

## ความสามารถในการจัดการตนเองเด็กปฐมวัย

### Self - Management of Early Childhood Children

ปิยนุช รัตนพงษ์<sup>1</sup>, ประกอบ ใจมั่น<sup>2</sup>

Piyanuch Rattanapong<sup>1</sup>, Prakob Jaiman<sup>2</sup>

#### บทคัดย่อ

ความสามารถในการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัยคือ ทักษะแห่งอนาคตที่เด็กควรได้รับการส่งเสริม เนื่องจากเด็กปฐมวัยถือเป็นช่วงเวลาอันสำคัญสำหรับการวางรากฐานทางการศึกษาอันจะเป็นประโยชน์ในอนาคต โดยเด็กสามารถตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นของเด็ก สามารถวางแผนและการจัดระบบในการทำกิจกรรม และการแก้ปัญหาความขัดแย้งขณะทำกิจกรรมอย่างสร้างสรรค์ ผ่านการจัดประสบการณ์ตามแนวคิดการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ที่ยึดเด็กเป็นศูนย์กลาง โดยการผสมผสานหลักการของการพัฒนาทักษะสมองหรือ EF (Executive Function) และการพัฒนาทักษะชีวิตที่มุ่งเน้นการจัดการประสบการณ์ผ่านการเล่น และลงมือปฏิบัติจริง โดยสามารถกำกับ และควบคุมพฤติกรรมของตนเองในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่นในชีวิตประจำวัน เมื่อพบเจอสถานการณ์ที่เป็นปัญหา หรืออุปสรรคในการทำกิจกรรมสามารถคิด วางแผน และตัดสินใจแก้ไขปัญหาได้อย่างมีเหตุผล ทั้งนี้ ความสามารถในการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัยสามารถพัฒนาได้ ผ่านการบริหารจัดการตนเองให้รู้จักสังเกต คิด ตัดสินใจ ลงมือทำ และแก้ปัญหาด้วยตนเองด้วยตนเองตามความแตกต่างระหว่างบุคคล และสถานการณ์ที่พบเจอในชีวิตประจำวันร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ทำให้เกิดในการพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัยซึ่งเป็นทักษะแห่งอนาคต

**คำสำคัญ :** ความสามารถในการจัดการตนเอง, การจัดการเรียนรู้เชิงรุก, เด็กปฐมวัย

---

<sup>1</sup> นักศึกษา หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนวัตกรรมเพื่อการพัฒนา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, (Email: piyanuch2447@gmail.com)

<sup>1</sup> Student, Doctor of Philosophy in Innovation Management for Development, Faculty of Education, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University, (Email: piyanuch2447@gmail.com)

<sup>2</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์. ดร. อาจารย์ประจำสาขาวิชาการจัดการนวัตกรรมเพื่อการพัฒนา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, (Email: drprakob@hotmail.com)

<sup>2</sup> Assistant professor, Department of Innovation Management for Development, Faculty of Education, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University, (Email: drprakob@hotmail.com)

## Abstract

Early childhood self-management abilities are the future skills that children should have because early childhood is an important time for laying the foundation for education that will be beneficial in the future. Through which children can recognize and appreciate themselves and others of the child. able to plan and organize activities and conflict resolution while doing creative activities Through an experience organized according to the concept of active learning management that is child centered. By combining the principles of developing brain skills or EF (Executive Function) and life skills that focus on organizing experiences through play. and take action can direct and control their own behavior in doing activities with others in daily life When encountering a problematic situation or obstacles in performing activities, being able to think, plan and make decisions to solve problems rationally. Through self-management, learn how to observe, think, decide, act, and solve problems by yourself according to individual differences. and situations encountered in daily life with others happily This leads to the development of early childhood self-management abilities, which is a skill of the future.

**Keywords:** Self-Management Ability, Active Learning, Early Childhood Children

## บทนำ

ศตวรรษที่ 21 เป็นยุคของโลกดิจิทัล ทุกอย่างเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา เป็นยุคที่โลกต้องการผู้ที่สามารถปรับตัวและรับมือกับการเปลี่ยนแปลงได้อย่างสร้างสรรค์ ทักษะแห่งอนาคต จึงเป็นอีกหนึ่งทักษะที่มีความจำเป็นกับเด็กปฐมวัยในศตวรรษที่ 21 เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมให้เด็ก ในการเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงของวิถีชีวิต และพฤติกรรมของคนในโลกยุคใหม่ได้ ในปัจจุบันต้องยอมรับ ว่าเทคโนโลยี คือ ความก้าวหน้าของมนุษย์ ตอบสนองต่อการดำเนินชีวิตประจำวันทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นการเรียน การทำงาน หรือการสอนของครูก็ตาม เด็กปฐมวัยควรมีความสามารถในการจัดการตนเอง ซึ่งเป็นทักษะแห่ง อนาคตในด้านนี้ให้เร็วที่สุดเพื่อฝึกฝนต่อยอดนำไปใช้ได้ ดังที่แผนพัฒนาเด็กปฐมวัย พ.ศ. 2564-2570 เพื่อให้เด็กปฐมวัยทุกคนได้รับการพัฒนาอย่างรอบด้านเต็มตามศักยภาพ เป็นพื้นฐานของความเป็นพลเมือง คุณภาพ ภายใต้ปรัชญา "เด็กปฐมวัยทุกคนต้องได้รับการดูแล พัฒนา และเรียนรู้้อย่างรอบด้าน ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ วินัย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาให้สมกับวัย อย่างมีคุณภาพ และเท่าเทียม ตามศักยภาพ ตามวัย และ ต่อเนื่อง บนพื้นฐานของการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ดีที่สุด สอดคล้องกับหลักการพัฒนาศักยภาพและ ความต้องการจำเป็นพิเศษของแต่ละบุคคล โดยคำนึงถึงความสุข ความเป็นอยู่ที่ดีการคุ้มครองสิทธิ และความ ต้องการพื้นฐานของเด็กปฐมวัย รวมทั้งการปฏิบัติต่อเด็กทุกคนโดยยึดหลักศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ การมีส่วนร่วม การเป็นที่ยอมรับของผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กและการกระทำทั้งปวงเพื่อประโยชน์สูงสุดของเด็กเป็น สำคัญ" อันจะก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดสำหรับเด็กปฐมวัยให้เจริญเติบโตอย่างมีคุณภาพและมีพัฒนาการ ที่เหมาะสมตามวัย และเติบโต เป็นผู้ใหญ่ที่ดี เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไป

หลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2560 ได้กำหนดหลักการของหลักสูตรไว้ว่า เด็กทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับการอบรมเลี้ยงดูและการส่งเสริมพัฒนาการตามอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก ตลอดจน ได้รับการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เหมาะสม ด้วยปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเด็กกับพ่อแม่ เด็กกับผู้สอน

เด็กกับผู้เลี้ยงดูหรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดู การพัฒนา และให้การศึกษาแก่เด็กปฐมวัยเพื่อให้เด็กมีโอกาสพัฒนาตนเองตามลำดับขั้นของพัฒนาการทุกด้านอย่างเป็นองค์รวมมีคุณภาพ และเต็มตามศักยภาพ โดยกำหนดหลักการ ดังนี้ 1) ส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้และพัฒนาการที่ครอบคลุมเด็กปฐมวัยทุกคน 2) ยึดหลักการอบรมเลี้ยงดูและให้การศึกษาที่เน้นเด็กเป็นสำคัญ โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลและวิถีชีวิตของเด็ก ตามบริบทของชุมชน สังคม และวัฒนธรรมไทย 3) ยึดพัฒนาการและการพัฒนาเด็กโดยองค์รวม ผ่านการเล่นอย่างมีความหมายและมีกิจกรรมที่หลากหลาย ได้ลงมือกระทำในสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้เหมาะสมกับวัย และมีการพักผ่อนเพียงพอ 4) จัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้เด็กมีทักษะชีวิต และสามารถปฏิบัติตนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นคนดี มีวินัย และมีความสุข 5) สร้างความรู้ ความเข้าใจ และประสานความร่วมมือในการพัฒนาเด็กระหว่างสถานศึกษากับพ่อแม่ ครอบครัว ชุมชน และทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กปฐมวัย

ดังนั้นในการจัดประสบการณ์เพื่อพัฒนาเด็กปฐมวัยให้มีทักษะแห่งอนาคต คือ ความสามารถในการจัดการตนเองนั้น ต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล บุคคล และบริบทแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเด็ก ซึ่งมีส่วนสำคัญในการปลูกฝังให้เด็กปฐมวัยรู้จักตนเอง เข้าใจคนรอบข้าง สามารถปรับตัว แก้ไขปัญหาต่างๆ ที่พบเจอได้เหมาะสมกับวัย ท่ามกลางสถานการณ์ที่มีความไม่แน่นอน ผันผวน ซับซ้อน และคลุมเครือที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน สอดคล้องกับจารุทัศน์ วงศ์ข้าหลวง (2563) ได้ให้ความหมายของทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 ไว้ว่า ความสามารถ สมรรถนะที่ต้องมีในแต่ละบุคคลเพื่อให้สามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตท่ามกลาง ความเปลี่ยนแปลงของสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรมและเทคโนโลยีในช่วง ค.ศ. 2001 – 2100 สอดคล้องกับ จิตตินันท์ บุญสิทธิกุล กล่าวว่า รูปแบบการจัดประสบการณ์เป็นลักษณะของการรับรู้ที่เด็กปฐมวัยคนหนึ่งใช้ หรือทำเป็นประจำ และเป็นวิธีการที่เด็กใช้ความสามารถของตนที่มีอยู่ในการคิดและการเรียนรู้ด้วยลักษณะใดลักษณะหนึ่งที่ได้เด่นกว่ารูปแบบการเรียนรู้ด้านอื่น ๆ จากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการคิด และรูปแบบการเรียนรู้ที่ได้ทำการวิจัยอย่างกว้างขวาง พบว่า รูปแบบการคิดและรูปแบบการเรียนรู้มีผลต่อความสำเร็จทางการเรียนของเด็ก โดยเด็กสามารถจดจำข้อมูลที่เรียนได้นานขึ้น และผลการเรียนรู้เพิ่มขึ้น เมื่อรูปแบบการสอนของครูและสภาพแวดล้อมของการเรียนรู้มีความสอดคล้องกับรูปแบบการคิดและรูปแบบการเรียนรู้ นอกจากนี้เด็กปฐมวัยเป็นวัยที่สามารถเล่นได้ตลอดเวลา ตั้งแต่ตื่นนอนจนกระทั่งเข้านอน แสดงให้เห็นว่าการเล่นของเด็กจะช่วยให้เข้าใจถึงวิถีชีวิตประจำวันในการเรียนรู้วัฒนธรรมของตนเอง การเปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นเป็นการช่วยเสริมพัฒนาการ สร้างความคิดสร้างสรรค์ สร้างกระบวนการในการพัฒนาตัวเองได้ และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ถือได้ว่าการเล่น คือ กระบวนการเตรียมความพร้อมที่จะทำให้เด็กมีความสุข เกิดความสนุกสนานในการเรียนรู้ การเล่นจึงเป็นช่องทางการเรียนรู้ที่ดีที่สุดของเด็กปฐมวัย เพราะทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ในแต่ละวันโดยไม่จำเป็นต้องมานั่งเขียนเรียนอ่าน

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา(สทศ.) (2552) ได้นำเสนอทักษะที่จำเป็นแห่งอนาคต เพื่อเตรียมการพัฒนาคุณภาพคนไทยทุกช่วงวัย รองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของโลกศตวรรษที่ 21 เริ่มด้วย ช่วงปฐมวัย (0-5 ปี) การพัฒนาช่วงวัยนี้ควรเปิดโอกาสให้เด็กๆได้สำรวจสิ่งแวดล้อมรอบตัวอย่าง ปลอดภัย เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่หลากหลาย มีมุมมองต่อโลกอย่างกว้างขวาง มีการเตรียมความพร้อมในการพัฒนาทุกด้านพร้อมกัน ทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม ควบคู่กับการพัฒนาผู้ปกครอง ผู้ดูแลและครูให้ความรู้เกี่ยวกับวิธีการพัฒนาเด็กปฐมวัยโดยเฉพาะ 5 อันดับทักษะที่จำเป็นแห่งอนาคต ได้แก่ การคิดเชิงสร้างสรรค์ ความอยากรู้อยากเห็นความสามารถทางกายภาพ การแก้ปัญหา และการสื่อสาร การอ่านออกเขียนได้ ความเข้าใจและการใช้งานเทคโนโลยีดิจิทัล การเข้าใจผู้อื่น เป็นต้น

นอกจากนี้รายงานเรื่อง The Future of Skills : Employment in 2030 ของ Bakhshi et al. (2017 อ้างถึงในสำนักวิจัยและพัฒนาการศึกษา, 2564: 14) กล่าวถึง ทักษะ 4 เรื่อง ซึ่งประเทศสหรัฐอเมริกา และสหราชอาณาจักร เห็นตรงกันว่าเป็นทักษะแห่งอนาคต คือ

- 1) กลยุทธ์การเรียนรู้ (Learning Strategies) สามารถเอาข้อมูลใหม่ๆ มาใช้ในการตัดสินใจและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งในปัจจุบันและอนาคต
- 2) ความมีเอกลักษณ์ (regionality) เสนอไอเดียใหม่ๆ ที่แตกต่างจากที่มีอยู่ด้วย หรือคิดหาวิธีการแก้ปัญหา อย่างสร้างสรรค์และเปลี่ยนแปลงไปจากที่เคยมีมา
- 3) การคิดไอเดียใหม่ๆ (Fluency of Ideas) อันนี้จะเน้นเรื่องของปริมาณของไอเดียใหม่ๆ ที่สามารถนำเสนอได้ อาจจะไม่จำเป็นต้องถูกต้องหรือใช้ได้เสมอไป
- 4) การเรียนรู้แบบ Active Learning คือรู้จักเลือกใช้วิธีการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับสถานการณ์และมีส่วนร่วมในการเรียนรู้/การสอนสิ่งใหม่ๆ นอกจากนี้ ทักษะอื่นๆ ที่จำเป็นอันดับต้นๆ เช่น ทักษะด้านจิตวิทยา การอธิบาย (Instructing), การรับรู้ทางสังคม (Social Perceptiveness), สังคมศาสตร์และมานุษยวิทยา, การศึกษาและการฝึกฝน, การประสานงาน, การตัดสินใจ, การประเมินและวิเคราะห์ระบบ, การใช้เหตุผล, การแก้ปัญหาที่ซับซ้อน และการเฝ้าสังเกตการณ์ (Monitoring)

อาจกล่าวได้ว่า ทักษะแห่งอนาคตของเด็กปฐมวัย หมายถึง ความสามารถในการจัดการตนเอง ซึ่งเป็นทักษะสำคัญในการพัฒนาเด็กปฐมวัยให้มีความพร้อมในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ส่งผลให้เด็กได้เรียนรู้จากการรู้จักตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การคิดแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล ซึ่งทักษะเหล่านี้เป็นพื้นฐานสำคัญในการสนับสนุนให้เด็กเกิดประสบการณ์การเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้ประสบผลสำเร็จในชีวิต ทักษะแห่งอนาคตจึงเปรียบเสมือนการเสริมสร้างความสามารถในการจัดการตนเองด้วยหลักการทางจิตวิทยา จะทำให้เด็กปฐมวัยได้สำรวจ และเข้าใจในตนเองอย่างแท้จริง สามารถกำกับอารมณ์ พฤติกรรม และความรู้สึกนึกคิดของตนเองให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่ตั้งไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้บุคคลดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข เห็นคุณค่าในตนเองและสามารถจัดการกับอารมณ์ และพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้ (กรรณิการ์ แสนสุภา และนเรศ กันธะวงค์, 2564) สอดคล้องกับ องค์ประกอบของการบริหารจัดการตนเองจาก Harvard Business Review (2012, อ้างถึงในธัญพร จารุไพศาล, 2023) ได้แบ่ง Emotional Intelligence เป็น 12 องค์ประกอบ โดยในด้านการบริหารจัดการตนเอง (Self-management) นี้ มีองค์ประกอบ 4 ด้าน ดังนี้ 1) Emotional Control (การควบคุมอารมณ์) ช่วงที่อารมณ์ไม่ดี สามารถควบคุมตนเอง หรือหยุดตัวเอง ไม่ให้แสดงออกถึงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้ 2) Adaptability (การปรับตัว) เมื่อเจอกับสถานการณ์ที่ไม่คาดคิด สามารถปรับตัวอย่างรวดเร็ว ไม่ยึดติดกับวิธีการเดิม ๆ หรือผลลัพธ์เดิม ๆ 3) Achievement Orientation (การจดจ่อกับเป้าหมาย) ไม่ว่าจะเผชิญเหตุการณ์อะไร ก็ยังจดจ่อกับเป้าหมาย ไม่ไหลไปกับสถานการณ์ โทษเหตุการณ์ต่างๆ แต่รับผิดชอบในการปรับแผนและลงมือทำ เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ตามที่ต้องการ 4) Positive Outlook (การมองในมุมบวก) สามารถเห็นมุมบวกหรือสิ่งที่ได้เรียนรู้ แม้จะเจอเหตุการณ์ร้ายๆ สอดคล้องกับสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้จัดทำหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน ซึ่งเป็นหลักสูตรฐานสมรรถนะที่ใช้ผลลัพธ์นำสู่จุดมุ่งหมายการเรียนรู้ ได้กำหนดสมรรถนะหลัก 5 ประการ สำหรับการพัฒนาผู้เรียนอย่างเป็นองค์รวมทั้งด้านความรู้ ทักษะ เจตคติ และคุณลักษณะ ที่ผสมผสานเข้าด้วยกันเป็นความสามารถ นำมาประยุกต์ใช้ในการเรียนรู้ การทำงาน การใช้ ชีวิต และการแก้ปัญหาสถานการณ์ในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะสมรรถนะการจัดการตนเอง (Self-Management: SM) ที่ปลูกฝังการรู้จักตนเอง รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง สามารถกำหนดเป้าหมายและนำตนเองในการเรียนรู้ ทำงาน และใช้ชีวิตตามความสามารถ ความสนใจ และ

ความถนัดของตน มีวินัยในตนเอง สามารถบริหาร จัดการเวลา ทรัพยากร และสุขภาพ เพื่อบรรลุเป้าหมายได้อย่างพอเพียงและมีประสิทธิภาพตนเอง (Self-Management: SM) การรู้จัก รัก เห็นคุณค่า ในตนเอง และผู้อื่น ตั้งเป้าหมายในชีวิตและกำกับตนเอง การจัดการอารมณ์และความเครียด รวมถึงการจัดการปัญหา และภาวะวิกฤต สามารถฟื้นคืนสู่สภาวะสมดุล (Resilience) เพื่อไปสู่ความสำเร็จของเป้าหมายในชีวิต มีสุขภาวะที่ดี และมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ดี

ดังนั้น ความสามารถในการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัยจึงเป็นทักษะแห่งอนาคตที่เด็กควรมีเนื่องจากเด็กปฐมวัยถือเป็นช่วงเวลาอันสำคัญสำหรับการวางรากฐานทางการศึกษาอันจะเป็นประโยชน์ในอนาคต เพราะเด็กในวัยนี้จะเริ่มมีพัฒนาการที่จะส่งผลต่อทั้งสติปัญญา อารมณ์ ตลอดจนพฤติกรรมที่ส่งผลต่อไปในอนาคต สอดคล้องกับ Sigmund Freud (1949) นักจิตวิเคราะห์ได้ชี้ให้เห็นว่า วัยเริ่มต้นของชีวิตมนุษย์คือระยะ 5 ปีแรกของคนเรา ประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ได้รับในตอนต้น ๆ ของชีวิตจะมีอิทธิพลต่อชีวิตของคนเราตลอดจนถึงวาระสุดท้าย เขาเชื่อว่าการอบรมเลี้ยงดูในระยะปฐมวัยนั้นจะมีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กในอนาคต นอกจากนี้ความสามารถในการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัยยังสามารถเรียนรู้ได้จากกิจกรรมที่เด็ก ๆ สนใจ และชื่นชอบทำให้เกิดแรงผลักดันในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผ่านการคิดและตัดสินใจ ดังที่ Jean Piaget (1980) กล่าวว่าไว้ การเล่นเป็นกระบวนการพัฒนาทางสติปัญญา ซึ่งกระบวนการพัฒนาทางสติปัญญา และลักษณะของการเล่นนั้น จะเป็นไปในทิศทางเดียวกัน การเล่นของเด็กจะเริ่มจากการเล่นโดยใช้ประสาทสัมผัส ซึ่งจะมีพฤติกรรมในลักษณะที่เป็นการสำรวจจับต้องวัตถุ นับว่าเป็นการฝึกเล่นและพัฒนาการเล่นควบคู่ไปกับการพัฒนาทางสติปัญญาเป็นขั้น การแก้ปัญหาด้วยการกระทำ (สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ, 2541 : 16) และสอดคล้องกับ Vygotsky (อ้างถึงใน Smith, 1997 : 25) กล่าวว่า เด็กจะเกิดการเรียนรู้ พัฒนาสติปัญญาและทัศนคติเมื่อมีการปฏิสัมพันธ์และทำงานร่วมกับผู้อื่น โดยที่ การเรียนรู้ของเด็กจะเกิดขึ้นภายในการทำงานของ Zone of proximal development ซึ่งเป็นสภาวะที่เด็กต้องเผชิญกับปัญหาที่ท้าทายแต่ไม่สามารถคิดแก้ปัญหาโดยลำพัง แต่ถ้าได้รับการช่วยเหลือแนะนำจากผู้ใหญ่หรือเพื่อนที่มีประสบการณ์มาก่อน เด็กจะสามารถแก้ปัญหาได้ และจะเกิดการเรียนรู้ได้

สรุปได้ว่า ความสามารถในการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัยเป็นทักษะแห่งอนาคต ที่ควรส่งเสริมให้ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กปฐมวัยได้ตระหนัก และให้ความสำคัญกับการจัดประสบการณ์การที่ยืดหยุ่นเป็นศูนย์กลาง โดยผู้สอนทำหน้าที่ในการอำนวยความสะดวกให้เด็กปฐมวัยได้เรียนรู้ผ่านการเล่นที่เปิดโอกาสให้เด็กปฐมวัยได้แสดงออกถึงความสามารถทางกาย สีหน้าและอารมณ์ที่สะท้อนความคิด ความรู้สึก ตลอดจนการแสดงออกผ่านการเล่นร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียน อาจกล่าวได้ว่า พฤติกรรมที่แสดงออกผ่านการเล่น การทำกิจกรรม รวมถึงการใช้ชีวิตร่วมกับเพื่อน ๆ จะส่งผลต่อการเรียนรู้ที่จะเข้าใจผู้คน สถานการณ์ ข้อตกลงของสังคม จนเกิดเป็นการปรับตัวโดยใช้การคิดอย่างมีเหตุผลเป็นพื้นฐานในการจัดการตนเองให้สามารถรับมือกับสถานการณ์ที่จะต้องพบเจอในอนาคตได้ตามวัย

### การจัดประสบการณ์สำหรับเด็กปฐมวัย

รูปแบบการจัดประสบการณ์เป็นลักษณะของการรับรู้ที่เด็กปฐมวัยคนหนึ่งใช้หรือทำเป็นประจำ และเป็นวิธีการที่เด็กใช้ความสามารถของตนที่มีอยู่ในการคิดและการเรียนรู้ด้วยลักษณะใดลักษณะหนึ่งที่เด่นมากกว่ารูปแบบการเรียนรู้ด้านอื่น ๆ จากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบการคิด และรูปแบบการเรียนรู้ที่ได้ทำการวิจัยอย่างกว้างขวาง พบว่ารูปแบบการคิดและรูปแบบการเรียนรู้มีผลต่อความสำเร็จทางการเรียนของเด็ก โดยเด็กสามารถจดจำข้อมูลที่เรียนได้นานขึ้น และผลการเรียนรู้เพิ่มขึ้นเมื่อรูปแบบการสอนของครู และสภาพแวดล้อมของการเรียนรู้ มีความสอดคล้องกับรูปแบบการคิดและรูปแบบการเรียนรู้



เช่น เด็กที่มีรูปแบบการเรียนรู้แบบจักษุนิยมจะเรียนรู้ได้ดี เมื่อผู้สอนใช้สื่อการสอนที่มีภาพประกอบ หรือเด็กที่มีรูปแบบการเรียนรู้ด้วยการได้ยิน จะเรียนรู้ได้ดีในกิจกรรมที่ได้พูด เป็นต้น

การเล่นเป็นธรรมชาติในวัยเด็ก เด็กสามารถเล่นได้ตลอดเวลา ตั้งแต่ตื่นนอนจนกระทั่งเข้านอน แสดงให้เห็นว่าการเล่นของเด็กจะช่วยให้เข้าใจถึงวิถีชีวิตประจำวันในการเรียนรู้วัฒนธรรมของตัวเอง การเปิดโอกาสให้เด็กได้เล่นเป็นการช่วยเสริมพัฒนาการ สร้างความคิดสร้างสรรค์ สร้างกระบวนการในการพัฒนาตัวเองได้ และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข ถือได้ว่าการเล่น คือ กระบวนการเตรียมความพร้อมที่จะทำให้เด็กมีความสุข เกิดความสนุกสนานในการเรียนรู้ การเล่นจึงเป็นช่องทางการเรียนรู้ที่ดีที่สุดของเด็กปฐมวัย เพราะ ทำให้เด็กเกิดการเรียนรู้ในแต่ละวันโดยไม่จำเป็นต้องมานั่งเขียนเรียนอ่าน

### การจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)

การเรียนรู้ที่เปิดพื้นที่ เปิดโอกาส ใช้สถานการณ์โจทย์ปลายเปิดท้าทายให้เด็กได้ใช้ศักยภาพทุกด้าน โดยการเลือกใช้สื่อและจัดพื้นที่การเรียนรู้ที่ท้าทายดึงดูดความสนใจของเด็ก เพื่อให้เด็กเอาตัวเองเข้าไปเรียนรู้ร่วมกับเพื่อนและครู ได้คิด ได้ทำ นำเสนอความคิด ลงมือทดลองความคิด แล้วเกิดประสบการณ์ตรงในเรื่องนั้นๆ ด้วยตัวเองเป็นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้โดยมุ่งเน้นให้เด็กปฐมวัยลงมือปฏิบัติกิจกรรมด้วยตนเอง ผ่านการไตร่ตรองจากกระบวนการสร้างสรรค์ประสบการณ์ใหม่ที่เชื่อมโยงความรู้จากประสบการณ์เดิม เด็กได้เผชิญกับสถานการณ์และหาแนวทางในการแก้ปัญหาด้วยวิธีการต่าง ๆ เพื่อให้เด็กได้นำความรู้ที่ได้รับมาสร้างเป็นความรู้ใหม่โดยครูจะจัดกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านสื่อ และอำนวยความสะดวกให้เด็กได้เรียนรู้อย่างมีความหมาย หากเด็กพบปัญหาที่แก้ไขไม่ได้ ครูจะเป็นผู้ช่วยในการค้นหาคำตอบด้วยการปฏิสัมพันธ์เชิงบวกและการใช้ภาษาสร้างสรรค์ให้เด็กได้สืบเสาะหาคำตอบด้วยตนเองในสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กให้เรียนรู้ผ่านการใช้ประสาทสัมผัสทั้ง 5 การแก้ปัญหาจากการคิด การสื่อความหมายด้วยคำศัพท์ คำพูด เพื่อริเริ่มกิจกรรมใหม่ๆ โดยครูจะลดบทบาทของตนเองเป็นเพียงผู้สนับสนุนการเรียนรู้ของเด็ก

Bonwell (1991) ให้ความหมายการจัดการเรียนรู้เชิงรุก Active Learning คือกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่เด็กได้ลงมือกระทำและได้ใช้กระบวนการคิดเกี่ยวกับสิ่งที่เขาได้กระทำลงไป เป็นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ภายใต้สมมติฐานพื้นฐาน 2 ประการคือ 1) การเรียนรู้เป็นความพยายามโดยธรรมชาติของมนุษย์ และ 2) แต่ละบุคคลมีแนวทางในการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน Hohmann and Weikart (1995) ให้ความหมายการเรียนรู้แบบลงมือกระทำ หมายถึง การเรียนรู้ซึ่งเด็กได้จัดกระทำกับวัตถุได้มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคล ความคิดและเหตุการณ์ จนกระทั่งสามารถสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง Fedler and Brent (1996) กล่าวถึงความหมายของการจัดการเรียนรู้เชิงรุก Active Learning ว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้อย่างหนึ่ง แปลตามตัวก็คือเป็นการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติ หรือ การลงมือทำซึ่ง "ความรู้" ที่เกิดขึ้นก็เป็นความรู้ที่ได้จากประสบการณ์กระบวนการในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เด็กได้มีโอกาสลงมือกระทำมากกว่าการฟังเพียงอย่างเดียว จัดกิจกรรมให้เด็กได้การเรียนรู้โดยการอ่าน, การเขียน, การโต้ตอบ, และการวิเคราะห์ปัญหา อีกทั้งให้เด็กได้ใช้กระบวนการคิดขั้นสูง ได้แก่ การวิเคราะห์, การสังเคราะห์, และการประเมินค่า

### กลยุทธ์ในการจัดการเรียนรู้เชิงรุก

การจัดกิจกรรมและประสบการณ์การเรียนรู้ให้เด็กปฐมวัยมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้อย่างกระตือรือร้น ทั้งร่างกาย (Physically active) การคิดและสติปัญญา (Intellectually Active) อารมณ์จิตใจ (Emotionally active) และทางสังคม (Socially active) จะส่งผลให้เด็กเกิดการเรียนรู้ได้ดีขึ้น ศาสตร์การสอนประกอบด้วยทฤษฎี หลักการ แนวคิดในการจัดการศึกษา รูปแบบการจัดการเรียนรู้ วิธีการจัดการเรียนรู้ และเทคนิคการจัดการเรียนรู้ ซึ่งครูปฐมวัยจะต้องศึกษาและเลือกใช้ให้เหมาะสมกับบริบท โดยเน้นการส่งเสริมพัฒนาการของเด็กเป็นรายบุคคล

## แนวทางการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning)

ครูปฐมวัยสามารถนำการจัดการเรียนรู้เชิงรุกไปจัดประสบการณ์ร่วมกับการสอนและการจัดการเรียนรู้ลักษณะต่างๆ ได้หลากหลาย ตามบริบทของเด็กและของสถานศึกษา ซึ่งครูปฐมวัยควรมีการดำเนินกิจกรรมตามองค์ประกอบของการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ประกอบด้วย 1) สื่อ วัสดุที่หลากหลาย (Materials) 2) การเลือก (Choice) 3) การลงมือกระทำกับวัตถุ (Manipulation) 4) ภาษาและความคิดจากเด็ก (Language and thought) 5) การสนับสนุนจากผู้ใหญ่ (Adult scaffolding)

สรุปได้ว่า การจัดประสบการณ์การเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยเพื่อให้มีทักษะแห่งอนาคต คือความสามารถในการจัดการตนเองนั้น ควรจัดในลักษณะของการเรียนรู้ผ่านการเล่นที่เปิดโอกาสให้เด็กได้คิดและทำด้วยตนเอง โดยครูทำหน้าที่เป็นผู้ที่สนับสนุนพื้นที่การเรียนรู้ อันประกอบด้วย สื่อ สภาพแวดล้อม แหล่งเรียนรู้และสถานการณ์ที่เอื้อให้เกิดการเรียนรู้ตามแนวทางการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) จากการศึกษาแนวทางการจัดประสบการณ์ที่เน้นเด็กเป็นศูนย์กลาง และเปิดโอกาสให้เด็กเรียนรู้ผ่านการลงมือทำ (Active Learning) ที่สามารถนำมาจัดประสบการณ์ให้เหมาะสมกับพัฒนาการ สภาพแวดล้อม และบริบทของเด็กปฐมวัยให้เกิดเป็นการจัดประสบการณ์ที่ส่งเสริมความสามารถในการจัดการตนเองสู่ทักษะแห่งอนาคตเด็กปฐมวัยได้ คือ การพัฒนาทักษะสมอง EF-Executive Functions และการพัฒนาทักษะชีวิต (Life Skills) ทั้งนี้เนื่องมาจาก ทักษะสมอง EF-Executive Functions และการพัฒนาทักษะชีวิต (Life Skills) เป็นแนวทางใหม่ที่กระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งเป็นหน่วยงานต้นสังกัดได้ให้ความสำคัญ และได้รับความร่วมมือในการพัฒนาแนวทางการจัดประสบการณ์จากหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาปฐมวัยมาอย่างต่อเนื่อง โดยมีข้อสรุปจากการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

**การพัฒนาทักษะสมอง EF-Executive Functions** หมายถึง บริหารจัดการชีวิตให้สำเร็จ Executive Functions ทำหน้าที่กำกับพฤติกรรมที่มุ่งสู่เป้าหมายของบุคคลชี้ให้เห็นถึงสิ่งที่บุคคลพึงกระทำให้เหมาะสมกับบริบท โดยคำนึงถึงความรู้และประสบการณ์ที่ผ่านมา สถานการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นตามมา ความคาดหวังในอนาคต คุณค่าและจุดมุ่งหมายในชีวิต EF จะช่วยให้บุคคลมีสำนึกของการเตรียมพร้อมสำนึกของภาระหน้าที่ มีการยืดหยุ่น และมีการร่วมมือ สอดคล้องกับ วรรณานันตาเขียน (2563) กล่าวว่า ช่วงปฐมวัยเป็นช่วงโอกาสที่สำคัญในการพัฒนาทักษะสมองหรือ EF (Executive Function) เป็นกระบวนการทางความคิดของสมองส่วนหน้า ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับการคิดความรู้สึก และการกระทำโดยสมองส่วนนี้กำลังพัฒนามากที่สุด เป็นช่วงของการพัฒนาความสามารถในการคิด การจัดระเบียบตนเองซึ่งส่งผลต่อการยับยั้งชั่งใจ การคิดไตร่ตรอง การควบคุมอารมณ์ การยืดหยุ่นทางความคิด การใส่ใจจดจ่อ การวางแผน การตั้งเป้าหมาย ความมุ่งมั่น การจดจำ การเรียกใช้ข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดลำดับความสำคัญของเรื่องต่างๆ และการลงมือทำอย่างเป็นขั้นตอนจนสำเร็จ ทักษะสมอง (EF) จึงเป็นทักษะที่ต้องได้รับการฝึกฝนในชีวิตประจำวันของเด็กผ่านประสบการณ์ต่างๆ ที่หลากหลาย เปิดโอกาสให้เด็กได้คิดลงมือทำเพื่อให้เกิดความพร้อมและมีทักษะที่สำคัญต่อชีวิตในอนาคต ดังที่สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และ สถาบัน RLG (รักลูก เลิร์นนิ่ง กรุ๊ป, 2537) ได้กล่าวว่า Executive Functions (EF) เป็นพื้นฐานสำคัญของความสามารถทางการคิดที่ซับซ้อนขึ้นการเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นเป็นทักษะสำคัญที่จะทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านสังคมต่อไป ซึ่งพัฒนาการด้านการคิดเหล่านี้ต้องอาศัยทักษะสำคัญที่เรียกว่า Executive Functions (EF) เป็นพื้นฐานทั้งสิ้น เด็กที่มีการพัฒนาทักษะด้าน EF ดีตามวัย จะควบคุมอารมณ์ ความต้องการ ความอยากได้ สามารถยับยั้งใจได้ กำกับตนเองให้มุ่งมั่นจดจ่อจนนำไปสู่ความสำเร็จได้ เมื่อเด็กโตขึ้นจนเข้าสู่วัยเรียนและวัยรุ่น ทักษะด้าน EF จะยิ่งมีความสำคัญต่อความสำเร็จทางการเรียนมากขึ้น เพราะเด็กวัยเรียนและวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องรับผิดชอบตัวเองมากขึ้น ในขณะที่มีสิ่งมาล่อใจมากมาย เด็กจึงต้องรู้จักบริหารจัดการ

ตนเองในเกือบทุกเรื่องจึงจะประสบความสำเร็จได้ การฝึกทักษะด้าน EF ตั้งแต่วัยเด็กเล็กจึงมีความสำคัญ เพราะจะเป็นพื้นฐานในการคิดที่ซับซ้อนขึ้น เช่น การตัดสินใจ (Decision Making) ความอดทน มานะพยายาม ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค (Grit) และความสามารถในการฟื้นตัวได้ เปลี่ยนวิกฤติเป็นโอกาสได้ (Resilience) เพื่อกำกับตนเองไปสู่ความสำเร็จต่อไป



ภาพที่ 1 การฝึกทักษะ EF สำหรับเด็กปฐมวัย

(ที่มา : คู่มือพัฒนาทักษะสมอง EF Executive Functions สำหรับครูปฐมวัย, 2561)

นวลจันทร์ จุฑา และคณะ (2564) กล่าวว่า องค์ประกอบหลักของทักษะสมอง EF กล่าวว่า องค์ประกอบหลักของ EF ประกอบด้วยกลุ่มทักษะ ดังนี้

#### กลุ่มทักษะพื้นฐาน

1. ความจำที่นำมาใช้งาน (Working Memory) คือ ความสามารถในการบันทึก เก็บประมวล และเก็บเกี่ยวไว้ในคลังสมอง เมื่อถึงสถานการณ์จำเป็นสมองจะทำการประมวลผล ดึงข้อมูลที่ได้มาจากระบบการเดิมในชีวิตมาใช้งานได้อย่างรวดเร็ว ความจำที่นำมาใช้ ไม่ใช่ความจำจากท่องจำ แต่เป็นความจำผ่านประสบการณ์

2. การยับยั้งชั่งใจ คิดไตร่ตรอง ควบคุมตัวเองได้ (Inhibitory Control หรือ Self-Control) คือ ความสามารถในการควบคุมแรงปรารถนาของคนให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จนหยุดยั้งพฤติกรรมได้ในเวลาที่เหมาะสม ความสามารถที่จะไม่ออกแวกเพื่อไปสู่เป้าหมาย แม้จะไม่สนุก รวมทั้งความสามารถในการถอนตัวจากความสุข หรือประวิงเวลาจะที่มีความสุขได้

3. การยืดหยุ่นความคิด (Shifting หรือ Cognitive Flexibility) คือ ความสามารถในการเปลี่ยนจุดสนใจ เปลี่ยนโฟกัส หรือทิศทางให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น สามารถพลิกแพลง ปรับเป้าหมาย แผนการ วิธีการ และกระบวนการ เด็กที่ขาดทักษะนี้จะมีปัญหาในเรื่องการปรับตัว มักจะติดอยู่กับสิ่งเดิม ไม่สามารถ ยืดหยุ่นพลิกแพลงได้ มองไม่เห็นทางออกใหม่ ไม่สามารถคิดสิ่งใหม่ นอกกรอบได้ แต่เด็กที่มีทักษะนี้จะสามารถมองเห็นทางเลือกหรือทางออกอื่นๆ เมื่อเจอปัญหาหรืออุปสรรคที่หาทางออกไม่ได้

#### กลุ่มทักษะการควบคุมตัวเอง

4. การจดจ่อใส่ใจ (Focus, Attention) คือ ความสามารถในการมุ่งความสนใจอยู่กับสิ่งที่ทำอย่างต่อเนื่องในช่วงเวลาหนึ่งๆ โดยไม่ออกแวกไปตามปัจจัยภายนอกหรือภายในที่เข้ามารบกวน

5. การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จัดการความเครียด หงุดหงิด และแสดงออกแบบไม่รบกวนผู้อื่น คนที่ควบคุมอารมณ์ได้ไม่มักโกรธ ฉุนเฉียว ชี้แจงหงุดหงิดเกินเหตุ หรือชี้ก้างวล อารมณ์แปรปรวน และอาจซึมเศร้าได้



6. การตรวจสอบตนเอง (Self - Monitoring) รู้จักจุดแข็งจุดอ่อนของตนเอง รวมถึงการตรวจสอบการทำงานเพื่อหาจุดดีจุดบกพร่อง ประเมินการบรรลุเป้าหมาย ติดตามปฏิกิริยาของตนเอง และดูผลจากพฤติกรรมของตนเองที่ไปกระทบผู้อื่น

#### กลุ่มทักษะการควบคุมตัวเอง

7. การริเริ่มลงมือทำ (Initiating) คือ ความสามารถในการริเริ่ม สร้างสรรค์สิ่งต่างๆ เมื่อคิดแล้วก็ลงมือทำให้ความคิดของตนปรากฏขึ้นจริง ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง

8. การวางแผนและการจัดระบบดำเนินการ (Planning and Organizing) เริ่มตั้งแต่การตั้งเป้าหมาย การเห็นภาพรวม จัดลำดับความสำคัญ จัดระบบโครงสร้าง จนถึงการทำแผน และการประเมินผลตนเองได้

9. ความพากเพียรมุ่งสู่เป้าหมาย (Goal-Directed Persistence) คือ การตั้งใจและลงมือกิจกรรมอย่าง มุ่งมั่นอดทน เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ไม่ว่าจะมียุอุปสรรคใดๆ ก็พร้อมฝ่าฟันจนสำเร็จ



ภาพที่ 2 การฝึกทักษะ EF สำหรับเด็กปฐมวัย

(ที่มา : คู่มือพัฒนาทักษะสมอง EF Executive Functions สำหรับครูปฐมวัย, 2561)

สรุปได้ว่า การพัฒนาทักษะสมอง EF-Executive Functions เป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัย เนื่องจากเด็กปฐมวัยเป็นวัยแห่งการเรียนรู้และพัฒนา การพัฒนาสมองส่วนหน้า Executive Functions จะทำให้เด็กปฐมวัยมีพฤติกรรมที่พึงกระทำให้เหมาะสมกับบริบท โดยการนำความรู้และประสบการณ์เดิมมาใช้ในสถานการณ์ที่กำลังเกิดขึ้น ผ่านการเปิดโอกาสให้เด็กได้คิดวางแผนและการจัดระบบดำเนินการร่วมกันในการทำกิจกรรม ซึ่งจะช่วยให้เด็กปฐมวัยการตั้งเป้าหมาย การเห็นภาพรวม จัดลำดับความสำคัญ จัดระบบโครงสร้าง จนถึงการทำแผน และการประเมินผลตนเองผ่านการเล่นได้ตามวัย สิ่งที่จะตามมา คือ ความสำเร็จที่คาดหวังไว้

#### การพัฒนาทักษะชีวิต (Life Skills)

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2551) ให้คำจำกัดความของคำว่า "ทักษะชีวิต" (Life Skills) ไว้ว่า "ความสามารถของบุคคลที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบันและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต" การพัฒนาทักษะชีวิตไม่ได้หมายถึง การเปลี่ยนแปลงทัศนคติและค่านิยมของเยาวชน แต่เป็นการเสริมสร้างให้เยาวชนเกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมในเชิงบวก ทักษะชีวิตมี 4 ด้าน ได้แก่

1. การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น หมายถึง ทักษะในการรู้จักตนเองและผู้อื่น เช่น มีความสามารถในการบอกความรู้สึก คือ การตระหนักและสามารถบ่งบอกความรู้สึกของบุคคล, การรับผิดชอบ คือ การเข้าใจหน้าที่ของบุคคลที่ปฏิบัติตามหลักจริยธรรม ความปลอดภัย และกฎหมาย, การตระหนักถึงข้อดี คือ การแยกแยะและเสริมสร้างคุณสมบัติในทางบวกของบุคคล

2. การจัดการกับอารมณ์และความเครียด หมายถึง ทักษะในการรับมือต่อการตัดสินใจ เช่น มีความสามารถที่จะจัดการอารมณ์ความรู้สึก คือ สามารถควบคุมความรู้สึก ซึ่งจะช่วยให้เยาวชนรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ได้ โดยไม่ใช้การป้องกัน, เข้าใจสถานการณ์ คือ สามารถเข้าใจสถานการณ์ที่แต่ละบุคคลกำลังประสบอยู่ได้อย่างถูกต้อง, ตั้งเป้าหมายและวางแผน คือ สามารถตั้งเป้าหมายและทำงานเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จได้ทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

3. การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจและแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ หมายถึง ทักษะการเรียนรู้วิธีการดูแลเอาใจใส่ผู้อื่น เช่น มีความสามารถที่จะแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น คือ การแยกแยะและเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น เคารพผู้อื่น คือ มีความเชื่อว่าคนอื่นสมควรได้รับการปฏิบัติด้วยความเมตตาและความเห็นอกเห็นใจ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของมนุษยธรรมร่วมกัน, เข้าใจความหลากหลาย คือ การเข้าใจว่าผู้ที่มีความต่างนั้นเป็นส่วนเติมเต็มซึ่งกันและกัน,

4. ทักษะการเรียนรู้วิธีการแสดงออกต่อผู้อื่น เช่น มีความสามารถที่จะติดต่อสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ คือ การใช้ทักษะทางการพูดและการสื่อสารโดยไม่ใช้ถ้อยคำ (อวัจนภาษา) และสนับสนุนการสนทนาแลกเปลี่ยนกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ, การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น คือ การสร้างและดำรงไว้ซึ่งการสัมพันธภาพกับผู้อื่นด้วยดี, เคารพต่อรองด้วยความยุติธรรม คือ การแก้ปัญหาความขัดแย้งแบบถ้อยถ้อยอาศัยโดยการบอกถึงความต้องการของทุกคนที่มีส่วนเกี่ยวข้อง, ปฏิเสธสิ่งยั่วยุทางอารมณ์ คือ การถ่ายทอดและปฏิบัติตามการตัดสินใจของตน โดยไม่ข้องเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ไม่ปลอดภัย หรือไม่ถูกต้องตามหลักจริยธรรม, ขอความช่วยเหลือ คือ การแยกความต้องการ สามารถขอการสนับสนุนและความช่วยเหลือที่เหมาะสมเพื่อบรรลุความต้องการและเป้าหมาย, ปฏิบัติตัวตามหลักจริยธรรม คือ การตัดสินใจและปฏิบัติตัวตามหลักเกณฑ์หรือมาตรฐานที่เป็นที่ยอมรับ ถูกต้องตามกฎหมาย หรือกฎระเบียบในการประกอบอาชีพ หรือหลักศีลธรรมหรือระเบียบการปฏิบัติโดยอาศัยศรัทธา

แนวทางในการพัฒนาและการเรียนรู้ในรูปแบบของ Right to Play เป็นวิธีที่ปรับมาจากการพัฒนาเชิงแนะนำของ Kolb นักทฤษฎีการศึกษาชาวอเมริกัน เป็นรูปแบบการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง (ELM) ประกอบด้วยองค์ประกอบ 4 ประการ คือ ประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม, การสังเกตและการสะท้อนต่อประสบการณ์นั้นๆ, การพัฒนากรอบความคิดที่เป็นนามธรรมจากการสะท้อนความคิด, การทดสอบกรอบความคิดใหม่ จากการออกแบบและวิจัยของ Kolb Right To Play จึงออกแบบวิธีการเรียนรู้จากการปฏิบัติ โดยเริ่มต้นด้วยการเปิดการสนทนา ตามด้วยการใช้ประสบการณ์ และสรุปบทเรียนด้วยการตั้งคำถามสะท้อนเชื่อมโยง - ปรับใช้ (RCA)

สรุปได้ว่า การพัฒนาทักษะชีวิต เป็นอีกหนึ่งองค์ประกอบสำคัญในการพัฒนาความสามารถในการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัย เนื่องจากในการพัฒนาทักษะชีวิตสามารถพัฒนาเด็กเพื่อเตรียมความพร้อมในการพบเจอกับปัญหา หรืออุปสรรคที่พบเจอในชีวิตประจำวัน ผ่านการเสริมสร้างให้เด็กปฐมวัยเกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมในเชิงบวกจากการเรียนรู้การกระทำของตนเอง และผลลัพธ์จากการกระทำอย่างมีเหตุผล ด้วยวิธีการสะท้อนความคิด และการกระทำในการทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ส่งผลให้เด็กปฐมวัยเกิดความตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นทำให้สามารถรับรู้ความรู้สึก ความสามารถของตนเองและผู้อื่นมาใช้ในการทำกิจกรรม รวมทั้งการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ โดยการคิดหาวิธีการแก้ปัญหาความขัดแย้งขณะอยู่ร่วมกัน

การจัดประสบการณ์ที่ส่งเสริมความสามารถในการจัดการตนเองสู่ทักษะแห่งอนาคตของเด็กปฐมวัย จากการศึกษาแนวทางข้างต้น ผู้เขียนได้สังเคราะห์รูปแบบการจัดประสบการณ์ที่ส่งเสริมความสามารถในการจัดการตนเองสู่ทักษะแห่งอนาคตเด็กปฐมวัย ผ่านรูปแบบของการจัดประสบการณ์ที่เปิดโอกาสให้เด็กปฐมวัย

ได้เรียนรู้ผ่านการเล่น นำไปสู่การวางแผนและการจัดระบบดำเนินการเพื่อนำเสนอผลงานด้วยตนเอง ซึ่งจะทำให้เด็กปฐมวัยสนใจในความรู้สึก และความสามารถของตนเองและผู้อื่น นำไปสู่การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นของเด็ก ทั้งนี้เด็กสามารถใช้วิธีการแก้ปัญหาความขัดแย้งขณะอยู่ร่วมกันอย่างมีเหตุผล นำไปสู่การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ในระหว่างการทำกิจกรรมนั้น ๆ

### บทสรุป

จากการศึกษาแนวทางข้างต้น ผู้เขียนได้สังเคราะห์รูปแบบการจัดประสบการณ์ที่ส่งเสริมความสามารถในการจัดการตนเองสู่ทักษะแห่งอนาคตเด็กปฐมวัย ผ่านรูปแบบของการจัดประสบการณ์ที่เปิดโอกาสให้เด็กปฐมวัยได้เรียนรู้ผ่านการเล่น นำไปสู่การวางแผนและการจัดระบบดำเนินการเพื่อนำเสนอผลงานด้วยตนเอง ซึ่งจะทำให้เด็กปฐมวัยสนใจในความรู้สึก และความสามารถของตนเองและผู้อื่น นำไปสู่การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นของเด็ก ทั้งนี้เด็กสามารถใช้วิธีการแก้ปัญหาความขัดแย้งขณะอยู่ร่วมกันอย่างมีเหตุผลนำไปสู่การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ในระหว่างการทำกิจกรรม

ดังนั้นความสามารถในการจัดการตนเองของเด็กปฐมวัยสามารถพัฒนาได้ โดยการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ซึ่งรู้จักให้เด็กเรียนรู้ผ่านการเล่น และลงมือปฏิบัติจริง ผ่านการบริหารจัดการตนเอง การสังเกต การคิด การตัดสินใจ การลงมือ และแก้ปัญหาในทำกิจกรรมด้วยตนเองด้วยตนเองตามความแตกต่างระหว่างบุคคล และสอดคล้องกับสถานการณ์ที่พบเจอในชีวิตประจำวันร่วมกับผู้อื่น สภาพแวดล้อมเหล่านี้จะส่งผลต่อการพัฒนาตนเองของเด็กปฐมวัยให้มีศักยภาพและความสามารถ โดยมีองค์ประกอบสำคัญ ดังนี้ 1) เด็กสนใจในความรู้สึก และความสามารถของตนเองและผู้อื่น นำไปสู่ การตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นของเด็ก 2) เด็กได้เรียนรู้ผ่านการเล่น นำไปสู่ การวางแผนและการจัดระบบดำเนินการ 3) เด็กสามารถใช้วิธีการแก้ปัญหาความขัดแย้งขณะอยู่ร่วมกัน นำไปสู่ การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์

### เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2563). *คู่มือการคัดเลือกครูต้นแบบทักษะชีวิต*. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ.
- กรรณิการ์ แสนสุภา, และนเรศ กันธะวงศ์. (2564). การจัดการตนเอง: ทักษะในการพัฒนาตนเองอย่างยั่งยืน. *วารสารศิลปศาสตร์ (วังนางเลิ้ง) มทร. พระนคร*, 1(1), 25-37
- จารุทัศน์ วงศ์ข้าหลวง. *การศึกษาผลงานศิลปะของเด็กอายุ 5-6 ปีที่ได้รับการจัดประสบการณ์ตามแนว การศึกษาวอลดอร์ฟและเรกจิโอเอมีเลีย*. ปริญญาโท กศ.ม. (ศิลปศึกษา). กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2551.
- ชดช้อย วัฒนะ. (2558). การสนับสนุนการจัดการตนเอง: กลยุทธ์ในการส่งเสริมการควบคุมโรค. *วารสาร วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้าจันทบุรี*, 26(1), 117 – 127.
- ธัญพร จารุไพศาล. (2564). *การบริหารจัดการตนเอง (Self-management) คืออะไร และเทคนิคในการ พัฒนา*. สืบค้นจาก <https://www.entraining.net/library.php>
- นันทิยา ต้นศรีเจริญ. (2564) *ครูผู้มองเห็นสภาวะการเรียนรู้ของเด็ก (Visible Learning)*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : บริษัท แพลน พับลิชชิ่ง จำกัด
- วิจารณ์ พานิช. (2556). *การสร้างการเรียนรู้สู่ศตวรรษที่ 21*. กรุงเทพฯ : มูลนิธิสยามกัมมาจล

- วรรณานันตาเขียน. (2563). การพัฒนารูปแบบการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เชิงบูรณาการเพื่อส่งเสริมความสามารถในการคิดเชิงบริหารสำหรับเด็กปฐมวัย. สืบค้นจาก <http://ir-ithesis.swu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/1279/1/g591150011.pdf>
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2552). รูปแบบการจัดกิจกรรมการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัยอายุ 3-5 ปี ตามสมรรถนะของเด็กปฐมวัยในการพัฒนาตามวัย. กรุงเทพฯ : บริษัท พริกหวานกราฟฟิค จำกัด
- สำนักวิจัยและพัฒนาการศึกษา. (2564). ทักษะที่จำเป็นแห่งอนาคต (Future Skill) เพื่อเตรียมการพัฒนาคุณภาพคนไทยทุกช่วงวัยรองรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว (Disruption) ของโลกศตวรรษที่ 21 : ผลการศึกษาและแนวทางการส่งเสริม. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : บริษัท เพชรเกษมพรินติ้ง กรุ๊ป จำกัด
- อลิสตา เลี้ยงรื่นรมย์. (2564). 14 วิธีการสอนเชิงรุก ผู้เรียนสนุก ผู้สอนสบาย. สงขลา : มหาวิทยาลัยหาดใหญ่ องค์การแพลน อินเตอร์เนชั่นแนล (ประเทศไทย). (ม.ป.ป). เอกสารคู่มือทักษะชีวิต กิจกรรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต. มูลนิธิ ไรท์ ทู เพลย์ ประเทศไทย
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman & Company.
- Bakhshi, H., Downing, J., Osborne, M. & Schneider, P. 2017. *The Future of Skills: Employment in 2030*. London: Pearson and Nesta.
- Bonwell, C.C.; & Eison, J. A. (1991). Active Learning: Creative Excitement in the Classroom. *ASHE-ERIC Higher Education Reports* No. 1. Washington, D.C.
- Creer, T. L. (2000). *Self-management*. In M. Bockaeets, R. Pintrich & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of Self regulation*. San diego, California: Academic Press.
- Curtin, R. B., Walters, B. A. J., Schatell, D., Pennell, P., Wise, M., & Klicko, K. (2008). *Self-Efficacy and Self-Management Behaviors in Patients With Chronic Kidney Disease*. A journal of the National Kidney Foundation, 15(2), 191-205.
- Riegel, B., Carlson, B., & Glaser, D. (2000). *Development and testing of a clinical tool measuring self-management of heart failure*. *Heart and Lung*, 29(1), 4-15.