

การพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน Life Skills Development in School-Aged Children.

ว่าที่เรอตรี ยุตติชน บุญเทศ* ชนะศึก นิชันนัท และสุภาภรณ์ ตั้งดำเนินสวัสดิ์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

Yuttichon Boonped* Chanasuek Nichanong and Supaporn Tungdamnernsawad
Graduate School, Suan Dusit University

Received: November 15, 2022

Revised: January 13, 2023

Accepted: January 16, 2023

บทคัดย่อ

บทความนี้ผู้เขียนได้นำเสนอถึงการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กวัยเรียน โดยได้อธิบายถึงความหมาย ความสำคัญ จุดเน้นในการพัฒนาทักษะชีวิต รวมถึงการสังเคราะห์องค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สำคัญ ร่วมกับนโยบาย และแผนงานของประเทศที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน เพื่อให้ทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กและเยาวชนไม่ว่าจะเป็นสถานศึกษา ครูผู้สอน และผู้ปกครอง ซึ่งเป็นบุคคลที่มีความใกล้ชิด และมีส่วนสำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิตเป็นอย่างมาก ได้ตระหนัก และเล็งเห็นถึงความสำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิต โดยเฉพาะสภาพสังคมปัจจุบันที่มีความผันผวน และมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านข้อมูล ข่าวสาร เทคโนโลยี การสื่อสาร ความหลากหลายทางเชื้อชาติ และวัฒนธรรม รวมถึงปัญหาต่าง ๆ ของสังคม เช่น ปัญหายาเสพติด การใช้ความรุนแรง ทะเลาะวิวาท การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร เป็นต้น ซึ่งปัญหาเหล่านี้ได้ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาเด็กและเยาวชน รวมถึงการพัฒนาประเทศในภาพรวม ดังนั้น การส่งเสริมและพัฒนาทักษะชีวิตให้กับเด็กและเยาวชนในวัยเรียน ซึ่งมีจุดเน้น และองค์ประกอบทักษะชีวิตที่สำคัญ อาทิเช่น ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการสื่อสาร และรู้เท่าทันสื่อ ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง และเห็นคุณค่าผู้อื่น ทักษะการจัดการอารมณ์ และความเครียด ทักษะการปรับตัว และยืดหยุ่น เป็นต้น จึงเป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีความสามารถในการจัดการกับปัญหารอบตัว ประกอบกับเป็นการเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต เพื่อให้ผู้เรียนมีภูมิคุ้มกันที่ดีในชีวิต ใช้ชีวิตอย่างมีสติ รู้เท่าทันปัญหา สามารถเลือกดำเนินชีวิตให้อยู่รอดปลอดภัย และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

คำสำคัญ: การพัฒนาทักษะชีวิต เด็กวัยเรียน การศึกษาขั้นพื้นฐาน

Abstract

In this article the author presents the life skills development for school-aged children. It describes the meaning, importance, and focus of life skills development, including the synthesis of important components of life skills, the country's policies and programs related to the life skills development of children and young people in the basic education level. This study will enable all

**ว่าที่เรอตรี ยุตติชน บุญเทศ (Corresponding Author)

e-mail: yuttichon@gmail.com

parties involved in child and youth development including school teachers and parents who are very close and play an important role in the life skills development to realize and recognize the importance of life skills development, especially in the current social conditions that are volatile and change rapidly including information, technology, communication, ethnic and cultural diversity as well as other social problems such as drug problems, violence, quarrels, untimely sex, etc. These problems affect the development of children and youth and the overall development of the country. Therefore, the promotion and development of life skills for children and youth in school age need to focus and comprise important life skills components such as decision-making skills, problem-solving skills, analytical skills, communicating and media realization skills, interpersonal skills, self-esteem and people recognition skills, emotional and stress management skills and adaptability and flexibility skills. These components are regarded as a learning management process that will enable students to deal with problems in life, as well as prepare for future adjustments in terms of knowledge, thoughts, attitudes and emotions. Therefore, the learners can have good life immunity, live consciously, be aware of the problem and choose to live safely and happily the society.

Keywords: Life Skills Development, School-Aged Children, Basic Education Level

บทนำ

ศตวรรษที่ 21 เป็นโลกแห่งการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง สิ่งแวดล้อม และเทคโนโลยีที่ข้อมูลข่าวสารเกิดการเปลี่ยนแปลงเชื่อมต่อกันอย่างรวดเร็วในทุกมิติทำให้ประเทศต่าง ๆ ทั่วโลกต้องเตรียมการวางแผน และกำหนดแนวทางการพัฒนาประเทศ เพื่อเตรียมการรองรับกระแสการเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้น โดยมุ่งไปที่การเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันของประเทศ เพื่อเป็นมุมมองสะท้อนให้เห็นถึงขีดความสามารถ และผลประกอบการภายในประเทศของตน และนำไปสู่การพัฒนาสมรรถนะของคนในประเทศ เนื่องจากการพัฒนาศักยภาพของคนถือเป็นหัวใจสำคัญในการพัฒนาประเทศให้มุ่งสู่ความก้าวหน้า ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง และวัฒนธรรมอย่างยั่งยืน (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2560) จากเป้าหมายการปฏิรูปประเทศตามยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) ซึ่งในยุทธศาสตร์ที่ 3 ว่าด้วยการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ได้ระบุถึงการปรับเปลี่ยนค่านิยม และวัฒนธรรม (Transformation of Culture) เพื่อสร้างคนไทยที่มีคุณภาพ คุณธรรมจริยธรรม มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย รวมถึงการดำเนินการเพื่อให้สอดคล้องกับแผนการศึกษาแห่งชาติ (พ.ศ. 2560-2579) ที่กำหนดไว้ในยุทธศาสตร์ที่ 3 ว่าด้วยการพัฒนาศักยภาพคนทุกช่วงวัยและการสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้ โดยมีวัตถุประสงค์ที่สำคัญคือ ให้เด็กทุกคนได้รับการศึกษาที่มีคุณภาพ สอดคล้องกับทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 มีทักษะชีวิต มีพฤติกรรมกรบิโรคที่ถูกต้องเหมาะสม มีภูมิคุ้มกัน มีคุณธรรมจริยธรรม ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาอย่างมีคุณภาพ ทั้งด้านความรู้ ทักษะอาชีพ ทักษะชีวิต ทักษะการทำงาน ที่สอดคล้องกับความต้องการของตลาดแรงงาน รวมทั้งมีคุณธรรม จริยธรรม มีจิตสาธารณะ และสามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้

แต่จากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน ได้ส่งผลกระทบต่อเด็กวัยเรียนเป็นอย่างมาก ทั้งทางด้านการดำเนินชีวิตท่ามกลางกระแสเทคโนโลยีที่ล้ำสมัย ความคาดหวังของผู้ปกครองต่อการศึกษาของบุตรหลาน ตลอดจนการเผชิญกับสิ่งชั่วร้าย หรือตัวแบบที่ไม่เหมาะสมต่าง ๆ รอบตัว โดยเฉพาะเด็กและเยาวชน ซึ่งกำลังสำคัญ และอนาคตของชาติ กำลังประสบปัญหาครอบครัวแตกแยก ขาดความอบอุ่น การใช้ความรุนแรง ติดเกม ติดสิ่งเสพติด มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร บริโภคสื่อที่ไม่เหมาะสม ขาดวิจารณญาณในการคัดสรรที่จะเลือกรับสิ่งที่ดี

ซึ่งปัญหาดังกล่าวนับวันยิ่งจะทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2560) สอดคล้องกับข้อมูลการสำรวจวิกฤตการณ์ของเด็กและเยาวชนในปัจจุบัน ซึ่งพบว่า เด็ก และเยาวชนที่เป็นนักเรียนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ส่วนหนึ่งมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ อาทิเช่น การตกเป็นทาสของเกมคอมพิวเตอร์จนถึงขั้นหมกมุ่น การเรียนรู้พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมจากเกม จนนำไปสู่การประพฤติปฏิบัติที่ก่อให้เกิดความสูญเสียแก่ตนเอง และสังคม นิยมประลองความเร็วโดยการแข่งรถมอเตอร์ไซด์ มีพฤติกรรมการใช้รถจักรยานยนต์ที่ผิดกฎหมาย การใช้ความรุนแรงในการตัดสินปัญหา และข้อขัดแย้ง การทะเลาะวิวาท การมีเพศสัมพันธ์เร็วขึ้น เป็นพ่อแม่อายุน้อย รวมถึงการมีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกันตนเอง ขาดความรับผิดชอบ การเข้าถึงสารเสพติดได้ง่าย และขาดหลักยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ไม่เห็นความสำคัญของหลักศาสนา ค่านิยมความเป็นไทย รวมถึงความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวค่อนข้างเปราะบาง ติดเพื่อน ติดสื่อ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2559) เช่นเดียวกับข้อมูลของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ ที่พบว่า ปัญหาความเครียด ความรัก ปัญหาทางเพศ สุขภาพจิต และปัญหาครอบครัว เป็นปัญหา 5 อันดับแรกที่วัยรุ่นโทรปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต และเข้ามารับการปรึกษากลินิกจิตเวชมากขึ้นอย่างชัดเจน ซึ่งประเด็นดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า สังคมควรเร่งให้ความสำคัญกับการส่งเสริมทักษะชีวิตมากขึ้น ทั้งการส่งเสริมการมองเห็นคุณค่าของตนเอง การคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การจัดการอารมณ์ และความเครียด ตลอดจนการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้จะเป็นเกราะป้องกันหลายปัญหาให้กับวัยรุ่นในปัจจุบันได้ (กรมสุขภาพจิต, 2561) เด็ก และเยาวชนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงเป็นช่วงวัยที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งในการพัฒนาสมรรถนะของผู้เรียน เพื่อให้สอดคล้องกับบริบทของสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะด้านการพัฒนาทักษะชีวิต

โดยในบทความนี้ ผู้เขียนได้นำเสนอถึงการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กวัยเรียน ซึ่งได้อธิบายถึงความหมาย ความสำคัญ จุดเน้นการพัฒนาทักษะชีวิตในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน รวมถึงการสังเคราะห์องค์ประกอบของทักษะชีวิตร่วมกับนโยบายและแผนงานของประเทศที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชน ทั้งนี้ เพื่อให้ทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะผู้ปกครอง ครูผู้สอน และสถานศึกษา ได้ตระหนักและเล็งเห็นถึงความสำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิต เช่นเดียวกับการให้ความสำคัญในด้านวิชาการ และการยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียน

เนื้อหา

ความหมายของทักษะชีวิต

ทักษะชีวิต (Life Skills) เป็นทักษะในการดำเนินชีวิต การดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจของบุคคล เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข และประสบความสำเร็จในชีวิต ซึ่งองค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ระบุความหมายของทักษะชีวิต (Life Skills) ว่าทักษะชีวิตเป็นความสามารถอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัว เพื่อให้อยู่รอดในสภาพสังคม และวัฒนธรรมยุคปัจจุบันได้อย่างมีความสุข และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต นอกจากนี้ ยูนิเซฟ UNICEF (2001) ยังได้ระบุถึงความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถในการใช้ความรู้ เจตคติ และทักษะต่าง ๆ ที่ช่วยในการสนับสนุนพฤติกรรมของบุคคล เพื่อให้สามารถรับมือกับตนเอง ทำให้บุคคลสามารถตัดสินใจในเรื่องที่สำคัญได้ มีการสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาทักษะในการจัดการกับปัญหาทางอารมณ์ได้ โดยมีการสร้างทางเลือกที่ดี ตลอดจนสามารถจัดการกับสิ่งที่เข้ามาคุกคามในชีวิตได้

ขณะที่นักวิชาการของไทยและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กและเยาวชน ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้อย่างหลากหลาย เช่น วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี (2546) กล่าวถึง ความหมายของทักษะชีวิตว่าเป็นความสามารถของมนุษย์ที่มีติดตัวมาแต่กำเนิด สามารถเรียนรู้จากตนเอง และผู้อื่น ซึ่งรวมไปถึงสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ และสังคมที่มนุษย์สร้างขึ้น ประกอบไปด้วยความรู้ เจตคติ ทักษะการจัดการกับชีวิตของตนเองกับปัญหา

สภาพแวดล้อมต่าง ๆ และเป็นความสามารถที่มนุษย์ควรที่จะพัฒนาไปจนบรรลุจุดสูงสุดในชีวิต ขณะที่ สกล วรเจริญศรี (2550) ได้สรุปความหมายของทักษะชีวิตว่า ทักษะชีวิตเป็นทักษะหนึ่งที่มีความจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมที่ซับซ้อนในปัจจุบัน และเป็นทักษะที่จะช่วยสนับสนุน และลดประเด็นปัญหาสำคัญที่เข้ามาคุกคามชีวิตของแต่ละบุคคล อีกทั้งยังเป็นทักษะที่ช่วยให้บุคคลสามารถปรับตนเองให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนช่วยเสริมสร้างการดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว ด้านสังคมกลุ่มเพื่อน ให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น เช่นเดียวกับยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์ (2551) กล่าวว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถของบุคคลทั้งความรู้ เจตคติ และทักษะที่จะปรับตัว และเผชิญต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ ในชีวิตอย่างสร้างสรรค์ มีประสิทธิภาพ รวมทั้งสอดคล้องกับวัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม สังคม ผู้ที่มีทักษะชีวิตดีจะมีปฏิสัมพันธ์ และมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความบากบั่น รู้จักแก้ปัญหาได้ดี ปรับตัวได้ พึ่งตนเองได้ และป้องกันตัวเองในภาวะคับขันได้

นอกจากนี้ สำนักปลัดกระทรวงศึกษาธิการ (2553) ระบุความหมายของทักษะชีวิต คือ ความสามารถพื้นฐานที่ทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย และทุกอาชีพต้องใช้ในการเลือกทางดำเนินชีวิตให้มีประสิทธิภาพ ขณะที่สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล (2554) ระบุความหมายของทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยาที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีความสามารถที่จะปรับตัวได้ในอนาคต ขณะที่ กรมนามัย (2558) ได้ระบุความหมายของทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถขั้นพื้นฐานของบุคคลที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันในสภาพสังคม และสิ่งแวดล้อมนั้นได้อย่างถูกต้องเหมาะสม มีประสิทธิภาพสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข นอกจากนี้ สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย (2559) ได้ระบุความหมายของทักษะชีวิต (Life Skills) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการจัดการชีวิตด้านต่าง ๆ ทั้งการครองชีวิต และการอยู่ร่วมกันในสังคม การพัฒนาการคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต และการเตรียมชีวิตด้านการงานอาชีพ การมีความสามารถพัฒนาทักษะพื้นฐานทางการงานอาชีพ อันส่งผลถึงคุณภาพของบุคคลเพื่อการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) ได้กำหนดความหมายของทักษะชีวิต และองค์ประกอบของทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยระบุว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ส่วนองค์ประกอบของทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐานสามารถแบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

โดยสรุป ทักษะชีวิต (Life Skills) จึงเป็นความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับสภาพปัญหาต่าง ๆ ในสังคม การเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวทั้งในปัจจุบัน และอนาคต เพื่อการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมกับสภาพของสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สำคัญที่จะสร้าง และพัฒนาเพื่อเป็นภูมิคุ้มกันชีวิตให้กับเด็กและเยาวชนในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมความพร้อมสำหรับอนาคตไว้ 4 องค์ประกอบ ได้แก่ การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การจัดการกับอารมณ์ และความเครียด และการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

ความสำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิต

มูลนิธิไรท์ทูเพลย์ (2560) ระบุว่า ทักษะชีวิตมีความสำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ในศตวรรษที่ 21 และการเรียนรู้ทักษะชีวิต เป็นสิ่งสำคัญในการเตรียมความพร้อมให้กับเด็กและผู้ใหญ่ เพื่อให้อยู่ร่วมกับความเสี่ยงและความท้าทายในยุคปัจจุบันได้ รวมถึงยังทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์กันในเชิงบวก และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข นอกจากนี้ การเรียนรู้ทักษะชีวิตเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เกิดคุณภาพการศึกษา กล่าวคือ เป็นการเรียนรู้ที่เน้นกระบวนการในการพัฒนาความสามารถที่จำเป็นมีเนื้อหาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน และมีการใช้เทคนิค และกระบวนการ

เรียนรู้เพื่อส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาทักษะ และการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เช่นเดียวกับ Steptoe and Wardle (2017) ที่ได้อธิบายว่า การมีทักษะชีวิตเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งของความสำเร็จในการดำเนินชีวิตในปัจจุบันและอนาคต ซึ่งการมีความรู้ดี มีข้อมูลข่าวสารมาก อาจไม่ประสบความสำเร็จในชีวิตอย่างแท้จริงก็เป็นได้ เพราะทักษะชีวิตมีความสำคัญต่อการจัดการกับปัญหาชีวิตของตนเองในด้านต่าง ๆ และประสานสัมพันธ์ในการอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่น นอกจากนี้ องค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้ระบุความสำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อเด็กและเยาวชน โดยพบว่าเด็กและเยาวชนมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาทั้งทางด้านสุขภาพกาย และสุขภาพจิต ซึ่งปัจจัยดังกล่าวเกิดจากปัญหาการใช้สารเสพติด การสูบบุหรี่ การตั้งครกในวัยรุ่น การกระทำความผิด เป็นต้น ดังนั้น การจัดกิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตจะเป็นแนวทางในการส่งเสริมเด็ก และวัยรุ่นให้จัดการกับความเครียด และความกดดันต่าง ๆ ในการดำรงชีวิตได้อย่างเข้มแข็ง และปรับเปลี่ยนตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมได้ ซึ่งจะสามารถนำไปสู่การแก้ปัญหาได้ในที่สุด ทักษะชีวิตจึงมีความสำคัญ และมีผลต่อการพัฒนาบุคคล ครอบครัว ประเทศ และสังคมโลก เนื่องจากทักษะชีวิตมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต และการแก้ไขปัญหาในระดับบุคคล และส่งผลต่อคุณภาพของประชากรโดยรวม ซึ่งสตาร์ตัน พิมลรัตนกานต์ (2558) ยังได้อธิบายให้เห็นถึงความสำคัญของการแก้ไขปัญหาดังกล่าวไว้ดังต่อไปนี้

1) ปัญหาสุขภาพจิต ทักษะชีวิตเป็นเสมือนเครื่องมือหนึ่งในการสร้างภูมิคุ้มกันให้สามารถดำรงรักษาสุขภาพจิตให้คงอยู่ได้ ไม่เกิดปัญหา เพราะสภาพแวดล้อม และปัญหาที่เกิดขึ้นมากมายในสังคมย่อมส่งผลกระทบต่อบุคคล ถ้าบุคคลมีทักษะชีวิต บุคคลย่อมเข้าใจปัญหา และสามารถวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยเหตุผล จนสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ให้ลุล่วงไปได้

2) ปัญหาสารเสพติด เป็นปัญหาที่สืบเนื่องจากปัญหาอาชญากรรมภายใน และภายนอกประเทศ ที่ผู้ขายมีเครือข่ายอยู่ในทุกชุมชน และหมู่บ้าน เนื่องจากหวังรายได้จากการค้าสารเสพติด ทำให้ปัญหาสารเสพติดเป็นปัญหาหนึ่งที่ยากจะแก้ไขให้หมดไป แม้ว่ารัฐบาลจะทำการปราบปรามอย่างรุนแรง แต่สารเสพติดก็ยังแพร่ระบาดอยู่ ดังนั้น วิธีการป้องกันภัยจากสารเสพติดที่มีประสิทธิภาพ คือ การใช้ทักษะชีวิต หลีกเลียง และปกป้องตนเอง และครอบครัวจากการแพร่ระบาดของสารเสพติด

3) ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ถูกต้อง และไม่เหมาะสม เช่น การมีเพศสัมพันธ์ในระหว่างที่ยังเรียนอยู่ มีเพศสัมพันธ์แบบสำส่อน รักร่วมเพศ เป็นต้น ทำให้เกิดปัญหาอื่น ๆ เช่น ปัญหาการทำแท้ง ปัญหาโรคเอดส์ ปัญหาครอบครัว ปัญหาการเรียน ปัญหาสุขภาพจิต ซึ่งเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นแล้วยากจะแก้ไข ขณะเดียวกัน ทักษะชีวิตจะช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจเรื่องของเพศสัมพันธ์ และรู้ว่าจะป้องกัน หรือหลีกเลียงเพื่อหาทางออกให้กับตนเองได้อย่างไรเมื่อเผชิญกับปัญหา

4) ปัญหาการทะเลาะวิวาท และการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา ซึ่งเกิดจากการใช้อารมณ์ และความรู้สึกตลอดจนอารมณ์ร่วมกับกลุ่ม และพวกพ้องมากกว่าการใช้เหตุผล ทำให้ขาดความยั้งคิดในการกระทำใด ๆ ที่นำตนเองไปสู่การก่ออาชญากรรม ทำให้สูญเสียอนาคต เสียโอกาส และทำให้บุพการีเสียใจ การแก้ปัญหาคือความขัดแย้งทุกระดับสามารถทำได้ไม่ว่าจะเป็นระหว่างบุคคล แม้แต่ระหว่างประเทศ ซึ่งผู้ที่มีความรู้ชีวิตจะสามารถนำหลักการแห่งเหตุผลมาตัดสินแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้

5) ปัญหาครอบครัวส่วนมากเกิดจากสาเหตุการหย่าร้างของสามี และภรรยา ทำให้ครอบครัวมีสภาพแตกแยกส่งผลกระทบต่อลูก ๆ ไม่ว่าจะเป็นอยู่กับพ่อ หรือแม่ก็ตาม ลูกบางคนยังถูกทอดทิ้งให้อยู่กับญาติผู้ใหญ่ทำให้ลูกขาดความอบอุ่น ขาดการขัดเกลาทางสังคม และทำให้รู้สึกว่าเขาเองมีปมด้อย ซึ่งปัจจุบันสภาพสังคมไทยมีปัญหาครอบครัวสูงมาก ดังนั้น เยาวชนจึงจำเป็นต้องมีภูมิคุ้มกันตนเองไม่ว่าจะมีปัญหาครอบครัวหรือไม่ก็ตาม ซึ่งทักษะชีวิตจะช่วยให้เยาวชนมีความเข้าใจ และมีแนวทางที่ดีให้กับตนเองได้ แม้ว่าครอบครัวจะไม่สมบูรณ์ก็ตาม

6) ปัญหาสังคม ซึ่งเกิดจากการเปลี่ยนแปลงค่านิยม วัฒนธรรม ประเพณี เศรษฐกิจ การเมืองการปกครอง และการสื่อสาร โทรคมนาคม ซึ่งส่งผลกระทบต่อทัศนคติ การคิด การตัดสินใจ และการแสดงออก หรือพฤติกรรมของบุคคล โดยมีการสื่อสารต่าง ๆ เป็นผู้สร้างอิทธิพลต่อบุคคลรุ่นใหม่มากที่สุด ถ้าเยาวชนไม่มีทักษะชีวิตก็ไม่สามารถปรับเปลี่ยนตนเอง

ไปในทางที่เหมาะสม อาจจะแสดงออก หรือมีการกระทำที่เป็นปัญหาสังคม เช่น การเที่ยวเตร่ อาชญากรรมต่าง ๆ ดังนั้นทักษะชีวิตจึงมีความสำคัญกับเยาวชนในการเลือกแนวทางที่ถูกต้อง และเหมาะสมให้กับตนเอง

7) ปัญหาการพัฒนาตนเอง เนื่องจากสภาพสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เกิดนวัตกรรมที่เยาวชนจะต้องเรียนรู้เป็นจำนวนมาก ดังนั้น เยาวชนจึงต้องตัดสินใจเลือกแนวทางการพัฒนาตนเองไปในทางใดทางหนึ่ง เช่น ด้านการสื่อสาร ด้านศิลปวัฒนธรรม หรือด้านอาชีพว่าจะศึกษาหาความรู้อย่างไร จะพัฒนาทักษะความสามารถให้เป็นที่ยอมรับทั้งของตนเอง และครอบครัวได้อย่างไร ทักษะชีวิตจะช่วยให้เยาวชนได้รู้จักตนเอง รู้ความต้องการ และความสามารถที่แท้จริงของตนเอง เพื่อที่จะนำไปสู่การพัฒนาตนเองอย่างถูกต้อง และสำเร็จตามเป้าหมายของตนเอง

8) ปัญหาสุขภาพร่างกาย เยาวชนเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และจิตใจ เพราะเป็นวัยเปลี่ยนจากเด็กสู่ความเป็นผู้ใหญ่ ทำให้เยาวชนมีความกังวลใจในด้านสุขภาพร่างกายหลายด้าน ทั้งรูปร่าง หน้าตา ผิวพรรณ เสียง เป็นต้น ทักษะชีวิตจะช่วยให้เยาวชนเข้าใจความเปลี่ยนแปลงของร่างกาย และความต้องการทางด้านจิตใจ ควบคู่กัน ทำให้เยาวชนสามารถปรับตนเอง หรือรักษาตนเองในทางที่ถูกต้องเหมาะสม และปลอดภัย

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ทักษะชีวิตจึงมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตท่ามกลางปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างมากมายในสังคม เพราะทักษะชีวิตจะช่วยให้บุคคลรู้จักเหตุผล และแนวทางในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสมทำให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุขทั้งกายและใจ

จุดเน้นการพัฒนาทักษะชีวิตในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 และแก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553 ได้บัญญัติถึงความมุ่งหมาย และหลักการจัดการศึกษาต้องเป็นไป เพื่อพัฒนาคนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรม และวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และในมาตราที่ 24 บัญญัติว่า การจัดกระบวนการเรียนรู้ให้สถานศึกษา และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องดำเนินการฝึกทักษะ กระบวนการคิด การจัดการ การเผชิญสถานการณ์ และการประยุกต์ความรู้มาใช้ป้องกัน และแก้ไขปัญหา ซึ่งสถานศึกษาจะต้องพัฒนา และเสริมสร้างทักษะชีวิตให้ผู้เรียนเกิดการตระหนักรู้ และเห็นคุณค่าในตนเอง และผู้อื่น คิดวิเคราะห์ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ มีทักษะการจัดการกับอารมณ์ และความเครียด รู้จักสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นด้วยการจัดการเรียนการสอนทักษะชีวิตบูรณาการในกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่าง ๆ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอันจะนำไปสู่การมีทักษะชีวิต ตามความคาดหวังของหลักสูตรตามช่วงวัยในแต่ละชั้นปี นอกจากนี้ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2558) ยังได้ระบุถึงการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้เรียนในช่วงวัยการศึกษาขั้นพื้นฐานว่าเป็นการสร้างคนให้มีประสิทธิภาพ ทั้งด้านความสามารถภายใน และความสามารถภายนอก ซึ่งเป็นความสามารถที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นภายในตนเอง และระหว่างตนเองกับผู้อื่น เช่น การตัดสินใจ การแก้ปัญหา การจัดการกับความขัดแย้ง การจัดการกับความรู้สึกของตนเอง การควบคุมตนเอง การสร้างสัมพันธ์ภาพ การปรับตัว การช่วยเหลือผู้อื่น และการรับผิดชอบตัวเอง

ผู้เขียนได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะชีวิตในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ซึ่งพบว่า มีจุดเน้นที่สำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิตให้กับผู้เรียนในระดับชั้นประถมศึกษา และมัธยมศึกษา โดยแสดงได้ตามตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 จุดเน้นทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน

จุดเน้นทักษะชีวิตในระบบการศึกษาขั้นพื้นฐาน	
ระดับประถมศึกษา	ระดับมัธยมศึกษา
ป. 1 รู้จักตนเอง	ม. 1 รู้ความถนัด ความสามารถและบุคลิกภาพของตนเอง
ป. 2 ยอมรับความแตกต่างระหว่างตนเองกับผู้อื่น และรู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเอง	ม. 2 ทำงานร่วมกับผู้อื่นบนพื้นฐานความเป็นประชาธิปไตยและมีจิตอาสาช่วยเหลือสังคม
ป. 3 มองตนเองและผู้อื่นในแง่บวกและจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้	ม. 3 มีทักษะในการแสวงหาและใช้ข้อมูลให้เป็นประโยชน์กับตนเอง รู้จักสร้างความสุขให้กับตนเองและผู้อื่น
ป. 4 รู้สิทธิของตนเองและเคารพสิทธิผู้อื่น	ม. 4-6 กำหนดเป้าหมายและทิศทางการดำเนินชีวิตสู่ความสำเร็จ วางตัวและกำหนดทำที่ได้เหมาะสมกับสถานการณ์ ประเมินและสร้างข้อสรุปบทเรียนชีวิตของตนเอง
ป. 5 รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น	
ป. 6 ภาคภูมิใจ เชื่อมั่นในตนเองและผู้อื่น	

ที่มา: สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559)

จากตารางดังกล่าวจะเห็นได้ว่า จุดเน้นที่สำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิตให้กับผู้เรียนในระดับชั้นประถมศึกษาถึงระดับมัธยมศึกษา จะมีจุดเน้นที่สำคัญแตกต่างกันออกไป ทั้งนี้เพื่อให้สอดคล้องกับพัฒนาการที่สำคัญในช่วงวัยต่างๆ ของผู้เรียน ซึ่งจุดเน้นของทักษะชีวิตในช่วงต้น ครอบคลุมทั้ง 4 องค์ประกอบทักษะชีวิต กล่าวคือ การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งครูผู้สอนสามารถนำไปออกแบบการเรียนการสอนและจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาและเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับผู้เรียน ด้วยการกำหนดเป็นพฤติกรรมทักษะชีวิตที่คาดหวังตามระดับชั้นต่างๆ ทั้งนี้สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) ได้ระบุพฤติกรรมที่คาดหวังและตัวชี้วัดทักษะชีวิตในแต่ละองค์ประกอบของผู้เรียนในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ดังตารางประกอบที่ 2-5 ดังนี้

ตารางที่ 2 องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น

พฤติกรรมทักษะชีวิตที่คาดหวัง	
ระดับประถมศึกษา	ระดับมัธยมศึกษา
1. ค้นพบความชอบ ความถนัด และความสามารถของตนเอง	1. ค้นพบความถนัด ความสามารถและบุคลิกภาพของตนเอง
2. ค้นพบจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง	2. ค้นพบจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง
3. ยอมรับความแตกต่างระหว่างตนเอง และผู้อื่น	3. ยอมรับความแตกต่างระหว่างตนเองและผู้อื่น
4. มองตนเองและผู้อื่นในแง่บวก	4. มองตนเองและผู้อื่นในแง่บวก
5. รู้สิทธิของตนเองและเคารพสิทธิผู้อื่น	5. รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น
6. รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น	6. มีความภาคภูมิใจในตนเองและผู้อื่น
7. มีความภาคภูมิใจในตนเองและผู้อื่น	7. มีความเชื่อมั่นในตนเองและผู้อื่น
8. มีความเชื่อมั่นในตนเองและผู้อื่น	8. รู้สิทธิของตนเองและเคารพสิทธิผู้อื่น
9. มีความรับผิดชอบต่อสังคม	9. มีทักษะในการกำหนดเป้าหมายและทิศทางสู่ความสำเร็จ
	10. มีความรับผิดชอบต่อสังคม

ตารางที่ 3 องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์

พฤติกรรมทักษะชีวิตที่คาดหวัง	
ระดับประถมศึกษา	ระดับมัธยมศึกษา
1. รู้จักสังเกต ตั้งคำถามและแสวงหาคำตอบ	1. เลือกรับข้อมูลข่าวสารอย่างไตร่ตรองและรู้เท่าทันสังคมที่เปลี่ยนแปลง
2. วิเคราะห์ความน่าเชื่อถือของข้อมูลข่าวสารได้สมเหตุสมผล	2. ตัดสินใจในสถานการณ์ต่างๆ ที่เผชิญอย่างมีเหตุผลและรอบคอบ
3. ประเมินสถานการณ์และนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้	3. แก้ปัญหาในสถานการณ์วิกฤต ได้อย่างเป็นระบบ
4. มีจินตนาการและมีความสามารถในการคิดเชื่อมโยง	4. มีจินตนาการและความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
5. รู้จักวิพากษ์วิจารณ์บนพื้นฐานของข้อมูลสารสนเทศที่ถูกต้อง	5. มองโลกในแง่ดี
6. รู้จักวิธีการและขั้นตอนการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาที่ถูกต้อง	6. มีทักษะในการแสวงหาข้อมูลและใช้ข้อมูลให้เป็นประโยชน์
	7. ประเมินและสร้างข้อสรุปบทเรียนชีวิตของตนเอง

ตารางที่ 4 องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านการจัดการกับอารมณ์และความเครียด

พฤติกรรมทักษะชีวิตที่คาดหวัง	
ระดับประถมศึกษา	ระดับมัธยมศึกษา
1. รู้เท่าทันอารมณ์ตนเอง	1. ประเมินและรู้เท่าทันสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง
2. ควบคุมอารมณ์ของตนเองได้	2. จัดการความขัดแย้งต่าง ๆ ได้ด้วยวิธีที่เหมาะสม
3. จัดการกับอารมณ์ตนเองได้อย่างเหมาะสม	3. รู้จักคลายเครียดด้วยวิธีการที่สร้างสรรค์
4. มีวิธีผ่อนคลายอารมณ์และความเครียด ให้กับตนเอง	4. รู้จักสร้างความสุขให้กับตนเองและผู้อื่น
5. สร้างแรงจูงใจให้ตนเอง	
6. ยุติข้อขัดแย้งในกลุ่มเพื่อนด้วยสันติวิธี	
7. รู้จักสร้างความสุขให้กับตนเอง	

ตารางที่ 5 องค์ประกอบทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

พฤติกรรมทักษะชีวิตที่คาดหวัง	
ระดับประถมศึกษา	ระดับมัธยมศึกษา
1. เป็นผู้ฟังที่ดี	1. ยืนยันความต้องการของตนเอง ปฏิเสธและ ต่อรองบนพื้นฐานของความถูกต้อง
2. ใช้ภาษาและกิริยาที่เหมาะสมในการสื่อสาร	2. กล้าแสดงความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์
3. รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา	3. ทำงานร่วมกับผู้อื่นตามวิถีประชาธิปไตย
4. รู้จักแสดงความคิด ความรู้สึก ความชื่นชม และการ กระทำที่ดีงามให้ผู้อื่นได้รับรู้	4. มีจิตอาสาช่วยเหลือผู้อื่น
5. รู้จักปฏิเสธ ตอรองและร้องขอ ความช่วยเหลือ ในสถานการณ์เสี่ยง	5. สร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ด้วยการสื่อสาร เชิงบวก
6. ให้ความร่วมมือและทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้อย่าง สร้างสรรค์	6. เคารพกฎกติกาของสังคม
7. ปฏิบัติตามกฎหมาย กติกา และระเบียบ	7. ให้คำปรึกษาแก่ผู้อื่นได้

ทั้งนี้ สถานศึกษา ครูผู้สอน หรือผู้ที่สนใจสามารถศึกษาตัวชี้วัด และพฤติกรรมทักษะชีวิตที่คาดหวังของนักเรียนในระดับประถมศึกษา และมัธยมศึกษาเพิ่มเติมได้จากเอกสารที่เกี่ยวข้องดังต่อไปนี้ คือ แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต โดยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต: บูรณาการการเรียนการสอน 8 กลุ่มสาระการเรียนรู้หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 โดยสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2554) การเสริมสร้างทักษะชีวิตตามจุดเน้นการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนระดับประถมศึกษา-มัธยมศึกษา โดยสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2554) ทักษะชีวิต รหัสครูศตวรรษที่ 21: การจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตแห่งศตวรรษที่ 21 โดย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานร่วมกับองค์การยูนิเซฟประเทศไทย และมูลนิธิไรท์ทูเพลย์ (2560) และการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้น ป. 4-6 โดย กรมสุขภาพจิต (2558)

การสังเคราะห์องค์ประกอบทักษะชีวิตที่สำคัญ

รายงานของ World Economic Forum (2016) ระบุว่าเด็กในศตวรรษที่ 21 ต้องการการเรียนรู้รอบด้านมากกว่าการเรียนรู้ทางวิชาการเพียงอย่างเดียว เด็กจึงต้องมีทักษะอย่างหลากหลาย อาทิเช่น ทักษะการทำงานร่วมกัน ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการคิดสร้างสรรค์ รวมถึงการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ซึ่งทักษะเหล่านี้เป็นความสามารถด้านสังคม (Soft Skill) เป็นทักษะและสมรรถนะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 ที่ต้องบ่มเพาะ และปลูกฝังให้เกิดขึ้นในตัวเด็กตั้งแต่วัยเรียน เพื่อให้เด็กที่จบการศึกษาไปแล้วประสบผลสำเร็จในการทำงานและที่สำคัญ คือ มีความสุขในการดำเนินชีวิตขณะที่ ไพฑูรย์ สินลารัตน์ (2558) ได้กล่าวถึง ทักษะชีวิตที่สำคัญในศตวรรษที่ 21 ว่าเป็นความสามารถที่เรียนรู้ พัฒนาตน และประเทศได้โดยไม่ติดกับดักของกระแสโลก ซึ่งครอบคลุมไปถึงทักษะในการคิดวิจารณ์ญาณ และการประเมิน ทักษะการคิดวิเคราะห์ และสังเคราะห์ ทักษะการคิดสร้างสรรค์ และมีจินตนาการ ทักษะการผลิต และคิดนวัตกรรม ทักษะการเปลี่ยนแปลง และแก้ปัญหา ทักษะการสื่อสาร และความมั่นใจในตน และทักษะทางคุณธรรม และความรับผิดชอบ นอกจากนี้ ผู้เขียนได้ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักการแนวคิด องค์ประกอบการพัฒนาทักษะชีวิต นโยบายแผนงานของประเทศที่เกี่ยวกับการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กและเยาวชน อาทิเช่น

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 4 องค์ประกอบ คือ องค์ประกอบที่ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น หมายถึง การรู้ความถนัด

ความสามารถจุดเด่นจุดด้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่างของแต่ละบุคคล รู้จักตนเอง ยอมรับ เห็นคุณค่า และภาคภูมิใจในตนเอง และผู้อื่น มีเป้าหมายในชีวิต และมีความรับผิดชอบต่อสังคม องค์ประกอบที่ 2) การคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ หมายถึง การแยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหา และสถานการณ์รอบตัว วิพากษ์วิจารณ์ และประเมินสถานการณ์รอบตัวด้วยหลักเหตุผล และข้อมูลที่ถูกต้อง รับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือก และตัดสินใจในการแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างสร้างสรรค์ องค์ประกอบที่ 3) การจัดการ อารมณ์ และความเครียด หมายถึง ความเข้าใจ และรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของบุคคล รู้สาเหตุของความเครียด รู้วิธีการ ควบคุมอารมณ์ และความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย หลีกเลียง และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดอารมณ์ไม่พึงประสงค์ ไปในทางที่ดี และองค์ประกอบที่ 4) การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น หมายถึง การเข้าใจมุมมอง อารมณ์ ความรู้สึก ของผู้อื่น ใช้ภาษาพูด และภาษากายเพื่อสื่อสารความรู้สึกนึกคิดของตนเอง รับรู้ความรู้สึกนึกคิด และความต้องการของ ผู้อื่น วางตัวได้ถูกต้องเหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ ใช้การสื่อสารที่สร้างสัมพันธภาพที่ดี สร้างความร่วมมือและทำงาน ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ขณะที่ทักษะชีวิต (Life Skills) ตามที่องค์การอนามัยโลก (WHO, 1994) ได้ระบุ องค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 ทักษะ ซึ่งถือได้ว่าเป็นหัวใจสำคัญในการดำรงชีวิต ได้แก่

1) ทักษะการตัดสินใจ (Decision Making) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิต ได้อย่างมีระบบ เช่น บุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนเองที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านสุขภาพ หรือความปลอดภัยในชีวิต โดยประเมินทางเลือก และตัดสินใจเลือกทางที่ถูกต้องเหมาะสมก็จะมีผลต่อการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกาย และจิตใจ

2) ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต ได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความเครียดทางกาย และจิตใจจนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไข

3) ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในการคิดที่จะเป็นส่วนช่วยในการตัดสินใจ และแก้ปัญหาโดยการคิดสร้างสรรค์เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก และสามารถ นำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

4) ทักษะการคิดอย่างวิจรณญาณ (Critical Thinking) เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ และ ประเมินปัญหา หรือสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวเราที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

5) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication) เป็นความสามารถในการใช้คำพูด และท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรม สถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น การแสดงความคิด การแสดงความต้องการ การแสดงการชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การดักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ

6) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship) เป็นความสามารถในการสร้าง สัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน และสามารถรักษาสัมพันธภาพไว้ได้ยืนยาว

7) ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self-awareness) เป็นความสามารถในการค้นหารู้จัก และเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดีข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรารู้ตัวเองเวลาเผชิญกับ ความเครียด และสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานในการพัฒนาไปสู่ทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้าง สัมพันธภาพ การตัดสินใจ และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

8) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือน หรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัยระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีมัว อาชีพ ฯลฯ ช่วยให้สามารถยอมรับบุคคล ที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ดีกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื้อเอดส์

9) ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping With Emotion) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเอง และผู้อื่น รู้ว่ามีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์โกรธ และความโศกเศร้าที่ส่งผลทางลบต่อ ร่างกายจิตใจได้อย่างเหมาะสม

10) ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping With Stress) เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียดเพื่อให้เกิดการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม และไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพ

นอกจากนี้ ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์ (2551) ได้ระบุถึงองค์ประกอบของทักษะชีวิต ตามพฤติกรรมการเรียนรู้ 3 ด้าน โดยอธิบายเป็นรายด้านได้ดังนี้

1) ด้านพุทธิพิสัย ได้แก่ 1.1) ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวางโดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ ซึ่งจะช่วยให้บุคคลสามารถนำประสบการณ์ที่ผ่านมา นำมาใช้ในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และ 1.2) ความคิดวิเคราะห์วิจารณ์ (Critical Thinking) เป็นความสามารถที่จะวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสารและประเมินปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อเจตคติและพฤติกรรม เช่น ค่านิยม แรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน อิทธิพลจากสื่อต่าง ๆ ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

2) ด้านจิตพิสัย ได้แก่ 2.1) ความตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) เป็นความสามารถในการค้นหาและเข้าใจในจุดดี จุดด้อยของตนเอง อะไรคือสิ่งที่ตนเองปรารถนา และไม่พึงปรารถนา และเข้าใจในความแตกต่างของบุคคลอื่นๆ 2.2) ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก และความเห็นใจบุคคลที่แตกต่างจากเรา และยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่น ทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดีทางสังคม เช่น ความแตกต่างทางเชื้อชาติ วัฒนธรรม 2.3) ความภูมิใจในตนเอง (Self-esteem) เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ค้นพบ และภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ ของตนโดยไม่มุ่งสนใจแต่เรื่องรูปร่าง หน้าตา เสน่ห์ หรือความสามารถทางเพศ และ 2.4) ความรับผิดชอบต่อสังคม (Social Responsibility) เป็นความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อความเจริญ หรือความเสื่อมของสังคม

3) ด้านทักษะพิสัย ได้แก่ 3.1) การสร้างสัมพันธภาพ (Interpersonal Relationship Skills) สามารถช่วยให้บุคคลมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และสามารถที่จะรักษา และดำรงไว้ซึ่งความสัมพันธ์อันดี ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข และรวมถึงการรักษาสัมพันธภาพที่ดีของสมาชิกในครอบครัวที่เป็นแหล่งสำคัญของแรงสนับสนุนทางสังคม 3.2) การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication) หมายถึงความสามารถในการใช้คำพูด และภาษาท่าทาง เพื่อแสดงความรู้สึกนึกคิดของตนอย่างเหมาะสมกับสภาพวัฒนธรรม และสถานการณ์ต่าง ๆ โดยสามารถที่จะแสดงความคิดเห็น ความปรารถนา ความต้องการ การขอร้อง การเตือน และการขอความช่วยเหลือ 3.3) การตัดสินใจ (Decision Making) เป็นสิ่งที่นำไปสู่การตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิต ซึ่งถ้าบุคคลมีการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพในการกระทำต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ โดยมีการประเมินทางเลือก และผลจากการตัดสินใจเลือกทางเลือกนั้น ๆ จะมีผลต่อสุขภาพอนามัยของบุคคลนั้น ๆ 3.4) การแก้ปัญหา (Problem Solving) กล่าวคือ บุคคลมีปัญหาต่าง ๆ ที่ไม่สามารถแก้ไขได้ ทำให้เกิดภาวะความตึงเครียดทั้งด้านร่างกาย และจิตใจ ทักษะการแก้ปัญหาคือ บุคคลสามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตของเขาได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม 3.5) การจัดการกับอารมณ์ (Coping With Emotions) เป็นการรู้จัก และเข้าใจอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่นว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมอย่างไร ซึ่งจะทำให้สามารถตอบสนอง และแสดงออกได้อย่างเหมาะสม เช่น อารมณ์รุนแรงต่าง ๆ หรือความเศร้าโศกที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพ และ 3.6) การจัดการกับความเครียด (Coping With Stress) เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด และรู้ถึงหนทางในการควบคุมระดับความเครียดเป็นการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ในวิถีชีวิต การเรียนรู้วิธีผ่อนคลายเมื่ออยู่ในภาวะความตึงเครียดได้อย่างเหมาะสม เพื่อที่จะช่วยลดปัญหาต่างๆ ทางด้านสุขภาพ

นอกจากนี้ เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพปัจจุบัน และทิศทางการพัฒนาประเทศ ผู้เขียนจึงได้ศึกษานโยบาย แผนงานที่สำคัญของรัฐที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชน เพื่อสังเคราะห์เป็นองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สำคัญ ได้แก่ แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) แผนการศึกษาแห่งชาติ (พ.ศ. 2560-2579) แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ (พ.ศ. 2560-2564) และมาตรฐานการศึกษาของชาติ พ.ศ. 2561 ซึ่งจากการศึกษาเอกสารพบว่า มีเป้าหมาย และจุดเน้นที่สำคัญซึ่งเกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะชีวิต ดังนี้

1) แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564) ระบุจุดเน้นที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต และการพัฒนาคนที่สำคัญดังนี้ คือ การพัฒนากลุ่มเด็กปฐมวัยให้มีสุขภาพกายและใจที่ดี มีทักษะทางสมอง ทักษะการเรียนรู้ ทักษะชีวิต และทักษะทางสังคม เพื่อให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ การหล่อหลอมให้คนไทยมีค่านิยมตามบรรทัดฐานที่ดีทางสังคม คนไทยในทุกช่วงวัยเป็นคนดี มีสุขภาวะที่ดี มีคุณธรรมจริยธรรม มีระเบียบวินัย มีจิตสำนึกที่ดีต่อสังคมส่วนรวม และการพัฒนาทักษะความรู้ความสามารถของคน มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะที่เหมาะสมในแต่ละช่วงวัยเพื่อวางรากฐานให้เป็นคนมีคุณภาพในอนาคต การพัฒนาทักษะสอดคล้องกับความต้องการในตลาดแรงงาน และทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในศตวรรษที่ 21 ของคนในแต่ละช่วงวัยตามความเหมาะสม เช่น เด็กวัยเรียน และวัยรุ่น พัฒนาทักษะการวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ มีความคิดสร้างสรรค์ นอกจากนี้ ในยุทธศาสตร์การเสริมสร้าง และพัฒนาศักยภาพทุนมนุษย์ ยังได้ระบุให้คนไทยทุกกลุ่มวัยมีทักษะ และความรู้ความสามารถที่จะเป็นฐานในการพัฒนาประเทศ โดยเฉพาะเด็กในวัยเรียนให้มีนิสัยรักการอ่าน และมีทักษะการเรียนรู้ในเชิงคิดสังเคราะห์ สร้างสรรค์ต่อยอดไปสู่การสร้างนวัตกรรมความรู้ มีทักษะชีวิตและอาชีพ โดยมีแนวทางการพัฒนาที่สำคัญ คือ ส่งเสริมให้เด็กปฐมวัยมีการพัฒนาทักษะสมอง และทักษะทางสังคมที่เหมาะสม เด็กวัยเรียนให้มีทักษะการคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ มีความคิดสร้างสรรค์ มีทักษะการทำงานและการใช้ชีวิตที่พร้อมเข้าสู่ตลาดแรงงาน

2) แผนการศึกษาแห่งชาติ (พ.ศ. 2560-2579) ระบุถึงสภาพปัญหาของเด็กวัยเรียน และแนวทางการพัฒนาไว้ดังนี้ ปัญหาภาวะโภชนาการของแม่และเด็ก ปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคม การดูแลของครอบครัว ปัญหาการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร ปัญหายาเสพติด ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรม และทักษะการใช้ชีวิตของเด็ก โดยมีแนวทางการพัฒนา คือ การจัดระบบและแนวการศึกษาทั้งด้านอาชีพและทักษะชีวิต เพื่อการศึกษาต่อ การทำงานหรือการดำรงชีวิตที่มีคุณภาพ

3) มาตรฐานการศึกษาของชาติ พ.ศ. 2561 ระบุถึงบุคคลมีคุณลักษณะ 3 ด้าน ซึ่งเป็นคุณลักษณะขั้นต่ำ โดยในด้านผู้เรียนรู้ ระบุว่าเป็นผู้มีความเพียรใฝ่เรียนรู้ และมีทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อก้าวทันโลกยุคดิจิทัล และโลกในอนาคต และมีสมรรถนะ (Competency) ที่เกิดจากความรู้ ความรอบรู้ด้านต่าง ๆ มีสุนทรียะรักษ์ และประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาไทย มีทักษะชีวิต เพื่อสร้างงานหรือสัมมาอาชีพ บนพื้นฐานของความพอเพียง ความมั่นคงในชีวิต และคุณภาพชีวิตที่ดีต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม

4) แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ (พ.ศ. 2560-2564) ยึดเด็ก และเยาวชนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา โดยมุ่งเน้นการพัฒนาเด็ก และเยาวชนทุกกลุ่มให้เป็นผู้ที่มีความแข็งแรง สมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา เหมาะสมตามช่วงวัย ส่งเสริม และเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนได้ค้นพบตนเอง รู้ความต้องการ ความถนัด และสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองได้อย่างแท้จริง รวมทั้งการเป็นผู้ที่ตระหนักถึงสิทธิ บทบาท และความรับผิดชอบในหน้าที่ที่พึงต้องปฏิบัติ มีความตื่นตัวต่อปัญหาสังคม มีความคิดสร้างสรรค์และมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของสังคม โดยระบุถึงสถานการณ์เสี่ยงด้านพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนในชุมชนเมือง และท้องถิ่นที่กำลังเติบโตเป็นเมืองใหญ่ ซึ่งมีพฤติกรรมเสี่ยงที่จำเป็นต้องแก้ไขอย่างเร่งด่วน ได้แก่ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ปัญหายาเสพติด คุณธรรมจริยธรรมลดลง การใช้เวลาว่างเชิงสร้างสรรค์ลดลง การก่ออาชญากรรม เป็นต้น นอกจากนี้ แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ (พ.ศ. 2560-2564) ยังได้นำเสนอถึงการส่งเสริมความรู้ และทักษะการใช้ชีวิตที่เหมาะสม เพศศึกษา พฤติกรรมอนามัยเจริญพันธุ์ ครอบครัวศึกษา โดยมีมาตรการที่เกี่ยวข้อง ดังนี้คือ

4.1) เสริมสร้างศักยภาพให้เครือข่ายเด็กและเยาวชนในพื้นที่ที่มีทักษะความรู้ ความเข้าใจในการให้ความร่วมมือกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อเฝ้าระวังปัญหา และติดตามพฤติกรรมเสี่ยง เช่น เหล้า บุหรี่ สารเสพติด การพนัน การติดเกม และการตกเป็นเหยื่อการค้ามนุษย์ อาชญากรรม การล่อลวง การเข้าสู่ตลาดแรงงานในรูปแบบที่เลวร้าย และไม่เหมาะสม

4.2) การเสริมทักษะ และความรู้ที่จำเป็นให้เด็กและเยาวชนรู้เท่าทันสื่อ และมีส่วนร่วมการเฝ้าระวังสื่อที่ไม่ปลอดภัย

4.3) พัฒนาคุณภาพชีวิตของเด็กและเยาวชนแต่ละช่วงวัย ให้สอดคล้องกับพัฒนาการทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ซึ่งมีแนวทางดังนี้ เด็กวัย 6-12 ปี โดยการส่งเสริมบริโภคอาหารที่มีประโยชน์ การขยับร่างกาย และการพักผ่อน ส่งเสริมการศึกษา และกิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับวัย เน้นการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ และทักษะการใช้ชีวิต เด็กวัย 13-17 ปี ส่งเสริมความรู้ และทักษะการใช้ชีวิตที่เหมาะสม การค้นหาบุคลิกภาพของตนเอง เพศศึกษา พฤติกรรมอนามัยเจริญพันธุ์ ครอบครัวศึกษา และสนับสนุนให้เด็กและเยาวชนมีทางเลือกทางการศึกษาที่หลากหลายทั้งสายสามัญ และสายอาชีพ รวมทั้งการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่สอดคล้องกับความต้องการของเด็ก เยาวชน และสังคม

ตารางที่ 6 การสังเคราะห์องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์ประกอบของทักษะชีวิต	สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) ยุทธ์ศาสตร์ 2 ยุทธศาสตร์ที่ 1 (2551) WHO (1994) UNESCO (2001) Neeley (2004) Deen et.al (2002) แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 แผนการศึกษาแห่งชาติ (พ.ศ. 2560 – 2579) มาตรฐานการศึกษาของชาติ พ.ศ. 2561 แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ (พ.ศ. 2560 – 2564)											รวม
ทักษะการตัดสินใจ	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	10
ทักษะการแก้ปัญหา	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	10
ทักษะการคิดสร้างสรรค์	/	/	/	-	/	-	/	/	/	/	/	8
ทักษะการคิดวิเคราะห์	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	10
ทักษะการสื่อสารและรู้เท่าทันสื่อ	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	10
ทักษะการสร้างสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	10
ทักษะการตระหนักรู้ในตนเองและเห็นคุณค่าผู้อื่น	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	10
ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด	/	/	/	/	/	/	/	/	/	-	/	9
ทักษะการปฏิเสธและการเจรจาต่อรอง	/	/	/	/	-	-	-	-	-	-	-	4
ทักษะความร่วมมือและทำงานเป็นทีม	/	-	-	/	/	/	/	/	/	/	/	8
ทักษะการใช้ทรัพยากรอย่างฉลาด	-	-	-	-	-	/	-	-	-	-	-	1
ทักษะความเป็นผู้นำ	-	/	-	-	/	/	/	/	/	/	/	7
ทักษะการประเมินตนเอง	-	/	/	/	-	/	/	-	-	-	-	5
ทักษะความรับผิดชอบในตนเอง	/	/	-	-	/	/	-	-	-	-	/	5
ทักษะความเข้าใจต่างวัฒนธรรม	-	/	/	-	/	/	/	/	/	/	/	8
ทักษะความสามารถในการปรับตัวและยืดหยุ่น	/	/	/	/	/	-	/	/	/	/	/	9
ทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิต	-	-	-	-	-	-	/	/	/	/	/	4

จากตารางการสังเคราะห์องค์ประกอบของทักษะชีวิตในข้างต้น ซึ่งเป็นการสังเคราะห์จากนโยบาย และแผนงานที่สำคัญของประเทศร่วมกับการศึกษาแนวคิดองค์ประกอบของทักษะชีวิตจากนักวิชาการทั้งของไทยและต่างประเทศ ตลอดจนหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชน พบว่า มีการระบุถึงองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้อย่างหลากหลาย ซึ่งผู้เขียนได้คัดเลือกเพื่อนำเสนอเป็นองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สำคัญสำหรับการพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน อันประกอบไปด้วย ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการคิดสร้างสรรค์ ทักษะการคิดวิเคราะห์ ทักษะการสื่อสารและรู้เท่าทันสื่อ ทักษะการสร้างสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง และเห็นคุณค่าผู้อื่น ทักษะการจัดการอารมณ์และความเครียด ทักษะความร่วมมือ และทำงานเป็นทีม ทักษะความเข้าใจความแตกต่างทางวัฒนธรรม และทักษะความสามารถในการปรับตัวและยืดหยุ่น

บทวิเคราะห์ วิจัย และข้อเสนอแนะ

จากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน ได้ส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชนในวัยเรียนเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นการดำเนินชีวิตท่ามกลางเทคโนโลยีที่ล้ำสมัย การเผชิญสิ่งยั่วยุหรือตัวแบบที่ไม่เหมาะสมต่างๆ รอบตัว โดยเฉพาะเด็กและเยาวชน ซึ่งเป็นกำลังสำคัญและอนาคตของชาติ ซึ่งกำลังประสบกับปัญหาอย่างมากมาย อาทิเช่น ปัญหาครอบครัวแตกแยก ขาดความอบอุ่น การใช้ความรุนแรง ติดเกม ติดสิ่งเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การบริโภคสื่อที่ไม่เหมาะสม การขาดวิจาร์ณญาณในการคัดสรรที่จะเลือกรับสิ่งที่ดี และวัฒนธรรมที่พึงประสงค์มาใช้ ดังเช่น คำกล่าวของ สมพงษ์ จิตระดับ ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยและนวัตกรรมด้านเด็กและเยาวชน คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เปิดเผยว่า จากการติดตามเฝ้าระวังลงภาคสนามการวิจัย และประมวลข่าวเหตุการณ์สำคัญที่เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชน ซึ่งพบว่า สถานการณ์ปัจจัยเสี่ยง และส่งผลกระทบด้านลบ 10 เรื่องของเด็กและเยาวชน มีดังนี้ คือ 1) ความรุนแรงปรากฏในหมู่เด็กและเยาวชนทุกระดับจนยากแก่การควบคุม และแก้ไขให้ดีขึ้น เด็กอาชีวะ ตีกัน เด็กแว่น สก๊อย เด็กทำร้ายรุนแรงสาหัส 2) แม่วัยใสเด็กหญิงตั้งครรภ์ในวัยเรียน ปัญหาไม่ลดลง ยังติดอันดับ 2 ของโลกเหมือนเดิม การสอนเพศศึกษาล้มเหลว ล้าสมัย ไม่ทันกับสถานการณ์ที่มีอยู่ 3) ยาเสพติดกลับมาแพร่ระบาดในกลุ่มนักเรียนมากขึ้น กระบวนการสามารถแทรกซึมเข้าไปในโรงเรียนสถานศึกษาได้ ไม่มีใครกล้าขัดขวางเสี่ยงอันตรายมาก 4) เด็กเรียนรู้แท็บเล็ต เล่นเกม การ์ตูนได้คล่องแคล่วว่องไว ครอบครัวไทยป้อนแท็บเล็ตเด็กอายุ 2-3 ขวบ ไม่ให้ลูกชนมีปรากฏพบเห็นแทบทุกแห่ง 5) เด็ก และเยาวชนอยู่กับสังคมก้มหน้าวันละ 7-8 ชั่วโมง ใช้เพื่อพูดคุยเล่นไลน์ เฟสบุ๊ค มากกว่าการเรียนรู้ ศึกษาด้วยตนเอง 6) เด็ก และเยาวชนขาดวินัยอย่างรุนแรง 7) เด็กเรียนรู้ไม่มีความสุข กอดดิน นโยบายลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ไม่เกิดขึ้น มีการติวโอเน็ต PISA อย่างเอาเป็นเอาตาย เด็กยังถูกขังในห้องเรียน 200 วันใน 1 ปี 8) ร้านขายเหล้า เบียร์ บุหรี่ รอบสถาบันการศึกษาเพิ่มขึ้นอย่างหน้าตกใจ เกิดนักดื่ม นักสูบบุหรี่ใหม่มากขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นหญิง 9) มีเด็กยากจนด้อยโอกาส กลุ่มชาติพันธุ์ เด็กประเทศเพื่อนบ้าน เข้าสู่การเป็นเหยื่อ และเครื่องมือทางเพศ ยาเสพติด แรงงานเด็ก ขอทานเด็ก โสเภณีเด็กเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ และ 10) เด็กไทยเกิดน้อยลงแต่ด้อยคุณภาพ (มติชน, 2560)

จากสถานการณ์ปัญหาของเด็ก และเยาวชนที่กล่าวมาในข้างต้นนั้น ส่วนหนึ่งมาจากการจัดการศึกษาที่ผ่านมาของประเทศไทย ซึ่งระบบการจัดการเรียนการสอนเน้นให้ผู้เรียนรับความรู้จากครูผู้สอน การจัดการเรียนรู้ที่มุ่งสร้างทักษะทางวิชาการให้กับผู้เรียนเพียงด้านเดียว เน้นให้ผู้เรียนจดจำเนื้อหา โดยปราศจากการนำมาคิดวิเคราะห์ และสังเคราะห์ในเชิงสร้างสรรค์ อันเป็นผลทำให้การเรียนการสอนไม่สามารถทำให้ผู้เรียนนำความรู้ที่ได้รับไปสู่การปฏิบัติในชีวิตจริงได้ ขณะเดียวกันโรงเรียนใช้เวลาในการจัดการเรียนการสอนมากขึ้น แต่ผลสัมฤทธิ์กลับลดลง ผู้เรียนคิดไม่เป็น วิเคราะห์ไม่ได้ การเรียนการสอนอัดแน่นไปด้วยเนื้อหาวิชาการมากกว่าให้เรียนรู้ด้วยตนเอง นักเรียนมีภาระงาน มีการบ้านมากเกินไป เกิดภาวะเด็กเครียด และต้องเรียนพิเศษมากขึ้น การเรียนการสอนขาดการสร้างทักษะชีวิตให้สัมพันธ์กับความรู้ ส่งผลทำให้ผู้เรียนขาดทักษะชีวิต สอดคล้องกับข้อเสนอแนะเชิงนโยบายจากสภาการศึกษาเสวนา โดยสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2559) ที่ได้ระบุถึง ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายที่ส่งผลกระทบทำให้การปฏิรูปการศึกษาไม่

ประสบความสำเร็จ รวมทั้งส่งผลกระทบต่อพัฒนาคุณภาพการศึกษาของประเทศโดยรวม คือ การที่เด็กต้องไปเรียนกวดวิชา และไม่สนใจเรียนในชั้นเรียน หรือเรียนเพื่อสอบแข่งขันเพียงอย่างเดียว ไม่ได้เรียนเพื่อการเรียนรู้ หรือเรียนเพื่อพัฒนาศักยภาพตามวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ ผู้เรียนไม่ได้มีการพัฒนาการตามวัย เด็กสนใจแต่เกรดเฉลี่ย และไม่สนใจเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ไม่ว่ากิจกรรมเพื่อสังคม หรือกิจกรรมเพื่อทักษะในการดำรงชีวิต ไม่สนใจกิจกรรมเพื่อส่วนรวม เป็นต้น เช่นเดียวกับ วิจารณ์ พานิช (2557) ที่ได้อธิบายว่า การเรียนสมัยใหม่ต้องไม่ใช่แค่เพื่อให้ได้ความรู้ แต่ต้องได้ทักษะหรือ Skills เป็น 21st Century Skills เพื่อที่จะให้เกิดทักษะ 3 ด้าน คือ ทักษะชีวิต และการทำงาน ทักษะการเรียนรู้ และนวัตกรรม และทักษะด้านสารสนเทศ สื่อและเทคโนโลยี ซึ่งปัจจุบันนี้จุดอ่อนของการศึกษาไม่ค่อยได้ทักษะที่สำคัญต่อชีวิต ได้แก่วิชา เพื่อเอาไปตอบข้อสอบ ผลเพียงแค่นั้นไม่พอ ถ้าเรายังดำรงสภาพอย่างนั้นอยู่ บ้านเมืองเราจะลำบากมาก ขณะที่ ไพฑูรย์ สินลารัตน์ และคณะ (2557) ซึ่งได้อธิบายว่า การศึกษาควรปูทาง และวางบทบาทหน้าที่ทางสังคมให้นักเรียนไว้ให้พร้อมก่อนที่นักเรียนจะจบการศึกษาขั้นพื้นฐาน ซึ่งการสอนแบบนี้จะไม่มุ่งเน้นทำเกรดเพื่อการแข่งขัน แต่มุ่งการสร้างสำนึกและทักษะชีวิตให้แก่ผู้เรียน

ประเด็นดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า สถาบันทางการศึกษา รวมถึงภาคส่วนต่าง ๆ ของสังคมควรเร่งให้ความสำคัญกับการส่งเสริมทักษะชีวิตให้มากขึ้น ทั้งการส่งเสริมการมองเห็นคุณค่าของตนเอง การคิดวิเคราะห์ การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การจัดการอารมณ์ และความเครียด ตลอดจนการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้จะเป็นเกราะป้องกันปัญหาให้กับเด็ก และเยาวชนในปัจจุบัน ทักษะชีวิตจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญสำหรับเด็ก และเยาวชนทุกคนเป็นภูมิคุ้มกันที่จะช่วยให้จัดการกับปัญหาต่างๆ และสามารถพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาสได้ในชีวิตจริง ดังนั้นการพัฒนาทักษะชีวิตตั้งแต่วัยเด็กจะมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมความสำเร็จทางการศึกษา มีส่วนช่วยในการตัดสินใจ การสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความสามารถในการรับมือกับความเปลี่ยนแปลงได้ดี ซึ่งจะช่วยให้บุคคลมีชีวิตที่ดีได้ การฝึกทักษะด้านชีวิตนั้นจึงมีประสิทธิภาพทั้งในด้านวิชาการ และความสำเร็จในชีวิตของนักเรียน

บทสรุป

จะเห็นได้ว่าทักษะชีวิตในเด็กวัยเรียน ประกอบไปด้วยความหมาย ความสำคัญ จุดเน้นที่สำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิตในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน รวมถึงผู้เขียนได้การสังเคราะห์นโยบาย แผนงาน องค์กรประกอบแนวคิดในการพัฒนาทักษะชีวิตของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ทั้งจากนักวิชาการของไทย และต่างประเทศ ซึ่งทุกภาคส่วนได้ให้ความสำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิต และถือว่าทักษะชีวิตมีความสำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ควรปลูกฝังให้กับเด็กและเยาวชนในสังคมปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว รวมถึงการเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ทั้งปัญหา ยาเสพติด ปัญหาพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม ปัญหาการทะเลาะวิวาท ความรุนแรงในสังคม ปัญหาความเครียด รวมถึงปัญหาทางสังคมอื่น ๆ เป็นต้น ซึ่งปัญหาดังกล่าวนับวันยิ่งได้ทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น

ขณะเดียวกัน การพัฒนาทักษะชีวิตให้กับเด็กและเยาวชนในระบบการศึกษา จะต้องช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีให้กับเด็กและเยาวชน ด้วยการออกแบบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน กระบวนการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับเป้าหมาย และจุดเน้นที่สำคัญของทักษะชีวิตในแต่ละช่วงวัยต่าง ๆ ของผู้เรียน เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมสำหรับผู้เรียนที่จะออกไปเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัว ซึ่งภูมิคุ้มกันเหล่านี้จะเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิต การแก้ปัญหา การเอาตัวรอด ตลอดจนเป็นการสร้างอนาคตที่ดีให้กับเด็ก และเยาวชนต่อไปในภายภาคหน้า ซึ่งจะส่งผลต่อการเป็นพลเมืองที่ดี และเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพของประเทศชาติต่อไปในอนาคต

เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. (2561). เผยผลสำรวจพบวัยรุ่น กทม. ปริมาณครึ่งหนึ่งผูกิตความสุขตัวเองไว้กับแฟนนะ
ครอบครัวช่วยแนะทักษะชีวิตป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง. สืบค้นเมื่อ 30 พฤษภาคม 2562 จาก
<https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=27571>.

- กรมสุขภาพจิต. (2558). **การพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนชั้น ป.4-6 และคู่มือประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้.** นนทบุรี: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- กรมอนามัย. (2558). **คู่มือการเรียนการสอนเรื่องเพศศึกษาและทักษะชีวิตในนักเรียนแบบบูรณาการ.** นนทบุรี: สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย.
- ไพฑูริย์ สินลารัตน์ และคณะ. (2557). **โรงเรียนผลิตภาพ: สัตตทัศน์เพื่อการจัดการ.** กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ไพฑูริย์ สินลารัตน์. (2558). **ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ต้องก้าวให้พ้นกับดักของตะวันตก.** กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มติชน. (2560). **เด็กไทยวันนี้ !! นักวิชาการจุฬาฯ แฉสถานการณ์เด็กไทยมีปัจจัยเสี่ยง 10 ด้าน “ความรุนแรงแม่วัยใส ยาเสพติด”.** สืบค้นเมื่อ 2 ธันวาคม 2560 จาก <https://www.matichon.co.th/news/418603>.
- ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์ และสุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์. (2551). **ทักษะชีวิต.** กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพวัยรุ่น โรงพยาบาลรามธิบดี.
- วนิดา ขาวมงคล เอกแสงศรี. (2546). **หลักการสอนการพัฒนาทักษะชีวิต.** กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิจารณ์ พานิช. (2557). **การสร้างการเรียนรู้สู่ศตวรรษที่ 21.** กรุงเทพฯ: มูลนิธิสยามกัมมาจล.
- สกล วรเจริญศรี. (2550). **การศึกษาทักษะชีวิตและการสร้างโมเดลกลุ่มฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น.** วิทยานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สำนักปลัดกระทรวงศึกษาธิการ. (2553). **คู่มือการฝึกอบรมหลักสูตรลูกเสือต้านภัยยาเสพติด.** กรุงเทพฯ: สำนักการลูกเสือยุวกาชาด และกิจการนักเรียน สำนักปลัดกระทรวงศึกษาธิการ.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2559). **สภาการศึกษาเสวนา (OEC Forum) 2015-2016 จากข้อเสนอสู่นโยบาย.** กรุงเทพฯ: 21 เซ็นจูรี.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2560). **แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579.** กรุงเทพฯ: พริกหวานกราฟฟิค.
- สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล. (2554). **เข้าใจใส่ใจวัยรุ่น.** สืบค้นเมื่อ 19 เมษายน 2561 จาก <http://www.factsforlifethai.cf.mahidol.ac.th/teenager/support02.php>.
- สุดารัตน์ พิมพ์รัตนกานต์. (2558). **ทักษะชีวิตและสังคม.** กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2554). **การเสริมสร้างทักษะชีวิตตามจุดเน้นการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนระดับประถมศึกษา-มัธยมศึกษา.** กรุงเทพฯ: ชุมชุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2558). **แนวทางการจัดค่ายเสริมสร้างทักษะชีวิตเด็กไทย “ปัญหาหยุดยั้งด้วยพลังเด็กและเยาวชน”.** กรุงเทพฯ: ชุมชุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2559). **แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต.** กรุงเทพฯ: สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.
- สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย. (2559). **การออกแบบกิจกรรมแนะแนวที่เน้นการพัฒนาทักษะสำหรับผู้เรียน.** กรุงเทพฯ: ชุมชุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2560). **แนวทางการพัฒนาและประเมินค่านิยมหลักของคนไทย 12 ประการ.** กรุงเทพฯ: ชุมชุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- มูลนิธิไรท์ทูเพลย์. (2560). **ทักษะชีวิตรหัสศตวรรษที่ 21: การจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตแห่งศตวรรษที่ 21.** สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ.

References

- Andrew Steptoe and Jane Wardle (2017). *Life skills, Wealth, Health, and Wellbeing in Later Life.* Retrieved on April 16, 2019 from <https://www.pnas.org/content/pnas/114/17/4354.full.pdf>.

- United Nations Children's Fund. (UNICEF, 2001). **What is the Life Skills Approach?**. Explore Ideas Articles, Opinions, and Research about Teaching and Learning. Retrieved on December 21, 2017 from <http://www.unicef.org/teachers/teacher/Lifeskill/htm>.
- World Economic Forum. (2016). **New Vision for Education: Fostering Social and Emotional Learning Through Technology**. Retrieved on April 16, 2019 from: http://www3.weforum.org/docs/WEF_New_Vision_for_Education.pdf.
- World Health Organization. (WHO, 1994). **Life Skill Education in School**. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization. (WHO, 1997). **Life Skills Education for Children and Adolescents in School**. Geneva: Programme on Mental Health.

คณะผู้เขียน

ว่าที่เรีอตรียุตติชน บุญเทศ

หลักสูตรศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
โรงเรียนบ้านท่าจาม ตำบลหนองเสือช้าง อำเภอนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี 20190
e-mail: yuttichon@gmail.com

รองศาสตราจารย์ ดร.ชนะศึก นิชานนท์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
295 มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ถนนนครราชสีมา เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร 10300
e-mail: chanasuek_nic@dusit.ac.th

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุภาภรณ์ ตั้งดำเนินสวัสดิ์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
145/9 อาคารเฉลิมพระเกียรติ 50 พรรษามหาชิราลงกรณ
ถนนสุขุมวิท เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร 10300
e-mail: ying-stang@hotmail.com

