

مهارت های زندگی :

هدف نهایی برنامه آموزشی مهارت های زندگی تغییر رفتار های مشکل ساز و ایجاد رفتار های جدید و سازگارانه است. بر اساس تعریف سازمان بهداشت جهانی مهارت های زندگی، توانایی انجام رفتار سازگارانه و مثبت است به گونه ای که فرد بتواند با چالش ها و ضروریات زندگی روزمره کنار بیاید. همچنین براساس تعریف یونیسف آموزش مهارت های زندگی یک رویکرد مبتنی بر تغییر رفتار یا شکل دهی رفتار که برقراری توازن میان سه حوزه را مد نظر قرار می دهد. این سه حوزه عبارتند از: دانش، نگرش و مهارت هابه طور کلی مهارت های زندگی عبارتند از توانایی هایی که در جهت حفظ و ارتقاء سلامت روان فرد بوده و به عنوان یک راهکار مناسب فردی در پیشگیری از آسیب های روانی اجتماعی مانند اعتیاد، خودکشی، ایدز و ... مطرح است. آموزش مهارت های زندگی در برگیرنده ده مهارت اصلی که درحفظ و ارتقاء سلامت روان نقش بسزایی دارد عبارتند از: مهارت تصمیم گیری، مهارت حل مساله، مهارت تفکر خلاق، مهارت تفکر نقاد، مهارت توانایی برقراری ارتباط موثر، مهارت ایجاد و حفظ روابط بین فردی، مهارت خودآگاهی، مهارت همدلی کردن، مهارت مقابله با هیجان و مهارت مقابله با استرس است. که به صورت آموزش کارگاهی در گروه های هدف (مخصوصا در گروه های در معرض خطر و گروه های پرخطر) توسط مربیان آموزش مهارت های زندگی آموزش دیده اجرا می شود.

شرح وظایف کارشناس :

- برگزاری کارگاه آموزشی مهارت های زندگی ویژه کارشناسان و کاردانان مراکز بهداشتی و درمانی شهری و روستایی
- تدوین برنامه عملیاتی آموزش کارگاهی مهارت های زندگی
- هماهنگی در جهت فراهم نموده مشارکت سازمان ها و دستگاه های ذینفع در جهت اجرای مشترک آموزش مهارت های زندگی در جهت پرهیز از موازی کاری و اتلاف انرژی
- پایش و ارائه پسخوراند در زمینه نحوه برگزاری آموزش کارگاهی مهارت های زندگی توسط مربیان آموزشی (تدوین برنامه بازدید براساس چک لیست)
- استخراج و تجزیه و تحلیل شاخص های مربوط به برنامه و اتخاذ تدابیر مناسب در جهت ارتقاء کمی و کیفی برنامه
- شرکت در کارگاه های استانی ارتقاء برنامه مهارت های زندگی