

การพัฒนาการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียนในยุคปัจจุบัน*

DEVELOPING LEARNING TO ENHANCE LIFE SKILLS OF TODAY'S STUDENTS

บุญยานุช สุขร่าง¹, สงกรานต์ พิมพา² และ อัสภา สุระมัตย์³

Bunyanuch Sookrang¹, Songkran Phimpha² and Atsada Suramat³

¹⁻³คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

¹⁻³Faculty of Education Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Corresponding Author's Email: Bunyanuch199999@gmail.com

วันที่รับบทความ : 26 กันยายน 2568; วันแก้ไขบทความ 30 กันยายน 2568; วันตอบรับบทความ : 2 ตุลาคม 2568

Received 26 September 2025; Revised 30 September 2025; Accepted 2 October 2025

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการพัฒนาการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียนในยุคปัจจุบัน พบว่า กระบวนการพัฒนาเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียนโดยเป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ของผู้เรียน ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้ 1) ขั้นสำรวจความรู้เดิม คือ การสำรวจตนเองและการสนทนาพูดคุยเพื่อให้เกิดองค์ความรู้ 2) ขั้นการลงมือทำกิจกรรม คือ การให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกัน 3) ขั้นสะท้อนและวิเคราะห์ คือ การสรุปองค์ความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรมระหว่างเรียน 4) ขั้นนำไปใช้ คือ การประยุกต์ใช้องค์ความรู้ที่ได้รับไปดำเนินการใช้ในชีวิต และการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ของผู้เรียนด้วยกัน ด้วยวิธีการสนทนากลุ่ม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ต้นแบบหรือแบบอย่างที่อยู่ในจิตใจ รู้จักคิดวิเคราะห์ การรู้จักแก้ไขปัญหา รวมถึงการเชื่อมโยงกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่สะท้อนถึงกระบวนการเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ของผู้เรียนเป็นสำคัญ

Citation:



* บุญยานุช สุขร่าง, สงกรานต์ พิมพา และ อัสภา สุระมัตย์. (2568). การพัฒนาการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียนในยุคปัจจุบัน. วารสารสหศาสตร์การพัฒนาสังคม, 3(6), 138-149.

Bunyanuch Sookrang, Songkran Phimpha and Atsada Suramat. (2025). Developing Learning To Enhance Life Skills Of Today's Students. Journal of Interdisciplinary Social Development, 3(6), 138-149.;

DOI: <https://doi.org/10.>

Website: <https://so12.tci-thaijo.org/index.php/JISDIADP/>

คำสำคัญ: การพัฒนาการเรียน, นักเรียนในยุคปัจจุบัน, เสริมสร้างทักษะชีวิต

Abstract

This academic article aims to develop learning to enhance life skills of students in the present era. It was found that: The process of developing and enhancing students' life skills through learning through their experiences consists of 4 steps as follows: 1) The prior knowledge exploration stage is self-exploration and discussion to create knowledge. 2) The activity implementation stage is to allow learners to participate in learning activities together. 3) Reflection and analysis stage is the summarization of knowledge gained from activities during the study. 4) Application stage is the application of the knowledge gained to life and learning through the experiences of fellow students through group discussion. The exchange of experiences, role models or models in the mind, the ability to think analytically, the ability to solve problems, and the connection to various events that reflect the process of enhancing the learner's learning skills are important.

Keywords : Learning development, Students in the present era, Enhancing life skills

บทนำ

หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 จัดทำขึ้นเพื่อให้เขตพื้นที่การศึกษาและสถานศึกษาได้นำไปใช้เป็นกรอบและทิศทางในการจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา และจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชนไทยทุกคนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานให้มีคุณภาพด้านความรู้และทักษะที่จำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตในสังคม และแสวงหาความรู้เพื่อพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตและในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) ได้ชี้ให้เห็นถึงความจำเป็นในการปรับเปลี่ยนจุดเน้นในการพัฒนาคุณภาพคนในสังคมไทยให้มีคุณธรรมและมีความรอบรู้อย่างเท่าทัน ให้มีความพร้อมทั้งด้านร่างกายสติปัญญา อารมณ์ และสังคม สามารถก้าวทันการเปลี่ยนแปลงเพื่อนำไปสู่สังคมฐานความรู้ได้

อย่างมั่นคง แนวการพัฒนาคนดังกล่าวมุ่งเตรียมเด็กและเยาวชนให้มีพื้นฐานจิตใจที่ดีงาม มีจิตสาธารณะ พร้อมทั้งมีสมรรถนะ ทักษะ และความรู้พื้นฐานที่จำเป็นในการดำรงชีวิต อันจะส่งผลต่อการพัฒนาประเทศแบบยั่งยืน (สภาพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2554) โดยเฉพาะกิจกรรมพัฒนาผู้เรียนที่ช่วยให้ผู้เรียนได้นำองค์ความรู้ ทักษะจากการเรียนรู้ และประสบการณ์ของผู้เรียนมาปฏิบัติกิจกรรมพัฒนาตนเองเพื่อเป็นคนดีมีคุณธรรมจริยธรรม มีวินัย และมีจิตสำนึกสาธารณะที่ดีงาม เป็นคนมีปัญญาในการใช้ทักษะชีวิต การคิด การสื่อสาร การแก้ปัญหา และการใช้เทคโนโลยี และเป็นคนมีความสุขในการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง โดยอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสร้างสรรค์ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม

ดังนั้น ทักษะชีวิตที่จำเป็นที่สุดที่ทุกคนควรมี ซึ่งองค์การอนามัยโลกได้สรุปไว้ และถือเป็นหัวใจสำคัญในการดำรงชีวิต คือ 1) ทักษะการตัดสินใจเป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ 2) ทักษะการแก้ปัญหาเป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความเครียดทางกายและจิตใจ จนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไข 3) ทักษะการคิดสร้างสรรค์เป็นความสามารถในการคิดที่จะเป็นส่วนช่วยในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาโดยการ คิดสร้างสรรค์ เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ 4) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ และประเมินปัญหาหรือสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวเราที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต 5) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับ วัฒนธรรม และสถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การดักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ ฯลฯ 6) ทักษะการตระหนักรู้ในตน เป็นความสามารถในการค้นหา รู้จักและเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรารู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 7) ทักษะการเข้าใจผู้อื่นเป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ความเชื่อ สติปัญญา อาชีพ ฯลฯ

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ หมายถึง การวางแผนและจัดกิจกรรมการสอนที่มุ่งให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนด โดยใช้วิธีการต่าง ๆ เพื่อเสริมสร้างความเข้าใจ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเรียนรู้ให้มีประสิทธิภาพ กิจกรรมการเรียนรู้ที่ดีจะช่วยกระตุ้น

ความสนใจ ส่งเสริมการพัฒนาทักษะต่าง ๆ เช่น การคิดสร้างสรรค์ การสื่อสาร และการทำงานร่วมกัน รวมถึงการใช้เทคโนโลยีในการเรียนรู้ตลอดชีวิต นอกจากนี้ การจัดกิจกรรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างของผู้เรียนและเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับความสามารถและความสนใจของผู้เรียน รวมทั้งมีการประเมินผลอย่างหลากหลายเพื่อให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์การเรียนรู้ที่ครบถ้วนและสนุกสนาน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญกับปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและสามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุขและปลอดภัย

การสร้างทักษะชีวิตสามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ ทักษะชีวิตทั่วไป และทักษะชีวิตเฉพาะ โดยเนื้อหาที่เป็นจุดเน้นในการพัฒนาทักษะชีวิตประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ สุขภาพอนามัย, ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน, ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม, และคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม ดังนั้นการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตสามารถทำได้ผ่านกิจกรรมการเรียนการสอนในชั้นเรียนโดยการบูรณาการทักษะชีวิต เช่น การฝึกทักษะชีวิตแนวเศรษฐกิจพอเพียงหรือแนวธรรมาภิบาล เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนทักษะการตัดสินใจ การสื่อสาร การคิดสร้างสรรค์ และการพัฒนาทักษะชีวิตในบริบทต่าง ๆ ซึ่งจะช่วยให้เด็กและเยาวชนสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีคุณค่าและประสบความสำเร็จในชีวิต

การพัฒนาการเรียนการสอน

สอนเป็นจุดเน้นที่เจาะจงอย่างใดอย่างหนึ่งที่ใช้การเรียนการสอนในห้องเรียนหรือการจัดกระบวนการเรียนการสอนกลุ่มย่อย การจัดสื่อการสอน รวมถึงการออกแบบการเรียนการสอนที่ช่วยให้ผู้เรียนบรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ประกอบด้วยองค์ประกอบ คือ หลักการ จุดมุ่งหมาย เนื้อหา ทักษะการสอน วิธีการสอน กระบวนการ กิจกรรมประกอบการสอน และการวัดและประเมินผล (ทิสนา แคมมณี, 2560) ซึ่งถือว่าเป็นแบบของการสอนที่มีการจัดพฤติกรรมการสอนเพื่อจุดเน้นเฉพาะเจาะจงกระบวนการเรียนการสอนให้บรรลุเป้าหมาย (Saylor J.G. and others, 1981) สามารถใช้เพื่อการสอนโดยใช้ประกอบเพื่อการสอนในห้องเรียนหรือการสอนเป็นย่อยเพื่อจัดสื่อการเรียนการสอนประกอบการสอน ซึ่งแต่ละแนวทางในการออกแบบการเรียนการสอนที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้บรรลุวัตถุประสงค์ในการเรียนการสอน (Joyce, B., and Well M., and Colhoun, E., 2004)

การจัดการเรียนการสอน หมายถึง การจัดกิจกรรมผ่านประสบการณ์ให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติและปฏิสัมพันธ์ผ่านการสังเกต วิเคราะห์ ปฏิบัติ เพื่อสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเองทำให้

เกิดการเรียนรู้ทุกด้านอย่างมีประสิทธิภาพ (อรรถัย มูลคำ และสุวิทย์ มูลคำ, 2544) เป็นผลการจัดกระบวนการสอนทั้งหลายที่มีความครอบคลุมถึงสถานการณ์ทุกอย่างที่ส่งผลต่อการทำให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการเรียนรู้ เช่น การใช้อุปกรณ์และสื่อต่าง ๆ ประกอบการสอนเพื่อส่งเสริมให้เกิดประสบการณ์การเรียนรู้และผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการจัดการเรียนการสอน (เอกศักดิ์ บุตรลับ, 2537) เนื่องจากโรงเรียนมีแนวทางในการจัดประมวลประสบการณ์การเรียนรู้ให้กับผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดองค์ความรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ ตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ สุวิทย์ มูลคำ และ อรรถัย มูลคำ, 2545)

ทิศนา ขัมมณี กล่าวถึงองค์ประกอบกระบวนการเรียนการสอนประกอบด้วย ดังนี้

- 1) ลักษณะของผู้เรียน ได้แก่ ความสามารถทางด้านสติปัญญา ประสบการณ์เดิม และพฤติกรรมของผู้เรียน
- 2) จุดประสงค์ของการสอน ได้แก่ ความรู้ ความเข้าใจ และทักษะการเรียนรู้กระบวนการ
- 3) เนื้อหาสาระ ได้แก่ หลักการ ความคิดรวบยอด และความคิดสร้างสรรค์ รวมถึงคุณลักษณะและเจตคติ
- 4) การเตรียมความพร้อม ได้แก่ การเตรียมสภาพแวดล้อมและการสร้างความสนใจ
- 5) การดำเนินการสอน ได้แก่ การเลือกวิธีการสอน รูปแบบการสอน กิจกรรมการเรียนการสอนและการเลือกใช้สื่อประกอบการสอน รวมถึงกิจกรรมสร้างทักษะการเรียนรู้ และกิจกรรมสนับสนุนการเรียนรู้ ประกอบการเรียนรู้ในระหว่างการสอน
- 6) การทดสอบความรู้ของผู้เรียน การใช้คำถาม การสนทนา และการวัดหลังจากการเรียนการสอน
- 7) เกิดผลสัมฤทธิ์และการปรับปรุงแก้ไขให้กระบวนการเรียนการสอนบรรลุตามเป้าหมายและการดำเนินการสอนให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น (ทิศนา ขัมมณี, 2551)

องค์ประกอบการสอนประกอบด้วย 2 ด้าน คือ ด้านองค์ประกอบรวม เกี่ยวข้องกับโครงสร้างการสอนและแผนการจัดการเรียนรู้ ได้แก่ ครู นักเรียน หลักสูตรและเนื้อหาสาระ ประกอบการสอน และองค์ประกอบย่อย คือ รายละเอียดของการสน ประกอบด้วย การตั้งจุดประสงค์การสอน การหนดเนื้อหา การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน การใช้สื่อประกอบการสอน และการวัดผลประเมินผล เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดประสิทธิภาพในการเรียนการสอน (อาภรณ์ ใจเที่ยง, 2550) ให้ความสำคัญสอดคล้องกับกิจกรรมในการให้ความรู้หรือคำแนะนำกับ ผู้เรียนจะต้องครอบคลุมถึงกิจกรรมต่าง ๆ และเนื้อหาสาระทั้ง ซึ่งผู้สอนจะมีจุดมุ่งหมายเพื่อ

ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ มีกระบวนการในการให้ความรู้หรือให้คำแนะนำและในการให้คำแนะนำนั้นผู้สอนจะต้องให้อย่างมีประสิทธิภาพด้วย จึงจะทำให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้ง่ายขึ้นและกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งหมดนั้นจะเป็นตัวช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดองค์ความรู้ทั้งนี้ผู้สอนจะมีหน้าที่เป็นผู้จัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้กับผู้เรียนเพื่อให้ได้มาซึ่งองค์ความรู้จากตัวผู้เรียนเอง (สุคนธ์ ภูมิเวทย์, 2554)

สรุปได้ว่า การพัฒนาการสอนนั้นจะต้องอาศัยกระบวนการจัดกิจกรรมจากเนื้อหาสาระรายวิชาและสื่อประกอบ ซึ่งผู้สอนนั้นจะต้องนำเอากลยุทธ์วิธีการสอน กระบวนการสอน และกิจกรรมการสอนมาประกอบระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนทักษะการเรียนรู้ในด้านต่าง ๆ ตามวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้ ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานในรายวิชา เนื้อหาสาระ และพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียน

ขั้นตอนที่ 2 การออกแบบการเรียนการสอน กิจกรรมการเรียนการสอน และการใช้สื่อมาประกอบกระบวนการเรียนการสอนโดยการเลือกใช้กิจกรรมและสื่อให้สอดคล้องกับบุคลิกของผู้เรียนและเนื้อหาวิชาเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 ทบทวนบทเรียนและกิจกรรมในระหว่างการจัดการเรียนการสอนจากแบบทดสอบและแบบสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียนในห้องเรียน

ทักษะชีวิตของนักเรียนในยุคปัจจุบัน

World Health Organization (WHO) (1997) ได้กล่าวว่า ทักษะชีวิต คือ ความสามารถในการปรับตัวและพฤติกรรมไปในทิศทางที่ดีขึ้นในระหว่างเผชิญกับสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ ทั้งยังมีเป็นสิ่งที่เป็นการสร้างความมั่นใจให้กับชีวิตและสุขภาพจิตที่ดี สามารถปรับตัวได้กับสิ่งที่เกิดขึ้นในรอบตัว โดยส่วนใหญ่ประกอบด้วย ความรู้ความเข้าใจ ทักษะในการดำเนินการชีวิตต่าง ๆ รวมถึงทักษะภายใต้สังคมต่างๆที่เกิดขึ้น เพราะฉะนั้นทักษะชีวิตของนักเรียน คือ ความสามารถของนักเรียนที่มีติดตัว และสามารถเรียนรู้จากตนเองและผู้อื่น รวมถึงสภาพทางสังคมที่มนุษย์เป็นผู้สร้างความรู้ เจตคติ และทักษะการจัดกับชีวิตของนักเรียนเองและสภาพแวดล้อมต่าง ๆ (วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี, 2546) ดังนั้นคุณลักษณะของคนไทยที่พึงประสงค์ 4 มิติ คือ

1) มิติด้านร่างกาย คือ การเจริญเติบโตอย่างสมบูรณ์ตามเกณฑ์การพัฒนาในแต่ละช่วงวัย การพัฒนาการสติปัญญาเจริญเต็มโตอย่างสมบูรณ์ตามเกณฑ์ เช่น มีสุขภาพแข็งแรงสมบูรณ์

2) มิติด้านจิตใจ คือ การเป็นผู้รู้จักและเข้าใจตนเองเป็นอย่างดี รวมถึงเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่นได้เป็นอย่างดี และเข้าใจสถานการณ์สภาพแวดล้อมต่าง ๆ เป็นอย่างดี

3) มิติด้านความรู้ คือ มีความรู้ความเข้าใจอย่างลึกซึ้งของสาระวิชา สหวิทยาการ และเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนเอง

4) มิติด้านความรู้ความสามารถ คือ ทักษะที่เกิดจากการเรียนรู้ของตนเอง เช่น ทักษะด้านการคิด การสื่อสาร ภาษาต่างประเทศ เทคโนโลยี ความสัมพันธ์ด้านมนุษยสัมพันธ์ การปรับตัว การทำงานร่วมกับผู้อื่น รวมถึงทักษะด้านอาชีพ และการจัดการ (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2546)

ทักษะชีวิตที่เกิดขึ้นกับนักเรียนอยู่ 3 ประการ คือ การส่งเสริม หมายถึง การสร้างทักษะชีวิตให้เกิดขึ้นกับผู้เรียน มีพฤติกรรมเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิต การป้องกัน หมายถึง การช่วยเหลือผู้เรียนที่มีพฤติกรรมที่มีปัญหาให้มีทักษะชีวิตสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นปกติ และการแก้ไข คือ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของผู้เรียนที่เป็นปัญหาโดยการเข้ามามีส่วนร่วมในการช่วยเหลือบำบัดและรักษา (ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และ สุวรรณ เรืองกาญจนเศรษฐ์, 2553) โดยเฉพาะแนวทางในการสร้างทักษะความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวได้ตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในสภาพสังคมปัจจุบัน และการเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ประกอบด้วย 4 ทักษะการเรียนรู้ คือ 1) การจัดการกับอารมณ์ 2) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น 3) กាตระหนักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น และ 4) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจในการแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, ม.ป.ป.) มนุษย์ต้องเรียนรู้ต้องผ่านการฝึกฝนมีการพัฒนาตนเองอยู่เสมอและสังคม โดยการนำเอาองค์ความรู้ที่มุ่งเน้นให้ผู้ศึกษาเข้าธรรมชาติและชีวิตที่แท้จริง และการฝึกให้ผู้เรียนได้มีการพัฒนาตนเองให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสม (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2553)

ความสามารถในการสร้างทักษะชีวิตนั้นถือว่าเป็นการทำงานภายใต้กรอบสภาพแวดล้อมในยุคเทคโนโลยี การค้นคว้าข้อมูลข่าวสารได้อย่างรวดเร็วรวมถึงขีดความสามารถในการเรียนรู้ในสังคมในการพัฒนาการเรียนรู้ผ่านการทำงานเป็นทีมร่วมกัน การสร้างปฏิสัมพันธ์เพื่อให้เกิดทักษะความสามารถของบุคคลที่มีความรู้ รู้จักการวางแผนในสังคมที่

หลากหลาย ดังที่ กীরติ สุวรรณ (2562) กล่าวว่า การพัฒนาทักษะด้านต่าง ๆ มีความสำคัญกับนักเรียน คือการทำให้นักเรียนที่มีความสามารถในการดำรงชีวิตและนำความรู้ที่ได้รับการเพื่อประกอบใช้ในการดำเนินชีวิตให้นักเรียนแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง และได้รับความรู้จากครูวิทยากร ทั้งด้านความรู้ โดยจะเน้นให้เกิดความรู้และความเชี่ยวชาญ สร้างความรู้ความเข้าใจในการเรียนเมื่อการบูรณาการระหว่างวิชา โดยมุ่งเน้นสร้างความรู้และความเข้าใจในความรู้ที่มีอยู่ในการวัดการเรียนรู้ในโรงเรียน เช่น รู้จักคิด การเรียนรู้ การทำงาน การแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น การสื่อสารการร่วมมือทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพไปตลอดชีวิตและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างรวบร้อน

ความสามารถของบุคคลในการใช้ทักษะในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเอง ครอบครัวและสังคมด้วยความรู้ ความเข้าใจ และรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงในสังคมรวมถึงการรู้จักแนวทางในการแก้ปัญหาที่มีความเหมาะสมเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอย่างมีความสุข (กุสมาวดี คำเกลี้ยง และคณะ, 2554) อันประกอบด้วย การมีความรู้ มีทัศนคติที่ดี และมีทักษะที่จำเป็น เพื่อให้สามารถอยู่รอดได้อย่างมีความสุขในสภาพสังคมที่เต็มไปด้วยและเปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบัน และความสามารถปรับตัวและเตรียมพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิต (ศิริพร รุ่งสุวรรณและคณะ, 2562) ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งทางด้านอารมณ์ การรู้จัก การตัดสินใจ สามารถปรับตัวแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสมเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข (ธีระนันท์ ผิวผา, 2560)

การพัฒนาการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียนในยุคปัจจุบัน

การพัฒนาทักษะการเรียนรู้เพื่ออนาคตตามแนวพระพุทธศาสนาของเยาวชนในสังคมไทย พบว่า การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของเยาวชนประกอบด้วยด้านกรู้คิดทางจิตวิทยา แนวคิดทางเชิงสังคม เชิงสิ่งแวดล้อม เชิงเศรษฐกิจ และเชิงการศึกษา โดยมีประเด็นสำคัญ 3 ประการ คือ ด้านการพัฒนาจิตสำนึกความเป็นพลเมือง ด้านการพัฒนาจิตสำนึกตามแนวพระพุทธศาสนา และด้านการพัฒนาจิตสำนึกตามแนวกฎหมาย รวมถึงการเสริมสร้างความรับผิดชอบต่อสังคมไทย ประกอบด้วย 4 ประเด็น คือ ด้านสิทธิหน้าที่ของตนเองเกี่ยวกับสังคม ด้านความรู้ความสามารถที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบข้อบังคับของสังคม และด้านความเอื้อเฟื้อต่อสังคมทางจิตใจและอารมณ์ (สิริกร รัตนศิริณิขกุล, 2564) และเกิดทักษะทางสังคมเป็นเสมือนพื้นฐานสำคัญของบุคคลซึ่งควรได้รับการฝึกฝนตั้งแต่เด็ก ๆ

เพื่อให้ทุกคนได้เกิดทักษะความสามารถในการใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข การฝึกทักษะทางสังคมจึงได้ให้ความสำคัญในการฝึกเตรียมให้เยาวชนหรือนักเรียนได้คิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขในสังคมนั้น ๆ (กฤษฎาภรณ์ ทิพย์ใส และคณะ, 2556)

การพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนโดยส่วนที่สำคัญที่เป็นจุดเริ่มต้น คือ การพัฒนาทักษะด้านความคิด เนื่องจากเป็นการทักษะแรกในการเรียนรู้จักแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจึงเป็นทักษะที่สำคัญต่อการดำเนินชีวิตของนักเรียนถ้ามนุษย์รู้จักในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีสติและเป็นขั้นตอนรวมถึงการที่ผู้เรียนรู้จักวิเคราะห์เกี่ยวกับการตัดสินใจต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดีจะสามารถช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถประมวลผลลัพธ์จากการพฤติกรรมจากการกระทำที่เกิดขึ้นหลังจากที่ได้ตัดสินใจแล้วได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ยังมีทักษะที่เกี่ยวกับการจัดการอารมณ์ เนื่องจากการจัดการเกี่ยวกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นนั้นจากความรู้สึกโกรธ การควบคุมตนเอง ความเครียด ความรู้สึกสิ่งเหล่านี้ที่เกิดขึ้นนั้นจะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงต่อการดำเนินชีวิตของผู้เรียนเอง ดังนั้นทักษะการจัดการกับอารมณ์จึงมีความสำคัญต่อการสร้างทักษะชีวิตของนักเรียน เช่น การรู้จักจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากการรับมือจากความรู้สึกโกรธ ความเครียด ความคิด ความรู้สึกต่างๆที่ส่งผลต่ออารมณ์ที่เกิดขึ้น หากผู้เรียนไม่มีทักษะในการจัดการกับอารมณ์ตนเองจะส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้เรียนที่จะเกิดขึ้นกันตนเองจากผลที่เกิดขึ้นทั้งนี้ผู้เรียนจะต้องเรียนรู้รวมกับ คือ ทักษะชีวิตด้านสังคม จะเป็นทักษะสื่อสารต่างๆส่งผลต่อการบริการจัดการในการกล้าแสดงออก การสร้างมนุษยสัมพันธ์ ทักษะสร้างปฏิสัมพันธ์ การให้ความรู้สึก และเห็นใจผู้อื่น ซึ่งทักษะเหล่านี้จึงเป็นทักษะสำคัญสำหรับผู้เรียนเป็นอย่างมาก ดังนั้นถ้าผู้เรียนได้การพัฒนาทักษะเหล่านี้จะสามารถใช้ชีวิตในการเรียนการสอนสำหรับผู้เรียนกำลังเปลี่ยนแปลงในช่วงวัยจึงจะต้องพัฒนาทักษะทางสังคมเป็นอย่างมากเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพต่อการพัฒนาตนเองสำหรับผู้เรียนโดยเริ่มจากพัฒนาทักษะที่ใกล้ตัวก่อนหลังจากดำเนินการพัฒนาสิ่งที่รอบตัวและสร้างความสัมพันธ์ในระหว่างเรียนและดำเนินชีวิตต่อไป

สรุป

กระบวนการพัฒนาเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักเรียนโดยเป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ของผู้เรียน ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ดังนี้

1) ขั้นสำรวจความรู้เดิม คือ การสำรวจตนเองและการสนทนาพูดคุยเพื่อให้เกิดองค์ความรู้ก่อนการลงมือทำกิจกรรมการเรียนรู้ ผ่านกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประสบการณ์ของบุคคล และความรู้ในด้านต่าง ๆ

2) ขั้นการลงมือทำกิจกรรม คือ การให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมกัน การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และการสรุปความรู้จากสิ่งที่ได้เรียนรู้

3) ขั้นสะท้อนและวิเคราะห์ คือ การสรุปองค์ความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรมระหว่างเรียน ทั้งมีการสะท้อนผลจากการจัดกิจกรรม รวมถึงการประเมินผ่านการคิดวิเคราะห์ที่มีแบบแผนการเรียนรู้ ทักษะที่เกิดจากการเรียนรู้ และสรุปสิ่งที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

4) ขั้นนำไปใช้ คือ การประยุกต์ใช้องค์ความรู้ที่ได้รับไปดำเนินการใช้ในชีวิตหรือในกระบวนการเรียนการสอนต่อไปเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการเรียนรู้ของผู้เรียนต่อไป

ดังนั้น การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ของผู้เรียนด้วยกันด้วยวิธีการสนทนากลุ่ม การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ต้นแบบหรือแบบอย่างที่อยู่ใกล้ใจ รวมถึงการแสดงความรู้สึกที่ดีและประยุกต์ใช้ความคิดอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อสะท้อนให้เห็นถึงบทเรียนสำคัญที่จะเสริมสร้างทักษะชีวิตผ่านกระบวนการเชื่อมโยงกิจกรรมการเรียนรู้ให้ผู้เรียนตระหนักถึงคุณค่าในตนเองและผู้อื่น รู้จักคิดวิเคราะห์ การรู้จักแก้ไขปัญหา และการสรุปองค์ความรู้จากกิจกรรมกับประสบการณ์ใหม่ๆ ที่ผู้เรียนได้เรียนรู้ในระหว่างการจัดกิจกรรมให้เชื่อมโยงกับเหตุการณ์ต่างๆ ที่สะท้อนถึงกระบวนการเสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ของผู้เรียนเป็นสำคัญ ดังนั้นการพัฒนาทักษะสำหรับผู้เรียน ส่วนใหญ่ประกอบด้วยทักษะการคิด ทักษะการดำเนินชีวิตผ่านบทบาทสมมติ ทักษะแรงจูงใจผ่านกระบวนการบุคคลตัวอย่าง ทักษะการแก้ไขปัญหาผ่านวิธีการจัดการปัญหา ทักษะเหตุการณ์ผ่านการสร้างเหตุผล ทักษะการให้กำลังใจผ่านการสร้างพลังในตนเอง ทักษะการลงมือปฏิบัติผ่านการแสดงออก ทักษะการกระบวนการคิดบวกผ่านการลงมือด้วยตนเอง และทักษะการสร้างคุณค่าตนเองและความรักผ่านการแสดงความรู้สึกจากการกระทำหรือการปฏิบัติ

เอกสารอ้างอิง

- กฤษฎาภรณ์ ทิพย์ และคณะ. (2556). การพัฒนาทักษะทางสังคมของนักเรียนระดับปฐมวัย โรงเรียนบ้านตูม (นพค.15. กรป.กลางอุปถัมภ์) สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาศรีสะเกษ เขต 4 จังหวัดศรีสะเกษโดยใช้การจัดกิจกรรมเสริมประสบการณ์. วารสารการวัดผลหารศึกษามหาวิทยาลัยมหาสารคาม, 19(2), 1-12.
- กุสุมาวดี คำเกลี้ยงและคณะ. (2554). หนังสือเรียนรายวิชาพื้นฐานสุขศึกษา 6 ชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 6. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์เอมพันธ์ จำกัด.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2546). คุณลักษณะและภาพอนาคตคนไทยที่พึงประสงค์. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานการศึกษาแห่งชาติ.
- ธีระนันท์ ผิวผา. (2560). ผลของโปรแกรมการฝึกทักษะชีวิตต่อภาวะซึมเศร้าในนักเรียน มัธยมศึกษาตอนปลาย. ใน วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการ พยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ทิตนา แคมมณี. (2551). ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มี ประสิทธิภาพ. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทิตนา แคมมณี. (2560). รูปแบบการเรียนการสอน: ทางเลือกที่หลากหลาย. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2553). หลักชาวพุทธ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท พิมพ์สวย จำกัด.
- ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และสุวรรณา เรืองกาญจาเศรษฐ์. (2553). ทักษะชีวิต. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส).
- วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี. (2546). หลักการสอนการพัฒนาทักษะชีวิต. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริพร รุ่งสุวรรณ, นิตยา ตากวิริยะ และวนิดา ทองใบ. (2562). ผลของโปรแกรมฝึกทักษะ ชีวิตเพื่อลดการดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นนอกระบบการศึกษาที่มีพฤติกรรมการดื่ม แอลกอฮอล์จังหวัดนครนายก. วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต, 33(1), 162 – 178.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (ม.ป.ป.). คู่มือทักษะชีวิต. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิ ไรท์ พูเบลีย์ ประเทศไทย.

- สิริกร รัตนศิริณิขกุล. (2564). การพัฒนาทักษะการเรียนรู้เพื่ออนาคตตามแนวพระพุทธศาสนา
ของเยาวชนในสังคมไทย. วารสารวิชาการ มจร บุรีรัมย์, 6(2), 331-345.
- สุคนธ์ ภูมิเวทย์. (2554). การออกแบบการสอน Instructional design. กรุงเทพมหานคร:
มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สุวิทย์ มูลคำ และอรทัย มูลคำ. (2545). 20 วิธีการจัดการเรียนรู้. กรุงเทพมหานคร: ภาพพิมพ์.
_____. (2544). การบูรณาการหลักสูตรและการเรียนการสอนโดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ
เล่ม 2. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: ภาพพิมพ์.
- อาภรณ์ ใจเที่ยง. (2550). หลักการสอน. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- เอกศักดิ์ บุตรลับ. (2537). ครูและการสอน (Teacher and teaching). ภาควิชาหลักสูตรและ
การสอน สถาบันราชภัฏเพชรบุรี.
- Joyce, B., and Weil, M., and Calhoun, E. (2004). Models of Teaching. (7 Th ed).
New York :Courtesy of Reece Galleries, Inc.
- Saylor, J.G., and others. (1981). "Curriculum Planning for Better Teaching and
Learning." 4 th ,ed. New York: Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- World Health Organization (WHO). (1997). World Health Statistics Annual,
Geneva. Switzerland.