

การจัดการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อการดำรงชีวิตอย่างปกติสุขสำหรับบุคคล ในยุคศตวรรษที่ 21

มนูญพงศ์ ชัยพันธุ์^{1*} พิลารัตน์ สังเกต² และมานิตย์ ชัยพันธุ์³

¹อาจารย์ประจำ, หลักสูตรสาขาวิชาหลักสูตรและการจัดการเรียนรู้ คณะศึกษาศาสตร์และศิลปศาสตร์
สถาบันเทคโนโลยีแห่งสุวรรณภูมิ

²ครูโรงเรียนบ้านบ่อไทย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเพชรบูรณ์ เขต 3

³นักวิชาการอิสระ

*Corresponding author e-mail: manoonpong.chn@svit.ac.th

วันที่รับบทความ (Received) 18 มกราคม 2567

วันที่รับบทความฉบับแก้ไข (Revised). 30 มีนาคม 2567

วันที่ตอบรับบทความ (Accepted) 17 เมษายน 2567

บทคัดย่อ

บทความเชิงวิชาการนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเสนอแนวทางและกิจกรรมในการพัฒนาทักษะชีวิต (Life Skill) ของบุคคลทุกเพศ ทุกวัยและทุกสาขาอาชีพ ในยุคศตวรรษที่ 21 ซึ่งพบว่า แนวทางในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อให้บุคคลมีศักยภาพในการดำเนินชีวิตอย่างปกติสุข ท่ามกลางความผันผวนทางสังคมในยุคศตวรรษที่ 21 คือ 1) ต้องพัฒนาด้วยกิจกรรมที่เน้นการทำงานร่วมกันของบุคคลเพื่อให้บุคคลได้มีกระบวนการในการร่วมคิด ร่วมทำและร่วมภาคภูมิใจในผลงานของกลุ่มซึ่งจะนำไปสู่ความภูมิใจในตนเองตามมา 2) ต้องพัฒนา กิจกรรมที่เน้นการพัฒนาระบบการคิดและแก้ปัญหาที่ซับซ้อนซึ่งต้องใช้ทักษะการคิดขั้นสูง เช่น กิจกรรมการแก้ปัญหาสังคมหรือชุมชน กิจกรรมการพัฒนาและสร้างสรรค์สังคม กิจกรรมรณรงค์เพื่อความสุขในสังคม เป็นต้น และ 3) ต้องพัฒนาด้วยกิจกรรมที่เน้นการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเข้าเกี่ยวข้องในการปฏิบัติกิจกรรม เช่น กิจกรรมศึกษาข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่อยู่ในรูปข้อมูลสารสนเทศในระบบออนไลน์ กิจกรรมการคิดคำนวณโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป และกิจกรรมที่เน้นการนำเสนอด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัยแบบต่าง ๆ เป็นต้น

คำสำคัญ: การพัฒนาทักษะชีวิต การดำรงชีวิตอย่างปกติสุข ยุคศตวรรษที่ 21

THE LIFE DEVELOPMENT SKILLS MANAGEMENT FOR LIVING A NORMAL AND HAPPY LIFE OF INDIVIDUALS IN THE 21ST CENTURY

Manoonpong Chaiyaphan¹, Pilarat Sangket² and Manit Chaiyaphan³

¹Lecture of Curriculum and Learning Management Program Teachers, School of Education and Arts, Suvarnabhumi Institute of Technology

²Teacher of Banbothai School, Phetchabun Primary Educational Service Area Office 3

³Independent Academic

Abstract

The purpose of this academic article is to present guidelines and activities in developing people life skills of all genders, all ages and all career fields in the 21st century, it was found that the guidelines for developing life skills so that individuals have the potential to lead normal and happy lives amid social fluctuations in the 21st century are: 1) must be developed with activities that focus on working together individuals so that people can have a process of thinking together participate in and be proud of the group's work, which will lead to self-esteem. 2) Must develop activities that focus on developing thinking processes and solving complex problems that require higher-order thinking skills, such as activities, solve social or community problems, social development and creativity activities to promote happiness in society, etc. and 3) must be developed with activities that emphasize the use of digital technology to participate in activities such as activities to study information from learning resources in the form of information in the online system, computational activities using ready-made computer programs and activities that focus on presentations using various types of modern technology, etc.

Keywords: Life Skill Development, Living a Normal Happy Life, The 21st Century

บทนำ

ยุคศตวรรษที่ 21 มีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาเกิดขึ้นในทุกองค์กร และเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่าการเปลี่ยนแปลงและการพัฒนามีความก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็วในทุกด้าน โดยเฉพาะ ด้านการใช้นวัตกรรมและเทคโนโลยีสารสนเทศ ซึ่งถือว่าเป็นเครื่องมือสำคัญต่อการพัฒนาในทุกองค์ประกอบขององค์กรแต่ละองค์กร การเปลี่ยนแปลงและการพัฒนาดังกล่าวได้เปลี่ยนโลกในศตวรรษที่ 21 ให้มีความแตกต่างจากโลกจากยุคศตวรรษที่ 20 อย่างชัดเจน การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในปัจจุบันก่อให้เกิดทั้งผลดีและปัญหาต่างๆ ตามมาอย่างมากมาย ซึ่งปัญหาแต่ละปัญหาที่เกิดขึ้นก็มีความซับซ้อนมากกว่าในอดีตที่ผ่านมาเช่นกัน ทุกอย่างที่เกิดขึ้นเป็นผลสืบเนื่องมาจากความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี โดยเฉพาะเทคโนโลยีดิจิทัลที่ทำให้โลกกลายเป็นโลกไร้พรมแดน (นาโซค อุ่นเวียง, 2566) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ฌูว์ฌ็อง ล็องทง (2566) ที่กล่าวว่า โลกในศตวรรษที่ 21 มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและต่อเนื่องในทุกด้านและความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นมีความแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิงจากศตวรรษที่ 19 และ 20 โดยที่เศรษฐกิจ และอุตสาหกรรมที่เคยรุ่งเรืองในอดีตปัจจุบันได้ถูกแทนที่ด้วยเศรษฐกิจและบริการที่อาศัยข้อมูลข่าวสาร ความรู้และนวัตกรรม เป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อน จะ

เห็นได้อย่างชัดเจนว่าทุกกิจการที่ดำเนินอยู่ในปัจจุบันทุกหน่วยงานและทุกองค์กร ต่างมีการนำเทคโนโลยีไปใช้ในการอำนวยความสะดวกและเพิ่มผลผลิต ตลอดจนพัฒนางานแทนการใช้แรงงานแบบเดิมอย่างชัดเจน ซึ่งในกรณีนี้ พระณัฐวุฒิ พันทะลี (2563) ได้กล่าวว่า ศตวรรษที่ 21 ปัจจุบันการเมือง การศึกษา อารยธรรมด้านระบบสังคม การสื่อสาร การบริการสาธารณะ เครือข่ายสังคม และทักษะชีวิต ต่างมีพัฒนาการไปอย่างรวดเร็ว โดยอาศัยนวัตกรรมและเทคโนโลยีเข้ามาเป็นเครื่องมือในการขับเคลื่อน ก่อให้เกิดการพัฒนาที่รวดเร็ว จนไม่สามารถที่จะคาดการณ์หรือทำนายได้ว่าผลลัพธ์ของการเปลี่ยนแปลงจะออกมาอย่างไรและเกิดผลกระทบอะไรบ้างกับมนุษย์ในโลก

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าความเจริญทางด้านเทคโนโลยีในศตวรรษที่ 21 ก่อให้เกิดทั้งผลดีและปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลทุกเพศ ทุกวัย ทุกสาขาอาชีพและกลุ่มวัฒนธรรมต่างๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่ง ยุติชน บุญเทศ (2566) กล่าวว่า สภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในปัจจุบันส่งผลกระทบต่อเด็กวัยเรียนเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะด้านการดำเนินชีวิตซึ่งต้องดำเนินไปพร้อมกับพัฒนาการของนวัตกรรมและเทคโนโลยีที่ล้ำสมัย ความคาดหวังของผู้ปกครองต่อบุตรหลานคือ การศึกษาของบุตร ตลอดจนการเผชิญสิ่งยั่วยุ หรือตัวแบบที่ไม่เหมาะสมต่าง ๆ รอบตัวจะต้องได้รับการพัฒนาให้บุตรหลานของตนได้รับความรู้และทักษะในการดำเนินชีวิตและสามารถนำความรู้และทักษะเหล่านั้นไปใช้ในการแก้ปัญหาชีวิตได้อย่างแท้จริง ปัจจุบันปัญหาอันเกิดจากความเจริญของเทคโนโลยีได้ส่งผลกระทบอย่างยิ่งต่อเด็กและเยาวชนซึ่งเป็นกำลังสำคัญและอนาคตของชาติ ซึ่งขณะนี้กำลังประสบปัญหาครอบครัวแตกแยก ขาดความอบอุ่น การใช้ ความรุนแรง ติดเกม ติดสิ่งเสพติด มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การบริโภคสื่อที่ไม่เหมาะสม เป็นต้น สอดคล้องกับการสำรวจของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) พบว่าเด็กและเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน บางส่วนมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น 1) เสพติดการเล่นคอมพิวเตอร์จนนำไปสู่การเลียนแบบพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมจากเกมจนนำไปสู่การประพฤติตนที่เป็นโทษภัยหรือก่อให้เกิดความสูญเสียแก่ตนเอง และสังคม 2) นิยมแข่งขันกันในด้านความเร็วโดยการขับขี่ที่ใช้ความเร็วสูง เช่น การแข่งรถมอเตอร์ไซด์ และการใช้รถจักรยานยนต์ในทางผิดกฎหมาย 3) การใช้ความรุนแรงในการตัดสินปัญหา และข้อขัดแย้งรวมถึงทะเลาะวิวาท 4) การมีเพศสัมพันธ์ในวัยที่ไม่สมควรส่งผลให้มีกลุ่มเด็กที่กลายเป็นพ่อแม่ตั้งแต่อายุยังน้อย 5) การมีพฤติกรรมที่นำไปสู่การติดสารเสพติดได้ง่าย และ 6) ขาดหลักยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ไม่เห็นความสำคัญของหลักศาสนา ความสัมพันธ์กับคนในครอบครัวค่อนข้างเปราะบาง ติดเพื่อน และติดสื่อ เป็นต้น สภาพปัญหาดังกล่าวเป็นผลมาจากการที่เด็กและเยาวชนขาดทักษะสำคัญที่แต่ละบุคคลควรมีในการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21 นั่นคือทักษะชีวิต (Life Skill)

ทักษะชีวิต (Life Skill) คือ ความเชี่ยวชาญหรือความชำนาญอันเป็นความสามารถของบุคคลในการเป็นผู้นำตนเอง เป็นผู้ที่สามารถดูแลตนเองในด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจและสังคมเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขตามศักยภาพ ซึ่งการมีทักษะชีวิตจะทำให้บุคคลมีสภาพการดำรงชีวิตที่มีความสุขสามารถที่จะดำรงตนเพื่อให้อยู่ในสังคมโดยไม่เป็นภาระต่อผู้อื่น ซึ่งทักษะชีวิตที่มีประสิทธิภาพ จะสามารถทำให้บุคคลมีความสามารถในการปรับตัว สามารถเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ทั้งทางสังคม วัฒนธรรม เศรษฐกิจ การเมืองและการเปลี่ยนแปลงในด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคล ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่าทักษะชีวิตเป็นทักษะที่บุคคลต้องนำไปใช้เพื่อการพัฒนาตนเองในฐานะทรัพยากรมนุษย์ของสังคมโลก ทักษะชีวิตจะช่วยพัฒนาบุคคลทั้งด้านความคิด การปรับตัว การตัดสินใจ การสื่อสาร การจัดการกับอารมณ์ และความเครียด ตลอดจนการแก้ไขปัญหาในชีวิตที่บุคคลอาจต้องประสบในโลกปัจจุบันอย่างคาดไม่ถึง เป็นต้น (World Health Organization, 1994)

ดังนั้นเพื่อให้บุคคลทั่วไป ได้มีความรู้ ทักษะและเจตคติที่ดีต่อการมีทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อ การดำเนินชีวิตท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงของโลกในยุคศตวรรษที่ 21 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องต่อการพัฒนาศักยภาพของทรัพยากรมนุษย์ของชาติจึงต้องให้ความสำคัญและพยายามค้นหาแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาทักษะชีวิต (Life Skill) ให้เกิดขึ้นในตัวบุคคลเหล่านั้น เพื่อให้บุคคลซึ่งเป็นทรัพยากรสำคัญของประเทศชาติได้มีศักยภาพเพียงพอในการดำรงตนท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงที่ไม่หยุดนิ่งของโลกได้อย่างปกติสุข และสามารถแก้ไขปัญหาตลอดจนอุปสรรคที่อาจเกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่นและมีประสิทธิภาพ ต่อไป

แนวคิดเกี่ยวกับโลกในศตวรรษที่ 21

คริสต์ศตวรรษที่ 21 หรือที่รู้จักกันโดยทั่วไปว่ายุคศตวรรษที่ 21 โดยเริ่มนับตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม ค.ศ. 2001 จนถึงวันที่ 31 ธันวาคม ค.ศ. 2100 ซึ่งเรียกตามปีเริ่มต้นคริสต์ศตวรรษที่ 21 ซึ่ง พัทธวินทร์ โลหา (2562) ได้อธิบายถึง ศตวรรษที่ 21 ว่า คริสต์ศตวรรษที่ 21 เป็นคริสต์ศตวรรษที่ 1 ของคริสต์สหัสวรรษที่ 3 และซึ่งเป็นคริสต์ศตวรรษปัจจุบัน โดยเริ่มนับตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม ค.ศ. 2001 จนถึงวันที่ 31 ธันวาคม ค.ศ. 2100 โดยในศตวรรษนี้โลกได้มีการพัฒนาขึ้นในทุกด้านซึ่งเป็นผลมาจากความก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยี (Technology) และนวัตกรรม (Innovation) ต่างๆที่ถูกสร้างสรรค์ขึ้นมาอย่างต่อเนื่องนั่นเอง และในปัจจุบันโลกได้ก้าวเข้ามาสู่ศตวรรษ ที่ 21 โดยสมบูรณ์แล้ว โดยโลกในปัจจุบันมีลักษณะเป็นโลกของยุค Digital Technology ที่ได้เข้ามามีบทบาทและเป็นองค์ประกอบสำคัญในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ในปัจจุบันและยืนยาวต่อไปในอนาคตอย่างแน่นอน

ลักษณะสำคัญของโลกในศตวรรษที่ 21 คือ อิทธิพลของนวัตกรรมและเทคโนโลยี ซึ่งเป็นเทคโนโลยีดิจิทัลได้เข้ามาเกี่ยวข้องและผูกพันกับชีวิตของมนุษย์อย่างมากมายนับตั้งแต่ต้นจนจนถึงช่วงเวลาการหลับนอนอีกวาระหนึ่งนั้น ชีวิตคนเขาไม่อาจหลีกเลี่ยงจากอิทธิพลของเทคโนโลยีได้เลย อิทธิพลของเทคโนโลยีที่มนุษย์เป็นผู้พัฒนาขึ้นเพื่อการอำนวยความสะดวกในชีวิตประจำวัน ชีวิตการทำงานและกิจกรรมของชีวิตในวาระต่างๆ ได้ก่อให้เกิดความกลัวขึ้นในใจของมนุษย์มากขึ้นเป็นลำดับ ความกลัวเหล่านี้ล้วนเป็นปัญหาความทุกข์ ความสุขในชีวิตของมนุษย์ในที่สุด ซึ่ง วลัยลักษณ์ คงพระจันทร์ (2565) ได้อธิบายในประเด็นนี้ว่าบทบาทของเทคโนโลยีก่อนเคยเป็นแขน ขาให้กับมนุษย์ ได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและทรงพลัง ในวันนี้ความฉลาดของเทคโนโลยีที่มนุษย์เป็นผู้คิด ผู้สร้างกลับทำให้มนุษย์เกิดความกลัวโดยเฉพาะกลัวการถูกแทนที่ด้วยเทคโนโลยี ข่าวสารของธุรกิจหลากหลายการที่ต้องปิดตัวลงเนื่องจากพลังแห่งความสามารถของเทคโนโลยีและนวัตกรรมนำไปสู่ความหวาดระแวงว่า วันที่มนุษย์ต้องสูญเสียทักษะและความสามารถให้กับความสามารถของเทคโนโลยี วันที่บทบาท อาชีพ และจุดยืนของมนุษย์ถึงจุดวิกฤตด้วยการถูกแทนที่ด้วยเทคโนโลยี มนุษย์จะต้องหาทางจัดการกับวิกฤตการณ์นี้เพราะโลกดิจิทัลได้ขับเคลื่อนไปอย่างรวดเร็ว ด้วยเหตุนี้มนุษย์จึงต้องเรียนรู้ ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 เพื่อให้รู้เท่าทันและใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้เพื่อความอยู่รอดและก้าวทันโลกเทคโนโลยีโดยเฉพาะเทคโนโลยีดิจิทัล

ทักษะที่จำเป็นของมนุษย์ในศตวรรษที่ 21

จากแนวคิดดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่ามนุษย์ไม่อาจเอาชนะเทคโนโลยีได้อย่างแท้จริง สิ่งที่มนุษย์ต้องกระทำในการใช้ชีวิตท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วอันเป็นผลมาจากอิทธิพลของเทคโนโลยีดิจิทัล คือ การปรับตัวให้สามารถอยู่ร่วมกับเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพมีความรู้ความสามารถในการใช้เทคโนโลยีเพื่อชีวิตและการรู้เท่าทันอิทธิพลของเทคโนโลยีเป็นสำคัญ โดยสิ่งที่มีมนุษย์จะต้องมีเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขก็คือทักษะในศตวรรษที่ 21 นั่นเอง

1. ความหมายของทักษะในศตวรรษที่ 21

นักวิชาการทางการศึกษาค้นคว้าได้ให้ความหมายและนิยามของทักษะในศตวรรษที่ 21 ไว้คล้ายคลึงกัน ดังนี้

วลัยลักษณ์ คงพระจันทร์ (2565) เสนอว่าทักษะในศตวรรษที่ 21 เป็นทักษะ ความรู้ และความสามารถที่ถือว่าจำเป็นสำหรับบุคคลที่จะเติบโต และประสบความสำเร็จในฐานะบุคคลแห่งศตวรรษที่ 21 สิ่งบุคคลแห่งศตวรรษที่ 21 ต้องตระหนักให้มากที่สุด คือ การเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ความท้าทาย ตลอดจนอุปสรรคปัญหาที่บุคคลอาจต้องเผชิญอย่างคาดไม่ถึง

นำโชค อุ่นเียง (2566) กล่าวว่า ทักษะในศตวรรษที่ 21" หมายถึงชุดของสมรรถนะหลักที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาของบุคคล เจาะลึกลงไปในทักษะ และสมรรถนะที่สำคัญที่สุดที่บุคคลต้องพัฒนาเพื่อให้ประสบความสำเร็จในอนาคต

ยีน ฌูวรรณ (2567) กล่าวว่า ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 คือ รูปแบบของสมรรถนะหรือความสามารถที่ต้องเรียนรู้เพื่อนำไปต่อยอดสำหรับการดำรงชีวิตในสังคมที่ซับซ้อนและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ซึ่งทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ประกอบไปด้วย 3 กลุ่มทักษะ คือ 1) กลุ่มทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในอนาคต 2) กลุ่มทักษะว่าด้วยการจัดการปัญหา ความท้าทาย กับความสามารถในการสื่อสารและความร่วมมือ และ 3) กลุ่มทักษะว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมรอบตัว

จากที่กล่าวมาข้างต้นสรุปได้ว่า ทักษะในศตวรรษที่ 21 หมายถึง ความเชี่ยวชาญหรือศักยภาพในการพัฒนาและปรับตัวของมนุษย์ให้สามารถดำเนินชีวิตในโลกยุคศตวรรษที่ 21 ได้อย่างมีคุณภาพและมีประสิทธิภาพ มีความรู้และความสามารถในการบริหารจัดการกับเทคโนโลยีดิจิทัลที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน ได้แก่ การมีความรู้เท่าทันเทคโนโลยี การมีความรู้และทักษะในการใช้เทคโนโลยีให้สอดคล้องกับความต้องการจำเป็นของแต่ละบุคคล และการจัดการกับสภาพแวดล้อมให้มีความเหมาะสมสอดคล้องกับการดำเนินชีวิต เป็นต้น

2. ประเภทของทักษะในศตวรรษที่ 21

ประเภทของทักษะในศตวรรษที่ 21 นั้นนักวิชาการได้แบ่งประเภทหรือกลุ่มของทักษะที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตในศตวรรษที่ 21 ไว้ดังนี้

สุวิธิดา จรุงเกียรติกุล (2561: ออนไลน์) เสนอประเภทของทักษะที่บุคคลต้องเรียนรู้และพัฒนาให้เกิดขึ้นในตัวบุคคลในศตวรรษที่ 21 ว่าควรประกอบด้วย 1) ทักษะการเรียนรู้ (Learning Skill) ซึ่งประกอบไปด้วย (1) **Critical thinking** คือ การคิดเชิงวิพากษ์และการแก้ปัญหา คือ ความสามารถในการวิเคราะห์ข้อมูล ประเมินสถานการณ์ และคิดอย่างสร้างสรรค์เพื่อแก้ปัญหาที่ซับซ้อน (2) **Creativity** คือ การคิดสร้างสรรค์และนวัตกรรม เช่น การสร้างแนวคิดใหม่ การพัฒนาผลิตภัณฑ์หรือบริการใหม่ และการใช้เทคโนโลยีใหม่เพื่อแก้ไขปัญหา (3) **Collaboration** คือ การทำงานเป็นทีม เช่น การทำงานร่วมกับผู้อื่นในทีม การสื่อสาร การแบ่งหน้าที่ การแก้ไขข้อขัดแย้ง เพื่อให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน และ (4) **Communication** คือ การสื่อสาร เป็นการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพในรูปแบบต่างๆ เช่น การเขียน การพูด การฟัง การสื่อสารออนไลน์ การสื่อสารระหว่างวัฒนธรรมและระหว่างสังคมต่างๆ 2) ทักษะความเข้าใจและการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล (Digital & Information Literacy Skills) ซึ่งประกอบด้วย (1) **Information Literacy** คือ ความรู้ความเข้าใจในการใช้ข้อมูล รู้จักค้นหา ประเมิน และใช้ข้อมูลจากแหล่งต่างๆ อย่างมีประสิทธิภาพ รวมถึงแหล่งข้อมูลดิจิทัล (2) **Media Literacy** คือ การรู้เท่าทันสื่อ เป็นสามารถวิเคราะห์แหล่งที่มา และแยกแยะระหว่างสิ่งที่น่าเชื่อถือกับสิ่งที่ไม่น่าเชื่อถือ การรู้เท่าทันสื่อมีประโยชน์สำหรับการค้นหาความจริงในโลกที่เต็มไปด้วยข้อมูล และ (3) **Technology Literacy** คือ ความรู้ด้านเทคโนโลยีในคอมพิวเตอร์และอุปกรณ์ที่

เกี่ยวข้องกับเทคโนโลยี การรู้จักเครื่องมือเหล่านี้ส่งผลให้คุณสามารถปรับตัวเข้ากับโลกเทคโนโลยีได้อย่างมีประสิทธิภาพ และ 3) ทักษะชีวิต (Life Skills) ซึ่งประกอบด้วย (1) **Flexibility** คือ การมีความยืดหยุ่น เป็นความสามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงและสิ่งที่ไม่คุ้นเคยได้อย่างกลมกลืน (2) **Leadership** คือ ความเป็นผู้นำ สามารถสร้างแรงจูงใจให้ทีมบรรลุเป้าหมาย (3) **Initiative** คือ การมีความคิดริเริ่ม สามารถเริ่มต้นโครงการ หรือแผนการต่าง ๆ ด้วยตัวเอง (4) **Productivity** คือ ความสามารถในการทำงานให้สำเร็จอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลในโลกที่ก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ซึ่งเกี่ยวข้องกับการใช้ทักษะและกลยุทธ์ต่าง ๆ เพื่อบรรลุผลลัพธ์ที่ต้องการ (5) **Social Skills** คือ ความสามารถในการโต้ตอบและสื่อสารกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพในโลกที่มีความหลากหลายและเชื่อมโยงถึงกัน ทักษะเหล่านี้จำเป็นสำหรับการทำงานร่วมกับผู้อื่น

วลัยลักษณ์ คงพระจันทร์ (2565: ออนไลน์) เสนอว่า ทักษะที่สำคัญในศตวรรษที่ 21 ได้แก่ 1) ทักษะความเข้าใจและการใช้เทคโนโลยีดิจิทัล คือ รู้จักใช้ประโยชน์ และป้องกันตัวเองให้พ้นจากภัยจากโลกออนไลน์ได้ เช่น Information Literacy หรือ ความรู้ความเข้าใจข้อมูล สามารถแยกแยะข้อมูลจริงและเท็จ แล้วนำไปใช้ประโยชน์ได้ Media Literacy หรือ ความรู้เท่าทันสื่อสารสนเทศ สามารถแยกแยะสื่อที่น่าเชื่อถือและไม่น่าเชื่อถือได้ Technology Literacy หรือ ความรู้ความเข้าใจในคอมพิวเตอร์และอุปกรณ์เกี่ยวเนื่อง สามารถเข้าใจภาษาที่ใช้สื่อสารกับคอมพิวเตอร์ได้ 2) ทักษะการเรียนรู้ เพราะความรู้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง มนุษย์ต้องมีความสามารถในการเรียนรู้และทำความเข้าใจกับสิ่งใหม่ๆ หรือ Life Long Learning ประกอบไปด้วย Critical Thinking คือ ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ คือ “คิดเป็น” เป็นกระบวนการจับประเด็นปัญหา หาข้อมูลอย่างไม่มีอคติ สรุปปัญหา และตัดสินใจเชื่อหรือลงมือปฏิบัติแก้ปัญหาคollaboration คือ ทักษะในการทำงานร่วม เช่น คิดแบบ Win-Win, มี Mindset แบบ Team-Oriented ได้แก่ Inside-out เช่น การเข้าใจตนเอง และ Outside-In เข้าใจผู้อื่น Empathy, Deep Listening Creativity คือ ความคิดเชิงสร้างสรรค์ ได้แก่ Positive Thinking, Constructive Thinking และ Creative Thinking เป็นต้น Communication คือ ทักษะในการสื่อสารทั้งการพูด การเขียน การนำเสนอ และการใช้เครื่องมือ และ 3) ทักษะชีวิต คือ เข้าใจตนเองและรู้จักปรับตัวเข้ากับบริบทของสังคมที่เปลี่ยนไป ซึ่งเป็นทักษะพื้นฐานที่เด็กๆ ควรมีในการดำเนินชีวิต ได้แก่ Flexibility หรือ ความยืดหยุ่น ปรับตัว ปรับใจ ปรับวิธีการ รับมือความเปลี่ยนแปลงได้ Leadership หรือ ทักษะความเป็นผู้นำ คือ รู้จักนำ รู้จักตาม รับฟัง ประสานประโยชน์ (Synergy) Initiative หรือ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ Productivity หรือ การใช้ชีวิตให้ได้ประโยชน์สูงสุด เช่น การมีเป้าหมาย มีวินัย และการบริหารเวลา และ Social Skills หรือ ทักษะทางด้านสังคม

ยีน ภูววรรณ (2567: ออนไลน์) กล่าวว่า ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ประกอบไปด้วย 3 สาระการเรียนรู้หลัก กับ 16 ทักษะการเรียนรู้ ตามที่องค์การ World Economic Forum ได้ทำการสำรวจและวิเคราะห์ทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 จากความต้องการจากตลาดแรงงานทั่วโลกและสรุปได้เป็น 3 กลุ่มทักษะ คือ 1) กลุ่มทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตในอนาคต ได้แก่ ทักษะด้านภาษา (Literacy) ทักษะด้านการคำนวณ (Numeracy Scientific Literacy) ทักษะ ด้านวิทยาศาสตร์ (Science Literacy) ทักษะด้านเทคโนโลยี (ICT Literacy) ทักษะด้านเศรษฐศาสตร์ การเงิน และภาวะการเป็นผู้ประกอบการ (Financial Literacy) และทักษะด้านสังคมและวัฒนธรรม (Cultural and Civic Literacy) 2) กลุ่มทักษะว่าด้วยการจัดการปัญหา ความท้าทาย กับความสามารถในการสื่อสารและความร่วมมือ ได้แก่ ทักษะด้านการแก้ปัญหา (Critical Thinking/ Problem Solving) ทักษะด้านความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) ทักษะด้านการสื่อสาร (Communication) และ ทักษะด้านการร่วมมือ (Collaboration) และ 3) กลุ่มทักษะว่าด้วยการเปลี่ยนแปลง

ของสภาพแวดล้อมรอบตัว ได้แก่ การอยากรู้อยากเห็น (Curiosity) การคิดริเริ่ม (Initiative) ความวิริยะ (Persistence/grit) การปรับตัว (Adaptability) ภาวะผู้นำ (Leadership) และ ความตื่นรู้ทางสังคมและวัฒนธรรม (Social and Cultural awareness)

World Economic Forum (2023: ออนไลน์) ได้ทำการศึกษาเพื่อวิเคราะห์ความต้องการของตลาดแรงงาน ตลอดจนความต้องการในการใช้เทคโนโลยีในองค์กรต่าง ๆ ทั่วโลก ผลการศึกษาได้สรุปทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 ได้เป็น 16 ทักษะ ซึ่งจัดได้เป็นกลุ่มทักษะ 3 กลุ่ม ได้แก่ 1) กลุ่มทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต้องใช้ในการปฏิสัมพันธ์กับกับบุคคลในบริบทที่แตกต่างกัน (Foundational Literacies) ทั้งนี้เพราะเทคโนโลยีและความรู้ใหม่ๆได้ก่อให้เกิดบริบทการใช้ชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ซึ่งทักษะเหล่านี้ ได้แก่ การใช้ภาษา (Literacy) การคำนวณ (Numeracy) การใช้เทคโนโลยี (ICT Literacy) การใช้วิทยาศาสตร์กับสิ่งรอบตัว (Scientific Literacy) การเป็นส่วนหนึ่งของสังคมและวัฒนธรรม (Cultural & Civic Literacy) หรือแม้กระทั่ง การจัดการด้านการเงิน (Financial Literacy) ที่รวมไปถึง วิธีการเป็นผู้ประกอบการ หรือ entrepreneurship ก็นับเป็นทักษะที่จำเป็นต่อการใช้ชีวิตเช่นกัน 2) กลุ่มทักษะที่ต้องนำมาใช้ในการจัดการกับปัญหาหรือความท้าทายที่ต้องเจอในชีวิต (Competencies) ซึ่งปัญหาหรือความท้าทายที่เกิดขึ้นในโลกปัจจุบันมีความซับซ้อนมากขึ้นกว่าปัญหาหรือความท้าทายในอดีต ซึ่งกลุ่มทักษะนี้ถือว่าเป็นทักษะสำคัญที่ต้องนำมาใช้ร่วมกับการวิเคราะห์ปัญหาเพื่อให้สามารถจัดการกับปัญหาได้อย่างถูกต้อง (Critical Thinking) ใช้วิธีการแก้ปัญหาในเชิงสร้างสรรค์ (Creativity) สื่อสารและทำงานร่วมกับผู้อื่น (Communication & Collaboration) เพื่อการแก้ปัญหาร่วมกัน ซึ่งกลุ่มทักษะดังกล่าวเรียกว่า “4C” ถือว่าเป็นทักษะสำคัญที่ทำให้มนุษย์มีความโดดเด่นและมีความสามารถเหนือกว่าคอมพิวเตอร์ หรือเป็นความสามารถที่คอมพิวเตอร์ทำไม่ได้ ในปัจจุบัน ทั้งนี้เพราะปัญหาบางประการนั้นมีความซับซ้อนและมีปัจจัยตลอดจนข้อจำกัดต่างๆ ที่หลากหลาย ซึ่งต้องอาศัยความสามารถในการวิเคราะห์เชิงลึกเพื่อหาค้นหาสาเหตุของปัญหานั้นให้ถูกต้องตรงกับความเป็นจริง (Critical Thinking) และยังต้องการความคิดสร้างสรรค์และการคิดนอกกรอบ (Creativity) เพื่อสร้างแนวคิดใหม่สำหรับการแก้ปัญหา ตลอดจนสามารถถ่ายทอดวิธีการแก้ปัญหาออกมาให้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Communication) ประการสำคัญบุคคลต้องสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นที่มีความสามารถ แนวคิดและพื้นฐานทางวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ได้อย่างราบรื่น (Collaboration) และ (3) กลุ่มทักษะที่ใช้ในการจัดการตัวเองกับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว (Character Qualities) เช่น ความอยากรู้อยากเห็น (Curiosity) การริเริ่มสร้างสรรค์ (Initiative) ความพยายามในการบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ (Persistence/Grit) ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสังคมและสภาพแวดล้อม (Adaptability) ความเป็นผู้นำ (Leadership) และความตระหนักถึงสังคมและวัฒนธรรม (Social & Cultural Awareness) ด้วยเหตุนี้อาจสรุปได้ว่าสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้เด็กยุคใหม่ต้องก้าวตามให้ทัน ทักษะเหล่านี้จึงมีความสำคัญมากขึ้น เพื่อที่จะได้ไม่เป็นคนที่ตามหลังคนอื่นอยู่เสมอ และเป็นคนที่มีคุณภาพ (Character Qualities) นั่นเอง

จากแนวคิดข้างต้นสรุปได้ว่า ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 มีความสำคัญที่ส่งผลให้บุคคลสามารถเติบโตในโลกที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ประสบความสำเร็จในตลาดงาน ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ช่วยให้มีความคิดสร้างสรรค์ เรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต และปรับตัวเข้ากับเทคโนโลยีใหม่ ๆ ได้ ทักษะเหล่านั้น ได้แก่ 1) ทักษะพื้นฐานที่ใช้ในการเรียนรู้สิ่งใหม่ เช่น ทักษะด้านการใช้ภาษา ทักษะการคิดขั้นสูง ทักษะการสื่อสาร ทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น และทักษะในการใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้ เป็นต้น 2) ทักษะด้านนวัตกรรมและเทคโนโลยี เช่น ความรู้ความเข้าใจธรรมชาติของเทคโนโลยี การใช้เทคโนโลยีเพื่อสนองความต้องการในชีวิตประจำวัน ทักษะด้านเศรษฐศาสตร์และการเงิน 3) ทักษะชีวิต เช่น การเข้าใจตนเอง

และอื่น การปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป ความเป็นผู้นำ ความคิดริเริ่ม การทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมาย ทักษะในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม และทักษะการแก้ปัญหา เป็นต้น

ทักษะชีวิต (Life Skill)

1. ความหมายของทักษะชีวิต (Life Skill)

ทักษะชีวิต (Life Skill) หมายถึง ความสามารถของบุคคลที่จัดการกับปัญหาต่าง ๆ ในสถานการณ์ปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2559)

ทักษะชีวิต (Life Skill) หมายถึง สิ่งที่นักเรียนจะได้เรียนรู้และสร้างได้ด้วยตนเอง ทั้งการเรียนรู้ที่จะเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความยืดหยุ่นในชีวิต และปรับตัวเข้ากับโลกที่เปลี่ยนแปลง เพื่อสามารถเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว และเตรียมพร้อมสำหรับอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ (โรงเรียนนานาชาติบางนา, 2565)

ทักษะชีวิต (Life Skill) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการจัดการกับตนเองและสิ่งแวดล้อม เพื่อให้มีความสุขตามสภาพ และความสุขความปลอดภัยในสังคม ซึ่งเป็นการพัฒนาทักษะพื้นฐานของบุคคล โดยบูรณาการองค์ความรู้ และกระบวนการเรียนรู้ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันเข้าด้วยกัน (สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้จังหวัดจันทบุรี, 2566: ออนไลน์)

ทักษะชีวิต (Life Skill) หมายถึง คุณลักษณะ หรือความสามารถเชิงสังคม จิตวิทยา (Psychosocial Competence) ที่เป็นทักษะภายในที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการดูแลสุขภาพ เอดส์ ยาเสพติด ความปลอดภัย สิ่งแวดล้อม คุณธรรมจริยธรรม ฯลฯ เพื่อให้สามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข หรือจะกล่าวง่าย ๆ ทักษะชีวิต ก็คือความสามารถในการแก้ปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิตประจำวันเพื่อให้อยู่รอดปลอดภัย และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (ประเสริฐ ต้นสกุล และคณะ, 2558)

การให้ความหมายของทักษะชีวิต (Life Skill) ดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ทักษะชีวิต (Life Skill) หมายถึง ความสามารถที่เป็นศักยภาพภายในตัวของบุคคลที่จะช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ในด้านต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชีวิตประจำวัน ได้แก่ การดูแลสุขภาพความปลอดภัย สิ่งแวดล้อม การเป็นผู้มีคุณธรรมจริยธรรม และมีความสามารถแก้ปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิตประจำวันได้อย่างราบรื่น เป็นต้น ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข

2. องค์ประกอบของทักษะชีวิต

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) ได้กำหนดองค์ประกอบทักษะชีวิตที่สำคัญที่จะสร้างและพัฒนาเป็นภูมิคุ้มกันชีวิตให้แก่เด็กและเยาวชนในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับอนาคตไว้ 4 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น หมายถึง การรู้จักความถนัดความสามารถ จุดเด่น จุดด้อยของตนเอง เข้าใจความแตกต่าง ของแต่ละบุคคล รู้จักตนเอง ยอมรับเห็นคุณค่าและภาคภูมิใจในตนเองและผู้อื่น มีเป้าหมายในชีวิต และมีความรับผิดชอบ 2) การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ หมายถึง การแยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์รอบตัว วิพากษ์วิจารณ์ และประเมินสถานการณ์รอบตัวด้วยหลักเหตุผลและข้อมูลที่ถูกต้องรับรู้ปัญหา สาเหตุของปัญหา หาทางเลือกและตัดสินใจแก้ปัญหาใน สถานการณ์ต่าง ๆ อย่างสร้างสรรค์ 3) การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึง ความเข้าใจและรู้เท่าทันภาวะอารมณ์ของบุคคลรู้สาเหตุของความเครียด รู้วิธีการ

ควบคุม อารมณ์และความเครียด รู้วิธีผ่อนคลาย หลีกเลี่ยงและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่จะก่อให้เกิดอารมณ์ไม่พึงประสงค์ไปในทางที่ดี และ 4) การสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่น หมายถึง การเข้าใจมุมมอง อารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น ใช้ภาษาพูดและภาษากาย เพื่อสื่อสารความรู้สึก นึกคิดของตนเอง รับรู้ความรู้สึกนึกคิดและความต้องการของผู้อื่น วางตัวได้ถูกต้อง เหมาะสมในสถานการณ์ต่าง ๆ ใช้การสื่อสารที่สร้าง สัมพันธภาพที่ดีสร้างความร่วมมือและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

World Health Organization. (สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้จังหวัดจันทบุรี, 2566) เสนอว่า องค์ประกอบของทักษะชีวิตจะมีความแตกต่างกันตามวัฒนธรรมและสถานที่ แต่ทักษะชีวิตที่จำเป็นที่สุดที่ทุกคนควรมี ซึ่งองค์การอนามัยโลกได้สรุปไว้ และถือเป็นหัวใจสำคัญในการดำรงชีวิต คือ 1) ทักษะการตัดสินใจ (Decision Making) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีระบบ เช่น ถ้าบุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนเองที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านสุขภาพ หรือความปลอดภัยในชีวิต โดยประเมินทางเลือกและผลที่ได้จากการตัดสินใจเลือกทางที่ถูกต้องเหมาะสม ก็จะมีผลต่อการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ 2) ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความตึงเครียดทางกายและจิตใจ จนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไข 3) ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในการคิดที่จะเป็นส่วนช่วยในการตัดสินใจและแก้ปัญหาโดยการคิดสร้างสรรค์ เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก และสามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม 4) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical Thinking) เป็นความสามารถในการคิดเชิงวิเคราะห์เมื่อมีข้อมูลต่าง ๆ เข้ามาในชีวิตสามารถประเมินปัญหา ตลอดจนสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและมีผลต่อการดำเนินชีวิตในสังคม 5) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication) เป็นความสามารถในการสื่อสาร ได้แก่ การใช้คำพูด ตลอดจนการใช้ท่าทางเพื่อแสดงความรู้สึก ความรู้และความคิดของตนเองอย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญ เช่น การแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม การขออภัย การเจรจาต่อรอง การดักเตือน การช่วยเหลือ และการปฏิเสธ เป็นต้น 6) ทักษะการสร้างสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship) คือ ความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ที่ดีต่อกันของบุคคล และมีความสามารถในการคงไว้ซึ่งสัมพันธ์ที่ดีนั้นไว้อย่างยั่งยืน 7) ทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) คือ ความรู้ ความสามารถในการเข้าใจตนเอง รู้จักค้นหาจุดเด่นจุดด้อยของตนเองเพื่อพัฒนาให้ดีขึ้น รู้ความต้องการและความไม่ต้องการใดๆที่แท้จริงของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เข้าใจตัวเองในการที่ต้องพบกับสถานการณ์ต่างๆที่เป็นปัญหาหรืออุปสรรคใดๆในชีวิต ทักษะนี้ถือว่าเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างความสัมพันธ์ การตัดสินใจ และความเข้าใจผู้อื่น 8) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) คือการมีความสามารถในการทำความเข้าใจถึงความเหมือนและความแตกต่างระหว่างบุคคล ได้แก่ ความแตกต่างกันในด้านความสามารถ ความแตกต่างกันในด้านเพศ ความแตกต่างกันในด้านวัย ความแตกต่างกันในการศึกษา ความแตกต่างกันในด้านศาสนา ความแตกต่างกันในด้านความเชื่อ ความแตกต่างกันในด้านสีผิว และความแตกต่างกันในด้านอาชีพ เป็นต้น ซึ่งช่วยให้บุคคลสามารถยอมรับบุคคลอื่นที่มีความแตกต่างจากตนเองได้ นำไปสู่การมีจิตใจที่ต้องการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่มีความสามารถดีกว่า หรือบุคคลที่ได้รับความเดือดร้อนมากกว่าตน เป็นต้น 9) ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with Emotion) คือ ความสามารถในการเข้าใจอารมณ์ของตนเองและเข้าใจอารมณ์ของผู้อื่น มีความตระหนักรู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เสมอ มีความรู้และทักษะในการจัดการกับอารมณ์โกรธ อารมณ์เศร้า ที่ส่งผลเสียต่อร่างกายและจิตใจได้อย่างเหมาะสม และ 10) ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with Stress) เป็น

ความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกิดการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมและไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพ

โสภา กักบางยางและคณะ (2565) กล่าวว่า ทักษะชีวิตร่วมสมัย 3 มีประการ คือ ประการที่ 1 ทักษะการคิด (Thinking Skill) ประกอบด้วย 1) การตัดสินใจ 2) การคิดแก้ปัญหา 3) การคิดมุ่งอนาคต และ 4) การคิดสร้างสรรค์ ประการที่ 2 ทักษะการสื่อสาร (Communication Skill) ประกอบด้วย 1) การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร และ 2) การปฏิเสธ และประการที่ 3 ทักษะทางอารมณ์ (Emotion Skill) ประกอบด้วย 1) การตระหนักรู้ในตนเอง และ 2) การจัดการกับอารมณ์ของตนเอง

Botvin (2006) ได้แบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตออกเป็น 3 กลุ่ม คือ 1) ทักษะการดำรงชีวิตประจำวัน (Daily Life Skills) เป็นทักษะที่จำเป็นต้องใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ผู้ที่มีทักษะด้านนี้จะแสดงความสามารถออกมาให้ปรากฏจนเป็นนิสัยที่เห็นได้อย่าง ชัดเจน ได้แก่ ความสามารถในการบริหารจัดการระบบการเงิน (Managing Personal Finances) เช่น นับ และทอนเงินได้ถูกต้อง รู้จักออมทรัพย์และตรวจสอบบัญชีเงินฝากของตน รู้จักควบคุมงบประมาณ การใช้จ่ายให้คงที่ รู้วิธีบันทึกราคาใช้จ่าย จ่ายโดยใช้เงินสด และบัตรเครดิตด้วยความรับผิดชอบ สามารถคำนวณภาษีเงินได้ ไม่หลีกเลี่ยงการเสียภาษี ชำระเงินตามใบเรียกเก็บเงินตรงตามกำหนดเวลา ความสามารถในการเลือกและจัดการงานบ้าน (Selecting and Managing a Household) เช่น รู้จักดูแลรักษากitchen ให้สะอาดน่าอยู่ ทำงานบ้านได้ รู้จักวางแผนและ เตรียมอาหารการกินของตนเอง ความสามารถในการดูแลตนเอง (Caring for Personal Needs) เช่น รู้จักเอาใจใส่สุขภาพของตนเอง มีจิตใจเบิกบาน แต่งกายได้เหมาะสม หลีกเลี่ยงการใช้สารเสพติด มีความรู้เกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บและสามารถดูแลป้องกันตนเอง รู้จักออกกำลังกาย รู้หลักโภชนาการและการควบคุมน้ำหนัก การตระหนักถึงความปลอดภัย (Safety Awareness) เช่น มีความรู้เกี่ยวกับ เครื่องหมาย หรือสัญลักษณ์ที่แสดงถึงความปลอดภัย มีความไวต่อการรับรู้เสียงหรือกลิ่นที่ผิดแปลกไปจากเดิม สามารถถอนตัวออกจากเหตุการณ์ที่คับขัน ความสามารถในการจัดหา จัดเตรียม และการบริโภคอาหาร (Raising, Preparing and Consuming Food) เช่น รู้จักเลือกซื้อและวางแผนรายการอาหาร รู้จักทำความสะอาดบริเวณประกอบอาหาร รู้วิธีเก็บถนอมอาหารและวิธีเตรียมอาหาร อ่านป้ายฉลาก และปฏิบัติตามคำแนะนำบนฉลากได้ แสดงนิสัยการกินที่ดี วางแผนรับประทานอาหารแต่ละมื้อในสัดส่วนที่สมดุล ความสามารถในการซื้อและถนอมเครื่องแต่งกาย (Buying and Caring for Clothing) เช่น รู้วิธีซักรีดเสื้อผ้าชนิดต่าง ๆ สามารถซ่อมแซมเสื้อผ้าและเก็บรักษาเสื้อผ้า ตลอดจนต่อรองราคาเสื้อผ้าได้ การแสดงออกถึงการเป็นพลเมืองดี (Exhibiting Responsible Citizenship) เช่น แสดงความรับผิดชอบต่อและมีความรู้เรื่องสิทธิมนุษยชน รายงานเรื่องอาชญากรรมได้ มีความรู้เกี่ยวกับกฎหมาย และการปกครองระดับท้องถิ่นหรือระดับประเทศ และปฏิบัติตาม กฎหมายได้อย่างถูกต้อง ความสามารถในการใช้เครื่องนันทนาการและการใช้เวลาว่าง (Using Recreational Facilities and Engaging in Leisure Activities) เช่น รู้จักหาแหล่งพักผ่อนหย่อนใจเท่าที่มีอยู่ในชุมชน รู้จักเลือกและวางแผนทำกิจกรรมกับบุคคลและกลุ่ม เป็นต้น และความสามารถในการอยู่ร่วมกับชุมชน (Getting Around The Community) เช่น สามารถแยกแยะบริเวณต่าง ๆ ในชุมชนและระบุสถานที่ตั้งของชุมชนได้ รู้กฎจราจรและวิธีรักษาความปลอดภัยในชุมชน เข้าใจและรู้จักใช้แผนที่ของชุมชน เป็นต้น 2) ทักษะเฉพาะบุคคลและทักษะทางสังคม (Personal and Social Skills) เป็นทักษะที่จำเป็นต่อการทำงานและการสร้างมิตรภาพ ได้แก่ ความสามารถในการรู้จักตนเอง (Self – awareness) เช่น สามารถบอกความต้องการด้าน ร่างกายและจิตใจของตนเอง ระบุความสนใจ ความสามารถ และลักษณะอารมณ์ของตนเองได้ รู้วิธีดูแลบำรุงรักษาสุขภาพ เป็นต้น การสร้างความมั่นใจในตนเอง (Self-confidence) เช่น สามารถทำให้ผู้อื่นเห็นถึงคุณค่าของตน บอกได้ว่าผู้อื่นมีการรับรู้ในตนเองอย่างไร ยอมรับผู้อื่น กล่าวคำชมและวิจารณ์ผู้อื่นได้ เป็นต้น ซึ่งการแสดง

พฤติกรรมที่รับผิดชอบต่อสังคม (Socially Responsible Behavior) เช่น ยอมรับในสิทธิและทรัพย์สินของผู้อื่นตระหนักในอำนาจหน้าที่และรู้จักปฏิบัติตาม คำแนะนำต่าง ๆ แสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมในที่สาธารณะ มีมารยาททางสังคมและมารยาทในการรับประทานอาหาร เป็นต้น ความสามารถด้านมนุษยสัมพันธ์ (Good Interpersonal) เช่น รู้จักฟังและ โต้ตอบผู้อื่นมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นและสามารถดำรงความสัมพันธ์นั้นให้ยืนยาว เป็นต้น ความสามารถในการพึ่งพาตนเอง (Independence) เช่น สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ได้โดยไม่ร้องขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น สามารถท่องเที่ยวไปในสถานที่ต่าง ๆ ในชุมชนได้ตามลำพัง รู้จักเปลี่ยนแปลงตารางการเดินทางเมื่อเผชิญกับปัญหา รู้วิธีเลือกคบหาเพื่อน เป็นต้น ความสามารถในการแก้ไขปัญหา (Problem-solving) เช่น รู้จักขอความช่วยเหลือจาก ผู้อื่นในยามจำเป็นรู้จักพัฒนาและประเมินทางเลือกในการแก้ปัญหา สามารถหาทางแก้ปัญหาและวางแผนแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง ความสามารถในการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น (Communicating with others) เช่น สามารถรับรู้และโต้ตอบกับผู้อื่นได้ทุกสถานการณ์ ติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นด้วยความในยามจำเป็น รู้จักพัฒนาและประเมินทางเลือกในการแก้ปัญหา สามารถหาทางแก้ปัญหาและวางแผนแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้อง และ 3) ทักษะการประกอบอาชีพ (Occupational Skills) เป็นทักษะที่จำเป็นต่อความสำเร็จในการประกอบอาชีพ ได้แก่ ความรอบรู้และความสามารถในการสำรวจทางเลือกอาชีพ (Knowing and Exploring Occupational Choices) เช่น รู้วิธีสำรวจความเป็นไปได้ของอาชีพ บอกผลตอบแทนที่เกิดจากการทำงานแต่ละอาชีพได้ สามารถจัดกลุ่มงานออกเป็นประเภทต่าง ๆ ได้ ความสามารถในการคัดเลือกและวางแผนทางเลือกอาชีพ (Selecting and Planning Occupational Choices) เช่น บอกความถนัดในงานแต่ละประเภทได้ระบุความ ต้องการที่จำเป็นของงานแต่ละชนิดได้ การแสดงนิสัยและพฤติกรรมที่เหมาะสมในการทำงาน (Exhibiting Appropriate Work Habits and Behavior) เช่น รู้จักปฏิบัติตามกฎ/ ระเบียบของสำนักงานได้ เห็นความสำคัญของการไป ทำงานและการตรงต่อเวลา ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ ตั้งใจทำงาน และทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความสามารถในการแสวงหางาน/ การรักษาความปลอดภัยและการรักษางาน (Seeking, Securing, and Maintaining Employment) เช่น รู้วิธีหางาน วิธีสมัครงาน วิธีการตอบสัมภาษณ์ และ รู้จักปรับตัวหลังจากเข้าไปทำงานแล้วและความสามารถในการดูแลสุขภาพ (Exhibiting Sufficient Physical and Manual Skill) เช่น มีความแข็งแรง อดทน ทนทาน ร่างกายมีการทำงานประสานกันเป็นอย่างดี ความสามารถในการประกอบอาชีพ (Obtaining Specific Occupational Skills) เช่น รู้จักนำประสบการณ์ที่ได้จากการฝึกงานในโรงเรียนหรือจากการทดลองปฏิบัติงานไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในการทำงาน

จากแนวคิดข้างต้นสรุปได้ว่า องค์ประกอบของทักษะชีวิตประกอบด้วย 4 องค์ประกอบสำคัญ คือ 1) ทักษะเฉพาะบุคคล ได้แก่ ความเข้าใจหรือการรู้จักตนเอง ความเคารพและภูมิใจในตนเอง การจัดการกับอุปสรรคและปัญหาชีวิต การดูแลสุขภาพของตนเอง และการมีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน เป็นต้น 2) ทักษะการใช้ชีวิตในสังคม ได้แก่ ความสามารถในการสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น ความมีจิตสาธารณะ การร่วมคิดร่วมทำกับบุคคลอื่น การจัดการกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว การตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างมีส่วนร่วม และการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์และสร้างสรรค์ 3) ทักษะการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับศตวรรษที่ 21 ได้แก่ ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับข้อดีและข้อจำกัดของเทคโนโลยีดิจิทัล ความสามารถในการสื่อสาร ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี ตามความสนใจ และ ความสามารถในการเรียนรู้ตลอดชีวิต และ 4) ทักษะเฉพาะอาชีพและการทำงาน ได้แก่ ความรู้และทักษะที่เกี่ยวข้องกับการประกอบอาชีพและหน้าที่การงานที่ปฏิบัติอยู่ในปัจจุบัน ความรู้และทักษะในการพัฒนาอาชีพและภาระหน้าที่ให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น ความตระหนักในคุณค่าของอาชีพและงานที่ปฏิบัติ และความรักและผูกพันต่ออาชีพและองค์กรการ เป็นต้น

การพัฒนาทักษะชีวิตที่สอดคล้องกับศตวรรษที่ 21

การพัฒนาทักษะชีวิตที่สอดคล้องกับสภาวะการเปลี่ยนแปลงของศตวรรษที่ 21 เป็นสิ่งสำคัญที่หน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนโดยเฉพาะหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาต้องตระหนักในความสำคัญและความจำเป็นให้มากขึ้น กิจกรรมและกระบวนการในการพัฒนาทักษะชีวิตของมนุษย์ในศตวรรษที่ 21 ที่เหมาะสมมีหลากหลายรูปแบบ ซึ่งผู้เขียนขอเสนอบางรูปแบบที่ควรนำไปใช้ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของชาติ ดังนี้

ธีร ทิพภฤต และคณะ (2555) กล่าวว่า กิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตต้อง 1) เป็นกิจกรรมที่บุคคลมีส่วนร่วมในการค้นหาความรู้หรือสร้างความรู้ร่วมกัน เพื่อช่วยให้บุคคลได้พัฒนาทักษะชีวิตในด้านการคิดวิเคราะห์การคิดตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาอย่างสร้างสรรค์ได้อย่างได้แก่ กิจกรรมที่บุคคลได้มีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น ได้วิพากษ์วิจารณ์ ได้สืบค้นหรือศึกษาค้นคว้า ได้ สังเคราะห์ความรู้จากสื่อและแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ที่เชื่อมโยงกับการใช้ชีวิตจริงและการดำเนินชีวิตในอนาคตและ 2) เป็นกิจกรรมที่บุคคลได้ทำร่วมกัน ได้ลงมือปฏิบัติได้ประยุกต์ใช้ความรู้ที่เรียนมา เช่น กิจกรรมค่าย กิจกรรมชมรม/ ชุมนุม กิจกรรมโครงงาน/ โครงการ กิจกรรมจิตอาสา เป็นต้น ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ช่วยกระตุ้นให้เกิดการพัฒนา ทักษะชีวิตได้เนื่องจากบุคคลได้ใช้ทักษะการสื่อสารและเสริมสร้างสัมพันธภาพระหว่างกลุ่ม ได้ฝึกการจัดการกับอารมณ์และความเครียดของตนเอง ได้รับรู้ความคิดเห็นของผู้อื่น ทำให้เข้าใจผู้อื่น และนำไปสู่การยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น พร้อมกันนั้นยังได้ฝึกไตร่ตรอง ทำความเข้าใจและตรวจสอบตนเองไปด้วย ช่วยให้เข้าใจตนเองและเห็นใจผู้อื่นยิ่งขึ้น บุคคลจะได้รับการยอมรับจากกลุ่ม เพราะได้แสดงความคิดเห็น ได้แสดงออกด้วยการพูดและการทำงานร่วมกันจนสำเร็จ ทำให้ได้รับคำชมและการยอมรับจากกลุ่มและผู้ที่เกี่ยวข้อง เกิดความภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าตนเอง ในกรณีนี้บุคคลเป็นเด็กและเยาวชนวัยเรียนนั้น รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญคือรูปแบบการเรียนรู้ที่สามารถเสริมสร้างทักษะชีวิตได้เป็นอย่างดี ซึ่งมีอยู่ด้วยกันหลายแบบ แต่ละแบบใช้เทคนิคและวิธีการจัดการเรียนรู้ต่างกันออกไป เช่น กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Participatory Learning) คือ การเรียนการสอนที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนให้มากขึ้น โดยกระตุ้นให้เด็กได้แสดงความคิดเห็นและคิดแก้ปัญหา กระบวนการเรียนรู้แบบร่วมมือ (Cooperative Learning) คือ การจัดการเรียนการสอนที่เน้นให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติงานเป็นกลุ่มย่อย เพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกในกลุ่มที่มีความถนัดแตกต่างกันได้ร่วมแบ่งปันและ ร่วมเสริมสร้างสมรรถนะความสามารถของสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม ด้วยการเรียนรู้ร่วมกัน

คณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2559) เสนอว่ากิจกรรมที่จะสร้างและพัฒนาทักษะชีวิตต้องเป็นกิจกรรมที่มุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญผู้เรียนเป็นผู้ได้รับประโยชน์จากการเรียนรู้ซึ่งลักษณะของกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพในการสร้างและพัฒนาทักษะชีวิตผู้เรียน ได้แก่ 1) กิจกรรมที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมค้นพบความรู้หรือสร้างความรู้ด้วยตนเอง ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนเกิดทักษะชีวิตในด้านการคิดวิเคราะห์การคิดตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมการเรียนรู้ที่ให้โอกาสผู้เรียน แสดงความคิดเห็น วิพากษ์วิจารณ์ข่าวสาร เหตุการณ์สถานการณ์ หรือ ประสบการณ์ของผู้เรียน และกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผู้เรียนได้สืบค้นหรือ ศึกษา ค้นคว้าคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ความรู้จากสื่อต่าง ๆ และแหล่งเรียนรู้ ทั้งภายในและภายนอกสถานศึกษาได้สะท้อนตนเองเชื่อมโยงกับชีวิตและ การดำเนินชีวิตในอนาคต และ 2) กิจกรรมที่ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ได้ลงมือกระทำกิจกรรมลักษณะต่าง ๆ ได้ประยุกต์ใช้ความรู้ เช่น กิจกรรมทัศนศึกษา กิจกรรมค่าย กิจกรรมวันสำคัญ กิจกรรมชมรม/ ชุมนุม กิจกรรมโครงงาน/ โครงการ กิจกรรมอาสา เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้เป็นกิจกรรมที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาทักษะชีวิต ได้แก่ ได้เสริมสร้างสัมพันธภาพและใช้ทักษะการ

สื่อสาร ได้ฝึกการจัดการอารมณ์และความเครียดของตนเอง ได้รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ทำให้เข้าใจผู้อื่น นำไปสู่การยอมรับความคิดเห็น ผู้อื่น รู้จักไตร่ตรอง ทำความเข้าใจและตรวจสอบตนเองทำให้เข้าใจตนเองและเห็นใจผู้อื่น และได้รับการยอมรับจากกลุ่ม ได้แสดงออกด้านความคิด การพูด และการทำงานมีความสำเร็จ ให้ได้รับคำชม เกิดความภูมิใจและเห็นคุณค่าตนเอง นำไปสู่ความรับผิดชอบ ทั้งต่อตนเองและสังคม

ไพรินทร์ สระแก้ว (2565) ได้เสนอแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตว่าควรดำเนินการ ดังนี้

- 1) ทักษะด้านความคิด ต้อง (1) หมั่นศึกษาหาความรู้อย่างรอบด้าน เพราะความรู้ คือ พื้นฐานของความคิด การมีความรู้รอบด้านจะช่วยให้สามารถคิดเชื่อมโยงได้อย่างเป็นระบบ เห็นภาพ ความสัมพันธ์ของสิ่งต่าง ๆ ในลักษณะขององค์รวม และเห็นทางเลือกในการแก้ปัญหาที่หลากหลาย (2) เปิดกว้างทางความคิด ด้วยการเปิดใจรับฟังแนวคิดใหม่ ๆ ไม่ปิดกั้นตนเองอยู่ในกรอบแนวคิดเดิม ๆ เพราะสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา การมองสังคมในการศึกษาความรู้รอบด้านช่วยให้เกิดการพัฒนาทางความคิดและนำไปสู่การปฏิบัติในทางที่สร้างสรรค์ การเป็นอาสาสมัครทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม ช่วยให้เกิดการพัฒนาจิตใจและเข้าใจผู้อื่นในสังคมได้ดียิ่งขึ้น (3) ตั้งคำถามกับสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ความสงสัย คือ ต้นเหตุแห่งความรู้ การตั้งคำถามกับสิ่งต่าง ๆ รอบตัว จึงส่งเสริมให้บุคคลได้คิดและลงมือหาคำตอบ คำถามจึงเป็นเครื่องมือกระตุ้นความคิดที่สำคัญ และนำไปสู่การค้นพบความรู้ใหม่ ๆ (2) ด้านอารมณ์และจิตใจ ต้อง (1) ปรับทัศนคติและเปิดใจให้กว้าง ด้วยการไม่ยึดถือตนเองเป็นศูนย์กลาง ไม่มองว่าตนนั้นดีที่สุด ฝึกมองโลกในด้านบวก เชื่อว่าทุกปัญหาแก้ไขได้ และรู้จักที่จะเอาใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งจะช่วยให้อาใจผู้อื่นมากขึ้นและ อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขมากขึ้น เช่น การ ทำงานร่วมกับผู้อื่นก็ควรจะต้องเปิดโอกาสให้ทุกคนได้แสดงความคิดเห็นร่วมกัน เพื่อให้เกิดแนวคิดที่สร้างสรรค์ใหม่ ๆ และเกิดประโยชน์ต่องานที่ทำอย่างสูงสุด เป็นต้น

สรุปแนวคิดข้างต้นเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะชีวิตของบุคคลในยุคศตวรรษที่ 21 ได้ว่าการพัฒนาทักษะชีวิตในยุคศตวรรษที่ 21 ต้องอาศัยการพัฒนาด้วย 1) กิจกรรมที่เน้นการทำงานร่วมกันของบุคคลเพื่อให้บุคคลได้มีกระบวนการในการร่วมคิด ร่วมทำและร่วมภาคภูมิใจในผลงานของกลุ่มซึ่งจะนำไปสู่ความภูมิใจในตนเองตามมา กิจกรรมที่สำคัญได้แก่ กิจกรรมค่าย กิจกรรมชมรม/ ชุมนุม กิจกรรมโครงงาน/โครงการกิจกรรมจิตอาสา และกิจกรรมชุมชนแห่งการเรียนรู้เชิงวิชาชีพ (PLC) เป็นต้น 2) กิจกรรมที่เน้นการพัฒนากระบวนการคิดและแก้ปัญหาที่ซับซ้อนที่ต้องใช้ทักษะการคิดขั้นสูง เช่น กิจกรรมการแก้ปัญหาสังคมหรือชุมชน กิจกรรมการพัฒนาและสร้างสรรค์สังคม กิจกรรมรณรงค์เพื่อความสุขในสังคม เป็นต้น และ 3) กิจกรรมที่เน้นการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเข้าเกี่ยวข้องในการปฏิบัติกิจกรรม เช่น กิจกรรมศึกษาข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ที่อยู่ในรูปข้อมูลสารสนเทศในระบบออนไลน์ กิจกรรมการคิดคำนวณโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป และกิจกรรมที่เน้นการนำเสนอด้วยเทคโนโลยีที่ทันสมัยแบบต่าง ๆ

บทสรุป

โลกในศตวรรษที่ 21 เป็นสภาวะความเป็นไปของโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงในทุกด้านอย่างต่อเนื่อง การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนำมาซึ่งปัญหาที่เกิดกับบุคคลอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ สาเหตุสำคัญของการเปลี่ยนแปลงคือความเจริญก้าวหน้าทางนวัตกรรมและเทคโนโลยีที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องส่งผลต่อการปรับตัวของบุคคลที่จะต้องก้าวตามให้ทันการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ซึ่งต้องอาศัยความรู้และทักษะที่สำคัญคือ ทักษะพื้นฐานที่ใช้ในการเรียนรู้สิ่งใหม่ เช่น ทักษะด้านการใช้ภาษา ทักษะการคิด ขั้นสูง ทักษะการสื่อสาร ทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น และทักษะในการใช้เทคโนโลยีเพื่อการเรียนรู้ เป็นต้น 2) ทักษะด้านนวัตกรรมและเทคโนโลยี เช่น ความรู้ความเข้าใจธรรมชาติของเทคโนโลยีการใช้เทคโนโลยีเพื่อสนองความต้องการในชีวิตประจำวัน ทักษะด้านเศรษฐศาสตร์และการเงิน และ 3) ทักษะชีวิต เช่น การเข้าใจตนเองและอื่น การปรับตัวให้เข้ากับ

สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป ความเป็นผู้นำ ความคิดริเริ่ม การทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมาย ทักษะในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม และทักษะการแก้ปัญหา เป็นต้น

ในส่วนของทักษะชีวิต (Life Skill) ของบุคคลในยุคศตวรรษที่ 21 สามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นในตัวบุคคลได้โดยอาศัยกิจกรรมที่เหมาะสม ได้แก่ 1) กิจกรรมที่เน้นการทำงานร่วมกันของบุคคล 2) กิจกรรมที่เน้นการพัฒนากระบวนการคิดและแก้ปัญหาที่ซับซ้อนที่ต้องใช้ทักษะการคิดขั้นสูง และ 3) กิจกรรมที่เน้นการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเข้าเกี่ยวข้องในการปฏิบัติกิจกรรม เป็นต้น ซึ่งเมื่อบุคคลมีทักษะดังกล่าวอย่างสมบูรณ์ก็จะทำให้สามารถดำเนินชีวิตท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงของโลกในศตวรรษที่ 21 ได้อย่างราบรื่นและปกติสุขในที่สุด

เอกสารอ้างอิง

- ณัฐวัฒน์ ล่องทอง. (2565). การปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 เพื่อความสุขในการทำงาน. เชียงใหม่: คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นภัทร สิทธาโนมัย. (2566). 21st Century Skills ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21. สืบค้นจาก <https://smart-icamp.com/2021/07/06/21st-century-skills>.
- นาโชค อุ่นเวียง. (2566). โลกในศตวรรษที่ 21. สืบค้นจาก <https://www.truelookpanya.com/learning/detail/34764>.
- ธีร ทิพกฤต และคณะ. (2555). 6 คำถามสร้างทักษะชีวิต: ประสบการณ์สำหรับครูทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประเสริฐ ตันสกุล และคณะ. (2558). ยุทธศาสตร์ทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพเยาวชน. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติดแห่งชาติ.
- พระณัฐภูมิ พันทะลี. (2563). การเปลี่ยนแปลงทางสังคมในศตวรรษที่ 21. วารสารวิชาการพระพุทธศาสนา เขตลุ่มแม่น้ำโขง. 3(1, กรกฎาคม-ธันวาคม 2563)
- พัชรินทร์ โลหา. (2562). ศตวรรษที่ 21. สืบค้นจาก <https://www.gotoknow.org/posts/659944>.
- ไพรินทร์ สรรแก้ว. (2565). ทักษะชีวิตและสังคม. กรุงเทพฯ: อักษรเจริญทัศน์.
- ยีน ภูววรรณ. (2567). ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21. สืบค้นจาก <https://cubiccreative.org/21st-century-skill/>.
- ยุตติชน บุญเทศ. (2566). รูปแบบการส่งเสริมทักษะชีวิตในโรงเรียนประถมศึกษาของพื้นที่ เขตพัฒนาพิเศษภาคตะวันออก. วารสารบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต, 19(2, พฤษภาคม – สิงหาคม 2566).
- โรงเรียนนานาชาติบางนา. (2565). การเรียนรู้ Life Skills “ทักษะชีวิต” สำคัญ และจำเป็นสำหรับลูกของเรา. สืบค้นจาก <https://www.dprep.ac.th/th/life-skills-framework/>
- วลัยลักษณ์ คงพระจันทร์. (2565). ทักษะแห่งศตวรรษที่ 21: อยู่รอดแม้จุดยืนมนุษย์สันคลอน ในโลกดิจิทัลที่ไม่ย้อนกลับหลัง. สืบค้นจาก <https://www.nectec.or.th/news/news-pr-news/21st-century-skills.html>.
- สุวิธิดา จรุงเกียรติกุล. (2561). ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21(The Twenty-First Century Skills). สืบค้นจาก <https://www.truelookpanya.com/education/content/66054/-teaartedu-teaart-teaarttea->
- โสภา กักบางยางและคณะ. (2565). ทักษะชีวิตร่วมสมัย. กรุงเทพฯ: สำนักวิชาศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2559). *แนวทางการพัฒนาทักษะชีวิต*. กรุงเทพฯ: สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ.

Botvin, Gilbert J. (2006). *Life Skills Training: Promoting Health and Personal Development*. New York: Princeton Health Press.

World Economic Forum. (2023). *The World Economic Forum's Future of Jobs 2023*. Retrieved from <https://www.weforum.com/world-economic-forum-2023/>.

World Health Organization. (1994). *Life Skill Education in School*. Geneva: World Health Organization.