แบบ กศ.ตน.๑๕

แบบเขียนหลักสูตรต่อเนื่อง

หลักสูตรการอบรมโครงการทักษะชีวิต จำนวน ๖ ชั่วโมง
โครงการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของชีวิต และความปลอดภัย
รู้เท่าทันภัย
ศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอสนม

ความเป็นมา

การศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต คือ การจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมความสามารถของบุคคล เพื่อให้สามารถจัดการกับตนเองและสิ่งแวดล้อมเพื่อให้มีความสุขตามสภาพ และความสุขความปลอดภัยในสังคม ซึ่งเป็นการพัฒนาทักษะพื้นฐานของบุคคลโดยบูรณาการองค์ความรู้และกระบวนการเรียนรู้ ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันเข้าด้วยกัน สำนักงาน กศน.ได้กำหนดนโยบาย ในเรื่องการจัดการศึกษา เพื่อพัฒนาทักษะ ชีวิต โดยเน้นส่งเสริมสนับสนุนให้จัดกิจกรรมการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อให้ประชาชนมีทักษะชีวิตที่ จำเป็นและสามารถดำรงชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยมีแนวคิด เรื่องทักษะชีวิตและแนวทางการจัดกิจกรรม ในรายละเอียด คือ

๑. ความหมายของทักษะชีวิต คำว่า ทักษะ (Skill) หมายถึง ความชัดเจน และความชำนิชำนาญในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งบุคคลสามารถ สร้างขึ้นได้ จากการเรียนรู้ ได้แก่ ทักษะการอาชีพ การกีฬา การทำงานร่วมกับผู้อื่น การอ่าน การสอน การจัดการ ทักษะทางคณิตศาสตร์ ทักษะทางภาษา ทักษะทางการใช้เทคโนโลยี ฯลฯ ซึ่งเป็นทักษะภายนอกที่ สามารถมองเห็นได้ชัดเจน จากการกระทำ หรือจากการปฏิบัติ ซึ่งทักษะดังกล่าวนั้น เป็นทักษะที่จำเป็นต่อการ ดำรงชีวิตที่จะทำให้ผู้มีทักษะเหล่านั้น มีชีวิตที่ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ โดยมีโอกาสที่ดีกว่าผู้ไม่มี ทักษะดังกล่าว ซึ่งทักษะประเภทนี้เรียกว่า Livelihood skill หรือ Skill for living ซึ่งเป็นคนละอย่างกับ ทักษะชีวิตที่เรียกว่า Life skill ดังนั้น ทักษะชีวิต หรือ Life skill จึงหมายถึง คุณลักษณะ หรือความสามารถเชิงสังคม จิตวิทยา (Phychosoclal competence) ที่เป็นทักษะภายในที่จะช่วยให้บุคคลสามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ที่ เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะ เป็นเรื่องการดูแลสุขภาพ เอดส์ ยาเสพติด ความปลอดภัย สิ่งแวดล้อม คุณธรรมจริยธรรม ฯลฯ เพื่อให้ สามารถมีชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข หรือจะกล่าวง่าย ๆ ทักษะชีวิต ก็คือ ความสามารถในการ แก้ปัญหาที่ต้องเผชิญในชีวิตประจำวันเพื่อให้อยู่รอดปลอดภัย และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

๒. องค์ประกอบของทักษะชีวิต

๓. กลวิธีในการสร้างทักษะชีวิต

๔. เนื้อหาที่เป็นจุดเน้นในการพัฒนาทักษะชีวิต จากองค์ประกอบของทักษะชีวิต ๑๐ ประการ

ซึ่งมีจุดเน้นในการพัฒนาทักษะชีวิต ๔ ด้าน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อการส่งเสริม การป้องกัน และการแก้ไขที่ สอดคล้องกับสภาพปัญหาและความต้องการของกลุ่มเป้าหมายในแต่ละพื้นที่คือ

๔.๑ ด้านสุขภาพอนามัย มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมให้มีความรู้ความเข้าใจและตระหนักในการดูแล ตนเองให้มีสุขภาพอนามัยที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ มีบุคลิกภาพที่เหมาะสม รู้วิธีป้องกันไม่ให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บ และสามารถแก้ไขปัญหาพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่จะนำไปสู่โรคภัยไข้เจ็บได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

๔.๒ ด้านความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมให้มีความรู้ความเข้าใจและตระหนักในภัยอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้นจากภัยอันตรายได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

๔.๓ ด้านทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม มีจุดมั่งหมายเพื่อส่งเสริมให้มีความรู้ความเข้าใจและ ตระหนักในคุณค่าของทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม มีจิตสำนึกในการร่วมอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม รู้วิธีใช้ทรัพยากรอย่างประหยัดและคุ้มค่า รู้วิธีป้องกันไม่ให้เกิดสภาพแวดล้อมเป็นพิษ และ สามารถแก้ไขปัญหาสภาพแวดล้อมเป็นพิษในชุมชนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม

๔.๔ ด้านคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และคุณลักษณะที่พึงประสงค์มีจุดมุ่งหมาย เพื่อส่งเสริมให้มี ความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงความสำคัญของการมีคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่ถูกต้องและ คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของคนในสังคมไทย รู้วิธีป้องกันไม่ให้ตนเอง ครอบครัว ชุมชนเข้าไปเกี่ยวข้องกับ อบายมุข สามารถปฏิบัติตัวเป็นแบบอย่างที่ดีของครอบครัว ชุมชน และสามารถแก้ไขปัญหาพฤติกรรมที่ไม่พึง ประสงค์ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม จากการเรียนรู้เนื้อหาดังกล่าวในรูปแบบกิจกรรมที่ใช้กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมโดยให้ กลุ่มเป้าหมาย ได้ฝึก คิด ทำ จำ แก้ปัญหา และพัฒนาอย่างต่อเนื่อง จะเป็นการพัฒนาทักษะชีวิตทั้ง ๑๐ ประการ ที่สอดคล้องกับเนื้อหาดังกล่าวไปด้วยพร้อมกัน จากองค์ประกอบของทักษะชีวิต ๑๐ ประการ เมื่อจะนำไปพัฒนากิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตให้กับกลุ่มเป้าหมาย สามารถแบ่งได้เป็น ๒ ส่วน ดังนี้

๑) ทักษะชีวิตทั่วไป คือ ความสามารถพื้นฐานที่ใช้เผชิญปัญหาปกติในชีวิตประจำวัน เช่น ความเครียด สุขภาพ การคบเพื่อน การปรับตัว ครอบครัวแตกแยก การบริโภคอาหาร ฯลฯ

๒) ทักษะชีวิตเฉพาะ คือ ความสามารถที่จำเป็นในการเผชิญปัญหาเฉพาะ เช่น ยาเสพติด โรคเอดส์ ไฟไหม้ น้ำท่วม การถูกล่วงละเมิดทางเพศ ฯลฯ องค์ประกอบของทักษะชีวิตจะมีความแตกต่างกันตามวัฒนธรรมและสถานที่แต่ทักษะชีวิตที่จำเป็น ที่สุดที่ทุกคนควรมี ซึ่งองค์การอนามัยโลกได้สรุปไว้และถือเป็นหัวใจสำคัญในการดำรงชีวิต คือ

๒.๑ ทักษะการตัดสินใจ (Decision making) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีระบบ เช่น ถ้าบุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนเองที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้าน สุขภาพ หรือความปลอดภัยในชีวิต โดยประเมินทางเลือกและผลที่ได้จากการตัดสินใจเลือกทางที่ถูกต้อง เหมาะสม ก็จะมีผลต่อการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ

๒.๒ ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ อย่างมีระบบ ไม่เกิดความตรึงเครียดทางกายและจิตใจ จนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไข

๒.๓ ทักษะการคิดสร้างสรรค์(Creative thinking) เป็นความสามารถในการคิดที่จะเป็นส่วนช่วยในการ ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาโดยการคิดสร้างสรรค์เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละ ทางเลือก และสามารถนาประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

๒.๔ ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถในการ
คิดวิเคราะห์ข้อมูล ต่าง ๆ และประเมินปัญหา หรือสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวเราที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต

๒.๕ ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) เป็นความสามารถในการใช้ คำพูดและท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรม และสถานการณ์ ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม การขอร้อง การ เจรจาต่อรอง การตักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ ฯลฯ

๒.๖ ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship) เป็นความสามารถใน การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน และสามารถรักษาสัมพันธภาพไว้ได้ยืนยาว

๒.๗ ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self awareness) เป็นความสามารถในการค้นหา รู้จักและเข้าใจ ตนเอง เช่น รู้ข้อดีข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรารู้ตัวเอง เวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

๒.๘ ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่าง ระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ ช่วยให้ สามารถยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ด้อยกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื้อเอดส์

๒.๙ ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotion) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของ ตนเองและผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์โกรธ และความ เศร้าโศก ที่ส่งผลทางลบต่อร่างกาย และจิตใจได้อย่างเหมาะสม

๒.๑๐ ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุ ของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกิดการ เบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมและไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพ

ดังนั้น สกร.อำเภอสนม ซึ่งมีหน้าที่การจัดการศึกษาตลอดชีวิตสำหรับประชาชน เพื่อให้ประชาชน ต้องการพัฒนาตนเอง การศึกษาต่อเนื่อง มีความสำคัญ ต่อประชาชน ในการรู้ถึงสิทธิเสรีภาพในปกครอง ระบอบประชาธิปไตยอันมีพรมหากษัตริย์ทรงเป็นเป็นประมุข ซึ่งมีรูปแบบการจัดการศึกษา กิจกรรมโดยการ ฝึกอบรม รูปแบบกลุ่มสนใจ รูปแบบชั้นเรียนวิชาชีพ และ รูปแบบเรียนรู้รายบุคคล ให้กับประชาชนทั่วไป ในพื้นที่ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ มีทักษะ และเจตคติในเรื่องประชาธิปไตยในชุมชน ตามภารกิจหน้าที่และ ดำเนินการตามนโยบาย กระทรวงศึกษาธิการ นโยบาย สำนักงาน สกร ส่งเสริมการจัดการศึกษาเพื่อ เสริมสร้างความมั่นคง การสร้างความเข้าใจที่ถูกต้อง ในการปกครองระบอบประชาธิปไตย การเรียนรู้ที่ปลูกฝัง คุณธรรมจริยธรรม สร้างวินัย จิตสาธารณะ และอุดมการณ์ ความยึดมั่นในสถาบันหลักของชาติ รวมถึงการมีจิต อาสาผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ในภารกิจการขับเคลื่อนสร้างวิถีชีวิตประชาธิปไตยในระดับพื้นที่ตำบล หมู่บ้าน การ สร้างนักพัฒนาชุมชนด้านประชาธิปไตย ให้เกิดการขับเคลื่อนอย่างต่อเนื่องควบคู่ไปกับวิถีชีวิต ในชุมชน หมู่บ้านเพื่อให้ประชาชนที่เข้าร่วมเกิดจิตสำนึกในการรักชาติ ศาสนาพระมหากษัตริย์ ในการปกครองโดยเท่าเทียมกัน เกิดความรักในสถาบันหลักของชาติ และยึดมั่นการปกครองระบอบ ประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข มีการดูแลและป้องกันจากภัยคุกคามในชีวิต รูปแบบใหม่สามารถ ดูแลตนเองด้านสุขภาพกาย การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ในการใช้ชีวิต (New Normal) ความปลอดภัย รู้เท่าทัน (Fake New) สิ่งแวดล้อม และ มีคุณธรรม

หลักการของหลักสูตร

๑. เป็นหลักสูตรที่เน้นการบูรณาการให้สอดคล้องกับศักยภาพด้านต่างๆของมนุษย์

๒. มุ่งพัฒนาคนไทยให้ได้รับการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะในการดำเนินชีวิตเกิดการเรียนรู้ไปพร้อมๆกัน มีการนำเอาไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองครอบครัว สังคม และประเทศชาติ

๓. ส่งเสริมให้เกิดความร่วมมือในการดำเนินงานร่วมกับภาคีเครือข่าย

จุดมุ่งหมาย

๑.ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของชีวิตได้

๒.ผู้เข้ารับการอบรมมีมีทักษะในการดูแลสุขภาพกาย การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การใช้ชีวิต (New Normal)ความปลอดภัย มีคุณธรรมในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมาย คือ ประชาชนกลุ่มเป้าหมายนอกระบบโรงเรียน

ประชาชน ในเขตพื้นที่รับบริการ บ้านก้านเหลือง หมู่ที่ ๗ ตำบลหัวงัว อำเภอสนม จังหวัดสุรินทร์ จำนวน ๑๕ คน

ระยะเวลารวม ๖ ชั่วโมง

ภาคทฤษฎี จำนวน ๓ ชั่วโมง

ภาคปฏิบัติ จำนวน ๓ ชั่วโมง

รายละเอียดโครงสร้างหลักสูตร

โครงการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของชีวิต และความปลอดภัย หลักสูตร....๖... ชั่วโมง

วัน เดือน ปี	เรื่อง	จุดประสงค์การเรียนรู้	เนื้อหา	สื่อการเรียน	กิจกรรมการเรียนรู้	จำนวนชั่วโมง(๑๗)		ประเมินผล
						ทฤษฎี	ปฏิบัติ	
.....	๑. ให้ความรู้เกี่ยวกับการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของชีวิต	๑.ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้เกี่ยวกับการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของชีวิต	๑.ความรู้เกี่ยวกับการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของชีวิต	แผ่นพับ รูปภาพ	๑. ให้ผู้เข้ารับการอบรมศึกษาเนื้อหาจากใบความรู้ เรื่องความรู้เกี่ยวกับการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของชีวิต	๒		- แบบสังเกต -แบบสอบถาม

	๒.ทักษะในการดูแลสุขภาพกาย การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การใช้ชีวิต (New Normal)ความปลอดภัย คุณธรรมในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข จากทักษะการฝึกปฏิบัติด้านอาชีพที่ก่อให้เกิดความสามัคคี	๒.ผู้เข้ารับการอบรมมีทักษะในการดูแลสุขภาพกาย การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การใช้ชีวิต (New Normal)ความปลอดภัย คุณธรรมในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข จากทักษะการฝึกปฏิบัติด้านอาชีพที่ก่อให้เกิดความสามัคคี	๒.คุณธรรมในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขเกิดการการเรียนรู้ที่เสริมสร้างความเป็นพลเมือง (Civic Education) และกระบวนการมีส่วนร่วมจากทักษะการฝึกปฏิบัติด้านอาชีพที่ก่อให้เกิดความสามัคคี	แผ่นพับ รูปภาพ	๒. วิทยากรให้ความรู้เกี่ยวกับคุณธรรมในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขเกิดการการเรียนรู้ที่เสริมสร้างความเป็นพลเมือง (Civic Education) และกระบวนการมีส่วนร่วมจากทักษะการฝึกปฏิบัติด้านอาชีพที่ก่อให้เกิดความสามัคคี	-	๓	

การจัดกระบวนการเรียนรู้

๑.การบรรยาย

๒.การฝึกปฏิบัติ

สื่อการเรียนรู้

๑.ศึกษาจากเอกสาร / ใบความรู้

๒.ศึกษาจากแหล่งเรียนรู้/อินเตอร์เนต / วิทยากร

การวัดและประเมินผล

๑.การประเมินความรู้ภาคทฤษฎีระหว่างเรียนและจบหลักสูตร

๒.การประเมินผลระหว่างเรียนจากการปฏิบัติงานที่มีคุณภาพเพียงพอ สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์กับตนเอง

การจบหลักสูตร

๑. มีเวลาเรียนและฝึกปฏิบัติตามหลักสูตรไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐

๒. มีผลการประเมินผ่านตลอดหลักสูตร ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐

เอกสารหลักฐานการศึกษา

๑. หลักฐานการประเมินผล

๒. วุฒิบัตรออกโดยศูนย์ส่งเสริการเรียนรู้ อำเภอ / เขต

๓. ทะเบียนคุมวุฒิบัตร

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.ประชาชนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้าง
ความมั่นคงของชีวิต

๒.ประชาชนที่เข้าร่วมโครงการมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการศึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงของชีวิตมีทักษะในการดูแลสุขภาพกาย การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การใช้ชีวิต (New Normal)ความปลอดภัย มีคุณธรรมในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุขเกิดการการเรียนรู้ที่เสริมสร้างความเป็นพลเมือง (Civic Education) และส่งเสริมการอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรมจากทักษะกิจกรรมการฝึกปฏิบัติด้านอาชีพที่ก่อให้เกิดความสามัคคี