

المهارات الحياتية

Life Skills

إعداد وتقديم

د.حسن عمر السوطري

الأهداف

■ يتوقع بعد انتهاء المحاضرة أن يتعرف المشاركون إلى:

١. مفهوم المهارات الحياتية.

٢. دمج المهارات الحياتية في المناهج.

٣. التعلم المبني على المهارات الحياتية.

٤. علاقة المهارات الحياتية بأساليب التدريس.

٥. برنامج 4H في المهارات الحياتية.



المقدمة

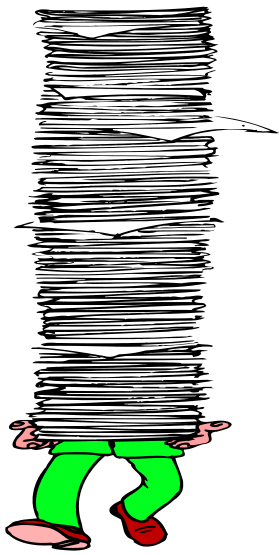
■ نشهد اليوم نمواً متسارعاً في التكنولوجيا، ويشهد العالم تحولاً نحو نظام اقتصاديٍّ جديد قائم على المعرفة والإبداع الإنساني أصبحت تنمية الموارد البشرية عاملاً مهمّاً في تعزيز القدرات الإنتاجية، وهناك إدراك متزايد بأنّ المعرفة، والمهارات البشرية، ورأس المال الفكري، تعدّ مكونات حيوية لاقتصاد المستقبل، ومفاتيح النمو الناجح للمؤسسات.

■ فمتطلبات هذا العصر ترتبط بشكل كبير بمجموعة من المهارات التي يتطلبها العمل الذي يعد له المتعلم، وفي مقدمتها المهارات الحياتية أو مهارات التعامل مع المستقبل، مهارات القرن الحادي والعشرين.



تعريف المهارات الحياتية

- تعرفها بيلوت (٢٠٠٥)، أنها مجموعة من القدرات يمتلكها الفرد ويوظفها في مواقف حقيقية تساعده على التأقلم الإيجابي مع متطلبات الحياة المعاصرة وتحدياتها.
- أما ستانفورد (٢٠٠٣) فيعرف المهارات الحياتية أنها مجموعة من القدرات التي تساعد الفرد على النجاح الوظيفي في مرحلة الرشد.
- أما منظمة الصحة العالمية فتعرف المهارات الحياتية بأنها: القدرات التي تمكن الأفراد من القيام بسلوك تكيفي وإيجابي يجعلهم قادرين على التعامل الفعال مع متطلبات الحياة اليومية وتحدياتها.



خصائص المهارات الحياتية

■ تتنوع وتشمل كل من الجوانب المادية وغير المادية المرتبطة بأساليب إشباع الفرد لاحتياجاته ولمتطلبات تفاعله مع الحياة وتطويرها.

■ تختلف من مجتمع إلى آخر تبعاً لطبيعة كل مجتمع، ودرجة تقدمه، وتختلف من فترة زمنية إلى أخرى.

■ تعتمد على طبيعة العلاقة التبادلية بين الفرد والمجتمع، وبين المجتمع والفرد، ودرجة تأثير كل منهما على الآخر.



تصنيف المهارات الحياتية

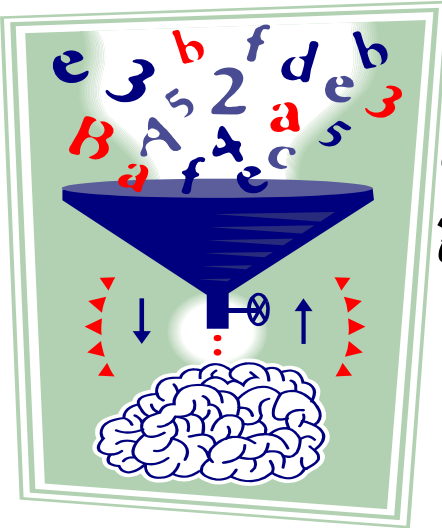
تغريد عمران وآخرون ٢٠٠١

■ أولا : مهارات ذهنية: ومن أمثلتها:

التواصل، صناعة القرار، حل المشكلات، التخطيط، التفكير الناقد، التفكير الإبداعي، والتفاوض، إدارة الأزمات،...

■ ثانيا : مهارات عملية: ومن أمثلتها :

العناية الشخصية بالجسم، العناية بالملبس، إعداد الملابس، إعداد الأطعمة، استخدام الأدوات والأجهزة، حسن استخدام موارد البيئة وترشيد الاستهلاك...



تصنيف المهارات الحياتية

Robin Rosen

Learning

التعلم

Identify & Self-Awareness

الهوية و الوعي الذاتي

Fitness & Health

اللياقة والصحة

Emotional Development

النمو العاطفي

Solving Problems

حل المشكلات

Kindness

التعاطف مع الآخرين

Intimacy

تقبل الاختلاف اللفة

Living in Balance

التوازن في الحياة

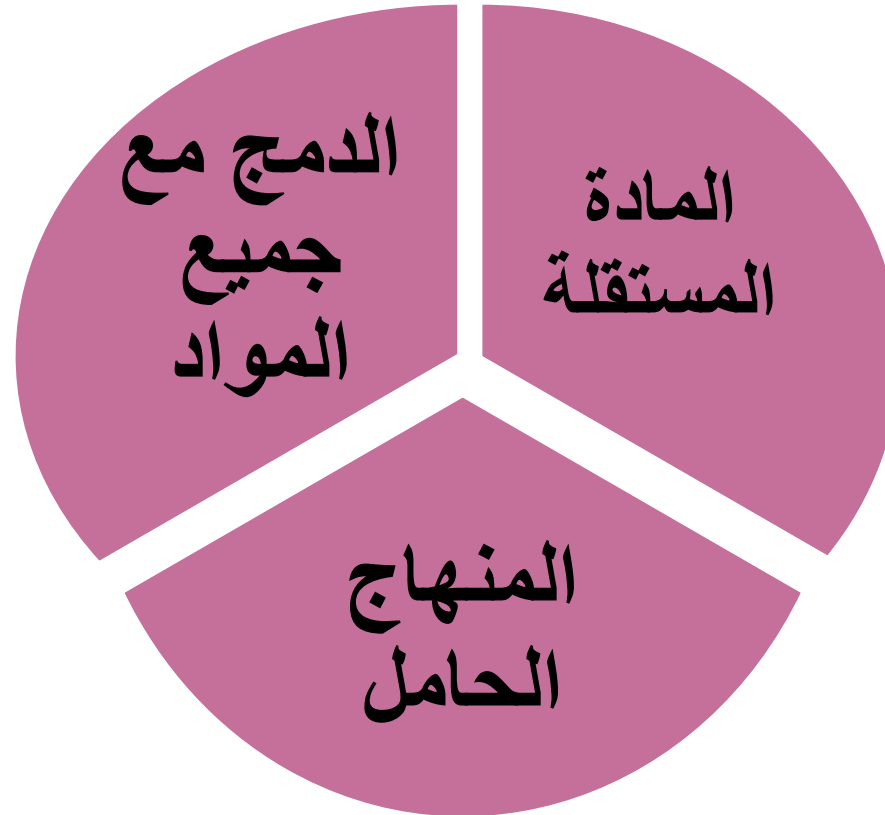
Letting Go & Holding On

ضبط الانفعالات والتسامح

Social Skills

المهارات الاجتماعية

دمج المهارات الحياتية في المناهج



مسوغات دمج المهارات الحياتية في المناهج



■ إطلاع المتعلمين على العالم المبني على المعرفة الحديثة وتكنولوجيا المعلومات والاتصالات.

■ فوائد اقتصادية مستقبلية.

■ تمكين المتعلمين من المشاركة في مناقشة القضايا الشخصية والاجتماعية التي تهددهم مثل: الصراع، العنف، التدخين، الإجهاد، القلق وقلة الحس الوطني.

■ إدماج المهارات الحياتية يأتي في سياق التعلم النوعي.

■ صادق المجتمع الدولي على أهمية إدماج المهارات الحياتية في المناهج من قبل: اليونيسيف، واليونسكو، ومنظمة الصحة العالمية.

التعلم المبني على المهارات الحياتية

- تتبنى حاليا الأنظمة التربوية في كثير من دول العالم التعلم المعتمد على المهارات الحياتية.
- أساليب التدريس المستخدمة فيه تتمركز حول المتعلم.
- يمكن الطلبة من التعامل بفعالية مع متطلبات وتحديات الحياة اليومية.
- يزودهم بالكفايات النفسية، والاجتماعية، والمهارات الشخصية التي تساعد على اتخاذ القرارات، وحل المشكلات، والتفكير الناقد والإبداعي، والاتصال الفعال، وبناء علاقات صحية، والتعاطف مع الآخرين، والتكيف بأسلوب صحي بناء.

التعلم المبني على المهارات الحياتية

- يمكن الحكم على نجاح هذا التعلم من خلال قدرة الطلبة على تحمل المسؤولية في اتخاذ قرارات مناسبة ومقاومة الضغوطات، وتجنب السلوكيات الخطرة.
- وأخيراً، فإن هذا التعلم يقتصر على المهارات الحياتية المحورية التي يحتاجها الطلبة ليكونوا منتجين يتمتعوا بصحة جيدة ومواطنين مسؤولين.



دور المعلم



- المعلم يعمل ميسراً ومشرفاً ويعترف بخبرات الطلبة واسهاماتهم.
- يخطط المعلم للدروس والأنشطة ذات النهاية المفتوحة ويتأكد من وجود وقت للتأمل.
- ينظم المعلم عملية التعلم ويديرها بفعالية، ويشتمل ذلك على ما يأتي:
 1. ترتيب الغرفة الصفية وتوفير مساحة مرنة تسمح بالعمل ضمن مجموعات و تسمح بالحركة وتنفيذ الأنشطة المتنوعة.
 2. توفير مناخ إيجابي للتعلم وتعزيز العلاقات الداعمة للثقة بالنفس وبالآخرين.
 3. وضع قواعد للعمل تشجع الطلبة على تحمّل مسؤولية سلوكهم.
 4. استخدام أشكال متنوعة من مجموعات العمل.

الطلبة



■ يتعلمون مهارات شخصية واجتماعية ويمارسونها.
■ تتقاطع هذه المهارات على نحو كبير مع المهارات
الرئيسية التي أصبح أصحاب العمل يولونها تقديراً
متزايداً. أصبحت هذه المهارات تشكل جزءاً من السيرة
الذاتية لخريجي التعليم العالي.

■ يمكن اكتساب هذه المهارات في سن مبكرة وهذا
يمكنهم من توظيفها في مناسبات متعددة مثل: انجاز
المهام الجماعية والنقاشات، والقيام بالمشاريع
وتقديم العروض.

التخطيط لدرس في المهارات الحياتية

يتألف الدرس من أربعة أجزاء:

- 1- المقدمة: صياغة الأهداف ، القيام بالنشاط الافتتاحي المرتبط بالموضوع الرئيس.
- 2- مرحلة تطوير النشاط الرئيس: النشاط أو المهمة الرئيسة، التغذية الراجعة، مهام تطوير النشاط .
- 3- مرحلة التأمل: ما قاموا به وما حققوه - ما تعلموه - شعورهم - إمكانية تطبيق ما تعلموه.
- 4- الخاتمة: نشاط للمجموعة الكلية وضع برنامج العمل القادم، المتابعة أو التحضير للدرس القادم.



استراتيجيات التدريس للتعلم المبني على المهارات الحياتية



- الخبرة المباشرة .
- الأبحاث الإجرائية .
- لعب الدوار .
- حل المشكلات .
- الرسوم الرمزية (الكاركاتيرية) .

استراتيجيات التقويم للتعلم المبني على المهارات الحياتية

أولاً- القلم والورقة **Pencil and Paper**

ثانياً- التقويم المعتمد على الأداء – **Performance**

based Assessment

ثالثاً: الملاحظة **Observation**

رابعاً: التواصل **Communication**

خامساً- مراجعة الذات **Reflection**



أدوات التقويم

- أولاً: قائمة الرصد **Checklist**
- ثانياً: سلم التقدير **Rating Scale**
- ثالثاً : سلم التقدير اللفظي **Rubric**
- رابعاً: سجل وصف سير التعلم **Learning Log**
- خامساً- السجل القصصي **Anecdotal Record**

المعايير الخاصة بأنشطة المهارات الحياتية



- أن يتلاءم النشاط مع المرحلة النمائية.
- المواءمة وثيقة الصلة بين الناتج والنشاط .
- اختيار النشاطات التي تظهر الأداء بعدة بدائل.
- قابلية تطبيق النشاط من حيث الإمكانيات .
- تحديد الزمن للنشاط وكل جزء من أجزاء النشاط .
- ينبغي أن يكون النشاط واقعيا وحقيقيا ويعبر عن قضية تشغل الطالب.
- مناسبة الأنشطة لتعددية وتنوع أساليب التدريس.
- ينبغي أن يكون النشاط تشاركيا وتفاعليا وتعاونيا .
- ينبغي أن نهتم بأنواع التفكير المختلفة عند إعداد الأنشطة كالتفكير الناقد والتفكير الإبداعي.



نموذج خاص بأنشطة المهارات الحياتية

- اسم المحور :
- اسم النشاط :
- الفئة العمرية: الزمن:
- النتائج الخاص :
- النتائج التعليمية:
- وصف النشاط :
- المواد والأدوات اللازمة :
- آلية تنفيذ النشاط :
- التقويم :
- البدائل :

الحدود الفاصلة بين الأسلوب والطريقة والاستراتيجية

- طريقة التدريس: مجموعة من الأفعال، والأداءات، والأنشطة التي يقوم بها المعلم بصدد جعل الطلبة يحققون أهدافا تعليمية محددة.
- أسلوب التدريس: مجموعة الأنماط التدريسية الخاصة بالمعلم والمفضلة لديه.
- استراتيجية التدريس: مجموعة تحركات المعلم التي تحدث بشكل منتظم ومتسلسل، والتي تهدف إلى تحقيق الأهداف التدريسية المعدة سلفا.
- أي أن المعلم يختار طريقته في التدريس، ويقوم بعمل الإجراءات والتنظيم لها بأسلوبه الخاص والمناسب له.

تصنيف أساليب التدريس

■ تصنف أساليب التدريس حسب **اتخاذ القرارات** بواسطة **المعلم أو / و المتعلم** قبل **الدرس (التخطيط)**، في أثناء **الدرس (التنفيذ)**، و بعد **الدرس (التقويم)**.

■ يوجد سلسلة من أساليب التدريس تسمى الطيف يبدأ بالأسلوب المباشر (الأمري) المعلم هو المحور يأخذ جميع القرارات.

■ نهاية هذا الطيف يقع أسلوب مفتوح مركزه الطالب، حيث يقوم المعلم بدور الميسر، والمسهل للعملية التعليمية، من خلال أسلوب التعلم الذاتي، والذي يتخذ فيه المتعلم المسؤولية الكاملة لعملية التعلم.

■ وبين هذين الأسلوبين سلسلة من الأساليب الأخرى، كل أسلوب منها مرتبط بقاعدة اتخاذ القرار الخاصة به.

علاقة المهارات الحياتية بأساليب التدريس

أساليب التدريس المباشرة

■ الأمري

■ التبادلي (الأقران)

■ التدريبي

■ التضميني (متعدد المستويات)

أساليب التدريس غير المباشرة

■ الاكتشاف الموجه

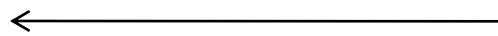
■ حل المشكلات

■ الفردي

■ التعلم الذاتي



توظف كثيرا من المهارات الحياتية



توظف بعض المهارات الحياتية

الأمري..... الخط المتصل..... التعلم الذاتي
الأمري / التبادلي / التدريبي / التضميني / الاكتشاف الموجه / حل المشكلات / الفردي / التعلم الذاتي

تعلم المحور الطالب



تعليم المحور المعلم

برنامج 4H في المهارات الحياتية



برنامج 4H



أهداف البرنامج

■ يساعد المتعلمين لكي يكونوا مواطنين منتجين.

■ يتعلموا بالممارسة ليصبحوا موجهين لأنفسهم.

■ يحققون أهدافهم الخاصة ويضعون الخطط ويحتفظون بوثائق انجازاتهم.

■ يتعلمون موضوعات متخصصة ومهارات حياتية تزيد خبراتهم وتساهم في بناء شخصياتهم وتشمل:

■ اتخاذ القرارات ، القيادة، المواطنة، الاتصال مع الآخرين، احترام الذات، التكيف مع المتغيرات، تعليمهم كيفية التعلم...

4 H

- **1- Head** الرأس التفكير
- **2- Heart** القلب الوفاء والاخلاص
- **3- Hand** اليد وسيلة للخدمات
- **4- Health** الصحة الصحة لأعظم حياة



الرأس Head



التفكير

■ الإدارة: حفظ السجلات، الاستخدام الحكيم
للموارد، التخطيط والتنظيم، وضع الأهداف

■ التفكير : التعلم الذاتي، التفكير الناقد، التفكير
الإبداعي، حل المشكلات، اتخاذ القرارات، التعلم
من أجل التعلم.



القلب Heart

الوفاء والإخلاص:

- المشاركة الوجدانية / التعاطف
- الاهتمام بالآخرين
- تقبل الاختلاف
- ادارة الصراعات
- العمل الجماعي
- مهارات اجتماعية
- التواصل

اليد Hand



- العمل التطوعي
- القيادة
- المواطنة المسؤولة
- مهارات التسويق
- العمل الجماعي

الصحة لأعظم حياة: Health

■ اختيار نمط الحياة الصحي

■ الوقاية من الأمراض

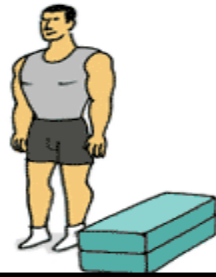
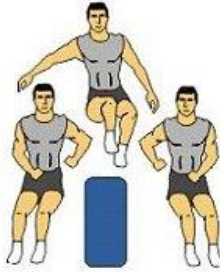
■ إدارة الصراعات

■ احترام الذات

■ إدارة المشاعر

■ ضبط النفس

■ المسؤولية الشخصية



المراجع والمصادر

- السوطري، حسن عمر، (٢٠٠٨). أثر استخدام بعض أساليب التدريس الحديثة في توظيف المهارات الحياتية في مناهج التربية الرياضية القائمة على الاقتصاد المعرفي، رسالة دكتوراة غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- بيلوت، ماري نويل، (٢٠٠٥). ورقة عمل أولية لإطار عمل إدماج المهارات الحياتية في المناهج الأردنية الجديدة للاقتصاد المعرفي، ترجمة مكتب اليونيسيف، عمان، الأردن.
- عمران، تغريد و الشناوي، رجاء و صبحي، عفاف، (٢٠٠١). المهارات الحياتية، ط ١، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- وزارة التربية والتعليم، (٢٠٠٧). دليل تدريب المعلمين على المهارات الحياتية، إدارة المناهج والكتب المدرسية، عمان، الأردن.



يتبع المراجع والمصادر

- وزارة التربية والتعليم، (٢٠٠٦)، إستراتيجيات التقويم وأدواته :الإطار النظري ،إدارة الامتحانات والاختبارات ، عمان الأردن.
- وزارة التربية والتعليم(١)، (٢٠٠٣). الإطار العام للمناهج والتقويم، إدارة المناهج والكتب المدرسية، عمان، الأردن .
- Hendricks, Pat. 1998. **"Targeting Life Skills Model."**
<http://www.extension.iastate.edu/4h/lifeskills/previewwheel.html>
- Mosston ,M., and Ashworth, S. (2002). **Teaching Physical Education , 5th edn.** New York, Benjamin Cummings
- Steve McKinley" **Positive Youth Development & Life Skill Development"** mckinles@purdue.edu