف می‌شوند که افراد به طور موثر در یک زمینه (مانند ورزش، تربیت بدنی، خانه و اجتماع) توسعه می‌دهند و از آن‌ها استفاده می‌کنند و سپس به طور موثر در زمینه‌های دیگر استفاده می‌شوند (ویلیام^۵ و همکاران، ۲۰۲۰). علاوه بر این، مهارت‌های زندگی پیش‌بینی‌کننده‌های مهمی برای رفاه آینده، عملکرد تحصیلی و رضایت شغلی جوانان هستند (شوفگ^۶، ۲۰۲۳). در حال حاضر، مهارت‌های زندگی عنوانی برای آن دسته از آموزش‌هایی است که به افراد یاد می‌دهند چگونه با چالش‌های زندگی روزمره مواجه شوند (علاسوند، ۱۳۸۶: ۴۳). در این خصوص این سازمان مولفه‌های مهارت‌های زندگی را در ده گروه معرفی کرده است. از جمله؛ ۱- خودآگاهی ۲- همدلی ۳- ارتباط موثر ۴- روابط میان‌فردی ۵- تصمیم‌گیری ۶- حل مسئله ۷- تفکر خلاق ۸- تفکر انتقادی ۹- مهار کردن هیجانات ۱۰- مقابله با استرس (لامعی و معصومی نژاد، ۱۴۰۰: ۸۰).

کتاب درسی سنتی‌ترین رسانه‌ای است که از طریق آن محتوای برنامه درسی به عنوان ابزاری برای نشان دادن تغییرات برنامه درسی به صورت مکتوب ارائه می‌شوند (دیباچی و همکاران، ۱۳۸۹: ۳۰). روش تحلیل محتوا ابزاری است که از طریق آن می‌توانیم

¹ Botvin

² Griffin

³ Esther Kirshoff

⁴ Roger Keller

⁵ Williams

⁶ Shaofeng Zheng

به صورت عینی و منظم مقداری محتوای آشکار را توصیف کنیم. در این روش اطلاعات کدگذاری شده تا پژوهشگر بتواند به صورت کمی داده‌ها را تجزیه و تحلیل کند (سمیعی و افصلی خانی، ۱۳۹۲: ۱۲۰). در تحلیل محتوا، بر خلاف تحقیق پیمایشی و نظایر آن، افراد به صورت مستقیم مورد بررسی و تحلیل قرار نمی‌گیرند؛ بلکه پیام‌هایی که تولید کرده‌اند، مورد تجزیه و تحلیل قرار می‌گیرد (سیدپور آذر و حسینی‌فر، ۱۴۰۱: ۵).

آموزش ده مولفه‌ی مهارت‌های زندگی، از اهداف بنیادی و آرمانی نظام آموزش و پرورش، در دروس و دوره‌های مختلف تحصیلی نیز می‌باشد و یادگیری این مهارت‌ها توسط دانش‌آموزان دوره‌ی متوسطه اول به دلیل شرایط خاص سنی آن‌ها از اهمیت و ضرورت خاصی برخوردار است. آموزش مهارت‌هایی از جمله مهارت حل مسئله و روابط میان‌فردی، توانایی‌هایی را برای حل مشکل و استفاده موثر از حمایت‌های اجتماعی آن‌ها را افزایش می‌دهد (ادیب، ۱۳۸۵: ۳). دانش‌آموزان بیشتر از طریق برنامه‌ی درسی به افکار و عقاید گوناگون روش‌های علمی برای حل مسائل گوناگون آشنا می‌شوند و خود را برای زندگی در جامعه آماده می‌کنند. طرح برنامه‌ی درسی مناسب، روند مهمی است که متخصصان به کار می‌گیرند تا باعث ایجاد انگیزه و یادگیری صحیح در دانش‌آموز شود. (کریمی، تجری و پاک‌مهر، ۱۳۹۲: ۲۲) وارد کردن مفاهیم مرتبط با مهارت‌های زندگی در برنامه‌ی درسی در مقاطع مختلف تحصیلی باعث می‌شود دانش‌آموزان از همان ابتدا و در زمان تکوین و شکل‌گیری شخصیت خویش مهارت‌های زندگی را نه فقط در قالب یک درس، بلکه وظیفه و مسئولیت انسانی تلقی کنند. در دوره متوسطه اول تحصیلی دانش‌آموزانی تحصیل می‌کنند که در مرحله حساسی از زندگی، به نام نوجوانی هستند. ویژگی‌های خاص این سنین و تحولات جسمانی و روانی در نوجوانان ایجاب می‌کند که آنان در مراکز تربیتی خاصی تحت تعلیم و تربیت قرار گیرند. دوره متوسطه اول تحصیلی، دوره انتقال از محیط ساده مدرسه ابتدائی به محیط پیچیده‌تر مدارس متوسطه است. دوره‌ای که انتقال از کودکی را به اواخر دوره نوجوانی و جوانی بر عهده دارد و نسبت به دوره ابتدائی از نظر تنوع دروس و تنوع دبیر تفاوت دارد؛ از این رو توجه خاص به این دوره و ایجاد و توسعه مراکز تربیتی برای اجرای برنامه‌های تدوین شده ضرورت دارد (صافی، ۱۳۸۶: ۶۶). دانش‌آموزان در مدارس آموزش می‌بینند تا دانش و ارزش‌ها را فراگیرند و آن‌ها را در زندگی به کار برند که در اینجا برنامه‌ریزی آموزشی و درسی بسیار مهم و اساسی است (اوحدی، مظاهری و معافی، ۱۳۹۱: ۱۶۶).

۲- مرور پیشینه‌ها

با توجه به تغییرات و پیچیدگی روزافزون جامعه و گسترش روابط اجتماعی، آماده‌سازی افراد به خصوص جوانان و نوجوانان در رویارویی با مسائل و معضلات زندگی امری ضروری به نظر می‌رسد. سال‌های نوجوانی مرحله مهم و برجسته رشد و تکامل اجتماعی و روانی فرد به شمار می‌رود. اهمیت این پژوهش از این جهت است که توجه به مهارت‌های زندگی در کتاب‌های متوسطه اول، توانایی‌های دانش‌آموزان و همچنین و برقراری ارتباط مؤثر با یکدیگر را افزایش داده و آگاهی از توانمندی‌ها و استفاده از راه کارها در فرایند حل مسئله مؤثر خواهد بود. در حال حاضر کتاب‌های درسی مهم‌ترین مراجع و منبع برای یادگیری به شمار می‌آیند. چون بیشتر فعالیت‌های آموزشی در چارچوب این رسانه صورت می‌پذیرد. چگونگی تنظیم محتوای کتب درسی عامل مهمی در تعیین یادگیری است. آموزش آداب و مهارت‌های زندگی یکی از آموزه‌های یادگیری اساسی در برنامه درسی مدارس کشورهاست که با هدف آشنا کردن دانش‌آموزان ارائه می‌شود. برخی از معدود پژوهش‌های خارجی و داخلی که شامل تحلیل محتوای کتاب‌ها و مهارت‌های زندگی بوده از قرار زیر است.

فیروز و براتعلی (۱۳۹۹) در پژوهشی با عنوان تحلیل محتوای کتاب درسی ارتباط مؤثر دوره دوم متوسطه فنی و حرفه‌ای بر اساس مهارت‌های ده گانه سازمان بهداشت جهانی انجام دادند که با روش آنتروپی شانون تحلیل شد که بیشترین ضریب اهمیت مربوط به مولفه مهارت ارتباط مؤثر با مقدار ۰/۱۲۱ و کمترین ضریب اهمیت برای مولفه حل مسئله با مقدار ۰/۰۸۲

هستند.

سلیمی و همکاران (۱۳۹۸) در تحقیقی با عنوان "تحلیل و ارزیابی محتوای کتاب درسی تفکر و سبک زندگی دوره اول متوسطه پایه هشتم بر اساس مولفه‌های مهارت‌های زندگی" انجام داده‌اند. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها به روش آنتروپی شانون بوده است. نتایج به دست آمده نشان داد که: مولفه تصمیم‌گیری دارای بالاترین رتبه و مولفه مهارت کنترل استرس، دارای پایین‌ترین رتبه است.

پیرفیروزجایی (۱۳۹۵) در تحقیق خود با عنوان "تحلیل محتوای کتاب‌های فارسی دوره ابتدایی بر اساس مولفه‌های مهارت‌های زندگی" به این نتیجه رسیده است که به مولفه برقراری ارتباط موثر بیشتر از سایر مولفه‌ها، و به تفکر انتقادی کمترین میزان توجه شده است.

استینی و همکاران (۱۳۹۵) در تحقیقی تحت عنوان "بررسی تحلیل محتوای کتاب‌های دوم و سوم ابتدایی بر اساس مولفه مهارت‌های زندگی" به این نتیجه رسیده‌اند که بیشترین توجه به مهارت‌های حل مسئله و تفکر انتقادی هست و به دیگر مهارت‌ها به نسبت کمتری توجه شده است و در هر دو کتاب به اشتراک به مهارت مقابله با استرس هیچ توجهی لحاظ نشده است.

با توجه به مطالب بالا می‌توان گفت که به کارگیری و آموزش مهارت‌های زندگی با کمک سازمان آموزش و پرورش در مدارس کمک بزرگی کرده و از پیدایش مشکلات جدید و جدی نیز پیشگیری می‌کند. بنابراین هدف از انجام این تحقیق، تحلیل محتوای کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول بر اساس میزان توجه به مولفه‌های مهارت‌های زندگی می‌باشد و محقق می‌خواهد به این سوال اصلی پاسخ گوید که به چه میزان در کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول به مولفه‌های مهارت‌های زندگی توجه شده است؟

۳-سوالات پژوهش

۳-۱-سوال کلی

چه میزان کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول به مولفه‌های مهارت‌های زندگی پرداخته است؟

۳-۲-سوالات فرعی

سوال ۱- چه میزان کتاب پیام‌های آسمانی پایه هفتم به مولفه مهارت‌های زندگی پرداخته است؟

سوال ۲- چه میزان کتاب‌های پیام آسمانی پایه هشتم به مولفه مهارت‌های زندگی پرداخته است؟

سوال ۳- چه میزان کتاب پیام‌های آسمانی پایه نهم به مولفه مهارت‌های زندگی پرداخته است؟

سوال ۴- میزان توجه به مولفه‌های مهارت‌های زندگی در کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول در مقایسه باهم چگونه است؟

۴-روش‌شناسی

روش این پژوهش توصیفی از نوع تحلیل محتوا است که به لحاظ هدف کاربردی و از نظر روش، تحلیل توصیفی است. جامعه پژوهش شامل کتاب‌های پیام آسمانی کلاس‌های هفتم و هشتم و نهم دوره متوسطه اول می‌باشد که تمامی متن کتاب مورد بررسی قرار گرفت. با توجه به محدود بودن جامعه آماری، نمونه‌گیری انجام نشد و حجم نمونه با جامعه آماری برابر است.

تحلیل محتوا یک روش علمی پژوهشی است که به بررسی و تحلیل کمی و کیفی محتوای آشکار یا پنهان هر نوع شکلی از پیام (دیداری و نوشتاری، کلامی و غیرکلامی، نمادی، تصویری، آوایی، الکترونیکی) و تاثیر آن بر مخاطب می‌پردازد (شیرازی و همکاران، ۱۴۰۱:۱۰۸).

ابزار جمع‌آوری اطلاعات چک‌لیستی است که در آن مولفه‌های مهارت‌های زندگی مشخص شده است و محتوای کتاب‌ها بر اساس آن‌ها مورد بررسی و تحلیل قرار می‌گیرد (آذر، ۱۳۸۰:۹). این مولفه‌ها: خودآگاهی، همدلی، ارتباط موثر، روابط میان‌فردی، تصمیم‌گیری، حل مسئله، تفکر خلاق، تفکر انتقادی، مهار کردن هیجانات و مقابله با استرس می‌باشد (لامعی و معصومی‌نژاد، ۱۴۰۰:۸).



جدول ۱. مولفه‌ها و شاخص‌های مرتبط با آن

ردیف	۲. مولفه	۳. شاخص
۴	۷	۱۰. ۱- آگاهی از نقاط ضعف (آقاجانی، ۱۳۸۱).
۵	۸	۱۱. ۲- آگاهی از نقاط قوت (آقاجانی، ۱۳۸۱).
۱۶	۹. خودآگاهی	۱۲. ۳- تصور واقع‌بینانه از خود (آقاجانی، ۱۳۸۱).
		۱۳. ۴- آگاهی از حقوق و مزایای خود و دیگران (آقاجانی، ۱۳۸۱).
		۱۴. ۵- توضیح ارزش‌ها (آقاجانی، ۱۳۸۱).
۱۵	۱۸	۲۱. ۱- علاقه داشتن به دیگران (علیزاده، ۱۳۹۶).
۱۶	۱۹	۲۲. ۲- تحمل افراد مختلف و پذیرش دیگری (علیزاده، ۱۳۹۶).
۲۱۷	۲۰. همدلی	۲۳. ۳- قبول تفاوت‌ها (علیزاده، ۱۳۹۶).
		۲۴. ۴- دوست‌یابی (علیزاده، ۱۳۹۶).
		۲۵. ۵- احترام قائل شدن برای دیگران (علیزاده، ۱۳۹۶).
۲۶	۲۹	۳۲. ۱- ارتباط کلامی و غیرکلامی موثر (رحمان‌پور، ۱۳۸۹).
۲۷	۳۰	۳۳. ۲- ابراز وجود (رحمان‌پور، ۱۳۸۹).
۳۲۸	۳۱. ارتباط موثر	۳۴. ۳- مذاکره (رحمان‌پور، ۱۳۸۹).
		۳۵. ۴- امتناع (رحمان‌پور، ۱۳۸۹).
		۳۶. ۵- غلبه بر خجالت (رحمان‌پور، ۱۳۸۹).
		۳۷. ۶- گوش دادن (رحمان‌پور، ۱۳۸۹).
۳۸	۴۰	۴۳. ۱- همکاری و مشارکت (بروکز، ۱۹۹۶).
۴۳۹	۴۱	۴۴. ۲- اعتماد به گروه (بروکز، ۱۹۹۶).
	۴۲. روابط میان‌فردی	۴۵. ۳- تشخیص مرزهای بین‌فردی (بروکز، ۱۹۹۶).
		۴۶. ۴- دوست‌یابی (بروکز، ۱۹۹۶).
		۴۷. ۵- شروع و خاتمه ارتباطات (بروکز، ۱۹۹۶).
۴۸	۴۹. مقابله با فشار عصبی	۵۰. -----
۵۱	۵۳	۵۶. ۱- شناخت هیجانات خود و دیگران (فردوسی، ۱۳۸۲).
۵۲	۵۴. مدیریت هیجانات	۵۷. ۲- مقابله صحیح با هیجانات (فردوسی، ۱۳۸۲).
	۵۵	۵۸. ۳- مقابله با موقعیت‌هایی که قابل تغییر نیستند (فردوسی، ۱۳۸۲).
۵۹	۶۰. حل مسئله	۶۱. -----

۶۲	۶۵	۶۸-۱- تصمیم‌گیری فعالانه بر مبنای آگاهی از حقایق (بروکز، ۱۹۹۶).
۶۳	۶۶	۶۹-۲- تصمیم‌گیری بر مبنای ارزیابی دقیق موقعیت‌ها (بروکز، ۱۹۹۶).
۸-۶۴	۶۷-۳- تصمیم‌گیری	۷۰-۳- مهارت حل تعارض (بروکز، ۱۹۹۶).
		۷۱-۴- تشخیص راه‌حل‌های مشترک (بروکز، ۱۹۹۶).
۹-۷۲	۷۳-۷۳- تفکر خلاق	۷۴-۷۴- -----
۷۵	۷۸	۸۱-۱- پرورش روحیه اعتماد به نفس و استقلال شخصیت (قاسم‌آبادی، ۱۳۷۷).
۷۶	۷۹	۸۲-۲- پرورش متعادل عواطف انسانی به همزیستی مسالمت‌آمیز (قاسم‌آبادی، ۱۳۷۷).
۱۰-۷۷	۸۰-۸۰- تفکر نقادانه	۸۳-۳- پرورش روحیه مشارکت و همکاری در فعالیت‌های گروهی (قاسم‌آبادی، ۱۳۷۷).
		۸۴-۴- پرورش روحیه تحمل آرای دیگران و سعه صدر (قاسم‌آبادی، ۱۳۷۷).
		۸۵-۵- پرورش روحیه مقاومت در برابر تبلیغات سوء (قاسم‌آبادی، ۱۳۷۷).
		۸۶-۶- تامین سلامت (قاسم‌آبادی، ۱۳۷۷).

در پژوهش حاضر برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی شامل فراوانی و درصد استفاده می‌شود و واحد زمینه متن واحد شمارش فراوانی می‌باشد که اطلاعات جمع‌آوری شده با استفاده از محاسبه فراوانی و درصد فراوانی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. علاوه بر آن از روش آنتروپی شانون که بیان‌کننده‌ی مقدار عدم اطمینان در یک توزیع احتمال پیوسته است، مورد استفاده قرار گرفت. شانون نشان داد که وقایع با احتمال وقوع زیاد اطلاعات کمتری در اختیار می‌گذارند و بر عکس هرچه احتمال وقوع یک رخداد کمتر باشد، اطلاعات حاصل از آن بیشتر است. در روش آنتروپی شانون با استفاده از داده‌های جدول فراوانی مراحل زیر به ترتیب انجام می‌گیرد:

مرحله اول: ماتریس‌های جدول فراوانی باید بهنجار شود و برای این منظور از رابطه ۱ استفاده می‌شود؛

$$P_{ij} = \frac{F_{ij}}{\sum_{i=1}^m F_{ij}}$$

مرحله دوم: بار اطلاعاتی هر مقوله را محاسبه کرده و برای این منظور از رابطه ۲ استفاده می‌شود؛

$$E_j = -K \sum_{i=1}^m [P_{ij} \ln P_{ij}]$$

مرحله سوم: با استفاده از بار اطلاعاتی مقوله‌ها ضریب اهمیت هر یک از مقوله‌ها محاسبه می‌شود. هر مقوله‌ای که دارای بار اطلاعاتی بیشتری است باید از درجه اهمیت (W) بیشتری برخوردار باشد. محاسبه ضریب اهمیت طبق رابطه زیر محاسبه می‌شود.

$$W_j = \frac{E_j}{\sum_{i=1}^n E_i}$$

۵- تحلیل داده‌ها

این تحقیق جهت بررسی مولفه‌های مهارت‌های زندگی کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول و به روش کمی پرداخته- شده‌است. اکنون در این قسمت به بررسی یکایک سوالات پژوهش پرداخته شده‌است.

سوال ۱- چه میزان کتاب پیام‌های آسمانی پایه هفتم به مولفه مهارت‌های زندگی پرداخته است؟

جدول ۲. بررسی فصل‌های کتاب پیام آسمانی پایه هفتم بر اساس مولفه مهارت زندگی

مولفه عنوان	خودآگاهی	همدلی	ارتباط موثر	روابط بین فردی	مقابله با فشارهای عصبی	مدیریت هیجان	حل مسئله	تصمیم‌گیری	تفکر خلاق	تفکر انتقادی	جمع
۱- خدشناسی	۸	۳	۱	۲	۰	۱	۱	۰	۳	۲۲	۱۴/۸٪
	۵/۴٪	۲/۰۲٪	۰/۱۶٪	۱/۳٪	۰٪	۰/۱۶٪	۰/۱۶٪	۰٪	۲/۰۲٪	۲۱/۰۲٪	۲۱/۰۲٪
	۱	۳	۱	۳	۱	۲	۳	۸	۱	۲۵	۱۶/۸٪
۲- معاد	۱	۳	۱	۳	۱	۲	۳	۳/۲٪	۰/۱۶٪	۱/۳٪	۱۶/۸٪
	۰/۱۶٪	۲/۰۲٪	۰/۱۶٪	۲/۰۲٪	۰/۱۶٪	۱/۳٪	۲/۰۲٪	۳/۲٪	۰/۱۶٪	۱/۳٪	۱۶/۸٪
	۶	۱۴	۹	۰	۰	۱	۲	۲	۰	۱	۳۵
۳- راهنماشناسی	۴/۰۵٪	۹/۴٪	۶/۰۸٪	۰٪	۰٪	۰/۱۶٪	۱/۳٪	۱/۳٪	۰٪	۰/۱۶٪	۱۴/۵٪
	۴	۹	۲	۴	۰	۰	۰	۰	۰	۷	۲۶
	۲/۷٪	۶/۰۸٪	۱/۳٪	۲/۷٪	۰٪	۰٪	۰٪	۰٪	۰٪	۴/۷٪	۱۷/۵٪
۴- راه‌توشه	۲	۹	۰	۳	۰	۰	۰	۰	۰	۲۶	۴۰
	۱/۳٪	۶/۰۸٪	۰٪	۲/۰۲٪	۰٪	۰٪	۰٪	۰٪	۰٪	۱۷/۵٪	۲۷/۰۲٪
	۲۱	۳۸	۱۳	۱۲	۱	۴	۶	۱۳	۱	۳۹	۱۴۸
۵- اخلاق	۱۴/۴٪	۲۵/۶٪	۸/۷٪	۸/۱٪	۰/۱۶٪	۲/۷٪	۴/۰۵٪	۸/۷٪	۰/۱۶٪	۲۶/۳٪	۱۰۰٪
	۱۳٪	۶/۰۸٪	۰٪	۲/۰۲٪	۰٪	۰٪	۰٪	۰٪	۰٪	۱۷/۵٪	۲۷/۰۲٪
جمع	۲۱	۳۸	۱۳	۱۲	۱	۴	۶	۱۳	۱	۳۹	۱۴۸
	۱۴/۴٪	۲۵/۶٪	۸/۷٪	۸/۱٪	۰/۱۶٪	۲/۷٪	۴/۰۵٪	۸/۷٪	۰/۱۶٪	۲۶/۳٪	۱۰۰٪

در فصل اول کتاب با عنوان "خدشناسی" که شامل ۲ درس نخست کتاب می‌باشد؛ به میزان ۵/۴٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۲/۰۲٪ ۳ به مهارت همدلی، به میزان ۰/۱۶٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۱/۳٪ به مهارت ارتباط بین‌فردی، به میزان ۰/۱۶٪ به مهارت مدیریت هیجان، به میزان ۰/۱۶٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۲/۰۲٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۲/۰۲٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده است و به دو مهارت مقابله با فشارهای عصبی و مهارت تفکر خلاق نپرداخته است. در فصل دوم کتاب با عنوان "معاد" که شامل دو درس بعدی کتاب می‌باشد؛ به میزان ۰/۱۶٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۲/۰۲٪ به مهارت همدلی، به میزان ۰/۱۶٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۲/۰۲٪ به مهارت روابط بین‌فردی، به میزان ۰/۱۶٪ به مهارت

مقابله با فشارهای عصبی، به میزان ۱/۳٪ به مهارت مدیریت هیجان، به میزان ۲/۰۲٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۵/۴٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۰/۶٪ به مهارت تفکر خلاق، و به میزان ۱/۳٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده است. در فصل سوم کتاب با عنوان "راهنمایشناسی" که شامل سه درس بعدی کتاب می‌باشد؛ به میزان ۴/۰۵٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۹/۰۴٪ به مهارت همدلی، به میزان ۶/۰۸٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۰/۶٪ به مهارت مدیریت هیجان، به میزان ۱/۳٪ به میزان به مهارت حل مساله، به میزان ۱/۳٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۰/۶٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده و به مهارت‌های روابط بین‌فردی و مهارت مقابله با فشارهای عصبی و مهارت تفکر خلاق اشاره نشده است. در فصل چهارم کتاب با عنوان "راه و توشه" که شامل ۴ درس بعدی این کتاب می‌باشد؛ به میزان ۲/۷٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۶/۰۸٪ به مهارت همدلی، به میزان ۱/۳٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۲/۷٪ به مهارت روابط بین‌فردی، به میزان ۴/۷٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده و به مهارت مقابله با فشار عصبی، مهارت مدیریت هیجان، مهارت حل مساله، مهارت تصمیم‌گیری و مهارت تفکر خلاق اشاره نشده است. همچنین در فصل پنجم کتاب با عنوان "اخلاق" که شامل چهار درس نهایی این کتاب می‌باشد؛ به میزان ۱/۰۳٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۶/۰۸٪ به مهارت همدلی، به میزان ۲/۶٪ به مهارت روابط بین‌فردی، به میزان ۱۷/۵٪ و به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده و به مهارت ارتباط موثر، مهارت مقابله با فشارهای عصبی، مهارت مدیریت هیجان، مهارت حل مساله، مهارت تصمیم‌گیری و مهارت تفکر خلاق اشاره نشده است.

با توجه به داده‌های جدول ۲ در پاسخ به سوال اول پژوهش می‌توان گفت در کتاب پیام آسمانی پایه هفتم ۱۴۸ واحد از کل واحدهای کتاب که شامل متون، تصاویر و فعالیت‌ها می‌باشد، به مهارت‌های زندگی اشاره شده است که از این بین بیشترین تاکید مهارت‌های زندگی بر "مهارت تفکر انتقادی" و پس از آن "مهارت همدلی" به ترتیب با فراوانی‌های ۳۹ و ۳۸ و پس از آن "مهارت خودآگاهی" با فراوانی ۲۱، پس از آن "مهارت ارتباط موثر" و "مهارت تصمیم‌گیری" با فراوانی‌های یکسان ۱۳، پس از آن "مهارت حل مساله" با فراوانی ۶ و کمترین میزان توجه به "مهارت مقابله با فشارهای عصبی" و "مهارت تفکر خلاق" با فراوانی یکسان ۱ واحد بوده است.

سوال ۲- چه میزان کتاب‌های پیام آسمانی پایه هشتم به مولفه مهارت‌های زندگی پرداخته است؟

جدول ۳. بررسی فصل‌های کتاب پیام آسمانی پایه هشتم بر اساس مولفه مهارت زندگی

مؤلفه	خودآگاهی	همدلی	ارتباط موثر	روابط بین فردی	مقابله با فشارهای عصبی	مدیریت هیجان	حل مسئله	تصمیم‌گیری	تفکر خلاق	تفکر انتقادی	جمع
عنوان	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی
	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد
۱- خدا شناسی	۱۶	۱۰	۱۰	۰	۶	۵	۱۲	۴	۶	۴	۷۳
	۴/۷٪	۲/۹٪	۲/۹٪	۰٪	۱/۷٪	۱/۴٪	۳/۵٪	۱/۱٪	۱/۷٪	۱/۱٪	۲۱/۶٪
۲- معاد	۵	۱	۰	۰	۰	۰	۴	۱۱	۲	۰	۲۳
	۱/۴٪	۰/۲٪	۰٪	۰٪	۰٪	۰٪	۱/۱٪	۳/۲٪	۰/۵٪	۰٪	۶/۸٪
۳- راهنما شناسی	۸	۵	۹	۵	۰	۲	۱۲	۴	۱	۳	۴۹
	۲/۳٪	۱/۴٪	۲/۶٪	۱/۴٪	۰٪	۰/۵٪	۳/۵٪	۱/۱٪	۰/۲٪	۰/۸٪	۱۴/۵٪
۴- راه توشه	۱۰	۲	۴	۳	۰	۰	۱۵	۱	۰	۱۴	۵۰
	۲/۹٪	۰/۵٪	۱/۱٪	۰/۸٪	۰٪	۰٪	۴/۴٪	۰/۲٪	۰٪	۴/۱٪	۱۴/۷٪
۵- اخلاق	۳	۳	۹	۲۶	۶	۲	۱۱	۶	۳	۲۳	۹۲
	۰/۸٪	۰/۸٪	۲/۶٪	۲/۶٪	۱/۷٪	۰/۵٪	۳/۲٪	۱/۷٪	۰/۸٪	۶/۸٪	۲۷/۲٪
۶- جامعه اسلامی	۱	۱۶	۱	۱۵	۰	۰	۶	۳	۷	۳	۵۱
	۰٪	۴/۷٪	۰/۲٪	۴/۴٪	۰٪	۰٪	۱/۷٪	۰/۸٪	۲/۷٪	۰/۸٪	۱۵/۱٪
جمع	۴۲	۳۷	۳۳	۴۹	۱۲	۹	۶۰	۲۹	۲۰	۴۷	۳۳۸
	۱۲/۴٪	۱۰/۵٪	۹/۷٪	۱۴٪	۳/۴٪	۲/۵٪	۱۷/۱٪	۸/۲٪	۵/۷٪	۱۳/۴٪	۱۰۰٪

در فصل اول کتاب با عنوان "خداشناسی" که شامل دو درس نخست کتاب می‌باشد؛ به میزان ۴/۷٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۲/۹٪ به مهارت همدلی، به میزان ۲/۹٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۱/۷٪ به مهارت مقابله با فشارهای عصبی، به میزان ۱/۴٪ به مهارت مدیریت هیجان، به میزان ۳/۵٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۱/۱٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۱/۷٪ به مهارت تفکر خلاق، به میزان ۱/۱٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده است و به مهارت روابط بین‌فردی اشاره نشده است. در فصل دوم کتاب با عنوان "معاد" که شامل یک درس بعدی کتاب می‌باشد؛ به میزان ۱/۴٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۰/۲٪ به مهارت همدلی، به میزان ۱/۱٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۳/۲٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۰/۵٪ به مهارت تفکر خلاق، و به مهارت ارتباط موثر، مهارت روابط بین‌فردی، مهارت مقابله با فشارهای عصبی، مهارت مدیریت هیجان و مهارت تفکر انتقادی اشاره نشده است. در فصل سوم کتاب با عنوان "راهنماشناسی" که شامل دو درس بعدی کتاب می‌باشد؛ به میزان ۳/۲٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۱/۴٪ به مهارت همدلی، به میزان ۲/۶٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۱/۴٪ به مهارت روابط بین‌فردی، به میزان ۰/۵٪ به مهارت مدیریت هیجان، به میزان ۳/۵٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۱/۱٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۰/۲٪ به مهارت تفکر خلاق، به میزان ۰/۸٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده و به مهارت مقابله با فشارهای عصبی اشاره نشده است. در فصل چهارم کتاب با عنوان "راه و توشه" که شامل چهار درس بعدی این کتاب می‌باشد؛ به میزان ۲/۹٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۰/۵٪ به مهارت همدلی، به میزان ۱/۱٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۰/۸٪ به مهارت روابط بین‌فردی، به میزان ۴/۴٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۰/۲٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۰/۲٪ به مهارت تفکر خلاق، به میزان ۴/۱٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده و به مهارت مقابله با فشار عصبی و مهارت مدیریت هیجان اشاره نشده است. در فصل پنجم کتاب با عنوان "اخلاق" که شامل شش درس بعدی این کتاب می‌باشد؛ به میزان ۰/۸٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۰/۸٪ به مهارت همدلی، به میزان ۲/۶٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۷/۷٪ به مهارت روابط بین‌فردی، به میزان ۱/۷٪ به مهارت مقابله با فشارهای عصبی، به میزان ۰/۵٪ به مهارت مدیریت هیجان، به میزان ۳/۲٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۱/۷٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۰/۸٪ به مهارت تفکر خلاق، به میزان ۲۳٪ به مهارت تفکر انتقادی اشاره شده است. در فصل ششم کتاب با عنوان "جامعه اسلامی" که شامل دو درس پایانی این کتاب می‌باشد؛ به میزان ۴/۷٪ به مهارت همدلی، به میزان ۰/۲٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۴/۴٪ به مهارت روابط بین‌فردی، به میزان ۱/۷٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۰/۸٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۲/۷٪ به مهارت تفکر خلاق، به میزان ۰/۸٪ به مهارت تفکر انتقادی اشاره شده است.

با توجه به داده‌های جدول ۳ در پاسخ به سوال دوم پژوهش می‌توان گفت در کتاب پیام آسمانی پایه هشتم ۳۳۸ واحد از کل واحدهای کتاب که شامل متون، تصاویر و فعالیت‌ها می‌باشد، به مهارت‌های زندگی اشاره شده است که از این بین بیشترین تاکید مهارت‌های زندگی بر "مهارت حل مساله" با فراوانی ۶۰ و پس از آن "مهارت روابط بین‌فردی" و "مهارت تفکر انتقادی" و "مهارت خودآگاهی" به ترتیب با فراوانی‌های ۴۹ و ۴۷ و ۴۴ می‌باشد. و پس از آن "مهارت ارتباط موثر" با فراوانی ۴۳، پس از آن "مهارت همدلی" با فراوانی ۳۷، پس از آن "مهارت تصمیم‌گیری" با فراوانی ۲۹، به دنبال آن "مهارت تفکر خلاق" با فراوانی ۲۰، به دنبال آن "مهارت مقابله با فشارهای عصبی" با فراوانی ۱۲ بوده. کمترین میزان توجه به "مهارت مدیریت هیجان" با فراوانی ۹ واحد بوده است.

۳- چه میزان کتاب پیام آسمانی پایه نهم به مولفه مهارت‌های زندگی پرداخته است؟

جدول ۴. بررسی فصل‌های کتاب پیام آسمانی پایه نهم بر اساس مولفه مهارت زندگی

مؤلفه عنوان	خودآگاهی	همدلی	ارتباط موثر	روابط بین فردی	مقابله با فشارهای عصبی	مدیریت هیجان	حل مسئله	تصمیم گیری	تفکر خلاق	تفکر انتقادی	جمع
۱- خدا شناسی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی
	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد
	۲	۰	۰	۲	۰	۰	۱۲	۰	۱۲	۴	۳۲
	۰/۵٪	۰٪	۰٪	۰/۵٪	۰٪	۰٪	۳/۰۵٪	۰٪	۳/۰۵٪	۱/۰۱٪	۸/۱٪
۲- راهنما شناسی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی
	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد
	۴	۱۱	۹	۰	۰	۰	۶	۰	۱	۱۵	۴۶
	۱/۰۱٪	۲/۷٪	۲/۲٪	۰٪	۰٪	۱/۵٪	۰٪	۰٪	۰/۲۵٪	۳/۸٪	۱۱/۷٪
۳- راه و توشه	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی
	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد
	۲۰	۵	۱۱	۱	۰	۱	۹	۰	۱	۳	۵۱
	۵٪	۱/۲٪	۲/۷٪	۰/۲۵٪	۰٪	۰/۲۵٪	۲/۲٪	۰٪	۰/۲۵٪	۰/۷٪	۱۲/۹٪
۴- اخلاق	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی
	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد
	۲	۱۱	۹	۵۰	۰	۰	۵	۱	۶	۱۵	۹۹
	۰/۵٪	۲/۷٪	۲/۲٪	۱۲/۷٪	۰٪	۰٪	۱/۲٪	۰/۲۵٪	۱/۵٪	۳/۸٪	۲۵/۱٪
۵- جامعه اسلامی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی
	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد
	۳۰	۷	۴	۹	۱۴	۲	۲۱	۱۹	۳	۵۷	۱۶۵
	۷/۶٪	۱/۷٪	۱/۰۱٪	۲/۲٪	۳/۵٪	۰/۵٪	۵/۳٪	۴/۸٪	۰/۷٪	۱۴/۵٪	۴۱/۹٪
جمع	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی	فراوانی
	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد
	۵۸	۳۴	۳۳	۶۲	۱۴	۳	۵۳	۲۰	۲۳	۹۴	۳۹۳
	۱۴/۷٪	۸/۶٪	۸/۳٪	۱۵/۷٪	۳/۵٪	۰/۷٪	۱۳/۴٪	۵/۰۸٪	۵/۸٪	۲۳/۹٪	۱۰۰٪

در فصل اول کتاب با عنوان "خداشناسی" که شامل یک درس نخست کتاب می‌باشد؛ به میزان ۰/۵٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۰/۵٪ به مهارت ارتباط بین‌فردی، به میزان ۳/۰۵٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۳/۰۵٪ به مهارت تفکر خلاق، به میزان ۱/۰۱٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده است و به سه مهارت مقابله با فشارهای عصبی، مدیریت هیجان و مهارت تفکر خلاق نپرداخته است. در فصل دوم کتاب با عنوان "راهنماشناسی" که شامل سه درس بعدی کتاب می‌باشد؛ به میزان ۱/۰۱٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۲/۷٪ به مهارت همدلی، به میزان ۲/۲٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۱/۵٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۰/۲۵٪ به مهارت تفکر خلاق، و به میزان ۳/۸٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته و به مهارت‌های ارتباط بین‌فردی، مقابله با فشارهای عصبی و تصمیم‌گیری اشاره نشده است. در فصل سوم کتاب با عنوان "راه و توشه" که شامل دو درس بعدی کتاب می‌باشد؛ به میزان ۵٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۱/۲٪ به مهارت همدلی، به میزان ۲/۷٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۰/۲۵٪ به مهارت ارتباط بین‌فردی، به میزان ۰/۲۵٪ به مهارت مدیریت هیجان، به میزان ۲/۲٪ به میزان به مهارت حل مساله، به میزان ۰/۲۵٪ به مهارت تفکر خلاق، به میزان ۰/۷٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده و به مهارت مقابله با فشارهای عصبی و مهارت تصمیم‌گیری اشاره نشده است. در فصل چهارم کتاب با عنوان "اخلاق" که شامل یک درس بعدی این کتاب می‌باشد؛ به میزان ۰/۵٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۲/۷٪ به مهارت همدلی، به میزان ۲/۲٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۱۲/۵٪ به مهارت روابط بین‌فردی، به میزان ۱/۲٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۰/۲۵٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۱/۵٪ به مهارت تفکر خلاق، به میزان ۱/۵٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده و به مهارت مقابله با فشار عصبی و مهارت مدیریت هیجان اشاره نشده است. در فصل پنجم کتاب با عنوان "جامعه اسلامی" که شامل چهار درس نهایی این کتاب می‌باشد؛ به میزان ۷/۶٪ به مهارت خودآگاهی، به میزان ۱/۷٪ به مهارت همدلی، به میزان ۱/۰۱٪ به مهارت ارتباط موثر، به میزان ۲/۲٪ به مهارت روابط بین‌فردی، به میزان ۳/۵٪ به مهارت مقابله با فشارهای عصبی، به میزان ۰/۵٪ به مهارت مدیریت هیجان، به میزان ۵/۳٪ به مهارت حل مساله، به میزان ۴/۸٪ به مهارت تصمیم‌گیری، به میزان ۰/۷٪ به مهارت تفکر خلاق و به میزان ۱۴/۵٪ به مهارت تفکر انتقادی پرداخته شده است.

حال با توجه به داده‌های جدول ۴ در پاسخ به سوال سوم پژوهش می‌توان گفت در کتاب پیام آسمانی پایه نهم ۳۹۳ واحد از کل واحدهای کتاب که شامل متون، تصاویر و فعالیت‌ها می‌باشد، به مهارت‌های زندگی اشاره شده است که از این بین بیشترین تاکید مهارت‌های زندگی بر "مهارت تفکر انتقادی" با فراوانی ۹۳ و پس از آن "مهارت روابط بین فردی" و "روابط خودآگاهی" به ترتیب با فراوانی‌های ۵۹ و ۵۸ و پس از آن "حل مساله" با فراوانی ۵۳، به دنبال آن "مهارت همدلی" و "مهارت ارتباط موثر" به ترتیب با فراوانی‌های ۳۴ و ۳۳، به دنبال آن "مهارت تفکر خلاق" و "مهارت تصمیم‌گیری" به ترتیب با فراوانی‌های ۲۳ و ۲۰ و کمترین میزان توجه به "مهارت مقابله با فشارهای عصبی" با فراوانی ۱۴ واحد بوده است.

۴- میزان توجه به مولفه‌های مهارت‌های زندگی در کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول در مقایسه باهم چگونه است؟

جدول ۵. میزان درصد تاکید محتوای درسی کتاب پیام آسمانی دوره متوسطه اول بر اساس مولفه مهارت زندگی

مهارت زندگی			پایه
درصد از کل	درصد	فراوانی	
۱۷	۱۰۰	۱۴۸	هفتم
۳۸	۱۰۰	۳۳۸	هشتم
۴۵	۱۰۰	۳۹۳	نهم
۱۰۰	-	۸۷۹	کل

با توجه به جدول ۵ می‌توان نتیجه گرفت که در میان کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول بیشترین توجه به مولفه‌های مهارت‌های زندگی به ترتیب در پایه‌های نهم، هشتم و هفتم بوده است. روند میزان تاکید بر مهارت زندگی از پایه هفتم به سمت پایه هشتم سیر صعودی داشته و به میزان ۲۱٪ افزایش یافته و همچنین از پایه هشتم به پایه نهم نیز سیر صعودی داشته و به میزان ۷٪ افزایش یافته است. به طوری که از مجموع محتوای کتاب پیام آسمانی پایه هفتم ۱۴۸ واحد (۱۷٪ از کل مولفه‌ها) و از مجموع محتوای کتاب پیام آسمانی پایه هشتم ۳۳۸ واحد (۳۸٪ از کل مولفه‌ها) و از مجموع محتوای کتاب پیام آسمانی پایه نهم ۳۹۳ واحد (۴۵٪ از کل مولفه‌ها) مرتبط به مهارت زندگی می‌باشد.

سوال کلی تحقیق

چه میزان کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول به مولفه‌های مهارت‌های زندگی پرداخته است؟

جدول ۶. ماتریس جدول فراوانی

مؤلفه	پایه	خودآگاهی	همدلی	ارتباط موثر	روابط بین فردی	مقابله با فشارهای عصبی	مدیریت هیجان	حل مساله	تصمیم گیری	تفکر انتقادی	مؤلفه
											مقابله با فشارهای عصبی
هفتم	۲۱	۳۸	۱۳	۱۲	۱	۴	۶	۱۳	۱	۳۹	تفکر انتقادی
هشتم	۴۲	۳۷	۳۳	۴۹	۱۲	۹	۶۰	۲۹	۲۰	۴۷	تفکر خلاق
نهم	۵۸	۳۴	۳۳	۶۲	۱۴	۳	۵۳	۲۰	۲۳	۹۳	تفکر انتقادی
کل	۱۲۱	۱۰۹	۷۹	۱۲۳	۲۷	۱۶	۱۱۹	۶۲	۴۴	۱۷۹	تفکر انتقادی

یافته‌های جدول فراوانی نشان می‌دهد که فراوانی مقوله‌های خودآگاهی (۱۲۱ مورد)، همدلی (۱۰۹ مورد)، ارتباط موثر (۷۹ مورد)، روابط بین فردی (۱۲۳ مورد)، مقابله با فشارهای عصبی (۲۷ مورد)، مدیریت هیجان (۱۶ مورد)، حل مساله (۱۱۹ مورد)،

تصمیم‌گیری (۶۲ مورد)، تفکر خلاق (۴۴ مورد) و تفکر انتقادی (۱۷۹ مورد) توجه شده است.

جدول ۷. داده‌های بهنجار شده برای مقوله‌های مربوط به پاسخگوها

پایه	مؤلفه	خودآگاهی	همدلی	ارتباط موثر	روابط بین فردی	مقابله با فشارهای عصبی	مدیریت هیجان	حل مساله	تصمیم‌گیری	تفکر خلاق	تفکر نقادانه
هفتم	۰/۱۷۳	۰/۳۴۸	۰/۱۶۴	۰/۰۹۷	۰/۰۳۷	۰/۲۵۰	۰/۰۵۰	۰/۲۰۹	۰/۰۲۲	۰/۲۱۷	
هشتم	۰/۳۴۷	۰/۳۳۹	۰/۴۱۷	۰/۳۹۸	۰/۴۴۴	۰/۵۶۲	۰/۵۰۴	۰/۴۶۷	۰/۴۵۴	۰/۲۶۲	
نهم	۰/۴۷۹	۰/۳۱۱	۰/۴۱۷	۰/۵۰۴	۰/۵۱۸	۰/۱۸۷	۰/۴۴۵	۰/۳۲۲	۰/۵۲۲	۰/۵۱۹	
کل	۰/۹۹۹	۰/۹۹۸۵	۰/۹۹۸	۰/۸۵۳۸	۰/۷۴۹۱	۰/۸۹۵۴	۰/۷۷۸۴	۰/۹۵۳۳	۰/۷۱۱۴	۰/۹۹۸	

پس از نرمال‌سازی داده‌ها با استفاده از فرمول مرحله دوم روش شانون مقدار بار اطلاعاتی (E_{ij}) هر یک از مولفه‌ها به دست آمد. و برای بررسی ضریب اهمیت هر یک از مولفه‌های ده‌گانه با استفاده از روش آنتروپی شانون ابتدا داده‌ها بهنجار شد.

جدول ۸. میزان عدم اطمینان (E_j) حاصل از هر یک از مقوله‌ها

مقوله	خودآگاهی	همدلی	ارتباط موثر	روابط بین فردی	مقابله با فشارهای عصبی	مدیریت هیجان	حل مساله	تصمیم‌گیری	تفکر خلاق	تفکر انتقادی
ضریب اهمیت E_j	۰/۹۳۱۲	۰/۹۹۸۵	۰/۹۳۳۶	۰/۸۵۳۸	۰/۷۴۹۱	۰/۸۹۵۴	۰/۷۷۸۴	۰/۹۵۳۳	۰/۷۱۱۴	۰/۹۳۰۸

جدول ۹. ضریب اهمیت هر یک از مقوله‌ها

مقوله	خودآگاهی	همدلی	ارتباط موثر	روابط بین فردی	مقابله با فشارهای عصبی	مدیریت هیجان	حل مساله	تصمیم‌گیری	تفکر خلاق	تفکر انتقادی
ضریب اهمیت W_j	۰/۱۰۶۵	۰/۱۱۴۳	۰/۱۰۶۸	۰/۰۹۷۷	۰/۰۸۵۷	۰/۱۰۲۵	۰/۰۸۹۱	۰/۱۰۹۱	۰/۰۸۱۴	۰/۱۰۶۵

در پاسخ به سوال اصلی پژوهش می‌توان گفت که از مجموع متون، تصاویر و فعالیت‌های تشکیل‌دهنده محتوای کتاب‌های پیام آسمانی پایه‌های هفتم، هشتم و نهم (۸۷۹ مورد) به مولفه‌های مهارت زندگی اشاره کرده است که با توجه به جدول ضریب اهمیت یا وزن‌دهی کمترین وزن مربوط به مولفه تفکر خلاق (۴۴ مورد) که وزن آن ۰/۰۸۱۴ است و بیشترین وزن مربوط به مولفه همدلی (۱۰۹ مورد) که وزن آن ۰/۱۱۴۶ است.

۶- بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش تحلیل محتوای کتاب‌های دوره اول متوسطه براساس میزان توجه به مولفه‌های مهارت‌های زندگی است. در پلسخ به سوال کلی تحقیق که چه میزان کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول به مولفه‌های مهارت‌های زندگی پرداخته است، نتایج این تحقیق نشان داد که از مجموع متون، تصاویر و فعالیت‌های تشکیل‌دهنده‌ی محتوای کتاب‌های پیام آسمانی پایه‌های هفتم، هشتم و نهم (۸۷۹ مورد) به مولفه‌ی مهارت زندگی اشاره کرده است که با توجه به جدول ضریب اهمیت یا وزن دهی کمترین وزن مربوط به مولفه تفکر خلاق (۴۴مورد) که وزن آن ۰/۰۸۱۴ است و بیشترین وزن مربوط به مولفه همدلی (۱۰۹ مورد) که وزن آن ۰/۱۱۴۶ است.

چنین برمی‌آید که نتایج حاصل تنها با پژوهش سلیمی و همکاران (۱۳۹۸) از لحاظ استفاده از روش همسو بوده ولی نتایج، ناهمسو می‌باشد.

همچنین در پاسخ به سوال اول که به چه میزان کتاب ای پیام آسمانی پایه هفتم به مولفه‌های مهارت‌های زندگی پرداخته است، نتایج نشان داد که در کتاب پیام آسمانی پایه هفتم ۱۴۸ واحد از کل واحدهای کتاب که شامل متون، تصاویر و فعالیت‌ها می‌باشد، به مهارت‌های زندگی اشاره شده است که از این بین بیشترین تاکید مهارت‌های زندگی بر "مهارت تفکر انتقادی" و "مهارت همدلی" و کمترین میزان توجه به "مهارت مقابله با فشارهای عصبی" و "مهارت تفکر خلاق" بوده است.

نتایج حاصل نشان می‌دهد که با پژوهش استینی و همکاران (۱۳۹۵) از لحاظ مولفه تفکر انتقادی همسو بوده و در یافته‌های پژوهش خود به تفکر انتقادی بیشترین توجه را داشته‌اند. و این نتایج با نتایج پیرفیروزجایی (۱۳۹۵) ناهمسو بوده و در یافته‌های خود به تفکر انتقادی کمترین میزان توجه شده است. همچنین چنین مشاهده می‌شود که با پژوهش استینی و همکاران (۱۳۹۵) از نظر توجه به مهارت مقابله با فشارهای عصبی همسو بوده و توجه چندانی به آن نشده است.

همچنین در پاسخ به سوال دوم که به چه میزان در کتاب پایه هشتم به مولفه‌های مهارت زندگی پرداخته‌است، نتایج نشان داد که در کتاب پیام آسمانی پایه هشتم ۳۳۸ واحد از کل واحدهای کتاب که شامل متون، تصاویر و فعالیت‌ها می‌باشد، به مهارت‌های زندگی اشاره شده است که از این بین بیشترین تاکید مهارت‌های زندگی بر "مهارت حل مساله" و کمترین میزان توجه به "مهارت مدیریت هیجان" بوده است.

نتایج پژوهش نشان می‌دهد که با نتایج استینی و همکاران (۱۳۹۵) همسو بوده و به مهارت حل مساله به بیشترین میزان توجه شده است. همچنین می‌توان گفت پژوهش حاضر با پژوهش سلیمی و همکاران (۱۳۹۸) همسو بوده و به مهارت مدیریت هیجان به کمترین میزان توجه شده است.

همچنین در پاسخ به سوال سوم که به چه میزان در کتاب پایه نهم به مولفه‌های مهارت زندگی پرداخته‌شده‌است، نتایج نشان داد که، در کتاب پایه نهم ۳۹۳ واحد از کل واحدهای کتاب که شامل متون، تصاویر و فعالیت‌ها می‌باشد، به مهارت‌های زندگی اشاره شده است که از این بین بیشترین تاکید مهارت‌های زندگی بر "مهارت تفکر انتقادی" و پس از آن "مهارت روابط بین فردی" و "مهارت خودآگاهی" و کمترین میزان توجه به "مهارت مقابله با فشارهای عصبی" بوده است.

نتایج حاصل نشان می‌دهد که با پژوهش استینی و همکاران (۱۳۹۵) همسو بوده و در یافته‌های پژوهش خود، به تفکر انتقادی بیشترین توجه را داشته‌اند. و این نتایج با نتایج پیرفیروزجایی (۱۳۹۵) ناهمسو بوده و در یافته‌های خود به تفکر انتقادی

کمترین میزان توجه شده است. همچنین چنین مشاهده می‌شود که با پژوهش استینی و همکاران (۱۳۹۵) از نظر توجه به مهارت مقابله با فشارهای عصبی همسو بوده و توجه چندانی به آن نشده است.

و در انتها در پاسخ به سوال چهارم که به چه میزان به مولفه‌های مهارت زندگی در سه کتاب در مقایسه باهم پرداخته شده است، نتایج نشان داد که، در میان کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول بیشترین توجه به مولفه‌های مهارت‌های زندگی به ترتیب در پایه‌های نهم، هشتم و هفتم بوده است. روند میزان تاکید بر مهارت زندگی از پایه هفتم به سمت پایه هشتم سیر صعودی داشته و به میزان ۲۱٪ افزایش یافته و همچنین از پایه هشتم به پایه نهم نیز سیر صعودی داشته و به میزان ۷٪ افزایش یافته است. به طوری که از مجموع محتوای کتاب پیام آسمانی پایه هفتم ۱۴۸ واحد (٪۱۷ از کل مولفه‌ها) و از مجموع محتوای کتاب پیام آسمانی پایه هشتم ۳۳۸ واحد (٪۳۸ از کل مولفه‌ها) و از مجموع محتوای کتاب پیام آسمانی پایه نهم ۳۹۳ واحد (٪۴۵ از کل مولفه‌ها) مرتبط به مهارت زندگی می‌باشد. بنا بر این نتایج، میزان توجه به مهارت‌های زندگی در پایه نهم بیشترین و در پایه هفتم کمترین بود. همچنین به این نتیجه دست یافتیم که در کتاب پیام آسمانی دوره متوسطه اول بیشترین توجه به مولفه "مهارت تفکر انتقادی" و کمترین توجه به مولفه "مهارت مدیریت هیجان" بود.

نتایج حاصل از لحاظ توجه به مولفه‌های مهارت‌های زندگی در کتب درسی با پژوهش پیرفیروزجایی (۱۳۹۵) همسو بوده است.

با توجه به نتایج این پژوهش پیشنهاد می‌شود:

۱- با توجه به آنچه که از اهمیت ضرورت مهارت‌های زندگی افراد بیان گردید و نتایجی که از تحلیل محتوای کتاب‌های پیام آسمانی پایه هفتم، هشتم و نهم به دست آمد به صاحب‌نظران و برنامه‌ریزان درسی پیشنهاد می‌شود که در تدوین کتب درسی متوسطه اول به انواع مولفه‌های مهارت‌های زندگی به میزان کافی توجه نمایند تا این مهارت‌ها در دوران نوجوانی و سن ورود به اجتماع و رویارویی با چالش‌های روزمره در وجود نوجوانان و جوانان تثبیت گردد تا بتوانند با بهره‌گیری از مولفه‌های ده‌گانه مهارت زندگی، آسیب‌های احتمالی که امکان وقوع آن‌ها در هنگام برخورد با مشکلات به وجود می‌آید، جلوگیری شود.

۲- آنطور که ملاحظه شد، در کتاب‌های پیام آسمانی دوره متوسطه اول به مفاهیم مهارت مدیریت هیجان توجه اندکی شده است که پیشنهاد می‌شود هر یک از سه شاخص آن که شامل: شناخت هیجانات خود و دیگران، مقابله صحیح با هیجانات و مقابله با موقعیت‌هایی که قابل تغییر نیستند، بیشتر مورد توجه برنامه‌ریزانی درسی و مولفان قرار بگیرد.

۳- با توجه به تحلیل مقایسه‌ای انجام شده بین پایه‌های هفتم تا نهم، از نظر میزان تاکید بر مولفه‌های مهارت زندگی از هفتم تا نهم از نظم منطقی برخوردار است اما فاصله‌ی بین میزان مهارت‌های اشاره شده در بین پایه هفتم تا هشتم، به مقدار قابل توجهی زیاد بوده؛ لذا به برنامه‌ریزان درسی و مولفان کتب درسی پیشنهاد می‌شود تا این مهارت‌ها را در پایه هفتم افزایش دهند تا نوجوانان از همان ابتدا با مهارت‌های زندگی آشنا شوند و برای به کارگیری آن در زندگی روزمره آماده باشند.

۴- برگزاری دوره‌های آموزش ضمن خدمت ویژه کارشناسان و معلمان دوره متوسطه اول به صورتی منظم و مداوم، در جهت ارائه دانش و نگرش مطلوب نسبت به مهارت‌های زندگی و ایجاد انگیزه به منظور کاربرد این مهارت‌ها در کلاس.

۵- طراحی بسته‌ها و نرم‌افزارهای آموزشی، به ویژه مهارت‌های زندگی معلمان، کارشناسان و دانش‌آموزان و ارائه آن به معلمان و دانش‌آموزان.

۷- منابع

- ادیب، یوسف و فردانش، هاشم (۱۳۸۲). "مهارت‌های زندگی موردنیاز دانش‌آموزان مقطع راهنمایی"، نشریه دانشور رفتار، ۳ (۱۰) (ویژه مقالات علوم تربیتی ۱): ۱۳-۲۸.
- استنی، رحیمه و سید شریفی، فاطمه (۱۳۹۵). "بررسی تحلیل محتوای کتاب‌های خوانداری دوم و سوم ابتدائی بر اساس مولفه مهارت‌های زندگی"، همایش ملی آموزش ابتدائی، دوره برگزاری: ۱.
- اوحدی، محمود؛ مظاهری، حسن و معافی، محمود (۱۳۹۱). "اعتبار بخشی راهنمای برنامه درسی آموزش آداب و مهارت‌های زندگی"، نشریه نوآوری‌های آموزشی، ۴۴ (۱۱): ۱۶۵-۱۸۶.
- پیرفیروزجایی، فاطمه (۱۳۹۵). "تحلیل محتوای کتاب‌های فارسی دوره ابتدائی بر اساس مولفه‌های مهارت زندگی"، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه الزهرا (س).
- دلیران فیروز، زهرا و براتعلی، مریم (۱۳۹۹). "تحلیل محتوای کتاب درسی ارتباط موثر دوره دوم متوسطه فنی و حرفه‌ای بر اساس مهارت‌های ده‌گانه سازمان بهداشت جهانی"، پژوهش در برنامه.
- رمضانخانی، علی و سیاری؛ علی‌اکبر (۱۳۷۸). "بررسی وضعیت آموزش مهارت‌های زندگی در نظام آموزش و پرورش"، گزارش تحقیق- دفتر یونسف در ایران و دفتر مطالعات بین‌المللی وزارت آموزش و پرورش، ۱۲ (۳): ۴۷-۶۹.
- زادمهر، سمیه؛ خراسانی، اباصالت و زمانی‌بخش، حامد (۱۳۹۰). "ضرورت و نقش آموزش و پرورش مهارت‌های زندگی به کودکان و نوجوانان در رسانه (صداوسیما)"، فصلنامه علمی-تخصصی کودک و نوجوان، نشریه مطالعات آموزش و آموزشگاهی، ۱۳ (۴): ۹۷-۱۱۸.
- زیرک‌پورنامی‌ور، مریم و نجارپوراستادی، سعید (۱۴۰۰). "بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی به شیوه گروهی بر مشکلات بین‌فردی و احساس تنهایی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم تبریز"، نشریه آموزش و ارزشیابی، پیاپی ۵۴: ۲۲۴-۱۱۹.
- سازمان بهداشت جهانی (۱۳۷۷). برنامه آموزش مهارت‌های زندگی، ترجمه ربابه نوری قاسم آبادی و پروانه محمدخانی، تهران: معاونت امور فرهنگی و پیشگیری سازمان بهزیستی کشور.
- سبزعلی سنجان، بتول (۱۳۸۴). "آشنایی با برنامه‌های آموزش مهارت‌های زندگی"، مجله رشد آموزش علوم اجتماعی، ۸: ۶۳-۵۶.
- سلیمی، لادن؛ نیازیان، ملیحه و ابراهیمی، فاطمه (۱۳۹۵). "تحلیل و ارزیابی محتوای کتاب درسی تفکر و سبک زندگی دوره اول متوسطه پایه هشتم براساس مولفه‌های مهارت زندگی"، مجله پژوهش‌های نوین علوم انسانی، پیاپی ۹: ۱۱۹-۱۰۷.
- سمیعی، اعظم؛ افضل‌ی و خانی، مریم (۱۳۹۲). "تحلیل محتوای کتاب هدیه‌های آسمانی پایه ششم ابتدائی از منظر فعال و غیرفعال بودن بر اساس روش ویلیام رومی در سال تحصیلی ۱۳۹۱-۹۲"، مجله پژوهش‌های برنامه درسی، ۲ (۳)، ۱۱۹-۱۳۶.
- سند تحول بنیادین آموزشی و پرورشی (۱۳۹۰). وزارت آموزش و پرورش جمهوری اسلامی ایران و شورای عالی انقلاب فرهنگی و دبیرخانه شورای عالی آموزشی و پرورشی.
- سیدپورآذر، سیدعلی و حسینی‌فر، مریم‌السادات (۱۴۰۱). "اصول و کاربرد تحلیل محتوا در کتب درسی"، تهران، انتشارات اندیشه احسان.

- شیرازی، رضا، وکیلی، الهه، دیلم، ام‌البنین و پودینه، افسانه (۱۴۰۱). "تحلیل محتوای کتاب علوم تجربی پایه ششم ابتدایی به روش ویلیام رومی"، مطالعات آینده پژوهشی و سیاست‌گذاری، ۱ (۸): ۱۱۳-۱۰۸.
- صافی، احمد (۱۳۸۶). آموزش و پرورش ابتدائی، راهنمایی و متوسطه، انتشارات سمت.
- طارمیان، فرهاد (۱۳۷۹). مهارت‌های زندگی، موسسه فرهنگی منادی تربیت، چاپ سوم.
- عادل، آذر (۱۳۸۰). "بسط و توسعه روش آنتروپی شانون برای پردازش داده‌ها در تحلیل محتوی"، فصلنامه پژوهشی علوم انسانی دانشگاه الزهرا (س)، ۳۷ و ۳۸: ۱۸-۱.
- عارفی، محبوبه؛ محمدی چابکی، رضا و براهویی، بهزاد (۱۳۹۵). "مهارت‌های زندگی در برنامه درسی مقطع دبستان: ضرورت‌ها و بایست‌ها"، اولین کنفرانس بین‌المللی پژوهش‌های نوین حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران.
- علاسوند، فریبا (۱۳۸۶). مهارت‌های زندگی با رویکرد دینی، تهران، سروش هدایت.
- قاسمی، اسماعیل و مجیدی پرست (۱۳۹۳). "تحلیل محتوای مقولات مهارت‌های اجتماعی در کتاب‌های تعلیمات اجتماعی اول راهنمایی"، پژوهش در برنامه درسی، ۲ (۱۶): ۱۶.
- کرمی، مرتضی؛ تجری، مجتبی و پاک مهر، حمیده (۱۳۹۲). "افزایش اثربخشی برنامه درسی مهارت‌های زندگی از طریق خلق محیط‌های یادگیری سازنده‌گرا (مهارت مدیریت خشم)"، فصلنامه روان‌شناسی تربیتی، ۲۹ (۹): ۲۲.
- لامعی، عطیه و معصومی‌نژاد، رضا (۲۰۲۲). "شناسایی مولفه‌های مهارت‌های زندگی پیشنهادی سازمان بهداشت جهانی در برنامه درسی مطالعات اجتماعی دوره ابتدائی (یک مطالعه کیفی)"، نشریه پویا در آموزش علوم انسانی، ۲۵ (۷): ۹۴-۷۹.
- معیری، محمدطاهر (۱۳۹۰). مسائل آموزش و پرورش، ناشر: امیرکبیر، نوبت چاپ ۲۲.
- وود، جولیان (۱۳۷۹). ارتباطات میان‌فردی، ترجمه مهرداد فیروزبخت، انتشارات مهتاب.

-Brooks,Dk.Jr.(1984). A Life-skills Taxonomy: Defining Elements of Effective Functioning Through The Use of The Delphi Technique.(unpublished Doctoral Dissertation.The University of Georin).

-Esther Kirchoff., Roger Keller,(2021). Age_Specific Life Skills Education in School: A Systematic Review. Volume6_ Educational Psychology.

-Shaofeng Zheng., Xiangbo Ji., Liping Cheng., Jianhua Xu., Lorcan Donal Cronin(2023): Perceptions of the motivational climate, basic psychological needs, and Life Skills development in Chinese Physical education. Volum14

-Williams, C.K., Neil, R., Cropley, B., Woodman, T., and Roberts, R. (2020). A systematic review of sport-based life skills programs for young people: the quality of design and evaluation methods. J. Appl. Sport Psychol. 34, 409_435. Doi:10.1080/10413200,2020.1792583.

