

การพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมบูรณาการในชีวิตประจำวัน Developing Life Skills in Early Childhood through Integrated Daily Activities

ณัฐยา เกตุสิริ¹, และ วารุณี เรียนรู้²

Nattaya Ketusiri¹, and Warunee Rianru²

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร^{1,2}

Phranakhon Rajabhat University^{1,2}

Corresponding Author e-mail: ketusiri.kukkik@gmail.com

Retrieved April 17, 2025; Revised June 12, 2025; Accepted June 27, 2025

บทคัดย่อ

บทความนี้มุ่งเสนอแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมบูรณาการในชีวิตประจำวัน โดยมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ที่เป็นธรรมชาติ เหมาะสมกับวัย และสอดคล้องกับบริบทชีวิตจริงของเด็ก ทักษะชีวิตที่จำเป็น เช่น การสื่อสาร การตัดสินใจ การดูแลตนเอง และการอยู่ร่วมกับผู้อื่น สามารถปลูกฝังได้อย่างมีประสิทธิภาพผ่านกิจกรรมที่แฝงอยู่ในชีวิตประจำวัน เช่น การช่วยงานบ้าน การดูแลสุขภาพ การเล่นบทบาทสมมติ และการมีปฏิสัมพันธ์ในสังคม งานวิจัยที่เกี่ยวข้องชี้ให้เห็นว่า การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมชีวิตจริงส่งผลต่อการพัฒนาการด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาอย่างรอบด้าน บทความนี้จึงเสนอแนวทางและตัวอย่างกิจกรรมที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัยให้มีทักษะชีวิตที่เข้มแข็งและพร้อมเติบโตอย่างมีคุณภาพ

คำสำคัญ: ทักษะชีวิต, เด็กปฐมวัย, กิจกรรมบูรณาการ, ชีวิตประจำวัน

Abstract

This academic article presents an approach to developing life skills in early childhood through integrated daily activities. The objective is to promote natural and age-appropriate learning experiences that align with children's real-life contexts. Essential life skills such as communication, decision-making, self-care, and social interaction can be effectively nurtured through meaningful everyday activities, including household tasks, health routines, role-playing, and peer interactions. Research indicates that learning through real-life situations positively impacts children's physical, emotional, social, and cognitive development. This article provides practical guidelines and activity examples that educators and caregivers can implement to help young children build a solid foundation of life skills and grow into well-rounded individuals.

Keywords: Life skills, early childhood, integrated activities, daily routines

บทนำ

ช่วงวัยปฐมวัยนับเป็นช่วงเวลาสำคัญในการวางรากฐานของชีวิตมนุษย์ ทั้งในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา การส่งเสริมพัฒนาการในช่วงเวลานี้จึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพในอนาคต แนวคิดของการศึกษาปฐมวัยในปัจจุบันจึงเน้นการส่งเสริมพัฒนาการอย่างรอบด้านผ่านกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับวัย และที่สำคัญต้องสอดคล้องกับชีวิตประจำวันของเด็กอย่างเป็นธรรมชาติ

ทักษะชีวิต (Life Skills) เป็นองค์ประกอบสำคัญที่เด็กควรได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ช่วงวัยเริ่มต้น ทักษะชีวิตคือความสามารถในการจัดการกับความต้องการและความท้าทายต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยองค์การอนามัยโลก (World Health Organization [WHO], 1999) ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 ประการ ซึ่งครอบคลุมทักษะด้านการคิด การตัดสินใจ การสื่อสาร การมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การจัดการอารมณ์ และการมีความตระหนักรู้ในตนเอง เป็นต้น โดยเห็นว่าทักษะชีวิตเหล่านี้จะช่วยให้อุคคลสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข

ในบริบทของเด็กปฐมวัย การพัฒนาทักษะชีวิตควรดำเนินควบคู่ไปกับกิจกรรมในชีวิตประจำวันของเด็ก ไม่ว่าจะเป็นการรับประทานอาหาร การล้างมือ การเล่นกับเพื่อน การช่วยเหลืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ หรือแม้แต่การสื่อสารกับผู้ใหญ่ในครอบครัว ล้วนเป็นประสบการณ์ที่สามารถนำมาใช้เป็นสื่อในการฝึกฝนทักษะชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ หากได้รับการออกแบบกิจกรรมอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง

อย่างไรก็ตาม การจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กปฐมวัยยังคงเป็นความท้าทายสำหรับครูและผู้ปกครอง เนื่องจากอาจยังขาดความเข้าใจในวิธีการจัดกิจกรรมที่สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็ก และชีวิตจริง หลายครั้งกิจกรรมที่จัดขึ้นในสถานศึกษามักจะเน้นการสอนแบบเป็นทางการ (Formal Instruction) มากกว่าการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง ซึ่งอาจทำให้เด็กขาดโอกาสในการพัฒนาทักษะชีวิตที่แท้จริง ดังนั้น การส่งเสริมให้เด็กได้มีประสบการณ์ตรง (Hands-on Experience) และการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมที่บูรณาการอยู่ในชีวิตประจำวันจึงมีความสำคัญยิ่ง

แนวคิดของ กิจกรรมบูรณาการในชีวิตประจำวัน (Integrated Daily Activities) หมายถึง การจัดกิจกรรมให้เด็กได้เรียนรู้ผ่านสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตจริง โดยนำเอาสถานการณ์หรือบริบทของชีวิตประจำวัน เช่น การแต่งตัว การดูแลสุขภาพ การช่วยเหลืองานบ้าน หรือการเล่นบทบาทสมมติ มาบูรณาการเข้ากับกระบวนการเรียนรู้ เพื่อให้เด็กได้ฝึกฝนทักษะต่าง ๆ อย่างเป็นธรรมชาติ แนวทางนี้สอดคล้องกับแนวคิดของการเรียนรู้แบบสร้างสรรค์เป็นฐาน (Constructivist Learning) ที่เน้นให้เด็กเป็นผู้สร้างความรู้จากประสบการณ์ของตนเอง ผ่านการมีส่วนร่วมในสถานการณ์จริงที่มีความหมายต่อชีวิตของเขา (Piaget, 1952; Vygotsky, 1978)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องจำนวนมากสนับสนุนแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตผ่านกิจกรรมบูรณาการในชีวิตประจำวัน เช่น งานวิจัยของ *ประภาพรพรณ คำประโคน (2563)* ที่ศึกษาการจัดกิจกรรมชีวิตประจำวันในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก พบว่าเด็กที่ได้รับการส่งเสริมให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมชีวิตประจำวันมีพัฒนาการทางทักษะชีวิตที่สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะในด้านการช่วยเหลือตนเอง การมีความรับผิดชอบ และการ



อยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเหมาะสม นอกจากนี้ Jones, Greenberg & Crowley (2015) ยังได้ชี้ให้เห็นว่าการพัฒนาเด็กในด้านทักษะทางสังคมและอารมณ์ตั้งแต่ระดับอนุบาลส่งผลอย่างมากต่อความสำเร็จในชีวิตในระยะยาว ไม่ว่าจะเป็นในด้านการเรียน การทำงาน และความสัมพันธ์ในสังคม

การบูรณาการกิจกรรมชีวิตประจำวันยังช่วยให้เด็กได้พัฒนาทักษะการคิดเชิงวิพากษ์ (Critical Thinking) การแก้ปัญหา (Problem Solving) และการตัดสินใจ (Decision Making) ผ่านสถานการณ์จริง เช่น การเลือกของใช้ การแก้ปัญหาเมื่อเกิดความขัดแย้งกับเพื่อน หรือการวางแผนในการทำงานที่ได้รับมอบหมาย กิจกรรมเหล่านี้สามารถออกแบบให้เหมาะสมกับพัฒนาการของเด็ก โดยเน้นกระบวนการเรียนรู้ผ่านการลงมือทำจริง (Learning by Doing) และการมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้น (Active Participation)

อีกทั้งยังมีงานวิจัยที่ชี้ให้เห็นว่า การพัฒนาเด็กผ่านกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันช่วยลดความเหลื่อมล้ำทางการเรียนรู้ในกลุ่มเด็กที่มีภูมิหลังทางสังคมและวัฒนธรรมที่หลากหลาย เพราะกิจกรรมในชีวิตจริงมักจะอยู่ในบริบทที่เด็กคุ้นเคย ทำให้เกิดความเข้าใจง่าย ไม่รู้สึกกดดัน และสามารถสร้างแรงจูงใจในการเรียนรู้ได้ดีกว่าการเรียนรู้ในลักษณะนามธรรม เช่นเดียวกับที่ UNICEF (2019) กล่าวถึงหลักการของการจัดการศึกษาปฐมวัยว่าควรเป็นการเรียนรู้ที่อยู่บนพื้นฐานของการเล่น การลงมือทำ และบริบทชีวิตจริง (Play-based and experiential learning)

ในบริบทของประเทศไทย ปัจจุบันมีความพยายามในการส่งเสริมให้ครูและผู้ดูแลเด็กปฐมวัยมีความรู้ ความเข้าใจ และทักษะในการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะชีวิตเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะในการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ ซึ่งจะช่วยให้เด็กได้เรียนรู้หลากหลายทักษะไปพร้อมกันภายใต้กิจกรรมเดียว เช่น การเล่นสมมติบทบาท (Role Play) ที่เด็กอาจเรียนรู้เรื่องการสื่อสาร การวางแผน ความร่วมมือ และการจัดการอารมณ์ในเวลาเดียวกัน

อย่างไรก็ตาม ยังพบว่าการจัดกิจกรรมในลักษณะดังกล่าวยังไม่แพร่หลายนักในระดับปฏิบัติการ หลายพื้นที่ยังคงขาดทรัพยากร บริบททางวัฒนธรรม หรือความเข้าใจที่ถูกต้องในการนำแนวทางเหล่านี้ไปใช้ ดังนั้น บทความนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัยโดยอาศัยกิจกรรมบูรณาการในชีวิตประจำวันเป็นกลไกสำคัญ รวมถึงนำเสนอกรอบแนวคิด ตัวอย่างกิจกรรม และผลการศึกษาวิจัยที่สามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาเด็กปฐมวัยในสถานศึกษาและครอบครัวได้อย่างเป็นรูปธรรม

แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิตในเด็กปฐมวัย

ทักษะชีวิต (Life Skills) เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความสุข และสามารถรับมือกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม สำหรับเด็กปฐมวัยซึ่งอยู่ในช่วงวัยแห่งการเรียนรู้พื้นฐานของชีวิต การพัฒนาทักษะชีวิตจึงควรเริ่มต้นตั้งแต่วัยต้นของการเติบโต เพื่อให้เด็กสามารถพัฒนาศักยภาพตนเองได้อย่างเต็มที่ในทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization [WHO], 1999) ได้ให้คำนิยามของ “ทักษะชีวิต” ว่าเป็นความสามารถในการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมและมีความยืดหยุ่นในการเผชิญกับความต้องการและความท้าทายในชีวิตประจำวัน ซึ่งประกอบด้วยทักษะหลัก 10 ประการ ได้แก่

1. การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness)
2. การเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy)
3. การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical Thinking)
4. การคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking)
5. การตัดสินใจ (Decision Making)
6. การแก้ไขปัญหา (Problem Solving)
7. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication)
8. การสร้างและรักษาสัมพันธภาพ (Interpersonal Relationships)
9. การจัดการกับอารมณ์ (Coping with Emotions)
10. การจัดการกับความเครียด (Coping with Stress)

เมื่อพิจารณาในบริบทของเด็กปฐมวัย ทักษะชีวิตจะเกี่ยวข้องโดยตรงกับความสามารถในการดำเนินชีวิตประจำวันของเด็กอย่างมีความสุขและปลอดภัย โดยเฉพาะในด้านการดูแลตนเอง (Self-care), การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social Interaction), การสื่อสาร (Communication), การรู้จักรับผิดชอบ (Responsibility), และการควบคุมอารมณ์ (Emotional Regulation) ซึ่งทักษะเหล่านี้จะเป็นรากฐานสำคัญของการเรียนรู้ในระดับที่สูงขึ้นในอนาคต

แนวทางการพัฒนาการเด็กหลายแนวทางให้ความสำคัญกับทักษะชีวิต เช่น

- Jean Piaget นักจิตวิทยาพัฒนาการชาวสวิส ชี้ให้เห็นว่าเด็กเรียนรู้ผ่านการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยเด็กจะค่อย ๆ พัฒนาความเข้าใจและทักษะต่าง ๆ ผ่านประสบการณ์ตรงในชีวิตประจำวัน

- Lev Vygotsky เน้นบทบาทของปฏิสัมพันธ์ทางสังคม โดยเฉพาะระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่หรือเด็กกับเพื่อน ซึ่งมีผลต่อพัฒนาการทางสติปัญญาและทักษะชีวิตอย่างมาก โดยเสนอแนวคิด “Zone of Proximal Development (ZPD)” ซึ่งอธิบายถึงสิ่งที่เด็กสามารถทำได้ด้วยความช่วยเหลือ และจะนำไปสู่การเรียนรู้ที่มีคุณภาพ

- Erik Erikson กล่าวถึงพัฒนาการทางจิตสังคมของเด็กในช่วงปฐมวัยว่าอยู่ในระยะที่เด็กต้องเรียนรู้เรื่องความไว้วางใจ การริเริ่ม และความเป็นอิสระ ซึ่งล้วนเกี่ยวข้องโดยตรงกับทักษะชีวิต

นอกจากนี้ แนวคิดด้านการศึกษาแบบองค์รวม (Holistic Education) และการเรียนรู้แบบสร้างสรรค์เป็นฐาน (Constructivist Learning) ยังสนับสนุนให้ครูและผู้ดูแลเด็กส่งเสริมทักษะชีวิตผ่านกิจกรรมที่สัมพันธ์กับบริบทของชีวิตประจำวัน เช่น การเล่นเกม การทำกิจกรรมในบ้าน การดูแลสุขภาพ การพูดคุย หรือการแก้ปัญหาในสถานการณ์จริง ซึ่งทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ที่มีความหมายและยั่งยืน

การพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กปฐมวัย จึงไม่ใช่เพียงการสอนแบบตรงไปตรงมา แต่ควรเน้น “การเรียนรู้ผ่านการมีประสบการณ์” (Experiential Learning) โดยเด็กควรมีโอกาสได้ทดลอง คิด แก้ปัญหา และแสดงออกด้วยตนเอง ภายใต้การสนับสนุนจากผู้ใหญ่ที่เข้าใจและเปิดโอกาสให้เด็กได้เรียนรู้ในบรรยากาศที่ปลอดภัยและเป็นมิตร

ตัวอย่างของทักษะชีวิตในเด็กปฐมวัย ได้แก่



- การสวมเสื้อผ้าด้วยตนเอง
- การล้างมือก่อนรับประทานอาหาร
- การพูดขอโทษเมื่อทำผิด
- การรอคิว
- การแบ่งของเล่นกับเพื่อน
- การแสดงความรู้สึกอย่างเหมาะสม
- การแก้ไขปัญหาเล็ก ๆ ด้วยตนเอง
- การเลือกสิ่งของที่ปลอดภัย

จะเห็นได้ว่าทักษะเหล่านี้สามารถฝึกฝนได้จากกิจกรรมที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของเด็ก หากครูและผู้ปกครองสามารถออกแบบกิจกรรมหรือจัดสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการเรียนรู้ เด็กก็จะสามารถพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างต่อเนื่องและเป็นธรรมชาติ

กล่าวโดยสรุป แนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิตในเด็กปฐมวัยเน้นให้ความสำคัญกับการพัฒนาความสามารถของเด็กในการรับมือกับชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสม โดยอาศัยการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงที่สัมพันธ์กับบริบทชีวิตจริง ทั้งในบ้าน โรงเรียน และชุมชน ซึ่งต้องอาศัยความร่วมมือจากครู ผู้ปกครอง และผู้เกี่ยวข้องในการส่งเสริมทักษะชีวิตให้กับเด็กอย่างรอบด้าน

การบูรณาการกิจกรรมในชีวิตประจำวันกับการพัฒนาทักษะชีวิต

กิจกรรมในชีวิตประจำวัน เช่น การแต่งตัว การรับประทานอาหาร การทำงานบ้านง่าย ๆ และการเล่นสมมติ ล้วนเป็นโอกาสในการเรียนรู้ที่ทรงคุณค่า ซึ่งเอื้อต่อการพัฒนาทักษะชีวิต เช่น

- การช่วยจัดโต๊ะอาหาร: ส่งเสริมความรับผิดชอบและการร่วมมือ
- การเล่นบทบาทสมมติ: เสริมสร้างจินตนาการและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
- การล้างมือก่อนรับประทานอาหาร: พัฒนาทักษะสุขอนามัย
- การแก้ไขปัญหาในการเล่น: ฝึกการคิดวิเคราะห์และตัดสินใจ

งานวิจัยโดย *ประภาพรพรณ คำประโคน (2563)* พบว่าการจัดกิจกรรมชีวิตประจำวันในศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของเด็ก สามารถพัฒนาทักษะชีวิตได้อย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะในด้านการช่วยเหลือตนเองและการปรับตัวในสังคม

นอกจากนี้ *Jones, D. E., Greenberg, M., & Crowley, M. (2015)* ยังระบุว่า การพัฒนาทักษะทางสังคมและอารมณ์ตั้งแต่ปฐมวัยมีผลต่อความสำเร็จในชีวิตในระยะยาว

แนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในสถานศึกษา

การจัดการศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัยในสถานศึกษาไม่เพียงแต่เน้นด้านวิชาการเท่านั้น แต่ยังต้องคำนึงถึงการพัฒนาเด็กอย่างรอบด้าน โดยเฉพาะ “ทักษะชีวิต” (Life Skills) ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญในการเสริมสร้างพื้นฐานให้เด็กสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมั่นคง มีความสุข และสามารถปรับตัวต่อ

สถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม การจัดกิจกรรมในสถานศึกษาจึงควรออกแบบให้สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็กแต่ละช่วงวัย และมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตอย่างเป็นระบบ

1. การออกแบบกิจกรรมที่สัมพันธ์กับชีวิตจริง

กิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะชีวิตควรเป็นกิจกรรมที่เกิดจากบริบทจริงในชีวิตประจำวันของเด็ก เช่น การแต่งตัว การดูแลของใช้ส่วนตัว การช่วยเหลือเพื่อน การสื่อสารกับครูหรือบุคคลอื่น ๆ กิจกรรมเหล่านี้สามารถฝึกฝนได้ผ่านสถานการณ์ที่เป็นธรรมชาติ ไม่จำเป็นต้องเป็นกิจกรรมพิเศษหรือซับซ้อน เพียงแค่ครูต้องตระหนักและออกแบบให้เด็กได้มีโอกาสมีส่วนร่วม เช่น ให้เด็กจัดเก็บของเล่นหลังเล่นเสร็จ เลือกเมนูอาหารจากภาพ หรือร่วมวางแผนกิจกรรมประจำวัน

2. การจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้

สิ่งแวดล้อมในห้องเรียนควรส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้ด้วยตนเอง โดยใช้หลัก “สิ่งแวดล้อมเป็นครู” (The Environment as the Third Teacher) เด็กควรสามารถเข้าถึงวัสดุ อุปกรณ์ และกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างสะดวกและปลอดภัย เช่น มุมแต่งตัว มุมทำอาหารจำลอง มุมการดูแลตนเอง (เช่น แปรงฟัน ล้างมือ) ซึ่งเปิดโอกาสให้เด็กได้ฝึกทักษะชีวิตผ่านการเล่นบทบาทสมมติ (Role Play) และการเลียนแบบพฤติกรรมจากผู้ใหญ่

3. การใช้กระบวนการมีส่วนร่วมและการคิดเชิงวิพากษ์

ครูควรใช้คำถามปลายเปิดเพื่อกระตุ้นให้เด็กคิด วิเคราะห์ และตัดสินใจ เช่น “ถ้าของเล่นชิ้นนี้หายไป เราควรทำอย่างไรดี?” หรือ “เราควรช่วยเพื่อนอย่างไรถ้าเขาเศร้า?” คำถามเหล่านี้เปิดโอกาสให้เด็กได้พัฒนาทักษะการคิดเชิงวิพากษ์ (Critical Thinking) และการแก้ปัญหา (Problem Solving) ซึ่งเป็นองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สำคัญ

4. การจัดกิจกรรมผ่านการเล่นและการเรียนรู้แบบบูรณาการ

การเล่นเป็นวิธีการเรียนรู้ตามธรรมชาติของเด็กปฐมวัย การจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะชีวิตควรอยู่ในรูปแบบของการเล่น เช่น การเล่นสมมติบทบาท (Dramatic Play) การเล่นเกมย่อย การเล่นสร้างสรรค์ ฯลฯ ซึ่งสามารถบูรณาการทักษะชีวิตเข้าไปในกิจกรรมได้ เช่น การเล่นเป็นร้านขายของ เด็กจะได้ฝึกทักษะการสื่อสาร การตัดสินใจ การนับจำนวน และการจัดการเงินจำลอง หรือการเล่นเป็นครอบครัว เด็กจะได้ฝึกบทบาทของความรับผิดชอบ การดูแลผู้อื่น และการจัดการอารมณ์

5. การส่งเสริมความร่วมมือระหว่างบ้านกับโรงเรียน

การพัฒนาทักษะชีวิตให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดจำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากครอบครัว ผู้ปกครองควรได้รับข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางการส่งเสริมทักษะชีวิตที่สามารถทำได้ที่บ้าน และมีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับครูเพื่อให้เกิดความสอดคล้องระหว่างการเรียนรู้ในบ้านและโรงเรียน เช่น การจัดกิจกรรม “สมุดบันทึกชีวิตประจำวัน” ที่ให้เด็กบันทึกกิจกรรมที่ทำร่วมกับครอบครัว หรือการให้ผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมห้องเรียนบางช่วงเวลา



6. การประเมินผลพฤติกรรมเชิงบวก

การประเมินผลการพัฒนาทักษะชีวิตควรอยู่ในรูปแบบของการสังเกต (Observation) และการบันทึกพฤติกรรม (Anecdotal Record) โดยเน้นการประเมินในบริบทจริง ไม่ใช้การสอบวัดผลแบบเป็นทางการ ครูควรสังเกตพฤติกรรมเด็กขณะมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน การช่วยเหลือตนเอง หรือการแสดงออกทางอารมณ์ แล้วนำข้อมูลไปใช้ในการวางแผนพัฒนาและส่งเสริมรายบุคคลต่อไป

7. การพัฒนาอย่างต่อเนื่องของครูผู้สอน

ครูควรได้รับการอบรมและพัฒนาศักยภาพในการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมทักษะชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งในด้านการออกแบบกิจกรรม การประเมินผล และการสร้างความร่วมมือกับครอบครัว ครูควรมีความเข้าใจในพัฒนาการเด็กเป็นรายบุคคล และสามารถปรับเปลี่ยนกิจกรรมให้เหมาะสมกับความแตกต่างระหว่างบุคคล

แนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในสถานศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัยควรอยู่บนพื้นฐานของการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์จริง การมีส่วนร่วมของเด็ก และความสอดคล้องกับบริบทของชีวิตประจำวัน การจัดกิจกรรมดังกล่าวไม่เพียงแต่เสริมสร้างความสามารถในการดำรงชีวิตของเด็กเท่านั้น แต่ยังช่วยวางรากฐานสำคัญสำหรับการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Lifelong Learning) และการเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพของสังคมในอนาคต

สรุป

การพัฒนาทักษะชีวิตสำหรับเด็กปฐมวัยเป็นกระบวนการที่สำคัญยิ่งในการวางรากฐานชีวิตให้กับเด็กในอนาคต ทักษะชีวิตไม่เพียงแต่เป็นความสามารถในการดูแลตนเองหรือการปฏิบัติกิจกรรมพื้นฐานในชีวิตประจำวันเท่านั้น แต่ยังรวมถึงความสามารถในการคิดวิเคราะห์ การสื่อสาร การจัดการอารมณ์ การเข้าสังคม และการตัดสินใจอย่างมีเหตุผล ซึ่งเป็นทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพในสังคมยุคปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

จากแนวคิดขององค์การอนามัยโลก (WHO, 1999) ที่เสนอกรอบทักษะชีวิตหลัก 10 ด้าน พบว่าแต่ละทักษะสามารถปลูกฝังให้กับเด็กได้ตั้งแต่วัยปฐมวัย ผ่านการเรียนรู้ในชีวิตประจำวัน การเล่น และการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากสถานศึกษาสามารถออกแบบกิจกรรมที่มีความหมายสอดคล้องกับบริบทจริงของเด็ก และส่งเสริมให้เด็กได้คิด ลงมือทำ และแสดงออกด้วยตนเองภายใต้การสนับสนุนของครูและผู้ปกครอง

แนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตในสถานศึกษา ควรเริ่มจากการสร้างความเข้าใจต่อพัฒนาการของเด็กแต่ละคน โดยใช้กิจกรรมที่มุ่งเน้นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง (Experiential Learning) การใช้กิจกรรมบูรณาการในชีวิตประจำวัน เช่น การจัดมุมเล่นสมมติ การทำอาหารจำลอง การดูแลตนเอง หรือการมีส่วนร่วมในกิจวัตรประจำวันของห้องเรียน จะช่วยให้เด็กได้ฝึกฝนและพัฒนาทักษะชีวิตอย่างเป็นธรรมชาติและยั่งยืน

การสร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ การตั้งคำถามปลายเปิด การเล่นเชิงสร้างสรรค์ การจัดการเรียนรู้แบบกลุ่มย่อย ตลอดจนการให้เด็กได้มีส่วนร่วมในกระบวนการคิดและตัดสินใจ เป็นกลยุทธ์ที่ช่วยส่งเสริมทักษะชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ การสื่อสารและความร่วมมือระหว่างครูกับผู้ปกครองก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อความต่อเนื่องในการพัฒนาเด็ก ทั้งที่บ้านและในโรงเรียน

การประเมินผลการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กควรอยู่ในรูปแบบที่ยืดหยุ่นและสอดคล้องกับลักษณะของเด็กปฐมวัย เช่น การสังเกต การจดบันทึกพฤติกรรม หรือการสะท้อนจากการสนทนากับเด็กมากกว่า การสอบแบบวัดผลลัพธ์ โดยครูควรมีความเข้าใจในความแตกต่างระหว่างบุคคล และใช้ข้อมูลจากการประเมินเพื่อปรับการจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับความต้องการของเด็กแต่ละคน

อย่างไรก็ตาม การพัฒนาทักษะชีวิตไม่สามารถดำเนินการได้อย่างมีประสิทธิภาพหากขาดการสนับสนุนจากนโยบายการศึกษาที่เน้นความเป็นองค์รวมของเด็ก รวมถึงการพัฒนาครูให้มีความรู้และทักษะในการจัดกิจกรรมที่เน้นทักษะชีวิตอย่างแท้จริง ครูควรได้รับการส่งเสริมให้พัฒนาวิธีการจัดการเรียนรู้ใหม่ๆ ที่เน้นเด็กเป็นศูนย์กลาง และเปิดโอกาสให้เด็กได้พัฒนาอย่างรอบด้านทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา

โดยสรุป การพัฒนาทักษะชีวิตในเด็กปฐมวัยผ่านกิจกรรมบูรณาการในชีวิตประจำวันเป็นแนวทางที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง และให้ผลลัพธ์ที่ยั่งยืนหากมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ และมีความร่วมมือจากทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง การเตรียมเด็กให้สามารถดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพในอนาคตจึงควรเริ่มต้นจากวันนี้ ด้วยกระบวนการเรียนรู้ที่เคารพธรรมชาติของเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กได้เติบโตอย่างมีศักยภาพ และเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ในสังคม

บรรณานุกรม

- ประภาพรรณ คำประโคน. (2563). การจัดกิจกรรมชีวิตประจำวันเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กปฐมวัย. *วารสารวิจัยและพัฒนามหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์*, 15(1), 112–123.
- Jones, D. E., Greenberg, M., & Crowley, M. (2015). Early Social-Emotional Functioning and Public Health: The Relationship Between Kindergarten Social Competence and Future Wellness. *American Journal of Public Health*, 105(11), 2283–2290.
- UNICEF. (2019). *Early Childhood Development*. <https://www.unicef.org/early-childhood-development>
- World Health Organization. (1999). *Partners in Life Skills Education: Conclusions from a United Nations Inter-Agency Meeting*. Geneva: WHO.