

สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน

สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

วิจารณ์ พานิช.

สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน.— กรุงเทพฯ : มูลนิธิสยามกัมมาจล, 2562.

304 หน้า.

1. การสอน. I. วิมลศรี ศุภิลวรรณ, ผู้แต่งร่วม. II. ชื่อเรื่อง.

371.102

ISBN 978-616-8000-31-1

ผู้แต่ง	วิจารณ์ พานิช, วิมลศรี ศุภิลวรรณ
ภาพดอกเข็ม	เด็กหญิงฐณนัน กิจทวีสิน
ภาพปกหน้า	เด็กหญิงชนันธร ทิพยรกุล เด็กหญิงชนกชนม์ ปิยะวัฒนกุล เด็กชายชลวิทย์ ม่วงนิล
ภาพปกหลัง	เด็กหญิงพราว บุญวิภาส เด็กชายพีรเมธ สุทธิเรืองวงศ์
ภาพหน้าเปิดภาค	เด็กชายเจษฎาพัทธ์ เผื่อนด้วง เด็กหญิงปวีศา มุรธาทิพย์ เด็กหญิงนภัสสรณ์ ทองตัน
บรรณาธิการศิลปกรรม	วิมลศรี ศุภิลวรรณ
พิสูจน์อักษร	วิมลศรี ศุภิลวรรณ
พิมพ์ครั้งแรก	พฤศจิกายน ๒๕๖๒
จำนวนพิมพ์	๕,๕๐๐ เล่ม
ออกแบบและพิมพ์	บริษัท ภาพพิมพ์ จำกัด

จัดพิมพ์และเผยแพร่

มูลนิธิสยามกัมมาจล

สำนักงานใหญ่ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) อาคารพลาซ่า อีสต์

๑๙ ถนนรัชดาภิเษก แขวงจตุจักร เขตจตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

www.scbf.or.th

ร่วมกับ

กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา

๓๘๘ อาคารเอส.พี. ชั้น ๑๓ ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐

www.eef.or.th

และ

กองทุนจิตตปัญญาเพื่อครูพัฒนา

๓๓/๓๙-๔๐ ถ.สวนผัก แขวงศาลาธรรมสพน์ เขตทวีวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๗๐

www.plearnpattana.ac.th

เรื่องจากปก



ในชั่วโมงศิลปะนักเรียนชั้น ๕ วาดภาพตามจินตนาการขึ้นมาจากสีส้นของดอกไม้ ใบไม้ และผลไม้ต่างๆ

ด้วยปลายนิ้วและฝ่ามือของต้นน้ำ ออม และแอนฟิลด์ ที่ร่วมทำงานศิลปะชิ้นเดียวกัน
จังหวะของหัวใจและความคิดที่หลอมรวมกันเป็นหนึ่ง
ถ่ายทอดออกมาเป็นความงามของเส้นและสีที่สวยงาม
ผลงานชิ้นนี้จึงมีเสน่ห์ดึงดูดตา

ชื่อผลงาน “จันทร์ผู้บดบังอาทิตย์” เมื่อฟังดูอย่างผิวเผิน
ชื่อนี้แสดงถึงปรากฏการณ์ธรรมชาติที่ไม่เกิดขึ้นบ่อยครั้งนัก
แต่เมื่อลองคิดคำนึงให้ลึกซึ้งแล้ว ทั้งผลงานการวาดภาพและผลงานการตั้งชื่อ
สะท้อนให้เห็นถึงจิตใจที่มีความกล้าฝัน

รู้การรอคอยจังหวะเวลา ในการทำสิ่งที่เกิดขึ้นได้ยากให้บรรลุผลสำเร็จ
แม้ว่าจะมีโอกาสน้อยเพียงน้อยนิด
ภาพนี้จึงมีพลังของความอึดเข็มและห้าวหาญซึ่งสะท้อนออกมา
ด้วยความฉับพลันทันทีของเส้นสีและสีลาที่ปรากฏ

เมื่อนำเอา “จันทร์ผู้บดบังอาทิตย์” เคลื่อนไหวไปในทิศทางใหม่
กรอบกระจกที่ให้ความเรื่อรองของปัญญาจึงเกิดขึ้นมา
ด้วยอำนาจของการให้ผลสะท้อน

.....



คำนำมูลนิธิสยามกัมมาจล

หนังสือ **สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน** โดย ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช เป็นการตีความจากหนังสือ *Poor Students, Rich Teaching : Seven High-Impact Mindsets for Students from Poverty* (Revised Edition, 2019) เขียนโดย Eric Jensen เมื่อดิฉันได้อ่านหนังสือเล่มนี้จบลงแล้ว รู้สึกว่าหนังสือเล่มนี้เป็นภาคต่อของหนังสือ **การเรียนรู้เกิดขึ้นอย่างไร** ซึ่ง ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช ได้เขียนบันทึกไว้เช่นกัน และมูลนิธิสยามกัมมาจล ได้จัดพิมพ์ครั้งที่ ๑ เมื่อปี ๒๕๕๖ พิมพ์ครั้งที่ ๒ เมื่อปี ๒๕๕๗ และอยู่ระหว่างจัดพิมพ์ในครั้งที่ ๓ ในขณะนี้ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าหนังสือเล่มนี้ได้รับการตอบรับจากผู้อ่านเป็นจำนวนมาก เนื่องจากหนังสือได้สรุปประเด็นสำคัญให้ครูผู้สอนเข้าใจการเรียนรู้ของผู้เรียนเกิดขึ้นได้ด้วยเงื่อนไข ๗ ประการ ประการแรกคือ พื้นความรู้เดิมของนักเรียนมีผลต่อการเรียนรู้ ๒. วิธีที่นักเรียนจัดระเบียบโครงสร้างความรู้ของตนมีผลต่อการเรียนรู้ ๓. การเรียนรู้ต้องมีปัจจัยการจูงใจ (motivation) ๔. นักเรียนสามารถพัฒนาจนถึงขั้นรู้จริง (อย่างลึกซึ้งได้) ด้วยการลงมือทำ ประยุกต์ใช้ทักษะและความรู้ ๕. การลงมือทำและการป้อนกลับ (feedback) ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ที่ทำให้มีคุณภาพ ๖. การพัฒนานักเรียนและบรรยากาศในชั้นเรียนมีผลต่อการเรียนรู้ และประการสุดท้าย นักเรียนเป็นผู้รับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเองได้ ทั้ง ๗ ประการข้างต้น เป็นปัจจัยสำคัญใน “การสร้างการเรียนรู้ให้เกิดขึ้น” และเมื่อได้อ่านหนังสือ **สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน** จึงเกิดความรู้สึกว่าได้อ่านภาคต่อของหนังสือ **การเรียนรู้เกิดขึ้นอย่างไร** นั่นเอง

หนังสือ **สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน** เล่มนี้ ได้เสนอแนวทางการทำงานของครูที่มีพื้นฐานจากความเข้าใจว่าการเรียนรู้ของผู้เรียนเกิดขึ้นได้อย่างไร มาช่วยให้ผู้เรียนทุกคนไปสู่ความสำเร็จของการเรียนรู้ได้ทุกคน หนังสือเล่มนี้ ได้ชี้ให้เห็นบทบาทของครูผู้สอน วิธีการ และได้เสนอแนะเครื่องมือต่างๆ ให้คุณครู ได้มีโอกาสไปทดลองใช้แต่จะสำเร็จหรือไม่ขึ้นอยู่กับคุณครู อาจารย์หมอวิจารณ์ พานิช ได้เกริ่นไว้ในตอนต้นของหนังสือเล่มนี้แล้วว่าเป็นแนวทางการทำงานของ “ครูเพื่อศิษย์” หมายความว่าวิธีการหรือแนวทางที่ได้เสนอไว้ในหนังสือเล่มนี้จะใช้ได้ผลก็ต่อเมื่อครูมีใจ มีความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะใช้บทบาทหน้าที่ของตนในการส่งเสริมให้ศิษย์บรรลุเป้าหมายในการเรียนรู้ คือเป็นผู้รู้จริง และมีทักษะนำความรู้นั้นไปใช้สร้างความสำเร็จได้ ปัจจัยในเรื่องของตัวครูในเรื่องนี้ ดิฉันเห็นว่าเป็นความสำคัญที่ครูต้องมาก่อน จึงจะไปสู่ปัจจัยอื่นๆ ที่หนังสือเล่มนี้ ได้เสนอแนวทางซึ่งดิฉันของสรุปว่า มีสามเรื่องสำคัญนำไปสู่ความสำเร็จของครู

เรื่องแรกคือ ครูเปลี่ยนวิธีคิด เปลี่ยนมุมมองว่าเด็กทุกคนพัฒนาได้ สอง เปลี่ยนวิธีมองเด็ก เพื่อเปลี่ยนระบบความสัมพันธ์ระหว่างครูกับเด็กให้เป็นความสัมพันธ์ของมนุษย์ต่อมนุษย์ และสาม เปลี่ยนให้ห้องเรียนมีสภาพบรรยากาศที่เกิดจากวัฒนธรรมเพื่อการเรียนรู้แบบใหม่ ทั้งสามส่วนคือหัวใจเดินเรื่องทั้ง ๗ ภาค ที่มีอยู่ในหนังสือเล่มนี้

ดิฉันได้ย้อนคิดไปถึงคุณครูคนหนึ่งคือ คุณครูศิริลักษณ์ ชมภูคำ แห่งโรงเรียนบ้านหินลาด จังหวัดมหาสารคาม ที่มูลนิธิสยามกัมมาจลได้เคยตามไปดูวิธีการสอนให้เด็กที่อ่านไม่ออก เขียนไม่ได้เมื่อหลายปีที่แล้ว ด้วยวิธีการที่หนังสือเล่มนี้ได้แนะนำไว้คือ “ให้เด็กสอนเด็ก” ครูต้องสอนเด็กที่เข้าใจเร็วและให้เด็กที่เข้าใจเร็ว ไปสอนเด็กที่อ่อน ซึ่งคุณครูศิริลักษณ์ ได้ใช้เวลาช่วงพักเที่ยงในการที่จะสอนเด็กเก่งให้เป็น “ผู้ช่วยสอนภาษาไทย” เพื่อช่วยครูสอนเพื่อนที่เรียนอ่อนแก้ปัญหาอ่านไม่ออก เขียนไม่ได้ ในวิชาภาษาไทย

ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นเป็นไปตามที่ข้อสังเกตของหนังสือเล่มนี้คือ เด็กจะมีภาษาที่ใช้สื่อสารกันเองที่ดีกว่าครู มีวิธีการที่สอนเพื่อนได้ดีกว่าครู และที่สำคัญที่ได้มากกว่าภาษาไทยคือเด็กได้มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ความสัมพันธ์ที่ดีที่เริ่มจากวิชาภาษาไทยที่ช่วยทำให้เด็กเก่งที่เก่งทุกวิชาได้ใช้ความเก่งในวิชาอื่นๆ อาทิ วิชาคณิตศาสตร์ วิชาภาษาอังกฤษในการสอนเพื่อนได้เช่นเดียวกับวิชาภาษาไทย ตกลงว่าคู่นี้ได้กลายเป็นคู่บัดดี้กันและพากันเรียนทุกวิชา พากันดึงผลการเรียนขึ้นมาให้ดีขึ้นกว่าเดิม ตรงนี้ถือเป็นความสำเร็จของคุณครูศิริลักษณ์ ซึ่งดิฉันอยากเพิ่มเติมให้เห็นภาพว่า ครูเพื่อศิษย์ที่สำเร็จเมื่อนำแนวคิดจากหนังสือเล่มนี้ไปจับก็จะทำให้เข้าใจมากขึ้นว่าท่านทั้งหลายสร้างความสำเร็จได้จากปัจจัยอะไร และเราจะนำไปปรับใช้ได้อย่างไร

ต้องขอขอบคุณ คุณครูใหม่ (ครูวิมลศรี สุขิลวรรณ) โรงเรียนเพลินพัฒนา ที่นำตัวอย่างการทำงานของครูหลายท่านมาเขียนเพิ่มเติมให้เห็นรูปธรรม การที่คุณครูใหม่ นำตัวอย่างของครูผู้ปฏิบัติที่มีหลากหลายเรื่องสอดคล้องกับเนื้อหาในหนังสือในหลายๆ บท ช่วยทำให้ผู้อ่านมีความกระจ่างและสามารถคิดต่อไปได้อีกมากเลยทีเดียว

นอกจากครูเพื่อศิษย์จะได้แนวทางไปใช้ในการจัดสภาวะการเรียนการสอนให้มีคุณภาพมากขึ้นแล้ว ในฐานะ “หัวหน้างาน” ที่ต้องมียุทธศาสตร์ในการเป็นโค้ชให้กับทีมงานของมูลนิธิ ดิฉันเห็นว่าแนวทางที่ครูใช้ในการยกระดับการเรียนรู้จากศิษย์ สามารถใช้ได้ในที่ทำงาน โดยเฉพาะบทบาทของโค้ช ในการยกระดับการเรียนรู้ของทีมงานในองค์กรที่แสวงหาคุณภาพ ด้วยความเชื่อแบบ learning organization วิธี empower และสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้ภายในห้องเรียนของครูเพื่อศิษย์ในหนังสือเล่มนี้ยังสามารถเป็นแนวทางให้โค้ชนำไปใช้เพื่อสร้างบรรยากาศในการสนับสนุนการเรียนรู้ของคนในองค์กรเพื่อยกระดับคุณภาพคนและงานไปด้วยกันได้เช่นเดียวกัน

ดิฉันคิดว่าผู้ที่ทำงานและมีบทบาทเป็นโค้ชอยู่ในทุกองค์กรอ่านแล้วจะสามารถที่จะนำแนวคิดแนวทางไปปรับใช้ในงานของตนเองได้ หนังสือเล่มนี้ จึงไม่ได้มีคุณค่าเฉพาะในวงการศึกษามาก่อน แต่ยังสามารถนำไปใช้ในทุวงการเพื่อที่จะสร้างโค้ชให้เกิดขึ้นในที่ทำงานทุกแห่งเพื่อให้พนักงานในองค์กรทุกภาคส่วนพัฒนาสมรรถนะด้วยการมีความสามารถในการเรียนรู้ตลอดชีวิตได้

มูลนิธิสยามกัมมาจลมีความภูมิใจที่ได้ร่วมมือกับกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา(กสศ.) ในการจัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้ ดิฉันเชื่อว่าจะเป็นหนังสืออีกเล่มที่ไม่ใช่แค่วงการศึกษากลับมาช่วยกัน แต่เป็นหนังสือที่ผู้แสวงหาการเรียนรู้ทั้งหลายจะกล่าวถึงว่าเป็นเสมือนแผนที่นำทางของครูเพื่อศิษย์ และโค้ชทั้งหลาย

คำนำกองทุนเพื่อความเสมอภาค ทางการศึกษา

ประเทศไทยเรามีประชากรวัยเรียนที่มีฐานะยากจนราว ๒ ล้านคน การศึกษาที่มีคุณภาพจัดเป็นทางออกของประเทศในการลดช่องว่างความเหลื่อมล้ำที่กลายเป็นปัญหาสำคัญลำดับต้นของชาติในปัจจุบันและกำลังมีแนวโน้มจะทวีความรุนแรงยิ่งขึ้น ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัวมีผลต่อการเรียนรู้ของเด็กเยาวชน ส่งผลให้ครูจัดการเรียนการสอนด้วยความยากลำบากยิ่งขึ้นกว่าการสอนนักเรียนทั่วไป หนังสือ *สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน (Poor Students, Rich Teaching)* ได้ให้ความมั่นใจแก่ครูว่าครูสามารถที่จะบรรเทา ปลายทางผลลบจากปัจจัยความยากจนของนักเรียน หรือแม้แต่ใช้ประสบการณ์ความยากลำบากที่นักเรียนประสบมาเป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้

หนังสือให้แนวทางปฏิบัติในรายละเอียดไว้สำหรับหลายๆ กรณี แต่ล้วนเริ่มต้นได้ก็ต่อเมื่อครูปรับเปลี่ยนกระบวนทัศน์ (ชุดความคิด) รวมถึงถ่ายทอดกระบวนทัศน์ใหม่ไปสู่นักเรียนและชั้นเรียน เนื้อหาหนังสือส่วนใหญ่ถ่ายทอดผ่านกรอบความคิดที่ตั้งอยู่บนกระบวนทัศน์ ๗ ประการ ซึ่งตั้งอยู่บนความเชื่อมั่นศรัทธาว่าไม่ต้องเผชิญกับอุปสรรคความยากจนแต่นักเรียนก็สามารถเรียนรู้ด้วยการไม่ยอมจำนน ขบขันด้วยความกระหายใคร่รู้ และมีอนาคตชีวิตที่ประสบความสำเร็จ หนังสือได้แสดงถึงวิธีปฏิบัติที่ครูสามารถนำมาใช้ได้กับชั้นเรียน โดยเฉพาะปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนกลุ่มขาดแคลน แต่ละบทมีความยาวไม่มากช่วยให้อ่านง่ายและเพลิดเพลิน นอกจากครูแล้วผู้บริหารโรงเรียนสามารถใช้ในการจัดระบบส่งเสริม ตลอดจนสร้างวัฒนธรรมของโรงเรียนและชั้นเรียนอีกด้วย (ทราบว่ามีบางโรงเรียนในต่างประเทศที่ผู้บริหารซื้อหนังสือแจกให้ครูทั้งโรงเรียนอ่านเพื่อร่วมกันพัฒนาทั้งโรงเรียน)

หนังสือเล่มนี้ส่วนหนึ่งแปลมาจากหนังสือขายดี ผู้เขียนคือ ดร.อีริก เจนเซน ครูและนักวิจัยที่เรียกได้ว่าผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษาและวิทยาศาสตร์สมอง ผู้ถ่ายทอดประสบการณ์ในบริบทของชั้นเรียนไทย คือ คุณครูวิมลศรี ศุขลวรรณ ซึ่งเป็นครูรุ่นใหม่ที่มีผลงานพัฒนาการเรียนการสอนที่โรงเรียนเพลินพัฒนาและโครงการวิจัยพัฒนาต่างๆ หนังสือฉบับภาษาไทยนี้ยังมีบทสังเคราะห์ของนักการศึกษาไทยคือ ศ.วิจารณ์ พานิช ที่เป็นท่านหนึ่งซึ่งทุ่มเทอ่านตีความและให้คำแนะนำในการใช้ประโยชน์ รวมถึงได้มีการทดลองปฏิบัติในโรงเรียนไทยจนเห็นผลดีแล้วอีกด้วย

คำนำของผู้เขียน

ยังอ่านต้นฉบับและเขียนตีความหนังสือ *Poor Students, Rich Teaching : Seven High-Impact Mindsets for Students from Poverty* (2019) เขียนโดย Eric Jensen ผมก็ยังตระหนักว่าหนังสือเล่มนี้ สื่อเรื่องราวในห้องเรียน ในโรงเรียน และสื่อชุดความคิดของคนในวงการศึกษาที่ผิดพลาดมานานในวงการศึกษาไทย อย่างน้อยก็ ๗๐ ปี ตั้งแต่ตอนที่ผมเป็นเด็ก หนังสือเล่มนี้จึงน่าจะจัดเป็นเครื่องมือเปลี่ยนชุดความคิด หรือเปลี่ยนกระบวนทัศน์ทางการศึกษาในลักษณะของการเปลี่ยนระดับรากฐานที่เรียกว่า transformation โดยอาจเรียกว่า educational practice transformation

สาระในหนังสือ **สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน** เล่มนี้ไม่ใช่แค่มีประโยชน์ต่อการจัดการศึกษาแก่นักเรียนจากครอบครัวยากจนขาดแคลนเท่านั้น ชุดความคิดและวิธีการในหนังสือเล่มนี้ น่าจะต้องนำมาใช้ในโรงเรียนทุกโรงเรียนแก่นักเรียนทุกคน และใช้ในการบริหารระบบการศึกษาของประเทศด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการจัดการปฏิรูปการศึกษา

หนังสือเล่มนี้จึงน่าจะเป็นตำรามาตรฐานสำหรับใช้ในการผลิตครูและการพัฒนาครูประจำการเพื่อสร้างชุดความคิดที่ถูกต้องและทรงคุณค่าในการธำรงศักดิ์ศรีครู รวมทั้งเพื่อสร้างทักษะที่ลุ่มลึก (แต่ปฏิบัติได้ง่าย) ในการทำหน้าที่ครูอย่างมีความสุข มีความท้าทายและมีความสำเร็จในชีวิตการเป็นครู

ครูที่ฝึกปฏิบัติตามหนังสือเล่มนี้จะเป็น “ครูนักเรียนรู้” ที่เยี่ยมยอด ผมทำนายว่า หากครูท่านใดปฏิบัติอย่างมุ่งมั่นต่อเนื่องไปสักสองสามปี ท่านจะได้สัมผัสการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง (transformative learning) ด้วยตัวท่านเอง เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ทรงคุณค่าในตนเอง ทั้งที่เป็นคุณค่าต่อชีวิตส่วนตัว และต่อชีวิตความเป็นครู ท่านจะเป็นคนที่มีจิตใจละเอียดละไม มีทักษะหลากหลายด้านที่เป็นทักษะแห่งชีวิตที่ดี เป็นครูที่มีผลงานดีเด่น และที่สำคัญยังมีผลงานเด่นโดยที่ทำงานได้ง่ายขึ้น ใช้นเวลาน้อยลง

ชุดความคิดและวิธีการที่เสนอในหนังสือเล่มนี้ อาจกล่าวได้ว่าเป็นการประยุกต์วิธีปลูกสมองให้พร้อมเรียน ควบคู่ไปกับการเรียนซึ่งนักเรียนทุกคนจะได้รับการปลูก ไม่ว่าจะเป็นนักเรียนที่ขาดแคลนหรือไม่ก็ตาม ผมจึงเชื่อว่านักเรียนทุกคนจะได้รับประโยชน์จากครูที่ดำเนินการตามที่แนะนำในหนังสือเล่มนี้

หากได้ฝึกวิธีตั้งคำถามสำคัญๆ ในการทำหน้าที่ครู และจัดระบบเก็บข้อมูลเพื่อตอบคำถามอย่างเป็นระบบ นำมาวิเคราะห์เพื่อตอบคำถามอย่างเป็นวิชาการ ครูจะมีผลงานวิจัยห้องเรียน (classroom research) หรือที่เรียกว่าผลงาน R2R (Routine to Research) ของครูอย่างน้อยปีละชิ้น หรืออาจ

ปีละหลายชิ้น เชื่อมโยงสู่ชุดความคิดที่ ๘ (ผมคิดขึ้นเอง) คือชุดความคิดว่าด้วยครูเป็นนักสร้างความรู้ในการทำหน้าที่ครู (Knowledge Creation Mindset) ยิ่งจะเป็นการสร้างศักดิ์ศรีของวิชาชีพครู และเป็นการสร้างมิติใหม่ของวงการศึกษไทย

ผมมีความเชื่อว่า คนในทุกวิชาชีพที่มีคุณค่าสูง มีศักดิ์ศรีสูง ต้องมีกระบวนการที่ถูกต้องในการทำงาน และกระบวนการที่สูงส่งและมีคุณค่าที่สุดคือการทำเพื่อประโยชน์ของผู้อื่นและประโยชน์ส่วนรวมดังระบุในหนังสือเล่มนี้ ที่ประโยชน์ต่อส่วนรวมหรือสังคมไทยคือช่วยสร้างพลเมืองคุณภาพสูงให้แก่บ้านเมืองซึ่งหากมองมุมกลับ ในขณะนี้ การศึกษาไทยกำลังสร้างพลเมืองคุณภาพต่ำจำนวนมาก เพราะครูขาดชุดความคิดและเครื่องมือในการเปลี่ยนสภาพ ศิษย์ขาดแคลน ให้เป็น ศิษย์ที่มีสมองพร้อมเรียน และประสบความสำเร็จในการเรียนรู้การมีอาชีพหรือสู่การเรียนรู้ต่อไป

สำหรับนักวิชาการด้านการศึกษา หนังสือเล่มนี้เป็นโจทย์อย่างดีสำหรับการทำงานวิจัยปฏิบัติการในบริบทของการศึกษาไทย ว่าเราจะช่วยกันเปลี่ยนสมองของนักเรียนขาดแคลนให้เป็น “สมองที่พร้อมเรียน” ได้อย่างไรบ้าง ผมเชื่อว่า นักเรียนขาดแคลนจำนวนไม่น้อยมีอัจฉริยภาพบางด้านแฝงอยู่ หากได้รับความเอาใจใส่และส่งเสริม สังคมไทยจะมีพลเมืองที่มีความสามารถพิเศษบางด้านเพิ่มขึ้น จากที่ครูมีฉันทะและทักษะในการดำเนินการให้นักเรียนขาดแคลนบางคน กลายเป็นนักเรียนที่มีความสามารถพิเศษ และที่สำคัญกว่านั้นคือ ส่งผลให้นักเรียนขาดแคลนทุกคนได้ยกระดับผลลัพธ์การเรียนรู้สู่การเติบโตเป็นพลเมืองคุณภาพสูง

โดยสรุปหนังสือ *สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน* เล่มนี้ เสนอวิธีพลิก “ความขาดแคลนของศิษย์” ให้เป็น “ชุมทรัพย์ของครู” ด้วยกระบวนการหรือชุดความคิดที่สำคัญ ๗ ประการ ที่จะเป็ต้นทางสู่การจัดการเรียนรู้ที่ดี คือ (๑) ชุดความคิดว่าด้วยความสัมพันธ์กับศิษย์ (relational mindset) (๒) ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จของศิษย์ (achievement mindset) (๓) ชุดความคิดบวก (positivity mindset) (๔) ชุดความคิดห้องเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้ม (rich classroom climate mindset) (๕) ชุดความคิดหนุนศักยภาพของนักเรียน (enrichment mindset) (๖) ชุดความคิดว่าด้วยการสร้างความเอาใจใส่ของนักเรียน (engagement mindset) และ (๗) ชุดความคิดมีเป้าหมายเพื่อให้ศิษย์เรียนจบ (graduation mindset) ไม่ว่าศิษย์จะขาดแคลนเพียงใด ครูต้องมุ่งมั่นดำเนินการให้ศิษย์ได้รับผลตามเป้าหมายหลักทั้ง ๗ ตามด้วยชุดความคิดที่ ๘ ครูเป็นนักสร้างความรู้จากการทำหน้าที่ครู (knowledge creation mindset) ที่ผมเสนอเพิ่ม ไม่มีในหนังสือ *Poor Students, Rich Teaching*

สาระในหนังสือเล่มนี้มี ๒ ส่วน คือส่วนที่ผมตีความจากหนังสือ *Poor Students, Rich Teaching* กับส่วนเรื่องเล่าจากห้องเรียน ที่ได้จากครูโรงเรียนเพลินพัฒนาและโรงเรียนบ้านไร่สามัคคี นำสาระในต้นฉบับไปตีความทดลองใช้ในห้องเรียนที่ตนสอน แล้วสะท้อนคิดเล่าเรื่องส่งให้ครูใหม่ (วิมลศรี คุชฌวรรณ์) แห่งโรงเรียนเพลินพัฒนาจัดการปรับปรุงเป็นเรื่องเล่าจากห้องเรียน

เช่นเดียวกับหนังสือเล่มอื่นๆ ก่อนหน้านี้อะไรในหนังสือ *สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน* ไม่ได้แปลมาโดยตรง และไม่ได้ตีความอย่างเคร่งครัด มีการเพิ่มเติมข้อคิดเห็น และข้อถกเถียงของผมเข้าไปด้วย ท่านผู้อ่านจึงพึงอ่านโดยใช้วิจารณญาณ

ผมขอขอบคุณคุณครูทุกท่านที่ได้มีส่วนร่วมด้วยช่วยกันจัดทำหนังสือที่มีคุณค่ายิ่งต่อวงการการศึกษาไทยเล่มนี้ ขอขอบคุณครูใหม่ ที่ดำเนินการนำต้นฉบับไปให้ครูโรงเรียนเพลินพัฒนาทดลองใช้ และทำหน้าที่จัดการส่วนเรื่องเล่าจากห้องเรียน และปรับปรุงรูปเล่มให้อ่านง่ายสวยงาม ขอขอบคุณ ดร. ศุภโชค ปิยะสันต์ ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านไร่สามัคคี ที่ดำเนินการนำต้นฉบับไปให้ครูโรงเรียนบ้านไร่สามัคคีทดลองใช้ ขอขอบคุณคุณปิยาภรณ์ มัณฑะจิตร ผู้จัดการมูลนิธิสยามกัมมาจลที่ดำริให้จัดพิมพ์เผยแพร่หนังสือเล่มนี้ ขอขอบคุณคุณธันว์ริดา วงศ์ประสงค์ แห่งสำนักงานกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) และนายแพทย์สุภกร บัวสาย ผู้จัดการ กสศ. ที่ดำเนินการให้ กสศ. ร่วมจัดพิมพ์เผยแพร่หนังสือเล่มนี้ ผมเชื่อว่าหากครูไทยนำกระบวนการทัศน์และวิธีการในหนังสือ *สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน* เล่มนี้ไปใช้ จะมีผลลดความเหลื่อมล้ำทางการศึกษาได้อย่างแน่นอน

วิจารณ์ พานิช

๒๒ กันยายน ๒๕๖๒

ลอนดอน

คำนำของผู้เขียนร่วม

เนื้อหาของเรื่องเล่าจากห้องเรียนที่ปรากฏอยู่ในหนังสือ *สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน* เล่มนี้ เกิดจากการนำความรู้ภาคทฤษฎีที่ ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช สกัดแก่นสาระไว้ไปปฏิบัติทดลอง ร่วมกับการนำเอาความรู้ชุดนี้ไปตีความผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากการจัดประสบการณ์การเรียนรู้การสอนของครูให้กลายเป็นความรู้แจ้งชัด ซึ่งถือได้ว่าเป็นจุดเริ่มต้นของกระบวนการติดตั้ง “ชุดความคิดว่าด้วยครูเป็นนักสร้างความรู้ในการทำหน้าที่ครู” (Knowledge Creation Mindset) ให้กับคุณครูกลุ่มหนึ่งที่อาสาเอาวิธีการที่เสนอแนะไว้ในบันทึกต้นฉบับของท่านอาจารย์ไปตีความปรับใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้แก่ศิษย์ของตน และส่งต่อบันทึกเหล่านั้นมาจนกระทั่งถึงมือทุกท่านที่หยิบหนังสือขึ้นมาอ่านอย่างใคร่ครวญอยู่ในขณะนี้

น่าสนใจว่าที่มาของเรื่องเล่าจากห้องเรียนของโรงเรียนเพลินพัฒนา ที่มีอยู่ด้วยกันทั้งหมด ๘ เรื่องนั้น ประสบการณ์การจัดการเรียนรู้จำนวน ๔ เรื่อง ที่ปรากฏอยู่ในบทที่ ๔ บทที่ ๗ บทที่ ๑๑ และบทที่ ๑๖ ของหนังสือ ตั้งต้นมาจากการนำเอาวิธีการที่นำเสนอไว้ไปทดลองปฏิบัติ ซึ่งเป็นเครื่องยืนยันว่า หากครูที่มีความมุ่งมั่นในการพัฒนางาน สามารถเข้าถึงความรู้ที่มีขึ้นเพื่อประโยชน์ของการทำงานเชิงชั้นเรียนอย่างแท้จริงแล้ว ครูจะสามารถยกระดับคุณภาพงานของตนขึ้นมาได้ถึงร้อยเปอร์เซ็นต์ทีเดียว ส่วนเรื่องเล่าจากห้องเรียนที่ปรากฏอยู่ในบทที่ ๑๐ บทที่ ๑๒ บทที่ ๑๙ และบทที่ ๒๔ นั้น เกิดการปฏิบัติขึ้นก่อนแล้วจึงนำเอาภาคทฤษฎีย้อนกลับไปมองดูปฏิบัติการที่เกิดขึ้นว่ามีแนวคิดวิธีการอะไรที่เป็นเหตุให้เกิดความสำเร็จนั้น นับเป็นการช่วยให้ครูเกิดการยกระดับความรู้ความเข้าใจของตน และเกิดความสามารถในการสร้างความรู้จากหน้างานการทำหน้าที่ครูขึ้นมาได้อีกทางหนึ่ง

โรงเรียนเพลินพัฒนาค้นพบจากประสบการณ์ที่มาจากการปฏิบัติว่า เสาหลักของการจัดการความรู้ในภาคการศึกษา ต้องเริ่มต้นขึ้นมาจากการที่สถานศึกษาแต่ละแห่งสร้างไตรยางค์การศึกษาของตนขึ้นมาจากวิสัยทัศน์ของหลักสูตรสถานศึกษา ที่มีการระบุถึงเป้าหมายของการสร้างผู้เรียนเอาไว้อย่างชัดเจน แล้วจึงอาศัยการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มีการร้อยเรียงอย่างเป็นลำดับขั้น ร่วมกับกระบวนการในการประเมินผลเพื่อตรวจสอบเป้าหมายอยู่ตลอดเวลา มาเป็นเครื่องมือในการหล่อหลอมให้เกิดคุณลักษณะของผู้เรียนที่พึงประสงค์ขึ้น ซึ่งหากทำได้ดังนี้ความรู้ในการทำหน้าที่ครูจะเป็นความรู้ที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ในการปฏิบัติโดยมีโครงสร้างของไตรยางค์การศึกษาของแต่ละโรงเรียนเป็นเครื่องกำกับทิศ และมีแนวคิดทฤษฎีทางการศึกษาที่มีความสอดคล้องเหมาะสมกับเป้าหมายเป็นเครื่องเสริมความแข็งแกร่งควบคู่ไปกับการสร้างโรงเรียนให้เป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ ด้วยการสร้างครูให้เป็นนักสร้างความรู้ในการทำหน้าที่ครู สร้างศิษย์ให้เป็นผู้ที่สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง สร้างชั้นเรียนให้เป็นพื้นที่ของการกระจายอำนาจการเรียนรู้ ที่มีทั้งการเรียนรู้และการสะท้อนการเรียนรู้ระหว่างกันเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา

หนังสือ **สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน** เป็นหนังสือที่พูดถึงเรื่องราวที่อยู่ภายในกันบึ้งของหัวใจครู ซึ่งเป็นชุมพลังของการขับเคลื่อนการกระทำทั้งหมดของครู ที่มากกว่าการทำหน้าที่เป็นเพียงชุดความคิดที่มีไว้เพื่อระดับสติปัญญา หากแต่เป็นการหยิบยื่นอาวุธทางปัญญาที่ช่วยให้ครูมีวิธีทำความรู้จักกับความขาดแคลน และสามารถใช้ความขาดแคลนนั่นเป็นโอกาสในการสร้างการเติบโตให้กับทั้งศิษย์และครูอย่างเต็มความสามารถ

หนังสือที่อยู่ในมือของท่านในขณะนี้จะเกิดขึ้นไม่ได้เลย หากขาด ดร.อิริค เจนเซน ผู้นำเอาความขาดแคลนและอุปสรรคปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตของตนมาเปลี่ยนแปลงให้เป็นพลังปัญญา และ ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช ที่ได้เพียรสร้างต้นร่างของหนังสือเล่มนี้ในภาคภาษาไทยขึ้นมาจากจิตใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยการุณยธรรม บันทึกการตีความความรู้ของท่านทั้ง ๒๖ บันทึกจึงหล่อหลอมมาจากพลังของกรุณาและฉันทะที่ท่านมีต่อครูเพื่อศิษย์ทั้งหลาย

ต่อจากนั้นการนำไปปฏิบัติทดลองในห้องเรียนจึงได้เกิดขึ้นตามมาด้วยความตั้งใจและความวิริยะอุตสาหะของคุณครูที่มุ่งมั่นอยากจะเห็นการเรียนรู้ที่ดีเกิดขึ้นกับศิษย์ของตน ในการนำแนวคิดและวิธีการที่ปรากฏอยู่ในบันทึกต้นฉบับภาษาไทยไปทดลองใช้ที่โรงเรียนบ้านไร่สามัคคีซึ่งเป็นโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในพื้นที่ห่างไกล แสดงให้เห็นประจักษ์ว่าวิธีการจัดการเรียนการสอนที่แนะนำไว้ในหนังสือเล่มนี้ส่งผลต่อการลดความเหลื่อมล้ำทางการศึกษาได้จริง ในขณะที่การทดลองใช้ที่โรงเรียนเพลินพัฒนา ซึ่งเป็นโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในเมืองหลวงนั้น ได้แสดงให้เห็นว่าวิธีการจัดการเรียนการสอนที่แนะนำไว้ในหนังสือส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพการจัดการเรียนการสอนของครูและการเรียนรู้ของผู้เรียนได้อย่างกว้างขวาง เนื่องจากทั้งกระบวนการทัศนและวิธีการที่เสนอแนะไว้ในหนังสือ **สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน** เล่มนี้มุ่งประเด็นสำคัญไปที่การปรับเปลี่ยนวิธีคิดและวิธีทำ โดยนำเสนอสามาธิปฏิและอิทธิบาท ๔ มาเป็นเครื่องกำกับ

ดังนั้นจึงเชื่อมั่นได้ว่า การสนับสนุนการจัดพิมพ์ของมูลนิธิสยามกัมมาจล ร่วมกับกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษาในครั้งนี้จะไม่สูญเปล่า ซึ่งหากปราศทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับหนังสือเล่มนี้ตามลำดับเวลาต่างๆ แล้ว เหตุปัจจัยทั้งหลายย่อมไม่อาจสำเร็จลุล่วงลงได้ ดิฉันในฐานะผู้เขียนร่วมและผู้จัดทำจึงขออน้อมคารวะทุกท่านมา ณ ที่นี้

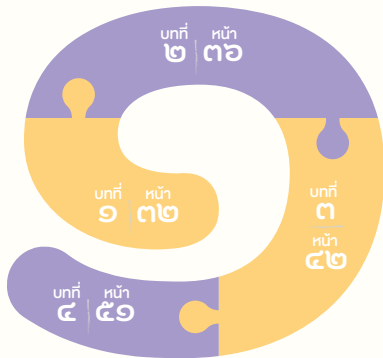
วิมลศรี ศุภิลารณ์
๒๑ ตุลาคม ๒๕๖๒

สารบัญ

ภาค
๑

relational mindset

ชุดความคิดด้วยความสัมพันธ์กับศิษย์

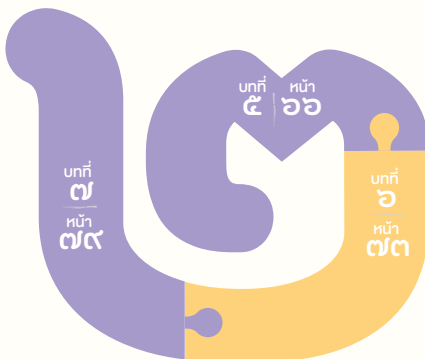


- บทที่ ๑ บทนำ
- บทที่ ๒ สร้างความสัมพันธ์กับศิษย์
เป็นรายคน
- บทที่ ๓ เชื่อมโยงศิษย์ทุกคนสู่ความสำเร็จ
- บทที่ ๔ แสดงให้ศิษย์รู้ว่าครูเข้าใจ
ความรู้สึกของเขา

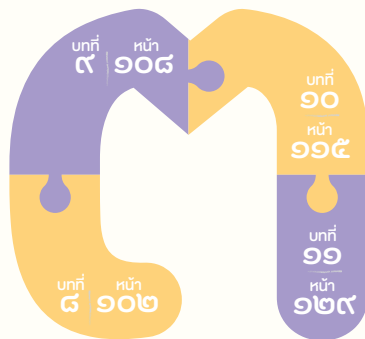
ภาค
๒

achievement mindset

ชุดความคิดด้วยความสำเร็จของศิษย์



- บทที่ ๕ ตั้งเป้าหมายสูงลิ่ว
- บทที่ ๖ ให้คำแนะนำป้อนกลับที่ทรงพลัง
- บทที่ ๗ สร้างอิทธิบาท ๔

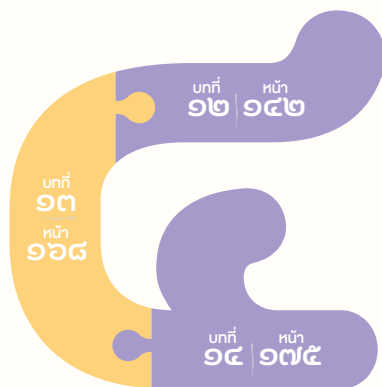


ภาค
๓

positivity mindset

ชุดความคิดว่าด้วยความคิดเชิงบวก

- บทที่ ๘ วิทยาการเรียนรู้บอกข่าวดี
จากบรรยากาศเชิงบวก
- บทที่ ๙ กระตุ้นความหวังและ
การมองโลกในแง่ดี
- บทที่ ๑๐ สร้างเจตคติเชิงบวก
- บทที่ ๑๑ เปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์

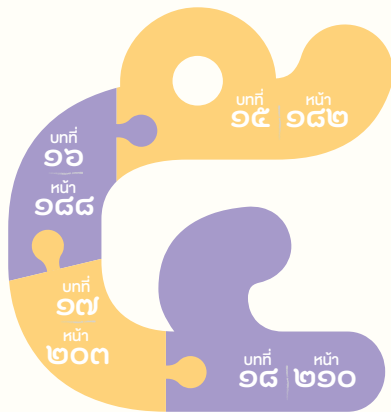


ภาค
๔

rich classroom climate mindset

ชุดความคิดว่าด้วยห้องเรียน ที่มีบรรยากาศเรียนเข้ม

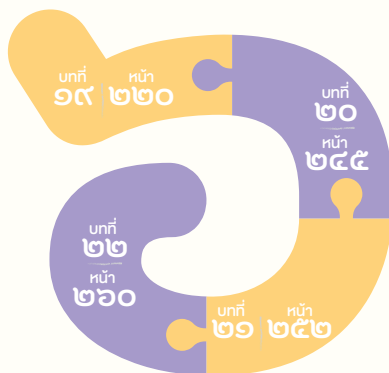
- บทที่ ๑๒ ให้ความสำคัญต่อวิสัยทัศน์
และการแสดงออกของนักเรียน
- บทที่ ๑๓ กำหนดความปลอดภัยเป็น
สภาพปกติของห้องเรียน
- บทที่ ๑๔ สร้างความเชื่อมั่นว่า
ตนเรียนสำเร็จได้



ภาค
๕

enrichment mindset ชุดความคิดว่าด้วยการหนุน ศักยภาพของนักเรียน

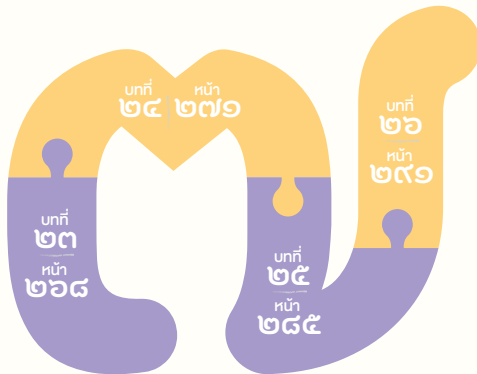
- บทที่ ๑๕ ทำความเข้าใจสมองของ
นักเรียนขนาดกลาง
- บทที่ ๑๖ จัดการตัวถ่วงการเรียนรู้
- บทที่ ๑๗ สร้างทักษะการคิด
- บทที่ ๑๘ เพิ่มทักษะการเรียนรู้และคลังคำ



ภาค
๖

engagement mindset ชุดความคิดว่าด้วยการสร้าง ความเอาใจใส่ของนักเรียน

- บทที่ ๑๙ พลังของชุดความคิดว่าด้วย
การสร้างความเอาใจใส่ของ
นักเรียน
- บทที่ ๒๐ สร้างสภาพกายและจิต
ที่พร้อมเรียน
- บทที่ ๒๑ สร้างการเรียนรู้ให้เห็นคุณค่า
- บทที่ ๒๒ สร้างความเป็นพวกพ้อง



ภาค
๗

graduation mindset ชุดความคิดเพื่อความสำเร็จของนักเรียน

- บทที่ ๒๓ เพื่อศิษย์เรียนจบ
- บทที่ ๒๔ หนุนด้วยศิลปศึกษา
และพลศึกษา
- บทที่ ๒๕ เตรียมเข้ามหาวิทยาลัย
หรือเข้าสู่อาชีพ
- บทที่ ๒๖ บทส่งท้าย



ภาคผนวก

หลักคิดและแนวทางการศึกษาที่สร้างเสริม
ทั้งในส่วนของลักษณะนิสัย และวิชาการ
ที่บูรณาการไปด้วยกัน

ดัชนี

ดัชนีขนาดของผล คัดสรรจากงานวิจัย
เพื่อการ “สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน”

สารบัญ คลิปวิดีโอผ่าน QR CODE

ภาค

๑

relational mindset

ชุดความคิดว่าด้วยความสัมพันธ์กับศิษย์



หน้า ๕๐ เรื่องเล่าจากห้องเรียนเชิงราย

ภาค

๒

achievement mindset

ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จของศิษย์



หน้า ๘๖ หมีใต้เขา

ภาคผนวก



หน้า ๒๙๘



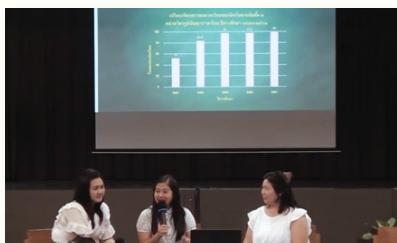
หน้า ๒๙๘



หน้า ๒๙๙



หน้า ๒๙๙



หน้า ๒๙๙



หน้า ๓๐๐



หน้า ๓๐๐



หน้า ๓๐๐



๕ คำถามแรก

...เพื่อการสำรวจตนเอง...

๑. เมื่อคุณเป็นนักเรียน ครูไหนบ้างที่ทำให้คุณทำงานหนัก ครูคนไหนบ้างที่สร้างแรงจูงใจให้คุณตั้งใจเรียน ทำงานหนัก และทำการบ้านครบ ครูเหล่านั้นมีคุณสมบัติที่ดีอะไรบ้าง

...คุณจะทำในทำนองเดียวกันได้อย่างไร

๒. เมื่อคุณได้รับรู้เรื่องราวของครูที่มีผลงานเด่น คุณรู้สึกอย่างไร คุณรู้สึกทึ่งและมีแรงบันดาลใจ

...หรือรู้สึกว่าคุณถูกคุกคาม และไม่สนใจความสำเร็จนั้น

๓. เมื่อคิดถึงวิชาชีพครู คุณรู้สึกว่าตนเองต้องลุกขึ้นทำอะไรบางอย่างให้สำเร็จ คุณรู้สึกว่าครูต้องร่วมกันสร้างการเปลี่ยนแปลงในการทำหน้าที่ครูตั้งแต่บัดนี้

...ใช่หรือไม่

๔. เมื่อเห็นผลคะแนนสอบของศิษย์ คุณคิดว่าเป็นคะแนนสูงสุดที่นักเรียนจะทำได้หรือไม่ คุณคิดหรือไม่ว่าครูสามารถช่วยยกระดับศักยภาพในการเรียนรู้ของศิษย์ให้สูงขึ้นได้ เพื่อให้คะแนนสอบสูงขึ้นไปอีก

...คุณพร้อมจะทำงานนี้ไหม

๕. เมื่อคุณพบว่าศิษย์จำนวนหนึ่งมีท่าทีเฉื่อยชา ไม่สนใจเรียน คุณจะพูดกับนักเรียนกลุ่มนี้ว่าอย่างไร

...คุณเชื่อมั่นว่า... ความมานะพยายามเป็นสิ่งที่สอนได้... พัฒนาได้... และครูช่วยได้



ความเปลี่ยนแปลงของดอกเข็ม หมายเลข ๓

เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงฐณนัน กิจทวีสิน

ถ้าคุณ (ครู) สนุกกับการตอบคำถามเหล่านี้

.....

หนังสือเล่มนี้คือเพื่อนที่คุณกำลังแสวงหา

วิธีการที่นำเสนอในบันทึกชุดนี้
มีคุณประโยชน์ต่อนักเรียนทั่วไปที่ไม่ได้ขาดแคลนด้วย
เพราะเป็นวิธีปลูกศรัทธาในตัวเด็กให้เรียนรู้ได้ครบด้าน
อย่างลุ่มลึกและเชื่อมโยงกว้างขวาง
(*mastery learning*)



ความเปลี่ยนแปลงของดอกเข็ม หมายเลข ๑

เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงสุนัน กิจทวีสิน

ครูทุกคนสามารถทำได้
ถ้ามีต้นทุน
และต้นทางสู่การจัดการเรียนรู้ที่ดี
คือ

- ๑) ชุดความคิดว่าด้วยความสัมพันธ์กับศิษย์ (relational mindset)
- ๒) ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จของศิษย์ (achievement mindset)
- ๓) ชุดความคิดว่าด้วยความคิดบวก (positivity mindset)
- ๔) ชุดความคิดว่าด้วยห้องเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้ม (rich classroom climate mindset)
- ๕) ชุดความคิดว่าด้วยการหนุนศักยภาพของนักเรียน (enrichment mindset)
- ๖) ชุดความคิดว่าด้วยการสร้างความเอาใจใส่ของนักเรียน (engagement mindset)
- ๗) ชุดความคิดเพื่อความสำเร็จของนักเรียน (graduation mindset)

และ...ไม่ว่าศิษย์จะขาดแคลนเพียงใด
ครูต้องมุ่งมั่นดำเนินการให้ศิษย์ได้รับผลตามเป้าหมายหลักทั้ง ๗ ประการนี้

ภาค
๑

ชุดความคิดด้วยความสัมพันธ์กับศิษย์
(relational mindset)

บทที่ ๑ บทนำ
บทที่ ๒ สร้างความสัมพันธ์กับศิษย์เป็นรายคน
บทที่ ๓ เชื่อมโยงศิษย์ทุกคนสู่ความสำเร็จ
บทที่ ๔ แสดงให้ศิษย์รู้ว่าครูเข้าใจความรู้สึกของเขา



บทนำ

บันทึกชุด *สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน* นี้ ตัดความจากหนังสือ *Poor Students, Rich Teaching : Seven High-Impact Mindsets for Students from Poverty (Revised Edition, 2019)* เขียนโดย Eric Jensen ผู้ที่ในวัยเด็กมีประสบการณ์การเป็นเด็กขาดแคลนอย่างรุนแรงและมีปัญหาการเรียน ผู้เขียนเคยเป็นครูมาก่อน เวลานี้เป็นวิทยากรพัฒนาครู

ผมคิดว่าสาระในหนังสือเล่มนี้เป็นชุดความรู้ที่เหมาะสมต่อ “ครูเพื่อศิษย์” ที่สอนนักเรียนที่มีพื้นฐานขาดแคลน ผมเข้าใจว่าในประเทศไทยนักเรียนกลุ่มนี้เป็นนักเรียนส่วนใหญ่ของประเทศ นักเรียนในระดับประถมและมัธยมของไทยประมาณ ๖ ล้านคน กว่าครึ่งหนึ่งตกอยู่ในสภาพที่ระบุในหนังสือนี้และที่น่าแปลกใจคือในสหรัฐอเมริกา ร้อยละ ๕๒ ของนักเรียนมาจากครอบครัวยากจน

การดำเนินการตามอุดมการณ์ และวิธีการที่ระบุในหนังสือเล่มนี้ที่ผมตีความโยงเข้าสู่สภาพไทย หากดำเนินการได้ผลจริงจังในระบบการศึกษาของเรา น่าจะช่วยให้ครึ่งหนึ่งของพลเมืองไทยในอนาคตได้รับการยกระดับคุณภาพอย่างมากมาย หรือกล่าวในมุขกลับ ระบบการศึกษาตามแบบที่เราดำเนินการอยู่ในปัจจุบันได้ทำลายศักยภาพกว่าครึ่งหนึ่งของพลเมืองไทยในอนาคตลงไปมาก

ที่กล่าวในย่อหน้าบนอาจจะคลาดเคลื่อน เพราะจริงๆ แล้ววิธีการตามที่จะเสนอ
ในบันทึกชุด *สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน* นี้จะมีคุณประโยชน์ต่อนักเรียนทั่วไป
ที่ไม่ได้ขาดแคลนด้วย เพราะเป็นวิธีปลูกศรัทธาภาพในตัวเด็กให้เรียนรู้ได้ครบด้าน
ลุ่มลึกและเชื่อมโยงกว้างขวางยิ่งขึ้น (mastery learning) มีคุณประโยชน์
ทั้งต่อเด็กที่ขาดแคลนและเด็กที่ไม่ขาดแคลน

หัวใจของบันทึกชุดนี้อยู่ที่ชื่อรองของหนังสือ *“Seven High-Impact Mindsets
for Students from Poverty”* โดยที่คำว่า mindset ในที่นี้ หมายถึงชุดความคิด
(กระบวนทัศน์) ของครู บันทึกชุดนี้จะค่อยๆ ชี้ให้เห็นว่าชุดความคิดที่ถูกต้อง
ของครูแต่ละข้อนำไปสู่การจัดการเรียนรู้ที่ถูกต้องอย่างไร

บันทึกชุดนี้ไม่ได้หยุดอยู่แค่ “ชุดความคิด” แต่จะโยงชุดความคิดไปสู่
“ชุดการกระทำ” ของครูที่เป็น “การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่สูงคุณค่า” ต่อศิษย์

ข้อสรุปในภาพรวมคือ ครูเพื่อศิษย์ขาดแคลน ต้องเลือกชุดความคิดที่เป็น
สองข้อ ใน ๗ ประเด็นต่อไปนี้

- จะสมาทานชุดความคิด... “เขาจ้างฉันมาเป็นครูเพราะฉันมีความรู้วิชาการ
ฉันไม่มีเวลาพอที่จะเอาใจใส่ทักษะด้านสังคม นั้นมันเรื่องของพ่อแม่” หรือ “นักเรียน
และครูต่างก็มีชีวิตที่เชื่อมโยงกัน เป้าหมายแรกของการเชื่อมโยงระหว่างฉันกับ
ศิษย์คือ ความสัมพันธ์ในฐานะเป็นเพื่อนมนุษย์ ความสัมพันธ์ในฐานะครูกับศิษย์
เป็นเป้าหมายรอง”
- จะสมาทานชุดความคิด... “เป็นหน้าที่ของพ่อแม่ที่จะสร้างแรงบันดาลใจ
ให้ลูกไม่ใช่หน้าที่ของครู” หรือ “ฉันจะกระตุ้นความพยายาม แรงจูงใจ และเจตคติ
สู่ความสำเร็จ ของศิษย์ ทักษะเหล่านี้ฝึกได้”
- จะสมาทานชุดความคิด... “ฉันได้พยายามมองโลกแง่บวกแล้วแต่ในความ
เป็นจริง มีสารพัดอุปสรรค มองโลกแง่บวกเป็นเรื่องหลอกๆ แต่ฉันจริงจังต่อนักเรียน
ฉันบอกความจริงตามที่เป็น” หรือ “ฉันเป็นพันธมิตรที่มองโลกแง่บวกต่อเด็ก และ
จะช่วยให้ศิษย์สร้างความฝันสู่อนาคต”

- จะสมทวนชุดความคิด... “ฉันมีหน้าที่สอนเนื้อหาวิชาความรู้ หากคุณต้องการให้นักเรียนเรียนได้ดี จงบอกให้เขาตื่นและตั้งใจเรียน ห้องเรียนไม่ใช่สถานบันเท่ง” หรือ “ฉันโฟกัสที่ผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักเรียนและเชื่อมโยงสู่กระบวนการเรียนรู้ และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของทุกวัน”

- จะสมทวนชุดความคิด... “เด็กบางคนได้เรียนรู้ แต่บางคนก็ไม่ได้ ถ้าเด็กพร้อมเขาจะเรียนรู้ เขาต้องรู้วิธีเรียนรู้ มิฉะนั้นก็จะเรียนตามไม่ทัน” หรือ “ฉันเชื่อว่าสมอมีศักยภาพในการเปลี่ยนแปลง ฉันสามารถสร้างการเติบโตและเปลี่ยนแปลงให้แก่ตนเอง แล้วจึงช่วยสร้างทักษะการเรียนรู้ให้แก่ศิษย์”

- จะสมทวนชุดความคิด... “ฉันมีเรื่องต้องสอนมากและฉันรู้ว่าวิธีสอนที่ดีที่สุดคือการบรรยาย เรื่อง student engagement เป็นเรื่องเหลวไหล” หรือ “ฉันจะ engage กับเป้าหมายที่ทรงคุณค่ากับศิษย์ทุกคน ทุกวัน ทุก ๙ นาทีหรือสั้นกว่านั้น”

- จะสมทวนชุดความคิด... “ฉันได้พยายามคิดบวกแล้วแต่เด็กเหล่านี้มาจากสภาพบ้านแตกสาแหรกขาด ฉันไม่คิดว่าเขาจะประสบความสำเร็จในชีวิต” หรือ “ฉันเอาใจใส่เรื่องสำคัญที่จะช่วยให้ศิษย์เข้ามหาวิทยาลัยได้ หรือพร้อมทำงาน”

เขียนสองข้อตรงข้าม เป็นคู่ๆ ของชุดความคิดทั้ง ๗ นี้แล้ว ผมสรุปกับตนเองว่าชุดความคิดที่เอ่ยถึงเป็นอันแรกของแต่ละคู่ เป็นชุดความคิดของ “ครูเพื่องู” ในขณะที่ชุดความคิดที่เอ่ยถึงทีหลังในแต่ละคู่ เป็นชุดความรู้ของ “ครูเพื่อศิษย์”

ประเด็นสำคัญคือ ศิษย์ยังมาจากครอบครัวยากจน มีปัญหา หรือขาดแคลนครูต้องยังเอาใจใส่ ความเอาใจใส่นี้จะช่วยให้ครูได้เรียนรู้มากและบรรลุผลสำเร็จในวิชาชีพครู หรืออาจกล่าวได้ว่าศิษย์ที่ยากลำบากเหล่านี้คือพรที่สวรรค์ประทานมาเป็นเส้นทางแห่งความสำเร็จในชีวิตความเป็นครู ที่ฝรั่งเรียกว่าเป็น blessing in disguise ดังนั้น “ครูเพื่อศิษย์” จะได้รับรางวัลชีวิตสูงกว่า “ครูเพื่องู” อย่างเทียบกันไม่ได้เลย

การจะพลิก “ความขาดแคลนของศิษย์” ให้เป็น “ชุมทรัพย์ของครู” ได้ ครูต้อง
สมานทานกระบวนทัศน์หรือชุดความคิดที่สำคัญ ๗ ประการ ที่จะเป็นต้นทางสู่
การจัดการเรียนรู้ที่ดี คือ (๑) ชุดความคิดว่าด้วยความสัมพันธ์กับศิษย์ (relational
mindset) (๒) ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จของศิษย์ (achievement mindset)
(๓) ชุดความคิดว่าด้วยความคิดบวก (positivity mindset) (๔) ชุดความคิดว่าด้วย
ห้องเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้ม (rich classroom climate mindset) (๕) ชุดความคิด
ว่าด้วยการหนุนศักยภาพของนักเรียน (enrichment mindset) (๖) ชุดความคิด
ว่าด้วยการสร้างความเอาใจใส่ของนักเรียน (engagement mindset) และ (๗) ชุด
ความคิดเพื่อความสำเร็จของนักเรียน (graduation mindset) ไม่ว่าศิษย์จะขาดแคลน
เพียงใด ครูต้องมุ่งมั่นดำเนินการให้ศิษย์ได้รับผลตามเป้าหมายหลักทั้ง ๗ ประการนี้

วิจารณ์ พานิช

๑๒ เม.ย. ๖๒



สร้างความสัมพันธ์ กับศิษย์เป็นรายคน

บันทึกนี้เป็นบันทึกแรกใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดว่าด้วยความสัมพันธ์
กับศิษย์ (relational mindset)

ตีความจากบทนำของ Part One : Why Relational Mindset ? และ
Chapter 1 : Personalize the Learning

ในสภาพที่นักเรียนรู้สึกว่าได้ได้รับความเอาใจใส่ รับฟัง เห็นอกเห็นใจ จากครู
นักเรียนจะรู้สึกอบอุ่นและมีกำลังใจที่จะเรียน ยิ่งกว่านั้นในหลักการของ relational
mindset ครูมีความเชื่อว่าชีวิตของคนเรามีความเชื่อมโยงถึงกัน ครูจะมีปฏิสัมพันธ์
กับศิษย์ในฐานะเพื่อนมนุษย์ด้วยกันเป็นปฐม ส่วนความสัมพันธ์ในฐานะครูกับศิษย์
เป็นที่สอง

สรุปอย่างสั้นที่สุดของบันทึกนี้คือ ครูต้องเอาใจใส่ชีวิตความเป็นอยู่ของศิษย์
ในทุกด้านทั้งที่บ้านและที่โรงเรียน เอาใจใส่ศิษย์เป็นรายคน แสดงความรักความ
เอาใจใส่ให้ศิษย์รู้สึก

ข้อมูลหลักฐานที่บอกว่าปฏิสัมพันธ์ที่ดี ช่วยการเรียนรู้ของศิษย์

หนังสือเล่มนี้ทบทวนผลงานวิจัยจากหลายแหล่ง และสรุปว่า เป็นธรรมชาติของมนุษย์ที่ต้องการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยสามารถมีปฏิสัมพันธ์ห่างออกไปจากตัวได้ถึง ๖ ชั้น นักเรียนมีความต้องการใกล้ชิดสนิทสนมกับครูเพื่อให้ช่วยการตีความประสบการณ์ส่วนตัวของนักเรียนเข้ากับบทเรียน และเพื่อนำมาอภิปรายแลกเปลี่ยน รวมทั้งร่วมกิจกรรมการทำงานเป็นทีม

ความสัมพันธ์ที่ดีกับครู ช่วยการเรียนรู้ของนักเรียน ผลงานวิจัยชี้ชัดว่านักเรียนจากครอบครัวยากจนขาดแคลนหรือไม่มั่นคง ต้องการความสัมพันธ์นี้มากกว่านักเรียนจากครอบครัวฐานะและสภาพสังคมดี โดยที่ effect size* ของปฏิสัมพันธ์ที่ดีของครูต่อนักเรียน ที่มีผลต่อการเรียนรู้ของนักเรียน เท่ากับ ๐.๓๒ สำหรับนักเรียนทั้งหมด ตัวเลขนี้ของนักเรียนชั้นมัธยมสูงถึง ๐.๘๗ และมีหลักฐานจากงานวิจัยว่า เมื่อครูสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีอย่างได้ผล นักเรียนจากครอบครัวรายได้ต่ำ มีผลการเรียนรู้เท่าเทียมกันกับนักเรียนกลุ่มรายได้สูง

ผลงานวิจัยบอกว่าปฏิสัมพันธ์ที่ดีในชั้นเรียน ช่วยเพิ่มความเอาใจใส่การเรียนรู้ของนักเรียนจากหลายกลไก ได้แก่ (๑) ช่วยสร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างศิษย์กับครู (๒) ปฏิสัมพันธ์เชิงบวกนี้ช่วยให้นักเรียนรู้สึกปลอดภัยในชั้นเรียน ซึ่งจะเพิ่มการแสดงบทบาทในชั้นเรียน (๓) ช่วยให้นักเรียนมีผลการเรียนดีขึ้นผ่านปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน และครู มีผลการวิจัยบ่งชี้ว่าระดับปฏิสัมพันธ์เชิงบวกหรือลบในชั้นเรียนนี้สามารถทำนายว่านักเรียนแต่ละคนมีโอกาสสูงต่ำแค่ไหนในการออกจากการเรียนกลางคัน มีความแม่นยำพอๆ กันกับระดับ ไอคิว และพอๆ กันกับระดับผลการเรียน

*ขนาดของผล (effect size) หมายถึง ขนาดของผลที่เกิดขึ้นจากตัวแปรต้นต่อตัวแปรตาม ที่ได้มาจากการศึกษาเชิงเปรียบเทียบ หรือเชิงความสัมพันธ์ ใช้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการสอนรูปแบบใหม่ หรือวิธีการใหม่ หรือตามแนวคิดใหม่ว่าได้ผลดีกว่าวิธีการเดิม หรือแนวคิดเดิมหรือไม่ โดยการทดสอบความมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อเทียบโดยใช้ Cohen's standard พบว่าค่าที่ได้ผลมาก คือ มากกว่า ๐.๕ ขึ้นไป (สุพรรณิ สุขมลสันต์. (๒๕๕๓). ขนาดของผล : ความมีนัยสำคัญทางสถิติในการวิจัย. ภาษาปริทัศน์ สถาบันภาษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕, ๒๖-๓๘)

จำข้อศิษย์และเรียกชื่อ

ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างคนเริ่มจากการรู้จักชื่อ ครูต้องจำข้อศิษย์และรู้จักศิษย์เป็นรายคน เมื่อครูเรียกข้อศิษย์ต้องยืมให้ และมองตา วิธีช่วยให้จำหน้าและชื่อศิษย์ได้มีหลากหลายวิธี เช่น

- **แนะนำตัว** ในช่วงต้นของปีการศึกษา ให้นักเรียนแนะนำชื่อของตนเองทุกครั้ง ที่พูด หากมีนักเรียนในชั้น ๓๐ คน การแนะนำตัวนี้ทำใน ๓๐ วันแรกของชั้นเรียน หากมีนักเรียน ๒๐ คน ก็ให้แนะนำตัวใน ๒๐ วันแรก
- **ป้ายชื่อประจำโต๊ะ** ให้นักเรียนทำป้ายชื่อตนเองวางบนโต๊ะ โดยทำจากกระดาษดัชนี (index card) พับสองตามยาว มีกล่องใส่ป้ายชื่อให้นักเรียนไปหยิบมาตั้งที่โต๊ะทุกเช้า และเก็บในตอนเย็น หลัง ๒ สัปดาห์ครูซ่อมเอาป้ายชื่อไปวางที่โต๊ะนักเรียนเอง
- **ทดสอบตนเอง** เมื่อนักเรียนเข้ามาในห้อง ขานชื่อนักเรียน บอกนักเรียนว่า นักเรียนแต่ละคนจะเข้าห้องได้เมื่อครูขานชื่ออย่างถูกต้องแล้วเท่านั้น การขานชื่อต้องทำพร้อมกับยืมและสบตา “สมชาย ครูดีใจที่พบเธอวันนี้”
- **ขานชื่อเมื่อคืนกระดาษคำตอบ** “สมศรี หนูเขียนตัวสะกดการันต์ถูกต้องทั้งหมด”
- **สัมภาษณ์** จับคู่นักเรียน ให้ใช้เวลา ๒ - ๓ นาที สัมภาษณ์ซึ่งกันและกัน เพื่อค้นหาสิ่งที่ไม่คาดคิด แล้วให้แนะนำเพื่อนต่อชั้นเรียน โดยใช้เวลานแนะนำคู่ละ ๑ นาที

ปฏิสัมพันธ์ที่ดีในชั้นเรียนช่วยยกระดับการเรียนรู้ ปฏิสัมพันธ์นี้มีทั้งระหว่างนักเรียนกับครู และระหว่างเพื่อนนักเรียนด้วยกัน ครูต้องมีวิธีสร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวก เพื่อสร้างความคุ้นเคย ความเคารพนับถือ และความไว้วางใจต่อกัน และกัน แนะนำให้นักเรียนเรียกชื่อเพื่อน แนะนำต่อนักเรียนว่า เมื่อมีกิจกรรมจับคู่ในชั้นเรียน ให้แนะนำชื่อตนเองโดยสบตาเพื่อน แล้วกล่าวคำทักทาย และจับมือ

สร้าง “กระเป๋าควณ”

นี่คือเครื่องมือให้นักเรียนรู้จักครู ในหลากหลายแง่มุมของชีวิต และนำไปสะท้อนคิดเชื่อมโยงกับชีวิตของตนเอง ทำโดยครูหาสิ่งของพื้นๆ เช่น กากั่ว ภาพถ่าย ใบเสร็จ ญาญแจ บันทึก ฯลฯ ที่บอกเรื่องราวของตัวครู ใส่ในถุงผ้าหรือถุงกระดาษ เอามาใช้เวลา ๗ - ๑๐ นาที เล่าเรื่องของตนเอง นักเรียนที่มีชีวิตยากลำบาก เมื่อได้ฟังประสบการณ์ความยากลำบากของคนอื่น ก็จะเข้าใจว่าตนไม่ใช่คนเดียวที่ต้องเผชิญความยากลำบาก

การแชร์เรื่องราวชีวิตส่วนตัวช่วยทะลายกำแพงกันระหว่างบุคคล สิ่งที่ครูแชร์ต้องเป็นเรื่องจริง นักเรียนต้องการครูที่ซื่อสัตย์ และจริงใจ

แลกเปลี่ยนปัญหาประจำวัน

นี่คือกระบวนการไปสู่การทำหน้าที่แบบอย่าง (role model) ให้แก่นักเรียน เด็กๆ ต้องการคนที่ตนนับถือและเชื่อถือ นำมาเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต

ครูควรแชร์ประสบการณ์ชีวิตของตนสั้นๆ ราวๆ ๓ นาที สัปดาห์ละครั้ง ตามด้วยการให้นักเรียนสะท้อนคิดว่ามันสะท้อนภาพชีวิตของผู้ใหญ่อย่างไร หากเป็นตัวนักเรียนเองจะเผชิญสภาพเช่นนั้นอย่างไร หากเป็นเรื่องที่เชื่อมโยงสู่บทเรียนของชั้นเรียนได้ยิ่งดี

กิจกรรมนี้จะนำไปสู่การเรียนรู้ที่ยิ่งใหญ่ ๓ ประการ สำหรับนักเรียน (๑) ชีวิตของคนเราย่อมต้องมีปัญหา เล็กบ้างใหญ่บ้าง (๒) ไม่ว่าปัญหาใหญ่แค่ไหน ย่อมแก้ไขได้เสมอขึ้นอยู่กับวิธีการแก้ปัญหา (๓) ในกระบวนการเล่าวิธีแก้ปัญหาของครู ครูได้แชร์ค่านิยม เจตคติ และวิธีการบรรลุความสำเร็จ

แลกเปลี่ยนเป้าหมายและความก้าวหน้า

การแลกเปลี่ยนเป้าหมายชีวิต เป็นเครื่องมือสร้างความสัมพันธ์ส่วนตัวระหว่างครูกับศิษย์ ครูจำนวนมากพยายามแยกความสัมพันธ์กับศิษย์ ในฐานะครู - ศิษย์ ออกจากความสัมพันธ์แบบมนุษย์ - มนุษย์ แต่นักเรียนโดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนจากครอบครัวที่ขาดแคลนชอบเรื่องราวของเป้าหมาย การที่ครูแชร์เป้าหมายชีวิตของตน จึงเป็นวิธีการที่ทรงพลังมากในการพัฒนาชุดความคิดเชิงปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน (relational mindset) ทั้งของครูและของศิษย์

แนะนำให้ครูเขียนเป้าหมายชีวิตส่วนตัวของตนและติดประกาศไว้ในชั้นเรียน โดยที่นักเรียนทุกคนก็ทำเช่นเดียวกัน ครูแชร์ความก้าวหน้าสู่เป้าหมายนั้นอย่างสม่ำเสมอ ทั้งปี หรือทั้งหมด และในขณะเดียวกันครูก็ติดประกาศเป้าหมายของชั้นเรียนด้วย

ตัวอย่างของเป้าหมาย ได้แก่

- เข้าร่วมโครงการของชุมชน
- เริ่มกินอาหารถูกสุขลักษณะ และออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
- ดำเนินการให้ครบตามรายการพัฒนาการสอน
- วิ่งออกกำลังกายให้ได้ ๕ กิโลเมตร
- ให้คำแนะนำ (mentoring) แก่ ...
- ทำสวน
- ฝึกเล่นกีฬา ...
- ช่วยเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมของโรงเรียน

เมื่อเวลาผ่านไป ครูแชร์เรื่องราวความสำเร็จตามเป้าหมายรายการ เฉลิมฉลอง ความสำเร็จและแชร์วิธีดำเนินการสู่ความสำเร็จนั้น เพื่อให้นักเรียนได้ตระหนักว่า 'ไม่ว่าจะทำอะไรย่อมมีปัญหาหรืออุปสรรคเสมอ คนเราต้องมุ่งมั่นเผชิญปัญหาและหาทางเอาชนะเพื่อบรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ กิจกรรมนี้จะเป็นตัวอย่างให้นักเรียนเห็นว่า ครูก็กำลังเรียนรู้และเติบโตเช่นเดียวกันกับนักเรียน



เชื่อมโยงศิษย์ทุกคน สู่ความสำเร็จ

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่สองใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดว่าด้วยความสัมพันธ์
กับศิษย์ (relational mindset)

ตีความจาก Chapter 2 Connect Everyone for Success

ความเป็นจริงที่สำคัญยิ่งคือ การมีกัลยาณมิตรทำให้คนมีความสุขยิ่งกว่ามีเงิน

กฎห้าสิบ-ห้าสิบ

ปัจจัยทางสังคม ๒ ประการ มีอิทธิพลสูงยิ่งต่อความสำเร็จในการเรียน ได้แก่
(๑) ความรู้สึกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่งของชั้นเรียน (๒) การเรียนแบบร่วมมือกัน ดังนั้น
จึงมีผู้เสนอว่าเพื่อความสำเร็จในการเรียน ควรแบ่งเวลาในชั้นเรียนออกเป็น ๒ ส่วน
เท่าๆ กัน เป็นเวลาสำหรับสังคมหรือมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนครึ่งหนึ่งและอยู่กับตนเอง
ครึ่งหนึ่ง นี่คือการห้าสิบ - ห้าสิบ

ในบางวันการแบ่งเวลาอาจเป็น ๙๐ - ๑๐ หรือ ๘๐ - ๒๐ แต่ในภาพรวมของ
แต่ละสัปดาห์ควรเป็น ๕๐ - ๕๐

มีผลงานวิจัยยืนยันคุณค่าของการมีเพื่อนคอยช่วยเหลือกันในการเรียน นักเรียน
ที่มีผลการเรียนดี เป็นคนที่มีและให้คุณค่ากับการมีเครือข่ายของเพื่อนคอย
ช่วยเหลือกัน ในขณะที่นักเรียนที่เรียนอ่อนมักไม่มีเครือข่ายเพื่อน ผลงานวิจัยวัด
effect size เทียบระหว่างผลการเรียนของนักเรียนที่ถนัดเรียนแบบร่วมมือกับเพื่อน
กับนักเรียนที่เรียนคนเดียว เท่ากับ ๐.๕๙ (ตัวเลขที่มีน้ำหนักน่าเชื่อถือคือ ๐.๔๐
ขึ้นไป)

ตัวอย่างกิจกรรมในช่วงเรียนร่วมกับเพื่อนกับเรียนคนเดียว แสดงอยู่ในตารางข้างล่าง

เวลาเรียนร่วมกับเพื่อน	เวลาเรียนคนเดียว
กลุ่มหรือทีมร่วมมือ	เวลาเขียนหรือทำ mindmap คนเดียว
คู่หูเรียนรู้ ผลัดกัน quiz	ฝึกทดสอบตนเอง
หุ่นส่วนชั่วคราว ช่วยกันสรุป	กำหนดเป้าหมาย และทดสอบตนเอง
สถานีเรียนรู้ เพื่อเก็บข้อมูลจากเพื่อนๆ	อ่าน สะท้อนคิด และเขียน
โครงการกลุ่ม เพื่อระดมความคิดและอภิปราย	นั่งทำงานเพื่อแก้ปัญหา

ยุทธศาสตร์ความร่วมมือ

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์มีอิทธิพลทั้งจากพันธุกรรมและสภาพสังคมแวดล้อม ปฏิสัมพันธ์พัฒนาขึ้นตามอายุ ตั้งแต่แรกเกิด ดังนี้

- อายุ ๐ - ๓ ปี ความสัมพันธ์อยู่ที่คนรอบตัว (แม่ พ่อ พี่เลี้ยง)
- อายุ ๔ - ๙ ขวบ ตอนอายุ ๔ ขวบ ความสนใจของเด็กอยู่ที่พ่อแม่ ไม่สนใจเพื่อน แต่เมื่อโตขึ้นพันธุกรรมกำหนดให้มีความต้องการเพื่อน ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของแวดวงเพื่อน
- อายุ ๑๐ - ๑๗ ปี ตอนเรียนชั้น ม.ต้น เด็กไม่เพียงต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม แต่ยังต้องการแสดงเอกลักษณ์หรือตัวตนของตนด้วย ถึงตอนนี้นักเรียนควรได้เรียนรู้ความสำคัญของการช่วยเหลือพึ่งพาซึ่งกันและกัน (interdependency) จากเวลาเรียนแบบร่วมมือกันกับเพื่อน

ครูต้องรู้วิธีให้ทำกิจกรรมที่ส่งเสริมให้นักเรียนสร้างทักษะการช่วยเหลือพึ่งพาซึ่งกันและกันขึ้นในตน รวมทั้งเห็นคุณค่าของการพึ่งพาช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ผลงานวิจัยบอกว่า effect size ของการเรียนแบบทีม ๔ คน มีค่าเท่ากับ ๐.๖๙

การจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณลักษณะช่วยเหลือพึ่งพาซึ่งกันและกัน (interdependency) มีดังต่อไปนี้

กลุ่มและทีมร่วมงาน

การจัดกลุ่มและทีมร่วมกันทำงาน ที่จะเกิดผลพัฒนาสปีริตของการทำงาน เป็นทีม เกิดการเสริมแรงซึ่งกันและกัน (synergy) และเกิดมิตรภาพ ต้องมีหลักการและวิธีการ ดังต่อไปนี้

- มีการตั้งชื่อทีม คำขวัญประจำทีม โลโก้ กองเชียร์ และการเฉลิมฉลองความสำเร็จ เพื่อสร้างสถานะทางสังคม และความเป็นทีม
- มอบหมายให้สมาชิกแต่ละคนของทีมมีบทบาทเฉพาะและมีความหมาย ซึ่งจะช่วยให้เกิดสภาพช่วยเหลือพึ่งพาซึ่งกันและกัน ตัวอย่างของบทบาท เช่น ผู้สรุป ผู้นำ ผู้ฝึก ผู้นำการเคลื่อนไหวร่างกาย ผู้เติมพลัง ผู้เล่าเรื่องขบขัน ผู้เดินสาร
- กำหนดกติกาสำหรับพฤติกรรมในกลุ่ม เพื่อให้ให้นักเรียนมีพฤติกรรมกลุ่มที่เหมาะสม มีความรับผิดชอบ โดยกำหนดกติกาสำคัญ ๓ ประการ ที่ทุกทีมต้องปฏิบัติ เช่น (๑) ให้ความร่วมมือต่อชั้นเรียน (๒) ตรงต่อเวลา (๓) ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
- ให้ทีมทำงานร่วมกันทุกวัน มีกำหนดการให้ทุกคนมีส่วนร่วมในทุกวัน ให้มีส่วนร่วมเท่าๆ กัน หมุนเวียนหน้าที่กัน

เพื่อให้กลุ่มและทีมร่วมงานมีประสิทธิภาพสูง ครูควรโค้ชผู้นำทีม แล้วให้ผู้นำทีมไปโค้ชเพื่อนอีกต่อหนึ่ง ผลงานวิจัยบอกว่าการที่นักเรียนไปสอนเพื่อนมี effect size ๐.๗๔

เกลอร่วมเรียน

ในตอนต้นปีการศึกษาหรือต้นเทอม จับคู่ให้นักเรียนเป็นเกลอร่วมเรียนช่วยเหลือกัน มีการแลกเปลี่ยนโทรศัพท์และอีเมลกัน โดยครูบอกว่าทั้งคู่ต้องช่วยเหลือกัน ให้ทั้งตนเองและเพื่อนประสบความสำเร็จในการเรียนด้วยกัน

วิธีการจับคู่ ต้องให้ได้คู่ที่เป็นคน “คอเดียวกัน” มีความสนใจหรือเป้าหมายชีวิตคล้ายๆ กัน โดยครูให้เขียนเรียงความสั้นๆ บอกความสนใจ ความคลั่งไคล้ แล้วครูนำมาแยกกลุ่ม เพื่อจัดให้นักเรียนได้เกลอที่มีจริตคล้ายกัน ไปกันได้

ในกรณีที่คู่เกลอมีปัญหาด้านความสัมพันธ์ เขาไม่แนะนำให้เปลี่ยนคู่ แต่ให้ใช้วิธีการเยียวยา หรือแก้ความขัดแย้ง ๕ ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

๑. “ฉันรู้สึก” บอกความรู้สึกของแต่ละฝ่าย เช่น “ฉันรู้สึกท้อและขาดเพื่อนเมื่อเธอไม่พูดในช่วงเวลาสำหรับเกลอร่วมเรียนปรึกษากัน”

๒. “เมื่อเกิดสิ่งนั้นขึ้น” บอกเหตุการณ์ที่สะท้อนปัญหา เช่น “เมื่อเกิดเหตุการณ์สำคัญ เราไม่ได้แก้ปัญหาระหว่างเรียนสิ่งที่ต้องเรียน เมื่อวานนี้ฉันต้องการความช่วยเหลือในชั้นเรียน”

๓. “ฉันต้องการ” บอกความต้องการ เช่น “ฉันอยากรู้ว่าเราสามารถทำงานร่วมกันได้ ใช่ไหม”

๔. “ฟัง” ถึงตอนนี้ ฝ่ายพูดก่อน (ตาม ๓ ข้อข้างบน) ฟังอีกฝ่ายหนึ่งพูดบ้างตาม ๓ ข้อข้างบน

๕. “ทบทวนและแก้ไข” ร่วมกันเสนอแนวทางทำงานร่วมกัน ต่างจากเดิม เช่น “เพื่อให้เราทำงานร่วมกันได้ เราเปลี่ยนวิธีทำงานเรื่อง... ให้ต่างไปจากเดิมในแต่ละครั้งที่ทำงานร่วมกัน แล้วดูว่าได้ผลอย่างไร”

เขาแนะนำให้เกสร่วมเรียนนั่งติดกันในห้องเรียนแชร์สาระเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ทำหน้าที่เชียร์หรือให้กำลังใจซึ่งกันและกัน และคอยเอาใจใส่ความก้าวหน้าในการเรียนของอีกฝ่ายหนึ่ง โดยอาจนำไปหาหรือกับครูหรือพ่อแม่ของทั้งสองฝ่าย หลังจากมีผลการทดสอบออกมาควรให้เวลาเกสร่วมเรียนได้ปรึกษากัน

นักเรียนพี่เลี้ยง

เป็นการให้คำแนะนำ กำลังใจ และภาวะผู้นำแก่นักเรียน โดยนักเรียนชั้นโตกว่า หรือโดยนักศึกษาในมหาวิทยาลัย ได้ประโยชน์ทั้งตัว mentor (ผู้ให้คำปรึกษา) และ mentee (ผู้รับคำปรึกษา)

การให้คำปรึกษามักเน้นเรื่องวิธีการเรียน เรื่องทางสังคมกับเพื่อนๆ ในโรงเรียน เรื่องปฏิสัมพันธ์ในครอบครัว และในชุมชน อาจรวมไปถึงติวเตอร์ในเรื่องวิชาความรู้

มีงานวิจัยบอกว่าการมีกิจกรรมพี่เลี้ยงโดยนักเรียนด้วยกันเอง ช่วยพัฒนาการของนักเรียนดีขึ้น ทั้งด้านการเห็นความสำคัญของตนเอง (self-esteem) ความตั้งใจเรียน ความประพฤติ และปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (กับพ่อแม่ พี่เลี้ยง และเพื่อนๆ)

หุ่นส่วนชั่วคราว

อาจเรียกว่าหุ่นส่วน ๖๐ วินาที ทำโดยบอกให้นักเรียนยืนขึ้น บอกให้เริ่มเดิน เมื่อเพลงดังขึ้น เดินไปแตะเก้าอี้อย่างน้อย ๔ ตัว เมื่อเพลงหยุดก็หยุดเดินและชี้ไปที่คนที่อยู่ใกล้ที่สุดว่านี่คือหุ่นส่วนชั่วคราวและเริ่มคุยกันเรื่องที่กำลังเรียน กำลังทำกิจกรรมกลุ่ม หรือกำลังอภิปรายกัน คู่อื่นคุยกันเสร็จก็ให้ยกมือขึ้น เมื่อเสร็จทั้งชั้นให้กล่าวขอบคุณหุ่นส่วนโดยเรียกชื่อแล้วจึงกลับไปนั่งที่เดิม

เป็นกิจกรรมที่ช่วยเปลี่ยนบรรยากาศ ลดความเครียดหรือความขัดแย้งในกลุ่ม หรือทีมร่วมงาน

เรื่องเล่าจากห้องเรียน

คุณครูอรนภา พุทธรธรณ ครูโรงเรียนบ้านห้วยไร่สามัคคี ต.แม่ฟ้าหลวง อ.แม่ฟ้าหลวง จ.เชียงราย เขียนเล่าถึงประสบการณ์การนำเอาวิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไปใช้ในชั้นเรียนวิชาภาษาอังกฤษ ระดับชั้น ป.๑ เอาไว้ว่า

“เพื่อนช่วยเพื่อน” ไม่มีครูท่านใดไม่รู้จักเทคนิคนี้ การให้นักเรียนมีส่วนช่วยเหลือซึ่งกันและกัน บ่อยครั้งที่ทำให้ชิ้นงานหรือภาระงานของนักเรียนสำเร็จลุล่วงได้ดีกว่าครูอธิบายให้ฟัง อาจเพราะด้วยคำที่ครูใช้เข้าใจยากไป หรือครูไม่เข้าใจว่านักเรียนไม่เข้าใจตรงไหน และสำคัญที่สุดนักเรียนไม่กล้าถามครู

การสอนแบบนี้ถูกนำมาใช้บ่อยครั้งในรายวิชาของฉัน รายวิชาภาษาอังกฤษ การที่ให้เพื่อนช่วยเพื่อนไม่ได้เป็นการให้เพื่อนลอกงานกันมาส่ง แต่เป็นการให้เพื่อนที่เข้าใจภาระงานแบบชัดแจ้งได้มีโอกาสช่วยเพื่อนในการอธิบายแนวทางการทำงานแบบง่ายๆ แบบภาษาเดียวกันของนักเรียน

ตอนที่เห็นนักเรียนคนหนึ่งคอยแต่ถามเพื่อนว่าครูให้ทำอะไร ยอมรับรู้สีกไม่ชอบใจอยู่นิดๆ จนสังเกตได้สักระยะ จึงพอจะเข้าใจว่าสิ่งที่นักเรียนคนนั้นถามไม่ได้เกิดจากคำว่าไม่เข้าใจ แต่บางครั้งเกิดจากความไม่แน่ใจว่าตนเองเข้าใจถูกไหม หรืออาจจะเกิดจากเราเองที่ใช้คำยากไปรีเปล่า เพราะทำไม่เวลาเพื่อนอธิบาย เขาถึงเข้าใจและทำภาระงานออกมาได้ดีทีเดียว วันหนึ่งได้มีโอกาสนั่งพูดคุยกันกับนักเรียนกลุ่มหนึ่งเลยแอบยืงคำถามเชิงเล่นๆ ว่า “สมมุติเนถ้าวันนี้ครูสอนแล้วหนูไม่เข้าใจสิ่งที่ครูสอนเลยพวกหนูกล้ายกมือถามครูไหมลูก” เด็กๆ ตอบ “ไม่ค่ะครู” “ทำไมหละ” ครูยังคงไม่เข้าใจเด็กๆ ยิ้มเล็กน้อยแล้วพูดออกมาแบบภาษาเด็กๆ “ไม่กล้าค่ะครู กลัวครูดุ กลัวครูว่าพวกหนูไม่ตั้งใจฟัง” ครูผู้สงสัยเลยพูดออกไป “แล้วแบบนี้พวกหนูจะทำยังไงหละ” เด็กหญิงคนหนึ่งตอบแบบไม่ได้คิด “ไปถามเพื่อนที่เข้าใจค่ะ บางทีก็รวมตัวกันมาถามครูเหมือนทุกทีค่ะ”

จากการพูดคุยในครั้งนั้น ทุกครั้งที่มีการสอนเนื้อหาที่อาจเข้าใจได้ยาก ฉันมักจะย้ำกับนักเรียนเสมอว่า “ใครไม่เข้าใจลูกมาหาครูได้เลยนะลูก เดี่ยวครูอธิบายให้ฟังอีกรอบ” เพราะอย่างน้อยมันอาจจะทำให้เด็ก ๆ ได้เข้าใจว่าหากพวกเขาถามถามมันไม่ใช่เรื่องผิด และฉันจะไม่ดุพวกเขาแน่นอน !! และนอกจากนั้นคำว่า “ใครเข้าใจก็ช่วยอธิบายให้เพื่อนฟังได้นะคะ” ก็ยังเป็นคำที่ติดปากทุกครั้งเช่นกัน

จนเดี๋ยวนี้ห้องเรียนเด็ก ป.๑ เวลาที่นักเรียนคนใดคนหนึ่งทำการงานเสร็จก็มักจะมามีคำถามว่า “ครูจะให้ผมไปช่วยสอนเพื่อนคนไหนครับ / ค่ะ” ครูแบบฉันก็จะมีหน้าที่คอยสังเกตว่านักเรียนคนไหนที่ยังต้องการความช่วยเหลือจากเพื่อนของเขา และสะกิดให้เพื่อนที่ทำงานเสร็จแล้วให้ไปหาอยู่เสมอ

ไม่มีห้องเรียนใดที่มีครูทำหน้าที่เพียงคนเดียวได้ ห้องเรียนควรเป็นห้องเรียนที่มีผู้สอน ผู้สังเกต ผู้ช่วยเหลือ และผู้เรียนรู้ ซึ่งแน่นอนทุกคนในห้องเรียนมีสิทธิ์ที่จะเป็นได้ในทุกๆ ตำแหน่ง บางวันฉันอาจจะต้องเป็นผู้เรียนที่เรียนรู้เรื่องราวใหม่ๆ จากเด็ก ๆ ในห้อง เพื่อแบ่งปันประสบการณ์ เพื่อแลกเปลี่ยนความคิด เพื่อปรับปรุงการสอนเล็กๆ น้อยๆ ให้มันได้ผลที่ยิ่งใหญ่ต่อไป

คุณครูลัดดาวัลย์ ไสยวรรณ ครูโรงเรียนบ้านห้วยไร่สามัคคีอีกท่านหนึ่งที่ได้นำเอาวิธีการเรียนรู้แบบเพื่อนช่วยเพื่อนไปใช้ในชั้นเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ระดับชั้น ป.๔ - ป.๖ บันทึกประสบการณ์เอาไว้ว่า

จากการที่ข้าพเจ้าได้รับมอบหมายให้สอนวิชาคณิตศาสตร์ ซึ่งเป็นวิชาที่ต้องคำนวณ นักเรียนจะรู้สึกเบื่อหน่ายได้ง่าย ข้าพเจ้าได้สังเกตการณ์การเรียนการสอน พบว่า จากการที่ครูผู้สอนได้ถ่ายทอดความรู้ให้นักเรียนในชั้น หลังจากการสอนครูได้ประเมินผลโดยการมอบหมายให้ทำแบบฝึกหัด ใบกิจกรรม และแบบทดสอบ พบว่านักเรียนบางคนไม่สามารถทำแบบฝึกหัด ทำใบกิจกรรม และทำข้อสอบให้ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดได้ ซึ่งปัญหาดังกล่าวนั้น เกิดจากการที่นักเรียนบางคนเรียนรู้ได้ช้า และมีความสามารถในการเรียนรู้ไม่เท่ากัน ข้าพเจ้าจึงได้หาวิธีการที่จะจูงใจให้นักเรียนมีความสนใจ และกระตุ้นให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นมากขึ้น กิจกรรมการเรียนการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนนั้นเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะช่วยสนับสนุนวิธีการดังกล่าวได้ โดยให้เพื่อนได้มีบทบาทสำคัญในการเรียน เพื่อนและกลุ่มมีอิทธิพลในการสร้างความสนใจ จูงใจ และการยอมรับของเพื่อนด้วยกัน ซึ่งการเรียนการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน การทำกิจกรรมกลุ่ม การเรียนเป็นกลุ่มย่อย หรือการเรียนร่วมกัน มีประโยชน์ ดังนี้

๑. นักเรียนได้รับประโยชน์จากเพื่อนและมีโอกาสได้รับประสบการณ์ในการแก้ปัญหาหลายวิธี
๒. นักเรียนที่เรียนเก่งมีโอกาสขยายความรู้ให้เพื่อนฟังได้ และช่วยเหลือเพื่อนที่เรียนอ่อนได้
๓. ทำให้นักเรียนรู้จักทำงานร่วมกับผู้อื่น ปรับตัวเข้ากับสังคมและมีความสุขกับการเรียนมากขึ้น
๔. นักเรียนเข้าใจวัฒนธรรมของผู้อื่นมากยิ่งขึ้น มีความสัมพันธ์กันเป็นอันดี แม้จะมีพื้นฐานที่แตกต่างกัน ได้ช่วยกันแก้ปัญหาซึ่งสิ่งเหล่านี้ช่วยพัฒนาทักษะทางชีวิตที่สำคัญ
๕. ทำให้บรรยากาศในการเรียนมีความสนุกสนานน่าเรียน
๖. ทำให้นักเรียนกล้าพูด กล้าซักถาม และกล้าแสดงความคิดเห็นต่อหน้าเพื่อนในชั้น
๗. นักเรียนรู้จักบทบาทหน้าที่ มีการแบ่งการทำงานได้อย่างชัดเจน
๘. นักเรียนทุกคนมีโอกาสที่จะนำเสนองาน / ความคิดของตนเอง ได้อย่างไม่เก้อเขิน
๙. ช่วยครูในการสอนและควบคุมชั้นเรียนได้เป็นอย่างดี

วิธีการเรียนการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน

- แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่ม ในแต่ละกลุ่มจะมีนักเรียนที่เก่ง อ่อน ปานกลาง คละกัน นักเรียนที่มีความรับผิดชอบ มีลักษณะเป็นผู้นำมอบหมายให้เป็นหัวหน้ากลุ่ม
- ครูผู้สอนชี้แจงการเรียนการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อน โดยหลังจากครูสอนในแต่ละครั้งก็จะมอบหมายให้นักเรียนทำแบบฝึกหัด ใบงาน โดยนักเรียนนั่งทำแบบฝึกหัด ระดมสมอง ช่วยกันคิด หากหัวข้อใดสมาชิกในกลุ่มไม่เข้าใจ ผู้ที่เข้าใจก็จะช่วยกันอธิบาย จนเพื่อนเข้าใจ หากสมาชิกในกลุ่มยังไม่เข้าใจก็จะมาปรึกษาครูผู้สอน
- ครูสังเกตการทำกิจกรรมของกลุ่ม การช่วยกันแก้ปัญหา ความสนใจ และความตั้งใจของสมาชิกในกลุ่ม
- สังเกตผลการทำแบบฝึกหัด ใบงานว่าดีขึ้นหรือไม่
- สังเกตการประเมินตามสภาพจริงในแต่ละครั้ง

ผลจากการจัดการเรียนการสอนแบบเพื่อนช่วยเพื่อนมาใช้ในการเรียนการสอนวิชาคณิตศาสตร์ ปรากฏว่า นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนผ่านเกณฑ์ที่กำหนดทุกคน และกิจกรรมกลุ่มทำให้เกิดบรรยากาศที่ดี ช่วยให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นสนใจ ตั้งใจ และมีความรับผิดชอบมากขึ้น อีกทั้งยังช่วยกระตุ้นให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นอยู่ตลอดเวลา ช่วยสร้างความสามัคคี รู้จักแก้ปัญหาาร่วมกัน ทำให้การเรียนคณิตศาสตร์ไม่น่าเบื่ออีกต่อไป



อ่านเรื่องเล่าจากห้องเรียนของโรงเรียนบ้านห้วยไร่สามัคคี เพิ่มเติมได้ที่



แสดงให้ศิษย์รู้ว่า ครูเข้าใจความรู้สึกของเขา

บันทึกที่ ๔ นี่เป็นบันทึกที่สามใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดว่าด้วย
ความสัมพันธ์กับศิษย์ (relational mindset)
ตีความจาก Chapter 3 Show Empathy

จุดสำคัญคือต้องแยกระหว่าง ความเห็นอกเห็นใจ (sympathy) กับความเข้าใจ
ความรู้สึก (empathy) ครูต้องมีวิธีทำให้นักเรียนรู้ว่าครูเอาใจใส่ หรือห่วงใยตัวเขา
และพยายามเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของเขาจริงๆ โดยครูพึงตระหนักว่านักเรียน
ที่ขาดแคลนมีความขาดแคลนด้านทักษะการเรียนรู้ การควบคุมอารมณ์ และ
การรับมือต่อความยากลำบาก

ผมขอเพิ่มเติมว่าการที่ครูเอาใจใส่ทำความเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของศิษย์นี้
เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่พิเศษสุดอย่างหนึ่งของตัวครูเองด้วย ช่วยให้ครูได้เติบโต
ทั้งในด้านความเป็นมนุษย์ และด้านความเป็นครู

ตระหนักว่าเด็กต้องการให้คนอื่นเข้าใจความรู้สึกของตน

นักเรียนต้องการผู้ใหญ่ที่เขาไว้ใจคอยหนุนปลอบดักยเมื่ออยู่ใกล้ ซึ่งจะช่วยให้เขามี
ความมั่นคงทางอารมณ์อันเป็นพื้นฐานช่วยให้เรียนรู้ได้ดี และนักเรียนจากครอบครัว
ที่มีความขาดแคลนจะมีความต้องการดังกล่าวมากเป็นพิเศษ เพราะเขาต้องเผชิญ
ความเครียดมากกว่าโดยขาดทักษะเพื่อใช้เผชิญความเครียดนั้น

ผลงานวิจัยด้านประสาทวิทยาศาสตร์ (neuroscience) บอกว่า ความยากจน ชาติแคลนก่อผลต่อสมองใน ๓ ด้าน คือด้านความคิด ด้านอารมณ์ และด้านกายภาพ ของสมอง เด็กจากครอบครัวยากจนชาติแคลน มีสมองส่วนสีขาว (white matter) และส่วนสีเทา (gray matter) รวมทั้งสมองส่วนสำคัญต่อการเรียนรู้ ความจำ และ อารมณ์ (hippocampus) เล็กกว่าเด็กปกติ นอกจากนั้น ผลงานวิจัยยังบอกอีกว่า การถูกทำร้ายด้วยถ้อยคำในครอบครัว หรือถูกรังแกด้วยการเยาะเย้ยถากถางจาก เพื่อนที่โรงเรียน มีผลต่อการเจริญเติบโตของสมองและการเชื่อมโยงประสาท นั้นคือข่าวร้าย

ข่าวดีคือ สมองมีความยืดหยุ่นปรับตัวได้ (brain plasticity) ประสบการณ์ด้านบวก ในเรื่องปฏิสัมพันธ์ สามารถเปลี่ยนแปลงสมองให้กลับสู่เส้นทางปกติได้ เมื่อได้รับความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจ สมองจะรับรู้และส่งผลไปลดฮอร์โมนเครียด (คอร์ติซอล) เพิ่มฮอร์โมนสุขคือ ซีโรโทนินและสมองส่วนฮิปโปแคมปัสโตขึ้น

ใช้เครื่องมือแสดงว่าเข้าใจความรู้สึกของนักเรียน

ในการมาโรงเรียน นักเรียนต้องการผู้ใหญ่คอยทำหน้าที่ปกป้องไม่ใช่ผู้ตัดสิน หรือผู้ลงโทษ เมื่อนักเรียนแจ้งว่ามีเหตุการณ์ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น อย่าอะอะ โวยวาย หรือด่าตัดสิน ให้เริ่มจากการทำความเข้าใจความรู้สึกของเขา จงทำให้ ความใส่ใจของตนแสดงออกมาอย่างชัดเจน ไม่ใช่แค่แสดงออกทางภาษากายเท่านั้น เขาแนะนำการตอบสนองที่แสดงความเอาใจใส่ต่อความรู้สึกของเด็ก ด้วยเครื่องมือ ๕ ชิ้น ต่อไปนี้

๑. “ครูเสียใจมากที่ได้ยินเรื่องนี้” (พูดด้วยน้ำเสียงและสีหน้าเศร้า เพื่อแสดง ความเห็นอกเห็นใจ)
๒. “เรื่องนี้ทำให้ครูไม่สบายใจ” (แสดงความรู้สึกเศร้าและห่วงใย)
๓. “เราเป็นห่วงเธอ” ครูเอ่ยชื่อนักเรียน (บอกว่า มีคนจำนวนมากเป็นห่วงเป็นใย ต่อนักเรียนคนนั้น)
๔. “เธอเรียบบ่อยดีไหม” (ถามพร้อมกับตรวจสอบความปลอดภัยและสภาวะ ของนักเรียน)
๕. “เยี่ยมมาก หากครูต้องเผชิญปัญหานี้ ครูไม่แน่ใจว่าจะแก้ไขได้ดีเท่าเธอ” (บอกเด็กว่าสิ่งที่เขาเผชิญมามีความยาก ครูแสดงความชื่นชม และเข้าใจความรู้สึก ของเขา)

ในขั้นนี้อย่าเพิ่งให้คำแนะนำวิธีแก้ปัญหา ให้เน้นลดความรู้สึกโดดเดี่ยวหรือ
ตื่นตระหนกของเด็ก โดยให้เขารู้สึกว่ามีผู้ใหญ่ที่หวังดีอยู่เคียงข้างพร้อมช่วยเหลือ

ในกรณีที่นักเรียนเพิ่งเผชิญปัญหาครอบครัว เช่น พ่อแม่หย่าร้างกัน มีคน
ในครอบครัวถูกยิงตาย ฯลฯ ครูควรพูดว่า “ครูเสียใจด้วย หากต้องการความช่วยเหลือ
อะไรขอให้บอกครู เราพร้อมช่วยเสมอ” แล้วควรแจ้งครูแนะแนว (counselor) เพื่อให้
ความช่วยเหลือเด็กคนนั้น ในสหรัฐอเมริกามีผลการวิจัยบอกว่า การเพิ่มครูแนะแนว
๑ คนในโรงเรียน (และครูแนะแนวทำงานดี) มีผลให้ลดจำนวนเด็กออกจากโรงเรียน
กลางคันได้ ร้อยละ ๑๐

ไม่ว่าเด็กจะแสดงพฤติกรรมไม่ถูกต้องอย่างรุนแรงหรือไม่รุนแรงนัก หน้าที่แรก
(และสำคัญที่สุด) ของครู คือ ทำความเข้าใจ หาทางทำความเข้าใจและแสดงให้
เด็กเห็นว่า ครูพร้อมที่จะทำความเข้าใจและเห็นใจ ตัวอย่างเช่น เมื่อนักเรียนไม่ทำ
การบ้านมาส่ง ครูต้องไม่ดุ ไม่ลงโทษแต่พูดกับเด็ก (ให้ทั้งชั้นได้ยิน) ว่า “ครูเสียใจ
ที่เธอไม่ได้ทำการบ้าน บอกครูได้ไหมว่าเกิดอะไรขึ้น” หากเด็กมาโรงเรียนสาย
ครูทักเด็กว่า “สมชาย ครูดีใจที่เธอมาโรงเรียน เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มได้เลย เพื่อนๆ
จะช่วยให้เธอตามบทเรียนได้ทัน” เอาไว้เมื่อมีโอกาสจึงค่อยคุยกันสองคน “เธอไม่
เคยมาโรงเรียนสายเลย วันนี้เกิดอะไรขึ้น เธอสบายดีหรือเปล่า”

การพร่ำสอนเรื่องความตรงต่อเวลาไม่มีความจำเป็น สู้แสดงให้เด็กเห็นว่า
ครูคิดถึงเขา และต้องการให้เขาเข้าร่วมกิจกรรมที่สนุกสนานและทรงคุณค่า
ในห้องเรียนไม่ได้ ซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรมของเด็กมากกว่า โดยแสดงผลผ่าน
ความสัมพันธ์ด้านรู้สึกผูกพันไว้นั่นเอง

ใช้เครื่องมือเชื่อมสัมพันธ์อย่างรวดเร็ว

ในวันแรกของปีการศึกษาหรือของภาคการศึกษา เด็กจะอยากรู้ว่าครูเป็น
อย่างไร ห่วงใยและให้เกียรติเด็กหรือไม่ ครูต้องแสดงออกในเรื่องเอาใจใส่และเข้าใจ
ความรู้สึกของนักเรียนตั้งแต่วันแรก เขาแนะนำเครื่องมือง่ายๆ ๓ ชิ้นดังต่อไปนี้

ครึ่งเดียวจบ

ในช่วง ๓๐ วันแรกของชั้นเรียน ทำสิ่งที่สะท้อนความเอาใจใส่ต่อศิษย์ ที่ทำครึ่งเดียวนักเรียนจดจำได้ไม่ลืม เช่น ให้นักเรียนแต่ละคนแชร์ความสนใจส่วนตัวของตน สมมติว่านักเรียนคนหนึ่งชอบนก ชอบดูนก และศึกษาเรื่องราวเกี่ยวกับนก ครูกลับไปค้นเรื่องราวของนกในละแวกโรงเรียนและละแวกบ้าน แล้วนำมาเล่าในชั้นเรียน ซึ่งอาจนำไปสู่การจัดตั้งชมรมดูนก

สองคนในสัปดาห์

เมื่อเริ่มชั้นเรียน ครูกำหนดนักเรียน ๑ - ๒ คน ที่น่าจะต้องการความเอาใจใส่เป็นพิเศษ อาจจะเนื่องจากขี้อายมาก ซุกซนมาก นั่งนิ่งไม่ได้ ชอบมาบ่นเบียดกับครู หรือขาดความสามารถในการควบคุมตนเอง แล้วจัดเวลาวันละ ๒ นาทีทุกวันเป็นเวลา ๑๐ วันคุยกับเด็กสองคนนี้ทีละคน คุยเรื่องอะไรก็ได้ เป้าหมายคือเพื่อสร้างความคุ้นเคยซึ่งจะช่วยให้เด็ก ๒ คนนี้มีสัมพันธภาพที่ดีต่อครูไปตลอดปี

สามอย่างในสามสัปดาห์

ครูใช้เวลา ๓๐ วันแรกของชั้นเรียน ตั้งคำถาม ๓ คำถามเกี่ยวกับนักเรียนแต่ละคน และหาคำตอบให้ครบ ตัวอย่างคำถามเช่น มีใครบ้างอยู่ในครอบครัวของเด็ก เด็กสนใจเรื่องอะไรเมื่ออยู่นอกโรงเรียน เมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่นักเรียนต้องการเป็นอะไร

เครื่องมือทั้งสามข้างบน ใช้ตอนเริ่มต้น แล้วต่อด้วยเครื่องมืออีก ๓ ชิ้นต่อไป

เชื่อมสัมพันธ์ช่วงเริ่มต้น

ครูใช้เวลา ๓ - ๗ นาทีแรกของชั้นเรียน (หรือก่อนชั้นเรียน) ครูเดินไปรอบๆ ห้อง ทักทายและคุยกับนักเรียน และสำรวจอารมณ์ของนักเรียนทั้งชั้น และสำรวจว่ามีนักเรียนคนไหนต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษ เรื่องที่คุยเป็นเรื่องที่เด็กสนใจ เช่น ผลการแข่งขันฟุตบอล ทรงผมใหม่ หรือรองเท้าคู่มือใหม่ของนักเรียน

เชื่อมสัมพันธ์ช่วงปลาย

เมื่อนักเรียนจะออกจากห้องเรียนในตอนโรงเรียนเลิก หรือท้ายคาบเรียน สังเกตภาษากายที่สะท้อนอารมณ์ของเด็ก แล้วขอคุยกับเด็กที่สื่อความกังวลใจสองต่อสอง “เธอ (เอ่ยชื่อนักเรียน) มีอะไรกังวลใจไหม” “มีอะไรให้ครูช่วยเหลือไหม” ไม่ว่านักเรียนจะเปิดใจกับครูหรือไม่ ครูได้ทำหน้าที่หยิบยื่นความสัมพันธ์ที่ดีให้แก่ศิษย์แล้ว

เชื่อมสัมพันธ์กับชีวิตที่บ้านของนักเรียน

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับศิษย์ต้องไม่จำกัดอยู่แค่ในชั้นเรียนหรือในโรงเรียน ต้องขยายไปสู่ชีวิตที่บ้าน และในชุมชนด้วย เขาแนะนำให้ทำความรู้จักชีวิตในครอบครัวของเด็ก โดยไม่ตัดสิน ครูอาจไปร่วมกิจกรรมที่เด็กนิยมไป เช่น ดูกีฬา เดินเที่ยวศูนย์การค้า ชมภาพยนตร์ ดูคอนเสิร์ต ร่วมกิจกรรมในสวนสาธารณะ เป็นต้น เพื่อทำความรู้จักและแสดงความเอาใจใส่นักเรียน เป็นการลงทุนไม่กี่ชั่วโมงในตอนต้นปีการศึกษา ซึ่งจะส่งผลต่อความสัมพันธ์กับนักเรียนไปตลอดปีและตลอดชีวิตของนักเรียน

ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างศิษย์กับครู เป็นตัวเร่ง (catalyst) ให้เด็กเอาใจใส่การเรียน ซึ่งนำไปสู่ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่มีคุณภาพและรอบด้าน

เปลี่ยนวาทกรรม เปลี่ยนการสอน

วาทกรรมที่เป็นชุดความคิดในเบื้องลึกของหัวใจจะเป็นทั้งตัวกำหนดพฤติกรรมของครู และกำหนดพฤติกรรมของศิษย์ เพราะครูเป็นแบบอย่าง (role model) ของศิษย์ ซึ่งจะวนกลับมาเปลี่ยนครูอีกรอบหนึ่ง

ครูจะมีพฤติกรรมที่กำหนดโดย “ชุดความคิดว่าด้วยความสัมพันธ์กับศิษย์” (relational mindset) วาทกรรมที่เปลี่ยนคือ “เขาจ้างฉันมาเป็นครูเพราะฉันมีความรู้วิชาการ ฉันไม่มีเวลาพอที่จะเอาใจใส่ทักษะด้านสังคม นั่นมันเรื่องของพ่อแม่” จะต้องเปลี่ยนไปเป็น “นักเรียนและครูต่างก็มีชีวิตที่เชื่อมโยงกัน เป้าหมายแรกของการเชื่อมโยงระหว่างฉันกับศิษย์คือ ความสัมพันธ์ในฐานะเป็นเพื่อนมนุษย์ ความสัมพันธ์ในฐานะครูกับศิษย์เป็นเป้าหมายรอง” เขาแนะนำให้ครูเขียนคำแถลงอุดมการณ์นี้ไว้ในกระดาน เอามาทบทวนทุกวัน เพื่อให้พฤติกรรมต่อศิษย์ของตนดำเนินไปตามนี้อย่างเป็นอัตโนมัติ

ใครควรหยุดก่อนคิด และตัดสินใจ

การเปลี่ยนแปลงเริ่มขึ้นที่ “กระจก” กระจกสะท้อนพฤติกรรมครู คือ “การใคร่ครวญสะท้อนคิด” (reflection) ด้วยการตั้งคำถาม “สิ่งที่ฉันทำสะท้อนความเชื่อว่า ‘นักเรียนและครูต่างก็มีชีวิตที่เชื่อมโยงกัน เป้าหมายแรกของการเชื่อมโยงระหว่างฉันกับศิษย์คือความสัมพันธ์ในฐานะเป็นเพื่อนมนุษย์ ความสัมพันธ์ในฐานะครูกับศิษย์เป็นเป้าหมายรอง’ หรือไม่” ตามด้วยคำถาม “ฉันจะเปลี่ยนแปลงเป้าหมายการเป็นครูสู่การเอื้อให้ศิษย์เรียนจบออกไปพร้อมที่จะทำงาน หรือพร้อมที่จะเข้าเรียนมหาวิทยาลัยหรือไม่”

เรื่องเล่าจากห้องเรียน

ณ วันจันทร์ที่ ๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ ฉัน นางสาวกณิฉ ชาติบัณฑิต ได้เริ่มเข้าทำงานในฐานะครูผู้สอนวิชาภาษาอังกฤษที่โรงเรียนเพลินพัฒนา หรือที่เรียกกันที่นี่ว่า ESL teacher โรงเรียนแห่งนี้มีเรื่องที่ทำให้ฉันประหลาดใจมากมาย ตั้งแต่วิธีการคัดเลือกครูเข้าทำงาน ครูท่านอื่นๆ ชื่อแผนกต่างๆ นักเรียน รูปแบบการทำงาน การเรียนการสอน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง...ความใส่ใจของครูที่มีต่อนักเรียน

วิธีการคัดเลือกครูเข้าทำงานของที่นี่ ไม่ใช่เพียงแค่การสอบสัมภาษณ์กับฝ่ายบุคคล หรือผู้บริหารเท่านั้น แต่เริ่มจากการคัดกรองคุณภาพของครูด้วยข้อสอบภาษาอังกฤษซึ่งยากกว่าข้อสอบ TOEIC หลายเท่าตัว ข้อสอบวัดความเป็นครู สัมภาษณ์กับหัวหน้าฝ่ายประถมปลายซึ่งที่โรงเรียนเพลินพัฒนาเรียกกันว่าหัวหน้าช่วงชั้นที่ ๒ จากนั้นยังมีการสัมภาษณ์อีกหนึ่งรอบกับหัวหน้าฝ่าย ESL และแม้ว่าจะผ่านการสอบข้อเขียน ผ่านการสัมภาษณ์ไปแล้ว ฉันยังจะต้องเข้ามาเรียนรู้วัฒนธรรมระบบระเบียบเบื้องต้น สัมผัสประสบการณ์จริงของการทำงานก่อนเป็นเวลา ๓ วัน โดยช่วงเวลานี้จะเป็นเวลาที่ทางโรงเรียนใช้ในการประเมินครูเบื้องต้น และเป็นโอกาสให้ครูได้มีโอกาสไตร่ตรองก่อนจะตัดสินใจว่าตัวเองเหมาะกับงานนี้หรือไม่ ยินดีรับวัฒนธรรมการเรียนรู้ในแบบของโรงเรียนนี้ได้หรือไม่

หลังจากผ่านไป ๓ วัน ครูที่มาสมัครก็จะได้เข้ารับการทดสอบขั้นสุดท้าย ซึ่งก็คือการทดลองสอนกับนักเรียนจริงๆ นั่นเอง จากวิธีการคัดเลือกครูนี้ ทำให้ฉันรับรู้ได้ถึงความใส่ใจของโรงเรียนที่มีต่อเด็กนักเรียน ในการค้นหาครูที่มีคุณภาพ ไม่ใช่แค่ความสามารถในด้านความรู้หรือการสอนเท่านั้น หากยังรวมไปถึงความสามารถในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น และความเป็นครูของผู้ที่มาสมัครด้วยความใส่ใจที่โรงเรียนมีนั้นยังรวมไปถึงความใส่ใจต่อบุคลากรด้วยการให้ครูได้มีโอกาสในการทำความเข้าใจวัฒนธรรมที่แตกต่างออกไป ด้วยการทดลองมาใช้ชีวิตอยู่ที่โรงเรียนก่อน และได้มีโอกาสเตรียมตัว หรือประเมินตัวเองได้ว่า เหมาะกับแนวทางของโรงเรียนหรือไม่ และจะมีความสุขกับการได้ทำงานเป็นครูที่นี่หรือไม่

ฉันได้พบว่าครูท่านอื่นๆ แผนกต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นฝ่ายบุคคล ฝ่ายวิชาการ ตลอดจนแม่บ้าน หรือพี่ยามที่ประตูทางเข้า ทุกคนมีความเป็นมิตรต่อกัน ยิ้มแย้ม แก่กัน เป็นสังคมที่อยู่ร่วมกัน เพื่อช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันอย่างแท้จริง ฉันรู้สึกได้ถึงความรักปรารถนาดี และความเป็นมิตรจากคนรอบข้างได้อย่างชัดเจน คำแนะนำต่างๆ ช่วยให้ฉันพัฒนาตนเอง สร้างความคุ้นเคย และปรับตัวเข้ากับที่แห่งนี้ ได้อย่างรวดเร็ว กลายเป็นมิตรที่ได้พบถือเป็นความสุขที่สำคัญอย่างหนึ่งในการได้มีโอกาสมาใช้ชีวิตที่โรงเรียนแห่งนี้

“ขออนุญาตเข้าห้องพักครูค่ะ” เสียงนี้ดึงดูดความสนใจของฉันจากการทำงานในห้องพักครู ฉันหันไปดูด้วยความสนใจ เสียงนี้มาจากเด็กนักเรียนที่จำเป็นจะต้องเดินเข้ามาในห้องพักครู ฉันรู้สึกประหลาดใจมาก เพราะโดยทั่วไปแล้ว เด็กๆ มักจะแค่ยกมือไหว้และกล่าวจุดประสงค์ของตนเองเท่านั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เด็กนักเรียนที่มีความสนิทสนมกับครูมากดังเช่นที่นี้ จากนั้นฉันก็ได้สังเกตเห็นว่าเด็กนักเรียนทุกคน ไม่ใช่แค่เพียงเด็กคนนั้น กล่าวเช่นเดียวกันทุกครั้งที่พวกเขาต้องการหรือมีความจำเป็นต้องเข้ามาในห้องพักครู ฉันรู้สึกชื่นชมเด็กเหล่านี้เป็นอย่างยิ่ง และชื่นชมครูท่านอื่นที่เป็นผู้อบรมเด็กๆ มากยิ่งกว่า... ที่สามารถทำให้เด็กมีความเป็นระเบียบ มีความเกรงใจในฐานะศิษย์กับครู โดยที่ยังมีความสุข ความสบายใจ เหมือนโรงเรียนเป็นบ้านหลังที่สอง สนิทกับครูราวกับว่าครูเป็นคนในครอบครัว เห็นได้จากการที่เด็กยิ้มแย้มอย่างมีความสุข และพูดคุยกับครูอย่างเปิดใจ ฉันรู้สึกมีความสุขมาก ความสัมพันธ์เช่นนี้ระหว่างครูกับนักเรียน เป็นความสัมพันธ์ในอุดมคติของฉัน ฉันดีใจที่จะได้เป็นส่วนหนึ่งในครอบครัวนี้

รูปแบบการทำงานของโรงเรียนแห่งนี้เป็นสิ่งที่ทำให้ฉันประหลาดใจมากที่สุด ฉันไม่เคยรับรู้ว่ามีวิธีการทำงานเช่นนี้ในโรงเรียนอื่นมาก่อน ชั้นที่ฉันสอน คือชั้น ป.๖ หรือที่เรียกกันที่นั่นว่า ชั้น ๖ นั้น มีทั้งหมด ๔ ห้อง นักเรียนแต่ละห้องมีจำนวน ๒๔ คน มีครู ESL ๒ คน โดยที่แต่ละคนสอนเพียง ๒ ห้องเท่านั้น เพราะโรงเรียนมุ่งเน้นไปที่คุณภาพ ที่ครูสามารถมอบให้แก่เด็กได้เต็มที่ อย่างเข้มข้นในแต่ละคาบเรียน ครูที่เป็นคู่วิชากันในชั้น ๖ นั้นจะต้องใช้เวลาที่เหลืออยู่ทั้งหมด ช่วยกันคิดแผนการสอนที่มีประสิทธิภาพสูงสุดให้แก่นักเรียน และผ่านการตรวจสอบ ปรับปรุงหลายครั้ง จากทางคุณครูวิชาการที่ดูแลเฉพาะหน่วยวิชา ESL เพื่อให้ได้แผนการสอนที่ให้ประโยชน์สูงสุดแก่นักเรียนในแต่ละคาบ นอกจากนี้ครูยังจะต้องเข้าสังเกตการสอน

ของกันและกันเพื่อประเมิน ปรับปรุงแก้ไข และช่วยกันพัฒนาให้แผนการสอนเหมาะสมแก่นักเรียนทุกคนมากที่สุด อีกทั้งยังต้องคอยดูแลเด็กแต่ละคนอย่างใกล้ชิด เพื่อให้เด็กแต่ละคนบรรลุศักยภาพของเขาซึ่งมีความแตกต่างกันให้ได้มากที่สุดด้วย ในการทำงานจึงมีทั้งการประชุมเพื่อแลกเปลี่ยนในระดับชั้น และการประชุมในทีม ESL เพื่อแก้ไขปัญหา หรือพัฒนา ปรับเปลี่ยน ปรับปรุงสิ่งต่างๆ อย่างสม่ำเสมอ วัฒนธรรมเหล่านี้เป็นเครื่องสะท้อนอย่างชัดเจนแก่ฉันว่า โรงเรียนนี้ให้ความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพครูและนักเรียนอย่างยิ่งยวด

การเรียนการสอน ESL** ที่โรงเรียนแห่งนี้ ใช้แนวทางที่เรียกกันว่า HFOA ซึ่งย่อมาจาก High Function Open Approach โดยมีเป้าหมายหลักคือ การลดบทบาทของครูลง เพิ่มบทบาทของนักเรียนให้มากขึ้น เพื่อให้ให้นักเรียนได้เรียนรู้ถึงการเรียนรู้ด้วยตนเอง ไม่ใช่แค่เพียงรอรับข้อมูลไปเรื่อยๆ เท่านั้น การเรียนรู้ในแต่ละครั้งใช้เวลา ๙๐ นาที โดยครูจะใช้เวลาพูดทบทวนหรือเกริ่นเข้าเนื้อหา และอธิบายถึงเป้าหมายในแต่ละครั้งด้วยเวลาประมาณ ๒๕ นาทีเท่านั้น จากนั้นนักเรียนจะได้ลงมือคิด ลงมือทำ หรือปรึกษาหารือกันเพื่อบรรลุเป้าหมาย ในเวลาอีก ๒๕ นาที ส่วนเวลาที่เหลืออีก ๔๐ นาที จะเป็นเวลาที่ครูและนักเรียนจะมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อการปรับปรุงผลงานที่ทำกันในคาบนั้น รวมถึงการใช้เวลาในช่วงนี้เพื่อนักเรียนได้สรุปสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้ไปในคาบนั้นๆ ด้วย

ฉันรู้สึกประทับใจต่อรูปแบบการเรียนการสอนนี้เป็นอย่างมาก เพราะฉันรู้ดีมาตลอดว่าเป็นเรื่องที่ยากสำหรับเด็กไทยที่จะมีความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพราะเคยชินกับการถูกป้อนข้อมูลให้ตลอดเวลา จากทั้งทางโรงเรียน และที่บ้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรงเรียนกวดวิชาต่างๆ ที่มุ่งเน้นแค่เพื่อให้เด็กสอบได้คะแนนดีเท่านั้น แต่โรงเรียนแห่งนี้กำลังสอนให้เด็กคิดเป็น ทำเป็น วิเคราะห์เป็น และต่อยอดความรู้เองได้ ฉันรู้สึกยินดีกับเด็กที่มีโอกาสได้เรียนที่นี่ และรู้สึกยินดีที่ตัวเองจะได้มีส่วนร่วมในกระบวนการสร้างเด็กที่มีคุณภาพออกสู่สังคม

** โรงเรียนเพลินพัฒนาวางยุทธศาสตร์ในการจัดการเรียนรู้ให้ภาษาอังกฤษเป็นภาษาที่สอง (ESL- English as a Second Language) ที่ใช้ทักษะการอ่านเป็นเครื่องมือหลักในการเรียนรู้ และมีการจัดการเรียนการสอนในชั้นเรียนในรูปแบบที่เรียกว่า High Function Open Approach ที่เน้นในเรื่อง task-based learning เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติ และการสื่อสารความคิดความเข้าใจระหว่างกันเป็นสำคัญ

ความใส่ใจของครูที่มีต่อนักเรียนของโรงเรียนแห่งนี้ เรียกได้ว่าเป็นสิ่งที่ทำให้ฉันรู้สึกดีมากที่สุด ฉันเลือกที่จะเป็นครู เพราะฉันรักและเป็นห่วงเด็กๆ ฉันจึงอยากเป็นครูที่ไม่ได้สนใจเพียงแค่เด็กต้องเก่งทุกวิชา ต้องทำคะแนนให้ดีให้ได้ทุกวิชา โดยที่ไม่สนว่าเด็กจะเป็นอย่างไร ฉันอยากเป็นครูที่รู้และใส่ใจว่าตอนนี้เด็กรู้สึกอย่างไร มีความสุขดีไหม มีความชอบ สนใจหรือถนัดเรื่องอะไร ซึ่งโรงเรียนแห่งนี้มีแนวคิดไม่ต่างไปจากฉันเลย

วันหนึ่งคุณครูใหม่ – วิมลศรี ศุขิลวรรณ ได้ยื่นกระดาษจำนวน ๔ แผ่นให้แก่ฉัน ในกระดาษเหล่านั้นไม่มีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องที่ผมต้องสอนเลย มีเพียงเนื้อหาเกี่ยวกับการเชื่อมสัมพันธ์ และการเข้าถึงจิตใจของเด็กเท่านั้น ภายในใจของฉันรู้สึกปีติยินดีเป็นอย่างยิ่ง ในที่สุดฉันก็พบกับคนที่ให้ความสำคัญในสิ่งเดียวกันกับฉันแล้ว ฉันได้ลองนำเอาเนื้อหาของบทความไปทดลองปรับใช้กับนักเรียน เพิ่มเติมขึ้นไปจากแผนการสอนที่ฉันทำอยู่เป็นปกติ ฉันถามพวกเขาถึงสิ่งที่พวกเขาสนใจ โดยสอดแทรกเข้ากับเนื้อหาที่ฉันสอน ฉันนำมันมาปรับใช้ในการให้งานแก่พวกเขา ผลลัพธ์ที่ได้มาเป็นเรื่องน่าынดีอย่างยิ่ง เพราะใจพ่ย์นี้ทำให้พวกเขาเกิดพลังในการอ่านและแปลข่าวภาษาอังกฤษ มีความตื่นเต้น สนุกสนาน เมื่อได้เห็นข่าวเหล่านั้นเกี่ยวข้องกับสิ่งที่พวกเขาสนใจ เช่น ข่าวเกี่ยวกับสัตว์ หรือนักร่อน นักกีฬาที่พวกเขาชื่นชอบ นอกจากนี้ฉันยังได้พูดคุยเพิ่มเติมนอกเวลาเรียนอย่างสบายๆ กับเด็กๆ โดยเฉพาะเด็กที่มักจะไม่มีสนใจเรียน พูดคุยกับเพื่อน หรือวาดรูปเล่นตลอดเวลา โดยถามไถ่ความรู้สึกของพวกเขาในแต่ละวัน ถามถึงปัญหาที่รบกวนจิตใจพวกเขา ถามถึงครอบครัว สัตว์ที่ชอบ หรือเรื่องรอบตัวธรรมดาๆ ต่างๆ มีการพูดคุย ให้กำลังใจ แนะนำสิ่งที่จะช่วยให้พวกเขาพัฒนาขึ้นได้อีกด้วยความหวังดีอย่างจริงใจ สิ่งเหล่านี้แม้จะดูไม่เกี่ยวข้องอะไรเลยกับการสอนของฉัน แต่มันได้ผลอย่างไม่น่าเชื่อ... เด็กๆ ตั้งใจฟังสิ่งที่ฉันสอนมากขึ้น ให้ความร่วมมือในการตอบคำถามอย่างกระตือรือร้นมากยิ่งขึ้น ฟังคำแนะนำ ตักเตือนของฉันอย่างเปิดใจมากขึ้น มีเด็กคนหนึ่งที่พักติแล้วไม่ชอบภาษาอังกฤษเอามากๆ เพราะรู้สึกว่ไม่เข้าใจเนื้อหาเอาเสียเลย เธอจึงมักจะเอาแต่วาดรูปในคาบวิชา ESL อยู่เสมอ เธอค่อยๆ เปลี่ยนไป ยกมือตอบคำถามมากขึ้น ฟังฉันสอนมากขึ้น ยิ้มแย้มมากขึ้น วันหนึ่งเธอเดินเข้ามาพูดกับฉัน “สุดยอดเลย Teacher หนูไม่เคยเข้าใจภาษาอังกฤษมากขนาดนี้เลยในรอบสามปีที่ผ่านมว !!! ” เธอพูดอย่างยิ้มแย้ม มีความสุข ฉันก็มีความสุข ความเห็นดีเห็นยอทั้งหมดสลายหายไปราวกับไม่เคยมีมาก่อน



THE DAILY NEWS

www.plearnpattanaadailynews.com

Wednesday, 21 August 2019

Miracle of the wild lions

BY: Aoeey



The wild lions from the forest saved the girl from kidnappers in June 2005.

In June 2005, The twelve years old girl was kidnapped in south-west Ethiopia but when the kidnappers tried to bring her to the other place, 3 lions from the forest saved her from the kidnapper. They didn't hurt her but they guarded her until the police officers came.

เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงปณณภา ดวงฤดี



THE DAILY NEWS

www.plearnpattanaadailynews.com

Wednesday, 21 August 2019

BY: Yanda Sirimachol (August)



A powerful tropical storm hit Japan, Tokyo, bringing strong winds and heavy rain.

On Thursday August 15th, 2019 at Japan, Tokyo, there is a powerful storm hit Tokyo. People were told to prepare for possible landslides and flooding. Thousands of people went to safer places. A tropical storm called, "Krosa" was moving slowly just off the southwestern coast of Japan. Authorities asked 550,000 people to leave their houses and go to an evacuation center. The agency said four people had been slightly while one person was more seriously hurt. The agency also said that a party of 18 people including children got stranded during a barbecue in a valley when the river rose rapidly. They have since been evacuated to higher ground and should be rescued later Thursday.

เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงณัฏฐา ศิริมาหัช



THE DAILY NEWS

www.plearnpattanaadailynews.com

Wednesday, 21 August 2019

Samsung Galaxy A80

BY: Nammon



New Samsung Galaxy A80 will be sell out in the market this September.

The new Samsung Galaxy A80 will be sell out in the market this September. It is a smartphone special designed to take beautiful and clear pictures and also live video streaming. Here in Thailand the phone will come with some BLACKPINK accessories and the first 1,000 purchase will get the BLACKPINK accessories for free.

เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงณิชนัน พิทยะ



ภาค

๒

ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จของศิษย์
(achievement mindset)

บทที่ ๕ ตั้งเป้าหมายสูงลิ่ว
บทที่ ๖ ให้คำแนะนำป้อนกลับที่ทรงพลัง
บทที่ ๗ รำรงอิทธิบาท ๔



ตั้งเป้าหมายสูงลิ่ว

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๑ ใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จ
ของศิษย์ (achievement mindset)

ตีความจากตอนต้นของ Part Two : Why the Achievement Mindset ?
และ Chapter 4 : Set Gutsy Goals

ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จ (achievement mindset) อยู่ในตระกูลเดียวกันกับ
ชุดความคิดเจริญงอกงาม (growth mindset) ชุดความคิดแรงขับเคลื่อน (drive mindset)
ชุดความคิดอิทธิบาท ๔ (grit mindset) สำหรับครูบาทกรรมของชุดความคิดนี้
คือ “ฉันสามารถสร้างเจตคติ แรงบันดาลใจ และความมานะพยายามของนักเรียน
สู่ความสำเร็จได้ ทักษะเหล่านี้ฝึกได้” ย้ำว่าชุดความคิดนี้ ใช้ได้ต่อนักเรียนทุกคน

ครูต้องไม่โยนความรับผิดชอบต่อความสำเร็จของนักเรียนไปให้ตัวนักเรียนเอง
หรือผู้อื่น ครูต้องยึดดอกเข้าไปรับผิดชอบ มีคำแนะนำว่าเมื่อนักเรียนประสบ
ความล้มเหลว อย่าปล่อยให้ลอยด้วยถ้อยคำที่ผิด “เธอได้ทำดีที่สุดแล้ว” “เธอมีจุดแข็ง
อย่างอื่น” เพราะเป็นวาทกรรมที่นำไปสู่ความคาดหวังที่ต่ำต่อตนเองของนักเรียน
ซึ่งจะลดแรงจูงใจ และผลการเรียนตกต่ำ มีผลการวิจัยบอกว่าเมื่อนักเรียน
มีแรงจูงใจ effect size ต่อความสำเร็จเท่ากับ ๐.๔๘

ข้อมูลหลักฐาน

มีผลงานวิจัยบอกว่า ชุดความคิดของครูมีผลต่อความสำเร็จของศิษย์มากกว่าไอคิว สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม และความสามารถในการอ่านของนักเรียน ครูสามารถสร้างผลกระทบสูงต่อศิษย์ โดยเปลี่ยนวิธีการจากการให้การตอบสนองอย่างอ่อน เช่น การให้รางวัล การให้คำสรรเสริญชื่นชม หรือการลงโทษ ไปเป็นวิธีการที่สร้างแรงจูงใจแบบมองไม่เห็น สร้างชุดความคิดเจริญงอกงาม และเลิกตีตรา

แรงจูงใจแบบมองไม่เห็น

แรงจูงใจแบบมองไม่เห็น (the invisible motivators) ช่วยสร้างพลัง แรงจูงใจ และความมานะพยายามให้แก่ นักเรียน มีปัจจัย ๕ ประการที่เป็นปัจจัยสร้างแรงจูงใจที่มองไม่เห็น ได้แก่ (๑) กำหนดความหมาย กรอบงาน และวิธีทำงานอย่างถูกต้องเหมาะสม (๒) จัดการ “พูดกับตนเอง” (self-talk) ของครู และของนักเรียน (๓) ช่วยฝึกทักษะย่อยที่ต้องการใช้ในการทำงาน (๔) กำหนดความคิดแบบแผนเสี่ยงตกร่อง (๕) ตีกรอบความล้มเหลวให้นักเรียนได้เรียนรู้จากความล้มเหลวนั้นในบันทึกตอนต่อไป จะมีรายละเอียดของเรื่องเหล่านี้

สร้างชุดความคิดเจริญงอกงาม

หัวใจคือ ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จ (achievement mindset) เรียนรู้ฝึกฝนได้ ทั้งฝึกครู และฝึกศิษย์ มีผลงานวิจัยทดลองบอกนักเรียนสองกลุ่มด้วยถ้อยคำสองแบบ กลุ่มแรกพร่ำบอกว่าความฉลาดเป็นสิ่งที่ติดตัวมาแต่กำเนิด (สร้าง fixed mindset) กลุ่มหลังพร่ำบอกว่า ความฉลาดเป็นสิ่งที่ฝึกได้ (สร้าง growth mindset) พบว่า ผลการเรียนรู้ของนักเรียนกลุ่มหลังสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และสองปีให้หลัง เด็กกลุ่มหลังก็ยังมีคะแนนผลการเรียนสูงกว่า

เลิกตีตรา

การตีตราว่าด้อย มีผลลบต่อการเรียนรู้ของนักเรียน เขาแนะนำให้เลิกการตีตรา (drop the labels) ว่าเป็นนักเรียนจากชนกลุ่มน้อย ว่าเป็นนักเรียนที่ผลการเรียนอ่อน ว่าเป็นนักเรียนเด็กด้อยโอกาสหรือพิการ

ผลของการตั้งความคาดหวังสูง

มีผลการวิจัยบอกว่า การประเมินตนเองของนักเรียน การให้นักเรียนตั้งความคาดหวังเกรดของตนเอง ให้ effect size ต่อผลการเรียน เท่ากับ ๑.๔๔ เกือบจะสูงที่สุดในปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักเรียน

หลักการสำคัญของครูที่มีผลงานเด่นคือ ไม่อนุญาตให้นักเรียนตั้งความคาดหวังต่ำต่อการเรียนของตน แม้ว่านักเรียนคนนั้นจะมีประวัติเรียนอ่อนก็ตาม

การบรรลุผลการเรียนในระดับสูง นักเรียนต้องทำงานหนัก มีผลการวิจัยบอกว่า มีปัจจัยสำคัญ ๔ ประการที่กระตุ้นให้นักเรียนขยัน ได้แก่

๑. นักเรียนมีความเชื่อว่าตนสามารถบรรลุเป้าหมายนั้นได้
๒. นักเรียนมีความเชื่อว่าครูช่วยหนุนให้ตนบรรลุเป้าได้
๓. การประเมินตนเองของนักเรียน
๔. แนวความคิดเกี่ยวกับตนเองในภาพรวมของนักเรียน

ครูสามารถมีอิทธิพลต่อปัจจัยทั้ง ๔ ประการนี้ ซึ่งหมายความว่า ครูมีลู่วางช่วยให้นักเรียนทำงานหนักได้

สร้างเป้าหมายที่ท้าทายเพื่อบรรลุผลการเรียนรู้ระดับเชี่ยวชาญ

การตั้งเป้าหมายที่ท้าทายในระดับที่ไม่น่าจะบรรลุได้ เพื่อท้าทายความมานะพยายามของตนเอง โดยมีครู (และคนในครอบครัว) ช่วยหนุนการดำเนินการฝ่าฟันบรรลุความสำเร็จได้ เป็นสุดยอดของการเรียนรู้ในชีวิต เป็นการฝึกทักษะชีวิต (life skills) ที่สุดยอด คนที่ไม่เคยมีประสบการณ์นี้ เท่ากับพลาดโอกาสในการเรียนรู้ทักษะที่สำคัญที่สุดต่อตนเองโดยไม่รู้ตัว คือทักษะทำสิ่งที่เป็นไปได้ให้เป็นไปได้ (make the impossible possible) โดยนัยนี้คนไทยส่วนใหญ่พลาดโอกาสนี้ โดยต้นเหตุคือระบบการศึกษาที่เดินผิดทาง

มีผลการวิจัยบอกว่าการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ระดับ mastery ให้ effect size ต่อผลลัพธ์การเรียนรู้เท่ากับ ๐.๙๖ โดยต้องตระหนักว่าเป้าหมายนี้ต้องการเวลาเรียนในห้องเรียนเพิ่มขึ้นร้อยละ ๑๐ - ๕๐ ซึ่งถือว่าคุ้ม เมื่อเทียบกับผลลัพธ์การเรียนรู้ที่นักเรียนได้รับ

การสร้างเป้าหมายการเรียนรู้มีส่วนที่สำคัญเท่าๆ กัน คือ (๑) เป้าหมายภาพใหญ่ (big picture goal) (๒) เป้าหมายปลายทาง (destination) ลักษณะของเป้าหมายที่ดีคือ revised SMART goal ซึ่งประกอบด้วย

- มีความชัดเจนและเป็นยุทธศาสตร์
- วัดได้
- นำพิศวง (แทนการบรรลุได้)
- สอดคล้องกับตัวนักเรียน (แทนการมุ่งผลลัพธ์)
- มีเงื่อนไขเวลา

ขอย้ำว่า เป้าหมายระดับ mastery ไม่ได้จำกัดอยู่ที่เรียนวิชา ส่วนที่สำคัญยิ่งกว่าคือการช่วยให้นักเรียนพัฒนาสมรรถนะที่จะมีคุณไปตลอดชีวิต เช่น อิทธิบาท ๔ (grit) ชุดความคิดเจริญงอกงาม (growth mindset) ทักษะทางสังคม และการมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในชั้นเรียน

กำหนดเป้าที่ท้าทาย

การเรียนรู้ในระบบการศึกษาในปัจจุบันมักบรรลุเป้าหมายในระดับการเรียนรู้ที่ผิวเผินคือ ตอบข้อสอบได้ สอบผ่าน แต่ไปไม่ถึงผลลัพธ์การเรียนรู้ระดับคล่องแคล่ว (proficiency) และยังไม่ถึงระดับรู้จริง (mastery) ซึ่งนักเรียนต้องเรียนโดยเจาะลึกเข้าไปในสาระ ซึ่งต้องการความมานะพยายามอย่างต่อเนื่อง ใครครวญสะท้อนคิดเกี่ยวกับเรื่องนี้ ทำความชัดเจน วิเคราะห์ พัฒนาเป็นความเข้าใจที่ชัดเจนและซับซ้อน

เพื่อบรรลุเป้าหมายการเรียนรู้ดังกล่าว การกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ต้องมีย่อยอย่างน้อย ๔ มิติต่อไปนี้ (๑) สร้างสิ่งที่มีคุณค่าสูงกว่าผลต่อตนเอง (๒) เป็นเป้าที่ก่อผลกระทบสูง (๓) นักเรียนเชื่อว่าครูจะหนุนให้บรรลุได้ (๔) มีเป้าหมายปลายทาง (micro goals)

เขายกตัวอย่างครูคนหนึ่ง มีผลการสอนในปีที่แล้ว ที่ครึ่งหนึ่งของนักเรียนบรรลุ ความคล่องแคล่ว (proficiency) ในวิชาคณิตศาสตร์ ในปีการศึกษาใหม่นี้เขาจึง กำหนดเป้าหมายที่ท้าทายขึ้นมากกว่า “อย่างน้อยร้อยละ ๘๐ ของนักเรียนบรรลุ ความคล่องแคล่วในวิชาคณิตศาสตร์ และร้อยละ ๒๐ หรือกว่าบรรลุผลการเรียนรู้ ระดับจริง” ผู้เขียนบอกว่าไม่ใช่เป้าหมายที่ท้าทาย

เป้าหมายที่ท้าทาย ที่ผู้เขียนยกมาเป็นตัวอย่างคือ “นักเรียนชั้น ป.๑ ของฉัน จะอ่าน เขียน คิดเลข และมีพฤติกรรมที่แสดงว่าพร้อมขึ้นไปเรียนชั้น ป.๓ ไม่ใช่ ป.๒” ซึ่งเป็นการวางเป้าให้นักเรียนมีผลลัพธ์การเรียนรู้เพิ่มเท่ากับ ๒ ปีการศึกษา ไม่ใช่ปีการศึกษาเดียว มีผลการวิจัยบอกว่า มีตัวอย่างครูชั้นยอดเยี่ยมที่จัดการ เรียนรู้ให้นักเรียนยกระดับขึ้นเท่ากับ ๓ ปีการศึกษาในการเรียนเพียงปีเดียว และการยกระดับการเรียนรู้ของนักเรียนที่ขาดแคลนใน ๑ ปี ให้เกิดการเรียนรู้ เท่ากับ ๑.๕ - ๓ ปี เป็นเรื่องปกติ เพราะนักเรียนเหล่านี้มีจุดเริ่มต้นที่ต่ำ เมื่อได้รับ กระบวนการเรียนรู้ที่ถูกต้องจึงเรียนรู้ได้เพิ่มขึ้นอย่างมหัศจรรย์

เขายกตัวอย่างเป้าหมายที่ท้าทายในต่างระดับชั้นเรียน

- ระดับประถมศึกษา “นักเรียนชั้น ป.๒ ของฉัน จะอ่าน เขียน คิดเลข และมีพฤติกรรม ที่บอกว่าพร้อมขึ้นไปเรียนชั้น ป.๔ ไม่ใช่ ป.๓”
- ระดับมัธยมศึกษา เป้าหมายเชิงกระบวนการของครูวิทยาศาสตร์ “ฉันจะ สอนนักเรียนให้รู้วิธีการสร้างเมืองขึ้นใหม่หลังจากประสบภัยพิบัติ” ครูวิชาภาษาไทย ชั้น ม. ต้น อจอมอบงานให้นักเรียนร่วมกันเขียนเรียงความเรื่องเปลี่ยนโลก นำผลงาน ที่ปรับปรุงแล้วไปอ่านให้ผู้มาชุมนุมฟัง คำแนะนำป้อนกลับที่ได้รับจะมีผลในระดับ เปลี่ยนชีวิตของนักเรียน ครูวิชาคณิตศาสตร์อาจกำหนดเป้าหมายว่า “ในช่วง ปลายปีการศึกษา นักเรียนจะช่วยกันเขียนหนังสือ ‘วิธีการเรียนที่จะช่วยให้ประสบ ความสำเร็จในวิชาคณิตศาสตร์’ เป็นหนังสือคู่มือการเรียน”
- เป้าหมายความสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียน “ฉันจะรู้จักชื่อเล่นของ นักเรียนทุกคนในชั้น”

ให้เหตุผลเพื่อให้เชื่อว่าบรรลุได้

หนังสือบอกว่าครูใช้เวลาเพียง ๒๐ วินาทีเท่านั้น ยืนยันให้ศิษย์เชื่อว่าพวกเขาบรรลุเป้าหมายที่ทำหายร่วมกันได้ โดยครูจะคอยช่วยเหลือ โดยใช้คำพูดในทำนองนี้ “เป้าหมายที่เราช่วยกันกำหนดนี้สำคัญมากต่อชีวิตของพวกเธอ ครูเชื่อว่าพวกเธอทำได้ หากพยายามอย่างฉลาด ครูแคร้พวกเธอ แคร้ผลการเรียนของพวกเธอ ครูจะไม่ทอดทิ้ง จะสอนพวกเธอคนใดคนหนึ่งซ้ำอีกกี่ครั้งก็ได้ จนทุกคนบรรลุเป้าหมาย เราต้องบรรลุเป้าหมายทุกคน หากใครคนใดคนหนึ่งล้มเหลว หมายความว่าพวกเราทุกคนล้มเหลว รวมทั้งครูด้วย” หรือ “ครูแคร้พวกเธอ ครูขานำญหน้าที่ครูครูจะทำงานหนัก ต่อเนื่อง และเรียนจากการทำผิดพลาด ขอให้พวกเธอทำหน้าที่ส่วนของพวกเธอ ครูจะทำหน้าที่ส่วนของครู ครูจะไม่ให้พวกเธอล้มเหลวแม้แต่คนเดียว เราเริ่มต้นทำงานกันได้แล้ว”

ส่วนที่สำคัญที่สุดต่อการบรรลุเป้าหมายที่ทำหายคือ การสอนให้นักเรียนรู้วิธีจัดการความผิดพลาดล้มเหลว บอกนักเรียนว่า ความผิดพลาดหรือล้มเหลวเป็นสิ่งที่พบเสมอในชีวิต เป็นส่วนหนึ่งของชีวิต เป็นส่วนหนึ่งของความเจริญก้าวหน้า ความล้มเหลวเป็นบทเรียน ความล้มเหลวช่วยสอนเรา คนเราเป็นอย่างไรให้ดูที่การตอบสนองต่อความล้มเหลว

อย่างไรก็ตามการดำเนินการเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ทำหายต้องการแรงเสริม หรือกำลังใจ เป็นระยะๆ และนั่นคือความสำคัญของการกำหนดเป้าหมายรายทาง

ใช้เป้าหมายรายทางเพื่อเชื่อมรอยต่อ

การกำหนดเป้าหมายสูงลิ่วสร้างความตื่นเต้นแก่นักเรียนแทบทุกคน แต่เป็นการยากที่จะทำให้นักเรียนดำรงความตื่นเต้นเอาไว้จริงเอาจนถึงกับเป้าหมายดังกล่าวได้ในระยะยาว จึงต้องใช้กลยุทธ์กำหนดเป้าหมายรายทางที่สามารถบรรลุได้ภายในหนึ่งสัปดาห์หรือสั้นกว่านั้น ซึ่งจะช่วยให้นักเรียน

- มีความมั่นใจในขีดความสามารถจำเพาะเรื่องของพวกเขา
- ประจักษ์ด้วยตนเองว่ามีความคืบหน้าสู่เป้าหมาย วัดได้ชัดเจน
- สร้างอารมณ์ร่วม และกำลังใจ จากการบรรลุความสำเร็จและการเฉลิมฉลอง

การใช้เป้าหมายรายทางเป็นเครื่องมือสร้างความสำเร็จในการเรียนรู้ มี effect size สูงถึง ๐.๙๗

เมื่อนักเรียนตั้งคำถามที่ถูกต้อง หรือบรรลุเป้าหมายรายทาง ครูพึงจัดการเฉลิมฉลอง และจัดการพูดคุยเพื่อบรรลุเป้าหมายการเรียนรู้ในระดับที่สูงยิ่งขึ้น



ให้คำแนะนำ ป้อนกลับที่ทรงพลัง

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๒ ใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จ
ของศิษย์ (achievement mindset)

ตีความจาก Chapter 5 : Give Fabulous Feedback

การที่นักเรียนจะอ้างความมานะพยายามไ้เป็นเวลานาน เพื่อบรรลุเป้าหมายที่
ทำได้ในที่สุด ต้องการแรงเสริมเป็นระยะๆ การได้รับรู้ความก้าวหน้า ตามเป้าหมาย
รายการในท้ายบันทึกที่แล้วก่อให้เกิดแรงบันดาลใจ ในบันทึกนี้จะกล่าวถึงการใช้
คำแนะนำป้อนกลับ ช่วยให้เห็นว่าเป้าหมายเคลื่อนไหวใกล้เข้ามา สร้างความหวังเพิ่มขึ้น

การประเมินเพื่อพัฒนาในระหว่างการทำงาน

การประเมินเพื่อพัฒนา (formative assessment) ตามด้วยการให้คำแนะนำ
ป้อนกลับอย่างสร้างสรรค์ (constructive feedback) มีพลังต่อการเรียนรู้สูงยิ่ง
มีผลการวิจัยบอกว่า การประเมินเพื่อพัฒนาให้ effect size ต่อผลลัพธ์การเรียนรู้
รู้เท่ากับ ๐.๙๐ การประเมินเพื่อพัฒนาจะช่วยให้ข้อมูลป้อนกลับ เพื่อปรับปรุง
วิธีการ หรือเพื่อยืนยันว่ามาตรการที่ใช้ก่อผลตามที่ต้องการ มีหลักการ ๕ ประการ
ที่จะช่วยให้การประเมินเพื่อพัฒนามีพลัง

๑. มีเป้าหมายที่ชัดเจนร่วมกัน ครูต้องทำให้นักเรียนมีความชัดเจนต่อเป้าหมายการเรียนรู้ และต่อเกณฑ์บอกความสำเร็จ

๒. ทำให้เห็นความก้าวหน้า เพื่อให้นักเรียนรู้ว่างานส่วนไหนสำเร็จ ส่วนไหนต้องการการเปลี่ยนแปลงวิธีการ

๓. ให้คำแนะนำป้อนกลับที่นำไปสู่การกระทำ และช่วยความก้าวหน้าของการเรียนรู้ เพื่อช่วยให้นักเรียนทำงานได้ดียิ่งขึ้น

๔. ส่งเสริมและกระตุ้นให้นักเรียนเป็นเจ้าของการเรียนรู้ หลักการคือ เรียน เป็นเจ้าของ และแชร์

๕. ติดตามแนวโน้ม ให้นักเรียนฝึกมองแนวโน้มภาพใหญ่ และรายละเอียดที่ทรงคุณค่าต่อการเรียนรู้

ใช้ SEA ให้คำแนะนำป้อนกลับเชิงคุณภาพ

SEA เป็นคำย่อ ย่อมาจาก strategy effort และ attitude ผู้เขียนหนังสือเล่มนี้บอกว่า นักเรียนควรได้รับคำแนะนำป้อนกลับ (feedback) อย่างน้อยทุกๆ ๓๐ นาที จากแหล่งใดแหล่งหนึ่งใน ๔ แหล่งคือ จากเพื่อนนักเรียนด้วยกัน จากกิจกรรมที่ทำ จากการใคร่ครวญสะท้อนคิด และจากครู โดยที่คำแนะนำป้อนกลับนั้น เป็นการชื่นชมให้กำลังใจ หรือให้คำแนะนำต่อประเด็นใดประเด็นหนึ่งของ SEA จะเป็นการเสริมพลังในการฟันฝ่าความยากลำบาก

ตัวอย่างของคำแนะนำป้อนกลับในตระกูลนี้

- “ครูพอใจมากที่เธอทดลองใช้หลายกลยุทธ์ (strategy) จนในที่สุดค้นพบกลยุทธ์ที่ใช้การได้”
- “ครูยินดีที่เห็นเธอไม่ท้อถอย ความมานะพยายาม (effort) จะช่วยให้เธอประสบความสำเร็จ และเดินสู่เป้าหมายได้”

- “ก่อนเริ่มงาน และระหว่างฝึกฝน เธอพกเอาท่าที (attitude) เชิงบวกมาเต็มปรี ทำที่เช่นนี้จะช่วยให้เธอบรรลุเป้าหมายได้”

เมื่อมีการให้คำแนะนำป้อนกลับอย่างเป็นธรรมชาติ ตามหลักการ SEA โดยมีความหลากหลายของผู้ให้คำแนะนำป้อนกลับ (who) จังหวะ (when) ของการให้คำแนะนำป้อนกลับ และวิธีให้ (how) จะช่วยสร้าง effect size ถึง ๐.๗๔

ใช้ 3M ให้คำแนะนำป้อนกลับเชิงปริมาณ

3M ย่อมาจาก milestone mission และ method เป็นเครื่องมือให้นักเรียนตระหนักว่า ขณะนั้นตนอยู่ตรงไหนในเส้นทางสู่ความสำเร็จ (milestone) ตนมีเป้าหมายอะไร (mission) และตนใช้วิธีการใดในการเดินทางสู่เป้าหมาย (method) การใช้เครื่องมือ 3M มี ๓ ขั้นตอนดังต่อไปนี้

สอนกระบวนการ 3M แก่นักเรียน

เป็นการแนะนำให้นักเรียนรู้จักเครื่องมือแต่ละตัวของ 3M

- **เป้าหมายรายทางสู่ความสำเร็จ** ช่วยบอกว่าเวลานี้นักเรียนอยู่ตรงไหนบนเส้นทางสู่ความสำเร็จ เช่น เวลานี้นักเรียนเขียนตามคำบอกได้ถูกต้อง ๘ คำ จาก ๑๕ คำ
- **เป้าหมายปลายทาง** เช่น สามารถตอบข้อสอบข้อปลายเดือนได้ถูกต้องทั้งหมด
- **วิธีการ** เช่น วิธีกำหนดเป้าหมายรายทางใน ๑ สัปดาห์

มอบหมายให้นักเรียนติดตามความก้าวหน้าของตน

ความก้าวหน้าอาจเป็นผลการทดสอบตนเอง ผลการทดสอบของครู เป็นการติดตามความก้าวหน้าเทียบกับเป้าหมาย (mission) ซึ่งชัดเจนมากกว่าคือ ๑๐๐ (เต็ม) แต่สำหรับนักเรียนที่เรียนอ่อนมาก เป้าหมาย ๑๐๐ หมายถึงผลการทดสอบที่ดีขึ้นกว่าเดิม ๑๐๐%

ชี้แนะแนวทางสู่การปรับปรุง

เป้าหมายของเครื่องมือ 3M คือการส่งเสริมให้นักเรียนสามารถกำกับการเรียนรู้ของตนเองได้ (ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ <https://www.gotoknow.org/posts/571127>) คือ รู้เป้าหมายปลายทาง เป้าหมายรายทาง และรู้วิธีบรรลุเป้าหมายนั้น รวมทั้งรู้วิธีประเมินว่าบรรลุแค่ไหน รู้จักปรับปรุงวิธีการ

ครูชี้แนะแนวทางสู่การปรับปรุงโดยเขียนโปสเตอร์แปะที่ฝาผนังห้องเรียน แนะนำวิธีปรับปรุงวิธีเรียน เช่น

ฉันจะเรียนดีขึ้นกว่าเดิมได้โดย

- ถามคำถามในชั้นเรียนบ่อยยิ่งขึ้น
- ทบทวนผลงาน และนำไปนำเสนอให้เพื่อนติชม
- สรุปการเรียนรู้ทุกวัน
- อ่านเรื่องที่จะเรียนก่อนไปเข้าชั้นเรียน
- ทำงานร่วมกันเกื้อหนุนให้กำลังใจยิ่งขึ้น
- นำเนื้อหาที่เรียนมาทำผังมโนทัศน์ หรืออินโฟกราฟิก
- ขอความช่วยเหลือจากครูในบางเรื่อง
- ค้นคว้าเรื่องราวของหลักประการที่เข้าใจยากเพิ่มขึ้น

จะเห็นว่าผู้ใช้เครื่องมือนี้คือนักเรียนและครู

ใช้คำแนะนำป้อนกลับ MIC

MIC ย่อมาจาก micro index card เป็นเทคนิคที่ครูได้รับ feedback จากนักเรียนด้วยวิธีการง่ายๆ คือให้เขียนชื่อของตนลงบนกระดาษ index card ด้านหนึ่ง อีกด้านหนึ่งเขียนเกี่ยวกับประเด็นต่อไปนี้เพียงครั้งละหนึ่งประเด็น

- สองสิ่งที่ครูควรรู้เกี่ยวกับตัวเขา แต่ผู้คนมักไม่รู้
- ประสบการณ์ในอดีตเกี่ยวกับวิชานั้น (ไม่เกิน ๕ บรรทัด)
- การเรียนรู้ในสัปดาห์ที่ผ่านมาเป็นอย่างไรบ้าง มีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร
- เป้าหมายการเรียนรู้
- สิ่งที่ยากบอกครูเกี่ยวกับงานที่ได้รับมอบหมาย (เขียนบทความ) ในส่วน คำนำ ประเด็นหลัก ข้อเสนอ หลักฐานสนับสนุน ข้อโต้แย้ง ข้อสรุปหลงท้าย
- เพื่อนสนิท ๓ คนในชั้น (เพื่อให้ครูรู้ว่านักเรียนมีสังคมกับเพื่อนอย่างไร)
- โครงร่างของงานที่กำลังทำ โดยใช้คำ ๕ - ๑๐ คำ
- คำแนะนำต่อนักเรียนชั้นเด็กกว่าว่าควรมีวิธีทำโจทย์คณิตศาสตร์อย่างไร

ให้นักเรียนกรอก MIC ทุกๆ วันเว้นวัน ในช่วง ๒ สัปดาห์แรกจะช่วยให้ครู รู้จักนักเรียนมากขึ้น และปรับปรุงการจัดการชั้นเรียนให้เหมาะสมแก่เด็กได้ดีขึ้น รวมทั้งจัดทีมทำงานได้เหมาะสมยิ่งขึ้น

จะเห็นว่า คำแนะนำป้อนกลับ MIC เป็นคำแนะนำป้อนกลับที่นักเรียนให้แก่ครู เพื่อประโยชน์ของตนเอง (และเพื่อนนักเรียน)

คำแนะนำป้อนกลับของนักเรียน

ครูที่ดีต้องหาวิธีได้คำแนะนำป้อนกลับของนักเรียนสำหรับนำมาปรับปรุงตนเอง เขาแนะนำ ๔ วิธีการ ดังต่อไปนี้

๑. ข้อมูลที่ไม่ใช่ถ้อยคำ ครูสังเกตกิริยาท่าทาง สีหน้า ของนักเรียน เป็นระยะๆ เพื่อหาทางทำให้นักเรียนทุกคนบรรลุผลลัพธ์การเรียนรู้อย่างดี มีผลการวิจัยว่า เครื่องมือง่ายๆ นี้ให้ effect size ถึง ๑.๔๒

๒. สิ่งที่เรียนเมื่อวานนี้ แจกกระดาษเปล่า ๑ แผ่น ให้เวลา ๑๒ นาที ให้นักเรียนทุกคนเขียนเรื่องที่เรียน (วิชานี้) เมื่อวานเท่าที่จำได้ ครูเก็บกระดาษ มาอ่านเพื่อหานักเรียนที่จับประเด็นสำคัญไม่ได้ รวมทั้งหาส่วนที่ครูสอนไม่ชัดเจน สำหรับแก้ไขต่อไป นักเรียนที่จับประเด็นไม่ได้ครูเรียกมาสอนเพิ่ม

๓. **สรุป ๑ นาที** ก่อนจบเวลาเรียนของคาบ แจกกระดาษที่มี ๒ คำถาม ให้ นักเรียนตอบ โดยไม่ต้องลงชื่อนักเรียน ใช้เวลา ๑ - ๒ นาที

- สิ่งสำคัญที่สุดที่ได้จากการเรียนวันนี้คือ ...
- ส่วนที่ยังเข้าใจไม่ชัดเจนในวันนี้คือ ...

๔. **กล่องรับข้อเสนอแนะ** เป็นการรับข้อเสนอแนะต่อครูแฉะรุ๊ก ไม่ใช่แนว ตั้งรับแบบกล่องรับข้อเสนอแนะที่เราคุ้นเคย ทำโดยก่อนเริ่มชั้นเรียนครูถามว่า ในบทเรียนที่แล้วมีตรงไหนยังเข้าใจไม่ชัดบ้าง ในช่วงระหว่างเวลาเรียน ให้เวลา ๑ นาที ให้นักเรียนเขียนข้อเสนอแนะ โดยอาจให้เขียนก่อนจบคาบเรียน หลังจาก เก็บข้อเสนอแนะมาอ่านและจัดหมวดหมู่ได้ ๑ สัปดาห์ บอกนักเรียนว่าครูได้รับ ข้อเสนอแนะอะไรบ้างที่มีประโยชน์ต่อการปรับปรุงการจัดการเรียนรู้และกล่าว คำขอบคุณนักเรียน

จะเห็นว่าคำแนะนำป้อนกลับเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ คนที่ต้องการปรับปรุง งานของตนเอง ปรับปรุงตนเอง ต้องการคำแนะนำป้อนกลับเชิงสร้างสรรค์ ที่เรียก ว่า constructive feedback



สร้างอิทธิบาท ๔

บันทึกนี้เป็นบันทึกสุดท้ายใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดว่าด้วยความสำเร็จ
ของศิษย์ (achievement mindset)

ตีความจาก Chapter 6 : Persist with Grit

ชีวิตนักเรียนไม่ใช่การวิ่ง ๑๐๐ เมตร แต่เป็นการวิ่งมาราธอน นักเรียนต้องฝึกความมุ่งมั่นสองแบบคือ แบบระยะสั้น กับแบบระยะยาว ความมุ่งมั่นระยะสั้นเรียกว่าการกำกับตัวเอง (self-control) ให้มีใจจดจ่ออยู่กับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ไม่วอกแวกอยู่กับเป้าหมายที่บรรลุได้ในระยะสั้น เช่น จดจ่ออยู่กับบทเรียน ๕๐ นาที ส่วนอิทธิบาท ๔ (grit) เป็นความมุ่งมั่นระยะยาว เพื่อเป้าหมายระยะยาว เช่น เรียนให้จบ ม. ๖ เพื่อไปเรียนต่อในระดับมหาวิทยาลัย

ข่าวดีคือนักเรียนส่วนใหญ่มีคุณสมบัตินี้อยู่แล้ว แต่นักเรียนอีกจำนวนหนึ่งโดยเฉพาะอย่างยิ่งนักเรียนที่ขาดแคลนไม่มี ทำให้ไม่ทนต่ออุปสรรคขวากหนามของการเรียน และออกจากกลางคันไปเสียก่อนเรียนจบ มีผลงานวิจัยบอกว่า grit มีผลต่อความสำเร็จในการเรียนยิ่งกว่าไอคิว

เด็กนักเรียนบางคนอาจมีความสามารถในการกำกับตัวเอง มีความมุ่งมั่นระยะสั้นที่ดี แต่ขาดอิทธิบาท ๔ หากแต่โดยทั่วไปแล้วทักษะสองอย่างนี้มักไปด้วยกัน และข่าวดีคือ ทั้งสองทักษะนี้ฝึกได้

ผมเคยเขียนบันทึกเรื่อง grit ไว้ ที่ <https://www.gotoknow.org/posts/613528> และมานึกได้ภายหลังว่า องค์ประกอบแรกของ grit คือ passion (ความชอบในระดับคลั่งไคล้ไหลหลง) นั้น ตรงกับฉันทะในอิทธิบาท ๔ และองค์ประกอบที่สองของ grit คือ perseverance (ความมุ่งมั่นต่อเนื่องเพื่อบรรลุเป้าหมายที่ยิ่งใหญ่ในระยะยาว) นั้น ตรงกับ วิริยะ + จิตตะ + วิมังสา ในอิทธิบาท ๔ ดังนั้น ผมตีความว่า grit คือ อิทธิบาท ๔ นั่นเอง

ห้าวิธีพัฒนา grit

๑. ช่วยให้นักเรียนตระหนักถึงคุณค่าของเป้าหมายที่ท้าทายอยู่เสมอ หาวิธีเตือนใจนักเรียนให้ผูกพันอยู่กับเป้าหมายระยะยาว เช่น เขียนติดเป็นโปสเตอร์ในห้องเรียน มีการเฉลิมฉลองเมื่อบรรลุเป้าหมายรายทางไปสู่เป้าหมายปลายทางที่กำหนด และอาศัยการเฉลิมฉลองตอกย้ำถึงเป้าหมายปลายทาง มีการเล่าเรื่องของความมุ่งมั่นสู่เป้าหมาย ฯลฯ

๒. ให้นักเรียนได้รู้จัก grit เช่น ให้ดูภาพยนตร์ที่สะท้อน grit เช่นเรื่อง Forrest Gump, Bend It Like Beckham, Remember the Titans (ผมไม่ใช่นักดูหนัง จึงไม่มีความสามารถแนะนำหนังไทยหรือละครไทย) หลังจากฉายหนังให้นักเรียนดูด้วยกันแล้ว ร่วมกันสะท้อนคิดว่าหนังสอนใจเรื่อง grit อย่างไรบ้าง หรือในบริบทไทยร่วมกัน แล้วร่วมกันสะท้อนคิดว่า ได้ข้อสอนใจในเรื่องอิทธิบาท ๔ อย่างไรบ้าง

๓. สร้างเงื่อนไขให้เกิด grit เงื่อนไขหลักคือบรรยากาศเชิงบวกซึ่งสร้างได้ผ่านการเฉลิมฉลอง บทกวี นิทาน เรื่องเล่า ประวัติศาสตร์ เพลงที่เร้าใจ มีผลงานวิจัยบอกว่า การสร้าง grit ให้ผลสูงสุดเมื่อสัดส่วนระหว่าง บรรยากาศเชิงบวก : บรรยากาศเชิงลบ เท่ากับ ๓ : ๑ ครูพึงหาทางให้นักเรียนได้รับความสะเทือนใจเชิงบวก มากกว่าความสะเทือนใจเชิงลบก่อนกลับบ้านในแต่ละวัน และมีช่วงเวลาให้นักเรียนได้เล่าเรื่องราวของตนที่สะท้อนการพัฒนา grit ของตน

๔. ทำให้ grit เป็นสิ่งที่จับต้องได้ ในหลายแง่มุม โดยใช้คำเปรียบเทียบ (อุปมา) คำคม (quotes) คำคล้ายคลึง บอกนักเรียนว่า เวลาเราล้มเราไม่เป็น ผู้รับผิดชอบต่อการล้ม แต่เราต้องรับผิดชอบต่อการลุกขึ้น คนเราล้มเพื่อจะได้ฝึกลุก ซึ่งจะช่วยให้เราแข็งแรงขึ้น เก่งขึ้น มีครูในสหรัฐอเมริกา คิดวิธีเป็นรูปธรรมให้นักเรียนเข้าใจ โดยเอาของรูปร่างกลมๆ มาสองอย่าง คือไข่ กับ super ball (ลูกบอลที่เด้งดีมาก) เอามาให้นักเรียนดู แล้วถามว่าพวกเธอจะเป็นไข่ หรือเป็น super ball ว่าแล้วก็ปล่อยทั้งสองอย่างลงพื้น ซึ่งแน่นอนว่าไข่แตก แต่ super ball เด้งดี ครูถามซ้ำ “เธอจะเป็นอะไร” นักเรียนมักจะตอบไม่เต็มเสียง “super ball” ครูย้ำ พูดดังๆ “เราจะเป็น... super ball”

๕. ใช้ grit ให้เห็นผล และเพิ่มความตระหนักในคุณค่าของ grit ในสถานการณ์จริง เมื่อใดที่ครูเห็นนักเรียนกำลังใช้ความพยายามทำงานอยู่ ครูกล่าวชม “ครูดีใจมาก ที่เห็นเธอกำลังฝึก grit (อิทธิบาท ๔) อยู่” ยามนักเรียนกำลังอึดอัดขัดข้องในการทำงาน ครูพูดว่า “ไม่มีใครหรอก ที่ประสบความสำเร็จโดยไม่ต้องทำงานหนัก ไม่ต้องฟันฝ่า” อย่าพูดว่า “ไม่ทุกคนหรอกที่ประสบความสำเร็จ” หรือ “เรื่องนี้อาจไม่ใช่เรื่องที่เธอถนัด” จะเห็นว่าคำพูดของครูในสถานการณ์จริง มีความหมายมากในการบ่มเพาะหรือทำลาย grit

ครูพึงตระหนักว่า การบ่มเพาะ grit เป็นกิจกรรมระยะยาวให้ทำต่อเนื่อง อย่าใจร้อน โดยต้องทำตั้งแต่เป็นเด็กเล็ก หน้าที่หลักของครู ในการบ่มเพาะ grit ให้แก่ศิษย์ คือการร้องขอ ไม่ใช่การบอก หรือให้คำตอบ ครูต้องร้องขอสิ่งที่ยิ่งใหญ่ที่บรรลุนอกจากศิษย์ เป็นโจทย์ให้ศิษย์ฝึก grit โดยครูคอยให้กำลังใจ

เริ่มจากกิจกรรมที่ทำเสร็จในเวลาสั้นๆ เช่น ๒๐ นาที แล้วค่อยๆ ยาวขึ้นเป็นวันหลายวัน จนกระทั่งยาวเป็นปี เมื่อไรก็ตามที่นักเรียนท้อ ถือเป็นโอกาสทองของครูที่จะได้ฝึกทักษะการฟื้นความมุ่งมั่นซึ่งจะกล่าวในตอนต่อไป

ผมขอตีความจากประสบการณ์ของตนเองว่าการฝึกพัฒนา grit ให้แก่ศิษย์นั้นไม่มีทางทำได้หากใช้การเรียนแบบครูบอกให้นักเรียนจดจำ ต้องใช้รูปแบบการเรียนรู้แบบ active learning / activity-based learning / inquiry-based learning เท่านั้น จึงจะมีโอกาสให้นักเรียนฝึกพัฒนา grit ได้ และครูก็จะได้ฝึกพัฒนา grit ไปด้วยในตัว

เครื่องมือช่วย เมื่อ grit ตกต่ำ

นักวิจัยได้ทดลองและแนะนำวิธีฟื้นฟูการฝึก grit หลังจาก grit ตกต่ำ โดยการเชื่อมโยงคุณค่าและอัตลักษณ์ของ grit เข้ากับงาน เพื่อใส่พลังและความพยายามเพิ่มเข้าไป โดยวิธีการดังต่อไปนี้

- บอกนักเรียนให้พัก ๕ นาที ใช้ ๒ นาทีแรกให้นักเรียนยืดเส้น หายใจลึกๆ และทำกายบริหารเพื่อเปลี่ยนบรรยากาศและผ่อนคลาย และใช้เวลา ๓ นาทีหลังให้นักเรียนเขียนรายการคุณลักษณะส่วนตัวของตน ซึ่งอาจมีเป็นโหล การเขียนนี้จะช่วยเตือนสตินักเรียนว่าตนคือใคร ซึ่งจะเรียกความมุ่งมั่นกลับคืนมา
- เปลี่ยนเอกลักษณ์ของนักเรียนไปเป็น “ผู้เชี่ยวชาญระหว่างการฝึก” (expert-in-training) หรือเรียกว่าเป็น “ปราชญ์น้อย” (scholar) ซึ่งเป็นคำยกย่อง และชักจูงให้นักเรียนอดทน เมื่อประกอบกับคำพูดเชียร์ให้เดินหน้าต่อ นักเรียนจะลุกขึ้นสู้
- ใช้โปสเตอร์ปลุกใจ เช่น “ทำงานหนัก เพื่อความสำเร็จข้างหน้า” (Working Harder Gets You Smarter)
- ใช้เครื่องมือ ๓ ชั้น

เครื่องมือ 3 ชั้น

ชั้นที่ ๑ : ฟัง

บอกนักเรียนว่าเมื่อจะทำงานสำคัญ ให้เริ่มจากฟังเสียงจากภายในตนก่อน ตรวจสอบหาชุดความคิดหยุดนิ่ง (fixed mindset) และเปลี่ยนไปเป็นชุดความคิดเจริญงอกงาม (growth mindset) เสีย บอกตัวเองว่าจะไม่หมกมุ่นอยู่กับอดีตหรือความผิดพลาด จะเรียนรู้และแก้ปัญหานี้ให้จงได้

ชั้นที่ ๒ : ฟังพลัง

ให้นักเรียนบอกตนเองว่าตนมีเป้าหมายอะไร เป้าหมายนั้นมีความสำคัญอย่างไร ต่อตัวเอง ที่จะต้องบรรลุให้ได้ จินตนาการถึงสภาพความสำเร็จ ความรู้สึกของ ตนเองเมื่อบรรลุความสำเร็จนั้น และแชร์ความรู้สึกนั้นต่อเพื่อนๆ ในชั้น

ชั้นที่ ๓ : เลือกอีก

เลือกข้างระหว่างเสียงในหัวว่า “ฉันไม่คิดว่าจะสามารถทำสิ่งนี้ได้” กับ “ฉันเคยทำ สิ่งที่ยากและไม่คิดว่าจะทำได้ให้บรรลุความสำเร็จมาแล้วมากมาย ฉันจะพยายามต่อ ฉันเชื่อว่าสามารถขอความช่วยเหลือได้ ในระหว่างทางหากประสบความล้มเหลว ฉันก็จะได้เรียนรู้ และหาทางแก้ไขจนบรรลุเป้าหมายให้จงได้”

ในภาคปฏิบัติ การดำเนินการเพื่อบรรลุเป้าหมายระยะยาวย่อมมีขึ้นมีลงในเรื่อง ความมุ่งมั่นเป็นธรรมดา ครูต้องมีเครื่องมือพื้นพลังของนักเรียน และหมั่นใช้อยู่เสมอ เช่น (๑) บอกนักเรียนให้ค้นหาคลิบในยูทูปที่สื่อสารคุณค่าของเป้าหมายที่กำลังดำเนินการ นำมาดูในชั้นและร่วมกันสะท้อนคิดเชิงคุณค่า (๒) ขอให้นักเรียนเตรียมใช้เวลา ๓๐ วินาที เสนอเป้าหมายที่ทำหายของตน และเพราะอะไรตนจึงต้องการบรรลุเป้าหมายนั้น (๓) ให้นักเรียนทำผังเส้นทางสู่เป้าหมายว่า เริ่มตรงไหนเวลานี้อยู่ตรงไหน ขั้นตอนต่อไปคืออะไร เพื่อการบรรลุเป้าหมายสุดท้าย (๔) ให้นักเรียนยืนขึ้น เดินไป ๑๐ วินาที ไปหาคู่ เพื่อแชร์เป้าหมาย อุปสรรคและวิธีเอาชนะอุปสรรคนั้น

กระบวนการเหล่านี้จะช่วยให้นักเรียนรู้สึกว่เป้าหมายของตนเป็นสิ่งจับต้องได้
แชร์ได้ และเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตของตน

เปลี่ยนวาทกรรม เปลี่ยนพฤติกรรม

เพื่อให้ตนเองมีความมุ่งมั่นในการหนุนให้ศิษย์ประสบความสำเร็จในระดับ “รู้จริง”
(mastery) ครูต้องเปลี่ยนวาทกรรมในหัวของตนจาก “เป็นหน้าที่ของพ่อแม่ที่จะ
สร้างแรงบันดาลใจให้ลูก ไม่ใช่หน้าที่ของครู” ไปสู่ “ฉันจะกระตุ้นความพยายาม
แรงจูงใจ และเจตคติสู่ความสำเร็จของศิษย์ ทักษะเหล่านี้ฝึกได้”

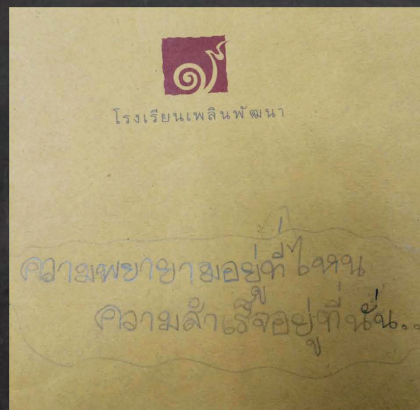
ใคร่ครวญสะท้อนคิด และตัดสินใจ

จะเห็นว่าการเปลี่ยนแปลงที่มีความหมายและยั่งยืนเริ่มที่ “กระຈก” คือครู
ต้องประเมินตนเองเป็นปฐม ผ่านการใคร่ครวญสะท้อนคิดว่ มีความท้าทายเรื่อง
ความสำเร็จและความมานะพยายามของนักเรียนในชั้นหรือไม่ แล้วจึงตัดสินใจ
เลือกเส้นทางว่ จะทำหน้าที่ “ครูเพื่อศิษย์” ที่เน้นการสร้างชุดความคิด และทักษะ
เพื่อบรรลุความสำเร็จระดับ mastery ให้แก่ศิษย์หรือไม่

เรื่องเล่าจากห้องเรียน



ครูที่สอนหน่วยวิชาภูมิปัญญาภาษาไทย ต้องเข้าถึงหัวใจของเรื่องที่จะสอน คือคุณค่าหลักของ “ความดี ความงาม และความจริง” ของเรื่องที่สอน ❤️



ผลงานของ แพร
ห้อง ๒/๓

นิทานเรื่องกระต่ายกับเต่า และข้อคิดจากนิทานเรื่องนี้ คือ บทเรียนในสัปดาห์แรกที่นักเรียน
ชั้น ๒ ได้พบตั้งแต่ต้นปีการศึกษา เพื่อการสร้างความเพียรพยายามในการเรียนรู้ให้แก่พวกเขา

นอกจากนิทานเรื่องนี้แล้ว คุณครูต้อง - นฤตยา ถาวรพรหม ครูผู้สอนหน่วยภูมิปัญญา
ภาษาไทย ยังได้นำเอาคุณค่าของความพยายามนี้ไปใส่ไว้ในดวงใจเล็กๆ ทุกดวง ด้วยการเปิด
คลิปวิดีโอเรื่องลูกหมีตัวหนึ่งที่พยายามปีนขึ้นไปบนภูเขาน้ำแข็งครั้งแล้วครั้งเล่าอย่างไม่ลดละ
จนกระทั่งความพยายามของมันสำเร็จ



ลูกหมีพยายามไต่เขา
ครั้งแล้วครั้งเล่า

แต่ถึงกระนั้นครูก็ต้องพบกับโจทย์ยาก... เมื่อการเรียนรู้ดำเนินมาถึงช่วงเวลาที่นักเรียน
ต้องทำโครงงาน ครูต้องบันทึกการเรียนรู้ในช่วงนี้เอาไว้ว่า

ห้องเรียนวิชาโครงงานถือเป็นโจทย์ยากสำหรับเด็กและตัวฉัน ผลจากการสำรวจเจตคติของ
นักเรียนพบว่านักเรียนร้อยละ ๑๔ มีความรู้สึกไม่อยากเรียน นักเรียนให้เหตุผลว่า เขาารู้สึกว่า
มันยาก ไม่สนุก การบ้านเยอะเกินไป ไม่อยากเขียนเยอะ และไม่อยากทำงาน เมื่อนักเรียนอ่านผลงาน
ของนักเรียนก็พบว่า ผลงานของพวกเขาสอดคล้องกับเหตุผลและความรู้สึกที่นักเรียนแสดงออก
นั่นคือ นักเรียนเขียนงานสั้นๆ ด้วยลายมือที่ไม่มีระเบียบ ข้อมูลที่มีอยู่ก็ไม่ครบถ้วน มีการเขียน
สะกดคำที่ผิดพลาดและตกหล่นอยู่เต็มไปหมด เมื่อครูให้นักเรียนกลับมาแก้ไขข้อผิดพลาด สีหน้า
ของนักเรียนก็จะแสดงออกถึงความไม่อยากทำให้เห็นอย่างชัดเจน หรือรีบทำให้เสร็จโดยไม่ได้
คำนึงว่าจะพัฒนาให้งานของตนเองดีขึ้นแต่อย่างใด

จากท่าทีที่แสดงออก ประกอบกับเหตุผลที่นักเรียนสะท้อนกลับมา และผลงานที่ครูตรวจพบนั้น
ทำให้ฉันกับคุณครูกีฟ - จิตตินันท์ มากผล ซึ่งเป็นครูคู่วิชาที่สอนในระดับชั้นเดียวกัน และคุณครู
ที่สอนในหน่วยวิชามานุษยกับโลก ที่ทำโครงการบูรณาการด้วยกัน ต้องกลับมานั่งจับเข่าคุยกัน
เพื่อปรับเปลี่ยนวิธีการจัดการเรียนการสอน ร่วมกันหากลวิธีพิชิตใจนักเรียน สร้างโจทย์ที่ท้าทาย
ความสามารถ เพื่อสร้างแรงจูงใจให้นักเรียนอยากทำมากขึ้น และโจทย์ที่สำคัญคือ ครูจะทำ
อย่างไรให้นักเรียนอยากทำ และเพียรพยายามที่จะทำอย่างต่อเนื่อง เพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเอง
จนประสบความสำเร็จได้

ก่อนการเริ่มต้นทำโครงการสังเคราะห์ต่อยอดของนักเรียนชั้น ๒ เพียงไม่กี่วัน ฉันได้รับบันทึกชุดสอนข้ามเพื่อศิษย์ขาดแคลน ที่กล่าวถึงการให้คำแนะนำย้อนกลับที่ทรงพลังแก่ผู้เรียน มาจากคุณครูใหม่ - วิมลศรี ศุภิลวรรณ ในบันทึกพูดถึงวิธีการที่ครูจะให้คำแนะนำย้อนกลับกับนักเรียน วิธีการที่ครูจะประเมินเพื่อพัฒนาการทำงานของนักเรียน ควบคู่ไปกับการประเมินตนเองของนักเรียน และการตั้งเป้าหมายเพื่อไปสู่การสร้างผลงานที่เป็นเลิศ ฉันลองนำวิธีการที่น่าสนใจไปพูดคุยแลกเปลี่ยนกับครูผู้สอนเพื่อทดลองใช้ในห้องเรียน โดยให้ความสำคัญกับจุดเริ่มต้นคือการสร้างเป้าหมายร่วมกันของครูและเด็ก เพื่อให้นักเรียนเห็นว่าชิ้นงานที่มีคุณภาพเป็นเลิศมีลักษณะอย่างไร ให้ผู้เรียนตั้งความคาดหวังว่าเรามีความสามารถจะไปถึงเส้นชัยได้ และหาวิธีการที่จะไปถึงเส้นชัยด้วยวิธีการที่เหมาะสม หน้าที่สำคัญของครูคือการสร้างความเชื่อมั่นว่านักเรียนทุกคนมีศักยภาพและสามารถทำได้

เป้าหมายในการทำงานครั้งนี้คือ ฉันต้องการให้นักเรียนรู้สึกท้าทาย สนใจและเกิดแรงบันดาลใจอยากที่จะทำโครงการด้วยแรงขับเคลื่อนตัวของตัวเอง ฉันจึงเริ่มสร้างแรงบันดาลใจด้วยการชักชวนให้เขามาทำหนังสือเล่มเล็ก ชวนคุยถึงรายละเอียดของหนังสือเล่มเล็กนั้นว่า ในหนังสือจะมีเพียงสี่หน้า คือ หน้าหนึ่ง หน้านี้เป็นรูปต้นไม้ที่เขาวาดขึ้นเอง ซึ่งจะต้องวาดให้เหมือนจริงมากที่สุด โดยที่ทุกคนจะต้องดึงเอาทักษะที่ได้เรียนรู้ไปจากหน่วยวิชามานุษยกับโลกมาใช้อย่างเต็มที่ หน้าที่สองคือ การเล่าเรื่องต้นไม้ด้วยบทกลอน ที่นักเรียนจะแต่งคำคล้องจองสนุกๆ เกี่ยวกับต้นไม้ของตนเอง ตามความสามารถของเขา ไม่ว่าจะคิดได้มากหรือน้อยก็ตาม แต่มีข้อแม้ว่านักเรียนจะต้องเขียนด้วยลายมือที่บรรจงมากที่สุด หน้าที่สาม คือ การเล่าเรื่องต้นไม้ที่ชื่นชอบด้วยการเขียนบรรยายเล่าเรื่อง ซึ่งเป็นทักษะที่นักเรียนฝึกฝนจนเชี่ยวชาญในคาบเรียนภูมิปัญญาภาษาไทยอยู่แล้ว หน้าี่สี่เป็นหน้าสุดท้าย ให้ชื่อว่า ตามใจฉัน คือนักเรียนสามารถออกแบบว่าอยากนำเสนอเรื่องต้นไม้ของตนเองอย่างไรก็ได้ เช่น เกม ลายไทย แต่งนิทาน เป็นต้น

จากข้อมูลเดิมที่ครูพบคือ มีนักเรียนจำนวนหนึ่งที่มีความรู้สึกไม่อยากเขียน ไม่อยากทำงาน รู้สึกว่ายาก ท้อแท้ใจและคิดว่าตนเองทำไม่ได้ ครูจึงคาดการณ์ว่าหากครูเดินเข้าไปในห้องเรียนแล้วบอกว่าจะให้นักเรียนเขียน ให้แต่งกลอนโดยที่นักเรียนยังไม่เกิดแรงบันดาลใจ นักเรียนคงรู้สึกไม่อยากทำแน่ๆ ดังนั้นครูจึงเปลี่ยนวิธีเพื่อสร้างแรงบันดาลใจใหม่ ด้วยการบอกกับนักเรียนว่า “ครูอยากชวนเด็กๆ มาเป็นนักเขียน เขียนหนังสือที่มีอยู่เพียงเล่มเดียวและไม่เหมือนใคร อยากให้เด็กๆ เล่าเรื่องต้นไม้ที่ตนเองปลูกให้คนที่อ่านหนังสือเรื่องนี้มีความสุขที่ได้หยิบหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาอ่าน เด็กๆ คิดว่าคนอ่านน่าจะอยากรู้อะไร หรืออยากอ่านอะไรเกี่ยวกับต้นไม้ของเราบ้างคะ” สีหน้าของพวกเขาดูตื่นเต้นมากที่ตนเองกำลังจะได้กลายมาเป็นนักเขียน ทุกคนพยายามนึกว่าคนอ่านน่าจะอยากอ่านอะไรในหนังสือ คำตอบจากเด็กๆ เช่น “ความสวยงามของต้นไม้” “จุดเด่นและความพิเศษที่ไม่เหมือนใคร” “ประโยชน์ของต้นไม้” ฯลฯ ความคิดสร้างสรรค์มากมาย

ก่อเกิดขึ้น แต่ละคนเริ่มวางแผนว่าตนเองอยากเล่าอะไรให้คนอื่นฟัง แล้วลงมือเขียนเล่าเรื่องจากไอเดียความคิดที่เขามีอยู่ ฉันมองเห็นความสนุกจากเด็กๆ ที่มักจะคอยถามว่า “ถ้าเขียนเรื่องนี้คนอื่นจะชอบไหมนะ” “ผมใส่ลูกตลกลงไปด้วยนะครับ” นักเรียนในห้องนำพลัมาจากไหนก็ไม่ว่าเพื่อที่จะเขียน เขาเขียนด้วยความรู้สึกว่าคุณอ่านต้องชอบเรื่องที่เขาเขียนแน่ๆ ไม่มีนักเรียนคนใดถามว่า “ต้องเขียนกี่บรรทัด” แต่คำถามนั้นเปลี่ยนเป็น “คิดว่าสนุกพอหรือยังครับ” ฉันบอกเด็กๆ ไปด้วยว่า “ครูไม่แน่ใจเหมือนกันว่าเด็กๆ จะเขียนสนุกพอหรือยัง แต่ครูมีวิธีการที่จะรู้ว่าการงานของเพื่อนๆ ดีพอหรือยัง” วิธีที่ง่ายก็คือ “ลองอ่านให้เพื่อนทุกคนฟังแล้วช่วยกันบอกดีไหมว่าการงานของเราสนุกหรือยัง” นักเรียนออกมาอ่านให้เพื่อนฟัง เพื่อนๆ ตั้งใจฟังและแสดงความรู้สึกอย่างตั้งใจว่าการงานที่ฟังรู้สึกสนุกหรือยัง พร้อมทั้งให้คำแนะนำเพิ่มเติม บางคนเขียนได้ดีมากจนเพื่อนขอว่าวิธีการเล่าเรื่องไปใช้ในงานเขียนของตนเองบ้าง ฉันที่ยืนสังเกตชั้นเรียนอยู่ ชวนนักเรียนคอยสังเกตจุดเด่นในงานของเพื่อนๆ ที่ออกมานำเสนอเรื่องเล่าของแต่ละคน นักเรียนเริ่มมีสายตาที่มองได้อย่างละเอียด เขาบอกได้ว่างานของเพื่อนแต่ละคนนั้นต่างกันอย่างไร เช่น “เพื่อนคนนี้เขียนเหมือนกับว่ากำลังคุยเรื่องต้นไม้ให้เราฟังอยู่เพราะภาษาที่ใช้เหมือนคุยกับเพื่อน ส่วนเพื่อนอีกคนจะแตกต่างกันคือมีวิธีเขียนที่เหมือนเราอ่านในหนังสือเลย เพื่อนคนที่สามเขียนเรื่องเล่ามาสั้นๆ แต่เลือกเขียนเรื่องเด่นๆ ทำให้น่าสนใจ” เสียงนักเรียนคนหนึ่งถามว่า “แล้วควรเขียนแบบไหนถึงจะดี” นักเรียนหญิงคนหนึ่งแสดงความคิดเห็นว่า “หนูคิดว่าทุกอันดีหมด แล้วแต่เราชอบหรือถนัดเขียนแบบไหน” การนำเสนอผลงานเป็นที่ชื่นชอบและสนใจของนักเรียนทุกคนในห้อง คนเขียนอยากอ่านให้เพื่อนฟัง ส่วนคนฟังก็อยากรู้ว่าเพื่อนแต่ละคนเขียนอะไรมานำเสนอ นักเรียนรู้สึกสนุกที่ได้ถกเถียงกัน ครูอย่างฉันก็ตื่นเต้นมากที่เห็นว่านักเรียนกำลังทำสิ่งที่ฉันไม่เคยเห็นได้ชัดเจนเท่านี้มาก่อนคือ การที่เขาพร้อมเรียนไปด้วยกันทั้งชั้นจนเวลาหมดลง นักเรียนลงความเห็นว่าอยากฟังงานของเพื่อนให้ครบทุกคนเลย คนที่เขียนไม่เสร็จก็จะตั้งใจเขียนจนเสร็จและจะออกมาอ่านให้เพื่อนฟังก่อนจะเขียนลงไปหนังสือให้ได้ ช่วงพักกลางวัน เด็กๆ นั่งเขียนเล่าเรื่องต้นไม้ของตนเองกันต่อ เมื่อถึงเวลาที่ได้เจอกันในคาบโครงงานอีกครั้ง นักเรียนยังคงยืนยันว่าอยากที่จะฟังงานของเพื่อนให้ครบทุกคน ครูจึงเปิดพื้นที่ให้นักเรียนได้นำเสนองานเขียนของตนเอง โดยมีเพื่อนๆ รอฟังกันอย่างใจจดใจจ่ออีกครั้ง

จากวันที่นำพานักเรียนให้เห็นเป้าหมายการสร้างผลงานของตนเอง จนถึง การเริ่มต้นการทำงานของเขา ฉันได้นำวิธีการสังเกตชั้นเรียนประเมินเพื่อพัฒนาการทำงาน of นักเรียนด้วยการใช้หลัก SEA (strategy, effort และ attitude) และพยายามจัดจังหวะให้นักเรียนได้รับคำแนะนำจากแหล่งใดแหล่งหนึ่งใน ๔ แหล่ง คือ จากเพื่อนนักเรียนด้วยกัน จากกิจกรรมที่ทำ จากการใคร่ครวญสะท้อนคิด และจากครู ตลอดช่วงเวลาที่ลงมือทำงาน เพื่อเป็นการชื่นชมให้กำลังใจ หรือให้คำแนะนำต่อประเด็นใดประเด็นหนึ่งของ SEA ที่เป็นการเสริมพลังในการพัฒนาความยากลำบาก

ในการให้คำแนะนำป้อนกลับเชิงคุณภาพ ที่มาจากคำแนะนำของครูเป็นผู้สะท้อนการสร้างผลงาน คำแนะนำจากเพื่อนนักเรียนด้วยกัน และจากการสะท้อนการเรียนรู้ของตัวนักเรียนเองนั้น ฉันทึ่งที่นักเรียนสนใจที่จะฟังว่าครูและเพื่อนมีมุมมองอย่างไรต่องานของเขา เขาชอบที่จะฟังว่าเพื่อนคิดอย่างไร หรือครูจะบอกว่างานของเขามีจุดเด่นอย่างไร ต่างจากเพื่อนคนอื่นตรงไหน เขายินดีที่จะกลับไปพัฒนางานของตนเองเมื่อได้รับคำแนะนำจากเพื่อน ซึ่งคำพูดจากเพื่อนส่วนใหญ่ล้วนแล้วแต่เป็นคำพูดแนะนำเชิงการให้กำลังใจ และนำเสนอวิธีการปรับปรุงผลงานจากการสังเกตงานเพื่อนที่ออกมาแนะนำจริง ๆ ยกตัวอย่าง เช่น “หนูคิดว่าเรื่องนี้ถ้าเพื่อนตัดคำว่า “และ” ที่มีจำนวนมากออกไป จะทำให้คนฟังเข้าใจง่ายขึ้น แต่ก็ขอชมว่าเพื่อนเขียนได้ดีขึ้นมากจากครั้งก่อนค่ะ” “หนูคิดว่าเพื่อนพยายามมากๆ จากปีที่แล้ว ที่เขียนได้น้อยมาก แต่ตอนนี้เพื่อนเขียนได้ตัวเล็กลงและเขียนสวยขึ้นด้วย” วิธีการที่นักเรียนจะมองเห็นจุดเด่นในงานของเพื่อนได้ดีและสะท้อนได้อย่างตรงประเด็นนั้น จุดสำคัญคือการที่ครูต้องฝึกการสังเกตข้อดีในงานของเด็กๆ ทุกคนแล้วหมั่นสะท้อนข้อดีและจุดเด่นของนักเรียนแต่ละคนอย่างสม่ำเสมอ ชวนนักเรียนสังเกตและตั้งคำถามในผลงานของตนเองและเพื่อน ชวนนักเรียนให้มองเห็นความสำคัญของความเพียรพยายามของนักเรียนแต่ละคน ว่าเพื่อนทุกคนรวมทั้งตัวเราสามารถพัฒนาตนเองได้โดยที่เราทุกคนในห้องต้องช่วยกันมองหา

นอกจากนี้วิธีการให้คำแนะนำป้อนกลับกับนักเรียนแบบ 3M (milestone, mission และ method) ก็เป็นวิธีการแนะนำป้อนกลับที่ฉันเห็นว่าใช้ได้ผลกับนักเรียน ที่จะทำให้เขาค่อยๆ เดินไปสู่ความสำเร็จได้ด้วยตัวเอง โดยการฝึกให้นักเรียนเป็นผู้ตรวจสอบเป้าหมายของตนเองเป็นระยะๆ มองหาความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากการทำงานของตนเอง และหาวิธีที่จะปรับปรุงผลงานของตนเองให้ดียิ่งขึ้นต่อไป

ในขั้นตอนการทำหนังสือของนักเรียน ครูนำพาเด็กๆ ให้ร่วมกันมองและตั้งเป้าหมายก่อนการทำงานว่า นักเรียนอยากเห็นหนังสือต้นไม้ของตนเองเป็นอย่างไรบ้าง ครูได้คำตอบจากนักเรียนว่า “ภาพสวยงาม” “ตัวหนังสือสวย เขียนตรงๆ ไม่โย้เย้” “ฉันก็เอาไม้บรรทัดมาขีดเส้นก่อนเขียนดีไหม” “ใช่ไม้บรรทัดขีดเส้นแต่ขีดบางๆ นะ คนอ่านจะได้มองไม่เห็นเส้น” “หนังสือของเราต้องสะอาดไม่เลอะเทอะ” “ต้องตกแต่งระบายสีให้สวยๆ” ครูเขียนเป้าหมายที่ทุกคนร่วมกันคิดว่าที่กระดานเพื่อให้นักเรียนเห็นภาพปลายทางที่จะเกิดขึ้น หลังจากนั้นนักเรียนก็เริ่มทำงานของตนเอง ภาพของชั้นเรียนขณะที่นักเรียนทำงาน เป็นภาพที่ดูจริงจัง พวกเขาขะมักเขม้นกับการคัดตัวหนังสือให้สวยที่สุดเท่าที่จะทำได้ ขณะเดียวกันก็ต้องตรวจสอบว่าเขาเขียนถูกต้องหรือยัง บางคนอ่านสิ่งที่ตัวเองเขียนแล้วไม่ถูกใจ จะขอเขียนเพิ่มเติม ในขณะที่บางกลุ่มเริ่มต้นด้วยการวาดภาพ อยากจะวาดภาพให้เหมือนจริงที่สุด เขาพยายามหาแบบที่

ถูกใจ โดยการค้นหาข้อมูลที่มีจากการบ้านเชิงโครงการ จากภาพที่เตรียมมาจากที่บ้าน และจาก สมุดวิชามานุษยกับโลก เขานำรายละเอียดจากแหล่งข้อมูลต่างๆ มารวมกันแล้วค่อยๆ วาดภาพ ของตัวเองออกมา จนเกิดเป็นภาพที่มีรายละเอียดสวยงาม

หลังการทำงานทุกๆ ครั้ง นักเรียนและครูจะนำผลงานมารวมกันแล้วนั่งล้อมวง เพื่อให้หนึ่งเรียน ได้ใคร่ครวญประเมินตนเอง สะท้อนความรู้สึกและสิ่งที่ได้เรียนรู้ระหว่างการทำงาน นักเรียนจะ พิจารณาผลงานของตนเองและผลงานของเพื่อนๆ ทุกคนไปพร้อมกัน ทำให้ทุกคนได้เห็นภาพรวม ของผลงานในห้องเรียน และมองเห็นผลงานของตนเองที่รวมอยู่กับเพื่อน ในวงสนทนานักเรียน จะสะท้อนความรู้สึกของตนเอง ข้อค้นพบของตนเองที่อยากบอกเพื่อน หรืออาจเป็นปัญหาที่ พบเจอแล้วอยากเล่าให้เพื่อนๆ ฟัง นักเรียนจะเดินดูงานของเพื่อนแต่ละคน ร่วมกันสะท้อนและ ชื่นชมถึงผลงานที่ชื่นชอบประทับใจ ผลงานที่เพื่อนๆ สนใจจะได้แชร์การทำงานของตนเองให้ เพื่อนๆ ได้รู้เทคนิควิธีการทำงานอย่างมีคุณภาพ ข้อค้นพบระหว่างการทำงาน ความรู้สึกที่เกิดขึ้น ขณะทำงาน เป็นต้น ฉะนั้นสังเกตว่านอกจากนักเรียนจะเลือกผลงานที่โดดเด่นสวยงามในแต่ละ ครั้งแล้ว นักเรียนมักจะเลือกผลงานที่พัฒนาจากงานครั้งก่อนขึ้นมาชื่นชม เช่น ผลงานของเพื่อน คนหนึ่งที่แต่เดิมนั้นเขียนด้วยลายมือโย่โย่ ตัวหนังสือขนาดเล็ก - ใหญ่ไม่สม่ำเสมอ แต่เมื่อเพื่อน สะท้อนให้ฟังในครั้งก่อนเขาจึงนำไปปรับปรุงมาใหม่เขียนด้วยลายมือบรรจงเป็นระเบียบ อีกทั้ง เพื่อนในชั้นเรียนยังคงเกาะติดพัฒนาการเขียนของเขาอยู่ คอยมองและชื่นชมเขา ยิ่งทำให้เขา อยากฝึกฝนการเขียนของตนเองให้ดีขึ้น หลังจากแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็นกันแล้วครูจะชวน นักเรียนขบคิดเพื่อตั้งเป้าหมายว่าในครั้งต่อไปนักเรียนอยากจะทำฝึกฝนตนเองในเรื่องใดเพื่อพัฒนา ผลงานของตนเองให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

นักเรียนชื่นชอบและสนใจการสะท้อนวิธีทำงานและการมองผลงานของเพื่อนๆ มาก เขาสะท้อนว่า การดูผลงานทำให้เขาได้เห็นตัวเอง ได้เห็นเพื่อน และได้พัฒนาฝีมือตัวเองจาก คำแนะนำของเพื่อนๆ การชื่นชมและแนะนำของเพื่อนกับครูทำให้เขาเกิดความมั่นใจว่าเขา สามารถทำได้ ถ้าเป็นไปได้เขาอยากไปดูผลงานของเพื่อนห้องอื่นๆ อีก จากวงสะท้อนวงเล็กๆ จึงกลายเป็นวงสะท้อนวงใหญ่ของทั้งระดับชั้น ที่สร้างพลังการเรียนรู้ที่เกิดจากการมองและสะท้อน คิดจากการได้ชมผลงานของเพื่อนต่างห้อง ในวันสุดท้ายที่ผลงานของนักเรียนเสร็จสมบูรณ์ นักเรียนนั่งล้อมวงกันแล้วมองผลงานของเพื่อนทุกๆ คน ฉะนั้นถามนักเรียนว่า “เมื่อเห็นผลงาน ของเพื่อนทุกคนแล้วเด็กๆ อยากบอกอะไร” คำตอบของนักเรียนคือ “ภูมิใจมาก” “ไม่อยากจะ เชื่อว่าตัวเองจะทำได้” “เพื่อนทุกคนเก่งมาก” “ประทับใจ” “มันสวยมาก” “ยอดเยี่ยม” “มันว่า จริงๆ” ฯลฯ

ภาพห้องเรียนที่เกิดขึ้นตรงหน้าทำให้ฉันได้เรียนรู้ว่า เมื่อครูนำพาให้นักเรียนเห็นเป้าหมายของการเรียนรู้ที่ชัดเจน นักเรียนจะเกิดแรงบันดาลใจอยากจะทำลงมือทำ มีความมั่นใจว่าตนเองสามารถทำได้ เขาจะมองข้ามปัญหาอุปสรรคเรื่องความไม่ถนัดเขียน ไปสู่เป้าหมายของความสนุกสนานในโลกของการใช้ภาษาเล่าเรื่องราวต่างๆ ซึ่งเป็นเป้าหมายที่สำคัญที่จะนำพาให้นักเรียน พัฒนาศักยภาพภายในของเขา ไม่ว่าเขาจะเป็นคนที่เขียนเก่งหรือไม่ก็ตาม เดิมในห้องเรียนนี้มีเด็กที่เขียนหนังสือไม่คล่องอยู่ประมาณ ๒ - ๓ คน ฉันสังเกตว่านักเรียนกลุ่มนี้มีพัฒนาวิธีการทำงานของตัวเองที่น่าสนใจ โดยการเขียนเรื่องต้นไม้จากความรู้จักของตนเองก่อน นั่นคือการได้ข้อมูลที่จะเขียนจากการไปสังเกตของจริง จากนั้นเขาจึงเรียบเรียงโดยเลือกใช้ภาษาต่างๆ ที่ตนเองรู้จักแล้วคอยปรึกษาเพื่อนๆ เป็นระยะว่า “ฉันจะเขียนเรียบเรียงแบบนี้ดีไหม” และพยายามเขียนสะกดคำด้วยตนเองทั้งหมด

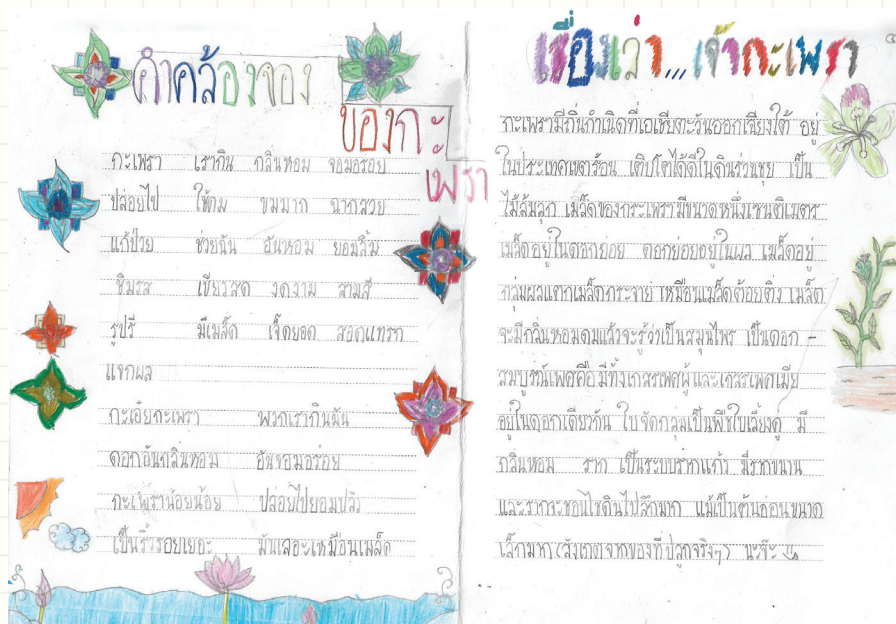


เมื่อนักเรียนกลุ่มนี้ออกมานำเสนอหน้าชั้นเรียนแล้วได้รับเสียงชื่นชมจากเพื่อนในห้องเรียน และครู ถึงความเพียรพยายามในการฝึกฝนตนเอง ส่งผลให้นักเรียนมีความรักและอยากที่จะพัฒนาการเขียนของตนเองให้ดียิ่งขึ้น ฉะนั้นพบว่าสิ่งสำคัญที่ทำให้ชั้นเรียนขับเคลื่อนไปด้วยกันได้ก็คือ การแลกเปลี่ยนและแบ่งปันความคิดเห็นที่สร้างให้นักเรียนทุกคนตั้งใจมองผลงานของตนเองอย่างใคร่ครวญ แล้วนำเสนอสิ่งที่ตนเองค้นพบ ห้องเรียนจึงเป็นห้องที่ทุกคนตั้งใจฟังเพื่อน ในขณะเดียวกันก็มีการถกเถียงเพื่อแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน และมีการแสดงความชื่นชมยินดี ในงานที่มีคุณภาพ ที่ทำให้นักเรียนทุกคนเกิดการเรียนรู้และพัฒนาไปด้วยกัน

ตัวอย่างผลงานการสะท้อนตนเองของนักเรียน

“ความสุขที่หนูได้พบระหว่างการทำงานคือช่วงที่หนูได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนๆ ในห้องเรียน เพราะจะทำให้เราได้ความรู้ นำไปปรับใช้กับตนเอง เพื่อให้งานของหนูดียิ่งขึ้นต่อไปเรื่อยๆ และอีกเหตุผลหนึ่ง เพราะการแลกเปลี่ยนทำให้หนูได้เรียนรู้ว่า เพื่อนๆ ก็มีความสุขในการแลกเปลี่ยน เหมือนกับหนูเช่นกัน”

เพลินใจ



เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงเพลินใจ สุขหิน

“ครั้งแรกผมได้ทำหน้าปก ตอนแรกนั้นผมยังทำงานไม่เสร็จ ในครั้งที่สองผมพยายาม
และมีความสุขที่ได้ระบายสีหน้าปกอย่างเต็มที่ ผมเพียรพยายามที่จะเขียนให้สวยที่สุด และ
เอาสิ่งที่ได้เรียนทั้งหมดมาใช้ ผมอยากพัฒนาเรื่องการเขียนให้สวยงามขึ้น เพราะมีเพื่อนๆ
หลายคนแนะนำผมในเรื่องนี้”

ธีร์



เจ้าของผลงาน : เด็กชายธีรกานต์ วีระ

“หนูพยายามเขียนคำคล้องจองของต้นไม้ให้มากที่สุด มันรู้สึกสนุกเหมือนกับเรากำลังเล่นทายคำที่มีสระและตัวสะกดเหมือนกันอยู่เลยคะ”

โอว่า



เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงพิชานันท์ โกศลสัมพันธ์

“ความสุขของหนูเกิดขึ้นในตอนที่หนูได้เริ่มต้นทำงานอย่างสงบ หนูเพียรพยายามที่จะเขียนให้เยอะขึ้น เพราะเมื่อก่อนหนูเขียนได้น้อยมาก หนูรู้สึกว่าตัวเองขยันมากขึ้น”

ต้นตาล



เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงพิมพ์พิชชา บริบูรณ์ประเสริฐ

“ผมมีความสุขที่จะทำงานทุกๆ หน้า เพราะเวลาทำงานผมรู้สึกเพลิดเพลิน การทำงานครั้งนี้ผมได้เรียนรู้เรื่องการเขียนให้คนอ่านเกิดความเข้าใจ เราจะต้องพยายามเขียนงานที่บ่งบอกถึงความเป็นตัวเราให้มากที่สุด”

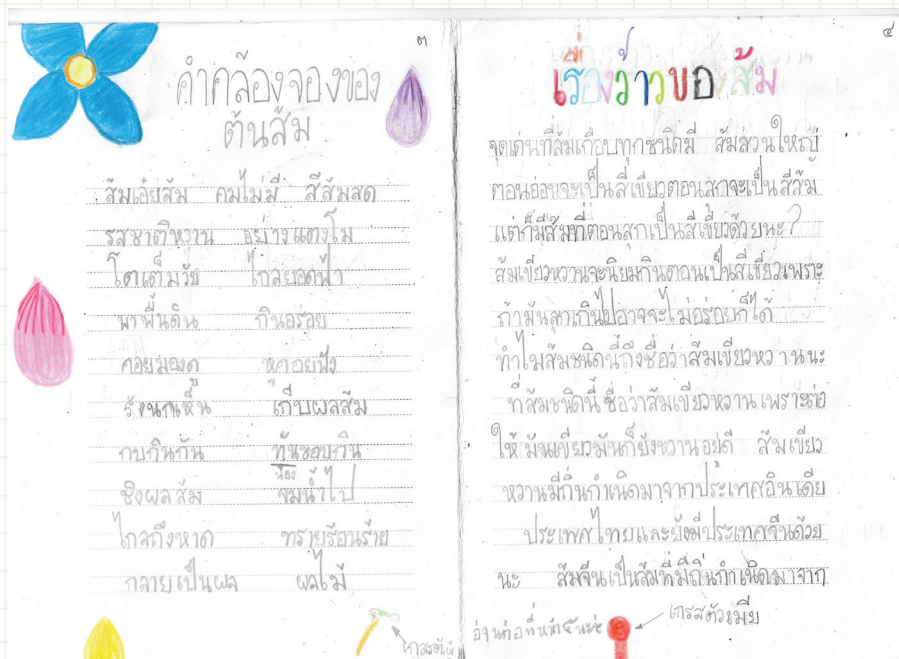
คืน



เจ้าของผลงาน : เด็กชายเปณรักษ์ หงส์รัตน์

“ตอนที่คุณครูให้เพื่อนๆ ดูผลงานแล้วสะท้อนว่าชิ้นชอบงานของใคร มีเพื่อนในห้องและต่างห้องบอกว่างานของฉันสวย ช่วงเวลานั้นเป็นช่วงเวลาดีๆ ที่ฉันมีความสุขมากเลยคะ”

ชีณ



เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงอภิญา กานตานนท์

“ผมรู้สึกมีความสุขที่ได้วาดรูปต้นกาหลงของผม ผมพยายามวาดส่วนดอกมากที่สุด เพราะผมรู้สึกว่ามันวาดยากมาก ผมวาดออกมาแล้วมันไม่เหมือนจริงเลย ผมจึงพยายามที่จะค่อยๆ มองดอกและลายเส้นที่เป็นลวดลายอยู่ในดอก จากนั้นผมจึงค่อยๆ วาดออกมา เมื่อวาดเสร็จผมรู้สึกภูมิใจมาก เพราะดอกกาหลงที่ผมวาดเหมือนจริงแล้ว”

ภู



เจ้าของผลงาน : เด็กชายภูวัน ชัยอดิศักดิ์โสภา



เจ้าของผลงาน : นักเรียนชั้น ๒ โรงเรียนเพลินพัฒนา ปีการศึกษา ๒๕๖๒

ภาค
๓

ชุดความคิดว่าด้วยความคิดเชิงบวก
(positivity mindset)

บทที่ ๘ วิทยาการเรียนรู้บอกข่าวดีจากบรรยาภาเชิงบวก

บทที่ ๙ กระตุ้นความหวังและการมองโลกในแง่ดี

บทที่ ๑๐ สร้างเจตคติเชิงบวก

บทที่ ๑๑ เปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์



วิทยาการเรียนรู้ บอกข่าวดีจากบรรยากาศเชิงบวก

บันทึกนี้เป็นบันทึกแรกใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดบวก (positivity mindset)

ตีความจาก Part Three : Why the Positivity Mindset?

บันทึกที่ ๘ นี้ว่าด้วยทฤษฎีเกี่ยวกับผลกระทบของบรรยากาศเชิงบวกต่อผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักเรียน ว่ามีกลไกทางสมองอย่างไร ส่วนในบันทึกที่ ๙ - ๑๑ จะเป็นเรื่องการประยุกต์ทฤษฎีสู่ภาคปฏิบัติ อ่านรายละเอียดจากผลงานวิจัยเหล่านี้แล้ว ผมสรุปกับตนเองว่านี่คือหลักฐานบอกว่าสมองมนุษย์มีความสามารถฟื้นตัว (brain plasticity) ได้เก่งมาก โดยเฉพาะสมองของเด็ก

ความรู้เหล่านี้บอกเราว่า การดำเนินการที่ถูกต้อง เอาใจใส่ และมีใจเมตตาของครู มีคุณค่าต่อชีวิตของเด็กนักเรียนขาดแคลนอย่างยิ่ง หรือกล่าวใหม่ว่ายิ่งเด็กขาดแคลนอ่อนแอมากเพียงใดก็เป็นโอกาสของครูที่จะจัดการเรียนรู้ให้เกิดคุณค่าต่อชีวิตของศิษย์ได้มากเพียงนั้น โดยที่การเรียนรู้ที่เป็นหัวใจคือการปลูกฝังเจตคติหรือชุดความคิด (รวม ๗ ชุดหลัก) ที่จะติดตัวเด็กก่อคุณค่าไปตลอดชีวิต

จุดเริ่มต้นคือ ชุดความคิดบวกของครูที่ยึดเอาผลประโยชน์ของศิษย์เป็นตัวตั้งหาวิธีดำเนินการหลากหลายมิติเพื่อปลูกฝังความแข็งแรง และความดีงามในตัวศิษย์ โดยครูต้องไม่ดูตาย ไม่แก้ตัว ที่จะไม่จัดการเพื่อแก้ปัญหาความอ่อนแอขาดแคลนที่นักเรียนมีติดตัวมาจากบ้าน

ถึงตอนนี้ผมอดเอียง Eric Jensen ผู้เขียนหนังสือเล่มนี้ไม่ได้ว่านักเรียนที่ติดลบมาจากบ้าน ไม่ได้มีเฉพาะที่ติดลบเพราะความขาดแคลน และความเลวร้ายของชีวิตทางสังคมที่บ้านและชุมชนโดยรอบเท่านั้น ยังมีนักเรียนติดลบมาจากบ้านที่ร่ำรวยหรือเศรษฐฐานะดี แต่ติดลบด้านการมองโลกแง่ดี การมีชุดความคิดหยุดนิ่ง (fixed mindset) หรือด้านความเห็นแก่ตัวที่พ่อแม่ทำตัวเป็นแบบอย่าง เป็นต้น

เมื่อครูมีชุดความคิดบวก มันจะช่วยหนุนความเอาใจใส่ความรู้สึกรักของนักเรียน (empathy) เสียงในหัวของครูที่มีชุดความคิดบวกคือ “ฉันเป็นผู้มองโลกแง่ดีและเป็นพันธมิตรของเด็ก ที่ทั้งชอบคุณเด็กและพร้อมที่จะช่วยเด็กให้สร้างเป้าหมายชีวิตที่ดีในอนาคต” และ “ฉันรักความเป็นครู แม้ชีวิตครูไม่ใช่ชีวิตที่ดีพร้อม แต่ฉันก็ใช้พลังบวกทุกวันเพื่อสนองความต้องการของศิษย์”

ข้อมูลหลักฐาน

พฤติกรรมของนักเรียนพัฒนาขึ้นที่บ้าน มีหลักฐานบอกว่าเด็กจากครอบครัวยากจนขาดแคลนได้รับความเครียดแบบทันทีทันใด (acute stress) และบาดแผลทางใจ (trauma) มากกว่าเด็กทั่วไป ความรู้นี้บอกครูว่าพฤติกรรมก้าวร้าว หรือไม่เหมาะสมของเด็กที่โรงเรียนอาจมีจุดกำเนิดที่บ้าน ซึ่งอยู่นอกการควบคุมของครู ครูพึงเข้าใจแหล่งกำเนิดความเครียดของนักเรียน ต่อไปนี้

- ประวัติชีวิตของแม่ยากจน มีผลต่อพฤติกรรมของเด็กในห้องเรียน ในสหรัฐอเมริกา แม่ที่เป็นคนดำ อยู่ในชุมชนคนยากจน อาจมีประสบการณ์ในบรรยากาศการคุกคามทางเพศ ส่งผลให้มีพื้นฐานจิตใจที่เครียดเรื้อรัง (chronic stress) หดหู่ (depressed) อยากฆ่าตัวตาย หรือหลีกเลี่ยงสังคม มองกลับมาที่สังคมไทย เวลานี้มีเด็กกว่าครึ่งที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ อาจอยู่ในสภาพแม่หรือพ่อเลี้ยงเดี่ยว หรือไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ เพราะพ่อแม่แยกกัน เอาลูกไปฝากปู่ย่า หรือตายาย ช่วยเลี้ยง หรือพ่อแม่เข้าเมืองไปหางานทำ ทั้งลูกไว้กับปู่ย่า หรือตายาย หรือญาติเด็กเหล่านี้อยู่ในสภาพจิตใจที่ติดลบทั้งสิ้น

- คนอพยพเข้าเมือง มักมีประสบการณ์ถูกกดขี่ ช่มเหิง รังแก ฉกฉวยผลประโยชน์ รวมทั้งหวาดกลัวว่าจะถูกขับไล่ ปัญหาคล้ายคลึงกันเกิดกับคนไร้รัฐ พลัดพรากจากพ่อแม่ และยากจนสุดๆ คนเหล่านี้มีบาดแผลทางใจจากความหวาดกลัว ความหดหู่ ความว่าเหว ความเศร้า และความเครียดเรื้อรัง ครูมีโอกาสช่วยสร้างทักษะการกำกับตนเองเชิงบวกในห้องเรียน ช่วยพัฒนาทั้งคุณลักษณะส่วนตัวและผลลัพธ์การเรียนรู้

- การเหยียดผิว เหยียดชนชั้น สร้างความเครียดให้แก่เด็ก ทำให้เด็กมีปมด้อย และมีความเครียดเรื้อรัง รวมทั้งมีผลต่อสุขภาพด้วย

สภาพเหล่านี้ทำให้นักเรียนมาโรงเรียนพร้อมกับชุดความคิดเชิงลบ และอาจถูกครูตราหน้าว่าเป็นเด็กเลว ทั้งๆ ที่เด็กเลือกเกิดไม่ได้ เลือกดีเอ็นเอ พ่อแม่ ชุมชน และวัฒนธรรมแวดล้อมไม่ได้ แต่ครูช่วยให้ศิษย์พัฒนาชุดความคิดบวก และพัฒนาตนเองสู่ออนาคตที่ดีได้

ผลกระทบของการดำเนินการเชิงบวกต่อความสำเร็จของนักเรียน

มีงานวิจัยในสหรัฐอเมริกา ทำโดยเอาเครื่องบันทึกเสียงไปไว้ที่บ้านของคนฐานะดี ฐานะปานกลาง และฐานะยากจนจำนวนหนึ่ง แล้วรายงานผลการวิจัยในปีค.ศ. 2006 พบว่าสัดส่วนของถ้อยคำเชิงบวกต่อถ้อยคำเชิงลบ แตกต่างกันอย่างน่าตกใจ คือในครอบครัวฐานะดี ถ้อยคำเชิงบวก : ถ้อยคำเชิงลบ เท่ากับ ๖ : ๑ ตัวเลขนี้ในครอบครัวฐานะปานกลางเท่ากับ ๒ : ๑ แต่ในครอบครัวยากจนเท่ากับ ๑ : ๒ สะท้อนภาพติดลบของนักเรียนจากครอบครัวยากจน

มีผลงานวิจัยบอกว่าอารมณ์บวกมีผลต่อความยืดหยุ่นในการเรียนรู้ และต่อความมานะพยายาม จึงเป็นหน้าที่ของครูที่จะต้องสร้างบรรยากาศเชิงบวกในชั้นเรียน และสร้างอารมณ์บวกในนักเรียน โดยมีผลงานวิจัยบอกว่าอารมณ์บวกช่วยขยายหรือเพิ่มแนวทางการแสดงออกเชิงพฤติกรรม และช่วยพัฒนาปัญญาญาณ (intuition) และความริเริ่มสร้างสรรค์ (creativity)

ความแตกต่างของผลกระทบ ในห้องเรียนที่มีบรรยากาศเชิงบวก กับห้องเรียนที่มีบรรยากาศเชิงลบ แสดงในตารางข้างล่าง

บรรยากาศเชิงบวกสูง	บรรยากาศเชิงบวกต่ำ
ความริเริ่มสร้างสรรค์	โกรธ
ความหวัง	ไม่พร้อมเรียนรู้
อดทนนานะพยายาม	สิ้นหวัง
ปัญญาญาณ	คิดเล็กเรียน
ความสนใจกว้าง	ความประพจน์ไม่ดี
มีความยืดหยุ่นในการเรียน (cognitive flexibility)	ย่ำคิดย่ำทำ
มีทางเลือกในการแสดงพฤติกรรมหลากหลายขึ้น	มีทางเลือกในการแสดงพฤติกรรมจำกัด

ครูคิดลบมักคิดว่าการสร้างชุดความคิดบวกของศิษย์เป็นเรื่องนอกหน้าที่ครู นี่คือการคิดที่ผิด และนำไปสู่พฤติกรรมที่ทำลายเกียรติศักดิ์ของครู

มีงานวิจัยทดลองในนักเรียนมัธยมต้นในเขตยากจนในเมืองของสหรัฐอเมริกา กลุ่มทดลอง ๙๔ คน เทียบกับกลุ่มควบคุม กลุ่มทดลองได้รับกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นสร้างความคิดบวกผ่านการตั้งเป้า การดำเนินการ และการเตรียมเผชิญอุปสรรค โดยดำเนินการใน ๔ ภาคการศึกษาแบบ ๔ ภาคเรียน พบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีผลการเรียน อัตราการมาโรงเรียน และความประพฤติในห้องเรียนสูงกว่ากลุ่มทดลองอย่างชัดเจน

เขาสรุปว่ากลยุทธ์ฝึกการควบคุมอารมณ์และควบคุมการเรียนรู้ (cognitive control) มีผลช่วยให้เด็กยากจนเรียนรู้ได้ดีขึ้น นอกจากนั้นยังมีผลการวิจัยสรุปว่าการฝึกอารมณ์บวกสม่ำเสมอ ช่วยเป็นปราการป้องกันเรื่องเลวร้ายในชีวิตของเด็ก บรรยากาศเชิงบวกในห้องเรียน ทำให้ระดับฮอร์โมนเครียด (คอร์ติซอล) ในนักเรียนลดต่ำลง เพิ่มสารสื่อประสาท (โดปามีน) ซึ่งส่งผลดีต่อการเรียนรู้ เขาจึงแนะนำครูให้สร้างบรรยากาศในห้องเรียนให้อบอุ่นไปด้วยความหวังและการมองโลกในแง่ดี

ผลกระทบของการดำเนินการเชิงบวกต่อสมอง

มีงานวิจัยในโรงเรียน ๙๖ แห่ง เลือกครูแบบสุ่ม (random sample) แยกครูที่ใช้คำพูดเชิงลบ (เช่น อย่าหวังเลยว่าเธอจะได้ A) กับครูที่ใช้คำพูดเชิงบวก เชิงให้ความหวังแก่ศิษย์ สรุปได้ว่าบรรยากาศเชิงบวกมีผลอย่างมีนัยสำคัญต่อผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักเรียน

อีกงานวิจัยหนึ่งทดลองสอดแทรกการดำเนินการให้เด็กมีความสุขในกระบวนการเรียนการสอนตามปกติ โดยใช้เครื่องมือ ๒ ชิ้นคือ การแสดงความขอบคุณ และการแสดงความเมตตากรุณา พบว่าช่วยเพิ่มอารมณ์บวก และเพิ่มความสนใจเรียน สรุปแบบกำปั้นทุบดินได้ว่า เมื่อนักเรียนอยู่ในสภาพอารมณ์ดีสิ่งดีๆ จะเกิดขึ้น

ในทางชีววิทยา มีสารสื่อประสาท ๓ ชนิด ที่มีผลช่วยให้จิตใจดีขึ้น ได้แก่ โดปามีน ซีโรโทนิน และ นอร์อะดรีนาลีน หากทำให้สารสามตัวนี้อยู่ในระดับพอดี จะเป็นผลดีต่อการเรียนรู้ของนักเรียนสูงยิ่ง โดยมีรายละเอียดดังนี้

- **โดปามีนในระดับสูง** นำไปสู่การเรียนรู้ที่สูง การพัฒนาความจำใช้งาน (working memory) ความยืดหยุ่นในการเรียน และเพิ่มความมานะพยายาม ครูสามารถเพิ่มระดับโดปามีนในตัวนักเรียนได้โดยการเคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรมที่ให้ ความสนุกสนาน ให้ความประหลาดใจ และความคาดหวังรางวัล

- **ซีโรโทนินในระดับสูง** ช่วยเพิ่มปริมาณเซลล์สมอง เพิ่มจิตใจจดจ่อ การเรียนรู้ การควบคุมอารมณ์ และความจำระยะยาว (long - term memory) ครูช่วยเพิ่มระดับซีโรโทนินในตัวนักเรียนได้โดยให้ชั้นเรียนมีความสงบ ความรู้สึกทั่วๆ อย่างเป็นระเบียบ พิธีกรรมที่คุ้นเคย ความเป็นมิตรและร่วมมือกัน พูดง่ายๆ ว่าบรรยากาศที่ปลอดภัยช่วยเพิ่มระดับซีโรโทนินในร่างกาย

- **นอร์อะดรีนาลิน** ช่วยพุ่งความสนใจอยู่กับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง และช่วยเพิ่มความจำระยะยาว ครูช่วยเพิ่มระดับ นอร์อะดรีนาลินได้โดยสร้างบรรยากาศที่กระตุ้น ตื่นเต้น และรู้สึกว่ามีความเสี่ยง เช่น ตอนที่นักเรียนต้องนำเสนอผลงานหน้าชั้น

สรุปว่า สารเคมีในสมองของนักเรียน มีผลต่อห้องเรียน ดังต่อไปนี้

โดปามีน : อารมณ์ รางวัล ความมานะพยายาม ความมีจิตใจจดจ่อ แรงจูงใจ
เจริญอาหาร

ซีโรโทนิน : ความมีจิตใจจดจ่อ การบังคับ ความจำ ความวิตกกังวล อารมณ์

นอร์อะดรีนาลิน : การพุ่งความสนใจ ความจำ ความตื่นตัว

ครูควรใช้ความรู้เชิงชีววิทยาเกี่ยวกับฮอร์โมนทั้ง ๓ นี้ ในการจัดบรรยากาศของชั้นเรียน ให้หมุนเวียนผลัดเปลี่ยนบรรยากาศที่กระตุ้นสารสื่อประสาทตัวที่เหมาะสมต่อเป้าหมายการเรียนรู้ในขณะนั้น

ครูที่มีความรู้ทางชีววิทยาเกี่ยวกับสมอง สามารถใช้ความรู้นั้นให้เป็นประโยชน์ในการสร้างบรรยากาศในชั้นเรียนให้เหมาะสมต่อการเรียนรู้ของศิษย์ในแต่ละช่วงได้ ก็จะเกิดสภาพห้องเรียนที่มีชีวิตชีวา มีหลายบรรยากาศ และถูกจริตของนักเรียน เพราะไม่น่าเบื่อ



กระตุ้นความหวัง และการมองโลกในแง่ดี

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๒ ใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดบวก (positivity mindset)

ตีความจาก Chapter 7 : Boost Optimism and Hope

ความหวัง (hope) และ การมองโลกแง่ดี (optimism) แตกต่างกัน แต่มีการสับสนกันบ่อยมาก แม้ในวงการวิจัยก็สับสน ความหวังเป็นความรู้สึกว่าในที่สุดเรื่องราวหรือเหตุการณ์จะเปลี่ยนไปในทางดีขึ้น ส่วนการมองโลกแง่ดีเป็นความเชื่อว่าเรื่องราวจะก้าวหน้าไปในทางที่ดีขึ้นจากฝีมือของตนเอง นี่คือนิยามจากในหนังสือ นะครับ ไม่ใช่ นิยามของผม

บ่อยครั้งที่คนมีความหวังเป็นคนที่มึนระดับของการควบคุมตนเองต่ำ คือหวังว่าจะมีคนอื่นมาทำให้ดีขึ้น ไม่ใช่ฝีมือของตนเอง ส่วนการมองโลกแง่ดีเป็นการเชื่อมั่นในตนเองว่าจะทำให้ดีขึ้นได้

การมีความหวังและการมองโลกแง่ดี ทำให้นักเรียนมีชีวิตชีวา และขยันทำงาน เป็นสภาพที่ทำให้ชีวิตครูเป็นชีวิตที่ดี และมีผลงานดี

หนังสือเสนอกลยุทธ์สร้างการมองโลกแง่ดีและมีความหวัง ๔ ประการคือ (๑) สร้างรูปแบบการมองโลกแง่ดีทุกวัน (๒) สร้างความหวังทุกวัน (๓) สร้างความคิดที่ดีต่อตนเอง (๔) ส่งเสริมสนับสนุนการมีความฝัน

สร้างรูปแบบการมองโลกแง่ดีทุกวัน

เมื่อเรามองโลกในแง่ดี เท่ากับมองว่าเรื่องราวเป็นสิ่งชั่วคราว มีข้อจำกัด และจัดการได้ การฝึกมองโลกแง่ดีเท่ากับการฝึกมองโลกจากมุมมองที่แตกต่าง ครูต้องหาทางให้ถ้อยคำในการสนทนาประจำวัน เป็นวาทกรรมของการมองโลกแง่ดี เช่น เมื่อนักเรียนทักทายครูว่า How are you doing? ครูตอบว่า Never be better หรือ I am living my dream หรือ It's a great day to learn และอาจถามกลับว่า And how about you? ครูแสดงตัวอย่างให้นักเรียนเห็นว่า ครูมีความพึงพอใจงานของตน ชีวิตของตน สภาพเช่นนี้ติดต่อไปยังคนรอบข้าง คือนักเรียน ได้มองโลกแง่ดี

จุดสำคัญคือ จงใจละเลย ไม่สนใจ หรือมองข้ามเรื่องราว หรือข่าวร้าย เพื่อสร้างบรรยากาศชั้นเรียนที่มองโลกแง่ดี

ต่อไปนี้เป็นเครื่องมือสร้างการมองโลกแง่ดี

สอนให้เด็กมองเรื่องต่างๆ เสมือนภาพสามมิติ

เรื่องราวต่างๆ มีความซับซ้อน มีหลายมิติ ครูพึงฝึกให้นักเรียนหัดมองเรื่องราวต่างๆ จากหลายแง่หลายมุม วิธีฝึกทำโดยจับคู่นักเรียน ครูให้ฉากสถานการณ์ แล้วให้นักเรียนผลัดกันเสนอมุมมองต่อเพื่อน ทั้งมุมมองด้านบวก และมุมมองด้านลบ ตัวอย่างฉากสถานการณ์ เช่น

- ตัวนักเรียนได้รับคะแนนผลการทดสอบต่ำ นักเรียนจะใช้เป็นประโยชน์ต่อตนเองได้อย่างไร
- ตัวนักเรียนไม่ได้รับคัดเลือกเข้าเรียนมหาวิทยาลัยตามตัวเลือกอันดับหนึ่งที่ระบุ สภาพเช่นนั้น มีข้อดีอย่างไร
- นักเรียนไปสมัครงานแต่ไม่ได้รับเลือก มองว่าเป็นเรื่องดีได้อย่างไร

ครูอาจเล่าเรื่องจริงในชีวิตของตนเอง เพื่อให้เห็นว่าชีวิตจริงมีหลายแง่มุมจริงๆ เปิดโอกาสให้นักเรียนซักถาม และให้ความคิดเห็นเพื่อให้ได้ซึมซับ

ใช้คำที่สร้างพลัง

ครูฝึกให้นักเรียนใช้คำพูดในชีวิตประจำวันที่สร้างพลัง หรือบ่งบอกถึงสิ่งที่สูงส่ง ทั้งในภาษาพูดและภาษาเขียน โดยมีตัวอย่างวิธีฝึกต่อไปนี้

- ให้นักเรียนระดมความคิดหาคำหรือวลีที่มีพลังบวก ๑๐ คำหรือวลี
- ให้นักเรียนใช้เวลา ๓ - ๕ นาที เขียนเล่าเรื่องดีๆ ในสัปดาห์ที่ผ่านมา
- ให้นักเรียนใช้ เขียนเวลา ๓ - ๕ นาที เขียนเล่าเรื่องที่ก่อปัญหา และสะท้อนคิดบทเรียนจากเรื่องนั้น
- ให้นักเรียนเลือกคำที่ก่อพลังประจำวัน และใช้คำนั้นอีก ๕ ครั้ง

จงอย่าให้คะแนนกิจกรรมเหล่านี้ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมุ่งมั่นเรียนรู้เพื่อฝึกตนเอง ไม่ใช่ทำเพื่อคะแนน

เอาชนะความล้มเหลว

ทุกคนเคยล้มเหลว ประเด็นสำคัญคือเราทำอะไรหลังความล้มเหลวนั้น ความล้มคือ เมื่อเราล้ม เราลุกขึ้น ดังนั้น บทเรียนจากความล้มเหลวคือ จงอย่าถอย ท้อได้ แต่อย่าถอย จงพยายามต่อไป โดยใช้ความผิดพลาดเป็นครู

แนะนำให้ครูแชร์เรื่องราวความล้มเหลวของตนในอดีต แล้วให้นักเรียนแชร์ ตัวอย่างเรื่องราวความล้มเหลวต่อเพื่อนทั้งชั้น แล้วตั้งคำถามว่า ควรทำอย่างไรต่อไป

เทคนิค “เขียนอย่างรวดเร็ว” (quick write) จะช่วยให้นักเรียนเข้าใจตนเอง และมองโลกต่างออกไป ทำโดยใช้เวลา ๓ - ๑๐ นาที เขียนวิธีเอาชนะความล้มเหลว เช่น ให้อตอบคำถามฉันจะแก้ปัญหาก็กำลังเผชิญอย่างไร หรือ ฉันจะยกระดับเกรดที่ได้ในการทดสอบครั้งต่อไปได้อย่างไร แล้วให้นักเรียนแชร์ข้อเขียนกับเพื่อนเป็นกลุ่ม หรือแชร์กับเพื่อนทั้งชั้น

เขาแนะนำหนังสือ *The Success Principles* เขียนโดย Jack Canfield (2015) สำหรับเป็นคู่มือหาวิธีการสร้างเจตคติเชิงบวกในชั้นเรียนประจำวันเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนักเรียน

สร้างความหวังทุกวัน

การสร้างความหวังทุกวัน เป็นกระบวนการปลูกฝังความเชื่อว่าชีวิตคนเรามีโอกาสทำสิ่งที่มีคุณค่า ได้ ครูเริ่มโดยการสร้างปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนในลักษณะที่ให้เกียรติ และเข้าใจความคิดของนักเรียน แค่นี้ก็ช่วยให้นักเรียนมีความหวัง นอกจากนั้นยังมีเครื่องมือสร้างความหวัง ดังตัวอย่าง

สอนการตั้งเป้า

การจัดการอนาคตของตนเองเป็นการสร้างความหวัง ฝึกนักเรียนให้เขียนเป้าหมายใหญ่ของตน และตารางเป้าหมายรายทางบนกระดาน โดยมีช่วงเวลาของแต่ละเป้า มีช่องให้กรอกความก้าวหน้า ครูสอนนักเรียนให้ประเมินความก้าวหน้าเป็นนํามาเป็นข้อมูลย้อนกลับ เพื่อปรับปรุงวิธีทำงานสู่ผลงานที่ดียิ่งขึ้น

แสดงความก้าวหน้าประจำวัน

ครูจัดให้มีแผ่นภาพแสดงเป้าหมายของชั้นเรียน และความก้าวหน้าติดในห้องเรียน อาจแสดงรายงานความก้าวหน้าของทีม อาจแนะนำให้นักเรียนแต่ละคนเขียนรายงานความก้าวหน้าของตนเอง การได้เห็นความก้าวหน้า เป็นการสร้างความหวัง

ใช้คำยืนยันความหวัง

ทำให้เป็นวัฒนธรรมของชั้นเรียนว่าทุกคนจะพูดคำปลุกใจ ให้พลังแก่กันและกัน ในชั้นเรียนประจำวัน เช่น “สวัสดีครับคุณไฟแรง” “ครูขอบบทกลอนของเธอ คุณกวีน้อย”

อาจจัดทำโปสเตอร์ มีคำปลุกใจ ติดในห้องเรียน เช่น “ยิ่งทำงานหนัก ฉันยิ่งโชคดี” อาจแนะนำนักเรียนให้อ่านหนังสือเกี่ยวกับความหวังและความสำเร็จ

อาจกำหนดให้นักเรียนผลัดกันเขียนคำหรือวลีแสดงความหวัง นำมาอ่านหน้าชั้น

สร้างแนวความคิดของตนเอง และยกระดับความพยายาม

ครูต้องหมั่นยืนยันจุดแข็งของนักเรียนแต่ละคน และต้องสนับสนุนให้นักเรียนสร้างแนวความคิดของตนเอง และเพิ่มระดับความมานะพยายามของตน การมุ่งส่งเสริมด้านที่เป็นจุดแข็งจะช่วยให้นักเรียนเรียนรู้การแก้ไขจุดอ่อน และรู้จักใช้ประโยชน์ของคำแนะนำป้อนกลับ

วิธีการสำหรับครูมีดังต่อไปนี้

หนึ่งนาทีแห่งพลัง

ให้นักเรียนเล่าเรื่องที่มียุทธศาสตร์ เรื่องละ ๑ นาที ในประเด็นต่อไปนี้

- ความสามารถพิเศษของตน
- คนที่ตนได้ช่วยเหลือเมื่อเร็วๆ นี้
- สิ่งที่ตนยกย่องในคนอื่น
- เรื่องราวการช่วยเหลือเพื่อนเมื่อเร็วๆ นี้
- การบรรลุเป้าหมายรายทางหรือเป้าหมายรายทางเมื่อเร็วๆ นี้

โดยจัดให้มีขึ้นสัปดาห์ละครั้ง ครั้งละ ๓ - ๔ นาที เหมาะที่สุดคือจัดในวันจันทร์หรือวันศุกร์ แต่ละครั้งมีนักเรียน ๓ - ๔ คน เป็นผู้พูด โดยอาจพูดในเวทีแบบใดแบบหนึ่งใน ๔ แบบ ได้แก่ (๑) เขียน (๒) บอกต่อเกลอร่วมเรียน (๓) บอกในที่มาร่วมเรียนรู้หรือทำโครงการ (๔) เล่าในชั้นเรียนทั้งชั้น หมุนเวียนสลับเปลี่ยนกันไป โดยต้องให้เกียรติความเป็นส่วนตัวของนักเรียนด้วย รวมทั้งครูต้องไม่สรรเสริญความฉลาดของนักเรียน แต่ชมความพยายาม กลยุทธ์ การเลือกประเด็น และเจตคติของนักเรียน เพราะการชมความฉลาดจะก่อ “ชุดความคิดหยุดนิ่ง” (fixed mindset) ส่วนการชมแบบหลังช่วยปลูกฝัง “ชุดความคิดเจริญเติบโต” (growth mindset)

เชื่อมโยงความสำเร็จของนักเรียนสู่เป้าหมายที่ยิ่งใหญ่

สิ่งที่ครูใช้คือ attribution ซึ่งหมายถึงการเชื่อมโยงการกระทำกับผลที่เกิดขึ้น เพื่อให้นักเรียนตระหนักว่าสิ่งที่ตนกำลังทำนั้นจะนำไปสู่การบรรลุผลที่ตนใฝ่ฝัน เป็นการยืนยันความสามารถของนักเรียน โดยอธิบายเชื่อมโยงรายละเอียดของการกระทำไปสู่ผลที่เห็น ตัวอย่างที่ไม่ถูกต้องคือ “สมศักดิ์ เธอเขียนได้ดีมาก” คำพูดที่มีพลังกว่าคือ “สมศักดิ์การที่เธอเขียนอธิบายกลยุทธ์ทำให้ครูเข้าใจชัดเจนว่าเธอกำลังบอกอะไร และกลยุทธ์นี้จะช่วยให้เธอประสบความสำเร็จในการตีพิมพ์หนังสือออกเผยแพร่”

ครูต้องใช้คำพูด attribution ที่เหมาะสมต่ออายุ หรือระดับความเข้าใจของนักเรียน แบ่งออกเป็น ๔ ระดับคือ

- ระดับ ๑ (อายุ ๕ - ๖ ปี) พึงตระหนักว่า นักเรียนยังไม่เข้าใจความแตกต่างระหว่างความพยายามกับความสามารถ หรือระหว่างเหตุกับผล
- ระดับ ๒ (อายุ ๗ - ๙ ปี) นักเรียนเชื่อมโยงผลสำเร็จกับความพยายามเท่านั้น
- ระดับ ๓ (อายุ ๑๐ - ๑๑ ปี) นักเรียนเริ่มแยกแยะความพยายามออกจากความสามารถได้ แต่บางครั้งก็สับสน
- ระดับ ๔ (อายุ ๑๒ ปีขึ้นไป) นักเรียนเข้าใจความแตกต่างระหว่างความพยายามกับความสามารถอย่างชัดเจน

นามาณุกรมของชั้นเรียน

ครูส่งเสริมให้นักเรียนทำแฟ้ม หรือ เพชบุ๊ก ระบุจุดแข็งหรือความสามารถพิเศษของนักเรียนแต่ละคน คนละ ๒ - ๓ อย่าง และอาจเติมความสามารถพิเศษของเพื่อน หรือคนในครอบครัว สามารถใช้เป็นแหล่งค้นหาผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านในชั้นที่นักเรียนไปขอความช่วยเหลือได้ เช่น ผู้เชี่ยวชาญการแก้ปัญหาโทรศัพท์มือถือ ผู้เชี่ยวชาญการซื้อเสื้อผ้า ผู้เชี่ยวชาญแบดมินตัน ผู้เชี่ยวชาญวิชาคณิตศาสตร์ ฯลฯ

ส่งเสริมสนับสนุนการมีความฝัน

วิธีช่วยให้เด็กค่อยๆ พัฒนาความคิด เส้นทางชีวิตและความสามารถ ทำโดยตั้งคำถามเรื่องความฝันเรื่องอนาคตของตนเอง คำถามเชิงชุดลึกเข้าไปภายในคนที่นักเรียนถามตนเองต่อไปนี้จะช่วยให้นักเรียนคิดถึงอนาคต และความสามารถในปัจจุบัน ของตนเอง

- ฉันอยากเป็นอะไรใน ๕ ปี ๑๐ ปี และ ๑๕ ปี
- ขณะนี้ฉันมีความสามารถพิเศษอะไรบ้าง
- ฉันจะช่วยคนอื่นได้อย่างไรบ้าง
- ฉันอยากเป็นคนชนิดไหน

นักเรียนอาจตอบคำถามเหล่านี้ออกมาเป็นเพลง ภาพวาด บทกวี ข้อเขียน หรือเล่า แชรกับเพื่อนๆ ซึ่งจะช่วยให้ความฝันชัดเจนยิ่งขึ้น โดยต้องมีการทบทวนในชั้นว่าห้ามดับฝัน เมื่อนักเรียนคนใดคนหนึ่งแชร์ความฝันอาจไม่มีเพื่อนสนับสนุนเลย แต่จะมีคนคนหนึ่งที่สนับสนุน คือ ครู

เมื่อได้ก็ตามที่นักเรียนเสนอความฝันที่ดูเสมือนเพ้อฝัน ครูต้องชวนเด็กว่า “มา... เรามาวางแผนกัน”



สร้างเจตคติเชิงบวก

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๓ ใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดบวก (positivity mindset)

ตีความจาก Chapter 8 : Build Positive Attitudes

เป้าหมายของเจตคติเชิงบวกในที่นี้ เป็นเจตคติต่อผู้อื่น ไม่ใช่ต่อตัวเอง โดยใช้เครื่องมือ ๓ ชิ้นคือ (๑) สร้างความรู้สึกกตัญญูรู้คุณ (๒) ทำงานบริการสังคม และ ทำกิจกรรมที่แสดงความเมตตากรุณา (๓) มีความรับผิดชอบต่อตนเองและกำกับตนเอง

สร้างความรู้จักกตัญญูรู้คุณ

มีผลงานวิจัยในเด็กวัยรุ่นแรกเริ่มในสหรัฐอเมริกา ว่าการฝึกความรู้จักกตัญญูรู้คุณ ช่วยให้ระดับการมองโลกแง่ดีที่ตนเองประเมิน (self-reported optimism) สูงขึ้น ความพึงพอใจในชีวิตเพิ่มขึ้น ลดความคิดด้านลบ และข้อค้นพบที่มีน้ำหนักที่สุดคือ ความพึงพอใจต่อประสบการณ์ที่โรงเรียนเพิ่มขึ้น

มีผลงานวิจัยบอกว่า การฝึกความรู้จักกตัญญูรู้คุณ ช่วยสร้างการเชื่อมโยงประสาท ที่ช่วยปกป้องความเครียดและความคิดเชิงลบ ความมีกตัญญูรู้คุณ เป็นทั้งเรื่องส่วนบุคคล และเรื่องทางสังคม เมื่อเราแสดงความรู้สึกเป็นหนี้บุญคุณ ต่อคนที่เราคบ ความสัมพันธ์จะแน่นแฟ้นขึ้น

เนื่องจากนักเรียนมักยังไม่มีทักษะนี้ กุศโลบายง่ายๆ คือจัดให้นักเรียนแต่ละคนมี “บัญชีคลังอารมณ์” (emotional bank account) ซึ่งมีรายการต่อไปนี้

- ทำความดีและมีคนเห็น
- ได้รับการสนับสนุนในความพยายามหรือกลยุทธ์
- ได้รับคำชมในเรื่องเจตคติ
- ช่วยเหลือผู้อื่น
- ได้รับความชื่นชมในการช่วยเหลือ
- มีความสำเร็จในการพัฒนางาน
- เติบโตลงยั้งชนะของชั้นเรียน

ให้นักเรียนแต่ละคนลงบัญชีฝากธนาคาร เพื่อจะได้มีสติระลึกถึงความกตัญญูรู้คุณโดยเริ่มที่ครูทำเป็นตัวอย่าง ครูแชร์ความรู้สึกขอบคุณที่ตนสุขภาพดี มีครอบครัวดี มีงานดี มีเพื่อนดี อากาศดี ฯลฯ หลักการคือ เด็กๆ ต้องการให้ผู้ใหญ่ทำเป็นตัวอย่าง

เขาแนะนำหลักการ (ที่ได้จากงานวิจัย) ในการพัฒนาความกตัญญูรู้คุณ ดังนี้

- **ให้เป็นเรื่องของคุณ** เขาแนะนำว่าการโฟกัสความกตัญญูรู้คุณไปยังบุคคลให้ผลต่อการพัฒนาจิตใจสูงกว่าโฟกัสไปที่สิ่งของ
- **เริ่มจากการกำหนดเป้าหมาย** ทำโดยเขียนบันทึกส่วนตัว หรือบันทึกของชั้นเรียน กำหนดเป้าหมายเชิงบวก เชิงรู้คุณ
- **เน้นความลึกมากกว่าความกว้าง** โฟกัสที่เรื่องเดียว เฟ่งพินิจลงรายละเอียดให้ผลดีกว่าทำหลายๆ เรื่อง
- **ใช้จินตนาการ** จินตนาการและใคร่ครวญสะท้อนคิดว่าชีวิตของตนจะเป็นอย่างไร หากไม่มีเหตุการณ์บางอย่างที่ก่อผลดี
- **ใคร่ครวญสะท้อนคิดต่อเรื่องดีๆ ทุกสัปดาห์** มีผลงานวิจัยบอกว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเชิงรู้คุณทุกสัปดาห์ให้ผลดีกว่าเขียนทุกวัน เขาอธิบายว่าการทำทุกวันอาจก่อความเคยชิน

หลังจากนักเรียนคุ้นกับการแชร์ความรู้สึกรู้คุณทุกวัน ผสมผสานวิธีการโดยใช้ ๕ แนวทางต่อไปนี้

๑. แชร์กับเพื่อนคู่หูคนหนึ่ง

๒. เขียนบันทึก

๓. เริ่มจากเล็ก เริ่มจากแชร์เรื่องเล็กๆ

๔. แชร์ในวง แชร์ในวงเล็กๆ หลังจากแต่ละคนพูด สมาชิกของวงคนอื่นๆ กล่าวขอบคุณ

๕. ทำโปสเตอร์ โดยร่วมกันทำกับเพื่อนหรือทีมเล็กๆ ติดไว้ในห้อง หรืออาจทำเป็นโปสเตอร์ที่เพิ่มเติมภายหลังได้ ผู้ร่วมทำทุกคนลงชื่อในโปสเตอร์

ให้นักเรียนทำกิจกรรมนี้วันละ ๕ - ๗ นาที ๓ ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นเวลา ๒ - ๖ เดือน โดยค่อยๆ เพิ่มความซับซ้อนหรือความท้าทาย เพื่อไม่ให้นักเรียนเบื่อ

ทำงานบริการสังคม และทำกิจกรรมที่แสดงความเมตตากรุณา

มีผลงานวิจัยยืนยันว่า การกระทำที่แสดงความมีเมตตากรุณาที่ทำทุกวัน มีผลสร้างความเปลี่ยนแปลงทั้งต่อชีวิตของผู้ให้และผู้รับ ผู้ให้รู้สึกมีความสุขเพิ่มขึ้น โครงการสร้างบุคลิกที่ดีให้แก่เด็ก มีกลยุทธ์ง่ายๆ ในการทำให้เด็กมีเป้าหมายเป็นผู้ให้ (net giver) มากกว่าเป็นผู้รับ (net taker)

ผลงานวิจัยชิ้นหนึ่งบอกว่า ความสุขจะพุ่งสูงมากเมื่อมีการกระทำเพื่อผู้อื่น ๓ - ๕ ครั้งต่อวัน สูงกว่าทำวันละครั้งทุกวัน เขาจึงแนะนำให้มี ๑ วันในสัปดาห์ที่นักเรียนได้ทำกิจกรรมเพื่อสังคม หรือแสดงความเมตตากรุณาต่อผู้อื่นอย่างเข้มข้น

งานบริการสังคม

การทำงานบริการสังคม เป็นการทำกิจกรรมเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น นักเรียนจะสนใจทำเพราะตนเอง (๑) รู้สึกดี (๒) รู้สึกว่าตนมีความสามารถ (๓) รู้สึกว่าได้ทำสิ่งที่มีคุณค่าต่อผู้อื่น

ครูสามารถหาข่าวหรือข้อมูลจากแหล่งที่หลากหลาย สำหรับนำมาคิดกิจกรรมให้นักเรียนทำ เช่น

- ข่าวท้องถิ่น หรือระดับประเทศ หากิจกรรมที่มีอยู่แล้วและเมื่อทำแล้วมีผู้ใช้บริการจำนวนมาก
- กิจกรรมของสวนสาธารณะ ชายหาด หรือแม่น้ำลำธาร เพื่อจัดการด้านสภาพแวดล้อม รวมทั้งจัดการด้านบริการผู้มาพักผ่อน
- สถานดูแลคนชรา หรือผู้ป่วยเรื้อรัง อาจให้นักเรียนช่วยทำความสะอาดสถานที่ทำความสะอาดร่างกาย หรือทำหน้าที่คล้าย care giver
- กิจกรรมช่วงเทศกาล เช่น ช่วงเทศกาลปีใหม่ เทศกาลสงกรานต์ นักเรียนอาจทำงานอาสาช่วยเหลือผู้เดินทาง ช่วยเหลือด้านการจราจร ด้านช่วยเหลือผู้บาดเจ็บ หรือช่วยบริการในสถานที่ท่องเที่ยว

ครูควรศึกษาแนวทางของมูลนิธิพุทธรณิธิ ซึ่งผมได้เขียนบันทึกไว้ที่ <https://www.gotoknow.org/posts/tags/นิธิ> ซึ่งหลักการสำคัญ คือ ผู้ให้ต้องขอบคุณผู้รับ และต้องทำกิจกรรมที่แสดงเมตตากรุณาต่อผู้อื่นอย่างสม่ำเสมอตามที่ตั้งปณิธานไว้ และมีการจดบันทึก โดยผมขอเพิ่มเติมว่าในบันทึกควรบันทึก การสะท้อนคิดความรู้สึกของตน

ทำกิจกรรมที่แสดงความเมตตากรุณา

มีผลการวิจัยบอกว่า การให้นักเรียนประมทำกิจกรรมที่แสดงความเมตตา ๓ ครั้งต่อสัปดาห์ เป็นเวลา ๔ สัปดาห์ มีผลให้เพื่อนยอมรับนักเรียนผู้นั้นมากขึ้น และมีผลสะท้อนต่อการทำให้นักเรียนผู้นั้นมีความประพฤติดีขึ้น

ในนักเรียนชั้นมัธยม พบว่าการให้นักเรียนทำกิจกรรมที่แสดงความเมตตาทุกวัน ทำให้นักเรียนมีความประพฤติดีขึ้น และผลการเรียนดีขึ้น

การให้นักเรียนแสดงพฤติกรรมที่แสดงความเมตตาเป็นเรื่องง่าย ทำได้โดยให้ทำกิจกรรมสองอย่างนี้

สามมนตรา

มนตราถ้อยคำ ๓ คำคือ ให้เกียรติหรือเคารพ (respect) เห็นพ้อง (agree) และชื่นชม (appreciate) โดยมีตัวอย่างการใช้มนตราของครู เมื่อนักเรียนเริ่มโต้แย้งกัน

- ครูแทรกแซงโดยกล่าวคำว่า “ครูเคารพ สิทธิในการความคิดเห็นที่แตกต่างกันของนักเรียน ...”
- และอาจกล่าวต่อว่า “ครูเห็นพ้องกับการมีแนวความคิด ...”
- ในตอนท้ายครูอาจกล่าวว่า “ครูชื่นชมที่นักเรียนทำงานนี้อย่างจริงจัง การนำเอาความคิดเห็นที่แตกต่างมาตีความ เรียนรู้ ทำความเข้าใจ เป็นสิ่งมีค่ายิ่งต่อการเรียนรู้ของนักเรียน”

จะสังเกตว่า ถ้อยคำสามคำนี้ช่วยสร้างบรรยากาศของการรับฟัง และเข้าใจความคิดของผู้อื่น เพราะครูแสดงท่าที่รับฟัง

รายการกิจกรรมเอื้อเพื่อ

ครูส่งเสริมให้นักเรียนแต่ละคนจัดทำรายการกิจกรรมที่แสดงความเอื้อเพื่อที่ตนตั้งใจจะทำ เอาไว้เตือนใจ ตัวอย่างเช่น

- ระหว่างรอคิว ให้เพื่อนที่รีบร้อนได้ลัดคิวก่อน
- แบ่งปันอาหาร ขนม ภาพยนตร์ หรือเพลง
- ช่วยเพื่อนซ่อมของ
- ช่วยเพื่อนทำการบ้าน
- ช่วยยืมทิชชูให้เพื่อน เมื่อเพื่อนจาม

ส่งเสริมให้นักเรียนเล่าเรื่องราวของการแสดงน้ำใจเอื้อเพื่อ ซึ่งนอกจากจะส่งผลให้นักเรียนมีความสุข ยังจะสร้างวัฒนธรรมของโรงเรียนที่สมาชิกมีความเอื้อเพื่อต่อกันในระยะยาว

พัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเอง และกำกับตนเอง

นี่คือการฝึกนักเรียนให้เป็นคนไม่ดูตาย เมื่อเข้าไปอยู่ในเหตุการณ์ที่ต้องการความช่วยเหลือและตนอยู่ในฐานะที่จะช่วยได้ ก็ไม่ดูตาย ไม่หลีกเลียง มีคำกล่าวว่า ชีวิตของเราจะเป็นอย่างไรในอนาคต ไม่ได้ขึ้นกับว่าต่อไปจะมีอะไรเกิดขึ้นต่อตัวเรา แต่ขึ้นกับตัวเราทำอะไรต่อสิ่งที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นคำพูดที่ส่งเสริมให้ผู้คนสร้างตัวจากการกระทำของตนเอง ไม่รอโชคช่วย

ต่อไปนี้เป็นเครื่องมือ ๕ ชิ้น ที่ช่วยให้นักเรียนฝึกเป็นผู้กำหนดอนาคตของตนเอง

กำกับสมองของตนเอง

ฝึกนักเรียนให้มีทักษะต่อไปนี้

- ทักษะลดความเครียด (มีรายละเอียดในตอนที่ ๑๘)
- ทักษะเลี่ยงความยั่ววน (หันเหความสนใจ เลี่ยงไปให้ห่าง รู้จักปฏิเสธ)
- วิธีจัดการความรู้สึกไม่พอใจ (ระบายกับเพื่อนสนิท ออกกำลังกาย เขียนระบายความรู้สึก หรือใคร่ครวญสะท้อนคิดหาทางรวมขอม)
- วิธีจัดการคำแนะนำป้อนกลับเชิงลบโดยฝึกให้เขียนบอกความรู้สึก และฝึกพูดขอคำแนะนำว่าควรปรับปรุงอย่างไร ซึ่งเป็นทักษะแปรลบเป็นบวก
- วิธีทำกิจกรรม “คุยกับตัวเองเชิงสร้างสรรค์” (constructive self-talk) โดยครูทำเป็นตัวอย่าง และมอบการบ้านรายสัปดาห์ให้ทำเป็นคู่ร่วมกับเพื่อน ตัวอย่างข้อเขียน เช่น “ฉันเรียนตก จะต้องเร่งให้ทันเพื่อน จะต้องเริ่มเปลี่ยนนิสัยตั้งแต่เดี๋ยวนี้” “ฉันลืมทำการบ้าน ฉันควรจดไว้ ต่อไปฉันจะจดสิ่งที่ต้องทำไว้กับลิ้ม” “วันนี้ฉันทะเลาะกับเพื่อนในเรื่องไม่เป็นเรื่อง โดยฉันเป็นผู้ก่อ ต่อไปฉันจะมีสติ ไม่แสดงอารมณ์ฉุนเฉียวต่อผู้อื่น”

การกำกับตนเองของตนเอง อาจทำได้โดยผ่านการกำกับตนเอง (self-regulation) โดยให้นักเรียนฝึกทักษะต่อไปนี้

- ไม่หุนหันพลันแล่น
- มองคนอื่นในแง่ดี
- สังเกตนานๆ
- เรียนจากข้อผิดพลาด
- ทำตามที่คุณใหญ่ขอร้อง อย่างเหมาะสม
- รอคอยสิ่งที่ดีกว่า
- จัดการความเครียด
- จัดการความคิดลบของตนเอง
- อดกลั่น ไม่โกรธง่าย
- คิดก่อนทำ
- ทำความเข้าใจสถานการณ์

เรียนจากตัวอย่างในโลกแห่งความเป็นจริง

ครูแชร์ตัวอย่างจากเรื่องจริง หนังสือ หรือคำคม กับนักเรียน ให้นักเรียนได้ตระหนักว่าการพัฒนาความรับผิดชอบต่อตนเอง กำกับตนเอง เป็นทักษะชีวิตที่ต้องเรียนรู้ไปตลอดชีวิต

สร้างกรอบความคิดเชิงบวก

ฝึกทักษะให้นักเรียนเปลี่ยนจากกรอบความคิดลบเป็นความคิดบวก เช่น แทนที่จะคิดว่า “ชีวิตบัดซบ” เปลี่ยนเป็นคิดว่า “วันนี้เป็นวันสวย” แทนที่จะคิดว่า “ฉันมันโง่” เปลี่ยนเป็น “ฉันตอบข้อทดสอบนี้ได้ไม่ดี” ครูควรสอนนักเรียนให้ไม่หมกมุ่นอยู่กับเรื่องร้ายๆ

จัดการความคิดเชิงลบอย่างสร้างสรรค์

ครูจัดทำโปสเตอร์ “สิ่งที่ควรทำห้าขั้นตอน เมื่อทำงานไม่สำเร็จ” ติดไว้ในห้องเรียน ดังนี้ (๑) หายใจยาวๆ (๒) บอกตัวเองว่า “ฉันทำได้” (๓) เขียนรายการ ๓ อย่างที่จะทำต่างจากเดิม (๔) ลองทำวิธีที่เลือกกว่าดีที่สุดใน ๓ ทางเลือก (๕) ประเมินผล แล้วเดินหน้าต่อ หรือย้อนกลับไปขั้นที่ (๑)

จงอย่าตำหนินักเรียนเพราะเด็กจะไม่ได้เรียนรู้ อย่าบอกเด็กว่าให้ (หรือห้าม) ทำโน้นทำนี้ ให้แนะนำวิธีแสดงพฤติกรรม เช่น แนะนำนักเรียนที่กำลังสับสนหรือไม่พอใจ ให้พูดว่า “ผม (หรือหนู) ขอโทษที่ทำผิดพลาด แต่ผมไม่รู้ว่าจะทำในแนวทางอื่นได้อย่างไร กรุณาช่วยแนะนำ กรุณาบอกวิธีการที่ถูกต้อง อย่าเพียงบอกว่าที่ผมทำนั้นผิด”

เลือกการต่อสู้

สอนนักเรียนว่าอย่าทะเลาะ หรือโต้แย้งกับคนที่กำลังโกรธ โดยครูทำเป็นตัวอย่าง เมื่อศิษย์เกรงบางคนอาละวาด ครูพูดว่า “ครูเคารพข้อคิดเห็นของเธอ และชื่นชมที่เธอมีความคิดของตัวเอง ที่พูดมานี้ครูไม่รู้สึกว่าเธอพูด และครูต้องการทำความเข้าใจ เราหาเวลาคุยกันทีหลังจะดีกว่า เพื่อให้การเรียนรู้ของเพื่อนๆ ในชั้นเดินต่อไปได้” คำแนะนำคือ ให้หายใจเอาความคิดดีๆ ความคิดเชิงบวก เข้าไป และหายใจเอาความเครียดออกไป ฟังมีสติว่าครูและนักเรียนที่เลือกมีสิ่งสำคัญกว่ารอ

เรื่องเล่าจากห้องเรียน

คุณครูต้อง – นฤตยา ถาวรพรหม ผู้สอนหน่วยวิชาภูมิปัญญาภาษาไทย ระดับชั้น ๒ เขียนบันทึกสั้นๆ เล่าถึงผลการทำกิจกรรม “ตั้งเป้าหมาย” เอาไว้ว่า

วันนี้ ๗ สิงหาคม ๖๒ ฉันทำกิจกรรมตั้งเป้าหมายกับเด็กๆ ห้อง ๒/๑ แล้ว รู้สึกว่าพวกเขา ตั้งใจมองตนเองได้ดีมาก เด็กๆ หลายคนสะท้อนปัญหาของตัวเองลึกซึ้งมาก ตอนท้ายคาบพวกเขายังสะท้อนความรู้สึกและสิ่งที่เขาได้เรียนรู้เอาไว้ได้ดีมากๆ เด็กคนหนึ่งบอกว่า “หนูรู้สึกดีที่รู้ว่าปัญหาของหนูก็คล้ายๆ กับเพื่อน และตั้งใจที่วิธีการที่หนูคิดช่วยเพื่อนได้ด้วย”

“ผมเห็นว่า ทุกคนไม่มีใครเก่งเต็มร้อยเปอร์เซ็นต์ แม้แต่คนเก่งๆ ก็ไม่เต็มร้อย เพราะเราทุกคนมีปัญหาที่ต้องฝึกฝนให้เราเก่งขึ้น”

“หนูรู้สึกว่า หนูอยากทำและจะต้องทำมันให้ได้”

“หนูแปลกใจว่าคนเก่งๆ เขามีปัญหาด้วยเหรอ พอเขาออกมาเล่า ทำให้หนูทั้งเลย เพราะหนูไม่คิดว่าคนเก่งจะต้องแก้ไขอะไร หนูรู้สึกว่าเราทุกคนต้องพยายามให้เก่งขึ้น”

... ย่างก้าวที่สำคัญของพวกเขาก็ได้เริ่มต้นขึ้นแล้วในวันนี้ !

เช่นเดียวกับ คุณครูกีฟ – จิตตินันท์ มากผล ครูคูวิชาที่ได้นำทดลองนำเอา กิจกรรมการคุยกับตัวเองเชิงสร้างสรรค์ (constructive self-talk) และกิจกรรมการกำกับสมองของตนเองผ่านการกำกับตนเอง (self-regulation) ไปใช้กับกิจกรรมการตั้งเป้าหมายในชั้นเรียนของตนเอง ด้วยการให้เด็กๆ สังเกตสมุดเรียนของเพื่อนต่างห้องที่ครูถ่ายรูปแล้วนำไปฉายขึ้นจอให้ดูเพื่อเป็นกรณีศึกษาร่วมกันไปที่ละหน้า แล้วถามเด็กๆ ว่าถ้าหนูเป็นเจ้าของสมุดเล่มนี้ หนูอยากจะทำอะไรให้ดีขึ้นอีก ก่อนที่จะให้เวลาทุกคนย้อนกลับมาพิจารณาสมุดเรียนของตนเอง แล้วนำเสนอปัญหาพร้อมทั้งวิธีแก้ไขลงในกระดาษ

แล้วครูกีฟก็ได้พบกับความมหัศจรรย์ ไม่ต่างไปจากครูต้องเลย...

81% วิชาภาษาไทย

首九



เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงกานต์ธีรา เจียรนันทะ

ปัญหาของผ.คือ

การขาดคำเต

พลสวัสดิการอยู่คนเดียว

แต่พวกนี้ยังต้องฝึก

ต่อไปเรื่อย ๆ นี่จึงเป็น

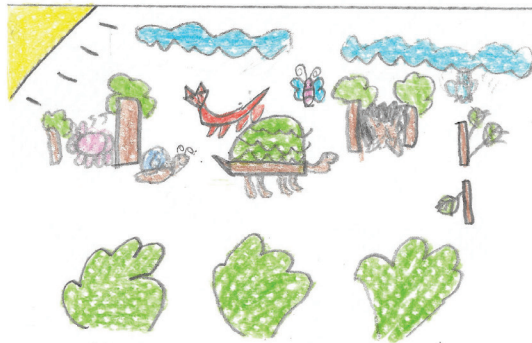
ថង់ក្រវា



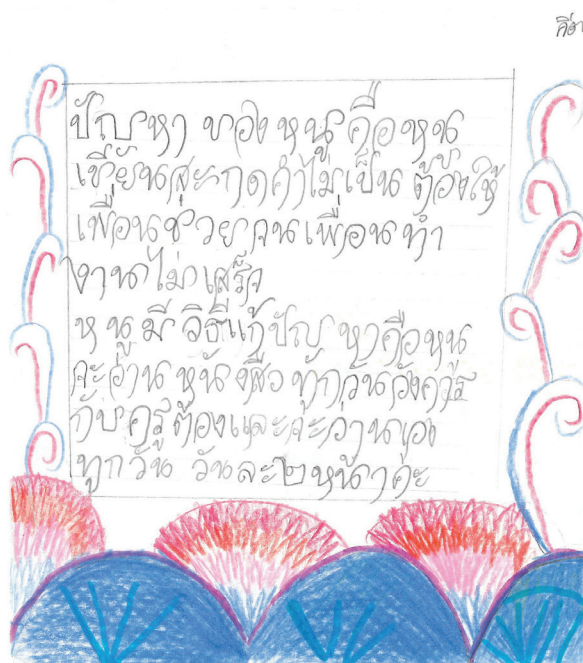
เจ้าของผลงาน : เด็กชายรัชชกต เอี้ยวสินทรัพย์

ภูวน

ปัญหาของผมนั่นคือ การเขียนคำผิด
 ผมจะแก้ไขโดยจะอ่านหนังสือให้
 มากขึ้นและอ่านวันละ ๑๐ นาที
 หรือได้นาที



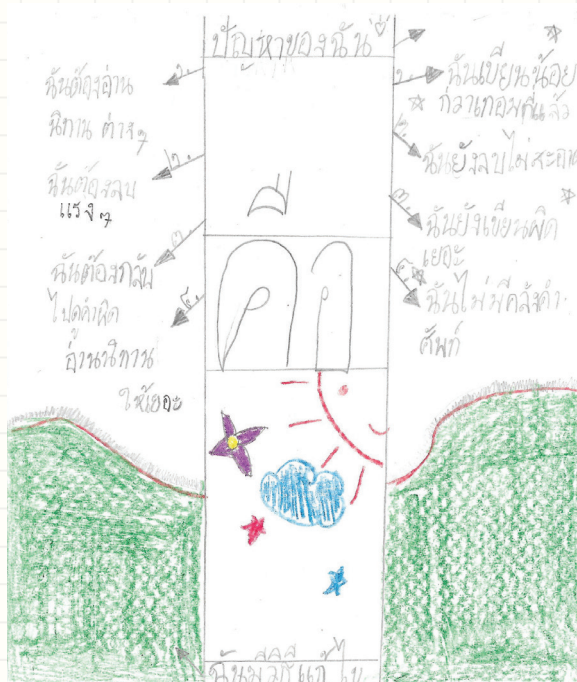
เจ้าของผลงาน : เด็กชายภูวน ชัยอดิศักดิ์โสภณ



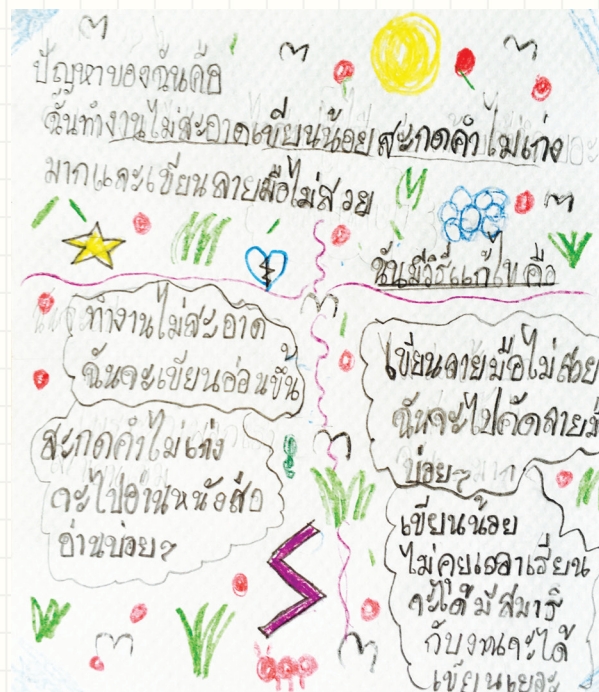
เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงณัฏฐา อัครนิชย์ชากร



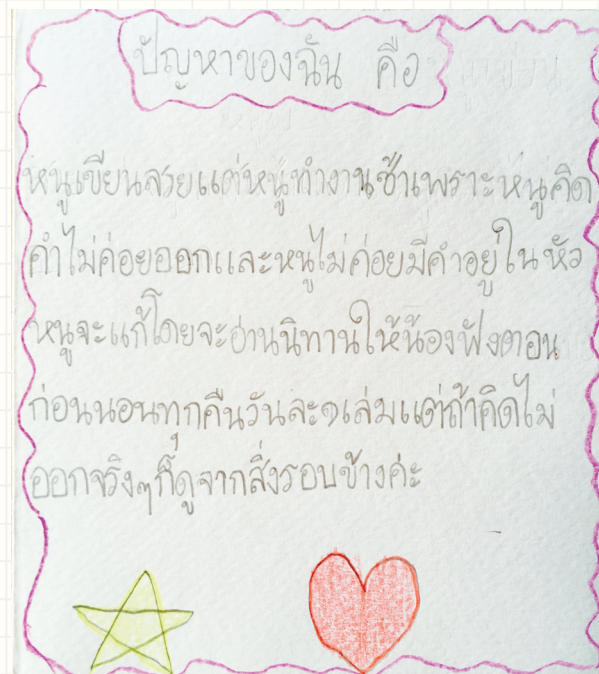
เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงเวียนนา ไวนอร์



เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงสมัญญา โสมภา



เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงพิมพ์พิชชา บริบูรณ์ประเสริฐ



เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงบุญศรี ปิยะอัครจินดา

เฟลีนใจ ๒/๑๒๖

ปัญหาของฉันคือ



มาด ปิ่น ทาของ
ฉัน~ ก็นั่นแหละ

ในบางชั้นงาน เวลาฉันทำงาน ฉันมักจะเขียนผิด
แล้วก็จะไม่ยอมลบประโยคนั้น วิธีแก้ก็จะขีด
เส้นด้านบน แล้วต่อเติมประโยคต่อไปเลย

วิธีแก้ไขคือ...



ฉันจะพยายามคิดให้รอบคอบมากขึ้น โดยเวลาทำงานติดประโยคฉันจะไม่คิดถึงสิ่งอื่น

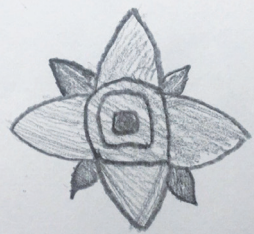


อย่างหลัง

เจ้าของผลงาน : เด็กหญิงเฟลีนใจ สุขหัน

ปีกลาน ๒/๑

ปัญหาคือฉันได้ใจแต่ใจไม่รัก
ฉันได้ใจแต่ใจไม่รัก
ฉันได้ใจแต่ใจไม่รัก



เจ้าของผลงาน : เด็กชายสวัสดิ์ ยศสมศักดิ์



เปลี่ยนพื้นฐานทาง อารมณ์

บันทึกนี้เป็นบันทึกสุดท้ายใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดบวก (positivity mindset)

ตีความจาก Chapter 9 : Change the Emotional Set Point

กล่าวอย่างง่ายคือ อารมณ์เป็นสิ่งที่เรียนรู้ได้ ฝึกได้ คนเราเปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์ของตนเองได้ การเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์ในสายตาของผม เป็นการเรียนรู้ทักษะชีวิต

คนบางคนพื้นฐานทางอารมณ์คือ ความไม่พอใจหรือโกรธ แต่บางคนมีพื้นฐานเป็นความสงบเย็นและพึงพอใจ

ข้อมูลหลักฐานหรือทฤษฎีว่าด้วยพื้นฐานทางอารมณ์

นักเรียนที่มาจากครอบครัวขาดแคลน มักอยู่ภายใต้สภาพจิตใจที่มีความเครียดเรื้อรัง ซึ่งสมองจะปรับตัวโดยอัตโนมัติ โดยเปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์ (emotional set-point) ให้ไปในทางลบมากขึ้น เช่น ก้าวร้าวมากขึ้น ตอบสนองน้อยลง

อารมณ์กับสมอง

พฤติกรรมของคนเราขึ้นกับการเชื่อมต่อระหว่างสมองส่วนกำกับอารมณ์ (amygdala) กับสมองส่วนกำกับความคิดและพฤติกรรม (prefrontal cortex) พฤติกรรมในห้องเรียนที่เชื่อมโยงกับอารมณ์คือการเรียนรู้ และการฝึกควบคุมตัวเอง ความสามารถเผชิญสถานการณ์ขึ้นอยู่กับทั้งอารมณ์และการรับรู้ (cognition) มีผลการวิจัยบอกว่า ความสามารถเผชิญสถานการณ์ได้ดีช่วยลดปฏิกิริยาต่อความเครียด ในโรงเรียน นำไปสู่ผลการเรียนที่ดีขึ้น

ผลการวิจัยบอกว่า การที่จะเปลี่ยนพื้นฐานอารมณ์ของคนได้สำเร็จต้องการการดำเนินการต่อเนื่องสม่ำเสมอ ไม่ใช่ดำเนินการแบบเป็นครั้งคราวสัปดาห์ละครั้ง หรือเดือนละครั้ง ซึ่งหมายความว่าในเรื่องนี้สภาพแวดล้อมมีความสำคัญกว่า พันธุกรรม สภาพแวดล้อมที่เอื้อ ได้แก่

- ความคิดแบบใหม่
- พฤติกรรมที่ดีกว่าเดิม
- ร่างกายแข็งแรง
- มีเพื่อนดี
- มีเป้าหมายสูงส่ง
- สุขภาพดี

นักเรียนจากครอบครัวยากจนมักตกอยู่ใต้วงจรที่หม่นลงหรือหม่นสู่ความเสี่ยง คือ พื้นฐานทางอารมณ์เป็นลบ นำไปสู่การตัดสินใจที่ผิดพลาด ยิ่งทำให้พื้นฐานทางอารมณ์ตกต่ำ เป็นวงจรชั่วร้ายที่อาจดำรงอยู่ตลอดชีวิต

ครูสามารถช่วยเหลือ พื้นโอกาสมีชีวิตที่ดีให้แก่นักเรียนจากครอบครัวขาดแคลน ได้โดยเปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์ของนักเรียนให้เอียงไปทางบวกมากขึ้นๆ นำไปสู่การตัดสินใจที่ถูกต้อง และยกระดับพื้นฐานทางอารมณ์ เกิดเป็นวงจรแห่งความดีงามในชีวิตของนักเรียน

ความสุข ๓ แบบ

เพื่อให้ครูและศิษย์พัฒนาพื้นฐานทางอารมณ์ได้อย่างถูกต้อง ต้องการความเข้าใจความสุข ๓ แบบ ได้แก่

- **ความสุขชั่วแล่น** (spontaneous happiness) เช่น ได้กินไอศกรีม ได้กลิ่นหอม ได้เห็นดอกไม้สวยงาม ได้ฟังครูเล่าเรื่อง เป็นความสุขที่เกิดแบบไม่คาดฝัน สารเคมีที่หลั่งออกมาจากสมองคือ โดปามีน
- **ความสุขจากการที่ความอยากได้รับการตอบสนอง** (hedonic happiness) เป็นความสุขที่เกิดขึ้น เมื่อความต้องการได้รับการตอบสนอง เช่น เมื่อคนที่เสพติดบางสิ่ง ได้รับสิ่งที่ต้องการ อาจเรียกว่า สุขเมื่อกิเลสได้รับการตอบสนอง มีลักษณะพิเศษคือ (๑) มีความอยากหรือความต้องการล้นหน้า และ (๒) บุคคลนั้นแสวงหาสิ่งที่ตนต้องการ สารที่หลั่งออกมาจากสมองคือ โดปามีน แต่เมื่อความอยากและการตอบสนองเกิดซ้ำๆ หลายครั้งเข้าการหลั่งโดปามีนจะลดลง ต้องการการตอบสนองที่เพิ่มขึ้นซึ่งเป็นกลไกของการเสพติด โดยนัยนี้คำชมของครูอาจก่อผลร้ายต่อศิษย์กลายเป็นการสร้างการเสพติดคำชม อาจเรียกความสุขชนิดนี้ว่าความสุขที่ได้จากการเสพ
- **ความสุขจากการได้ธำรงเป้าหมายที่ทรงคุณค่า** (eudaimonic happiness) อ่านว่า ยูเดโมนิก) เป็นความอิ่มเอิบเบิกบานใจที่เกิดขึ้นจากการได้ทำสิ่งที่ทรงคุณค่ามายาวนาน อาจเรียกว่าเป็นความสุขจากฉันทะ หรือเกิดจากการได้สร้างสรรค์สิ่งที่มีคุณค่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณค่าที่อยู่เหนือผลประโยชน์ของตนเอง

ความรู้เกี่ยวกับความสุข ๓ แบบ มีความหมายต่อการเรียนรู้ของนักเรียน เพราะมีหลักฐานว่าสมองตอบสนองต่อความสุข ๓ แบบ แตกต่างกัน เฉพาะความสุขแบบที่ ๓ คือความสุขที่เกิดจากการสร้างสรรค์เท่านั้นที่มีผลสร้างสมอง มีหลักฐานจากงานวิจัยว่าทำให้สมองส่วนสีเทา (gray matter) และส่วนสีขาว (white matter) เพิ่มขึ้น ทำให้สมองทำงานได้เพิ่มขึ้น

นอกจากนี้ยังมีผลงานวิจัยบอกว่า คนที่มีความสุขแบบที่ ๓ มีการทำงานของยีน
ก่อนการอักเสบลดลง และมีการทำงานของยีนสร้างภูมิคุ้มกันต่อไวรัส และยีนสร้าง
ภูมิคุ้มกันเพิ่มขึ้น มีผลให้อัตรามาโรงเรียนของนักเรียนมัธยมเพิ่มขึ้น มีแนวโน้ม
ของสุขภาพดีขึ้น หลีกเลี่ยงยาเสพติด และมีชีวิตที่ปรับตัวได้ดีขึ้น

วิธีเปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์ของนักเรียน

เขาบอกว่า มีวิธีเปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์ของนักเรียน ๒ แนวทาง คือ
(๑) ใช้มาตรการที่เข้มข้น เช่น สร้างบาดแผลทางใจอย่างรุนแรง เป็นวิธีที่ไม่แนะนำ
(๒) ใช้เวลายาวนานทำสิ่งที่เหมาะสม นี่คือการเปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์จากการ
ทำสิ่งที่มีคุณค่า มีความหมาย และทำต่อเนื่องยาวนาน โดยได้รับการสนับสนุนให้
ดี ความคุณค่า เกิดสัมพันธ์ภาพที่ดี และนำไปสู่การเติบโตส่วนบุคคล โดยเขาแนะนำ
เครื่องมือ ๔ ชิ้น คือ

ใช้โครงการที่มีความหมาย

มีหลักฐานจากงานวิจัยว่าเด็ก ป.๖ ถึง ม.๖ ที่ทำโครงการระยะเวลา ๑ เทอม
ถึงหนึ่งปี มีอัตราการของโรคซึมเศร้าลดลง คำแนะนำต่อครูคือ ควรมอบหมายให้
นักเรียนเรียนแบบ project - based learning หรือ service learning หรือให้ทำงาน
เป็นทีมในเวลาหลายสัปดาห์หรือหลายเดือน

มุ่งที่ผลลัพธ์สุดท้าย

ในการมอบหมายงานให้นักเรียนทำเพื่อการเรียนรู้ ครูพึงเน้นที่เป้าหมายสุดท้าย
อธิบายคุณค่าของการบรรลุเป้าหมายนั้น และคุณค่าของการใช้ความพยายามเพื่อ
บรรลุเป้าหมาย อาจให้นักเรียนวาดภาพความรู้สึกที่ตนคาดหวังเมื่อบรรลุเป้าหมาย
และนำมาแชร์กับเพื่อน หรือนำเอารูปของนักเรียนรุ่นก่อนที่ร่วมกันฉลองความสำเร็จ
มาติดไว้ในห้อง หลังจากนั้นครูจึงหันมาเอาใจใส่กระบวนการทำงานของนักเรียนที่
จะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่มีคุณภาพสูง หากทางให้นักเรียนเกิดความสุขความพึงพอใจ
จากการได้ใช้กระบวนการทำงานที่ดี

มีผลงานคุณภาพสูงให้ดูเป็นตัวอย่าง

นักเรียนต้องการเรียนรู้ว่าผลงานที่ดีเป็นอย่างไร และต้องการให้ครูแสดงความใส่ใจในคุณภาพของผลงาน ไม่ใช่ส่งงานได้เร็วแค่ไหน ครูจึงต้องหาผลงานคุณภาพสูงมาให้ให้นักเรียนดู และวางไว้เป็นตัวอย่างในชั้นเรียน หรือโพสต์ไว้ในอินทราเน็ตของชั้นเรียน เพื่อสร้างความประทับใจของนักเรียนเข้ากับเหตุการณ์และผลงานคุณภาพสูง

ตอกย้ำวิธีการที่ใช้ได้ผล

ตอกย้ำวิธีการที่ใช้ได้ผลด้วยวิธีการง่ายๆ เช่น ยิ้ม กล่าวคำยืนยัน จัดเฉลิมฉลอง เขียนคำชม ชมนักเรียนภายในทีม อธิบายความมีคุณภาพสูงของผลงาน เป็นต้น

สร้างอารมณ์ความรู้สึกมีความสุขจากการได้สร้างสรรค์ให้เป็นอารมณ์พื้นฐานในชั้นเรียนหรือในโรงเรียน จะช่วยให้นักเรียนป่วยน้อยลงมาโรงเรียนมากขึ้น มีความมานะพยายามมากขึ้น และประสบความสำเร็จมากขึ้น พลังบวกที่เกิดขึ้นจะมีผลสะท้อนกลับมายังครู ครูจะมีความมั่นใจมากขึ้นและรู้สึกเหมือนได้รับรางวัล นี่คือผลที่ยั่งยืนจากงานวิจัย

เปลี่ยนวาทกรรม เปลี่ยนพฤติกรรม

เพื่อสร้างชุดความคิดบวกให้แก่ศิษย์ ครูต้องทำตนเป็นตัวอย่าง โดยเปลี่ยนวาทกรรมในสมอง จาก “ฉันได้พยายามมองโลกแง่บวกแล้ว แต่ในความเป็นจริงมีสารพัดอุปสรรค มองโลกแง่บวกเป็นเรื่องหลอกๆ แต่ฉันจริงใจต่อนักเรียน ฉันบอกความจริงตามที่เป็น” ไปเป็น “ฉันเป็นพันธมิตรที่มองโลกแง่บวกต่อเด็ก และจะช่วยให้ศิษย์สร้างความฝันสู่อนาคต”

ใคร่ครวญสะท้อนคิด และตัดสินใจ

การเปลี่ยนแปลงที่มีความหมายและยั่งยืน เริ่มจาก “กระจก” ซึ่งหมายถึง การสะท้อนภาพของตนเองออกมา ซึ่งในบันทึกที่ ๘ - ๑๑ หมายถึงภาพ “ชุดความคิดบวก” สำหรับใช้พัฒนาชุดความคิดของตนเอง โดยพื้นฐานความคิดที่สำคัญ คือ “ฉันมีทางเลือก” เสมอ ฉันจะเลือกใช้ชีวิตในวิชาชีพครูอย่างไร

เพื่อพัฒนาชุดความคิดบวกในตนเอง และในศิษย์ มีขั้นตอนสำคัญ ๓ ขั้นตอนคือ (๑) สร้างวาทกรรมใหม่ เกี่ยวกับตนเอง และศิษย์ (๒) เลือกกลยุทธ์เชิงบวก ในการสร้างความรู้สึกรุ่งแรงด้านที่จะต้องเปลี่ยนแปลง (๓) สร้างกระบวนการสนับสนุน เพื่อให้เกิดการดำเนินการสู่ความสำเร็จ กระบวนการสนับสนุนอาจเป็นการพูดคุย กับเพื่อนครู การเขียนบันทึกส่งให้ตนเอง การยกร่างแผนการสอนตามกลยุทธ์ใหม่ และตามวาทกรรมใหม่

เรื่องเล่าจากห้องเรียน

คุณครูเก่า - จตุพร หอมนวล ครูแนะแนวช่วงชั้นที่ ๒ ได้นำเอาวิธีเปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์ ที่แนะนำไว้ในบันทึกนี้ไปแก้ปัญหที่พบอยู่เสมอทุกๆ วัน ในชีวิตของครูแนะแนว ได้แก่ การเผชิญกับปัญหาของเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมในชั้นเรียน ซึ่งเรื่องราวเหล่านี้มีความถี่ที่ชวนให้ครูเป็นไมเกรนและเกิดภาวะความเครียดสะสมในทุกๆ วัน แน่นอนว่าเมื่อตัวครูเก่าเองได้รับรู้ข้อมูลดังกล่าวจากครูประจำวิชาหรือครูประจำชั้น ก็มักจะเกิดอารมณ์หงุดหงิด ไม่พอใจ และเมื่อเราพบเจอเด็กๆ ที่ถูกกล่าวถึง ก็ยิ่งทำให้เรามีภาพจำในมุขลบเกี่ยวกับเด็กๆ เหล่านั้น จากมุมมองของเพื่อนครูท่านอื่นๆ ที่ถูกส่งต่อกันมาเป็นทอดๆ เราจึงเหมือนคนที่มีเรื่องซุนซ่องหมองใจโกรธแค้นต่อกันกับเด็กกลุ่มนี้มานานแสนนาน

เมื่อครูได้สัมผัสกับอารมณ์เชิงลบที่เกิดขึ้นกับตนเอง ก็กลับมาคิดทบทวนกับตัวเองอย่างจริงจัง แล้วก็ได้พบกับความจริงว่าความรู้สึกที่เกิดขึ้นนี้นั้นบั่นทอนสัมพันธภาพ ที่เป็นความเชื่อมโยงความมั่นคงปลอดภัยระหว่างตัวครูและนักเรียน ทำให้ไม่มีเด็กไหนที่จะอยากเข้ามาปรึกษากับครู หวาดกลัวการพูดคุยกับครู เพราะเข้าใจว่าครูแนะแนวคือผู้ที่คอยดักเตือน และพูดคุยกับเด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมเท่านั้น

คำถามที่เกิดขึ้นกับตัวเองก็คือ แล้วเราจะเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อที่จะช่วยพัฒนาเด็กๆ ได้อย่างไร ต้องยอมรับว่าครูเก่าใช้กระบวนการลองผิดลองถูกมาหลายปี ตั้งแต่การตั้งกติกาให้นักเรียนมาหาทุกวันตอนเย็นเพื่อทบทวนตนเอง นักเรียนบางคนมาหานักเรียนบางคนครูต้องวิ่งตาม เรียกมาดักเตือนเมื่อนักเรียนมีพฤติกรรมที่ไม่เป็นไปตามข้อตกลง วิธีการเหล่านี้แม้จะช่วยให้พฤติกรรมของนักเรียนที่เป็นอุปสรรคลดลงในบางราย แต่ในบางรายความสัมพันธ์ของเราไปต่อกันไม่ได้ นักเรียนมีพฤติกรรมที่แย่ลง เนื่องจากนักเรียนเกิดความรู้สึกอึดและเบื่อหน่ายที่ต้องมาพูดคุยกับครูเป็นเวลานาน และพบกับความล้มเหลวในความพยายามที่ตนเองทำแล้ว แต่ครูเก่าไม่เข้าใจ

จนท้ายที่สุดครูเก่าก็กลับมาย้อนทวนตนเอง และบอกกับตัวเองว่าฉันจะไม่เป็นครูที่เด็กๆ วิ่งหนีอีกแล้ว เพราะเราเองก็อยากเป็นพื้นที่ปลอดภัยให้เด็กๆ ได้เข้ามาพูดคุยปรึกษาหารือ ครูเก่าจึงเริ่มต้นใหม่ด้วยการยกเอาความสุขและความภาคภูมิใจของนักเรียนเป็นตัวตั้งต้นในการเริ่มบทสนทนา ซึ่งต่างจากที่ผ่านมาที่เรามักเริ่มต้นคุยกันด้วยเรื่องที่เขาทำไม่ได้ เช่น ไม่พูดแทรกเกิน ๓ ครั้ง ไม่เล่นอุปกรณ์การเรียน ครูเก่าจึงพยายามมองหาจุดเด่น ความสามารถ ความถนัด คุณลักษณะที่ดีของเขาที่เราพบจากการสังเกต เพื่อเป็นจุดเชื่อมโยงในการพูดคุยสื่อสารและนำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่ครูอยากให้เกิดเป็นการใช้น้ำดีไล่น้ำเสียตอนแรกๆ ก็ทำได้ไม่จริงใจมากนัก แต่พอฝึกฝนทุกๆ วันตัวเราก็กเริ่มถนัดและมีทักษะในการชื่นชมมากขึ้น เช่น วันนี้ครูเก่าสังเกตเห็นว่านิโอพยายามทำโจทย์ด้วยตัวเองด้วยความตั้งใจ ครูเก่าได้เห็นพฤติกรรมนี้แล้วรู้สึกประทับใจมากเลย ครูอยากให้นิโอใช้วิธีนี้ในการแก้ปัญหาต่อไปนะครับ ปุณณ์ก็เล่าหาญมากที่หนูสื่อสารกับคุณครูผู้สอนในเรื่องที่หนูมีความเห็นแตกต่าง ครูขอชื่นชม ครูรู้สึกมีความสุขเวลาที่หนูฟังคำแนะนำและทำตามคำขอร้องของครูนะครับ ครูขอบคุณหมีพูห์ที่นำสมุดมาส่งครูตั้งแต่เช้าโดยไม่ต้องเตือนเลย มีความรับผิดชอบดีมากเลยครับ เป็นต้น

11 กรกฎาคม 2562

นี่คือการขอบคุณของน้องน้อยที่ช่วยน้องน้อยให้มีความสุขในใจ มีพลังในใจที่ช่วยน้องน้อย
และทำงานจนสำเร็จ สิ่งที่เกิดขึ้นคือการที่น้องน้อยได้เรียนรู้จากสิ่งนี้ว่าน้องน้อย
และน้องน้อยสามารถอยู่กับความรู้สึกจนจบหนึ่งอันได้ ครูเน้นย้ำความอดทน
และการทำงานที่น้องน้อยจะครบ

ชื่นชมที่น้องน้อยมีความพยายามในการศึกษา Model อย่างตนเอง... ขอให้น้องน้อยมีความสุข

ทำต่อไปให้น้องน้อยสำเร็จ นะคะ

สวัสดี
ครูเล็ก



2 สิงหาคม 2562

นี่คือการขอบคุณของน้องน้อยที่ช่วยน้องน้อยให้มีความสุขในใจ มีพลังในใจที่ช่วยน้องน้อย
จึงอยากให้น้องน้อยเรียนรู้จากสิ่งนี้ว่าน้องน้อยได้เรียนรู้จากสิ่งนี้ว่าน้องน้อย
ในทุกๆ วันนี้นะคะ

นี่คือการขอบคุณของน้องน้อยที่ช่วยน้องน้อยให้มีความสุขในใจ มีพลังในใจที่ช่วยน้องน้อย
จึงอยากให้น้องน้อยเรียนรู้จากสิ่งนี้ว่าน้องน้อยได้เรียนรู้จากสิ่งนี้ว่าน้องน้อย

ครูเล็ก

ซึ่งเรื่องราวดังกล่าวครูเก่าเริ่มต้นจากการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน ทั้งในคาบเรียน นอกคาบเรียนระหว่างการกิน การเล่น โดยที่ครูตั้งสายตาสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนอย่างตรงไปตรงมา เลือกเก็บคุณลักษณะที่จะเป็นเมล็ดพันธุ์ให้ความดี ความงามของนักเรียนนอกงาม เด็บโต ซึ่งได้แก่ การฟังเป็น พูดถูกจังหวะ รักในการอ่านเขียน ตรงต่อเวลา มีใจนึกถึงผู้อื่น มีความรับผิดชอบ เคารพปัญหา ไม่ย่อท้อ พร้อมเรียนรู้อยู่เสมอ ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้สำเร็จ และใช้เทคนิคการชื่นชมในพฤติกรรมความพยายามของเขาด้วยการสื่อสารกับนักเรียนตัวต่อตัวอย่างชัดเจน ชื่นชมในที่สาธารณะให้เพื่อนๆ หรือครูได้ยินด้วย

นอกจากนี้ครูเก่ายังได้สอบถามจากเพื่อนครูด้วยว่า “วันนี้พบเห็นพฤติกรรมที่ดีของนักเรียนอะไรบ้าง” แล้วนำเรื่องราวดีๆ เหล่านั้นไปเขียนบันทึกความดีของนักเรียนลงในสมุดบันทึกที่มีชื่อเรียกว่า สมุดसानรัก โดยเขียนทั้งเรื่องที่ครูเก่าเองสังเกตเห็น และเรื่องที่ครูประจำวิชากล่าวชื่นชมเด็กๆ เพื่อให้เขานำสารความดีความภาคภูมิใจของตนเองกลับบ้านให้คุณพ่อ คุณแม่ ได้มีส่วนร่วมชื่นชม ซึ่งทางบ้านเองก็ฝึกฝนตนเองเพื่อมองหาพฤติกรรมที่ดี และเลือกชื่นชมลูกของตนเอง ได้พูดคุยสื่อสารสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่าง พ่อแม่ ลูก เป็นพื้นที่ปลอดภัยให้แก่ลูกด้วย

15 สิงหาคม 2562

ครูเก่าได้ใจที่อ่านไม่ พยายาม ทบทวนตนเอง ครูเองก็สังเกตเห็นว่าตนเองนั้นอ่านไม่
พูดคำไม่สุภาพ ลมหายใจของครูเองก็อยู่ ครูเองก็อ่านไม่ทำได้อะ

* วันนี้ครูเก่าฝากอ่านไม่ ได้หนังสือไปมอบให้
คุณพ่อ คุณแม่ อ่านกันครับ



ขอชื่นชมที่อ่านไม่ ทำหน้าที่เป็นนายนาวาออกทุกวันอย่างตั้งใจ เชิญชม

จากการที่ครูได้ฝึกใช้สายตาในการสังเกตเลือกคัดสรรเมล็ดพันธุ์ความดี ครูเฝ้าพบว่าในช่วงระยะแรกตัวเองจะใช้เวลาในการมองหาเมล็ดพันธุ์ความดี หรือพฤติกรรมเชิงบวกของนักเรียนได้ช้ามากและหาได้ยากมาก แต่เมื่อฝึกฝนตนเองไปเรื่อยๆ โดยมีกำลังใจเป็นรอยยิ้มของเด็กๆ ที่เราได้ชื่นชมเขา ได้รับถ้อยคำ ความสุขจากทางบ้านที่เห็นลูกในมุมบวก ครูเฝ้าก็เริ่มพบว่าตนเองมองหาพฤติกรรม หรือคุณลักษณะที่ดีเพื่อชื่นชมหรือพูดกับนักเรียนได้คล่องขึ้น และตอบสนอง ได้รวดเร็วทันทีเมื่อเห็นนักเรียนคนนั้น รวมทั้งสะท้อนนักเรียนได้รวดเร็วมากขึ้น ครูเฝ้าสังเกตเห็นว่าเด็กๆ พยายามที่จะดูแล กำกับตนเองให้มีคุณลักษณะที่ดี ได้อย่างต่อเนื่อง การใช้เวลาในช่วงเย็นพูดคุยกับนักเรียนก็กลายเป็นบรรยากาศ ที่ผ่อนคลาย สบาย เป็นกันเองและอบอุ่นมากขึ้น เพราะครูจะเริ่มต้นบทสนทนา ด้วยการสื่อสารพฤติกรรมที่น่ารัก น่าชื่นชมของเขาก่อนเสมอ หลังจากนั้นจึงจะ ขอความร่วมมืออื่นๆ ต่อไป ตัวนักเรียนก็เปิดรับคำแนะนำในเรื่องพฤติกรรม ที่ไม่เหมาะสมที่แสดงออกมาในแต่ละวันได้มากขึ้น มีความพยายามที่จะดูแล รับผิดชอบพฤติกรรมที่ตนเองต้องพัฒนาได้มากขึ้น รวมถึงเพื่อนครูก็มีสายตา มองเห็นนักเรียนในมุมบวก และชื่นชมนักเรียนได้มากขึ้นเช่นกัน

ภาค
๕

ชุดความคิดว่าด้วยห้องเรียน
ที่มีบรรยากาศเรียนเข้ม
(rich classroom climate mindset)

บทที่ ๑๒ ให้ความสำคัญต่อวิสัยทัศน์และ
การแสดงออกของนักเรียน

บทที่ ๑๓ กำหนดความปลอดภัยเป็น
สภาพปกติของห้องเรียน

บทที่ ๑๔ สร้างความเชื่อมั่นว่าตนเรียนสำเร็จได้



ให้ความสำคัญต่อวิสัยทัศน์ และการแสดงออกของนักเรียน

บันทึกนี้เป็นบันทึกแรกใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดห้องเรียนที่มีบรรยากาศ
เรียนเข้ม (rich classroom climate mindset)

ตีความจาก Part Four : Why the Rich Classroom Climate Mindset
และ Chapter 10 : Engage Voice and Vision

สาระหลักในบันทึกนี้คือ นักเรียนจากครอบครัวขาดแคลน มาโรงเรียนพร้อมกับ
ผลลบจากความเครียดเรื้อรัง ทำให้สมองไม่เปิดและขาดแคลนทักษะหลายด้าน
ที่สำคัญต่อการเรียนรู้ มี "ยาวิเศษ" แก่ข้อด้อยของนักเรียนเหล่านี้ คือความรู้สึกว่า
ตนได้รับการยอมรับนับถือจากครูและเพื่อนๆ หรือศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ของ
นักเรียนได้รับการยอมรับ หรือเอกลักษณ์ (identity) ของนักเรียนแต่ละคนได้รับ
การยอมรับ รายละเอียดในบันทึกนี้ในส่วนต้นเป็นเรื่องทฤษฎีที่ได้จากการวิจัย และ
ส่วนหลังเป็นภาคปฏิบัติซึ่งก็มีหลักฐานจากงานวิจัยเช่นเดียวกัน

ทฤษฎี

ชื่อของตอนที่ ๔ ในหนังสือภาคภาษาอังกฤษใช้คำว่า rich (ร่ำรวย) ซึ่งพุ่งเป้า
ไปที่สภาพห้องเรียนที่มีบรรยากาศที่ร่ำรวยปัจจัยที่สำคัญยิ่งต่อการเรียนรู้ของ
นักเรียน ๔ ปัจจัย ได้แก่ ร่ำรวยการยอมรับ (affirmation) ร่ำรวยสภาพที่ตรงตาม
ความต้องการของนักเรียน (relevancy) ร่ำรวยการผูกพัน (engagement) ตัวนักเรียน
และร่ำรวยปฏิสัมพันธ์ (relationship) ระหว่างมนุษย์

บรรยากาศห้องเรียนเช่นนี้ช่วยให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคลายและรู้สึกปลอดภัยที่จะกล้าเรียนรู้แบบกล้าเสี่ยง ทั้งเสียงเชิงวิชาการและเชิงพฤติกรรม รวมทั้งช่วยให้นักเรียนกล้าฝันในลักษณะของ “ฝันใหญ่”

คำว่า บรรยากาศ (climate) ในที่นี้มียอดประกอบคือ พลัง การมีส่วนร่วม สปิริต ความยอมรับนับถือ การเรียนรู้ การเคลื่อนไหว การฟัง การแลกเปลี่ยน การใคร่ครวญสะท้อนคิด และเป้าใหญ่ ทั้งหมดนี้นำไปสู่สภาพห้องเรียนที่มีผลลัพธ์สูง (high-performing classroom) และมีความเท่าเทียมสูง

ห้องเรียนที่มีบรรยากาศเช่นนี้ ไม่ใช่ดีต่อนักเรียนเท่านั้นแต่ยังดีต่อครูด้วยเพราะจะช่วยให้ชีวิตครูง่ายขึ้น มีปัญหาจากความประพฤตินักเรียนน้อยลง

ครูที่จัดให้ห้องเรียนมีบรรยากาศดังกล่าว ต้องมีชุดความคิดห้องเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้ม (rich classroom climate mindset) ซึ่งตรงกันข้ามกับชุดความคิดห้องเรียนแบบเดิมๆ (traditional classroom climate mindset)

ในชุดความคิดห้องเรียนแบบเดิมกำหนดว่า นักเรียนต้องมาโรงเรียนพร้อมกับความตั้งใจเรียน รู้ว่าจะต้องประพฤติตัวอย่างไร รู้ว่าจะทำงานเป็นทีมอย่างไร รู้ว่าจะถามคำถามที่เหมาะสมอย่างไร และรู้ว่าจะต้องเรียนรู้หลักการยากๆ ด้วยตนเอง โดยไม่มีคนช่วย วาทกรรมของครูที่มีชุดความคิดนี้คือ “ฉันมีหน้าที่สอนเนื้อหาวิชาความรู้ หากคุณต้องการให้นักเรียนเรียนได้ดี จงบอกให้เขาตื่นและตั้งใจเรียน ห้องเรียนไม่ใช่สถานบันเทิง”

ในขณะที่ครูที่มีชุดความคิดห้องเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้ม ยึดถือวาทกรรมที่ตรงกันข้าม ได้แก่ “ฉันโฟกัสที่ผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักเรียน และเชื่อมโยงสู่กระบวนการเรียนรู้และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของทุกวัน” รวมทั้งวาทกรรม “นักเรียนรู้ว่าชั้นเรียนของฉันมีไว้เพื่อการเจริญเติบโตของนักเรียน นักเรียนสามารถเป็นตัวของตัวเอง ปฏิบัติงานผิดพลาด รวมทั้งกล้าเสี่ยงต่อความผิดพลาดในการเรียน โดยมั่นใจว่าจะมีครูอยู่เคียงข้าง”

วัฒนธรรมของชั้นเรียนกับบรรยากาศของชั้นเรียน

หนังสือบอกว่า “วัฒนธรรมของชั้นเรียน” กับ “บรรยากาศของชั้นเรียน” ไม่ใช่สิ่งเดียวกัน วัฒนธรรมเป็นสิ่งที่เราปฏิบัติ (พฤติกรรมและลักษณะนิสัย) ส่วนบรรยากาศเป็นสภาพความรู้สึกของเรา

วัฒนธรรมเป็นตัวกำหนดและทำนายพฤติกรรม แต่บรรยากาศเป็นผลของพฤติกรรมและอารมณ์ร่วมของคนส่วนใหญ่ ซึ่งในกรณีของโรงเรียนบรรยากาศขึ้นอยู่กับอารมณ์ความรู้สึกของนักเรียนทั้งหมดในขณะใดขณะหนึ่ง

บรรยากาศเป็นเรื่องชั่วคราวหรือชั่วขณะใดชั่วขณะหนึ่ง ส่วนวัฒนธรรมเป็นเรื่องที่ค่อนข้างถาวรและมาจากการสั่งสมระยะยาว การเปลี่ยนวัฒนธรรมต้องการการดำเนินการที่มีเป้าหมายยิ่งใหญ่ และต้องดำเนินการต่อเนื่องระยะยาว แต่บรรยากาศเปลี่ยนได้ในบัดดล

ในบันทึกตอนที่ ๑๒ - ๑๔ นี้ เราเน้นที่บรรยากาศ แต่โดยที่การสร้างบรรยากาศห้องเรียนที่มีการเรียนเข้มข้นมีพื้นฐานจากวัฒนธรรมของโรงเรียนและชั้นเรียน เขาจึงแนะนำว่าต้องสร้างวัฒนธรรมต้อนรับนักเรียนทุกคนให้มาโรงเรียน ไม่ใช่ต้อนรับเฉพาะนักเรียนที่ครูรัก หรือนักเรียนที่มีความประพฤติดีเท่านั้น

สร้างวัฒนธรรมที่เอื้อต่อการใคร่ครวญสะท้อนคิดว่า พฤติกรรมของสมาชิกของแต่ละคนในโรงเรียนมีผลต่อสมาชิกทั้งหมดและต่อโรงเรียนอย่างไร เพื่อร่วมกันสร้างโรงเรียนให้เป็นชุมชนที่ยิ่งใหญ่

สร้างวัฒนธรรมที่ส่งเสริมวาทกรรมที่เอื้อให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีเกียรติ มีเป้าหมายยิ่งใหญ่ และมีพลัง โดยการพูดวาทกรรมเชิงบวกซ้ำๆ รวมทั้งสร้างสภาพที่เอื้อให้เกิดการเรียนรู้สูงสุด

บรรยากาศห้องเรียนเป็นผลรวมของสารพัดสิ่ง รวมทั้งการสร้างปฏิสัมพันธ์ การสอน การเรียนแบบร่วมมือกัน กลยุทธ์สร้างวินัย หลักสูตร ความคาดหวัง และความเอาใจใส่ (engagement) มีผลงานวิจัยว่า การสร้างบรรยากาศห้องเรียนที่ดีของครู มี effect size เท่ากับ ๐.๘๐ หรือเท่ากับการเพิ่มการเรียนรู้ถึง ๒ ปี

บรรยากาศห้องเรียนที่มีบรรยากาศเชิงบวกสูงกับห้องเรียนที่มีบรรยากาศเชิงบวกต่ำ เปรียบเทียบกันได้ตามตารางนี้

บรรยากาศเชิงบวกสูง	บรรยากาศเชิงบวกต่ำ
ความริเริ่มสร้างสรรค์	ความโกรธ
รู้สึกมีความหวัง	สมองตื้อ
ความอดทนมานะพยายาม	รู้สึกสิ้นหวัง
ปัญญาญาณ	อยากออกจากโรงเรียน
ความสนใจกว้าง	พฤติกรรมไม่ดี
ความยืดหยุ่นต่อการรับรู้	คิดวกวน
มีทางเลือกในการแสดงพฤติกรรมเพิ่มขึ้น	มีทางเลือกในการแสดงพฤติกรรมจำกัด

ผลลัพธ์ของชั้นเรียนที่มีบรรยากาศเรียนจบ

ห้องเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้มมีกระบวนการที่ซับซ้อนทางด้านสังคม อารมณ์ และวิชาการ ไม่ใช่ชั้นเรียนที่ครูแสดงความเข้มงวด ดูด่าว่ากล่าวนักเรียนที่ไม่ตั้งใจเรียน มีผลงานวิจัยระบุว่าในสหรัฐอเมริกาโรงเรียนที่เด็กส่วนใหญ่ยากจน จำนวน ๑๐ โรงเรียน พบว่าการจัดชั้นเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้มตามที่จะกล่าวถึงในบันทึกที่ ๑๒ - ๑๔ ทำให้ครึ่งหนึ่งของนักเรียน กลายเป็นนักเรียนที่มีผลการเรียนดี มีผลการเรียนอยู่ในร้อยละ ๒๕ แรกของรัฐ

ผลงานวิจัยบอกว่า ประสิทธิภาพของครู (teacher effectiveness) เป็นปัจจัยสำคัญที่สุดต่อความก้าวหน้าในการเรียนของศิษย์ (effect size ๐.๙๘) หากมีบรรยากาศชั้นเรียนแบบเรียนเข้มเสริมเข้าไป ผลดีที่เกิดต่อศิษย์จะยิ่งเพิ่มขึ้นได้อีกมากมาย

การพัฒนาชุดความคิดห้องเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้มได้สำเร็จ จะช่วยให้ห้องเรียนเป็นทั้งสวรรค์ของนักเรียน และของครู

ชุดความคิดนี้เริ่มจากการทำให้นักเรียนแต่ละคนรับรู้ ว่า ครูและคนอื่นๆ ในชั้นเรียนรับรู้ตัวตนของนักเรียน รับรู้สิ่งที่นักเรียนมุ่งหวัง และรับรู้ความรู้สึกนึกคิดของนักเรียน โดยเครื่องมือทำให้เกิดการรับรู้นี้มี ๓ ชั้น คือ (๑) ความหมาย (relevance) ต่อนักเรียน (๒) เสียง (voice) ของนักเรียน และ (๓) วิสัยทัศน์ (vision) ของนักเรียน

มีความหมายต่อนักเรียน

เรื่องที่มีความหมายต่อตัวนักเรียนมีความละเอียดอ่อนและซับซ้อน และมีความแตกต่างหลากหลายในนักเรียนในชั้น หากเน้นที่บทเรียนคำถามที่ใช้ในการหาความเหมาะสมหรือความจำเป็น คือ “ทำไมฉันต้องเรียนสิ่งนี้” นั่นคือ บทเรียนต้องมีความหมายในความคิดของนักเรียนด้วย ไม่ใช่แค่มีความหมายในความคิดของครู

มองอีกมุมหนึ่งครูต้องช่วยให้นักเรียนเชื่อมโยงบทเรียนเข้ากับชีวิตในอนาคตของตนได้ ยิ่งในชั้นเรียนที่นักเรียนส่วนใหญ่มาจากครอบครัวขาดแคลน ซึ่งมักมาจากครอบครัวที่มีวัฒนธรรมย่อยหรือเป็นชนกลุ่มน้อย ครูต้องช่วยให้นักเรียนมองเห็นหรือเข้าใจว่า บทเรียนนั้นมีความหมายตามนิยวัฒนธรรมของตนอย่างไร หนังสือเรียกครูที่เอาใจใส่เรื่องนี้ว่า culturally responsive teacher (ครูที่เอาใจใส่วัฒนธรรมของนักเรียน) โดยครูพึงตอบคำถาม ๔ ข้อ ต่อไปนี้

๑. **ครูช่วยเสริมความมั่นใจ (affirming) หรือไม่** ครูที่ตระหนักในปัจจัยด้านวัฒนธรรมต่อการเรียนรู้จะหมั่นทำความเข้าใจ (validate) และเสริมความมั่นใจให้แก่ศิษย์ โดยต้องหาทางให้นักเรียนได้เล่าประสบการณ์ของตนที่บ้านให้เพื่อนๆ และครูรับรู้ เพื่อครูหาทางช่วยเหลือส่งเสริมให้นักเรียนจัดการโลกที่บ้าน (หรือชุมชน) กับโลกที่โรงเรียน และเชื่อมโยงสู่การเรียนรู้ของตนได้ เมื่อนักเรียนแชร์ประสบการณ์ในชุมชนของตนจบ ครูกล่าวว่า “ขอบคุณ สมศรีมาก ครูดีใจที่เธอแชร์เรื่องนี้ต่อเพื่อนๆ การที่เราเรียนรู้เรื่องราวของกันและกัน มีความสำคัญมาก”

๒. **การสอนของครูมีความแตกต่างหลากหลายหรือไม่** การสอนนักเรียนที่มาจากครอบครัวขาดแคลน ต้องมีลักษณะที่ “สอดคล้องกับวัฒนธรรม” (culturally relevant) โดยต้องใช้สื่อการสอนที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมของนักเรียนเพื่อสร้างการเรียนรู้ ความรู้ ทักษะ คุณค่า และเจตคติ ผ่านบรรยากาศในห้องเรียน วิธีการสอน และวิธีประเมิน หากจะมีการฉายภาพคน ต้องพยายามหาคนที่มีความตาบ่งบอกว่าเป็นคนในวัฒนธรรมเดียวกันกับนักเรียน และเน้นใช้ reciprocal teaching (ครูกับนักเรียนผลัดกันทำหน้าที่นำกระบวนการเรียนรู้ในหน่วยย่อยของคาบเรียน) และ cooperative learning (นักเรียนผลัดกันแสดงบทบาทหลากหลายบทบาทในชั้นเรียน)

๓. **ครูช่วยเอื้ออำนาจ (empower) แก่นักเรียนหรือไม่** ทำโดยเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ผลัดกันแสดงบทบาทผู้นำในชั้น การเชิญบุคคลที่มีเชื้อชาติเดียวกันกับนักเรียนมาเป็นแขกหรือวิทยากรเฉพาะเรื่องก็เป็นการเอื้ออำนาจแก่นักเรียน การที่นักเรียนได้รับการเอื้ออำนาจ มีผลต่อสมรรถนะทางวิชาการ ความมั่นใจตนเอง ความกล้า และการแสดงบทบาทในชั้นเรียน

๔. **ครูช่วยเปลี่ยนชีวิตให้แก่นักเรียนหรือไม่** นี่คือการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (transformative learning) ครูต้องร่วมกับนักเรียนทำความเข้าใจด้านลบของการศึกษาที่ไม่ดี ครูต้องช่วยให้นักเรียนเติบโตทางวิชาการ มีเป้าหมายชีวิต เตรียมตัวเข้าสู่การมีงานทำ รวมทั้งช่วยพิเศษเพื่อไปสอบเข้าโรงเรียนชั้นมัธยม เป้าหมายคือ ช่วยให้นักเรียนหลุดพ้นจากสภาพยากจนในอนาคต

ครูที่เอาใจใส่วัฒนธรรมของนักเรียน จะทำความรู้จัก ให้ความยอมรับ และเอาใจใส่ นักเรียนทุกคน โดยกำหนดความคาดหวังสูง จัดหลักสูตรเข้ม และจัดการสนับสนุนที่ต้องการ เพื่อให้นักเรียนบรรลุเป้าหมายตามความคาดหวังที่กำหนด และต้องหมั่นทบทวนไตร่ตรองพฤติกรรมของตนเองว่า เผลอแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมอย่างไรบ้าง และดำเนินการแก้ไขตนเอง

เสียงของนักเรียน

เมื่อนักเรียนได้มีโอกาสพูดหรือแสดงออก นักเรียนจะรู้สึกว่าได้รับฟัง และได้รับความเข้าใจ ช่วยสร้างความมั่นใจตนเอง และความรู้สึกว่าสามารถกำกับการเรียนรู้ของตนเองได้ ครูต้องรับฟัง เสริมความมั่นใจ และค่อยๆ ทำให้นักเรียนเข้าใจความแตกต่างระหว่างความเห็น (opinion) กับความจริง (fact) โดยครูอาจใช้คำพูดในทำนอง “ครูชอบมากที่เธอแชร์ความเห็นต่อชั้นเรียน และหวังว่าพรุ่งนี้เธอจะแสดงความเห็นอีก”

การได้แสดงความคิดเห็นและได้รับการรับฟัง ถือเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ ช่วยให้รู้สึกว่าคุณมีความสำคัญ ได้รับความชื่นชม ได้รับเกียรติ ได้รับความยอมรับนับถือ ยิ่งนักเรียนจากครอบครัวด้อยโอกาส ยิ่งต้องการสิ่งนี้มากเป็นพิเศษ เพราะจะช่วยลดความเครียดและช่วยพัฒนาทักษะยืนหยัดในสถานการณ์เลวร้าย ให้ไม่เกิดความเครียด มีผลงานวิจัยบอกว่า นักเรียนที่รู้สึกได้รับการยอมรับในชั้นเรียนตั้งแต่สองสามสัปดาห์แรกของเทอมจะเพิ่มความเอาใจใส่ในการเรียน และพฤติกรรมนี้จะดำรงต่อเนื่องไปตลอดรายวิชานั้น

ในสหรัฐอเมริกา มีขบวนการสร้างความรู้สึกรักมีตัวตนของเด็กด้อยโอกาส เพื่อแก้ปัญหาการเรียนและปัญหาสังคม ดังตัวอย่าง โปรแกรม We All Have a Voice (<http://weallhaveavoice.org>)

หนังสือแนะนำวิธีส่งเสริมให้นักเรียนแสดงออก ดังต่อไปนี้

- **เชื่อเชิญให้นักเรียนแชร์ความต้องการของตน** โดยเปิดช่องทางเสนอความต้องการหลากหลายแบบ
- **ทำความเข้าใจนักเรียน และใช้เป็นฐานของปฏิสัมพันธ์** ครูทำความเข้าใจความรู้ปฏิบัติ (tacit knowledge) ทักษะด้านสังคมและด้านจิตใจ และแฉวงสังคมของนักเรียน
- **เชิญชวนให้นักเรียนระบายปัญหาส่วนตัวกับผู้ใหญ่ที่ยินดีรับฟัง** มีผู้ใหญ่ที่นักเรียนไว้วางใจ และรับฟังนักเรียนเป็น เช่น ครูประจำวิชา ครูแนะแนว ผู้ปกครองนักเรียนบางคน โดยที่คนเหล่านี้ต้องมีทักษะรับฟังและรักษาความลับได้
- **ส่งเสริมให้นักเรียนกล้าเสี่ยง** กล้าเสี่ยงในที่นี้หมายถึงเสี่ยงในการก่อการดี เช่น สร้างการเปลี่ยนแปลงในโรงเรียน สมัครเป็นกรรมการนักเรียน รวมทั้งทำกิจกรรมในชุมชน
- **เชื่อเชิญให้นักเรียนมีหุ้นส่วน** โดยที่หุ้นส่วนอาจเป็นผู้ใหญ่ที่หวังดีที่จะช่วยให้คำแนะนำเรื่องวิธีสื่อสารกับพ่อแม่
- **สร้างแรงบันดาลใจให้นักเรียนเขียนและพูดต่อสาธารณะ** เพื่อสร้างความมั่นใจและสร้างทักษะทางสังคม

มีผลงานวิจัยบอกว่าในช่วงวัยรุ่นมนุษย์เราแต่ละคนจะแสวงหาอัตลักษณ์ หรือความมีตัวตนของตนเอง การช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจในชาติพันธุ์ของตนเองจะส่งผลต่อการปรับตัวและพัฒนาการ

การที่ครูช่วยให้นักเรียนมีความยอมรับอัตลักษณ์ของตนเอง โดยการกล้าแสดงความคิดเห็นเป็นการเอื้ออำนาจให้แก่นักเรียน

วิสัยทัศน์ของนักเรียน

ในที่นี้วิสัยทัศน์ของนักเรียนหมายถึง ความคาดหวังต่ออนาคตของตนเอง หากความคาดหวังหรือเป้าหมายนี้เชื่อมเป็นเนื้อเดียวกันกับการเรียน การเรียนหรือชีวิตในโรงเรียนก็จะมีพลัง นักเรียนจะเป็นเจ้าของการเรียนรู้เพื่ออนาคตของตนเอง

ครูพึงเชื่อมโยงวิสัยทัศน์ของนักเรียนนี้เข้ากับสาระในบันทึกที่ ๕ ตั้งเป้าหมายสูง เพื่อให้วิธีการในบันทึกที่ ๕ ช่วยส่งเสริมความสำเร็จในการบรรลุเป้าหมายในอนาคตระยะยาวของนักเรียน โดยพึงตระหนักว่าเป้าหมายตามในบันทึกที่ ๕ เป็นเป้าหมายจำเพาะ เฉพาะเรื่องการเรียนรู้และเป็นเป้าหมายระยะไม่ยาวมาก คือ ๑ ปี หรือ ๑ เทอม แต่เป้าหมายที่เรียกว่าวิสัยทัศน์เป็นเป้าหมายชีวิต ซึ่งเป็นเรื่องระยะยาวมาก เป็นหน้าที่ของครูที่จะช่วยส่งเสริมให้ “ฝันใหญ่” ของนักเรียน โผล่ออกมา หรือพูดในอีกนัยหนึ่งว่าหนุนให้นักเรียนกล้าฝันและต้องไม่ใช่แค่ช่วยให้ฝัน ครูต้องช่วยฝึกทักษะในการทำให้ฝันเป็นจริงด้วย โดยเขาแนะนำ ๓ วิธี

๑. ถาม ครูตั้งคำถามให้นักเรียนบอกความฝันในชีวิตว่า ในอนาคตเมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ต้องการมีชีวิตอย่างไร อยากประสบความสำเร็จในชีวิตในลักษณะไหน นักเรียนจำนวนหนึ่งจะตั้งเป้าไม่เป็นหรือไม่กล้าฝันใหญ่ เขาแนะนำให้ฟังหรืออ่านความฝันในชีวิตของคนอื่น เช่น ค้นด้วย Google ด้วยคำค้นว่า “teens or students who have changed the world” เขาแนะนำว่า เมื่อครูตั้งคำถามและนักเรียนตอบเรื่องความฝันในชีวิตของตน ให้รับฟัง และทำความเข้าใจ อย่าตัดสิน แต่บอกนักเรียนให้เขียนแล้วแชร์กับเพื่อนสนิท ทำความชัดเจน และระบุขั้นตอนเพื่อการบรรลุเป้าหมาย

๒. ช่วย ครูช่วยให้นักเรียนทำความเข้าใจของเป้าหมาย โดยใช้เกณฑ์ SMART (strategic & specific, measurable, amazing, relevant และ time-bound) ให้นักเรียนบอกว่า ผลลัพธ์สุดท้ายมีภาพเป็นอย่างไร อธิบายเป็นถ้อยคำได้อย่างไร และก่อความรู้สึกอะไร

๓. ฝึกตั้งเป้าหมาย โดยเขียนในคอมพิวเตอร์หรือแท็บเล็ต หรือกระดาษ ฟลิปชาร์ต ทำเป็นเส้นทางตามช่วงเวลา จากจุดเริ่มต้นถึงเป้าหมายสุดท้าย และระบุเป้าหมายรายทางเป็นช่วงๆ ดีที่สุดหากร่วมกันทำกับเพื่อนคู่หู ให้นักเรียนระบุเป้าหมายรายทางที่จะบรรลุให้ได้ เช่น ได้เกรดสูงขึ้น แล้วคิดย้อนทาง (คิดจากผลไปหาเหตุ) ว่าตนเองจะอย่างไรบ้าง จะปรับปรุงตนเองเพื่อบรรลุเป้าหมายรายทางนั้นอย่างไร ครูทำหน้าที่ช่วยให้นักเรียนมีจิตจดจ่อมุ่งมั่นอยู่กับเป้าหมายปลายทางและเป้าหมายรายทางอย่างไม่ละลด โดยจัดกิจกรรมให้นักเรียนแสดงผลลัพธ์ของเป้าหมายปลายทางด้วยท่าทางประกอบเพลง ที่เป็นเพลงเฉลิมฉลองความสำเร็จ เช่น ท่าทางตอนเรียนจบปริญญาตรี มีผลงานวิจัยบอกว่ากิจกรรมเช่นนี้มีผลเปลี่ยนสารเคมีในสมอง ทำให้เทสโทสเทอโรน (ฮอร์โมนที่สำคัญที่สุดของเพศชาย) เพิ่มขึ้น คอร์ติซอล (ฮอร์โมนก่อความเครียด) ลดลง ช่วยเพิ่มความรู้สึกมั่นใจว่าตนจะบรรลุความสำเร็จได้ และช่วยเพิ่มความกล้าเสี่ยง เกิดแรงบันดาลใจต่อการเรียน นอกจากนั้นเมื่อนักเรียนบรรลุความสำเร็จตามเป้าหมายรายทาง ครูต้องจัดกิจกรรมเล็กๆ เป็นการเฉลิมฉลองเพื่อสร้างแรงบันดาลใจต่อเนื่อง

เรื่องเล่าจากห้องเรียน

การเดินทางที่ท้าทายของ คุณครูเกมส์ - สุธิตา งามแก้ว ในปีการศึกษา ๒๕๖๒ ได้เริ่มต้นขึ้น เมื่อครูเกมส์ผันตัวเองจากครูผู้สอนหน่วยวิชาภูมิปัญญาภาษาไทย ในระดับชั้น ๕ มาสู่การสอนในระดับชั้น ๖ เพราะต้องการสร้างการเติบโตให้กับตัวเอง ครูเกมส์บันทึกความคิดและการทำงานในช่วงนี้เอาไว้ว่า

ด้วยความเชื่อที่มีอยู่ในใจการรับฟังกันอย่างลึกซึ้งจะก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่สำคัญ และผู้เรียนจะได้สัมผัสกับการเรียนรู้เช่นนี้ได้ก็ต่อเมื่อเรื่องราวที่นำมาเรียนรู้กันในห้องเรียนในแต่ละคราวเอื้อให้เขาได้มีส่วนในการเปิดเผยตัวตนของแต่ละคนออกมาเรียนรู้ร่วมกันกับกลุ่มเพื่อน และเติบโตไปด้วยกัน การเรียนรู้ชนิดนี้ก็จะเกิดขึ้นได้ ต่อเมื่อสมาชิกในห้องทุกคนมีความรู้สึกว่าได้เป็นเจ้าของการเรียนรู้นั้นด้วยตัวของเขาเอง

ถ้าการทำให้ผู้เรียนที่กำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่นอยากก้าวเข้ามาเป็นเจ้าของการเรียนรู้ คือโจทย์ปัญหาข้อใหญ่ของครู คำเงื่อนไขที่จะนำไปสู่วิธีการตอบโจทย์ท้าทายนี้ก็คือ การสร้างแผนการเรียนรู้ที่เอื้อให้พวกเขาได้แสวงหาอัตลักษณ์ และค้นพบที่มาของตัวตน นั่นเอง

แผนการเรียนรู้ในภาคเรียนฉันทะของนักเรียนระดับชั้น ๖ จึงตั้งต้นจากการสร้างปฏิสัมพันธ์ให้ครูได้มีโอกาสทำความรู้จัก และสร้างความคุ้นเคยกับผู้เรียนผ่านกิจกรรม “ค้นหาผู้อ่าน” ด้วยการไปรวบรวมข้อมูลการอ่านของนักเรียนทุกคนจากสถิติที่มีอยู่ในห้องสมุด แล้วนำมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กันในห้องเรียนซึ่งข้อมูลชุดนี้จะประกอบไปด้วยชื่อผู้ยืม ชื่อหนังสือ ชื่อผู้แต่ง และประเภทของหนังสือ ที่ฉันใช้เป็นจุดเริ่มต้นของการถกทอดความชอบและความสนใจของแต่ละคนเข้ามาหากัน

กิจกรรมนี้ทำให้เราต่างได้เรียนรู้เหตุผลของแต่ละคนที่อยู่เบื้องหลังการเลือกอ่านหนังสือแต่ละเล่ม รับรู้ความสนใจที่หลากหลายของเพื่อนร่วมชั้นผ่านหนังสือที่พวกเขาเลือกหยิบมาอ่าน...แล้วทุกคนก็ต้องพบกับความแปลกใจเมื่อได้รู้ว่าเพื่อนแต่ละคนนั้นเป็นอย่างไรหนังสือที่เขาอ่านจริงๆ

กิจกรรม “นักเขียนในดวงใจ” เป็นกิจกรรมลำดับถัดมาที่นักเรียนแต่ละคนต้องไปสืบเสาะมาว่าคนในครอบครัวของตนชอบอ่านหนังสือของนักเขียนคนไหน แล้วบันทึกบทสัมภาษณ์มาแลกเปลี่ยนกับเพื่อนในห้อง นักเรียนบางคนมาสะท้อนผ่านทั้งการพูดคุยและบันทึกการเขียนประเมินท้ายคาบว่า กิจกรรมนี้ทำให้ได้รู้จักตัวตน ความชอบ และรสนิยมในการอ่านของคนในครอบครัวมากขึ้น เพื่อนๆ และครูได้เห็นว่าพ่อแม่ของใครเป็นต้นแบบในการใช้ชีวิต และเป็นแบบอย่างในเรื่องการอ่านบ้าง



นอกจากนี้นักเรียนยังได้สืบค้นต่อไปอีกว่านักเขียนที่พ่อแม่ชื่นชอบนั้น เป็นใคร อยู่ในยุคสมัยไหน หน้าตาเป็นอย่างไร มีผลงานอะไรที่น่าสนใจบ้าง ฯลฯ ในขณะที่นักเรียนได้ผลัดกันมานำเสนอนิทรรศการเล่าเรื่อง “นักเขียนในดวงใจ” ของคนในบ้านให้เพื่อนและครูฟังนั้น หลายคนได้นำหนังสือรุ่นเก่า ที่หน้าปกและรูปเล่มที่ซัดถึงความเก่าติดมือมาเพื่อใช้ประกอบการแลกเปลี่ยนกับเพื่อนๆ ด้วยความภาคภูมิใจในเรื่องเล่าของตนเองด้วย

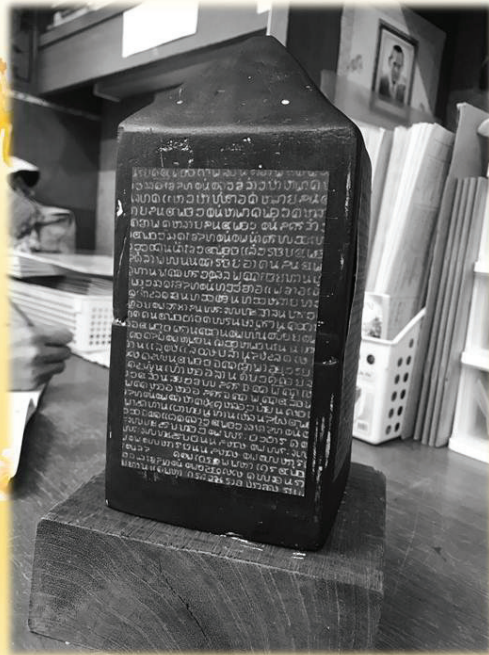
บทบาทของผู้ฟังคือ การชื่นชมงานเขียนของเพื่อนว่ามีเสน่ห์ในการใช้ภาษาอย่างไรบ้าง เพื่อนทำอะไรได้ดี มีเรื่องใดน่าประทับใจ ซึ่งช่วงเวลานี้คือนาทีทองที่ทุกคนมีโอกาสดำเนินการความรู้สึกของตนเองออกสื่อ ฉันสัมผัสได้ว่าพลังของการเรียนรู้ในหัวเวลานั้นแผ่กระจายไปทั่วทุกมุมห้องเลยทีเดียว

กิจกรรมนี้ทำให้ฉันได้เรียนรู้ว่าการที่นักเรียนมีโอกาสดำเนินการหรือได้แสดงออกโดยมีคนรับฟังอย่างตั้งใจ จดจ่อ ไม่ด่วนตัดสิน แต่ร่วมกันค้นหาข้อโดดเด่นที่เพื่อนทำได้นั้น ทำให้ผู้ได้รับคำชื่นชมได้รับการยอมรับนับถือจากกลุ่ม และนับเป็นการเปิดให้ผู้เรียนเห็นการเรียนรู้ของตนเองได้อย่างดียิ่ง ยิ่งนักเรียนเติมการเรียนรู้ของตนเองซึ่งกันและกันได้มากเท่าไร โลกทัศน์ของเขาก็จะแหลมคมขึ้นเพียงนั้น ซึ่งมีผลทำให้การมองเห็นคุณค่าภายในตนเองแจ่มชัดขึ้นด้วย

ฉันนำพานักเรียนเดินทางย้อนกลับไปยังอดีต ผ่านหลักฐานชิ้นสำคัญโดยเริ่มด้วยศิลาจารึกหลักที่ ๑ ในยุคสมัยสุโขทัย ด้วยการซึมซับเหตุการณ์ในประวัติศาสตร์นับเริ่มตั้งแต่การกำเนิดอักษร ไปสู่สภาพความเป็นอยู่ของผู้คนที่ผูกโยงเอาเรื่องราวของวัฒนธรรมประเพณี ความเชื่อ ความศรัทธาในพุทธศาสนาที่สืบสานมาช้านานเข้าไว้ด้วยกัน ผ่านการศึกษาศิลปกรรมของบ้านเมืองในยุคนั้น

บรรยาการการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในห้องเรียนวันนั้น มีพลังดึงดูดให้การเรียนรู้ของพวกเขาดำรงอยู่กับเรื่องราวของยุคสุโขทัยได้อย่างจดจ่อ ในขณะเดียวกันก็มีความลื่นไหล มีสติ และสมาธิที่แนบแน่นอยู่กับการสร้างสรรค์ชิ้นงาน “จินตภาพแห่งสุโขทัย” ได้อย่างต่อเนื่อง

จารึก สุโขทัย



เล่นหัตถศิลป์สุโขทัย





สร้างภาพภูมิทัศน์สุขทัย จากถ้อยคำในศิลาจารึก





สร้างสรรค์ผลงาน
ภาพวาดสีน้ำ

งานปั้น





พระพุทธศาสนา รุ่งเรือง

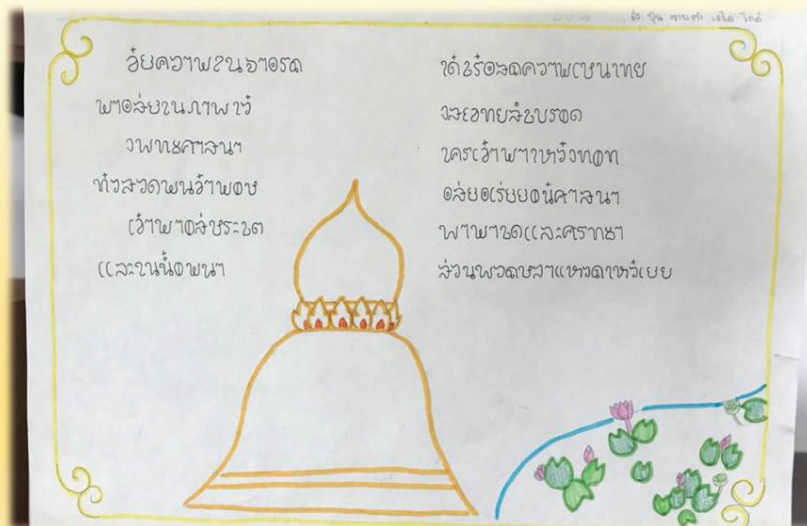


ในน้ำมีปลา
ในนามีข้าว

เจดีย์ทรงระฆังคว่ำ



เขียนพรรณนาเรื่องเมืองสุโขทัย



มาถึงตอนนี้ฉันได้เรียนรู้และตระหนักว่า เมื่อครูปรับปรุงแผนการเรียนรู้ให้ใหม่
สุข และสตออยู่เสมอ ผู้เรียนก็พร้อมมอบความสุข สดใหม่ให้แก่ครูเช่นกัน เพราะทันที
ที่ครูเปิดกว้างทางความคิด ไม่ปิดกั้นการแสดงออกของการเรียนรู้ และมีความลึกซึ้ง
แม่นยำในเรื่องที่สอน ชัดเจนในเป้าหมายการเรียนรู้ ครูก็จะสามารถปรับกระบวนการ
เรียนรู้หรือออกแบบโจทย์การทำงานที่ตอบสนองผู้เรียนได้อย่างหลากหลาย และ
สามารถนำผู้เรียนไปสู่เป้าหมายหลักได้ตามที่คาดหวัง

การนำนักเรียนเข้าถึงภูมิปัญญาที่เป็นรากเหง้าของวัฒนธรรมไทยในยุคสมัย
ต่อมาจึงไม่ใช่เรื่องยากนัก เพราะถึงตอนนี้ นักเรียนพร้อมเปิดใจ มีใจให้กับการเรียนรู้
และเกิดความเป็นเจ้าของการเรียนรู้ด้วยตนเองแล้ว การซึมซับเรื่องราวในสมัย
อยุธยาและสมัยรัตนโกสินทร์จึงเป็นไปอย่างลื่นไหล เพราะพวกเขามีสายตามองเห็น
ถึงเสน่ห์ของลีลาภาษา ที่สืบเนื่องไปจนถึงเส้นสายลวดลาย ซึ่งสะท้อนถึงความงาม
อันเปี่ยมไปด้วยคุณค่าความเป็นไทยที่บรรพบุรุษของเราได้มอบไว้เป็นมรดกให้เรา
ได้เรียนรู้ สืบสาน และสร้างสรรค์ต่อ



สมุดภาพกระบวนการพยุหยาตราทางชลมารค
สมัยอยุธยา



เรียนรู้ฝีมือชั้นครูจากตู้พระธรรม
วัดเชิงหวาย





หาคำตอบที่ตนสงสัย



The image shows three students in a library or study area. On the left, two girls are looking at a book. On the right, a boy is writing in a notebook. The background shows bookshelves filled with books.



สร้างสรรค์ชิ้นงาน สมุดไทย

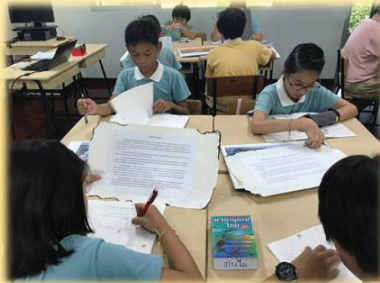


นิทรรศการ “ยลอยุธยา ราชธานี”



สู่... กรุงเทพมหานคร ...

“มียุทธยาในกรุงเทพฯ จริงหรือ”



ฐานพ่อฉัน
 ขวัญใจพ่อแม่ ฉันมักจะคิดถึงพ่อของฉันที่ทำงานถึงขั้นประจักษ์
 เชื้อจากไม่สนใจอะไรกับฉันด้วย ฐานะยากจนไป ภาวที่ขี้ทำงาน
 เป็นกิจวัตรของฉัน ฟอกร เลื่อนมาทักสมาคมเป็นเทเลวิ ถึงกับฉันไป
 ทางที่เริ่มไป ไปกับ จากสิ่งนั้นกับมาอยู่ผืนผืนนคร หรือที่กล่าว
 ถึงแล้วแต่ที่ทราบมาจากบ้านไป งามประณีต สิ่งนี้เห็นด้วยกับเรา
 แลแล้วฉันก็เห็นแล้ว เป็นที่เกิดที่ฉันได้และสวยงามมาก มีเด็กไป
 ลงไปไหน และมีการสวดเทเรกคือจะสวยกว่าลงไปไหนตามใด ฉัน
 เห็นแต่ที่ทางบ้านมีชุมชนมาก พ่อฉันรักไปรักทั้งนี้ รักใจ รับผิดชอบ
 "คือคนสวด" ซึ่งมีความดี ทั้งและเขาจะเห็นเขาดีกว่าคนอื่น
 เสียชีวิต ถือเป็นผู้ทรงรับ ทาทั้งนั้นเขาจะสวดแต่เขาจะรักกับ
 ต่างประเทศ และแล้วก็จะรับมาบ้าง ซึ่ง "คือคนสวด" เห็นด้วย
 เป็นลักษณะ คติปฏิบัติ แต่มีอุปสรรคที่ไม่ใช่ หรือแล้วก็ไม่ไปทำ
 อยู่ด้วย รวมทั้งมีแต่เป็นทั้งทางของพ่อฉันด้วย ที่นี้ พ่อฉันเห็นว่า
 ได้จริงกับ เขาเห็น เขาเห็นด้วย ใจดีแล้ว ลูกจึงพอใจ แต่เขา
 รู้บ้าง กับเขาเห็นด้วยฉันเห็นใจเขาทั้งนี้ เขาเห็นพ่อฉันกับ
 แลแล้วนั้นมาเขา เขาถึงที่ร้านแล้วแล้วและแล้ว หรือที่กล่าวจาก
 ใจของพ่อฉัน เขาบอกฉันว่าสวดแล้วแล้ว เป็นเด็กสวดเขาบอก
 สวดเขา แลแล้วกับ เข่นกับเขา และ มีเขาแล้วกับ เข่นกับเขา
 * ผู้คนเกิด อยู่ไม่พอใจแล้ว เพราะเขาจะบอก ทั้ง มีบุตรไป
 ดี ทั้งไม่พอใจแล้วและด้วยงานเขาแล้ว เขาอยากจะทำอะไรก็ได้
 งามแล้ว เสียใจ และอุปสรรคแต่เรศ เข้ามามากมาย กับมีโรคภัย
 หรือ เราจะไม่พูดก็ เขาจะไม่เสียใจ ที่ตอนนั้นไปกับเขาแล้ว
 เหลือใจแล้ว แต่เขาไม่พอใจกับคนที่พูดแล้วกับเขาไป ทั้งนี้คือ
 ฉันกับเขาไปแล้วจาก ที่พ่อทำงานในคืองานเขาแล้วแล้ว แล้ว

[illegible]

ตลอดทั้ง ๑๐ สัปดาห์ในภาคเรียนนั้นทะ พวกเขาได้ฝึกการใช้ใจไปทำความเข้าใจเพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจในอัตลักษณ์และเสน่ห์ความเป็นไทย ที่เป็นบ่อเกิดเป็นความภาคภูมิใจ ความมั่นคงทางจิตใจ และสติปัญญาของการหยั่งรากลึกลงไป ในตัวเอง ด้วยความผูกพันกับแผ่นดินแม่อย่างลึกซึ้ง ในบรรยากาศของห้องเรียน ที่อัตลักษณ์และความเป็นมาของนักเรียนได้รับการยอมรับ ห้องเรียนนี้จึงร่ำรวย ด้วยสภาพที่ตรงความต้องการของนักเรียน ด้วยความผูกพัน และด้วยปฏิสัมพันธ์ ที่ทุกคนมีให้แก่กันอย่างเท่าเทียม

ขอขอบคุณประสบการณ์แสนพิเศษ และนักเรียนชั้น ๖ ปีการศึกษา ๒๕๖๒ ทุกคนที่ได้ทุ่มเทแรงกายแรงใจ สร้างผลงานการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากความคิดสร้างสรรค์ หมั่นเพียรทั้งหมดนี้ขึ้นมาให้ได้เรียนรู้ร่วมกัน

คุณครูเกมส์ - สาธิตา รามแก้ว

ผู้บันทึกเส้นทาง

คุณครูนัท - นันทกานต์ อัครดั่งตระกูลดี

ผู้ร่วมทาง

คุณครูใหม่ - วิมลศรี ศุขิลวรรณ

ผู้เห็นทาง



กำหนดความปลอดภัย เป็นสภาพปกติของห้องเรียน

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๒ ใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดห้องเรียนที่มีบรรยากาศ
เรียนเข้ม (rich classroom climate mindset)

ตีความจาก Chapter 11 : Set Safe Classroom Norm

สาระหลักในบันทึกนี้คือ ในสภาพของการเรียนที่เข้มข้น นักเรียนต้องกล้าลอง
กล้าเสี่ยง กล้าคิด กล้าแสดงออก เพื่อให้ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ตรงของตน
จึงต้องมีข้อตกลง และดำเนินการให้ห้องเรียนเป็นสถานที่ปลอดภัยทั้งทางกายภาพ
และทางอารมณ์

หากนักเรียนรู้สึกว่าการเรียนเป็นสถานที่ปลอดภัย เด็กจะลดความระแวงระวังภัย
ลดแรงต้าน และกล้าเสี่ยงเพื่อการเรียนรู้

เด็กต้องการห้องเรียนที่สะอาด น่าสนใจ ปลอดภัย และจัดอย่างเป็นระเบียบ

ความปลอดภัยทางกายภาพ

โรงเรียนต้องมีแผนปฏิบัติยามเกิดเหตุร้าย เช่น ไฟไหม้ น้ำท่วม แผ่นดินไหว
มีพายุ หรือมีเด็กได้รับบาดเจ็บ และต้องมีการซ้อมปฏิบัติยามฉุกเฉินทุกเดือน
เลือกเฉพาะเหตุร้ายที่มีโอกาสเกิดได้มาก เช่น ไฟไหม้

ครูพึงตรวจสอบห้องเรียน ประตูเข้าออก ทางไปห้องน้ำ จุดที่มีกระจกที่อาจแตก และเป็นอันตราย จุดที่มีสิ่งของที่เด็กอาจเดินหรือวิ่งชนและมีของหล่นลงมาทับ ฯลฯ และหาทางจัดให้มีโอกาสเกิดอุบัติเหตุน้อยที่สุด

ผมแปลกใจที่ในสหรัฐอเมริกา เขาแนะนำว่าครูควรอนุญาตให้นักเรียนลาไปเข้าห้องน้ำทีละคน ให้คนก่อนกลับมาห้องเรียนเรียบร้อย จึงจะอนุญาตให้นักเรียนคนต่อไปเข้าห้องน้ำได้ เขาไม่ได้อธิบายเหตุผล แต่ผมเดาว่าเพื่อป้องกันการมั่วสุมหรือป้องกันการทะเลาะวิวาท

ความปลอดภัยทางอารมณ์

การที่เด็กสามารถแสดงออกได้อย่างปลอดภัยและได้รับการยอมรับ ช่วยสร้างอารมณ์ปลอดภัยแก่นักเรียน ครูต้องสร้างและบังคับใช้กติกาว่า ในห้องเรียนต้องไม่มีการหัวเราะเยาะ เยาะเย้ย ก๊ากก๊าก หรือใช้ถ้อยคำดูหมิ่น เพื่อสร้างบรรยากาศส่งเสริมให้นักเรียนสบายใจที่จะแสดงออกเพื่อการเรียนรู้ของตน

เขาแนะนำครู ให้แสดงพฤติกรรมตามปกติของห้องเรียนต่อไปนี้

- เมื่อนักเรียนแสดงข้อคิดเห็นเรื่องใดก็ตาม ครูกล่าวคำขอบคุณทุกครั้ง
- เมื่อนักเรียนพูด ครูมองตาเด็กอยู่ตลอดเวลา ครูจะหยุดมองตาเด็กเมื่อเด็กพูดจบและครูกล่าวคำขอบคุณจบ แล้วครูหันไปทางนักเรียนคนต่อไป
- ไม่มีการโต้แย้ง ตัดบท แสดงความไม่เอาใจใส่ หรือให้นักเรียนคนต่อไปพูดจนกว่าครูจะกล่าวคำขอบคุณจบ เช่น “ครูขอบคุณที่สมชายแสดงข้อคิดเห็น หวังว่าในบทเรียนต่อไปเธอจะแสดงความเห็นอีก”
- หากมีนักเรียนหัวเราะก๊ากก๊าก แสดงท่าทีดูหมิ่น หรือล้อเลียนต่อคำตอบหรือการแสดงข้อคิดเห็นของเพื่อน ครูต้องหยุดการเรียน เตือนนักเรียนให้ระลึกถึงกติกาของชั้น และความจำเป็นที่ต้องมีความเคารพต่อกัน และมีความปลอดภัยทางความคิด กล่าวตักเตือนว่าพฤติกรรมเช่นนั้นอาจมีการปฏิบัติที่บ้าน แต่ห้ามทำในห้องเรียน ทั้งหมดนี้ก็เพื่อประโยชน์ร่วมกันของตัวนักเรียนเอง

ครูพึงสื่อสารให้นักเรียนเข้าใจตัวครู ตนเอง และบรรยากาศของชั้นเรียนว่าที่มีการกำหนดให้ห้องเรียนมีความปลอดภัยทางอารมณ์ ไม่มีการคุกคามทางอารมณ์ ก็เพื่อให้นักเรียนกล้าเสี่ยงทำสิ่งที่ผิดพลาดและเรียนรู้จากความผิดพลาดนั้น

ครูส่วนมากมักเข้าใจผิดในเรื่องข้อผิดพลาด มองเป็นสิ่งที่ชั่วร้ายที่จะต้องแก้ไขจัดการซุกซ่อน แล้วดำเนินการชั้นเรียนต่อไป นั่นคือสิ่งที่ผิดสำหรับการศึกษาซึ่งที่จริงแล้วควรต้องมองว่าในกระบวนการเรียนรู้ การทำสิ่งผิดพลาดเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ และเขาชวนให้อ่านข้อความต่อไปนี้ แล้วพิจารณาว่ามีอะไรเหมือนกัน

- “ตรวจสอบทางเลือกต่อไปนี่แล้วบอกว่าชอบทางเลือกไหนมากที่สุด พร้อมทั้งให้เหตุผล”
- “ครูดีใจที่เธอแสดงข้อผิดพลาดของเธอแก่ครู สิ่งนี้จะช่วยให้ครูปรับปรุงวิธีสอนให้ดีขึ้น”
- “เมื่อนักเรียนบอกข้อผิดพลาดของครู ครูกล่าวว่า “ว้าว ขอขอบคุณมากที่ช่วยให้เห็นข้อผิดพลาดที่ดีที่สุดในเดือนนี้ให้ครูเห็น ขอขอบคุณมากจริงๆ”
- “เหตุผลที่คำตอบที่ผิด ช่วยการเรียนการสอนก็เพราะมันช่วยบอกว่า แนวความคิดแบบไหนที่ผิดทาง ช่วยให้เราแก้ไขและฉลาดขึ้น”
- “ครูกำลังจะให้นักเรียนตอบ โดยคาดหวังว่าจะมีคำตอบที่แตกต่างหลากหลายมาก เรามาดูกันว่าครูเดาถูกไหม”

ข้อความทั้ง ๕ ข้างบน ต่างก็บอกว่าการทำผิดพลาดเป็นเรื่องปกติ คำแนะนำที่สำคัญยิ่งสำหรับครูคือให้เลิกเน้นที่คำตอบเท่านั้น ให้สนใจสิ่งที่ที่อยู่เบื้องหลังคำตอบนั้นของนักเรียน ได้แก่ สมมุติฐาน ความรู้เดิมและวิธีคิดไปสู่คำตอบ

การยอมรับความผิดพลาดว่าเป็นการเปิดโอกาสของการเรียนรู้ เป็นทักษะที่นักเรียนต้องฝึก และการฝึกทักษะนี้ต้องการเวลา การโค้ช และการสนับสนุน ซึ่งจะเป็นการวางรากฐาน “ทักษะชีวิต” ที่ส่งผลดีไปตลอดชีวิต

กติกาที่ทุกคนปฏิบัติตาม

หลักการให้กติกาศักดิ์สิทธิ์คือ อย่ามีมากข้อ แต่ต้องให้ทุกคนเข้าใจแจ่มชัด เขายกตัวอย่างกติกาห้องเรียนที่มีเพียง ๔ ข้อ คือ (๑) จงมีอัธยาศัย (be nice) (๒) ทำงานหนัก (work hard) (๓) ไม่แก้ตัว (no excuse) (๔) รู้จักเลือก (choose well)

มีอัธยาศัย

มีอัธยาศัย (be nice) หมายความว่า ไม่มีความประพฤติไม่เหมาะสม เช่น ล้อซื้อ ชกต่อย ผลัก สบประมาท จี้ แหย่ หลอก กล่าวคำตำหนิเพื่อนนักเรียนหรือครู นอกจากนั้นยังหมายถึงใช้วาจาสุภาพ มีการ ขอบคุณ ขอโทษ ขอความกรุณา ผมนิเอง และยังหมายความว่า ไม่มีการพูดโกหก สบถ คำ ถกเถียง นินทา โกธ ลัดคิว รวมทั้งไม่มีการขโมยสิ่งของ หรือหยิบไปใช้โดยไม่ขออนุญาตเจ้าของ รวมทั้งยกมือขออนุญาตพูด ไม่ใช่พูดแซงขณะที่คนอื่นกำลังพูด

ครูต้องทำเป็นตัวอย่าง และแสดงความเข้าใจจิตใจของคนอื่น (empathy) ด้วย

หากมีการละเมิดกติกา ครูปรามโดยพูดว่า “ในห้องเรียนนี้เราไม่ใช้คำเหล่านั้น กรุณารอคอยกับครูหลังหมดเวลาด้วยนะครับ (คะ)” และคุยกับนักเรียนสองต่อสอง หลังหมดเวลาเรียน โดยใช้เทคนิคต่อไปนี้

- **ฟื้นความสัมพันธ์ (rebuild the relationship)** โดยครูพูดว่า “สมเกียรติ เธอเป็นนักเรียนที่มีความประพฤติดี ครูมีความภูมิใจในตัวเธอ” เป้าหมายคือ สร้างความรู้สึกเป็นมิตร
- **เข้าเรื่อง (establish relevance)** “ที่ครูขอให้เธออยู่คุยกับครูหลังเลิกเรียน ก็เพราะครูอยากให้เธอเรียนจบปริญญาตรี งานที่เธอบอกครูว่าอยากทำ ต้องมีวุฒิปริญญาตรี คำพูดของเธอในชั้นเรียนวันนี้ ทำให้ครูเป็นห่วง จำได้ไหมว่าข้อตกลงเรื่องกติกาในชั้นเรียนข้อหนึ่งคือ มีอัธยาศัยดี” เป็นการใช้กลยุทธ์ในการพบปะที่ไม่ใช่การลงโทษ แต่เป็นการช่วยแผ้วถางทางของนักเรียนสู่ความสำเร็จในชีวิต

- สร้างพันธมิตร (create an ally) “ครูอยู่เคียงข้างเธอและครูรู้ว่าเธอเป็นเด็กดี แต่ผู้ใหญ่คนอื่นๆ อาจไม่รู้จักเธอดีพอ การกล่าวคำพูดทำนองนี้ออกไป อาจมีผลให้เธอถูกลงโทษ อาจถึงกับถูกล้อออกจากโรงเรียน ทำให้หมดโอกาสเรียนจบมหาวิทยาลัย” เป็นการช่วยให้นักเรียนเข้าใจว่าคำพูดของตนมีผลต่อตนเอง

- หาทงออก (work toward a solution) หากนักเรียนบอกว่ามีคนก่อเรื่องก่อน จงรับฟัง ชักถามรายละเอียด และกล่าวว่า “หากเกิดเรื่องทำนองนี้อีกเธอควรทำอะไร เมื่อเธอถูกยั่วโทสะ” แล้วรอให้นักเรียนตอบ เมื่อนักเรียนตอบ และเป็นแนวทางที่เหมาะสม ครูกล่าวว่า “เรามาลองหาลู่ทางแสดงออกต่อการยั่วโมโหตามที่เธอเสนอ โดยครูจะเป็นผู้ยั่ว ตกลงไหม”

- ยืนยัน (reaffirm) “เรามาทบทวนข้อเรียนรู้ครั้งนี้กัน ขอให้เธอสรุปประเด็นข้อเรียนรู้”

- จบการพบปะ (exit the meeting) “ดีมาก สมเกียรติเธอกลับเข้าเส้นทางชีวิตที่ถูกต้องแล้ว เป็นการปูทางสู่อนาคตที่เธอฝันไว้ ขอให้เธอประสบความสำเร็จ ครูขอบคุณที่เธอสละเวลาคู่กับครู”

โปรดสังเกตว่าเป้าหมายของการพบปะหลังเวลาเรียนไม่ใช่การลงโทษ ไม่ใช่การตำหนิ แต่เป็นการเตือนสตินักเรียนว่า การที่ตนร่วมสร้างบรรยากาศชั้นเรียนที่ปลอดจากความประพฤติที่ทำลายความรู้สึกปลอดภัยในการแสดงออก มีผลดีต่ออนาคตของตนเอง ตามที่ตั้งวิสัยทัศน์ส่วนตัวไว้ (ตามในบันทึกที่แล้ว) อย่างไร

มองอีกมุมหนึ่งครูทำหน้าที่บังคับใช้กติกาเพื่อผลประโยชน์ของนักเรียนเป็นปฐม ไม่ใช่ยึดผลประโยชน์ของครูเป็นปฐม ไม่ใช่ผลประโยชน์ความดีความชอบของผู้บริหารโรงเรียนเมื่อมีการตรวจสอบ หากนักเรียนตระหนักรู้ด้วยสัมผัสตนเองต่อเป้าหมายหลักนี้ การปฏิบัติตามกติกาก็เป็นเรื่องง่าย แต่หากเป็นไปในทางตรงกันข้าม หากนักเรียนเห็นชัดว่า ตนต้องทำตามกติกาเพื่อผลประโยชน์ของผู้บริหารและครูเป็นเป้าหมายหลัก การประพฤติแหกกฎก็จะเป็นความท้าทายของนักเรียน

เพื่อส่งเสริมความประพฤติดี ครูต้องสร้างบรรยากาศเชิงบวกในชั้นเรียน เมื่อนักเรียนรู้สึกสนุกและมีความสุข โอกาสทำผิดกติกาจะลดลง เพราะในสภาพที่สนุกและสุขสมองจะหลั่ง多巴ามีน สร้างความรู้สึกพึงพอใจ และสร้างความคาดหวังต่อการได้รับความพึงพอใจ การมีพลังของความจำใช้งาน (working memory) และการมีความพยายาม

“มีอัยยาศัย” เป็นกติกาที่กว้าง และปรับใช้ได้ในทุกสถานการณ์ โดยต้องนิยามให้ชัดเจนสำหรับสถานการณ์นั้นๆ

ทำงานหนัก

กติกานี้สื่อว่า การบรรลุเป้าหมายที่ดีต้องการการเตรียมตัว การลงมือทำและความมุ่งมั่นพยายามระยะยาว สำหรับนักเรียนการทำงานหนักหมายความว่ามาโรงเรียนโดยเตรียมตัวมาอย่างดี และเตรียมพร้อมที่จะเผชิญอุปสรรค พร้อมทั้งจะเปลี่ยนกลยุทธ์ในการทำงานหรือการเรียนรู้

ครูต้องสร้างความคิดว่าหากต้องการความสำเร็จที่ดีกว่าปัจจุบันก็ต้องทำงานหนักขึ้น และแสวงหาวิธีทำงานให้ได้ผลดียิ่งกว่าเดิม โดยผมขอเพิ่มเติมว่าครูควรเน้นให้นักเรียนเข้าใจว่า ที่สำคัญกว่าทำงานหนัก (work hard) คือ ทำงานอย่างฉลาด (work smart) และบอกให้นักเรียนมั่นใจว่า ครูจะช่วยสนับสนุนให้นักเรียนได้ฝึกทั้ง ทำงานหนัก และทำงานอย่างฉลาด

เคล็ดลับของ “ครูเพื่อศิษย์” คือทำความเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของศิษย์ (empathy) และทำให้การต่อสู้กับความท้าทายเป็นเรื่องสนุก

ไม่แก้ตัว

นี่คือการฝึกให้ไม่โดน “นิสัยเสีย” มากัดกร่อนความเจริญก้าวหน้าของนักเรียน คือ นิสัยที่ผู้รับผิดชอบความผิดพลาดไป给别人 เพื่อให้ตนพ้นผิด ซึ่งเป็นนิสัยที่ปิดกั้นการเรียนรู้จากความผิดพลาด และปิดกั้นการฝึกความรับผิดชอบ

กลยุทธ์สำคัญที่สุดคือ ครูทำเป็นตัวอย่าง “ครูขอโทษที่ทำตามสัญญาไม่ได้ ครูขอเลื่อนจากวันนี้ (วันพุธ) ไปเป็นวันศุกร์ได้ไหม”

ครูมีบทบาทสูงมากในการสร้างคุณลักษณะที่ดีเหล่านี้แก่ศิษย์ โดยมีเคล็ดลับสำคัญที่สุดคือ ความเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของศิษย์หรือเอาความรู้สึกนึกคิดของศิษย์เป็นตัวตั้ง ไม่ใช่เอาความรู้สึกนึกคิดของตนเองเป็นตัวตั้ง

รู้จักเลือก

กติกานี้เตือนใจนักเรียนในเรื่องการกำกับตัวเอง และพลังของการเลือก คนเราทุกคนไม่สามารถควบคุมหลายสิ่งหลายอย่างที่ติดต่อตัวเราได้ (เช่น พ่อหรือแม่ตาย พ่อแม่แต่งงานเพราะบริษัทลดคนงาน น้ำท่วม รถยนต์ถูกคนเมาขับรถมาชน ฯลฯ) แต่เราสามารถเลือกวิถีเผชิญวิกฤติเหล่านั้นได้

คำหลักคือ “ทางเลือก” (choice) ครูต้องส่งเสริมให้นักเรียนฝึกฝนตนเองให้รู้จักทางเลือกที่เป็นคุณค่าต่อชีวิตในระยะยาว ไม่ใช่เลือกแบบคิดสั้น เอาสบายในสถานการณ์เฉพาะหน้า



สร้างความเชื่อมั่น ว่าตนเรียนสำเร็จได้

บันทึกนี้เป็นบันทึกสุดท้าย ใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดห้องเรียนที่มี
บรรยากาศเรียนเข้ม (rich classroom climate mindset)
ตีความจาก Chapter 12 : Foster Academic Optimism

สาระหลักในบันทึกนี้คือ ครูต้องสร้างบรรยากาศแห่งความหวังและการมองโลก
แง่ดีในชั้นเรียน ให้เกิดความเชื่อมั่นว่า ตนสามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้สูงได้
มองอีกมุมหนึ่งเป็นการสร้างแรงบันดาลใจนั่นเอง

มีผลงานวิจัยบอกว่า การมีความหวังต่อความสำเร็จ มี effect size ต่อผลการเรียน
สูงถึง ๑.๔๔ โดยที่นักเรียนที่มาจากครอบครัวขาดแคลนมักไม่กล้าตั้งความหวัง
ไว้สูง หรือไม่มั่นใจว่าตนจะบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้สูงได้ ครูจึงต้องมีเครื่องมือสำหรับ
ใช้เปลี่ยนใจนักเรียนให้มีความมั่นใจ โดยเขาเสนอเครื่องมือ ๕ ชิ้นคือ (๑) เกมเปลี่ยน
บทบาท (๒) แสดงหลักฐานความสำเร็จของนักเรียนรุ่นก่อนๆ (๓) เปลี่ยนเกม
(๔) มุ่งเป้าที่ mastery (๕) สร้างความรู้สึกเป็นเจ้าของ

เกมเปลี่ยนบทบาท

เป็นเกมเปลี่ยนความคิดซึ่งมี ๒ ขั้นตอน ขั้นตอนที่ ๑ ให้นักเรียนแต่ละคนตอบ
คำถามว่า เมื่อโตขึ้นต้องการเป็นอะไร หรือประกอบอาชีพอะไร เป็นการชวนคิดถึง
อนาคตการทำงานของตน และความฝันของตนว่าอยากทำอะไร เป็นอะไร ขั้นตอนที่ ๒
ให้ตอบคำถามว่าบุคคลผู้นั้น (ที่ประกอบอาชีพอย่างที่นักเรียนอยากเป็น) เขาเรียน
อย่างไร มีความประพฤติอย่างไร แสดงบทบาทในชั้นเรียนอย่างไร

เป็นการช่วยให้นักเรียนหลุดพ้นออกจากความคิด หรือความเคยชินเดิมๆ โดยการสวมบทบาทใหม่ แล้วย้อนกลับมาบอกตัวเองให้เปลี่ยนพฤติกรรมในขณะนั้น

แสดงหลักฐานความสำเร็จของนักเรียนรุ่นก่อนๆ

เพื่อให้นักเรียนเห็นว่าความสำเร็จเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ครูจึงจัดให้นักเรียนไปสัมภาษณ์ศิษย์เก่าที่ประสบความสำเร็จ จัดทำเป็นวีดิทัศน์สั้นๆ นำเอาเรื่องราวมาฉายในห้องเรียน หรือนำมาทำเป็นละครแสดงสด เพื่อยืนยันว่าความฝันในทำนองเดียวกัน หรือยิ่งกว่าที่นักเรียนฝัน เคยมีนักเรียนที่ยากจนข้นแค้นกว่าทำสำเร็จมาแล้ว

ครูอาจสังสรรค์การความสำเร็จของนักเรียนรุ่นก่อนๆ นำมาจัดแสดงในวันแรกๆ ของชั้นเรียน หลังจากนั้นอาจนำมาตั้งแสดงไว้ที่ละคน คนละ ๑ สัปดาห์ อาจนำเรื่องราวของนักเรียนที่อื่นที่มีความยากลำบากในครอบครัว แต่มีความฝันสูง มีความมานะพยายามและบรรลุความสำเร็จได้ในที่สุด

เปลี่ยนเกม

ที่จริงตัวของกิจกรรมเองเป็นเกมเพื่อเปลี่ยนความคิดของนักเรียนในเรื่องความเชื่อว่าตนเป็นใคร ใช้ในสถานการณ์ที่แรงบันดาลใจของนักเรียนถดถอย หรือนักเรียนแสดงท่าทีท้อแท้ เช่น ครูอาจแสดงให้นักเรียนเห็นว่า เยาวชนสามารถใช้ข้อเขียนของตนเปลี่ยนโลกได้ โดยให้อ่านหนังสือที่เขียนด้วยท่าทีมีความหวังหรือมองโลกแง่ดี เช่น *บันทึกลับของแอนน์ แฟรงค์* หรือ *Invisible Man* ที่เขียนขึ้นโดย Ralph Ellison แล้วให้นักเรียนเขียนเรียงความเรื่อง “ฉันจะเปลี่ยนโลก” แล้วให้นักเรียนผลัดกันนั่งที่หน้าชั้นที่สมมติเป็น “เก้าอี้นักเขียน” อ่านข้อเขียนของตนให้เพื่อนฟัง

มุ่งเป้าที่ mastery

ความหมายของ mastery ตามในหนังสือคือ กระบวนการพัฒนาทักษะชีวิต เช่น อธิปไตย ๔ (perseverance) ที่ทำให้นักเรียนพอใจที่จะเรียนสิ่งที่ซับซ้อน และท้าทาย เขาบอกว่า mastery ไม่ใช่แค่มานะพยายาม แต่เป็นเรื่องของฉันทะส่วนตัว เขาบอกว่า mastery มี effect size สูงถึง ๐.๙๖ สำหรับนักเรียนที่มีความสามารถต่ำ โปรดสังเกตว่า ความหมายของ mastery ในที่นี่ไม่เหมือนความหมายในหนังสือ *How Learning Works* ที่ผมตีความแล้วพิมพ์ออกมาเป็นหนังสือ การเรียนรู้เกิดขึ้นอย่างไร และยังมีบันทึกของผมตอนที่ว่าด้วยเรื่องนักเรียนพัฒนาการเรียนรู้ให้รู้จริง (mastery learning) ได้อย่างไร อ่านได้ที่ <https://www.gotoknow.org/posts/519648>

อย่างไรก็ตามไม่ว่าจะใช้ความหมายตามในหนังสือเล่มนี้ หรือความหมายจากหนังสือ *How Learning Works* การมุ่งเป้าไปที่ mastery เป็นสิ่งที่ถูกต้องทั้งสิ้น

เพื่อบรรลุ mastery ต้องตั้งเป้าการเรียนรู้ในระดับท้าทาย กำหนดเป้าหมายรายทาง แล้วค่อยๆ ดำเนินการเพื่อบรรลุเป้าหมายรายทางทีละขั้น

สร้างความรู้สึกรับผิดชอบ

“ความเป็นเจ้าของ” ในที่นี้ หมายถึงเป็นเจ้าของชั้นเรียนและเป็นเจ้าของกระบวนการเรียนรู้ เป็นความรู้สึกที่ครูต้องหาทางให้ก่อตัวขึ้นในศิษย์โดยมีวิธีการหลากหลาย ที่ยกตัวอย่างข้างล่างเป็นเพียงตัวอย่างเท่านั้น ครูสามารถคิดริเริ่มหาวิธีการได้มากมาย

วิธีการหนึ่งเป็นเรื่องวินัยหากนักเรียนทำผิดวินัยบ่อยๆ เขาใช้วิธีแก้แบบยิงกระสุนนัดเดียวได้นกสองตัว คือได้แก้ปัญหาวินัย และได้สร้างความรู้สึกรู้สึกเป็นเจ้าของชั้นเรียนขึ้นในตัวนักเรียนด้วย กลยุทธ์ที่ใช้คือ สร้างวินัยโดยการฟื้นฟูสภาพ (restorative discipline) ไม่ใช่โดยการลงโทษ (punitive discipline)

การสร้างวินัยโดยการฟื้นฟูสภาพ เน้นที่การฟื้นฟูสัมพันธ์ เช่น เมื่อมีนักเรียนคนหนึ่งทำผิด จะได้รับโอกาสให้ออกไปที่หน้าชั้นและทำในสิ่งที่ถูกต้อง หรืออาจจัดให้ผู้ทำผิดนั่งเป็นวง ร่วมกับเพื่อนและครู มีผู้ดำเนินกระบวนการเรียกว่า mediator ทำหน้าที่ตั้งคำถาม ดังตัวอย่าง “เกิดอะไรขึ้น” “เหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นได้อย่างไร” “เราจะช่วยกันทำให้เรื่องนี้ให้เป็นเรื่องที่ถูกต้องได้อย่างไร” เป้าหมายคือหาทางให้นักเรียนและครูอยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข นักเรียนได้เรียนรู้แบบเข้ม mastery ตามที่ตั้งเป้าหมายไว้

การสร้างความรู้สึกรู้สึกเป็นเจ้าของที่ได้ผลดียิ่งอย่างหนึ่งคือให้ทำงาน ได้มีโอกาสรับผิดชอบ ได้พัฒนาอัตลักษณ์ของตนในนักเรียนระดับอนุบาลถึง ป.๕ อาจสร้างการเป็นเจ้าของชั้นเรียนโดยจัด cooperative learning และจัดหน้าที่ในชั้นเรียน ตั้งชื่อแต่ละหน้าที่ให้เก๋ไก๋ ที่โรงเรียนรุ่งอรุณ นักเรียนตั้งแต่ชั้นประถม ผลัดเวรกันทำครัว ปรุงอาหารกลางวันให้เพื่อนทั้งชั้นรับประทาน มีเวรดูแลความสะอาดชั้นเรียนและบริเวณโรงเรียน

ในระดับ ป.๖ ถึง ม.๖ ครูอาจร่วมกับกรรมการนักเรียนจัดทำรายการตำแหน่งงานในชั้นเรียน พร้อมทั้งบอกคุณสมบัติหรือสมรรถนะของผู้มีสิทธิ์สมัคร ให้ผู้สมัครส่งประวัติความสามารถ (resume) ของตน พร้อมทั้งเข้ารับการสัมภาษณ์ นักเรียนทำหน้าที่ในแต่ละตำแหน่งเป็นเวลา ๔ - ๖ สัปดาห์ และได้รับการบันทึกไว้ในประวัติการเรียนรู้

เปลี่ยนวาทกรรม เปลี่ยนพฤติกรรม

เพื่อสร้างชุดความคิดห้องเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้มให้แก่ศิษย์ ครูต้องเปลี่ยนวาทกรรมของตนเอง จาก “ฉันมีหน้าที่สอนเนื้อหาวิชาความรู้ หากคุณต้องการให้นักเรียนเรียนได้ดี จงบอกให้เขาตื่นและตั้งใจเรียน ห้องเรียนไม่ใช่สถานบันเทิง” ไปสู่วาทกรรม “ฉันโฟกัสที่ผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักเรียน และเชื่อมโยงสู่กระบวนการเรียนรู้และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของทุกคน”

ใคร่ครวญสะท้อนคิด และตัดสินใจ

หน้าที่หลักของครูคือ สร้างสภาพที่เอื้อต่อการเรียนรู้สูงสุด เน้นที่ตัวนักเรียนเหนือสิ่งอื่นใดคือ ต้องใช้ช่วงแรกของเวลาเรียนปลุกพลังในตัวนักเรียน สร้างสภาพบรรยากาศในขณะนี้นักเรียนมีความตื่นตัวเพื่อการเรียนรู้สูงสุด บุคคลหมายเลข ๑ที่มีความสำคัญที่สุดในการสร้างบรรยากาศนี้คือ ครู

ผมเคยไปเห็นวิธีที่ครูใช้ปลุกพลังนักเรียนวัยรุ่นชั้น ม.๒ ตอนเริ่มชั้นเรียนที่โรงเรียนขุนหาญวิทยาสรรค์ จ.ศรีสะเกษ โดยครูให้นักเรียนเต้นแอโรบิก ๑๕ นาที ก่อนเรียนช่วงบ่ายเพื่อปลุกสมอง ทั้งครูและนักเรียนยืนยันว่าทำให้ผลการเรียนดีขึ้น เสียหายที่ค้นบันทึกที่ลงไว้ไม่พบ

ภาค
๕

ชุดความคิดว่าด้วยการหนุน
ศักยภาพของนักเรียน
(enrichment mindset)

บทที่ ๑๕ ทำความเข้าใจสมองของนักเรียนขาดแคลน

บทที่ ๑๖ จัดการตัวถ่วงการเรียนรู้

บทที่ ๑๗ สร้างทักษะการคิด

บทที่ ๑๘ เพิ่มทักษะการเรียนรู้และคลังคำ



ทำความเข้าใจสมอง ของนักเรียนขาดแคลน

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๑ ใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดว่าด้วยการหนุน
ศักยภาพของนักเรียน (enrichment mindset)

ตีความจาก Part Five : Why Enrichment Mindset ?

สาระหลักในบันทึกนี้คือ นักเรียนขาดแคลนมาโรงเรียนพร้อมกับ “ตัวถ่วงสมอง” (cognitive load) ทำให้สมองตื้อ เรียนรู้ยาก ครูต้องเข้าใจนักเรียนเหล่านี้ และมีวิธีช่วยให้สมองโล่ง พร้อมเรียนรู้ ทักษะนี้ของครูเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อศิษย์

ภาค ๕ นี้ว่าด้วยเรื่องการพัฒนาสมอง ที่ทั้งครูและนักเรียน จะต้องมีความคิดว่าด้วยการพัฒนาสมอง คือเชื่อว่าสมองพัฒนาได้ ครูมีเครื่องมือและทักษะในการพัฒนาสมองของนักเรียนขาดแคลน นักเรียนขาดแคลนก็เชื่อว่าสมองของตนพัฒนาได้ และหมั่นพัฒนาสมองของตน ให้ปลอดจาก “ตัวถ่วงสมอง”

ที่สำคัญ ครูต้องไม่เพิ่ม “ตัวถ่วง” เสียเอง เพราะรู้เท่าไม่ถึงการณ์ จากการที่ครูมีความรู้สึกชอบอยู่เล็กๆ ต่อความอ่อนแอของนักเรียนขาดแคลน พร้อมกับคำทำนายในใจว่าลูกศิษย์คนนั้นคนนี้จะไปไม่ถึงฝั่ง ความรู้สึกเช่นนั้นของครูปิดกั้นมิติต่อเด็ก เพราะมนุษย์เรามีความสามารถอ่านภาษากายออก นักเรียนจะรับรู้มุมมองเชิงลบของครูที่มีต่อตนเองได้ ส่งผลเพิ่มความเครียดเรื้อรังที่เด็กมีอยู่แล้วจากสภาพทางบ้าน และในชุมชน ครูกลายเป็นส่วนหนึ่งของตัวถ่วงสมองของศิษย์โดยไม่ตั้งใจและไม่รู้ตัว แทนที่ครูจะช่วยลด “ตัวถ่วงสมอง” ครูกลับเป็นผู้เพิ่มตัวถ่วงสมองเสียเอง

กระบวนทัศน์หยุดนิ่ง (fixed mindset) กับ กระบวนทัศน์พัฒนา (growth mindset)

ใน ๔ บทที่ต่อไปนี้เป็นเรื่อง ชุดความคิดหรือกระบวนทัศน์หนุนการพัฒนาของนักเรียน (enrichment mindset) ซึ่งเป็นชุดความคิดที่ต่อยอดจากกระบวนทัศน์พัฒนา กระบวนทัศน์หนุนการพัฒนาของนักเรียน อยู่ได้ความเชื่อว่า สามารถเปลี่ยนแปลงสมองได้ ทั้งสมองของครูและสมองของศิษย์ ครูสามารถเปลี่ยนแปลงตัวเอง แล้วดำเนินการพัฒนาทักษะการรับรู้ให้แก่ศิษย์ได้

ความแตกต่างระหว่าง กระบวนทัศน์หยุดนิ่ง กับกระบวนทัศน์พัฒนา แสดงในตารางข้างล่าง

กระบวนทัศน์หยุดนิ่ง	กระบวนทัศน์พัฒนา
ทุกอย่างมันคงดั่งหินผา	ไม่มีอะไรเป็นหินผา
ฉันติดหล่มสภาพที่ฉันเป็นอยู่	ฉันสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาได้
ฉันเกิดมาเป็นแบบนี้	พันธุกรรมไม่ใช่ตัวกำหนดชะตาชีวิต
ฉันคงจะเปลี่ยนแปลงไม่ได้	ฉันเปลี่ยนแปลงทุกวัน
ฉันเป็นอย่างนี้ตลอดไป	ฉันสร้างการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ
ไม่มีอะไรมาเปลี่ยนสภาพที่เป็นอยู่ได้	ฉันสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงแก่หลายอย่าง

หัวใจของกระบวนทัศน์พัฒนา คือ ไม่ว่าเผชิญสภาพอะไร นำมาเป็นประสบการณ์การเรียนรู้ได้หมด ทั้งสภาพความสำเร็จหรือสภาพที่ด้อย และสภาพที่เลวร้ายหรือล้มเหลว กระบวนทัศน์พัฒนาของครู จะเป็นแบบอย่างให้แก่ศิษย์ และพัฒนาไปสู่กระบวนทัศน์หนุนศักยภาพแก่ศิษย์ (enrichment mindset)

หลักฐานจากงานวิจัย

งานวิจัยเรื่อง กระบวนทัศน์พัฒนา เริ่มจากผลงานวิจัยของ Carol Dweck ที่เผยแพร่ในปี ค.ศ. 2008 ว่าคนเราจะมีพฤติกรรมสนองตอบต่อสถานการณ์ต่างๆ อยู่ภายในสองขั้วตรงกันข้ามต่อไปนี้

กระบวนทัศน์หยุดนิ่ง	การสนองตอบของแต่ละกระบวนทัศน์ที่มีต่อ...	กระบวนทัศน์พัฒนา
หลีกเลี่ยง	ความท้าทาย	วิ่งเข้าหา
ล้มเลิกอย่างง่ายดาย	อุปสรรค	สู้
ไม่ใช่สิ่งที่ถูกต้องเหมาะสม	ความพยายาม	เป็นสิ่งที่ต้องมี
ปฏิเสธ	คำตำหนิ หรือวิพากษ์วิจารณ์	ใช้ประโยชน์
มีผลให้รู้สึกถูกคุกคาม	ความสำเร็จของผู้อื่น	ก่อแรงบันดาลใจ

หนังสือสรุปผลงานวิจัยดังต่อไปนี้

- เซลล์สมองสร้างการเชื่อมต่อจากการได้รับประสบการณ์ที่โรงเรียน
- ความฉลาด (ไอคิว) เปลี่ยนแปลงได้
- โภชนาการสามารถเพิ่มไอคิวได้
- อ่านนวนิยายวันละ ๓๐ นาที เป็นเวลา ๙ วัน มีผลเพิ่มการเชื่อมโยงประสาทในสมอง
- การสอนวิธีการคิดอย่างมีเหตุผล เปลี่ยนแปลงสมอง
- สามารถเพิ่มการคิดอย่างมีเหตุผลได้โดยการฝึกฝนจริงจัง
- ครูที่มีความสามารถสูง สามารถเพิ่มผลลัพธ์การเรียนรู้ด้านคณิตศาสตร์ได้สูงขึ้นถึง 2 standard deviation
- โรงเรียนในสหรัฐอเมริกาที่เป็นโรงเรียนของเด็กยากจนจำนวนไม่น้อยที่สามารถทำให้นักเรียนเรียนจบชั้นมัธยมปลายได้ถึงร้อยละ ๙๕

วิธีพัฒนา ชุดความคิดหุ่นยนต์ภาพพจน์นักเรียน

ชุดความคิดของนักเรียนเป็นสิ่งที่พัฒนาได้ และเป็นหน้าที่ของครูที่จะต้องพัฒนา ชุดความคิดที่ถูกต้องให้แก่ศิษย์ ชุดความรู้หรือกระบวนการที่สำคญยิ่งต่อผล การเรียนรู้ของนักเรียนขาดแคลนคือ ศักยภาพ หรือความสามารถ หรือความฉลาด เป็นสิ่งที่พัฒนาได้ โดยมีตัวอย่างผลงานวิจัยวิธีพัฒนาและผลต่อผลลัพธ์การเรียนรู้ ในเด็กต่างวัย ดังต่อไปนี้

- ในเด็กเล็ก (ก่อนอนุบาล) ทดลองเปรียบเทียบกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุม ในเวลา ๔ เดือน เด็กกลุ่มทดลองได้รับคำบอกว่า “สมองของนักเรียนเปลี่ยนได้ สมองของนักเรียนเปลี่ยนแปลงและเติบโตได้” นักเรียนสามารถเปลี่ยนแปลงและเติบโตได้ การที่นักเรียนเชื่อว่าตัวเองเปลี่ยนแปลงและเติบโตได้ และเป็นคนมานะ พยายาม จะช่วยให้นักเรียนมีความสำเร็จ” นักเรียนในกลุ่มทดลอง ไม่เพียงเรียนรู้ ได้ดีกว่ากลุ่มทดลอง ยังสามารถมีผลการเรียนดีไปอีกหลายปี
- ในนักเรียนอนุบาล - ป.๕ การฝึก growth mindset โดยใช้เกมคอมพิวเตอร์ ช่วยให้นักเรียนมีความอดทนมานะพยายามในการเอาชนะอุปสรรค (persistence) ดีขึ้น
- ในนักเรียนชั้นมัธยม นักเรียนที่มี growth mindset มีผลการเรียนดีกว่า นักเรียนที่มี fixed mindset
- ในชั้นเรียนคณิตศาสตร์ชั้นมัธยม นักเรียนที่ได้รับการฝึก growth mindset มีผลการเรียนดีกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก
- มีการวิจัยในโรงเรียนของเด็กยากจน (กว่าร้อยละ ๗๕ ของนักเรียนมาจาก ครอบครัวยากจน) ๑๐ โรงเรียน พบว่าครึ่งหนึ่งของโรงเรียนมีผลลัพธ์การเรียนรู้ อยู่ในกลุ่มร้อยละ ๒๕ บนของรัฐ อีกครึ่งหนึ่งอยู่ในกลุ่มร้อยละ ๒๕ ล่างของรัฐ การดำเนินการที่แตกต่างระหว่างโรงเรียนสองกลุ่มคือ โรงเรียนกลุ่มแรก ให้ครู ดำเนินการสร้าง growth mindset แก่เด็ก มีการสร้างศักยภาพในการเรียนรู้ให้แก่ นักเรียน และมีวัฒนธรรมของโรงเรียนที่ดี

นักเรียนขาดแคลนมีการรับรู้แตกต่างอย่างไร

นักเรียนขาดแคลนจำนวนมาก มาโรงเรียนด้วยคุณสมบัติที่ดี แต่คุณสมบัติเหล่านั้นมักถูกละเลย หรือมองข้ามไป เช่น มีความตั้งใจและอดทนมานะพยายาม เพื่อบรรลุเป้าหมายบางเรื่องสูงยิ่ง เป็นความรับผิดชอบของครูที่จะต้องทำความรู้จัก เพื่อค้นพบจุดแข็งของนักเรียนแต่ละคน เพื่อใช้ในการส่งเสริมการเรียนรู้ให้นักเรียน ฉายแววออกมา

นักเรียนขาดแคลน มักมาโรงเรียนโดยมีจุดอ่อนหรือข้อด้อย ๓ ด้าน คือ (๑) ภาษา (๒) ความจำ และ (๓) ความสามารถบังคับการรับรู้ของตัวเอง (cognitive control) ซึ่งเป็นผลจากหลายปัจจัย ได้แก่ สภาพในครอบครัว สภาพในชุมชน และปัจจัยที่โรงเรียน ขาวดีคือ การจัดการเรียนรู้ที่ดี สามารถเอาชนะจุดอ่อนเหล่านั้นได้ โดยปัจจัยแก้ที่สำคัญที่สุดคือ ปฏิสัมพันธ์

มีผลการวิจัยที่ค่อนข้างถึงบ่อย ว่านักเรียนขาดแคลนมาเข้าโรงเรียนโดยที่ได้ฟังคำพูดน้อยกว่าเด็กทั่วไป ๒๐ - ๓๐ ล้านคำ ทำให้เด็กขาดแคลนเรียนภาษาได้ช้ากว่า เรียนรู้ตัวอักษร และฟังคำได้ยากกว่า นำไปสู่ความอ่อนแอด้านการเรียนอ่าน แต่ผลการวิจัยหลังจากนั้น ไม่ยืนยันช่องว่างของการได้เคยได้ยินคำที่ต่างกันถึง ๒๐ - ๓๐ ล้านคำ แต่ก็ยืนยันว่าเด็กขาดแคลนมีพื้นคลังคำในสมองน้อย และพื้นฐานศักยภาพความจำไม่ดี โดยที่อ่อนแอทั้งความจำระยะยาว (long term memory) และความจำใช้งาน (working memory)

ความสามารถบังคับการรับรู้ของตัวเอง (cognitive control) เป็นความสามารถเปลี่ยนเรื่อง และปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ในห้องเรียน เช่น สามารถเข้าใจ และปรับตัวตามกฎเกณฑ์กติกาที่เปลี่ยนไป เมื่อสถานการณ์เปลี่ยน เช่น นักเรียนจำนวนมากเมื่ออยู่กับเพื่อนพูดเก่ง แต่พอถึงคราวพูดกับครูกลับพูดไม่ออก

เปลี่ยนวาทกรรม เปลี่ยนพฤติกรรม

เพื่อสร้างชุดความคิดหุ่นศัณยภาพของนักเรียน ครูต้องเปลี่ยนวาทกรรมของตนเองจาก “ฉันมีหน้าที่สอนเนื้อหาวิชาความรู้ หากคุณต้องการให้นักเรียนเรียนได้ดี จงบอกให้เขาตื่นและตั้งใจเรียน ห้องเรียนไม่ใช่สถานบันเทิง” ไปสู่วาทกรรม “ฉันโฟกัสที่ผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักเรียน และเชื่อมโยงสู่กระบวนการเรียนรู้และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของทุกวัน”

ใครครองชะตาชีวิต และตัดสินใจ

หน้าที่หลักของครูคือ สร้างสภาพที่เอื้อต่อการเรียนรู้สูงสุด เน้นที่ตัวนักเรียนเหนือสิ่งอื่นใด นั่นคือ ต้องใช้ช่วงแรกของเวลาเรียนปลูกฝังในตัวนักเรียน สร้างสภาพบรรยากาศที่ในขณะนั้นนักเรียนตื่นตัวเพื่อการเรียนรู้สูงสุด บุคคลหมายเลข ๑ที่มีความสำคัญที่สุดในการสร้างบรรยากาศนี้คือ ครู



จัดการตัวถ่วงการเรียนรู้

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๒ ใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดว่าด้วยการหนุน
ศักยภาพของนักเรียน (enrichment mindset)
ตีความจาก Chapter 13 : Manage the Cognitive Load

สาระหลักในบันทึกนี้คือ นักเรียนขาดแคลนมีตัวถ่วงการเรียนรู้ (cognitive load) คือมีเรื่องวิตกกังวลอยู่ในสมอง ทำให้สมองไม่โปร่งโล่ง เรียนรู้ยาก ไม่มีสมาธิ อยู่กับการเรียน

ตัวถ่วงการเรียนรู้ (cognitive load) หมายถึงความคิดหรือเรื่องราวภายในสมอง ในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง ที่เกิดขึ้นเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ เช่น กังวลว่ากลับไปบ้านเย็นนี้ จะโดนพ่อเลี้ยงชี้เมาด่าว่าหรือไม่ เย็นนี้จะมีข้าวกินหรือไม่ ฯลฯ หากไม่ได้รับการจัดการครูอาจเข้าใจผิดว่านักเรียนมีธรรมชาติเป็นคนหัวช้า (slow learner) โดยที่แท้จริงแล้วนักเรียนเรียนได้ช้าก็เพราะมีตัวถ่วง

มีผลงานวิจัยบอกว่าตัวถ่วงเหล่านี้ทำให้ ไอคิวลดลงถึง ๑๓ หน่วย เพราะเมื่อ ครูให้นักเรียนคิดเรื่องวิชาการ สมองของนักเรียนล่องลอยไปกับเรื่องที่วิตกกังวล นักเรียนเหล่านี้ไม่ใช่เด็กสมองไม่ดี แต่สมองถูกใช้งานไปในทางอื่น (เพื่ออยู่รอด) ครูจึงต้องมีชุดความคิดบวกต่อเด็กเหล่านี้ ต่อด้วยชุดความคิดหนุนศักยภาพ โดย กระตุ้นความหวังและมองโลกแง่ดี (บันทึกที่ ๙) สร้างเจตคติเชิงบวก (บันทึกที่ ๑๐) เปลี่ยนพื้นฐานทางอารมณ์ (บันทึกที่ ๑๑) ให้ความสำคัญต่อวิถีทัศน์และการ แสดงออกของนักเรียน (บันทึกที่ ๑๒) กำหนดความปลอดภัยเป็นสภาพปกติ

ของห้องเรียน (บันทึกที่ ๑๓) และให้นักเรียนได้เคลื่อนไหวและออกกำลังกาย เพื่อช่วยให้การเรียนรู้เกิดง่ายขึ้น โดยสร้าง ชุดความคิดผูกพันนักเรียน (engagement mindset) ซึ่งจะได้กล่าวถึงในบันทึกตอนที่ ๑๔ ต่อไป

สาระสำคัญของบันทึกตอนที่ ๑๖ นี้คือเครื่องมือเอาชนะตัวถ่วงการเรียนรู้ และเครื่องมือฝึกทักษะการดึงความรู้ออกมาจากความจำ

เครื่องมือลดตัวถ่วงการเรียนรู้

ความวิตกกังวลที่เป็นตัวถ่วงการเรียนรู้อย่างหนึ่งของเด็กขาดแคลนคือ กังวลเรื่องการถูกดูถูกดูแคลนจากครูและเพื่อนๆ ซึ่งแก้ได้ง่าย โดยการที่ครูแสดงให้นักเรียนเหล่านั้นเห็นว่า ครูเป็นห่วงเป็นใย และเอาใจใส่ความรู้สึกของเขา เนื่องจากห้องเรียนที่ครูจัดเป็นห้องเรียนที่เนื้อหาเข้มข้น หากไม่มีเครื่องมือช่วยใจของเด็ก เหล่านี้จะหลุดจากการเรียน นอกจากเครื่องมือที่จะกล่าวถึงต่อไปนี้ ครูต้องจัดให้นักเรียนรู้สึกปลอดภัยทั้งด้านกายภาพและด้านอารมณ์ (บันทึกที่ ๑๓) เมื่อใช้เครื่องมือต่อไปนี้ ครูจะสังเกตเห็นว่านักเรียนเอาใจใส่การเรียนมากขึ้น เข้าใจได้ดีขึ้น และจำได้ดีขึ้น

แบ่งความรู้เป็นตอนๆ

นักเรียนขาดแคลนมีความเครียดเรื้อรังติดตัว ความเครียดเรื้อรังทำให้ “ความจำใช้งาน” (working memory) ลดลง ความจำใช้งานเป็นทักษะการจดจำภาพหรือเสียงไว้ในสมองชั่วคราวและสังเคราะห์เข้ากับความรู้เดิม ได้เป็นคำตอบ หรือข้อคิดเห็น หากการเรียนรู้มีความซับซ้อนและก้อนใหญ่เกินไป หรือครูสอนเร็วเกินไปจะเกินกำลังความจำใช้งาน และความรู้เดิมที่อ่อนแอของเด็ก มีผลให้เด็กละความสนใจ มีการวิจยแนะนำให้ครูแบ่งเนื้อหาเป็นตอนๆ แต่ละตอนใช้เวลา ๓ - ๖ นาที และใช้เวลาทบทวนความรู้ตอนก่อน ก่อนที่จะสอนต่อ เปรียบเสมือนการกินข้าวทีละคำ แบ่งเป็นคำเล็กๆ และมีเวลาให้เคี้ยว

หยุดเป็นช่วงๆ

การหยุดเป็นช่วงๆ (ชั่วอึดใจ) เป็นเครื่องมือช่วยการเรียนรู้อย่างหนึ่ง เมื่อเริ่มคาบเรียน สรุปประเด็นที่จะเรียนด้วยถ้อยคำสองสามประโยค แล้วหยุด หลังจากพูดประโยคสำคัญ ให้หยุดหนึ่งอึดใจเสมอ ในไม่ช้านักเรียนจะจับสัญญาณนี้ได้

นอกจากนั้นเมื่อถึงตอนสำคัญ ให้บอกนักเรียนว่า สาระต่อไปนี้สำคัญให้เตรียมจด นักเรียนต้องนำไปใช้ในภายหลัง ให้ครูหยุดหนึ่งอึดใจแล้วบอก แล้วหยุดหนึ่งอึดใจ

การหยุดเป็นช่วงๆ และบอกความสำคัญนี้ เป็นการช่วยสร้างความแข็งแรงของความจำใช้งาน

ยืดเวลาออกไป

มีผลงานวิจัยบอกว่า เมื่อครูขยายเวลาเรียนรู้ออกไป นักเรียนเข้าใจ และจดจำได้ดีขึ้น ตัวอย่างเช่น มีสาระวิชาที่ต้องใช้เวลาเรียน ๑๐ ชั่วโมงซึ่งอาจเรียนจบภายใน ๒ วัน แต่หากใช้เวลา ๑๐ ชั่วโมงนั้นในช่วงเวลา ๒ สัปดาห์ ผลการเรียนรู้จะดีกว่า

การเรียนรู้แบบนี้มีชื่อทางวิชาการว่า spaced learning หรือ distributed learning ใช้หลักการคือ “อย่ามาก อย่าเร็ว เพราะจะไม่ได้เรียนรู้จริง” (too much, too fast, it won't last) เป็นวิธีเรียนที่ตรงกันข้ามกับ mass learning เช่น สอนตะลุยกุญแจ ๕๕ นาทีใน ๑ คาบ effect size ของ spaced learning สูงถึง ๐.๗๑ แทนที่จะให้เรียนสาระต่อเนื่องกัน ๕๕ นาทีก็ใช้วิธีแบ่งสาระออกเป็น ๖ ตอน ตอนละ ๙ นาที ให้เรียนภายใน ๑ สัปดาห์

เขาแนะนำให้เตรียมความพร้อมต่อการเรียนของนักเรียนล่วงหน้าก่อนการเรียนจริง หลายวันหรือหลายสัปดาห์ โดยการเกริ่นหลักการที่เข้าใจยากด้วยภาพหรืออินโฟกราฟิก และในการสอนแต่ละตอน เมื่อจะจบตอน ให้ย้อนกลับไปเอ่ยถึงสาระสำคัญของตอนที่แล้วหนึ่งหรือสองประโยค และเอ่ยถึงตอนต่อไปอีกหนึ่งถึงสองประโยค

สมมติว่าสาระที่จะสอนทั้งหมดเกิดขึ้นในช่วงเวลา ๔ สัปดาห์ เขาแนะนำให้สอนสาระร้อยละ ๘๕ ในช่วงสัปดาห์ที่สองและสาม อีกร้อยละ ๑๕ สอนในช่วงสัปดาห์แรกและสัปดาห์สุดท้าย

ใช้เทคนิค spaced relevance

เป็นการใช้ spaced learning ร่วมกับ content relevance คือใช้เวลาเรียนรู้เท่าเดิม แต่ขยายช่วงเวลาให้ทอดยาวออกไป และจัดให้นักเรียนได้มีช่วงทบทวนสาระและความสำคัญ โดยแบ่งเวลาเรียนทั้งหมดออกเป็น ๓ ช่วง ช่วงแรกใช้เวลาร้อยละ ๕ - ๑๐ ของทั้งหมด ใช้เกริ่นนำ หรือเตรียมพร้อมนักเรียน ช่วงที่สองใช้เวลาร้อยละ ๘๕ ใช้เรียนสาระ และช่วงที่สามใช้เวลาร้อยละ ๕ - ๑๐ สำหรับทบทวนที่เขาเรียกว่า post-review synthesis ครูไม่พึงสอนละเอียดเนื้อหาให้จบ เพราะนักเรียนจะไม่รู้จริง

เครื่องมือช่วยฝึกทักษะการดึงความรู้ออกมาจากความจำ

การเรียนรู้ (learning) กับการดึงความรู้ออกมาจากความจำ (retrieval) อาจเป็นสิ่งเดียวกันสำหรับบางคน แต่สำหรับอีกบางคน การดึงความรู้ออกมาจากความจำต้องการตัวช่วยหรือการบอกเป็นนัยๆ เข้าใจว่านักเรียนที่มาจากครอบครัวยากจนส่วนใหญ่จะอยู่ในกลุ่มนี้ ครูจึงต้องช่วยฝึกทักษะดึงความรู้ออกมาใช้งานให้แก่ศิษย์ด้วย

ผมเข้าใจว่า คนเราเก็บความรู้ไว้ใน “ความจำระยะยาว” (long term memory) การดึงความรู้จาก ความจำระยะยาว เอามาใช้งานในความจำใช้งานนั้น ต้องมีการฝึก หากมีการฝึกบ่อยๆ ในหลากหลายสถานการณ์ก็จะดึงความรู้ออกมาได้คล่อง คือเร็วและครบถ้วนตามที่ต้องการ หากไม่ฝึกก็จะดึงออกมาแบบตะกุกตะกักและมักไม่ครบถ้วนตามที่ต้องการใช้งาน

เขาบอกว่า ความจำ (memory) กับการระลึก (recall) เป็นคนละสิ่ง และตัวลดช่องว่างระหว่างสองสิ่งนี้คือ (๑) การใช้บ่อยๆ (๒) การที่เรื่อนั้นสอดคล้อง (relevance) กับชีวิตหรือประสบการณ์ และ (๓) ความเข้มข้นของความจำ (เกิดจากอารมณ์)

แต่ในที่นี้ retrieve กับ recall แตกต่างกัน คือ retrieval เป็นการนึกออกมาจากความจำ โดยไม่มีตัวช่วยกระตุ้นความจำใดๆ และไม่มีความต้องการใช้ เพียงต้องการทบทวนความจำเท่านั้น ส่วน recall เป็นการระลึกในสถานการณ์ ความต้องการใช้งาน

เป็นที่รู้กันดีว่าเมื่อสมองปลอดโปร่ง มีความเครียดน้อย และบรรยากาศเอื้อ คือ มีสถานการณ์ที่ช่วยชี้นำโดยนัย การระลึก (recall) เกิดได้คล่องแคล่ว

การฝึกดึงความรู้ออกมาจากความจำ (retrieval) มีประโยชน์มากต่อการเรียนรู้ และจดจำ และทำได้ง่ายๆ โดยการให้เวลานักเรียนเขียนสรุปสิ่งที่เรียนมาแล้ว โดยเขียนจากความจำ ไม่ดูสมุดโน้ต ไม่ปรึกษาเพื่อน (หากดูสมุดโน้ตหรือปรึกษาเพื่อนจะไม่ได้ผลจาก retrieval) มีผลดีต่อการเรียนรู้มากมาย แต่แปลกมากที่มี การใช้น้อย ผมขอเพิ่มเติมว่าเมื่ออายุเพียงประมาณ ๑๕ ปี ผมค้นพบเครื่องมือนี้ ด้วยตนเอง และปฏิบัติเป็นประจำ ทำให้ผลการเรียนเด่นมาก และผมใช้มาตลอดชีวิต

มีการวิจัยในกลุ่มนักเรียนชั้น ป.๖ ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา และนักเรียนชั้น ม.๒ ที่เรียนวิชาวิทยาศาสตร์ โดยแบ่งนักเรียนเป็น ๒ กลุ่ม ทั้งสองกลุ่มได้รับการสอน เนื้อหาพร้อมกัน หลังจากนั้นกลุ่มควบคุมได้รับการทบทวนโดยฉวยสไลด์ให้ดู ส่วน กลุ่มทดลองได้รับการฝึก retrieval โดยเขียนลงบนกระดาษ แล้วทั้งสองกลุ่มได้รับการทดสอบด้วยกัน พบว่ากลุ่มควบคุมทำข้อสอบถูกร้อยละ ๗๙ ส่วนกลุ่มทดลอง ได้ร้อยละ ๙๒ เขาบอกว่าเป็นความแตกต่างของเกรดในระดับ C+ กับ A-

เขาแนะนำการฝึกดึงความรู้ออกมาจากความจำ โดยวิธีต่อไปนี้

- ให้เวลานักเรียน quiz ตัวเอง
- ให้นักเรียนตอบว่า ได้เรียนอะไรไปแล้วในวันนั้น หรือวันก่อน
- ให้นักเรียนได้ฝึกทบทวนหลากหลายแบบ เช่น วันหนึ่งให้เขียนบน flip chart วันต่อมาให้พูดปากเปล่า
- มีโจทย์หลายแบบให้นักเรียนฝึกตอบ เช่น ทบทวนคำ จำนวน รายการ ประโยคหรือวลี ข้อเท็จจริง ให้ความเห็น บอกเหตุและผล เป็นต้น
- จัดให้มีการฝึกหัดดึงความรู้ออกมาจากความจำหลายแบบ เช่น ในวันหนึ่ง ให้ทำร่วมกับเพื่อน วันต่อมาให้ทำคนเดียว

การฝึกดึงความรู้ออกมาจากความจำควรสลับระหว่างการดึงออกมาเป็นถ้อยคำ และการแสดงออกมาเป็นอวัจนภาษา (ไม่ใช่ภาษาที่ใช้ถ้อยคำ) หรือแสดงออกมา เป็นการตูน เป็น mind map เป็นตาราง เป็นกราฟ ฯลฯ ตามความชอบและถนัด ของนักเรียน วิธีการดึงความรู้ออกมาเป็นอวัจนภาษา ๒ วิธีอธิบายข้างล่างนี้

ใช้การจัดระบบความรู้ผ่านจักษุประสาท

มีเครื่องมือมากมาย ได้แก่ mind map, time sequence, concept pattern organizer, target diagram, การ์ตูน, Venn diagram, tree diagram, flow chart, cluster map, spider web, continuum diagram, concept map, descriptive pattern organizer โดยเขาแนะนำหนังสือ *Visual Tools for Constructing Knowledge* เขียนโดย David Hyerle (1996) เขาแนะนำให้ใช้ในการสอบข้ออม ให้เวลา ๑๐ นาที สำหรับให้นักเรียนเขียนบอกว่าตนรู้อะไรบ้างในเรื่องนั้น การสอบแบบนี้อาจใช้ในการประเมินเพื่อพัฒนา (formative assessment) ก็ได้ หรือใช้ในการประเมินผล ได้ตก (summative evaluation) ก็ได้ การใช้เครื่องมือนี้ช่วยฝึกดึงความรู้ออกมาจากความจำมี effect size ต่อผลลัพธ์การเรียนรู้สูงถึง ๑.๒

แสดงท่าทีที่บ่งบอการ:

นี่คือการแสดงท่าทีของครูตามเรื่องราวที่กำลังสอน ซึ่งผลการวิจัยบอกว่า ช่วยลดตัวถ่วงการเรียนรู้ของนักเรียน ทำให้นักเรียนเรียนรู้และจดจำได้ดีขึ้น

อาจให้นักเรียนเป็นผู้แสดงท่าที โดยนักเรียนทำงานเป็นทีม ช่วยกันระบุ ประเด็นหลักของบทเรียนที่เรียนไปแล้ว ๓ - ๔ ประเด็น แล้วร่วมกันคัดเลือกให้เหลือ ๒ ประเด็น แล้วนำเสนอต่อชั้นเรียนเป็นท่าทางโดยห้ามใช้คำพูด เขาบอกว่าการเคลื่อนไหวช่วยการเรียนรู้ของเด็ก และแนะนำเว็บไซต์ math & movement (mathandmovement.com) ที่แสดงวิธีส่งเสริมการเรียนรู้คณิตศาสตร์ผ่านการเคลื่อนไหว

เรื่องเล่าจากห้องเรียน

คุณครูเปี้ย - วรณวรารค์ รักษาพิทย์ ผู้สอนหน่วยวิชามานุษยและสังคมศึกษา ระดับชั้น ๕ พบว่าในช่วงสองปีหลังมานี้ กิจกรรมที่ใช้การถาม - ตอบ แบบสนทนา และต่อยอดความเข้าใจเชิงลึก โดยใช้คำถามที่ลึกต่อยอดคำตอบเชิงลึกไปเรื่อยๆ เพื่อเรียนรู้ในวิชาสังคมศึกษา ในแบบที่เคยทำมานั้นไม่อาจดึงดูดผู้เรียนมาจดจ่อได้อีกต่อไป นอกจากนี้ยังพบอีกว่าหากจะให้ผู้เรียนฟังเพื่อให้เกิดการครุ่นคิดตาม จนเกิดการตกผลึกความเข้าใจ แล้วให้แสดงการตอบสนองเป็นความคิดเห็นของตนเองนั้น ไม่สามารถใช้ช่วงเวลาต่อเนื่องยาวนานได้ สภาพการณ์นี้ปรากฏในใจอย่างชัดเจนมากขึ้น เมื่อตัวครูเปี้ยเป็นผู้สังเกตการณ์ชั้นเรียนในระบบ lesson study ในชั่วโมงการสอนของคุณครูเต๋า - สุจิตรา เลิศพิพัฒน์วรกุล ครูคูวิชาในแผนการเรียนรู้อันได้ออกแบบร่วมกัน และพบว่าผู้เรียนมีห้วงความสนใจสำหรับการฟัง ประมาณ ๑๐ นาทีแรกซึ่งเป็นขั้นนำ หลังจากนั้นหากครูยังคงพูดอยู่โดยไม่เปลี่ยนกิจกรรมไปสู่การลงมือทำ จำนวนและความหลากหลายของผู้เรียนที่ตอบสนองคำถามของครูจะน้อยลงไปเรื่อยๆ หากครูยืงดันดันบรรยายต่อไปก็ยิ่งจะเป็นการเพิ่มจำนวนเด็กขาดแคลนความสนใจในชั้นเรียนให้มากยิ่งขึ้น และจะมีเด็กที่หลงเหลือความสนใจให้กับคำถามของครูเอาไว้เพียงหยิบมือเดียวในท้ายคาบเรียน ที่จริงแล้วปัญหานี้มาจากผู้สอนซึ่งละเลยความสำคัญเรื่องการจัดการเวลา และยึดติดในรูปแบบการสอนแบบเดิมมาอย่างยาวนาน

จากการได้อ่านบทความสอนเข้มเพื่อศิษย์ขาดแคลน ตอน จัดการตัวถ่วงสมอง ซึ่งเป็นตอนที่ว่าด้วยเทคนิคซึ่งช่วยเอื้ออำนวยให้เด็กที่ติดขัดในการเรียนรู้ สามารถเรียนรู้ไปพร้อมกับเพื่อนที่มีความพร้อมได้ ครูเปี้ยจึงสนใจที่จะนำเทคนิคการแบ่งความรู้เป็นตอนๆ เพื่อแก้ปัญหาดังกล่าว โดยเฉพาะหลักการ space relevance และการดึงความรู้ออกมาจากความจำ (retrieval) มาปรับใช้ในชั้นเรียน ซึ่งก่อให้เกิดผลลัพธ์คือ การตอบสนองในชั้นเรียนเกิดสภาพคล่องมากขึ้น และมีความคงที่ไปจนถึงเพิ่มขึ้น ในช่วงท้ายคาบเรียน โดยได้ประยุกต์ใช้หลักการจากบทความให้สอดคล้องกับบริบทของตนเอง ดังนี้

กำกับโครงสร้างคาบเรียนด้วยการแบ่งภารกิจเป็นตอนๆ

จากข้อเสนอแนะของบทความที่กล่าวว่า การใช้ spaced learning ร่วมกับ content relevance และจัดให้นักเรียนได้มีช่วงทบทวนสาระและความสำคัญ โดยแบ่งเวลาเรียนทั้งหมดออกเป็น ๓ ช่วง ช่วงแรกใช้เวลาร้อยละ ๕ - ๑๐ ของทั้งหมด ไปด้วยกับการเกริ่นนำหรือเตรียมพร้อมนักเรียน ช่วงที่สองใช้เวลาร้อยละ ๘๕ เรียนสาระ และช่วงที่สามใช้เวลาร้อยละ ๕ - ๑๐ สำหรับทบทวน เรียกว่า post - review synthesis เทคนิคดังกล่าว นำมาสู่การออกแบบห้วงเวลา ร่วมกับการปรับรูปแบบการเรียนรู้จากเดิมที่ใช้คำถามย่อยสนทนาเป็นระยะ ปรับเป็นแบ่งห้วงกิจกรรมให้อยู่ในรูปภารกิจ ซึ่งในแต่ละครั้งจะมีการกิจเพียง ๒ อย่างเท่านั้น สิ่งสำคัญคือ ภารกิจดังกล่าวจะต้องก่อให้เกิดการเรียนรู้ในประเด็นสำคัญของครั้งนั้นๆ ได้ สามารถดำเนินการภายในกรอบของการแบ่งห้วงเวลาใหม่ซึ่งสัมพันธ์กับคาบจริงเรียนได้ ดังนี้

ห้วงเวลา	กิจกรรม
๑๐ นาที	ทบทวนความรู้เดิม
๒๐ นาที	ภารกิจที่ ๑
๑๕ นาที	ถอดความเข้าใจจากภารกิจที่ ๑
๓๐ นาที	รับภารกิจที่ ๒
๒๐ นาที	ถอดความเข้าใจจากภารกิจที่ ๒
๑๐ นาที	สนทนาสรุปการเรียนรู้
๕ นาที	บันทึกสะท้อนการเรียนรู้รายบุคคล

หมายเหตุ : มีห้วงเวลาสำหรับการจัดกลุ่ม การเตรียมพื้นที่เพื่อทำงานที่ต้องใช้พื้นที่ซึ่งไม่ได้แสดงในตาราง

คำถามของครูในการนำเอาโครงสร้างเวลาเป็นตัวตั้ง แล้วจึงค่อยออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ ได้แก่ “หากมีเวลาเพียง ๑๐ นาที ที่จะทบทวนความรู้เดิม ควรทำกิจกรรมอะไร” “หากมีเวลาเพียง ๒๐ นาที สำหรับสร้างความเข้าใจในเรื่องที่ ๑ ผ่านภารกิจที่ ๑ ควรทำกิจกรรมอะไร” “หากมีเวลา ๑๕ นาที สำหรับสรุปการเรียนรู้ ควรใช้เทคนิคการถอดการเรียนรู้แบบใด” เป็นต้น

การยัดเวลาเป็นตัวตั้ง โดยออกแบบโครงสร้างเวลาอย่างสัมพันธ์กับเนื้อหาเป้าหมายการเรียนรู้ และความจดจำของผู้เรียนนั้น ทำให้เกิดความกระชับ กระฉับกระเฉงตื่นตัวในชั้นเรียนมากขึ้น ความเหน็ดเหนื่อยที่ได้ก็มักแสดงออกมาในช่วงท้ายคาบเรียนลดน้อยลงไปอย่างเห็นได้ชัด

นอกจากนี้ผู้สอนยังใช้เทคนิคย่อยอื่นๆ จากบทความ ได้แก่ การลดความกังวล โดยอาศัยความสัมพันธ์ที่ดีในชั้นเรียน และการดึงความรู้เดิม ดังนี้

การลดความกังวล

จากโจทย์ในใจที่พ่วงกับเป้าหมายเรื่องการจัดการเวลา โดยเฉพาะโจทย์ที่ว่า “หากมีเวลาเพียง ๒๐ นาที สำหรับสร้างความเข้าใจในเรื่องที่ ๑ ผ่านภารกิจที่ ๑ ควรทำกิจกรรมอะไร” ผู้สอนพบว่า การที่เด็กได้แลกเปลี่ยนพูดคุยกับครูมีใช้รูปแบบเดียวของการแสดงออกว่ากำลังเรียนรู้ การได้พูดคุยกับเพื่อนน่าจะเป็นวิธีที่ทำให้ทุกคนได้เข้าถึงการเรียนรู้อย่างเท่าเทียมมากกว่า อาศัยความคิดเห็นของเพื่อนเป็นตัววัดระดับความเข้าใจก็น่าจะสดใหม่กว่าความรู้ที่ครูส่งมอบ ดังนั้น ผู้สอนได้ออกแบบกิจกรรมร่วมมือ โดยใช้การคิดเป็นคู่ เป็นภารกิจที่ ๑ เพราะการคิดเป็นคู่เป็นหลักประกันว่า ทุกคนได้ใคร่ครวญในเรื่องตรงหน้า ภารกิจนี้ต้องอาศัยโจทย์ที่ทำให้ทายให้คิดใคร่ครวญ เห็นคล้ายตามและเห็นต่างได้ ผู้เรียนจะผลัดกันเล่าความคิดเห็นของตนเอง แล้วลงมือทำงาน หรือบันทึกมติดีร่วออกมา ประโยชน์สำคัญจากภารกิจที่ ๑ มีสองต่อ อย่างแรกคือ การได้บันไดความรู้ขั้นที่ ๑ สำหรับต่อยอดไปภารกิจที่ ๒ อย่างที่สองคือ การได้ฝึกกล้าพูดสื่อสาร เพื่อทำงานแบบร่วมมือกัน ซึ่งใช้ต่อยอดในภารกิจที่ ๒ ที่เป็นการทำงานในกลุ่มที่ใหญ่ขึ้น ในการทำงานคู่กันครั้งแรกนั้น ครูให้ผู้เรียนได้เขียนจดหมายเป็นการขอบคุณกัน เป็นหัวใจสำคัญของการสร้างพื้นที่ให้ทุกคนมีตัวตนในชั้นเรียน ลดความกังวลว่าจะมีความคิดเห็นที่ไม่น่าเชื่อถือ ทำให้การสื่อสารในภารกิจที่ ๒ นั้น ไหลลื่นเป็นธรรมชาติมากยิ่งขึ้น

จดหมายถึงเพื่อน

ถึง มิฮา.....

ฉันขอบคุณมาก ที่ช่วยคิดหาวิธีแก้แค้นแล้วช่วยฉันทำให้ฉันรู้สึกสนุกมากในเวลานี้
และทำให้ฉันจากทำงานนี้แล้วอีก
การช่วยของเธอทำให้ฉันรู้สึกดีและดีใจมาก... ทำให้รู้สึกว่าได้ทำอาชีพนี้แล้ว
งานนี้ดีจริงๆ
ทำให้ฉันของคุณเรา สามารถออกมาได้สวย น่าสนใจ

สิ่งที่ฉันคิดว่าเธอทำได้มาก คือ... ผมนี่ผม... นั่นคือว่าฉันได้เจอคนที่
และยังใส่ใจด้วยมากจนกว่าคนอื่น

แต่ก็มีเรื่องที่เธอควรพยายามอีกนิด คือ... ให้เธอได้สิ่งที่ตัวเองปรารถนา
มาก ๆ เลยนะ

สุดท้ายนี้ ฉันขอให้อะไรของเธอ... ทำได้ทุกอย่างไปเรื่อย ๆ นะ

จาก... มิฮา

จดหมายถึงเพื่อนจากเด็กหญิงวาริดา คุณณนันทน์ ถึงเด็กหญิงสมิตานันท์ สุขสมัย

การดึงความรู้เดิม

จากคำถามที่ว่า “หากมีเวลาเพียง ๑๐ นาที ที่จะทบทวนความรู้เดิม ควรทำกิจกรรมอะไร” ผู้สอนใช้การทดสอบสั้น (quiz) เป็นเทคนิคที่ช่วยได้ดี ทั้งยังแก้ปัญหาเด็กเตรียมอุปกรณ์ไม่พร้อมได้อีกด้วย ครูเริ่มจากเงื่อนไขที่ว่า เมื่อถึงเวลาบ่ายโมงตรงทุกคนต้องเตรียมสมุดและเครื่องเขียนพร้อมสอบ หากช้าจะงดการเข้าสอบ ทำให้ผู้เรียนมาเข้าห้องเรียนตรงเวลาทุกคนด้วยความพร้อม จากนั้นครูจึงทดสอบผู้เรียนด้วยแบบทดสอบที่ไม่ยากเกินไป ที่สำคัญคือ ครอบคลุมความรู้สำคัญจากครั้งที่แล้วนำมาวัดความเข้าใจกันสั้นๆ ด้วยการตอบว่า ใช่ หรือ ไม่ หรืออาจเป็นตัวเลือก A หรือ B ก็ได้ ซึ่งวิธีนี้เป็นทั้งการสร้างความตื่นตัวและการเตรียมความพร้อมไปพร้อมกัน และเมื่อเจอข้อสอบที่ไม่ยาก (เด็กส่วนใหญ่ทำคะแนนได้เต็ม) เด็กจะมีความผ่อนคลาย และมั่นใจว่าตนเองมีความรู้มากพอสำหรับเรียนต่อยอดในคาบนั้นๆ หัวใจสำคัญคือ ต้องใช้เวลากระชับ และข้อสอบไม่ยากไม่คลุมเครือ สามารถเฉลยร่วมกันได้ทันทีภายในเวลา ๑๐ นาที

Quiz

มนุษย์ยุคแรกเป็น...

A. เจ้าป่า รบร้อยครั้ง ชนะร้อยครั้ง

B. นักล่าบ้าง ถูกล่าเองบ้าง

มนุษย์ยุคแรกอาศัยอยู่ที่...

A. ดันน้ำ

B. กลางน้ำ

C. ปลายน้ำ

D. มหาสมุทร

มนุษย์ยุคแรกชอบความสัมพันธ์แบบ...

A. อยู่ตัวคนเดียว

B. หมู่พวก ไปไหนไปกัน

มนุษย์ยุคแรกได้อาหารมาโดยวิธี...

A. เก็บของป่า ล่าสัตว์

B. ปลูกกินเอง ทำเกษตรกรรมแล้ว

มนุษย์ยุคแรกมีชีวิตที่...

A. ตั้งหลักปักฐานแน่นอน

B. โยกย้ายตามฤดูกาล

แบบทดสอบสั้นที่ครูใช้เป็นเครื่องมือดึงความรู้จากการเรียนรู้ในครั้งก่อน เพื่อต่อยอดไปสู่ความรู้เรื่องต่อไปที่มีความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยงกันกับความรู้เดิม

จากการปรับปรุงตนเองในเรื่องเวลา โดยนำเทคนิคจากบทความสอนเข้มเพื่อศิษย์
ขาดแคลน ตอน จัดการตัวถ่วงสมอง มาปรับใช้นั้นครูพบว่า ตนเองจะต้อง
ทำการบ้านมากขึ้นในการหารูปแบบกิจกรรมที่กระชับ และกระตุ้นการเรียนรู้ได้ดี
มาใช้ และหากสามารถที่จะปฏิบัติตามแผนโครงสร้างเวลาที่ออกแบบเอาไว้ได้
ครูก็จะพบว่าผลที่เกิดขึ้นน่าชื่นใจ ดังภาพ AAR ด้านล่างนี้

ชื่อ.....แอมมี่.....
การเรียนรู้ของฉันในวันนี้
สะท้อนความรู้สึกตนเองให้ครูรับรู้ (ฉันรู้สึกอย่างไรต่อกิจกรรมการเรียนรู้ในวันนี้ เพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น) รู้สึกดีและท้าทายว่าได้เรียนรู้ด้วยตัวเองได้หลายอย่างที่ไม่รู้มาก่อน
ประเมินตนเอง (ฉันสามารถทำตามเป้าหมายได้หรือไม่ เพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น) ทำได้ เพราะมีเวลาพอที่จะฝึก
วางแผนการเรียนรู้ (สิ่งที่ฉันอยากพัฒนาให้ดีขึ้นในครั้งต่อไปคืออะไร) แสวงหาสื่อการเรียนรู้เพิ่มเติม ไม่ซ้ำเดิม

แบบสะท้อนการเรียนรู้ของเด็กหญิงชนกชนม์ ปิยะวัฒนกุล
ในคาบเรียนที่ครูสามารถจัดกิจกรรมการเรียนรู้ได้ตามโครงสร้างเวลา
โดยเน้นออกแบบกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนเกิดเรียนรู้ร่วมกันภายในเวลาที่กำหนด

การเรียนรู้ของฉันในวันนี้

สะท้อนความรู้สึกตนเองให้ครูรับรู้ (ฉันรู้สึกอย่างไรต่อกิจกรรมการเรียนรู้ในวันนี้ เพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น)

สนุกมาก ๆ ๆ ๆ ๆ กับ การเรียนรู้วันนี้เพราะ ได้ไปเล่นกับทราย
คือ ที่ทำท่ามากแต่ก็มีความสุขมาก
ประเมินตนเอง (ฉันสามารถทำตามเป้าหมายได้หรือไม่ เพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น) จาก สก/กร-เด็ก คน
ทำได้ดีเพราะวันนี้เล่นเพลินได้ดั่งใจ

วางแผนการเรียนรู้ (สิ่งที่ฉันอยากพัฒนาให้ดีขึ้นในครั้งต่อไปคืออะไร)

จะเล่นเพลินให้มากขึ้นอีกมาก ๆ ๆ ๆ

แบบสะท้อนการเรียนรู้ของเด็กหญิงคนัสมน คุณะเพิมศิริ

ชื่อ.....นางสาว.....

การเรียนรู้ของฉันในวันนี้

สะท้อนความรู้สึกตนเองให้ครูรับรู้ (ฉันรู้สึกอย่างไรต่อกิจกรรมการเรียนรู้ในวันนี้ เพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น)

สนุกเพราะได้ทำกิจกรรมที่สนุกและได้เรียนรู้เกี่ยวกับร่างกาย

ประเมินตนเอง (ฉันสามารถทำตามเป้าหมายได้หรือไม่ เพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น)

เป้าหมาย : จัดกิจกรรมให้สนุก ทำได้เพราะได้ทำกิจกรรมที่สนุกและได้เรียนรู้เกี่ยวกับร่างกาย
ได้เยอะ

วางแผนการเรียนรู้ (สิ่งที่ฉันอยากพัฒนาให้ดีขึ้นในครั้งต่อไปคืออะไร)

ช่วยเพื่อนทำกิจกรรมความรู้ในกลุ่ม

แบบสะท้อนการเรียนรู้ของเด็กหญิงปวีศา มุราธาพิพย์

บอกครูให้รู้หน่อย : ทำเครื่องหมาย ✓ ให้ตรงกับช่องที่ตรงกับความรู้สึก

ข้อ ๑. ความรู้สึกต่อกิจกรรม “นักโบราณคดีมือสมัครเล่น”

			
			✓

ข้อ ๒. ความรู้สึกต่อการทำภารกิจที่ ๑ “นักโบราณคดีมืออาชีพ”

			
			✓

แบบประเมินความรู้สึกต่อกิจกรรมในคาบเรียนที่ครูมีความเคร่งครัด
ในเรื่องการจัดการเรียนการสอนตามโครงสร้างเวลา ซึ่งกำหนดให้
การเรียนรู้แต่ละครั้งมีภารกิจหลัก ๒ ภารกิจ ทำให้ง่ายต่อการ
ย่อยความรู้ของนักเรียน และง่ายต่อการจัดการเวลาของครู

ในคาบเรียนนี้พบว่า ผู้เรียนทุกคนเลือกความรู้สึกที่เป็นหน้ายิ้ม (ระดับ ๓ และ ๔) และไม่มีผู้เรียนคนใดเลือกเป็นหน้าบึ้ง (ระดับ ๑ และ ๒) เลย

ต่างไปจากคาบที่ผู้สอนเคยเผลอไม่รักษาเวลาให้เป็นไปตามแผน ซึ่งปรากฏผล
สะท้อนให้เห็นในแบบสะท้อนการเรียนรู้ท้ายคาบทันทีเช่นกัน

ชื่อ.....

การเรียนรู้ของฉันในวันนี้

สะท้อนความรู้สึกตนเองให้ครูรับรู้ (ฉันรู้สึกอย่างไรต่อกิจกรรมการเรียนรู้ในวันนี้ เพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น)

ผู้รัก : สุนัขแต่ทำขุ เปื้อนรา: เรี้ยน คบตอด กัน เกินไป

ประเมินตนเอง (ฉันสามารถทำตามเป้าหมายได้หรือไม่ เพราะอะไรจึงเป็นเช่นนั้น)

ทำได้เพราะ: ตั้งใจ + พยายาม

วางแผนการเรียนรู้ (สิ่งที่ฉันอยากพัฒนาให้ดีขึ้นในครั้งต่อไปคืออะไร)

ครูฟัง / ชดทน

แม้ว่าจจะเชื่อ แต่ก็มีส่วนร่วม

แลกเปลี่ยนข้อคิด 2 ครั้ง

อยากให้มีเวลาพละงานหอบงีต่อไป

แบบสะท้อนการเรียนรู้ของเด็กหญิงณัฏฐา เสถียรภาพอยู่
ในคาบเรียนที่ครูขาดความเคร่งครัดในเรื่องการจัดกิจกรรมการเรียนรู้
ตามโครงสร้างเวลา เนื่องจากยึดเนื้อหาและใช้การสอนโดยเน้น
การถามตอบระหว่างครูกับผู้เรียนเป็นส่วนใหญ่

จะเห็นได้ว่าผู้เรียนสะท้อนความรู้สึก “เบื่อ” เนื่องจากมีการใช้เวลายาวนานเกินไป
ออกมาอย่างชัดเจน เนื่องจากในคาบนี้ครูไม่สามารถจัดการให้กิจกรรมการรับฟัง
และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเสร็จสิ้นตามเวลาที่กำหนดไว้ได้ นอกจากนี้ผู้เรียน
ยังตั้งเป้าหมายในครั้งหน้าว่าจะพัฒนา “การฟัง” อย่าง “อดทน” ให้ดีขึ้นอีกด้วย
ซึ่งการสะท้อนลักษณะเช่นนี้ไม่พบว่าจะเกิดขึ้นในแผนการสอนที่ครูสามารถจัดการ
เวลาตามโครงสร้างการเรียนรู้ที่ออกแบบเอาไว้ได้ดี

การจัดการเวลาสำหรับครูนั้นเป็นเรื่องที่ต้องฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอ โดยการ
จัดการเวลาที่ดี มิได้หมายถึงการแสดงความสามารถในการควบคุมการกระทำสิ่งต่างๆ
ในชั้นเรียน แต่ต้องริเริ่มจากการออกแบบกิจกรรมที่สอดคล้องส่งเสริมกับเวลา
โดยทำให้ผู้เรียนบรรลุผลลัพธ์การเรียนรู้สำคัญ เป็นสิ่งที่ผู้สอนยังต้องฝึกฝนให้ดีขึ้น
และทำสิ่งที่ทำได้ดียิ่งขึ้นแล้วให้เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอจนเป็นนิสัยต่อไป



สร้างทักษะการคิด

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๓ ใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดว่าด้วยการหนุน
ศักยภาพของนักเรียน (enrichment mindset)
ตีความจาก Chapter 14 : Strengthen Thinking Skills

สาระหลักในบันทึกนี้คือ ครูต้องฝึกทักษะการคิดให้แก่ศิษย์ที่ขาดแคลนโดยใช้
เครื่องมือที่หลากหลาย แต่ผมมีความเห็นว่าศิษย์ทุกคนต้องการฝึกทักษะการคิดทั้งสิ้น
และทักษะการคิดมีหลายระดับ ดังนั้นคนเราทุกคนจึงต้องฝึกฝนตนเอง ในเรื่องนี้
นั่นคือเราทุกคนต้องมีทักษะในการฝึกการคิดของตนเอง และต้องฝึกไปตลอดชีวิต

นักเรียนยากจนขาดแคลนมักมาโรงเรียนพร้อมกับความบกพร่องด้านการเรียนรู้
อันได้แก่ ความบกพร่องด้านการมีสมาธิจดจ่อความสนใจ ด้านความเร็วในการประมวล
ข้อมูล และด้านความจำ ซึ่งข้อบกพร่องเหล่านี้เป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาทักษะการคิด
แต่ครูที่เอาใจใส่สามารถช่วยเหลือศิษย์ได้

ทักษะการคิดเป็นทักษะที่ครอบคลุมกว้างขวาง นักเรียนที่มีทักษะการคิดดีนั้น
จะแสดงออกดังต่อไปนี้ มีทักษะในการเอาใจใส่ สามารถบังคับตนเองให้จดจ่ออยู่
กับสิ่งที่กำลังทำ จัดการสาระความรู้โดยการประเมิน จัดกระบวนการ จัดลำดับ
ความสำคัญ เรียงลำดับสาระ จำสาระไว้ในความจำใช้งาน เปรียบเทียบและ
ทำความเข้าใจความต่าง ขยายความและใช้ความจำใช้งานในขณะเดียวกันกับ
การจัดการสาระ และท้ายที่สุดรอคอยผล จนถึงคราวที่ต้องการคำตอบ จะเห็นว่า
ทักษะการคิดมีทักษะย่อยจำนวนมาก เป็นเหตุผลที่ทำให้การสอนทักษะการเรียนรู้
เป็นสิ่งท้าทายมาก

หน้าที่ของครูคือ เอื้ออำนวยให้นักเรียนได้ฝึกวิธีคิดที่ถูกต้องต่อสถานการณ์นั้นๆ การคิดที่ดีที่สุดคือ คิดอย่างมีวิจารณญาณ (critical thinking) ซึ่งหมายถึงการคิดที่มีประสิทธิภาพ มีความใหม่ ไม่เลียนแบบใคร และมีแนวทางของตนเอง การคิดอย่างมีวิจารณญาณเกิดขึ้นเมื่อนักเรียนเอาชนะอคติที่พบบ่อยได้ (มองด้านเดียว ละเลยข้อมูลหลักฐานที่ไม่สอดคล้องกับความเชื่อของตน คิดเป็นเหตุเป็นผลไม่เป็น และลืมหาข้อมูลหลักฐาน)

นักเรียนต้องฝึกคิดเอง ไม่ลอกเลียนมาจากสถานการณ์ที่คล้ายคลึง ไม่รอพึ่งการบอกใบ้จากครู หรือผู้อื่น ย้ำว่า ทักษะการคิดเป็นสิ่งที่ฝึกได้

กลยุทธ์การสอนทักษะการคิด

ครูต้องฝึกการคิดแบบใช้เหตุผลให้แก่ศิษย์ โดยคำนึงถึงข้อจำกัดของการใช้เหตุผล ๒ ข้อ (๑) ตัวครูเองต้องฝึกตนเอง (๒) การใช้เหตุผลอย่างถูกต้องเป็นเรื่องที่มีบริบท หากนำไปใช้ต่างบริบท (ภาษาวิชาการเรียกว่า transfer) มักได้ผลลดลง หรืออาจไม่ได้ผลเลย เครื่องมือสำหรับฝึกการใช้เหตุผล มีดังต่อไปนี้

- ค้นหา (อ่าน ฟัง และผ่านประสบการณ์)
- ประยุกต์มาตรฐาน
- ดีความและระบุปัญหาที่แท้จริง
- วิเคราะห์
- เปรียบเทียบ และระบุความแตกต่าง
- ตรวจสอบข้อเสนอ หลักฐาน และอคติ
- ใช้การคิดเหตุผลแบบนิรนัย (deduction) และอุปนัย (induction)
- ทำนาย และสรุปจากหลักฐาน
- แปลความ อธิบาย และดำเนินการ

หัวใจคือ นักเรียนต้องได้รับการฝึกทักษะการคิดในทุกกิจกรรม และทุกส่วนของหลักสูตร โดยมีวิธีการที่หลากหลายมาก ดังตัวอย่าง

สอณาษาของการคิด

พื้นฐานสำคัญของการคิดคือ ภาษา นักเรียนพึงได้รับการส่งเสริมให้ใช้ภาษาวิชาการที่โรงเรียน ทั้งภาษาพูดและภาษากายสำหรับสื่อสารความคิด ตัวอย่างเช่น ให้นักเรียนอธิบายคำต่อไปนี้ แล้วครูตรวจสอบความเข้าใจ

- “ข้อโต้แย้งนี้มีความหมายต่อไปนี้”
- “มีคำอื่นๆ อะไรบ้าง ที่เหมือนหรือคล้ายกับคำว่า ความหมาย”
- “ถ้าครูตัดขนมออกเป็นชิ้นเล็กๆ ครูกำลังทำอะไร” เมื่อนักเรียนตอบ ครูถามต่อเพื่อทำความเข้าใจคำของเด็ก เช่น “ตัดหมายถึงแบ่งใช่ไหม” “แบ่งหมายถึงแยกออกเป็นชิ้นเล็กๆ ใช่ไหม”

ค้นหาสารสนเทศสำหรับใช้แก้ปัญหา

ครูส่งเสริมให้นักเรียนเป็นนักสงสัยและแก้ปัญหา โดย ๑ ขั้นตอนคือ (๑) ส่งเสริมให้นักเรียนเป็นคนขี้สงสัย และค้นหาข้อมูลหลักฐานสู่คำตอบโดยครูทำเป็นตัวอย่างซึ่งอาจทำได้โดยในทุกๆ สัปดาห์ ครูเอาสิ่งของที่สร้างความพิศวงแก่ครูมาให้นักเรียนดู (๒) ฝึกให้นักเรียนรู้จักแยกแยะข้อมูล / สารสนเทศ ซึ่ให้นักเรียนรู้จักประเมินความน่าเชื่อถือ โดยดูที่แหล่งที่มา (๓) ฝึกให้นักเรียนรู้จักเลือกปัญหาที่เหมาะสมที่จะนำมาแก้หรือโต้แย้ง โดยมีหลัก ๗ ประการต่อไปนี้

๑. ระบุปัญหาที่ถูกต้อง
๒. ทำรายการอคติส่วนตัว และวิธีเอาชนะอคติเหล่านั้น
๓. สร้างเส้นทาง สู่เป้าหมายที่น่าจะเป็นไปได้ ๒ - ๕ เส้นทาง
๔. ประเมินและเลือก ๑ เส้นทาง สำหรับเริ่ม
๕. ดำเนินการสู่เป้าหมาย
๖. วิเคราะห์ผล หากไม่บรรลุเป้า ลองเส้นทางใหม่
๗. สรุปข้อเรียนรู้

ตั้งคำถามที่ถูกต้อง

นักเรียนที่ผลการเรียนดี มักตั้งคำถามที่แสดงการคิดอย่างใคร่ครวญ ครูพึงสอนนักเรียนให้เลือกตั้งคำถามที่ถูกต้อง ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนใช้เวลาให้เกิดผลการเรียนรู้ อย่างคุ้มค่า โดยให้ข้อเขียน ๑ ย่อหน้าให้นักเรียนแต่ละคนระบุคำถามที่คิดว่าสำคัญที่สุดสำหรับฝึกแก้ปัญหา แล้วให้นักเรียนจับคู่แลกเปลี่ยนและปรึกษากันว่าปัญหาที่แท้จริงสำหรับฝึกแก้คืออะไร ให้นักเรียนเสนอปัญหาที่เลือกทีละคู่และให้บอกหลักฐานสนับสนุนการตัดสินใจ

จัดให้มีการโต้แย้งเพื่อการเรียนรู้

สอนนักเรียนว่า การคิดอย่างมีเหตุผลมักต้องมองประเด็นจากหลายมุม หรือคิดหลายแบบ ทีละแบบ หรือที่ Edward de Bono บอกว่าต้องสวมหมวกทีละสี เพื่อคิดทีละแบบ รวม ๖ แบบ ตามหนังสือ The Six Thinking Hats (<http://www.brandage.com/article/5205/Six-Thinking-Hats>) หรือบอกว่า คราวนี้จะขอคิดแบบนักวิทยาศาสตร์ คราวนี้ขอคิดแบบนักนิเวศวิทยา คราวนี้ขอคิดแบบนักธุรกิจ ฯลฯ ให้นักเรียนได้ตระหนักว่า มีวิธีคิดในแบบต่างๆ ได้อย่างไม่สิ้นสุด

เขาแนะนำให้ครูจัดให้นักเรียนดำเนินการคิด ๕ ขั้นตอนต่อไปนี้ ในสถานการณ์ที่น่าสนใจสำหรับนักเรียน จนเมื่อเห็นว่านักเรียนทำได้คล่อง จึงให้จับคู่แล้วช่วยกันหาวิธีคิดที่ตรงกันข้าม

๑. ทำนายแนวทางหลักของการโต้เถียง (สนับสนุนหรือแย้ง) และแนวทางอื่น
๒. สรุปหลักฐานสนับสนุนแต่ละแนวทาง
๓. วิเคราะห์แนวทางโต้แย้งและข้อดีของแนวทางอื่น
๔. อธิบายว่ามีหลักฐานอะไรที่บอกว่าแนวทางหนึ่ง ดีกว่าอีกแนวทางหนึ่ง
๕. สร้างข้อสรุปชั่วคราว และระบุว่าจะมีข้อมูลใดที่สามารถทำให้เปลี่ยนใจได้

แจกแจงนามธรรมกับมนุษย์สร้างจับ

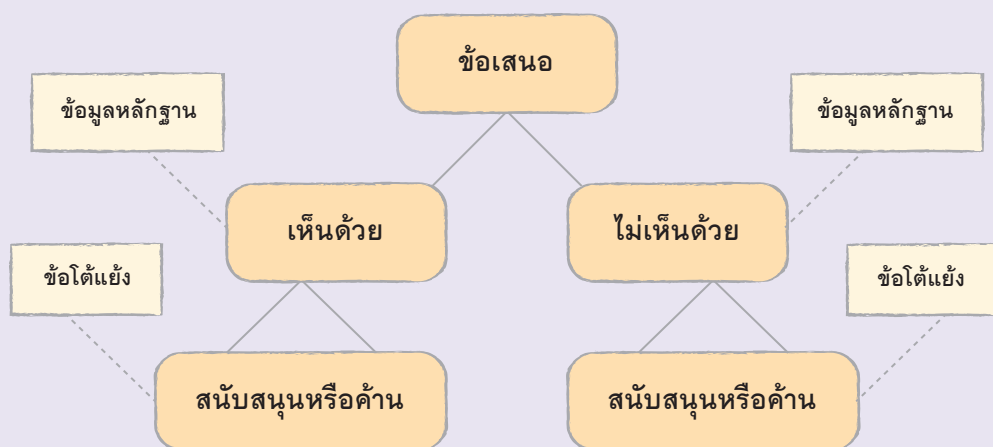
มนุษย์เราร่วมกันสร้างและร่วมกันเชื่อสิ่งที่เป็นามธรรมมากมาย เช่น ความยุติธรรม ครูให้นักเรียนจับคู่ แล้วช่วยกันทำรายการคำ ที่มีความหมายใกล้เคียง หรือสัมพันธ์กัน (ขึ้นกับระดับชั้นของนักเรียน) เช่น ความเป็นธรรม กฎหมาย ตำรวจ ศาล สิทธิมนุษยชน ฯลฯ อาจให้นักเรียนจัดกลุ่มความยุติธรรม เช่น ในสังคม ในชุมชน ในครอบครัว

ให้นักเรียนเล่าหรือเขียนประสบการณ์ส่วนตัวเกี่ยวกับเรื่องที่เป็นนามธรรมนั้นๆ แล้วบอกว่าคุณคิดอย่างไร มีข้อสรุปในเรื่องนั้นอย่างไร

ใช้แผนที่ข้อโต้แย้ง

แผนที่ข้อโต้แย้ง (argument mapping) เป็นเครื่องมือฝึกการคิดโดยใช้ทักษะสัมผัสช่วย (visual thinking tool) เขาแนะนำเว็บไซต์ www.rationaleonline.com สำหรับตัวอย่าง argument map โดยแนะนำว่าครูควรยกตัวอย่างประเด็นโต้แย้งที่สอดคล้องกับความสนใจของนักเรียน นำมาทำ argument map บนกระดานหน้าชั้นร่วมกับนักเรียน ทำเพียงสองสามครั้งนักเรียนก็จะทำ argument map ด้วยตนเองได้คล่อง

ตัวอย่างของ argument map ดังข้างล่าง



ให้นักเรียนแสดงความคิดออกมาเป็นคำพูด

ในระหว่างที่นักเรียนดำเนินการแก้ปัญหา ให้พูดวิธีการตามขั้นตอนไปด้วย เท่ากับนักเรียนทำไปใคร่ครวญสะท้อนคิดเพื่อเป็นข้อมูลป้อนกลับแก่ตนเองไปพร้อมๆ กัน วิธีการนี้มี effect size ต่อผลการเรียนรู้เท่ากับ ๐.๖๔ และมีวิธีฝึกดังนี้

๑. ให้นักเรียนเลือกปัญหาและจับคู่กับเพื่อน ผลัดกันพูดวิธีการแก้ปัญหาก่อนทำและระหว่างทำ
๒. นักเรียนยืนยันชั้นแร่ความคิดของตนต่อเพื่อนในชั้น ครูช่วยชี้แนะให้คิดลึกขึ้นและเข้าใจประเด็นชัดเจนยิ่งขึ้น

ใช้คำถามที่มีพลัง

ครูที่มีประสบการณ์จะมีวิธีตั้งคำถามเพื่อช่วยการคิดของนักเรียน โดยอาจถามเป็นชุด ดังตัวอย่าง

- “บอกครูอีกทีว่าเธอมีข้อเสนออะไร”
- “เธอมีหลักฐานสนับสนุนข้อเสนอนี้อย่างไร”
- “เธอเชื่อมโยงข้อเสนองานของสมชาย ที่เพิ่งเสนอไปเมื่อสักครู กับข้อเสนอของเธออย่างไร เป็นข้อเสนอเดียวกันหรือต่างกัน เธอเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วย”
- “สาเหตุที่น่าจะเป็นไปได้ของสิ่งนั้นคืออะไร”
- “ทำไมเขาจึงทำเช่นนั้น เธอมีวิธีทำที่แตกต่างออกไปหรือไม่”

ผู้เขียน (Eric Jensen) บอกว่าวิธีการตั้งคำถามที่ตนยึดถือมีดังต่อไปนี้

- ให้เวลาคิดอย่างเพียงพอ (๕ - ๑๐ นาที)
- มีประโยคคำตอบให้ใช้ (สิ่งนี้เป็นความจริงเพราะ...)
- อย่ายอมรับคำตอบแบบขอไปที (ใช่ ไม่ใช่ ไม่ทราบ) บอกให้ตอบใหม่ หรือให้ฟังคำตอบของเพื่อนคนถัดไปอีก ๒ คน แล้วตอบใหม่
- เขียนตัวอย่าง “ต้นไม้คำถาม” ที่แสดงคำถามในระดับต่ำ (หรือง่าย) และคำถามในระดับยากหรือซับซ้อน ติดไว้ในห้อง โดยครูอาจให้นักเรียนช่วยกันคิด และครูหมั่นชี้ให้นักเรียนดูและฝึกตั้งคำถามที่ซับซ้อน เพื่อให้นักเรียนได้ฝึกคิดซับซ้อนที่เรียกว่า higher-order thinking

เมื่อนักเรียนเสนอความคิดที่เป็นตัวของตัวเอง ครูต้องกล่าวคำขอบคุณ และบอกว่าเป็นความคิดที่น่าชื่นชม

ส่งเสริมทักษะการคิดขั้นสูง

ครูพึงตระหนักอยู่เสมอว่า คำถามที่กระตุ้นการคิดช่วยพัฒนาสมองของนักเรียน แต่ที่ดียิ่งกว่านั้น คือการฝึกให้นักเรียนรู้จักตั้งคำถามที่ดี เขอ้างอิงถึงหนังสือ *Making Thinking Visible : How to Promote Engageent, Understanding, and Independence for All Learners* เขียนโดย Ron Ritchhart, Mark Church, and Karin Morrison (2011) ที่เสนอให้ครูใช้เครื่องมือ ๓ ชิ้นเป็นประจำทุกวัน ได้แก่ (๑) เสนอความคิด และตรวจสอบ (๒) สังเคราะห์และจัดระบบ และ (๓) ค้นหา มิติที่ลึกและเชื่อมโยงยิ่งขึ้น โดยให้นักเรียนฝึกเขียนคำถาม ถามเพื่อน ให้เพื่อน ฝึกตอบโดยใช้เครื่องมือ ๓ ชิ้นดังกล่าว

เขาแนะนำเครื่องมือช่วยการคิดและการตั้งคำถามต่อไปนี้

- สำรวจสิ่งที่ตนรู้ และพึงตั้งคำถามเพิ่มขึ้น
- ให้นักเรียนตั้งวงแสดงข้อคิดเห็น และตั้งคำถาม ที่แตกต่าง
- ใช้ประโยคในแนว “ฉันเคยคิดว่า... แต่เดี๋ยวนี้ฉันคิดว่า...”
- เสนอความเห็นสองข้อตรงกันข้าม และการต่อสู้กันด้วยถ้อยคำ พร้อมกับตั้งคำถาม
- ให้เสนอความเห็นเป็นประโยค เป็นวลี เป็นคำ เพื่อสื่อสารความหมาย และสื่อสารคำถามด้วยถ้อยคำที่สั้นลงทีละขั้น

เขาแนะนำให้เริ่มฝึกโดยใช้โมเดลง่ายๆ เช่น “โมเดลสามขั้น” (๑) เสนอ (๒) ข้อสนับสนุน (๓) คำถาม เช่น มีข้อเสนอมืออื่นที่ถูกต้องไหม หลังจากนักเรียนใช้โมเดลอื่น หรือคิดโมเดลขึ้นเอง

ทักษะการใช้เหตุผล หรือทักษะการคิดที่ซับซ้อน ถือเป็น “ทักษะชีวิต” ที่จะประโยชน์ไปตลอดชีวิต



เพิ่มทักษะการเรียนรู้และคลังคำ

บันทึกนี้เป็นบันทึกสุดท้าย ภายใต้ชุดความคิดหนุนศักยภาพของนักเรียน (enrichment mindset)

ตีความจาก Chapter 15 : Enhance Study Skills and Vocabulary

สาระหลักของบันทึกนี้คือ หากครูสังเกตเห็นว่า นักเรียนบางคนเหม่อลอย ท้อถอย ขาดแรงจูงใจในการเรียน ครูต้องเอาใจใส่ช่วยเพิ่มทักษะการเรียนรู้ของนักเรียนคนนั้นเป็นพิเศษ ในกรณีของโรงเรียนในพื้นที่ยากจน ห่างไกล การใช้วิธีการตามในบันทึกนี้จะช่วยยกระดับนักเรียนทั้งชั้น

ผลของความยากจนต่อสมองเด็กเริ่มตั้งแต่เยาว์หากไม่แก้ไข ช่องว่างการเรียนรู้ระหว่างเด็กขาดแคลนกับเด็กจากครอบครัวชั้นกลาง จะกว้างขึ้นเรื่อยๆ แต่หากมีการแก้ไขอย่างถูกต้อง ตั้งแต่ระดับอนุบาลถึง ป.๒ เด็กจะมีผลการเรียนรู้เหมือนเด็กทั่วไป ตรงกันข้ามหากไม่ได้รับการแก้ไข หรือแก้ไขไม่ได้ผล เด็กจะมีผลการเรียนรู้ต่ำกว่าชั้นเรียน และค่อยๆ ล้าหลังขึ้นเรื่อยๆ นำไปสู่การออกจากระบบการศึกษาในที่สุด

การฝึกทักษะการเรียนรู้มีเป้าหมายพัฒนาทักษะการเรียนรู้จากระดับ “มือใหม่” (novice) สู่ระดับ “เชี่ยวชาญ” (expert) รวมทั้งมีเป้าหมายยกระดับศักยภาพในการเรียนรู้ (cognitive capacity) โดยมี “เครื่องมือพัฒนาสมอง” ๓ ชิ้นต่อไปนี้

ทักษะการเรียนรู้จำเพาะบริบท

ผลการวิจัยดูผลของการฝึกทักษะการเรียนรู้ มีทั้งที่ effect size ต่ำ และที่ effect size สูง ที่ effect size ต่ำ (๐.๔๕) มักเป็นการฝึกทักษะทั่วไป ไม่มีเป้าหมายเฉพาะ ส่วนการฝึกที่ให้ effect size สูง (๐.๗๗ หรือสูงกว่า) ใช้เครื่องมือที่ดี เช่น คู่มือเรียนรู้ (study guide) วิธีเรียน (study procedures) เครื่องมือจัดระบบความรู้แบบก้าวหน้า (advanced organizers) และฝึกทักษะการเรียนรู้ที่จำเพาะต่อวิชา (subject-specific skills)

การฝึกทักษะการเรียนรู้มีความซับซ้อนเพราะปัจจัยต่อไปนี้

- งานวิจัยดำเนินการไม่ตรงกัน ในเรื่องขั้นตอนหลัก และกระบวนการ ของแต่ละเทคนิค ทำให้เปรียบเทียบผลงานวิจัยยาก
- ในการใช้เครื่องมือช่วยการเรียนรู้แต่ละชนิด หากมีการประยุกต์ทักษะเรียนรู้วิธีเรียน (metacognition) โดยให้ผู้เรียนหมั่นประเมินตนเอง จะช่วยให้ผลลัพธ์การเรียนรู้ดีขึ้น หรือกล่าวใหม่ว่า ในการดำเนินการจริง มักใช้หลายเครื่องมือไปพร้อมๆ กัน
- การใช้เครื่องมือพัฒนาทักษะการเรียนรู้วิชาการและการคิด (cognition) มักมีผลต่อการเรียนรู้ด้านจิตใจ (affective) ด้วย คือช่วยเพิ่มความเข้าใจตนเอง แรงจูงใจ และความมานะพยายาม
- การทดสอบผลดำเนินการต่างกัน เช่น ทดสอบหนึ่งชั่วโมงให้หลัง หรือ ๑ เดือนให้หลัง มีผลต่างกัน

ตัวอย่างของเครื่องมือช่วยการเรียนรู้ที่ได้ผลดี ดำเนินการดังนี้

๑. เชื่อมโยงวิธีเรียนเข้ากับเนื้อหา
๒. สอนให้นักเรียนมีทักษะเรียนรู้วิธีเรียนของตน โดยให้มีความสามารถประเมินความลึก และความแม่นยำของการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น
๓. ฝึกให้เรียนรู้ thinking map ชนิดต่างๆ เช่น ผังงาน (flowchart) bubble map และ mind map
๔. เมื่อจบบทเรียน ทบทวนการเรียนรู้ของนักเรียนด้วยคำถาม เธอทำผลงานนั้นอย่างไร เธอจะทำให้ได้ผลดีกว่านั้นได้อย่างไร
๕. เชื่อมโยงความสำเร็จเข้ากับความพยายาม เจตคติ และกลยุทธ์การเรียนรู้
๖. ให้ฝึกทบทวนสาระจากความจำ (retrieval) ไม่ใช่เพียงทบทวนการเรียนรู้ (study review)

ครูฝึกแต่ละชั้นตอนให้แก่ นักเรียนทั้งชั้นแล้วให้นักเรียนฝึกปฏิบัติเองเป็นคู่ เมื่อคล่องดีแล้วก็ให้ฝึกแก้ปัญหาเอง

เครื่องมือช่วยให้เข้าใจความเชื่อมโยง

เครื่องมือที่คุ้นเคยกันดี เช่น การจดสาระสำคัญ การสรุปประเด็น ให้ผลต่อ effect size สูงถึง ๑.๐ เครื่องมือช่วยให้นักเรียนเข้าใจโครงสร้างของเรื่องที่เรียน เช่น โครงเรื่อง (outline) ให้ effect size ๐.๕๘

เครื่องมือช่วยให้เข้าใจความเชื่อมโยง (relational study aids) เช่น bubble map mind map และ Venn diagram เป็นต้น มีประโยชน์มากแต่มีการใช้น้อย

ตัวอย่างเครื่องมือช่วยให้เข้าใจความเชื่อมโยงในการแก้ปัญหาของวิชาคณิตศาสตร์
ชั้นประถม

เจตคติเชิงบวก -> ทำความเข้าใจชนิดของปัญหา (บวก ลบ คูณ หาร) ->
เลือกวิธี -> ทดลองใช้ แล้วใช้ -> ตรวจสอบผลลัพธ์

ตัวอย่างเครื่องมือช่วยการเรียนรู้คณิตศาสตร์ชั้นมัธยม

๑. เริ่มด้วย เจตคติเชิงบวก “ฉันทำได้”
๒. ทำความรู้จักชนิดของปัญหา ทั้งที่เป็นปัญหาค้นคว้า ปัญหาปลายเปิด
ปัญหาปลายปิด ปัญหาตรรกะ ฯลฯ
๓. วิเคราะห์ปัญหาด้วยคำถาม เช่น สิ่งที่เราต้องรู้คืออะไร สิ่งที่ไม่รู้คืออะไร
ข้อจำกัดเป็นอย่างไร มีอะไรบ้างที่ประมาณเอาได้
๔. เลือกวิธี เช่น ใช้ algorithm หรือใช้สูตร กราฟ การคำนวณทางคณิตศาสตร์
หรือแปลงเป็นเรื่องราวที่มีตัวละคร
๕. ตรวจสอบผลงาน ด้วยการประเมินโดยทวนจากหลังไปหน้า ตรวจสอบกับ
ผลประมาณการ ตรวจสอบประเด็นที่มักผิดพลาด
๖. ตัดสินใจ เช่น หากผลลัพธ์ที่ได้ไม่ถูกต้อง ทำขั้นตอนที่ ๒, ๓, ๔ ใหม่
ด้วยวิธีการใหม่ ทดลองหลายวิธี และละจากวิธีที่ไม่ได้ผล อาจแบ่งโจทย์เป็นท่อนๆ
แก้โจทย์ทีละท่อน หรืออาจถามเพื่อน
๗. เป็นเจ้าของคำตอบ หากคำตอบถูกต้องให้เฉลิมฉลองความสำเร็จ ทบทวน
ทำความเข้าใจขั้นตอน จดจำไว้ในโอกาสต่อไป

ครูพึงฝึกทักษะการเรียนรู้ให้แก่นักเรียนตามบริบทที่จำเพาะ ใช้เครื่องมือเรียนรู้
ที่สะท้อนโครงสร้างเนื้อหา และความสัมพันธ์ระหว่างแต่ละส่วนของเนื้อหา

ครูควรทำงานร่วมกันเป็นทีม เพื่อพัฒนาคู่มือเรียนรู้ ๕ - ๗ ขั้นตอน สำหรับแต่ละสาระการเรียนรู้หลักของนักเรียนแต่ละระดับชั้น สำหรับใช้บูรณาการอยู่ในกระบวนการเรียนรู้ เพื่อดึง (retrieving) ความรู้ออกมา ๑ วัน หรือ ๑ สัปดาห์ให้หลัง หากทำโปสเตอร์ แสดงคู่มือดังกล่าวติดไว้ในห้อง จะช่วยได้มาก โดยครูต้องหมั่นเฝ้าถึงคู่มือนี้บ่อยๆ

ทักษะการเรียนรู้จำเพาะบริบทนี้ ต้องใช้ร่วมกับเครื่องมืออีกตัวหนึ่ง คือ การช่วยให้นักเรียนมีคลังคำทางวิชาการเพิ่มขึ้น

สร้างทักษะเชิงก้อยคำ

นักเรียนที่มาจากครอบครัวยากจนมักมีคลังคำในสมองน้อยกว่าเพื่อนๆ ที่มาจากครอบครัวชั้นกลาง เป็นต้นเหตุของปัญหาการเรียนรู้ นอกจากนั้น นักเรียนยากจนเหล่านี้ยังได้รับการกระตุ้นสมองน้อย มีความอ่อนแอด้านภาษาดีกว่าเพื่อนในชั้นที่มาจากครอบครัวชั้นกลาง โดยล้าหลังกว่าหลายปี ที่อายุ ๗ ขวบ นักเรียนทั่วไปมีคลังคำ ๗,๑๐๐ คำ แต่นักเรียนยากจนมีเพียง ๓,๐๐๐ คำ ช่องว่างนี้แก้ไขได้โดยให้นักเรียนยากจนเรียนรู้คำใหม่วันละ ๕ คำ เพิ่มจากการเรียนตามปกติ เป็นเวลา ๔ - ๕ ปี การเพิ่มคลังคำให้แก่เด็กเรียนขาดแคลนจึงมีความสำคัญมากต่อความสำเร็จในการเรียน มีผลการวิจัยบอกว่า เมื่อครูให้นักเรียนขาดแคลนเรียนรู้คำใหม่ (ที่สอดคล้องกับบทเรียน) ๑๐ - ๑๒ คำต่อสัปดาห์ เป็นเวลา ๑ ปี มีผลเพิ่ม effect size ของผลการเรียนสูงถึง ๐.๙๕

ต่อไปนี้เป็นเครื่องมือเพิ่มคลังคำให้แก่เด็กเรียน ๓ เครื่องมือ

ให้ตัวอย่าง แล้วให้ฝึกใช้คำ

ครูใช้คำให้ดู (ฟัง) เป็นแบบอย่าง โดยยกตัวอย่างประโยค แล้วให้นักเรียนทายความหมาย หากนักเรียนบอกไม่ได้ ครูให้ประโยคใหม่ แล้วให้ค้นความหมายในพจนานุกรมร่วมกับเพื่อน จนเมื่อนักเรียนเข้าใจความหมายของคำแล้วให้แต่งประโยคด้วยคำนั้นโดยทำร่วมกันกับเพื่อน จนในที่สุดให้นักเรียนแต่งประโยคที่ใช้คำนั้นด้วยตนเอง ลงท้ายด้วยการให้นักเรียนวาดภาพความหมายของคำนั้น

ใช้คำศัพท์ยากๆ

มีผลงานวิจัยเปรียบเทียบครูสองแบบ แบบแรกสอนโดยใช้ศัพท์พื้นๆ ทั่วๆ ไป แบบหลังใช้ศัพท์สูงหรือยาก พบว่าหลังจากผ่านไป ๑ ปี ผลการเรียนรู้อ่านเอาเรื่อง ของนักเรียนที่ครูสอนแบบหลัง ดีกว่าอย่างชัดเจน ตัวอย่างเช่น

- แทนที่จะพูดว่า ดีมาก ใช้คำว่า เลิศ แทน
- แทนที่จะพูดว่า รถ ใช้คำว่า ยานพาหนะ
- แทนที่จะพูดว่า น้องสาว ใช้คำว่า กนิษฐา

สอนคำโดยตรง

เขาแนะนำวิธีสอนคำ ๖ ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

๑. ใช้การสาธิต โดยยกคำศัพท์ใหม่ขึ้นมาอธิบายความหมาย และตัวอย่างการใช้
๒. ใช้การพูดทวนคำ โดยให้นักเรียนอธิบายความหมายของคำตามความเข้าใจของตนเอง
๓. ใช้อวัจนภาษา โดยให้นักเรียนอธิบายความหมายของคำหรือพยางค์ ด้วยรูปภาพวาด สัญลักษณ์ กราฟ และติดไว้ที่ผนังห้องส่วนที่แสดงคำ
๔. ใช้การเชื่อมโยง โดยให้นักเรียนทำกิจกรรมที่ช่วยการจดจำคำนั้น
๕. ให้นักเรียนสอนกันเอง โดยให้นักเรียนคุยกันเรื่องคำและความหมายของคำ เป็นครั้งคราว
๖. ให้เล่นเกม โดยให้นักเรียนเล่นเกมที่ช่วยการฝึกใช้คำ

มีผลการวิจัยบอกว่า การใช้ท่าทางหรืออวัจนภาษา ในการเรียนและฝึกใช้คำ เพื่อเพิ่มคลังคำ มี effect size สูงถึง ๒.๒๗ ในเวลา ๔ ปี วิธีการคือ ให้นักเรียน จับคู่ กล่าวคำ แล้วแสดงท่าทางที่บอกความหมายของคำนั้น

ครูหาวัสดุใบยัดให้นักเรียนเรียนคำศัพท์อย่างสนุกสนาน เช่น อาจกำหนดให้แต่ละสัปดาห์มี “ศัพท์แห่งสัปดาห์” ๑๐ คำ ในสัปดาห์นั้นเมื่อนักเรียนคนใดใช้คำที่เป็นคำแห่งสัปดาห์นั้นให้นักเรียนทุกคนปรบมือ ในสัปดาห์ถัดๆ ไป จัดทีมนักเรียนให้ทำหน้าที่ทบทวนคำศัพท์จากรายการคำศัพท์ที่ต้องเรียน

เปลี่ยนวาทกรรม เปลี่ยนพฤติกรรม

ครูต้องเปลี่ยนวาทกรรมในสมองของตนเองจาก “เด็กบางคนได้เรียนรู้ แต่บางคนก็ไม่ได้ ถ้าเด็กพร้อม เขาจะเรียนรู้ เขาต้องรู้วิธีเรียนรู้มีฉะนั้นก็จะเรียนตามไม่ทัน” ไปเป็น “ฉันเชื่อว่าสมองมีศักยภาพในการเปลี่ยนแปลง ฉันสามารถสร้างการเติบโต และเปลี่ยนแปลงให้แก่ตนเอง แล้วจึงช่วยสร้างทักษะการเรียนรู้ให้แก่ศิษย์” เพื่อใช้พลังของ ชุดความคิดหนุนศักยภาพแก่ศิษย์

ใครครองชะตาอนาคต และตัดสินใจ

หากครูมีประโยคหลักว่า “มีอะไรอีกที่ฉันจะช่วยเพิ่มพลังการเรียนรู้ให้แก่ศิษย์” อยู่ในใจ พฤติกรรมต่างๆ ตามที่ระบุในบันทึกนี้ก็จะตามมา และจะสื่อสารไปยังนักเรียนว่าครูเชื่อมั่นศักยภาพของนักเรียน เป็นพลังใจให้นักเรียนมีความมานะพยายาม

ภาค

อ

ชุดความคิดว่าด้วยการสร้าง
ความเอาใจใส่ของนักเรียน
(engagement mindset)

บทที่ ๑๙ พลังของชุดความคิดว่าด้วยการสร้าง
ความเอาใจใส่ของนักเรียน

บทที่ ๒๐ สร้างสภาพกายและจิตที่พร้อมเรียน

บทที่ ๒๑ สร้างการเรียนรู้อย่างเห็นคุณค่า

บทที่ ๒๒ สร้างความเป็นพวกพ้อง



พลังของชุดความคิดว่าด้วย การสร้างความเอาใจใส่ของนักเรียน

บันทึกนี้เป็นบันทึกแรก ใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดสร้างความเอาใจใส่
ของนักเรียน (engagement mindset)

ตีความจาก Part Six : Why the Engagement Mindset?

คำหลักของบันทึกนี้คือ engagement ซึ่งมีความหมายถึงความผูกพัน ความ
เอาใจใส่ เน้นที่ความผูกพันหรือเอาใจใส่ต่อการเรียนของนักเรียน และยังน่าจะ
รวมถึงความเอาใจใส่ของครูต่อนักเรียนด้วย แต่ในบันทึกนี้ท่านผู้อ่านจะพบว่า
การสร้างความเอาใจใส่ของนักเรียนมีหลากหลายระดับ หลากหลายมิติ

สาระหลักของบันทึกนี้คือ ครูต้องทำหน้าที่สร้างความเอาใจใส่ต่อการเรียน
ให้แก่ศิษย์โดยที่ศิษย์ขาดแคลนต้องการความช่วยเหลือนี้มากเป็นพิเศษ โดยเฉพาะ
อย่างยิ่ง การเตรียมสมองให้พร้อมต่อการเรียน และวิธีทำหน้าที่นี้ของครู เน้นที่
ปฏิสัมพันธ์เชิงแสดงการยอมรับอย่างไร้เงื่อนไข และช่วยแก้ไขความเข้าใจผิด
อย่างเห็นอกเห็นใจ

กล่าวด้วยคำง่ายๆ คือ ครูต้องหาวิธีให้นักเรียนเรียนสนุก ทำให้การเรียน
น่าสนใจ ไม่ปล่อยให้สภาพการเรียนมีบรรยากาศน่าเบื่อ

เด็กๆ มีความอยากรู้อยากเห็นอยู่โดยธรรมชาติ การจัดการเรียนรู้ฟังก์ชั่น
ธรรมชาตินี้ โดยครูทำเป็นตัวอย่าง หาตัวอย่างบุคคลที่เด็กๆ ถือเป็นฮีโร่ และสร้าง
อารมณ์คึกคักว่าได้เรียนรู้สิ่งที่มีความหมายต่อเด็ก

เพื่อการนี้เด็กต้องได้ทำและสัมผัส “การเรียนรู้” ด้วยตนเองด้วยหลากหลายกิจกรรม ได้แก่ การสร้างหรือเลือกกระบวนการเรียนรู้ พูดถึงหรืออธิบาย เขียนถึงร่วมมือกับเพื่อน ถกเถียง ใคร่ครวญสะท้อนคิด และแสดงจุดยืนของตน ครูต้องจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่นักเรียนรู้สึกว่าคุณค่าที่จะทำ เพื่อการนี้ครูต้องมีกระบวนการทัศน์หรือเสียงในสมอง ว่า “ฉันจะเชื่อมโยงผูกพันเป้าหมายที่ยิ่งใหญ่กับศิษย์ทุกคน ทุกวัน และทุก ๙ นาที”

ครูที่ชั้นเรียนมีบรรยากาศที่นักเรียนเรียนรู้อย่างเอาใจใส่จริงจัง มีความคิดต้องานของตนแตกต่างจากครูคนอื่น ๆ ตัวอย่างวาทกรรมในใจหรือถ้อยคำที่กล่าวออกมา เช่น “ศิษย์ของฉันอยากมาโรงเรียนทุกวัน เพราะมีเรื่องน่าสนใจให้ทำและภาคภูมิใจ” ครูเหล่านี้ให้ความสำคัญต่อการดำเนินการเพื่อสร้างความเอาใจใส่ของนักเรียน การเรียนรู้ในทุกขณะต้องน่าสนใจ

การสร้างความผูกพันเอาใจใส่ของนักเรียน ส่งผลดี ๓ ประการคือ (๑) ทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ระดับสูง (๒) สร้างอารมณ์บวก และ (๓) สร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่น่ารื่นรมย์ ในสภาพเช่นนี้การเรียนรู้ช่วยให้จิตใจและร่างกายอยู่ในสภาพพร้อมเรียนสูงสุด

สภาพร่างกายและจิตใจของนักเรียนเปลี่ยนแปลงนาที่ต่อหน้าที่ มีเรื่องราวหรืออารมณ์ต่างๆ แวบเข้ามา ได้แก่ ความวิตกกังวล ความหวัง ความกลัว ความคาดหวัง ความรู้สึกสบาย ความอยากรู้ ความหิว และอื่นๆ สภาพเหล่านี้มีขึ้นมีลงอยู่ตลอดเวลา เป็นธรรมดา แต่ที่ครูต้องสนใจคือระดับค่าเฉลี่ยตามปกติของนักเรียนเกือบทุกคนที่เอื้อต่อการเรียนรู้ หากแต่ละวันนักเรียนทั้งชั้นมีเวลาคุณภาพสูงในสัดส่วนที่มาก ผลการเรียนรู้จะเพิ่มขึ้น

หลักฐานจากงานวิจัย

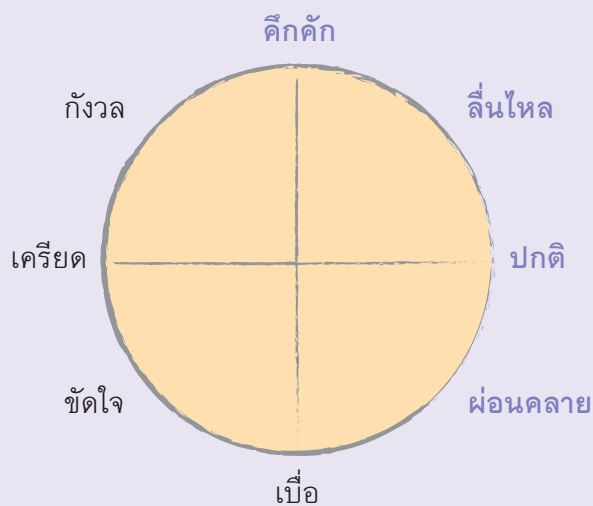
แม้ว่าครูจะสร้างบรรยากาศในห้องเรียนให้น่าสนใจ แต่ก็ยังมีปัญหาที่นักเรียนบางคน (หรือหลายคน หรือเกือบทั้งชั้น) เบื่อเรียน นี่คือความเป็นจริง ผลงานวิจัยในสหรัฐอเมริกาบอกว่า นักเรียนชั้นมัธยมใช้เวลาหนึ่งในสี่ของแต่ละวันปล่อยให้จิตใจล่องลอยไปกับเรื่องอื่นๆ ที่ไม่ใช่การเรียน

นักเรียนชั้นมัธยมส่วนใหญ่รายงานว่าตนรู้สึกเบื่อในทุกคาบเรียน และมีผลการวิจัยบอกว่า นักเรียนชั้นประถมปลาย ใช้เวลาถึงร้อยละ ๙๑ นั่งอยู่กับตัวเอง โดยไม่ได้ทำกิจกรรมหรือปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และมีหลักฐานบอกว่าการมีกิจกรรมดึงดูดความสนใจของนักเรียนในชั้นเรียน (classroom engagement) เป็นปัจจัยสำคัญอันดับต้นๆ ต่อผลสำเร็จในการเรียน และมีผลงานวิจัยบอกว่า การที่ห้องเรียนไม่น่าสนใจ เป็นสาเหตุสำคัญที่สุดต่อการที่นักเรียนออกจากการเรียนกลางคัน

ครูพึงหาวิธีทำให้นักเรียนทั้งชั้นอยู่ในสภาพสมองที่อยากรู้ อยากเห็น สนใจ คาดหวัง สนุก และมีพลัง ผลการวิจัยบอกว่า การดำเนินการดังกล่าวก่อผล effect size ต่อผลการเรียนสูงถึง ๑.๕๑

ในห้องเรียนคุณภาพสูงจะสังเกตเห็นบรรยากาศของความหวัง เชื้อมั่น สะท้อนคิด อยากรู้ อยากเห็น สืบสน คาดหวัง ร่วมมือช่วยเหลือกัน และการฉลองความสำเร็จ ในขณะที่ในห้องเรียนคุณภาพต่ำจะสังเกตเห็นบรรยากาศ เฉื่อยชา ไม่สนใจ โกรธ อึดอัดขัดข้อง และอาจมีบรรยากาศหวาดกลัว

สภาพพื้นฐานสมองของเด็ก ดังแสดงในภาพข้างล่าง สภาพที่พึงประสงค์อยู่
ทางขวาของภาพ และใช้ตัวอักษรสีม่วง



สภาพพื้นฐาน (baseline state) ของสมองเด็กแต่ละคนย่อมอยู่หนึ่งๆ ไม่เหมือนกัน และสภาพดังกล่าวของนักเรียนบางคนเอื้อต่อการเรียนรู้ ในขณะที่สภาพพื้นฐานของสมองเด็กอีกหลายคนโดยเฉพาะเด็กขาดแคลนไม่เอื้อ ครูเพื่อศิษย์ต้องศึกษา และฝึกวิธีการช่วยเปลี่ยนสมองศิษย์ให้มีสภาพพื้นฐานที่เอื้อต่อการเรียนรู้ ซึ่งเป็นงานที่ไม่ง่าย ต้องใช้เวลาและความพยายามแต่ก็ทำได้ โดยวิธีการที่จะกล่าวถึงในบันทึกอีก ๓ ตอนข้างหน้า

เรื่องเล่าจากห้องเรียน

การจัดการเรียนรู้เรื่องการผันอักษร เป็นเรื่องที่ครูผู้สอนในหน่วยภูมิปัญญาภาษาไทยทุกคนคิดหนักว่าจะทำอย่างไรให้นักเรียนรู้สึกอยากรู้ อยากเรียน และอยากฝึกฝนด้วยความสนุก โดยไม่รู้สึกรำคาญว่านี่เป็นเรื่องที่ยาก คำถามนี้ยังคงเป็นคำถามที่คุณครูปึก - จินตนา กฤตยากรนุพงศ์ และคุณครูน้ำผึ้ง - ชัญญา งามอาจ คุณครูคู่ชีวิตต้องนำมาคิดทบทวนอยู่หลายครั้ง

หลังจากที่ได้นำแผนการเรียนรู้ของปีการศึกษาที่แล้วกลับมาอ่าน และนึกย้อนทบทวนถึงบรรยากาศในชั้นเรียนในวันที่เรียนเรื่องการผันอักษร พร้อมทั้งไตร่ตรองว่าจะทำอย่างไรให้การจัดการเรียนรู้เกิดความสุขเพื่อให้นักเรียนเกิดความสนใจ และเป็นเจ้าของการเรียนรู้ด้วยตัวเอง ครูก็ยังรู้สึกว้าวกับแผนการเรียนรู้ที่เคยใช้สอนในปีที่แล้วที่ไม่มีพลังดึงดูด ไม่มีชีวิตชีวาพอที่จะให้นักเรียนเกิดความสนใจอยากเรียนรู้มากนัก รวมถึงสื่อที่ใช้ในการเรียนการสอนยังไม่มีพลังมากเพียงพอที่จะทำให้ นักเรียนอยากกระโจนเข้าไปหาความรู้ได้อย่างเต็มที่

เมื่อครูรับรู้ได้เช่นนี้ครูจึงนำหัวใจของนักเรียนมาใส่ในหัวใจของครูทำให้ค้นพบว่าถ้าเราเป็นนักเรียนก็อาจจะเกิดความไม่อยากเรียนเช่นเดียวกัน จึงได้ไปขอคำปรึกษาจากคุณครูใหม่ - วิมลศรี ศุภิลวรรณ เพื่อหาแนวทางและวิธีการสอนใหม่ๆ ที่เพิ่มพลังการเรียนรู้ของนักเรียนให้มากยิ่งขึ้น คำถามแรกที่ครูใหม่ถาม คือ “อยากได้แบบไหนล่ะ...” เราจึงตอบกลับในทันทีว่า “อยากให้นักเรียนได้เรียนรู้ในรูปแบบของการเล่นเกม แต่ยังคงคิดไม่ออกว่าจะเล่นเกมแบบใด” ครูใหม่ตอบว่าขอพี่คิดหนึ่งคืนนะ

ในช่วงเช้าตรู่วันถัดไป เราก็ได้คำตอบจากครูใหม่ว่าเกมที่เราต้องการนั้นมีชื่อว่า “เกมจับคู่” ครูใหม่อธิบายให้ฟังถึงขั้นตอนของการเล่นเกมนี้ว่าจะเล่นอย่างไร ใช้สื่ออะไรบ้าง เพื่อให้เราทำความเข้าใจและเห็นภาพเดียวกันกับครูใหม่ไปที่ละขั้น ในเย็นวันนั้นเราไม่รอช้า รีบช่วยกันทำแผนการจัดการเรียนรู้ตามแนวความคิดที่ได้รับมาในทันที โดยค่อยๆ เรียงลำดับความคิดของตนเองในการเขียนแผนการจัดการเรียนรู้ให้มีลำดับขั้นตอนที่สอดคล้องร้อยเรียงกันอย่างต่อเนื่อง พร้อมทั้งจัดเตรียมสื่อการเรียนการสอน คือ ลูกกระดาษ จำนวน ๔๒ ใบ แล้วนำบัตรพยัญชนะอักษรสูง อักษรต่ำ ที่เป็นคู่กันใส่เอาไว้ในถุง จัดเป็นชุดอย่างละ ๖ ชุด เพื่อให้เพียงพอกับการเรียนรู้ของนักเรียน โดยเราได้ทำการพับถุงที่ละใบอย่างประณีตจนกระทั่งเสร็จสิ้นในคืนวันนั้น

ก่อนที่จะถึงคาบเรียนภูมิปัญญาภาษาไทยของนักเรียนชั้น ๔ เล็กน้อย ครูขอให้ นักเรียนมาช่วยหยิบสื่อจากห้องพัสดุไปห้องเรียน เมื่อนักเรียนในห้องเห็นเพื่อนถือ สื่อเข้ามาก็รีบวิ่งมาดูว่าคืออะไร เพราะสื่อที่เป็นถุงกระดาษจำนวนมากที่จัดเรียงมา อย่างเป็นระเบียบ นักเรียนบางคนสังเกตเห็นว่ามีตัวเลขเขียนอยู่ที่ถุงด้วย ทำให้ พวกเขาเกิดความฉงนสงสัยมากยิ่งขึ้นไปอีกว่าในถุงนั้นมีอะไร สายตาของ นักเรียนทำให้ครูรับรู้ได้ว่านักเรียนให้ความสนใจกับสื่อเป็นอย่างมาก



เมื่อนักเรียนนั่งที่เรียบร้อยแล้ว ครูจึงบอกกับนักเรียนว่าในคาบนี้เราจะได้ใช้สื่อนี้กัน และเราจะมาทำอะไรสนุกๆ ด้วยกัน จากนั้นครูก็ไม่รอช้าเริ่มขั้นนำด้วยการให้ นักเรียนทบทวนความรู้เรื่องการอักษรผันสูงและอักษรต่ำด้วยคำถามที่ว่า “มีใครบอก คาถาการจำพยัญชนะอักษรสูงและอักษรต่ำได้บ้าง” เด็กๆ หลายคนในห้องเรียน ต่างก็ยกมือพร้อมกับตอบว่า “คาถาอักษรสูงของหนู คือ ผีฝากถุงข้าวสารให้ฉันศึกษา ฐานขวด” นักเรียนในห้องเรียนส่วนใหญ่จดจำคาถานี้ได้ แต่มีบางคนบอกว่า “หนูมี อีกหนึ่งคาถาที่ไม่เหมือนเพื่อน คือ ขวดของฉันใส่ถุงผ้าฝากให้เศรษฐี” พอมาถึง อักษรต่ำๆ นักเรียนส่วนใหญ่ใช้คาถาท้องจำเดียวกัน คือ “พ่อค้าฟันทองซื้อช้างฮ้อ” และคาถาอักษรต่ำเดี่ยว คือ “งูใหญ่นอนอยู่ ณ ริมวัดโมฬีโลก” ครูถามต่อว่าแล้ว อักษรสูงและอักษรต่ำผันได้กี่เสียง นักเรียนยกมือตอบว่าผันได้ ๓ เสียง คือ อักษรต่ำ ผันได้เสียง สามัญ โท และตรี อักษรสูงผันได้เสียงเอก โท และจัตวา

จากนั้นครูจึงชวนนักเรียนทำกิจกรรม “แน่จริง...ผันฉันให้ได้” เพื่อเป็นการประเมินความรู้เดิมของนักเรียน โดยให้ตัวแทนออกมาผันเสียงอักษรสูง เมื่อตัวแทนผันเสียงแล้ว เพื่อนๆ จะต้องบันทึกคำที่เพื่อนผันลงในสมุดให้ถูกต้อง ซึ่งตัวแทนมีโอกาสพูดได้เพียง ๒ ครั้งเท่านั้น ซึ่งนักเรียนเคยทำกิจกรรมนี้มาแล้วตอนเรียนรู้การผันเสียงอักษรกลาง ทำให้นักเรียนตั้งใจฟังเพื่อนพูดเป็นอย่างมาก เพราะหากฟังพลาดในครั้งแรก จะต้องแก้ตัวโดยตั้งใจฟังในครั้งที่สองเป็นครั้งสุดท้าย เช่น คำว่า ฝา ฝ่า ฝ่า และ ขาว ข่าว ข้าว อักษรด่ำก็ทำเช่นเดียวกัน เช่น คำว่า ร่าย ร่าย ร้าย ร้าย และ ชาง ช่าง ช้าง เป็นต้น

ในขั้นต่อไปครูชวนให้นักเรียนทำกิจกรรม “หาคู่ให้เจอ” ...เพียงแค่นำบัตรคำกิจกรรมนักเรียนก็เกิดความรู้สึกลึกลับและกระตือรือร้นที่จะหาคำตอบ เช่น สงสัยว่า จะต้องหาคู่อะไร ตื่นเต้นว่ากิจกรรมจะเป็นอย่างไร ครูจึงอธิบายต่อว่ากิจกรรมนี้เราจะได้ใช้กฎกระดานที่นักเรียนสงสัยในตอนต้นคาบว่าเป็นกฎอะไร มีนักเรียนคนหนึ่งพูดขึ้นมาว่า “เหมือนกฎใส่เบอร์เกอร์เลย” ครูบอกว่า “ไม่แน่นะ ด้านในอาจจะเบอร์เกอร์ก็ได้!” บางคนมีสีหน้าดีใจเพราะคิดว่าครูจะให้กินเบอร์เกอร์จริงๆ ทำให้ยิ่งอยากรู้อยากเข้าไปอีกว่าด้านในกฎจะเป็นอะไร ครูจึงบอกกับนักเรียนว่าก่อนหน้านี้ นักเรียนจะต้องผ่านด่านต่างๆ ในเกมของครูก่อนนะ เมื่อนักเรียนทราบว่าการจะให้เล่นเกมก็ตื่นตัวและตื่นเต้น รีบนั่งลงเพื่อแสดงความพร้อมได้อย่างพร้อมเพรียง

ด่านที่ ๑ คือ เลือกกฎคนละ ๑ ใบ ครูแจ้งก่อนว่า แต่ละหมายเลขจะมีอยู่เพียง ๖ ใบเท่านั้น ให้นักเรียนทุกคนคิดว่าในใจว่าเราหมายตาวัยได้กฎหมายเลขใด ทำให้นักเรียนยิ่งนั่งและแสดงความพร้อมมากขึ้นไปอีก หลายคนนั่งหลังตรงเอามือสอดกอดอกไว้แนบสนิทกับลำตัว ครูเริ่มขานหมายเลขกฎทีละลำดับ นักเรียนที่เลือกหมายเลขนั้นไว้ในใจก็ยกมือขึ้นอย่างรวดเร็ว จากนั้นให้นักเรียนเดินออกมาหยิบกฎใบที่มีเบอร์ที่ตนเองต้องการ แล้วกลับไปนั่งที่ บางคนเมื่อได้รับกฎแล้วก็รีบเขย่าพยายามคาดเดาว่าด้านในกฎเป็นอะไร บางคนพูดขึ้นมาว่า “มันเบามากๆ เลยนะ” แต่ทุกคนต่างก็เคารพกติกา คือ ยังไม่เปิดดูจนกว่าทุกคนจะได้ครบแล้ว ครูจึงกล่าวชื่นชมในทันที

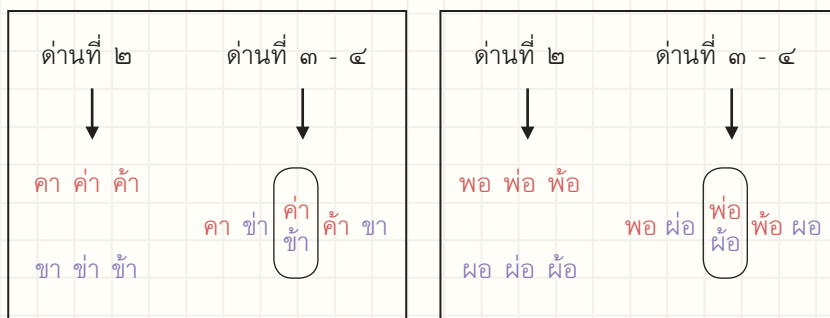
เมื่อครูขานหมายเลข ๒ นั้นมีนักเรียนที่ยกมือเลือกถึง ๘ คน แต่ถุงมีเพียง ๖ ใบเท่านั้น นักเรียนที่ยกมือต่างมองหน้ากัน สักครูหนึ่งมีนักเรียนลดมือลง ๒ คน ครูจึงกล่าวชื่นชมและขอบคุณสำหรับน้ำใจที่นักเรียนได้เสียสละ ใบหน้าของนักเรียนทั้ง ๒ คนนั้นเต็มเปี่ยมไปด้วยรอยยิ้ม ภายในใจของครูในตอนนั้นก็ยิ้มเช่นเดียวกัน จากนั้นครูจึงขานหมายเลขที่มีอยู่จนครบ จากนั้นครูให้สัญญาณในการเปิดถุงเพื่อไปต่อ

ด่านที่ ๒ คือ ใส่สระอะไรก็ได้ แล้วผันเสียงให้ถูกต้อง นักเรียนต่างรีบเปิดถุงอย่างรวดเร็ว ใจจดใจจ่ออยากจะรู้ว่าข้างในเป็นอะไร มีนักเรียนบางคนงว้างตาต้องทำอะไรต่อ แต่บางคนก็สามารถใส่สระแล้วผันได้ในทันที เพราะจำได้ว่าพยัญชนะสองตัวที่อยู่ในถุงคืออักษรสูงและอักษรต่ำที่มีเสียงคู่กัน ครูจึงบอกต่อว่าหากใครผันเสียงได้แล้วให้ยกมือขึ้น เพื่อเป็นสัญญาณให้ครูเดินไปตรวจสอบความถูกต้อง นักเรียนบางคนเลือกนำสระอามาใส่แล้วผันเป็นคำว่า ขา ข่า ข้ำ กับ คา คำ ค้า เวลาผ่านไปไม่กี่นาทีก็เริ่มมีนักเรียนทยอยกันยกมือขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งเมื่อครูตรวจสอบว่า “ผ่านแล้ว!” นักเรียนจะส่งเสียงร้องว่า “เฮ้! ไปด่านต่อไปได้แล้ว” เป็นอันรู้กันว่านักเรียนคนนั้นสามารถไปต่อด่านที่ ๓ ได้ ซึ่งเมื่อเพื่อนคนใดส่งเสียงร้องแบบนี้ ก็มักจะมีเพื่อนคนที่ยังผันไม่ได้เงยหน้าขึ้นมามองอยู่เสมอๆ มีนักเรียนบางคนบอกว่า “เพื่อนเก่งจังเลย ทำไมถึงทำได้นะ” แล้วก็ก้มหน้าค้นหาคำตอบของตนเองต่อ สิ่งหนึ่งที่ครูสังเกตเห็น คือ มีนักเรียนที่ใส่สระคนละสระกัน เช่น ผา ผ่า ผ้ำ กับ พี พี พี้ ที่ซึ่งสามารถผันเสียงได้ถูกต้องเหมือนกัน แต่จะเป็นปัญหาในด่านต่อไป

ด่านที่ ๓ คือ เรียงชุดคำที่ตนเองผันให้ครบ ๕ เสียง โดยใช้สีฟ้า แทน อักษรสูง สีน้ำตาล แทน อักษรต่ำ

ด่านที่ ๔ ถ้าผันอักษรแล้วเรียงลำดับได้ถูกต้องจะได้พบคู่ แต่ถ้ายังไม่เจอคู่ที่มีเสียงเหมือนกัน ให้เขียนไปเรื่อยๆ ไม่ต้องลบ จนกว่าจะหาคู่เสียงพบ

นักเรียนที่ผ่านด่านที่สองเริ่มลงมือทำงานในทันที พยายามอย่างยิ่งยวดที่จะผันให้ครบ ๕ เสียง บางคนเขียนแล้วเขียนอีกก็ยังไม่พบคู่เสียง จนกระทั่งมีเพื่อนคนหนึ่งยกมือเพื่อให้ครูเดินไปตรวจว่าตนเองผันได้ถูกต้องหรือไม่ ปรากฏว่านักเรียนคนนั้นสามารถผันได้อย่างถูกต้อง เป็นอันว่าผ่านด่านที่ ๕ จนสำเร็จ นักเรียนคนนั้น ดีใจเป็นอย่างมาก สีหน้ายิ้มแย้มและมีความสุขอย่างที่สุดที่ผ่านด่านนี้ไปได้เป็นคนแรก ดังเช่น



จากนั้นก็เริ่มมีนักเรียนพบคู่เสียงเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ บางคนเรียงแล้วแต่ไม่พบคู่เสียง สาเหตุก็มาจากการใช้สระคนละตัว หรือบางคนผันไม่ถูกต้องก็มี บางคนนำไม้ตรีและไม่จัดวาเข้ามาใช้ด้วย ทำให้ผันอย่างไรก็ไม่ถูกต้องเสียที เรียงอย่างไรก็ไม่พบคู่เสียที แต่ก็มีข้อดีคือข้อผิดพลาดเหล่านี้ ช่วยให้ครูพบเห็นต้นตอของปัญหาที่ก่อให้เกิดความไม่เข้าใจของนักเรียนแต่ละคนที่อยู่ในกลุ่มนี้ได้โดยง่าย

นักเรียนหลายคนยังคงมุ่งมั่นไม่ทอดยถยลงผันและเรียงใหม่ไปเรื่อยๆ เรียงแล้วเรียงอีก ถ้ายังไม่ใช่ก็ลองเรียงดูใหม่ ทำไปเรื่อยๆ จนกว่าจะได้พบคู่ แต่ก็ยังมีนักเรียนบางคนที่ยังอยู่หลายรอบแต่ไม่พบคู่เสียที เมื่อเริ่มเกิดความท้อใจก็หันไปปรึกษากับเพื่อนข้างๆ มีนักเรียนบางคนที่ยังท้อใจอย่างที่สุดถึงกับพูดขึ้นมาด้วยน้ำเสียงอันเศร้าสร้อยว่า “เกมโอเวอร์แล้ว...ทำไม่ได้สักที!” ครูจึงเดินเข้าไปให้กำลังใจให้นักเรียนสู้ต่อและไม่ยอมแพ้

ด่านที่ ๕ แต่งตำราหาคู่ ด้วยการเขียนลำดับขั้นตอนการผันวรรณยุกต์ว่ามีวิธีการผันอย่างไรถึงหาคู่พบ นักเรียนคนที่ผ่านด่านที่ ๔ มาแล้วแล้วเร่งรีบลงมือแต่งตำราหาคู่ในทันที เพื่ออธิบายวิธีการผันวรรณยุกต์ของตนเองในด่านที่ผ่านมา

ด้านที่ ๖ ลองวิชาหาคู่ เพื่อทดสอบตำราที่ตนเองแต่ง ใครที่ได้ลองวิชา มาก ก็จะมีเม่นยำมาก โดยมีกติกา คือ ให้เลือกหมายเลขถุงที่ต่างไปจากครั้งแรก แล้วเริ่มทำตั้งแต่ด้านที่ ๒ ผันจนกว่าจะพบคู่เสียง ห้องเรียนในตอนนั้นมีชีวิตชีวา มากยิ่งขึ้น เพราะนักเรียนต่างกระตือรือร้นที่ได้จะลองวิชา สำหรับคนที่ยังไม่ผ่านด้าน ก่อนหน้าก็มุ่งมั่นทำต่ออย่างไม่ย่อท้อ เพื่อให้ตนเองได้ไปด้านลองวิชาหาคู่เหมือน เพื่อนๆ บรรยายภาคห้องเรียนเต็มไปด้วยความสนุกสนานและท้าทาย ครูได้ให้กำลังใจ นักเรียนทุกคนแล้วบอกว่า “ถ้าใครได้กินเบอร์เกอร์ครบทุกถุงถือว่าสุดยอดไปเลย”

ครูสังเกตว่านักเรียนที่อยู่ในด้าน “ลองวิชาหาคู่” สามารถอยู่กับงานของตนเอง ดีมากโดยที่ครูไม่ต้องเข้าไปช่วยเหลือแต่อย่างใด เพราะนักเรียนเพียรพยายามที่จะ ทำด้วยตนเองอย่างสุดความสามารถเพื่อให้ได้มากที่สุดจนกว่าจะครบทุกถุง

ในขณะที่นักเรียนบางคนอยู่ในด้านลองวิชาหาคู่ ก็ยังมีนักเรียนอีกหลายคน ที่ยังอยู่ในด้านที่ ๒ และ ๓ บางคนยังมุ่งมั่นที่จะลองผิทดลองถูกไปเรื่อยๆ ในการผัน จนกว่าจะพบคู่เสียง แต่บางคนก็เริ่มถอดใจแล้ว

นักเรียนที่ลองวิชาหาคู่จนครบทุกถุงเดินมาถามครูว่า “ผ่านด้านนี้แล้วมีด้าน ต่อไปไหม” ในตอนนั้นครูได้ประเมินสถานการณ์ว่าหากให้นักเรียนคนนั้นไปด้าน ต่อไป พวกเขาจะสามารถต่อยอดความรู้ไปได้อย่างแน่นอน แต่เพื่อนในห้องที่ยัง ไม่ผ่านด้าน ๒ ครูก็ไม่อาจทอดทิ้งเขาได้เช่นกัน

ด้านที่ ๗ สอนเพื่อนที่ยังติดอยู่ในด้านแรกๆ ให้เกิดความเข้าใจให้ได้ ซึ่งถือว่าเป็นด้านที่สุดยอดมากที่สุด ถือเป็นขั้นสูงสุดในปริมิตการเรียนรู้ นั่นคือความสามารถ อธิบายให้เพื่อนเกิดความเข้าใจได้

เมื่อนักเรียนกลุ่มนั้นได้ยืนชนนี้ก็ยินดีเป็นอย่างยิ่งที่จะเข้าไปช่วยเหลือเพื่อน โดยอธิบายให้เพื่อนเกิดความเข้าใจ ทำให้เพื่อนที่ยังอยู่ในด้านที่ ๒ และทำไม่ได้ รู้สึก ดีใจและอุ่นใจขึ้นมาในทันที จากที่ตอนแรกกำลังจะถอดใจก็มีกำลังใจมากขึ้น เมื่อมี เพื่อนมาอธิบายจนสามารถผ่านไปในด้านที่สูงขึ้นได้ สังเกตได้จากสีหน้าที่มีรอยยิ้ม อย่างเต็มภาคภูมิ นักเรียนทุกคนพยายามที่จะไปให้ถึงด้าน “ลองวิชาหาคู่” เพื่อ ทดสอบตำราของตนเองว่ามีความแม่นยำเพียงใด นักเรียนรู้สึกสนุกสนานมาก โดยเฉพาะตอนที่ได้เดินไปเลือกถุงด้วยตนเอง และได้ลองทดสอบความเข้าใจของ ตนเองไปพร้อมๆ กัน สิ่งที่ครูสังเกตได้อีกอย่างหนึ่ง คือ นักเรียนใช้เวลาในการ ค้นหาคู่ได้รวดเร็วขึ้นเรื่อยๆ



เมื่อครูให้สัญญาณว่าหมดเวลาในการทำกิจกรรมแล้ว ก็มีเสียงจากนักเรียนบางคนบอกว่า “ยังทำไม่ครบทุกถุงเลย” บางคนบอกว่า “ขอต่อเวลาได้ไหมคะ... เหลือถุงสุดท้าย อยากจะทำได้ครบทุกถุง” คำพูดของนักเรียนในตอนนั้น ทำให้ครูรู้ในทันทีว่าแผนการเรียนรู้การสอนที่เตรียมมานั้นประสบความสำเร็จแล้ว เพราะนักเรียนเป็นเจ้าของการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างแท้จริง...

ก่อนจบคาบเรียนในวันนั้นครูให้นักเรียนเขียน “สะท้อน...ย้อนมองตน” ด้วยคำถามว่า รู้สึกอย่างไรกับการเรียนรู้ในวันนี้ สิ่งที่ได้เรียนรู้คืออะไร สิ่งที่น่าสนใจคืออะไร และสิ่งที่อยากพัฒนาคืออะไร นักเรียนเขียนสะท้อนความรู้สึกได้อย่างหลากหลาย เช่น “หนูรู้สึกสนุกที่ได้เขียนและทำทายตัวเอง” “ผมรู้สึกสนุกและภูมิใจที่ได้ทำโจทย์ท้าทายจนสำเร็จ” “ผมรู้สึกสนุกเพราะได้ช่วยเพื่อนและได้ทำกิจกรรมที่สนุก” “หนูรู้สึกดีใจที่สามารถทำได้ครบทุกด้านภายในเวลา” ไปจนกระทั่ง “หนูรู้สึกท้อตอนที่เขียนตำราหาคู่ เพราะคิดไม่ออกว่าจะเขียนอย่างไร” “หนูรู้สึกท้อเพราะทำไม่ได้ในตอนแรก พอเข้าใจแล้วก็ง่ายและสนุก” สิ่งที่ได้เรียนรู้ คือ “การจับคู่และการผันอักษรสูงและต่ำ โดยครูอธิบายน้อย” “การค้นพบความรู้ด้วยตนเอง ทำให้รู้ว่าอักษรสูงและต่ำก็มี ๓ เสียงเหมือนกัน” “การคิดหาวิธีด้วยตนเอง คุณครูช่วยน้อยที่สุด” “การสอนเพื่อนและสอนตัวเอง ต้องกล้าที่จะลองผิดลองถูก” และ “การสอนเพื่อนยากกว่าทำเองเสียอีก” เป็นต้น สิ่งที่น่าสนใจ คือ “ทำโจทย์ท้าทายได้สำเร็จ” “สามารถผันเสียงได้ครบทุกคู่” ตลอดจน “เพื่อนเข้าใจในสิ่งที่สอน” สิ่งที่ยังอยากพัฒนา คือ “การสอนเพื่อนที่นั่งอยู่ข้างๆ ” เป็นต้น

เรื่องราวน่ารักๆ และความสนุกจากชั้นเรียนในคาบนี้ยังไม่หมดเพียงเท่านั้น เพราะตอนที่หัวหน้าห้องบอกทำความเข้าใจความเครียด ก็มีเสียงเล็กๆ จากนักเรียนคนหนึ่งพูดขึ้นมาว่า “วันนี้วิชาภูมิปัญญาภาษาไทยสนุกจังเลย... อยากให้มีกิจกรรมแบบนี้บ่อยๆ...” หัวใจของครูพอองโตและมีความสุขอย่างที่สุด ทำให้รู้สึกมีกำลังใจที่จะไปสร้างสรรค์และต่อยอดแผนการเรียนการสอนที่สนุกสนานเพื่อนักเรียนทุกคนต่อไปเสียเดี๋ยวนี้...

- รู้สึก ท้อ ตอน ที่ เขียน ตำราหัด เพราะ คิดไม่ออกว่าจะเขียนอย่างไร
- ได้เรียนรู้ ว่า ตำราเก่าที่จะ ลอ ผิด ลอ ถูก

- เพราะรู้สึกท้อ นึกถึงภาพรถเข็นของบิดาทำนาอยู่ไร่ อันนะกะ เพราะเข็น เข็น จาก
ความเข้าใจ ที่
- ช่วงที่ไ้เรียนรู้อะไรที่ตัวเอง เพราะถ้าเราไม่ลองก็จะไม่รู้ว่าทำได้ไหม
เคยไ้จินตนาการว่า ผิดเขียนในนกะ จึงถ้ามีความกล้าในท้อ ตัว เองจะไ้
เรียนรู้มากที่สุ่อ.



กช.ป.

๔๒ ๗๖๕ ๕๖๖

ได้จาก... ที่

১৭১ চাঁদা

[illegible]

|ॐ|ॐ|ॐ|ॐ|ॐ|

W D. 12

097

2 1 1 3
3 3 3 4 → 4

3

ในองค์ใช้ทั่วพหุชนะนี้หรือ

$\frac{1}{2}$
 $\frac{1}{2}$
 $\frac{1}{2}$
 $\frac{1}{2}$
 $\frac{1}{2}$

ਸੀ. ਐ. ਐ.

202



2

[illegible]

১২

တံ

181218

197

$\frac{1}{10}$ $\frac{1}{10}$
 $\frac{1}{10}$ $\frac{1}{10}$
 $\frac{1}{10}$ $\frac{1}{10}$

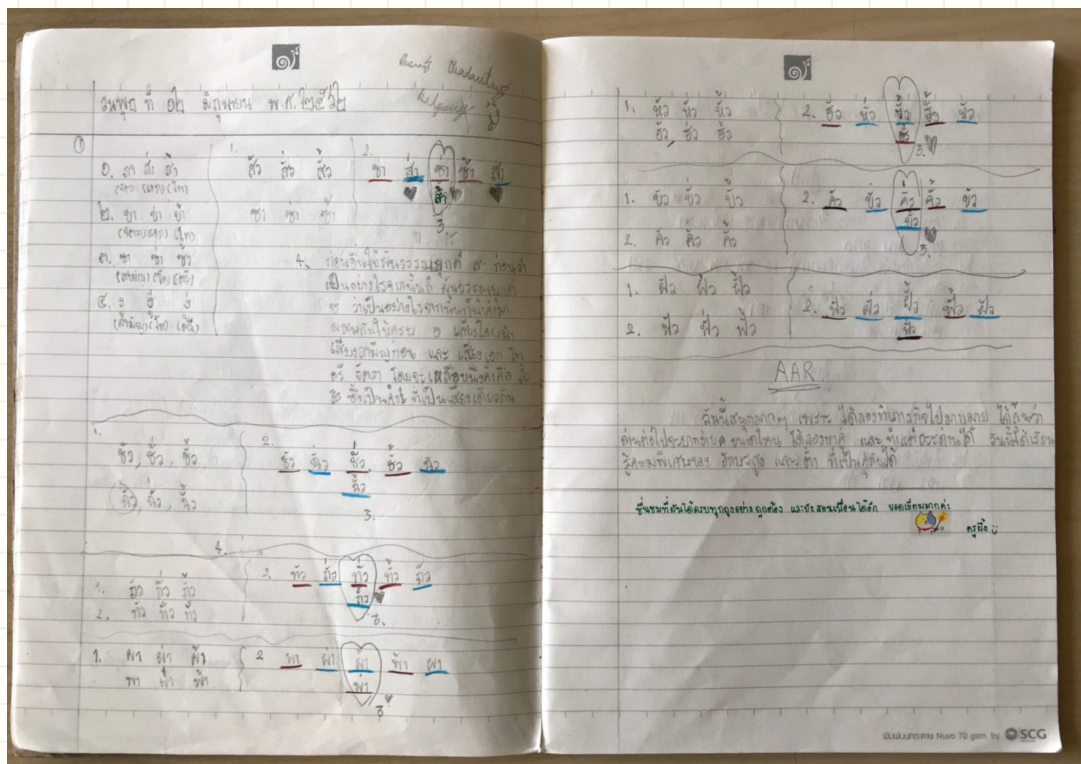
AAR

รู้จักทนายเพราะทำไม่ได้เลย, 16 ตอนแรกพอเข้าใจแล้วอีกสาย

[illegible]

សម្រាប់បង្ហាញពីស្ថានភាព





หลังจากดำเนินแผนการเรียนการสอนนี้เสร็จสิ้นก็ได้มีโอกาสเล่าบรรยากาศในชั้นเรียนให้คุณครูใหม่ฟัง คุณครูใหม่ได้ให้คำแนะนำกลับมาในทันทีว่า แผนการเรียนการสอนครั้งต่อไปที่จะเรียนรู้เรื่องการผันอักษรตัวเดียวนั้น นักเรียนจะต้องเน้นที่การเขียนตัวราให้ชัดเจน โดยมีเงื่อนไขว่าผู้ที่มาอ่านจะต้องเกิดความเข้าใจได้โดยไม่ต้องให้เจ้าของตำราพูดอธิบาย และนำทำการประกวดตำรายอดเยี่ยมเพิ่มขึ้นอีกชั้นหนึ่งด้วย นอกจากนั้นยังน่าจะต้องปรับเปลี่ยนแผนการเรียนการสอนในครั้งใหม่นี้โดยด่านแรกนักเรียนต้องทำให้ครบทั้งหมด ๔ ดูก่อน จากนั้นจึงจะได้ไปด่านต่อไปเพื่อให้นักเรียนเกิดความแม่นยำมากขึ้นก่อนที่จะลงมือเขียนตัวราหาคู่นั้นเอง

เมื่อถึงคาบเรียนภูมิปัญญาภาษาไทยในคาบถัดไป ครูขอให้นักเรียนมาช่วยหยิบ
สื่อไปที่ห้องเรียนเหมือนเช่นเคย เมื่อเพื่อนถือสื่อที่เป็นธงกระดาษที่ถูกจัดเรียงมา
อย่างเป็นระเบียบเข้ามาในห้อง คราวนี้นักเรียนไม่เกิดความสงสัยแล้วแต่กลับพูดขึ้น
มาว่า “วันนี้ครูจะให้เล่นเกมเหมือนครั้งก่อนอีกใช่ไหม” ครูตอบว่า “ใช่ค่ะ...แต่ครั้งนี้
จะมีความท้าทายมากกว่าครั้งที่แล้วนะ” สันเสียงคำพูดของครู นักเรียนเริ่มอยากรู้แล้ว
ว่าจะท้าทายอย่างไร ทุกคนรีบนั่งที่อย่างพร้อมเพรียงกัน ครูเริ่มชี้หน้าโดยสร้างสมาธิ
ก่อนเรียนด้วยการทำกิจกรรม **“ท้าทาย...เขียนคำให้ถูก”** คือ ให้นักเรียนเขียนเสียงที่
ตนเองได้ยินให้ถูกต้อง คำที่ครูบอกจะเป็นคำที่เป็นพยัญชนะอักษรต่ำคู่และอักษรสูง
ที่คู่กันเป็นการอ่านเครื่อง เช่น ทุ่มเท ถดถอย ถอดถอน ถ่ายท่า ถูทอง จากนั้น
ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนได้คิดคำให้เพื่อนเขียนเองบ้าง นักเรียนได้นำเสนอคำที่
น่าสนใจหลากหลายคำ เช่น ถูเก้ ทูชทน ทอดทึง เท่เทียม ช่วงแรกนักเรียน
บางคนยังนึกคำไม่ออก แต่พอเห็นตัวอย่างคำของเพื่อนก็เริ่มนึกคำออกมาได้ บางคน
ยกมือหลายรอบ เพราะคิดได้หลายคำ ต่อมาครูจึงชวนนักเรียนทบทวนความแม่นยำ
กันต่อด้วยคำถามที่ว่า “อักษรต่ำผันได้กี่เสียง อะไรบ้าง” นักเรียนต่างยกมือเตรียมตัว
ตอบกันเกือบทุกคน ครูจึงให้ตอบพร้อมกัน นักเรียนตอบด้วยเสียงอันดังในทันทีว่า
“อักษรต่ำผันได้ ๓ เสียง คือ เสียงสามัญ โท และตรี” และมีนักเรียนบางคน
พูดต่อว่า “เสียงโท รูปเอก เสียงตรี รูปโท” “จดจำได้แม่นยำ ยอดเยี่ยมมากๆ”
ครูกล่าวชื่นชมอย่างภูมิใจ

ลำดับขั้นต่อไปครูชวนให้นักเรียนทำกิจกรรม **“หาคู่ให้เจอ”** อีกครั้ง ต่างกันตรงที่
ในครั้งนี้จะเป็นการหาคู่ให้กับอักษรต่ำเดี่ยว แล้วครูก็ได้อธิบายกติกาตั้งแต่ด่านแรก
ไปจนถึงด่านสุดท้ายว่า การจะผ่านด่านแต่ละด่านต้องทำอะไร ซึ่งในด่านแรกๆ
นักเรียนเคยทำมาแล้วในครั้งก่อนจึงสามารถทำความเข้าใจได้อย่างรวดเร็ว อันได้แก่

ด้านที่ ๑ เลือกถ่วงคนละ ๑ ใบ

ด้านที่ ๒ ใส่สระอะไรก็ได้แล้วผันเสียงให้ถูกต้อง

ด้านที่ ๓ เรียงชุดคำที่ตนเองผันให้ครบ ๕ เสียง โดยใช้สีฟ้า แทน อักษรสูง
สีน้ำตาล แทน อักษรต่ำ

ด้านที่ ๔ ถ้าเรียงถูกต้องจะหาคู่เจอ แต่ถ้าเรียงแล้วไม่เจอคู่เสียง ให้เขียนไปเรื่อยๆ
ไม่ต้องลบ จนกว่าจะหาคู่เสียงพบ เมื่อพบแล้วต้องทำให้ครบ ๔ คู่

ด้านที่ ๕ แต่งตำราหาคู่ เขียนลำดับขั้นตอนการผันวรรณยุกต์ว่ามีวิธีการผัน
อย่างไรถึงหาคู่พบ หากใครที่ยังติดขัดในการแต่งตำรา อนุญาตให้ค้นหาคู่ในถุงต่อไป
แล้วย้อนกลับมาเขียนตำราให้สมบูรณ์ได้

ด้านที่ ๖ ลอวิขา...ตำราหาคู่ โดยให้เพื่อนในห้องที่ยังติดขัดมาอ่าน หากเพื่อน
พูดว่าเข้าใจและสามารถทำได้ถึง ๔ คน แสดงว่าตำรานั้น... “ผ่าน”

ครูแจ้งว่าในครั้งนี้อาจจะมีการประกวดตำราหาคู่กัน โดยมีรางวัลเป็นสติ๊กเกอร์ดาว
ที่ในหน่วยวิชาภูมิปัญญาภาษาไทยเป็นรางวัล สำหรับผู้ที่ตั้งใจในการเรียนรู้และการ
ทำงานอยู่เสมอ และครั้งนี้จะพิเศษกว่าทุกครั้งเพื่อเป็นการเฉลิมฉลองความสำเร็จ เพราะ
แต่ละรางวัลจะได้เป็นดาวดวงใหญ่ คือ ดาว ๑ ดวงใหญ่ เท่ากับดาว ๕ ดวงเล็ก
ซึ่งผู้ที่ชนะเลิศการประกวดจะได้ ๓ ดาวใหญ่ รองชนะเลิศอันดับ ๑ ได้ ๒ ดาวใหญ่
และรองชนะเลิศอันดับ ๒ ได้ ๑ ดาวใหญ่

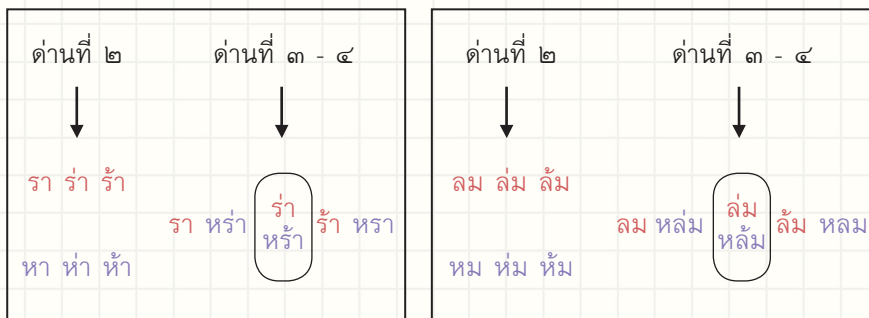
เมื่อครูอธิบายมาถึงด้านสุดท้ายนี้ นักเรียนต่างส่งเสียงอื้ออึงออกมาว่า “ด้านนี้
ท้าทายจริงๆ!” หลายคนรู้สึกอยากส่งตำราของตนเองเข้าประกวด เพราะอยากได้
รางวัลที่พิเศษกว่าครั้งไหนๆ เมื่อนักเรียนทุกคนพร้อมครูจึงเริ่มด้านที่ ๑ คือ **เลือกถ่วง
คนละ ๑ ใบ** เมื่อนักเรียนได้รับถ่วงก็ลองเขย่าเหมือนครั้งที่ผ่านๆ มา มีนักเรียนบาง
คนคาดเดาว่า “ข้างในจะต้องเป็นพยัญชนะเหมือนเดิม แต่ยังไม่รู้ว่าจะเป็นพยัญชนะ
อะไร” และมีนักเรียนบางคนพูดว่า “อยากให้ข้างในกินได้จริงๆ”

ครูไม่รอช้าให้สัญญาณเปิดถุงทันทีเมื่อทุกคนได้รับถุงจนครบ เพื่อทำกิจกรรมต่อไป **ด้านที่ ๒ คือ ใส่สระอะไรก็ได้แล้วผันเสียงให้ถูกต้อง** นักเรียนลงมือเขียนโดยใส่สระในทันที เช่น สระอา แล้วผันตามหลักการในครั้งก่อน เช่น หา ห่า ห้า กับ รา ร่า ร้า บางคนใส่สระไอ เป็น ไห ไห้ ไห้ กับ ไล่ ไล้ ไล้ พร้อมกับยกมือรอให้ครูไปตรวจสอบความถูกต้อง เมื่อครูบอกว่า “ผ่าน !” ก็จะส่งเสียงดีใจอย่างในครั้งก่อนว่า “เฮ้ ! ผ่านแล้ว จะได้ ไปต่อด้านต่อไปแล้ว” ซึ่งในตอนนี้ นักเรียนหลายคนสามารถผันเสียงได้รวดเร็วขึ้น แต่ก็ยังมีนักเรียนบางคนที่ยังผันไม่ได้ เพราะยังสงสัยว่าอยู่พยัญชนะที่ตนเองได้รับมานั้นผันอย่างไร นักเรียนคนนั้นครุ่นคิดและพยายามหาวิธีผันด้วยตนเอง ครูได้เฝ้าสังเกตและให้กำลังใจอยู่ห่างๆ ชื่นชมที่เขาไม่ยอมแพ้

ด้านที่ ๓ เรียงชุดคำที่ตนเองผันให้ครบ ๕ เสียง โดยใช้สีฟ้า แทน อักษรสูง สีน้ำตาล แทน อักษรต่ำ ถ้าหากใครที่ผันได้ครบ ๕ เสียงแล้วจะได้ไป **ด้านที่ ๔ ถ้าเรียงถูกจะหาคู่เจอ** ถ้าเจอให้ทำสัญลักษณ์รูปหัวใจให้คู่ของมัน แต่ถ้าเรียงแล้วไม่เจอคู่เสียง ให้เขียนไปเรื่อยๆ ไม่ต้องลบ จนกว่าจะหาคู่เสียงพบ เมื่อพบแล้วต้องทำให้ครบ ๔ คู่ จึงจะไปด้านที่ ๕ ได้

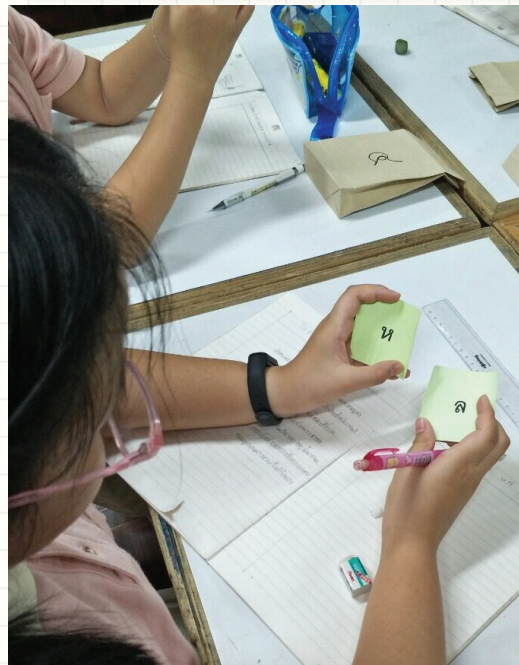
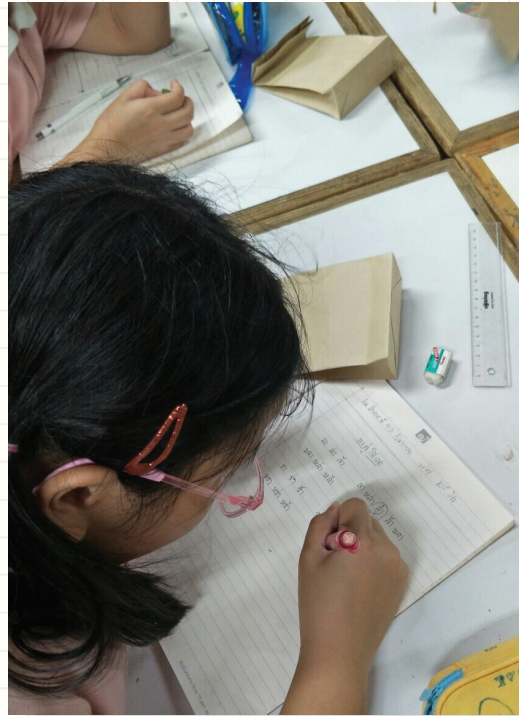
นักเรียนที่ผ่านด้านที่ ๒ เริ่มลงมือทำกิจกรรมด้านที่ ๓ ในทันที แต่ครั้งนี้แม้จะพยายามนำคำมาเรียงอย่างไรก็ได้ ๕ เสียง และนอกจากนี้ยังไม่พบคู่เสียงที่เหมือนกันอีกด้วย จนนักเรียนบางคนเริ่มจะถอดใจไม่ผันต่อแล้วเพราะผันอย่างไรก็ไม่ครบ ๕ เสียงเสียที จนกระทั่งมีนักเรียนคนหนึ่งเลิบบอกเพื่อนและพูดขึ้นมาว่า “ในถุงมี ห เหมือนเราเลย” เพื่อนในห้องคนอื่นก็บอกว่า “ใช่ เราก็มีย ห เหมือนกัน” ครูจึงแจ้งเพิ่มเติมว่า “ห เป็นพยัญชนะพิเศษที่จะช่วยให้เราสามารถผันได้ครบ ๕ เสียง ลองค้นหาดูนะว่าพิเศษอย่างไร” ลีนเสียงของครูเพียงไม่กี่อึดใจก็มีนักเรียนคนหนึ่งร้อง “อ้อ ! รู้แล้วว่าทำอะไร” แล้วก็เริ่มลงมือผันต่อ ไม่นานก็ยกมือรอให้ครูเดินไปตรวจสอบความถูกต้องอย่างใจจดใจจ่อ เมื่อครูเขียนเครื่องหมายถูกต้องในสมุด นักเรียนคนนั้นก็ส่งเสียงร้องดีใจอย่างสุดขีด พร้อมบอกเพื่อนว่า “ห ช่วยได้จริงๆ นะ ลองคิดดูดีๆ สิ” จากนั้นก็รีบนำเบอร์เกอร์ถุงเดิมไปวางแล้วหยิบถุงใหม่มาผันต่อให้เกิดความแม่นยำมากขึ้นจนครบ ๔ คู่

นักเรียนคนอื่นๆ ต่างก้มหน้าก้มตาอยู่กับงานของตนเอง พยายามคิดทบทวน แล้วทบทวนอีกอยู่เช่นนั้น จนกระทั่งเวลาผ่านไปไม่นานก็เริ่มมีคนยกมืออยากให้ครูเดินเข้าไปตรวจสอบความถูกต้องให้อีกครั้ง ทั้งนักเรียนและครูต่างก็ลืมนไปพร้อมกันว่าจะผ่านด่านนี้ไปได้หรือไม่ เมื่อครูได้เขียนเครื่องหมายถูกให้ นักเรียนก็ยิ้มออกมาในทันที แล้วพูดว่า “ผ่านแล้ว เย้ เย้ เย้ !” ดังตัวอย่างที่แสดงในภาพ ในขณะที่นักเรียนบางคนเริ่มไม่อยากทำแล้วก็มี เพราะเรียงเท่าไรก็ไม่พบคู่เสียงเสียที



ด้านที่ ๕ แต่งตำราหาคู่ ด้วยการเขียนลำดับขั้นตอนการผันวรรณยุกต์ว่ามีวิธีการผันอย่างไรถึงหาคู่พบ และหากใครที่ยังติดขัดในการแต่งตำรา อนุญาตให้ค้นหาคู่ในถุงต่อไป แล้วย้อนกลับมาเขียนตำราให้สมบูรณ์ได้

นักเรียนที่มาถึงในด่านนี้ต่างก็ตั้งอกตั้งใจในการแต่งตำราหาคู่ของตนเองเป็นอย่างมาก เพราะอยากส่งตำราเข้าประกวด ซึ่งแตกต่างจากการเขียนตำราหาคู่ในครั้งแรกอย่างเห็นได้ชัดคือ นักเรียนพยายามเขียนอธิบายให้ละเอียดชัดเจนและเป็นลำดับมากขึ้นว่าแต่ละขั้นตอนต้องทำอะไร เพื่อให้ผู้ที่มาอ่านเกิดความเข้าใจในตำราได้โดยไม่ต้องพูดอธิบาย บางคนเขียนแล้วติดขัดก็เดินไปหยิบมาลองผันใหม่อีกครั้ง แล้วจึงย้อนกลับมาเขียนตำราเพิ่มเติมให้ชัดเจน นักเรียนที่อยู่ในด่านนี้มีความใจเย็นในการเขียนตำรามากขึ้น ไม่รีบร้อนเหมือนครั้งก่อน เพราะเป้าหมายของคาบเรียนในวันนี้ คือ การค้นหาสุดยอดตำราที่จะสร้างประโยชน์และให้ความรู้แก่ผู้อื่น จึงทำให้นักเรียนใส่ใจในการเขียนเป็นอย่างมาก



นักเรียนคนที่เขียนตำราเสร็จแล้วต้องผ่านด่านที่ ๖ คือการลองวิชา...ตำราหาคู่ โดยให้เพื่อนในห้องที่ยังติดขัดมาอ่าน หากเพื่อนพูดว่าเข้าใจและสามารถทำได้ถึง ๔ คน แสดงว่าตำรานั้น... “ผ่าน” บรรยากาศห้องตอนนี้มีเสียงถามเพื่อนดังขึ้นให้ได้ยินอยู่บ่อยครั้งว่า “เหลือใครที่ยังติดขัดอยู่บ้าง เราอยากลองวิชา” ซึ่งก่อนเริ่มลองวิชา ครูได้ชวนนักเรียนคิดว่า “จะอย่างไรกันดีเพื่อให้ห้องเรียนเกิดการเรียนรู้ที่ดีร่วมกัน” นักเรียนแลกเปลี่ยนว่า “ถ้าเพื่อนอ่านตำราของคนอื่นอยู่เราต้องรู้จักรอคอยโดยการต่อคิว” ครูกล่าวชื่นชมในทันทีเพราะว่าเป็นคำตอบที่ดีมากๆ จากนั้นครูจึงเริ่มถอยตัวเองออกมายืนมองนักเรียนในห้องที่นำตำราไปให้เพื่อนที่ยังติดขัดลองอ่าน นักเรียนที่นำตำราไปให้เพื่อนอ่านก็คอยลุ้นว่าเพื่อนจะเข้าใจตำราของตนเองหรือไม่ มีนักเรียนบางคนที่ได้อ่านตำราของเพื่อนแล้วบอกว่า “ไม่เข้าใจ...” ครูได้ยินเช่นนั้นจึงบอกว่า “ใครที่ไม่เข้าใจตำราของเพื่อนให้บอกเพื่อนด้วยนะว่าไม่เข้าใจตรงไหน เพื่อนจะได้กลับไปเพิ่มเติมได้” แล้วครูก็ได้เน้นย้ำอีกครั้งว่า “ต้องให้เพื่อนอ่านตำราของเราเท่านั้นจะไม่มีการอธิบายใดๆ ทั้งสิ้น เพราะหากเราเขียนตำราได้ชัดเจนจริงเพื่อนจะเข้าใจจากการที่อ่าน ไม่ใช่เข้าใจจากการที่เราอธิบาย” ทำให้บรรยากาศของห้องเรียนในตอนนั้นมีคุณภาพมากขึ้นไปอีก เพราะตำราของใครที่เพื่อนอ่านแล้วไม่เข้าใจ นักเรียนจะต้องกลับไปเขียนเพิ่มเติมใหม่เพื่อให้เพื่อนเกิดความเข้าใจให้ได้ ในขณะที่ยืนต่อแถวรอให้เพื่อนอ่านตำราของตนเองอยู่นั้นก็มีนักเรียนบางคนที่ย่านตำราของตนเองไปด้วย แล้วเกิดอยากเพิ่มเติมตำราให้ชัดเจน จึงบอกเพื่อนว่า “เดี๋ยวเราไปเขียนเพิ่มเติมก่อนนะ แล้วจะกลับมาให้อ่านอีกรอบ” นับเป็นการตรวจสอบตำราความรู้ด้วยตนเองอย่างแท้จริง เพียงไม่นานก็เริ่มมีเพื่อนที่อ่านตำราแล้วส่งเสียงร้องว่า “อ้อ! เข้าใจแล้ว” ครูจึงแจ้งว่าให้เจ้าของตำรายินสังเกตว่าเพื่อนผันได้ถูกไหม หากเพื่อนผันได้ถูกต้องด้วยตนเองแสดงว่าตำราของเราผ่านแล้ว!! จากนั้นให้นำตำราไปให้เพื่อนคนอื่นๆ อ่านต่อได้เลย รอยยิ้มค่อยๆ ปรากฏบนใบหน้านักเรียนคนที่เขียนตำราแล้วเพื่อนเข้าใจและผันได้ในทันที แสดงให้เห็นว่าดีใจอย่างที่สุด นักเรียนบางคนคอยเดินมารายงานครูว่าเพื่อนเข้าใจตำราของตนเองแล้วก็ค่อนข้างภาคภูมิใจ ช่วงเวลานั้นครูเพียงยืนมองดูนักเรียนที่เรียนรู้กันเองอย่างอímเอมใจ



ตัวอย่างคำรากของนักเรียน

คำรากชุดที่ ๑ อักษรต่ำเดี่ยว ไม่เหมือนอักษรต่ำคู่ เพราะไม่มีเสียงที่คล้ายกับอักษรสูง จึงมี ห ผู้มีน้ำใจมาช่วย เมื่อผันเสียงใดไม่ได้ สามารถนำ ห มาไว้ข้างหน้า เช่น ยาม หย่อม ยาม หย่อม ย่อม หย่อม โดยเสียงโทสามารถผันได้เหมือนกัน โดยใช้ ห ก็ได้ ไม่ใช่ ห ก็ได้ จะออกเสียงเหมือนกัน

คำรากชุดที่ ๒

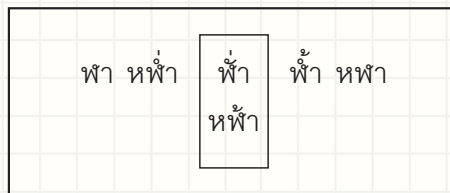
๑. ทุกถุจะมี ห กับอักษรต่ำเดี่ยว

๒. ถ้าใช้ ม และใช้สระอา เป็น มา ผันได้ ๓ เสียง เป็น มา ม่า ม้า และ ห มาผันเสียงเป็น หม่า มาใส่ระหว่าง มา และ ม่า นำคำว่า หม่า มาใส่หลังคำว่า ม้า จะเหลือคำว่า หม้า เป็นเสียงโท เหมือนกับคำว่า ม้า จึงเป็นคู่

มา หม่า	มา หม้า	ม้า หม่า
---------	--	----------

ตำราชุดที่ ๓

๑. ทุกถุจะมี ห และอักษรต่ำเดียว
๒. วิธีการผัน คือ จะต้องผันด้วยสระเดียวกัน เช่น พา ฟา พ้า และ หา ห่า
๓. ต้องใช้ ห เป็นตัวนำ เช่น

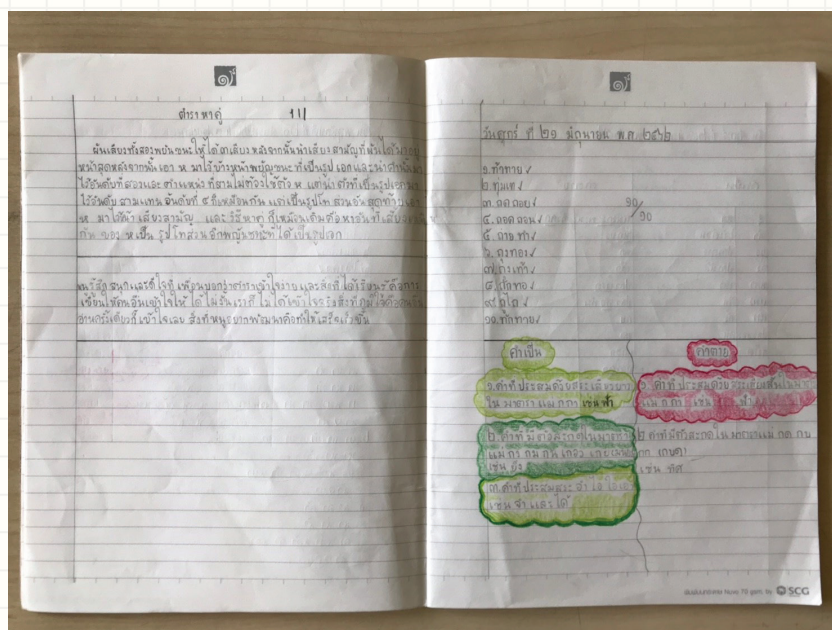


๔. คู่จะเหมือนกับต่ำคู่ คือ อยู่ที่เสียงโท
๕. คำจะใช้ต่ำเดี่ยว โดยมี ห นำหน้า

เมื่อสัญญาณระฆังดังขึ้นเป็นอันว่าหมดเวลาทำกิจกรรม ในตอนนั้นยังมีนักเรียนอีก ๒ - ๓ คนที่ยังผันไม่ได้ ครูจึงให้เจ้าของตำราที่เพื่อนอ่านแล้วบอกว่าเข้าใจครบ ๔ คน ออกมาอธิบายตำราของตนเองที่หน้าชั้น โดยครูได้บอกกับนักเรียนคนที่ยังผันไม่ได้ว่า “ตั้งใจฟังเพื่อนอธิบายนะ จะได้เกิดความเข้าใจแล้วผันได้ด้วยตนเอง” ซึ่งมีนักเรียนหลายคนที่ยื่นมือออกมาอธิบายและอยากส่งตำราเข้าประกวด ครูจึงให้นักเรียนคนที่เพื่อนบอกว่าเข้าใจตำราของเขามากที่สุดออกมาอธิบายก่อน เมื่ออธิบายจบ ครูถามนักเรียนคนที่ผันไม่ได้ว่า “เข้าใจไหม” นักเรียนตอบว่า “เริ่มจะเข้าใจแต่ยังไม่มั่นใจ” ครูจึงให้นักเรียนที่พร้อมจะส่งตำราเข้าประกวดคนต่อไปออกมาอธิบาย แล้วถามต่อว่า “เกิดความเข้าใจมากขึ้นไหม” นักเรียนตอบว่า “เข้าใจแล้วสามารถผันได้แล้ว” ตอนนั้นทั้งนักเรียนและครูต่างก็มีความสุขที่ทุกคนในห้องสามารถเข้าใจการเรียนรู้ได้โดยไม่ทอดทิ้งใครไว้ข้างหลัง

ก่อนจบคาบเรียนครูให้นักเรียนเขียน “สะท้อน...ย้อนมองตน” เหมือนทุกครั้งที่ผ่านมา ด้วยคำถามว่า รู้สึกอย่างไรกับการเรียนรู้ในวันนี้ คำตอบที่นักเรียนสะท้อนมีหลากหลายความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไป เช่น “รู้สึกสนุกที่ได้ทำกิจกรรมหาคู่” “รู้สึกสนุกและดีใจที่เพื่อนบอกว่าตำราของเราเข้าใจง่าย” “รู้สึกสนุกเพราะได้ฝึกฝนการเขียนตำราให้เพื่อนเข้าใจ” สิ่งที่ได้เรียนรู้ เช่น “การเขียนให้คนอื่นเข้าใจให้ได้ ไม่เช่นนั้นแสดงว่าเราไม่ได้เข้าใจจริง” สิ่งที่ได้ภาคภูมิใจคือ “การเขียนตำราให้เพื่อนอ่าน” “เพื่อนเข้าใจตำราของฉัน” “เพื่อนอ่านตำราครั้งเดียวก็เข้าใจเลย” และสิ่งที่อยากพัฒนา คือ “การแต่งตำราให้เข้าใจมากขึ้น” เป็นต้น

การได้ทำกิจกรรมการเรียนรู้เรื่องการผันอักษรที่สร้างสรรค์ขึ้นมาใหม่นี้ ทำให้ครูค้นพบว่าการเรียนหลักภาษาจะไม่ใช่ว่าเรื่องที่ยากและน่าเบื่อสำหรับนักเรียนอีกต่อไป เพราะความมหัศจรรย์ในพลังการเรียนรู้ที่นักเรียนเป็นคนกระโจนเข้าหาความรู้ด้วยตนเอง และเป็นเจ้าของการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างแท้จริงจะเกิดขึ้นในทันทีที่ครูคืนพื้นที่การเรียนรู้ให้กับนักเรียน เมื่อนั้นห้องเรียนก็จะเป็นห้องเรียนที่มีคุณภาพสูงเต็มไปด้วยบรรยากาศของความหวัง เชื่อมมัน สะท้อนคิด อยากรู้อยากเห็น ความคาดหวัง ร่วมมือช่วยเหลือกัน และลงเอยที่การมีโอกาสได้ฉลองความสำเร็จร่วมกันนั่นเอง





สร้างสภาพกายและจิตที่พร้อมเรียน

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๒ ใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดสร้างความเอาใจใส่
ของนักเรียน (engagement mindset)

ตีความจาก Chapter 16 : Engage for Maintenance and Stress

สาระหลักของบันทึกนี้คือ ครูต้องมีวิธีเปลี่ยนสภาพจิตใจและร่างกายของ
นักเรียนให้อยู่ในสภาพพร้อมเรียน เพื่อผลการเรียนรู้ในระดับสูง เป็นทั้งประโยชน์
ต่อนักเรียน และเป็นผลงานของครู

การเชื่อมสัมพันธ์กันระหว่างมนุษย์ ทำให้สรีรวิทยา หรือการทำงานของอวัยวะ
ต่างๆ ในร่างกายเปลี่ยนแปลงไปในทางบวกต่อการเรียนรู้ ได้แก่ หัวใจเต้นเร็วขึ้น
สูบฉีดเลือดไปเลี้ยงสมองมากขึ้น มีการหลั่งฮอร์โมน นอร์อีพิเนฟรีนออกมา มีผล
ให้ความจำระยะยาวดีขึ้น และช่วยการพุ่งความสนใจไปที่จุดใดจุดหนึ่ง มีการหลั่ง
ฮอร์โมนโดปามีนออกมา มีผลเพิ่มความจำใช้งาน เพิ่มความมานะพยายาม และ
เพิ่มความยืดหยุ่นของสมองในการสร้างการเปลี่ยนแปลง

การสร้างบรรยากาศในห้องเรียนให้เกิดการเชื่อมสัมพันธ์ในระดับสูง (higher
order engagement) ต้องใช้เวลา และต้องมีการจัดการอยู่ตลอดเวลา ความลับคือ
กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายช่วยเพิ่มการเชื่อมสัมพันธ์ และเพิ่มการเรียนรู้
สาระในบันทึกนี้จะช่วยไขความกระจ่างวิธีแก้ความเครียดในระดับที่ทำให้ลายความ
เอาใจใส่การเรียนของนักเรียน

หากครูไม่จัดการสภาพจิตใจของนักเรียน ตัวนักเรียนจะจัดการให้แก่ตนเอง เพื่อให้สภาพจิตใจของตนอยู่ในสภาพเบาสบายหรือมีความสุข เช่น โทรศัพท์คุยกับเพื่อน ไปดูหนัง ไปปาร์ตี้ ดื่มเหล้า มีแฟน กินเลี้ยง เล่นกีฬา มีเพศสัมพันธ์ ฯลฯ เนื่องจากเด็กยังไม่มีทักษะควบคุมตัวเอง และกิจกรรมเหล่านี้หลายอย่างเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้

ครูต้องมีทักษะในการจัดการให้ศิษย์มีความสุขอยู่กับการเรียน หรือเรียนอย่างมีความสุข หรือทำให้สมองหลังสารเคมีแห่งความสุข ความพึงพอใจ และความพร้อมเรียน ในช่วงเวลา ก่อน ระหว่าง และหลังเรียน

เชื่อมสัมพันธ์เพื่อดำรงสภาพพร้อมเรียน

นักเรียนจะเรียนได้ดีก็เมื่อนักเรียนตื่นตัว ตั้งใจ และพร้อมเรียนรู้ ครูจึงต้องมีทักษะในการจัดการให้เกิดสภาพเช่นนั้น โดยเริ่มจากการกระตุ้นให้เกิดสภาพบรรยากาศคึกคัก (arousal)

เราแนะนำ เครื่องมือจัดการสภาพจิตใจ (state-management tools) อย่างง่าย ๆ ที่ช่วยให้นักเรียนเอาจริงเอาจัง จดจ่อต่อการเรียน และมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและครูเป็นอย่างดี เครื่องมือเหล่านี้ช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่ยืดหยุ่น ดำรงความอยากรู้อยากเห็น มีสมาธิอยู่กับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง มีการไหลเวียนเลือดที่ดี และมีสารเคมีที่เหมาะสมในสมอง ได้แก่ ซีโรโทนิน เพื่อความใส่ใจ พฤติกรรมที่ยืดหยุ่น และความรู้สึกเบาสบาย นอร์อะดรีนาลีน เพื่อการพุ่งความสนใจและความจำ โดปามีน เพื่ออารมณ์ ความพยายาม และความยืดหยุ่นของสมอง และคอร์ติซอล เพื่อความจำและพลังงาน

นักเรียนขาดแคลนมักมีประสบการณ์ชีวิตที่บ้านที่ทำให้เกิดความเครียดเรื้อรัง และความเครียดรุนแรงปัจจุบันทันด่วนที่มีผลร้ายต่อสมอง ที่ทำให้นักเรียนรู้สึกหมดหวัง ซึมเศร้า และต้องการกระบวนการฟื้นฟูที่เรียกว่า allostasis เครื่องมือจัดการสภาพจิตใจที่จะกล่าวถึงต่อไปนี้คือเครื่องมือสร้าง allostasis นั้นเอง

- **พูดตามครู** ให้นักเรียนกล่าวตามที่ครูพูด “วันนี้เราจะเรียนสองเรื่อง เราจะเรียนกี่เรื่อง” นักเรียนตอบ “สอง”
- **หันไปพูดกับเพื่อน** เมื่อมีนักเรียนทำงานสำเร็จ ให้เพื่อนนักเรียนที่นั่งติดกันหันไปพูดว่า “เป็นผลของความพยายามที่เยี่ยมยอด”
- **ปรบมือ-บুম-ปรบมือ** บอกนักเรียนให้คอยฟังเสียงตบมือของครู ถ้าครูปรบมือ ๑ ครั้ง ให้นักเรียนปรบมือตามหนึ่งครั้ง หากครูปรบมือสองครั้ง ให้นักเรียนร้องออกมาพร้อมกันว่า “บুম” เป็นการส่งสัญญาณว่านักเรียนได้มีผลงานที่น่าชื่นชม
- **กิจกรรมทางกาย** นักเรียนชอบเคลื่อนไหวเป็นธรรมชาติอยู่แล้ว “ขอให้นักเรียนทุกคนยืนขึ้น ขยับเก้าอี้ไปข้างๆ เดินไปทางขวา ๓ ก้าวเพื่อหาเพื่อนใหม่”
- **เรียกร้องความสนใจ** ใช้เมื่อสังเกตว่านักเรียนเริ่มเบื่อหรือไม่สนใจ “หากนักเรียนพร้อมจะลองทำอะไรใหม่ ให้ตบมือ ๒ ครั้ง และร้องว่า ‘ทำเลย!’” หรือ “หากนักเรียนอยากทำการทดลอง ให้กระโดดทำสองครั้งแล้วยืนขึ้น”
- **กลยุทธ์สร้างความเป็นเจ้าของ** นักเรียนชอบที่ได้แสดงความเป็นเจ้าของผลงาน “หากนักเรียนได้รับเอกสารที่แจกแล้วให้ชูขึ้นสูงๆ และร้องว่า ผม / เธอ ได้รับแล้ว และลงชื่อบนกระดาษ...ดีมาก...ต่อไปให้ดูกระดาษของเพื่อนข้างๆ ถ้าเขายังไม่ได้ลงชื่อ ช่วยปลุกเขาด้วย”
- **เรียกและตอบ** เป็นวิธีช่วยให้นักเรียนเรียกสมาธิคืนมา ครูกล่าวว่า “ชั้นเรียนพร้อม” นักเรียนตอบพร้อมกัน “พวกเราพร้อม” หรือครูพูดว่า “เรียกสมาธิ” นักเรียนตอบพร้อมกันว่า “กลับมาแล้วครับ / ค่ะ”

จะเห็นว่าเครื่องมือจัดการสภาพจิตใจเป็นกิจกรรมง่ายๆ สั้นๆ ที่ครูต้องปรับให้เข้ากับอายุ หรือพัฒนาการของเด็ก รวมทั้งสภาพแวดล้อมหรือบริบทของสังคมรอบตัวเด็ก เขาแนะนำให้ใช้เครื่องมือเหล่านี้ทุกๆ ๑๐ - ๑๕ นาที เพื่อดึงความสนใจของนักเรียนไว้ที่บทเรียน

เชื่อมสัมพันธ์เพื่อจัดการความเครียด

ความเครียดมี ๒ แบบ คือความเครียดที่เป็นคุณ กับความเครียดที่เป็นโทษ ความเครียดที่เป็นคุณช่วยเพิ่มการเรียนรู้ เป็นความเครียดชั่วคราว เกิดขึ้น ๒ นาที ถึง ๒ ชั่วโมง เช่น รดตติ รอดิว และเป็นความเครียดระดับปานกลางที่เรียกว่าเป็น optimal learning zone ของความเครียด

ความเครียดที่เป็นโทษ เป็นความเครียดเรื้อรัง ก่อบาดแผลหรือการเปลี่ยนแปลงถาวร ในลักษณะของการเปลี่ยนในระดับยีน ที่เรียกว่าปรากฏการณ์ epigenetic คือสภาพแวดล้อมมีผลต่อการทำงานของยีน ก่อผลให้ปิดสวิตช์การทำงานของยีนอย่างถาวร หรือทำให้วงจรการเปิดปิดสวิตช์ยีนทำงานน้อยลง หรือเป็นความเครียดที่รุนแรง ก่อบาดแผลประทับไว้ในใจ และไม่ก่อการเรียนรู้ หรือก่อการเรียนรู้น้อย

นักเรียนที่มีความเครียดเรื้อรังจะแสดงออกในลักษณะอ่อนเปลี้ย มึนซึม กังวล อารมณ์เสื่อง่าย หรืออารมณ์เสียอยู่ตลอดเวลา และเป็นคนไม่สู้สิ่งยาก

ที่จริงคนเราทุกคนย่อมต้องเผชิญความเครียดมากบ้างน้อยบ้างเป็นธรรมดา และคนเรามากจะเรียนรู้ที่จะไม่ถือเป็นอารมณ์ ปล่อยให้มันผ่านไป ไม่กลายเป็นความเครียดรุนแรง หรือความเครียดเรื้อรัง ความเครียดที่เป็นคุณคือความเครียดระดับปานกลาง และดำรงอยู่ไม่นานนัก

มนุษย์เราจัดการความเครียดด้วย “เครื่องกรอง” ๒ ชั้น คือ (๑) ความสำคัญ (relevance) และ (๒) ความรู้สึกว่า “เอาอยู่” หรือควบคุมได้ (sense of control) ชาวดีคือคนเราพัฒนาความสามารถในการควบคุม “เครื่องกรอง” ทั้งสองได้ เมื่อเราเผชิญปัญหาเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หากใจเราบอกว่าเป็นเรื่องไร้สาระ (irrelevant) สำหรับตน ความเครียดก็ไม่เกิด แต่หากใจเราบอกว่า เรื่องนี้สำคัญสำหรับตนมาก แต่ไม่มีปัญหา สามารถจัดการได้ ความเครียดก็ไม่เกิดเช่นกัน ความเครียดจะเกิดเมื่อปัญหาที่เผชิญเป็นเรื่องสำคัญ และเรารู้สึกว่าไม่สามารถจัดการ หรือควบคุมได้

หน้าที่ของครูคือ ช่วยฝึกให้นักเรียนมีทักษะในการจัดการความเครียดให้อยู่ในระดับ optimal learning zone ไม่ใช่หลีกเลี่ยงความเครียด ย้ำว่าครูต้องช่วยฝึกทักษะนี้ให้นักเรียน โดยต้องฝึกให้ให้ความสำคัญต่อปัญหา (relevance) ในระดับสูง และฝึกทักษะในการพัฒนาความรู้สึกว่าสามารถควบคุมสถานการณ์นั้นได้ โปรดดูรายละเอียดของ relevance ในอีกเล่มหนึ่ง ในบันทึกตอนที่ ๑๒

เมื่อนักเรียนเรียนไม่ค่อยรู้เรื่อง ครูอาจเลือกแก้ปัญหาได้ ๒ แนวทาง คือ (๑) ชี้ให้เห็นความสำคัญ (relevance) ของเรื่องนั้น หรือ (๒) ช่วยลดหรือเพิ่มความเครียดของนักเรียน โดยเลือกช่วยลดความเครียด หากเห็นว่านักเรียนเครียดหรือวิตกกังวลมากเกินไป และช่วยเพิ่มความเครียด หากพลังในการเรียนน้อยไป

ต่อไปนี้เป็นเครื่องมือลดความเครียดที่ใช้ได้ตั้งแต่เด็กอนุบาล ไปจนถึง ม.๖ (เกรด ๑๒) เป็นเครื่องมือกำกับหรือลดความเครียดโดยใช้กาย เริ่มโดยครูเป็นผู้ดำเนินการ ตามด้วยการสะท้อนคิดว่าทำไมกระบวนการนั้นช่วยลดความเครียดและตัวกระบวนการเป็นอย่างไร เมื่อนักเรียนใช้เครื่องมือคล่องแล้ว มอบให้นักเรียนผลัดกันเป็นผู้ดำเนินการ เป็นเครื่องมือสำหรับใช้ประจำวันแก่นักเรียน และต่อตัวครูเองด้วย

- **ยืดเหยียด พัก** ให้นักเรียนยืนขึ้น และเคลื่อนไหวร่างกายเป็นชุด ให้เหยียดแขนขา เขย่งเท้า ก้าวเท้าข้างหนึ่งไปข้างหน้า แล้วก้าวอีกข้างตามไป ก้าวขาข้างหนึ่งไปข้างหลัง แล้วก้าวอีกข้างตามไป เอามือสองข้างประกบกันและกดเข้าหากัน แล้วปล่อย ฯลฯ มีผลการวิจัยบอกว่ากิจกรรมเคลื่อนไหวทำนองนี้ช่วยลดความเครียด

- **เคลื่อนไหวตั่งสายน้ำ** ยืนขาอเล็กน้อย เคลื่อนไหวแขนขาๆ ในแบบที่งอ มีผลการวิจัยบอกว่า ช่วยลดความเครียด เพิ่มสมาธิและความคิดสร้างสรรค์

- **อานาปานสติ** ให้นักเรียนยืนขึ้น หายใจเข้าช้าๆ จนสุด นับหนึ่งสอง แล้วหายใจออก ทำซ้ำสองสามนาที มีผลการวิจัยบอกว่า ในสหรัฐอเมริกามีการทำทำนี้เพื่อช่วยลดความเครียดทั้งในนักเรียนประถม มัธยมต้น และมัธยมปลาย

วิธีเพิ่มความเครียดที่เป็นคุณ ใช้หลักการว่าความเครียดที่เป็นคุณนี้จะเพิ่มเมื่อมีความรู้สึกว่าคุณควบคุมสถานการณ์ได้ พร้อมๆ กันกับรู้สึกตื่นเต้น ตัวอย่างเช่น

- **เคลื่อนไหวร่างกาย** เช่น เดิน สวนสนาม เต้น หรือทำตามตัวอย่าง
- **ดนตรี** โดยฟังหรือเล่นเองก็ได้
- **ร่วมมือ** หรือแข่งขันก็ได้
- **เส้นตาย** เพื่อสร้างความรู้สึกรีบด่วน
- **ทำตามผู้นำ** ซึ่งอาจเป็นครู นักเรียน หรือเสียงจากเครื่องบันทึกเสียง

มีผลการวิจัยมากมาย ยืนยันว่ากิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกาย ช่วยเพิ่มความตั้งใจ เรียน พฤติกรรม ผลการเรียนรู้ และ executive functions

เราแนะนำกิจกรรมง่ายๆ ๖ แบบต่อไปนี้ ที่มีผลการวิจัยพิสูจน์แล้วว่า ช่วยการเรียนรู้ และพัฒนาพฤติกรรมของนักเรียน

คำสั่งของสมชาย

เป็นเกมฝึกการบังคับตัวเอง เริ่มด้วยการบอกให้ทำกิจกรรมเคลื่อนไหวง่ายๆ เช่น “ยืนขึ้น เขย่งเท้าทั้งสองข้าง นับหนึ่งสองสามแล้วเอียง” หลังจากนั้นบอกว่า “ต่อไปนี้ สมชายให้สองคำสั่ง ให้ทำเฉพาะคำสั่งที่สองเท่านั้น” หรือ “ต่อไปนี้สมชายบอกสามคำสั่ง ให้ทำเฉพาะคำสั่งอันกลางเท่านั้น”

Wybตามเพลง

เลือกเพลงมา ๕ - ๗ เพลง ที่มีความแตกต่างกันมากในด้านจังหวะ ความเร็ว สโลว์ เปิดเพลงสลับกันเพลงละ ๑๕ - ๒๐ วินาที ให้นักเรียนเต้นตามจังหวะเพลง เมื่อถึงเพลงสุดท้าย บอกให้นักเรียนเต้นกลับโต๊ะของตน ครูต้องเลือกเพลงให้เหมาะกับช่วงอายุของนักเรียนด้วย

แตะหัวถึงเท้า

ให้นักเรียนยืนขึ้น ครูบอกให้เหยียดแขน ยืนมือไปแตะศีรษะ หัวแม่เท้า เข่า ไหล่ แล้วไล่กลับ ถ้าเป็นนักเรียนประถม ใช้สูตรง่ายๆ เช่น แตะศีรษะกับหัวแม่เท้า ถ้าเป็นเด็กมัธยมใช้สูตรที่ยากขึ้น (ศีรษะ หัวแม่เท้า เข่า และไหล่) มีผลงานวิจัยบอกว่า ช่วยเพิ่มความเข้าใจใส่ ความจำใช้งาน และการควบคุมตนเอง นำไปสู่ผลการเรียนที่ดีขึ้นด้านภาษาและคณิตศาสตร์

เสียงกลอง

ให้นักเรียนเคลื่อนไหวร่างกายตามข้อตกลง โดยใช้เสียงกลองเป็นสัญญาณ เช่น ให้เดินจังหวะช้าเร็วตามจังหวะเสียงกลอง และหยุดนิ่งเมื่อไม่มีเสียงกลอง หรือตกลงตรงกันข้าม ให้เดินจังหวะเร็วเมื่อกลองช้า และเดินจังหวะช้าเมื่อกลองเร็ว

วาทกกร

ให้นักเรียนทุกคนเป็นนักดนตรี (จริงหรือสมมติ) ครูหรือนักเรียนหนึ่งคนทำหน้าที่เป็นวาทยกร โดยใช้ดินสอหรือไม้ตีกลองเป็นไม้ส่งสัญญาณ (baton) ช่วงแรก นักดนตรีเล่นเพลงตามจังหวะของวาทยกร แล้วสลับเป็นเมื่อวาทยกรให้สัญญาณจังหวะเร็ว นักดนตรีเล่นช้า เมื่อวาทยกรให้จังหวะช้า นักดนตรีเล่นเร็ว

แตะแล้วไป

ครูเปิดเพลง ๖๐ วินาที ให้นักเรียนลุกขึ้น เดินไปทำกิจกรรมตามที่ตกลงกัน เช่น ไปแตะเก้าอี้ ๑๐ ตัว แตะฝาผนังห้องทั้งสี่ด้าน แตะสิ่งของที่ทำได้ด้วยไม้ ฯลฯ เมื่อเพลงจบนักเรียนกลับไปนั่งที่เดิม กิจกรรมง่ายๆ เช่นนี้ มีผลการวิจัยพิสูจน์ว่า ช่วยเพิ่มระดับ โดปามีน (ช่วยความจำใช้งาน ความยืดหยุ่นของสมอง และความพยายาม) และเพิ่มนอร์อะดรีนาลีน (ช่วยการฟังความสนใจ และความจำระยะยาว) มีผลเพิ่มการเรียนรู้ และความสนใจต่อการเรียน



สร้างการเรียนรู้ อย่างเห็นคุณค่า

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๓ ใน ๔ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดสร้างความเอาใจใส่
ของนักเรียน (engagement mindset)

ตีความจาก Chapter 17 : Engage Students for a Deeper Buy-In

สาระหลักของบันทึกนี้คือ เป้าหมายของการเรียนรู้คือเปลี่ยนแปลงสมอง หาก
นักเรียนเข้าเรียนด้วยสมองที่อยู่กับกิจกรรมเพียงครั้ง ๆ กลาง ๆ ผลการเรียนรู้ก็จะ
ครั้ง ๆ กลาง ๆ ด้วย โดยที่สมองมีการเปลี่ยนแปลงน้อย สมองที่สมองอยู่กับการเรียน
เต็มร้อย เป็นสภาพที่นักเรียนเรียนเพราะเห็นคุณค่า ครูจึงต้องเริ่มต้นการสอนด้วย
การทำให้นักเรียนเห็นคุณค่าของการเรียนนั้น นักเรียนต้องตอบคำถาม “ทำไม” ได้

เปลี่ยนจากเรียนตามครูเป็นเรียนตามที่ตนต้องการ

การเรียนรู้ในห้องเรียนมี ๒ แบบ คือ เรียนแบบจำใจ (compliance learning)
กับเรียนเพราะชอบ เพราะอยากเรียน (choice learning) นักเรียนจำนวนไม่น้อย
ตกอยู่ในกลุ่มแรก เป็นหน้าที่ของครูที่จะต้องย้ายกลุ่มนักเรียน ไปไว้ในกลุ่มหลัง
ให้หมด เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ทรงพลัง และจารึกเข้าไปในสมองของนักเรียน รวมทั้ง
เพื่อให้บรรยากาศในห้องเรียนมีชีวิตชีวา มีความสุข

การเรียนรู้แบบจำใจเรียนของนักเรียนเป็นตัวบั่นทอนชีวิตครู เพราะเมื่อนักเรียนไม่เข้าใจ ครูก็ต้องสอนซ้ำ สมมติว่าครูต้องสอนซ้ำวันละ ๑๐ นาที ก็เท่ากับปีละกว่า ๒๕ ชั่วโมงที่ครูต้องทำงานเพิ่มโดยไม่จำเป็น

ครูที่เริ่มคาบเรียนด้วยการกระตุ้นความตื่นตัว (arousal) โดยให้แก้ปัญหาล์เล่นเกม หรือเล่าเรื่องซ้ำชั้น ช่วยให้สมองตื่นตัวพร้อมเรียนคือ สมองตื่น ว่องไว และอยู่ในสภาพที่มีฮอโมนเพื่อการเรียนรู้หลั่งออกมา แต่ยังไม่ใช้สภาพสมองที่หิวการเรียนรู้ ในภาษาอังกฤษใช้คำว่า buy-in และเห็นคุณค่าของการเรียน (relevance) ที่สมองตอบคำถาม “ทำไม” ได้ เช่น ทำไมจึงต้องเรียนบทเรียนนี้

ผมขอเพิ่มเติมว่าสมองมนุษย์มีความฉลาดอยู่ในตัว คือรู้จักพักผ่อนเพื่อให้สมองไม่เหนื่อยเกินไป หากตอบคำถาม “ทำไม” ไม่ได้ หรือตอบได้ไม่ชัดเจน สมองจะเข้าสู่สภาพ “เกียร์ว่าง” และจะไม่จำบทเรียนนั้น

เพื่อให้ครูสามารถนำนักเรียนเข้าสู่สภาพพร้อมเรียน มีแรงบันดาลใจต่อการเรียน ครูต้องเข้าใจ ๓ ขั้นตอนของการเตรียมพร้อม คือ ขั้นเริ่มต้น (set up) ขั้นอยากเรียน (buy-in) และขั้นเห็นคุณค่า (relevance)

เตรียมความพร้อม ๓ ขั้นตอน : เริ่มต้น อยากเรียน และเห็นคุณค่า

จะเห็นว่าผู้เขียนแยกแยะการเตรียมความพร้อมต่อการเรียนของนักเรียนละเอียดออกไปถึง ๓ ขั้นตอน โดยที่ต้องไม่สับสน หรือปนขั้นตอนดังกล่าว เครื่องมือ ๓ ขั้นตอนนี้จะได้ผลดีต้องการ “ตัวช่วย” ๔ ประการคือ (๑) ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูกับนักเรียน (๒) บรรยากาศในห้องเรียน (๓) ความคาดหวังของนักเรียนต่อผลสำเร็จในการเรียน และ (๔) ความสัมพันธ์ของครูกับตัวช่วยทั้ง ๓ ประการข้างต้น ทั้งหมดนี้ก็เพื่อสร้างสภาพจิตใจ หรือสภาพสมองของนักเรียนที่พร้อมเรียนสูงสุด

จับเริ่มต้น

อาจเริ่มต้นด้วยเครื่องมือปลูกเร้าความตื่นตัว เช่น ใช้คำถามกระตุ้นความอยากรู้อยากเห็น “นักเรียนอยากทำการทดลองที่สนุกสุดๆ ไหม” หรือ ปลูกเร้าด้วยท่าทีกระตือรือร้นของครู “ว้าว ครูรู้สึกตื่นเต้นที่จะสอนตอนนี้นี้มาก ทุกคนกรุณายืนขึ้น ...”

เขาแนะนำประโยคต่อไปนี้

- “ครูมีเรื่องสำคัญให้นักเรียนทำ กรุณายืนขึ้น” แรงดึงดูดคือ ความอยากรู้อยากเห็น (curiosity)
- “ครูกำลังจะบอกบางเรื่องที่จะทำให้นักเรียนแปลกใจ” แรงดึงดูดคือ ความคาดหวัง (anticipation)
- “ทุกคนกรุณายืนขึ้น เรากำลังจะทำการทดลอง เมื่อเสียงดนตรีเริ่มขึ้น ให้เดินไปแตะโต๊ะที่ไม่ใช่โต๊ะของตัวเอง ๕ โตะแล้วยืนรอคำสั่งต่อไป”

การปลูกเร้าขั้นเริ่มต้นนี้สำคัญมาก หากนักเรียนยังคงง่วงเหงาหาวนอน กระบวนการเตรียมความพร้อมอีก ๒ ขั้นตอนต่อไปจะไม่ได้ผล ในขั้นตอนแรกนี้หวังผลให้การไหลเวียนเลือดเพิ่มขึ้น และเพิ่มสารเคมีเพื่อการเรียนรู้ในสมอง

จับอยากรู

เป้าหมายของขั้นตอนนี้ เพื่อให้นักเรียนเข้าใจความหมายของสิ่งที่กำลังจะเรียน คือ ตอบคำถาม “ทำไม” ได้ ทำไมจึงต้องเรียนบทเรียนนี้ เป็นการดึงความสนใจเข้าสู่บทเรียน และพร้อมเข้าสู่การเตรียมความพร้อมขั้นตอนต่อไป เครื่องมือของขั้นตอนนี้ คือคำพูดของครูต่อไปนี้

- “ขอให้ทุกคนหายใจเข้าออกยาวๆ ถ้านักเรียนพร้อมที่จะเรียนสิ่งที่น่าพิศวงจนกระทั่งท้อสองครั้ง” แรงดึงดูดคือการเรียนรู้

- “นี่คือปัญหาธรรมดาๆ ที่ไม่เคยมีลูกศิษย์ของครูคนใดเคยแก้ปัญหาได้ภายใน ๓ นาที ครูใช้เวลา ๓ นาที ให้นักเรียนจับคู่กับเพื่อนที่นั่งติดกัน ช่วยกันทำโจทย์พร้อมหรือยัง เริ่ม !” แรงดึงดูดคือ การทำงานเป็นทีมเพื่อแก้โจทย์อย่างรวดเร็วซึ่งนักเรียนรุ่นก่อนๆ ไม่เคยทำได้

- “ต่อไปนี่คือความรู้ที่จะช่วยให้นักเรียนได้เกรดที่อยากได้” แรงดึงดูดคือเกรดที่สูงขึ้น

- “ครูมีงานให้ทำที่จะช่วยให้นักเรียนไม่ต้องใช้เวลาอ่านหนังสือนานๆ เป็นงานที่ใช้เวลาไม่กี่นาที พร้อมหรือยัง” แรงดึงดูดคือ มีเวลาเล่นกับเพื่อนมากขึ้น

- “เรามาเรียนรู้วิธีที่จะช่วยให้นักเรียนจำเรื่องราวได้ดีขึ้นในช่วงสอบ โดยใช้เวลาเรียนลดลงดีไหม” แรงดึงดูดคือ ทำข้อสอบได้ง่ายขึ้นและลดเวลาเรียนลง

หลักการคือ ให้นักเรียนได้ซึมเรื่องราวการเรียนรู้ส่วนหนึ่ง ก่อนจะเรียนบทเรียนทั้งหมด

จับเห็นคุณค่า

ในสองขั้นตอนแรก เป็นการปลุกสมองและร่างกายให้ตื่น ตามด้วยการกระตุ้นความอยากรู้อยากเห็น ความคาดหวัง และความท้าทาย ต้องตามด้วยขั้นตอนที่สามคือการเห็นคุณค่าหรือความหมายของบทเรียนซึ่งจะทำให้การเตรียมความพร้อมมีผลระยะยาว

คุณค่าที่ดึงดูดนักเรียนเปลี่ยนไปตามวัย เด็กอายุ ๕ ขวบ เน้นที่ความรู้สึกมันคงและสนุก สำหรับนักเรียนอายุ ๑๕ ปี เน้นที่การได้รับการยอมรับจากเพื่อนและรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง

เขาแนะนำแรงขับเคลื่อนความรู้สึกเห็นคุณค่า ๑๐ ตัว เป็นแรงขับเคลื่อนจากภายในตัวเอง ๕ ตัว และแรงขับเคลื่อนผ่านปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ๕ ตัว ดังต่อไปนี้

แรงขับเคลื่อนภายใน

๑. สร้างความมั่นคงปลอดภัย (security)
๒. ให้ความเป็นอิสระ (autonomy)
๓. สร้างอัตลักษณ์ (identity)
๔. ให้ความรู้สึกว่าได้ทำได้ดี (mastery)
๕. เชื่อมโยงกับเป้าหมายชีวิตในมิติที่ลึก (deep meaning)

แรงขับเคลื่อนผ่านปฏิสัมพันธ์

๑. สถานะทางสังคม
๒. ผูกมิตร
๓. มีคุณค่า
๔. เชื่อมโยงสู่เป้าหมายยิ่งใหญ่
๕. พิสูจน์ตัวเอง

หลักการคือ เราอาจสนใจสิ่งใดสิ่งหนึ่งจากมีตัวกระตุ้นแต่หากจะให้สนใจระยะยาว เราต้องเห็นคุณค่าหรือความหมายต่อตัวเรา

ใช้ตัวช่วยดึงดูด

การสร้างความสนใจเรียนของนักเรียน ในเบื้องต้น เน้นการสร้างพลัง (energy) และสร้างแรงส่ง (momentum) แต่จะให้นักเรียนรักเรียนต่อเนื่อง ต้องให้นักเรียนเห็นคุณค่าอย่างชัดเจนของการเรียน ต่อชีวิตของตนเองในขณะนั้น และเป็นไปตามช่วงอายุของนักเรียน

ตัวช่วยดึงดูดนักเรียนสู่การเห็นคุณค่าของการเรียนต่อชีวิตของตนเอง มีมากมาย หลากหลายกลุ่ม ได้แก่ กลุ่ม การเคลื่อนไหว (ช่วยให้นักเรียนได้จับ คลำ โยน เล่น สิ่งของนั้น) กลุ่มวัสดุสิ่งของ (สำหรับเอามาโชว์) กลุ่มการท่องเที่ยว (ออกไปนอกห้องเรียน ไปยังบางสถานที่เพื่อเรียนรู้) กลุ่มดนตรี (ใช้ดนตรีแสดงประเด็น

การเรียนรู้) กลุ่มทัศนศิลป์ (สร้างโปสเตอร์เพื่อบอกเป้าหมายการเรียนรู้ หรือบอกการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น) กลุ่มการละคร (แสดงท่าทางที่สะท้อนความคิดหรือเหตุการณ์) กลุ่มงานอดิเรก (ให้นักเรียนแชร์งานอดิเรกของตน เมื่อเรียนมาถึงเรื่องนั้น) กลุ่มเสรี (อนุญาตให้นักเรียนแสดงความเชื่อมโยงของเรื่องที่เรียนกับชีวิตของตนได้โดยอิสระ) กลุ่มกิจกรรมตามเทศกาล (เชื่อมโยงกับเรื่องราวตามข่าว) กลุ่มสร้างกล่องลับ (ภายในกล่องมีสาระการเรียนรู้ที่กำลังเรียน) กลุ่มออกแบบภายใน (ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงการจัดห้องให้เหมาะต่อการเรียนรู้สาระนั้นๆ) กลุ่มเครื่องแต่งกาย (แต่งตัวตามตัวละครในเรื่องที่เรียน)

ตัวช่วยดึงดูดให้เห็นว่าการเรียนมีคุณค่าเชื่อมโยงกับชีวิตจริงในนักเรียนระดับอนุบาลถึง ม.๖ มีมากกว่า ๕๐ อย่าง และมีบอกไว้ในหนังสือ *Teach Like a Pirate* (Burgess, 2012) และ *How to Motivate Reluctant Learners* (R. Jackson, 2011) โดยมีตัวอย่างตัวดึงดูดทางสังคมในนักเรียนระดับประถมและมัธยม ดังในตารางข้างล่าง

ตัวดึงดูดการเห็นคุณค่า ระดับประถม	ตัวดึงดูดการเห็นคุณค่า ระดับมัธยม
• การได้เลื่อนขึ้นไปเรียนชั้นสูงขึ้น	• การได้ทำสิ่งที่เสี่ยง หรือสร้างความตื่นเต้น
	• แรกกดดันจากเพื่อน
• รู้สึกว่าเป็นบุคคลสำคัญ	• มีความท้าทายสูง
• สนุก	• กิจกรรมมีความยากขึ้นเป็นขั้นๆ
• ครูแสดงความกระตือรือร้น	• ได้ทำงานกับเพื่อน
• อยากรู้ อยากเห็นจริงจัง	• สะท้อนสถานะ (status)
• ได้รับการยืนยันว่าถูกต้อง (affirmation)	• การทดลอง
• ขาดรสนิยม (grossness)	• ได้แสดงออก
• มิตรภาพ	• ได้มีส่วนร่วมแก้ปัญหาของท้องถิ่น
• กิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกาย	• ทำงานเพื่อเป้าหมายยิ่งใหญ่
• เรื่องลึกลับ น่าสนใจ	• โอกาสเข้ามหาวิทยาลัย
	• การแข่งขัน

มีครูมัธยมในสหรัฐอเมริกาผู้สอนวิชาคณิตศาสตร์ ใช้การบรรลุระดับคะแนนสำหรับการเป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยที่ได้รับการยกเว้นค่าเล่าเรียน เป็นแรงดึงดูดคุณค่า นอกจากนั้นครูท่านนี้ยังใช้คะแนนคณิตศาสตร์ของโรงเรียนใกล้ๆ ที่มีผลการเรียนดีกว่า มาเป็นตัวเปรียบเทียบและกระตุ้นให้นักเรียนช่วยกันเอาชนะโรงเรียนที่สมมติว่าเป็นคู่แข่งนั้น ครูท่านนี้ได้ชื่อว่าเป็นครูคณิตศาสตร์ที่ประสบความสำเร็จสูง

ใช้คำถาม

เขาแบ่งระดับคำถามเป็น good questions กับ great questions และบอกว่า good questions ช่วยกระตุ้นความอยากรู้อยากเห็น การเห็นคุณค่า และการใคร่ครวญสะท้อนคิด ส่วน great questions ช่วยเปลี่ยนบรรยากาศของห้องเรียน และอาจถึงกับเปลี่ยนชีวิตของนักเรียน การใช้คำถาม หรือการถาม - ตอบ ในชั้นเรียนที่ทำอย่างถูกต้อง ช่วยเพิ่ม effect size ของผลการเรียนสูงถึง ๐.๘๑ โดยที่กิจกรรมนี้ต้องการ การมีส่วนร่วม ความรู้สึกปลอดภัยที่จะถาม การมีเป้าหมายที่ความเข้าใจที่ลึก และการดำรงสัมพันธภาพที่ดี ตรงนี้ผมขอขยายความว่า ในส่วนของครู ต้องไม่ตั้งคำถามแบบไล่ด้อนให้จนมุม ต้องตั้งคำถามแบบหนุนการเรียนรู้ ในส่วนของนักเรียน นักเรียนต้องรู้สึกสบายใจที่จะถาม โดยไม่กลัวถูกเยาะเย้ยว่าโง่

เขาแนะนำว่า คำถามมี ๕ ประเภท ได้แก่

- **คำถามเพื่อตรวจสอบความรู้เดิม** ใช้เมื่อพบว่ามึนักเรียนบางคนไม่เข้าใจหรือเรียนล้าหลังเพื่อนๆ อาจตั้งคำถามในทำนอง “อธิบายให้ครูและเพื่อนๆ ฟังหน่อยว่าเธอมีความรู้เกี่ยวกับน้ำขึ้นน้ำลงอย่างไรบ้าง”
- **คำถามที่ช่วยยกระดับการเรียนรู้** มี ๒ แบบ (๑) ช่วยให้เข้าใจกว้างขึ้น เช่น “ปรากฏการณ์น้ำขึ้นน้ำลงมีผลอย่างไรต่อชีวิตมนุษย์” (๒) ช่วยให้เข้าใจสาระที่เรียนอย่างถูกต้องชัดเจน

- **คำถามที่ช่วยการสรุปสาระการเรียนรู้** เช่น “สาระการเรียนรู้สำคัญในคาบนี้มีอะไรบ้าง”

- **คำถามที่ช่วยการขยายความ** ก่อนใช้คำถามชนิดนี้ควรถามคำถามเชิงสรุปสาระการเรียนรู้ และได้คำตอบที่ชัดเจนเสียก่อน ตัวอย่างคำถาม เช่น “ความรู้ที่เรียนในวันนี้เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของเราอย่างไรบ้าง”

- **คำถามเพื่อรวบรวมข้อมูลหลักฐาน** ใช้ในกรณีที่นักเรียนกำลังถกเถียงกันหรือแบ่งจุดยืนออกเป็นหลายฝ่าย “บอกครูได้ไหมว่าหลักฐานที่แสดงว่าข้อโต้แย้งของเธอถูกต้องมีอะไรบ้าง” “ฝ่ายตรงข้ามจะได้แย้งว่าอย่างไร ทำไม” “เธอมีข้อเท็จจริงอะไรที่ฝ่ายตรงข้ามไม่มี”

วิธีสร้างบรรยากาศตั้งคำถามและตอบคำถามอย่างคึกคักสนุกสนานทำได้หลายแบบ เช่น เขียนคำถามไว้บนกระดานหน้าชั้น เขียนชื่อนักเรียนแต่ละคนลงกระดาษม้วนใส่ลงในกล่อง ให้นักเรียนอาสาสมัครเป็นผู้จับชื่อนักเรียนที่จะเป็นผู้ตอบ (หากจับได้ตัวเองให้จับใหม่) หากนักเรียนที่ถูกขานชื่อตอบไม่ได้ ครูบอกว่าให้เวลาคิดอีกสองสามนาที แล้วจับชื่อนักเรียนคนอื่นต่อไป หลังจากนั้นจึงกลับมาให้นักเรียนคนเดิมตอบ

เมื่อนักเรียนตอบ ครูควรตั้งคำถามต่อ “รู้ได้อย่างไรว่าคำตอบที่ให้เป็นคำตอบที่ถูกต้อง” เมื่อนักเรียนตอบ ครูกล่าวคำขอบคุณและบอกว่า “ครูชื่นชมที่เธอช่วยทำให้การเรียนรู้มีชีวิตชีวา ช่วยบอกครูอีกนิดได้ไหมว่า”

ครูต้องตั้งคำถามด้วยความรัก ให้เกียรตินักเรียนในด้านที่เขากำลังต้องการการยอมรับ นับถือจากเพื่อนๆ ห้ามทำให้นักเรียนเสียหน้าหรืออับอายเป็นอันขาด หลักการสำคัญคือ “ค้นหาให้พบ” “ค้นหาเพิ่ม” และผลักดันต่อ ด้วยท่าทีให้เกียรติ ให้คุณค่าต่อสิ่งที่นักเรียนรู้ และความเจริญก้าวหน้าของนักเรียนแต่ละคน



สร้างความเป็นพวกพ้อง

บันทึกนี้เป็นบันทึกสุดท้าย ภายใต้ชุดความคิดสร้างความเอาใจใส่ของนักเรียน (engagement mindset)

ตีความจาก Chapter 18 : Engage to Build Community

สาระหลักของบันทึกนี้คือ นักเรียนเรียนได้ดีผ่านการมีปฏิสัมพันธ์ (socialization) กับเพื่อนๆ และครู เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม มีความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มหรือชุมชน (community) การสร้างให้ชั้นเรียนเป็นชุมชนของผู้เรียนที่เอาใจจริง เอาใจ (community of engaged learners) จึงช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ของนักเรียน สร้างบรรยากาศการมองโลกในแง่ดีมีความหวัง และช่วยลดความประพฤติที่ไม่พึงประสงค์ของนักเรียน

ในบันทึกนี้จะกล่าวถึงเครื่องมือสร้างความเป็นพวกพ้อง หรือความเป็นชุมชน เรียนรู้จริงจังในห้องเรียนด้วยเครื่องมือ ๓ ชิ้น คือ พิธีกรรมสร้างความพร้อมเพรียง การใช้ reciprocal teaching และ การเฉลิมฉลองชัยชนะเล็กๆ ของทั้งชั้น

พิธีกรรมสร้างความพร้อมเพรียง

ในหนังสือเล่มนี้ใช้ชื่อหัวข้อนี้ว่า Solving common problems ซึ่งมี ๓ ปัญหาคือ การเข้าชั้นเรียนตรงเวลา นักเรียนเจียบสงบ และเลิกเรียนตรงเวลา โดยใช้พิธีกรรมง่ายๆ ใช้เวลาไม่ถึงนาที ที่ต่อไปนักเรียนจะทำจนเป็นนิสัยและช่วยสร้างสภาพชั้นเรียนที่ทุกคนตรงต่อเวลา มีวินัยในการเรียน และมีพลัง

พิธีกรรมประจำชั้น มีหลักการ ๕ ข้อ สำหรับสร้างวัฒนธรรมการเป็นพวกเดียวกัน ได้แก่ (๑) แก้ปัญหาห้องเรียนชาตินิยมได้ขงัด (๒) นักเรียนทุกคนร่วมกันปฏิบัติอย่างตั้งใจ (๓) ทำได้ง่าย (๔) คาดเดาได้ และ (๕) จบลงด้วยอารมณ์ชื่นมื่น โดยครูแต่ละคนอาจคิดพิธีกรรมประจำชั้นของตนในลักษณะจำเพาะ และตรงตามหลักการ ๕ ข้อข้างต้น ดังตัวอย่าง

- **ต้อนรับกลับสู่ชั้นเรียน** อาจใช้ช่วงเริ่มชั้นเรียนในตอนเช้า หรือเมื่อมาพบกันหลังวันหยุดของสัปดาห์ หรือเมื่อเปิดเทอมใหม่ หรือเมื่อเริ่มชิ้นงานใหม่ โดยครูพูดว่า “นักเรียนที่เข้านั่งโต๊ะตรงเวลามากมือนี่ และตะโกนว่า ‘พร้อม’ แล้วหันไปยังเพื่อนข้างๆ และร้องว่า ‘ยินดีต้อนรับ’ ”

- **ฉลองการจบคาบเรียน** หลักการคือ จบคาบเรียนด้วยการฉลองทุกครั้ง นักเรียนยืนขึ้นและแชร์ข้อเรียนรู้สำคัญกับเพื่อนข้างๆ แล้วกางมือทั้งสองข้างออกไปจนสุด แล้วตอบมือน้อยอย่างแรงพร้อมกับตะโกน ‘เยี่ยม’

- **เรียกความสนใจ** โดยใช้นกหวีด บอกนักเรียนว่า “นักเรียนทุกคน เมื่อครูจะสอนเรื่องสำคัญ ครูต้องการรู้ว่านักเรียนทุกคนพร้อมหรือไม่ ครูจะเป่านกหวีดให้ทุกคนร้องว่า ‘ทุกคนพร้อม’ เรามาลองกันเลยเดี๋ยวนี้”

ครูต้องสังเกตว่านักเรียนคุ้นกับพิธีกรรมที่ใช้แล้วหรือยัง (มักใช้เวลา ๓ - ๕ สัปดาห์) เมื่อนักเรียนคุ้นจนทำเป็นนิสัยครูต้องเปลี่ยนพิธีกรรม เพื่อไม่ให้นักเรียนรู้สึกเบื่อ หรือจำเจ พลังของพิธีกรรมเกิดจากทุกคนทำพร้อมกัน ทำทุกโอกาสตามที่ตกลงกัน นักเรียนทุกคนแสดงพฤติกรรมเดียวกัน กล่าวคำเดียวกันสั้นๆ อย่างมีพลัง เป็นการสร้างความกลมเกลียวกันในชั้นเรียนด้วยวิธีการง่ายๆ แต่ได้ผลชะงัด วิธีง่ายๆ เช่นนี้ แม้ในนักเรียนชั้นโต เช่น ม.๖ ก็ใช้ได้ผล ผมขอเพิ่มเติมว่า ผมเคยเห็นมูลนิธิข้าวขวัญใช้กับผู้ใหญ่ (รวมทั้งผู้สูงอายุ) ที่มาเข้าโรงเรียนชาวนา (ปรบมือ ๒ ครั้ง หยุดหนึ่งวินาที ปรบมือ ๗ ครั้ง กล่าวคำว่า ‘เยี่ยม’ พร้อมกับยกหัวแม่มือทั้งสองข้าง โดยไม่ต้องเปลี่ยนเลยตลอด ๒ ปี)

ให้นักเรียนสอนซึ่งกันและกัน

กิจกรรมนี้เป็นการใช้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ หลังจากนักเรียนเรียนสาระวิชาแล้ว ให้นักเรียนจับคู่กับบัดดี้คนเดิมหรือจับคู่ใหม่ก็ได้ แล้วทำกิจกรรมสร้างความรู้สึกอยากเรียน (buy-in) ตามที่ระบุในบันทึกที่ ๒๑ แล้วดำเนินกิจกรรมต่อไปนี้

- **ช่วยกันทำความเข้าใจสาระวิชาให้ชัดเจนยิ่งขึ้น** ใช้สำหรับการเรียนสาระตอนที่เข้าใจยาก ครูตั้งคำถามว่า “ให้นักเรียนบอกสาระเรื่องนั้นโดยใช้คำพูดตามความเข้าใจของตัวเอง” “เมื่อกล่าวเช่นนั้นแล้ว นักเรียนเกิดข้อสงสัยอะไรบ้าง” “เราจะอธิบายประเด็นนั้นแก่นักเรียนที่ยังไม่ได้เรียนอย่างไร”
- **สอนวิธีการ** ให้นักเรียนคนหนึ่งในกลุ่มบัดดี้ ทำหน้าที่สอนเพื่อน เช่น สอนวิธีทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง วิธีใช้เครื่องมือหรือเครื่องใช้ เป็นต้น
- **โต้วาทิ** เป็นการโต้กันภายในกลุ่มบัดดี้ โดยครูกำหนดเรื่องให้แต่ละคู่โต้ แล้วให้เวลาคิดและบันทึกประเด็น ๑ นาที แล้วพูดแถลงคำสนับสนุนหรือโต้แย้งพร้อมข้อมูลหลักฐาน อีกคนหนึ่งอาจแถลงสนับสนุนหรือโต้แย้งเพื่อนก็ได้ แล้วอาจสลับข้าง
- **แสดงบทบาท** ให้นักเรียนคนหนึ่งในกลุ่มบัดดี้แสดงเป็นตัวละครสำคัญหรือมีชื่อเสียง และกล่าวแถลงนโยบาย เพื่อนกลุ่มบัดดี้ทำหน้าที่ผู้ฟัง หรือผู้สื่อข่าวช่างสงสัย ตั้งคำถาม ๓ ข้อ
- **สร้างข้อสอบ** ให้นักเรียนทั้งคู่ใช้เวลา ๙ นาที ช่วยกันออกข้อสอบ ๓ ข้อ หมดเวลา บอกให้ทั้งคู่ตัดข้อสอบข้อที่ง่ายที่สุดออก เหลือคู่ละ ๒ ข้อ แล้วให้ทั้งคู่เดินไปหาเพื่อนอีกคู่หนึ่ง กลายเป็นกลุ่ม ๔ คน ให้สอบและเฉลยซึ่งกันและกัน อาจกำหนดให้มีบุคคลที่สามทำหน้าที่กรรมการสำหรับแต่ละกลุ่ม

กิจกรรมเหล่านี้มีการเคลื่อนไหวร่างกายแฝงอยู่ด้วย ช่วยเพิ่มการไหลเวียนเลือด และเพิ่มสารเคมีช่วยการเรียนรู้ในสมอง ได้แก่ โดปามีน และนอร์อะดรีนาลีน

เฉลิมฉลองชัยชนะเล็กๆ ของกัซซัน

เป็นการใช้ความพยายามช่วยกันทำให้บรรลุ “เป้าหมายรายทาง” ที่กล่าวถึงในบันทึกที่ ๕ ตั้งเป้าหมายสูงลิ่ว เพื่อสร้างความกลมเกลียวกันในชั้นเรียน โดยเริ่มต้นที่เป้าหมายปลายทางสูงลิ่ว และมีเป้าหมายรายทาง (milestones/ micro goals) เป็นระยะๆ เมื่อใกล้ถึงกำหนดวันที่ระบุเป้าหมายรายทางไว้ ครูพูดถึงเป้าหมายรายทางนั้น โยงสู่เป้าหมายปลายทางที่มีคุณค่าสูงลิ่วต่อนักเรียน และชี้ให้เห็นว่าเกือบจะบรรลุเป้าหมายรายทางที่กำหนดไว้แล้ว เพื่อกระตุ้นนักเรียนที่อาจยังล้าหลังให้เร่งทำงานหรือเรียนรู้ เป็นการสร้างความมีชีวิตชีวาในชั้นเรียน

เมื่อนักเรียนร่วมกันบรรลุเป้าหมายรายทาง ครูต้องจัดกิจกรรมเฉลิมฉลองเพื่อใช้เป็นตัวสร้างความมั่นใจแก่นักเรียนว่า พวกตนทำได้หากใช้ความพยายาม การเฉลิมฉลองทำได้หลากหลายแบบโดยควรให้เป็นกิจกรรมทีม ให้แต่ละทีมใช้เวลาปรึกษากัน ๑๕ วินาที แล้วแต่ละทีมดำเนินกิจกรรมให้ทั้งชั้นร่วมกันเฉลิมฉลอง

หรืออาจจัดเป็นพิธีกรรมมาตรฐานของชั้น เช่น ให้ปรบมือเป็นจังหวะ ตามด้วยเสียงตะโกนว่า ‘สำเร็จ’

เปลี่ยนวาทกรรม เปลี่ยนพฤติกรรม

ชุดความคิดสร้างความเอาใจใส่ของนักเรียนนี้ เป็น “เสียงในหัว” ของครูที่บอกว่า เมื่อครูเอาใจใส่นักเรียนทุกคน ทุกวัน การเรียนรู้ที่ทรงคุณค่าจะเกิดขึ้น โดยครูมีเครื่องมือสร้างความเอาใจใส่ต่อการเรียนของนักเรียนตามที่ระบุในบันทึกที่ ๑๙ - ๒๒ และใช้เครื่องมือเหล่านั้นบูรณาการในการเรียนรู้ประจำวัน

วาทกรรมในสมองของครูจะเปลี่ยนจาก “ฉันมีเรื่องต้องสอนมากและฉันรู้ว่าวิธีสอนที่ดีที่สุดคือการบรรยาย เรื่อง student engagement เป็นเรื่องเหลวไหล” ไปเป็น “ฉันจะ engage กับเป้าหมายที่ทรงคุณค่ากับศิษย์ทุกคน ทุกวัน ทุก ๙ นาทีหรือสั้นกว่านั้น”

ใคร่ครวญสะท้อนคิด และตัดสินใจ

ผมตีความว่าเครื่องมือต่างๆ เพื่อสร้างความสนใจเรียนให้แก่ศิษย์ตามในบันทึกที่ ๑๙ - ๒๒ นี้ คือเครื่องมือช่วยให้ครูยึดกุมการจัดการชั้นเรียนให้มีระเบียบ มีพลัง โดยที่พลังนี้จะขับเคลื่อนตัวเองด้วยพลังของนักเรียนทั้งชั้น ช่วยลดความยากลำบากในการทำงานของครู ผมเชื่อว่าการดำเนินการนี้จะต้องใช้ความพยายามมากในปีสองปีแรกของชีวิตการเป็นครู แต่หลังจากนั้นเครื่องมือเหล่านี้จะช่วยเบาแรงครู และที่สำคัญยิ่งกว่านั้น ช่วยให้ครูบรรลุเป้าหมาย “ครูเพื่อศิษย์” ที่มีผลงานดีเด่น

ภาค

๗

ชุดความคิดเพื่อความสำเร็จของนักเรียน
(graduation mindset)

บทที่ ๒๓ เพื่อศิษย์เรียนจบ

บทที่ ๒๔ หนุนด้วยศิลปศึกษาและพลศึกษา

บทที่ ๒๕ เตรียมเข้ามหาวิทยาลัยหรือเข้าสู่อาชีพ

บทที่ ๒๖ บทส่งท้าย



เพื่อศิษย์เรียนจบ

บันทึกนี้เป็นบันทึกแรก ใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดเพื่อความสำเร็จของนักเรียน (graduation mindset)

ตีความจาก Part Seven : Why the Graduation Mindset?

สาระหลักของบันทึกนี้คือ ชุดความคิดมุ่งมั่นดำเนินการเพื่อความสำเร็จของนักเรียน ทำให้โรงเรียนของเด็กยากจนพัฒนาเป็นโรงเรียนคุณภาพสูงได้

เป้าหมายสำคัญคือ นักเรียนทุกคนตั้งแต่ชั้นอนุบาลถึงเกรด ๑๒ (สำหรับที่สหรัฐอเมริกา ส่วนของไทยน่าจะถึง ม.๓ เพราะการศึกษาภาคบังคับของเราถึง ม.๓) เรียนสำเร็จทุกคน ที่สหรัฐอเมริการเรียนจบเกรด ๑๒ อย่างประสบความสำเร็จหมายความว่า จบแล้วมีงานทำหรือเข้าเรียนมหาวิทยาลัยได้ หรือกล่าวใหม่ว่าเป้าหมายคือนักเรียนทุกคนเรียนจบการศึกษาภาคบังคับ แล้วมีงานทำหรือเรียนต่อ ไม่มีนักเรียนที่หลุดจากระบบการศึกษากลางคัน ในขณะที่ประเทศไทยมีเด็กออกจากการศึกษาภาคบังคับกลางคันประมาณร้อยละ ๒๐ หากเราประสบความสำเร็จตามเป้าหมายในบันทึกนี้เด็กไทยต้องเรียนจบ ม.๓ ทุกคน

“ครูเพื่อศิษย์” ทุกคนต้องมีปณิธานมุ่งมั่นเพื่อเป้าหมายนี้ โดยเชื่อมั่นว่าสมองเปลี่ยนแปลงได้ และมีวิธีการเปลี่ยนสมองของศิษย์ขาดแคลนให้เรียนสำเร็จได้

ในชีวิตจริงครูที่สอนในโรงเรียนที่นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเด็กขาดแคลน มักจะอยู่ในท่ามกลางสังคมของผู้คนที่ดูหมิ่นดูแคลนความสามารถของเด็กขาดแคลน และคนในวงการศึกษาก็มักจะเอาแต่ป่นหรือกล่าวอ้างในความไม่พร้อม หรือความ

ขาดแคลนของโรงเรียน ผู้เขียนหนังสือเล่มนี้แนะนำว่า ครูที่มีอุดมการณ์ “สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน” ต้องฝ่าด่านอุปสรรคเชิงกระบวนทัศน์ของสังคมโดยรอบให้ได้ โดยครูไม่สนใจเสียงบ่นหรือบรรยากาศท้อแท้ที่อยู่โดยรอบ มุ่งทำงานเพื่อความสำเร็จในการเรียนของศิษย์ให้จงได้

หลักฐานเชิงประจักษ์

ในสหรัฐอเมริกาหลักฐานเชิงประจักษ์ว่ามีโรงเรียนในเขตยากจนเป็นร้อยหรืออาจถึงเรือนพันโรงเรียน ที่ติดเกณฑ์เป็นโรงเรียนที่มีผลดำเนินการดีเด่น (high performing schools) โดยที่โรงเรียนเหล่านี้ดำเนินการแตกต่างจากโรงเรียนอื่นๆ ความต่างนี้ไม่ได้อยู่ที่ศิษย์แต่อยู่ที่ครู ที่มุ่งมั่นดำเนินการเพื่อการเรียนรู้ของศิษย์อย่างไม่ลดละทอดถอย

ตัวอย่างกิจกรรมที่โรงเรียนในเขตยากจน แต่มีผลดำเนินการดีเด่น ทำเพื่อช่วยยกระดับผลลัพธ์การเรียนรู้ของนักเรียน ได้แก่

- ให้นักเรียนชั้นสูงกว่าช่วยให้คำแนะนำ (mentoring) แก่นักเรียนชั้นต่ำกว่า
- ร่วมมือกับมหาวิทยาลัยในพื้นที่ในการจัดหาติวเตอร์ช่วยติวการบ้าน ๑ ชั่วโมง หลังเลิกเรียน โดยไม่เสียเงิน
- มีโปรแกรมพลศึกษาและศิลปศึกษาที่เข้มข้น เพื่อพัฒนาทักษะชีวิต วินัย ในตน และการทำงานเป็นทีม
- มีโปรแกรมการทำงานระหว่างเรียน เช่น ทำงานในโรงอาหารเป็นส่วนหนึ่งของโปรแกรมศิลปะการปรุงอาหาร เรียนทักษะการทำธุรกิจโดยทำงานในร้านค้าของนักเรียน เรียนซ่อมและบำรุงรักษาเครื่องปรับอากาศ เป็นต้น
- มีกิจกรรมหลังเวลาเรียนให้นักเรียนได้พูดคุยซักถามนักธุรกิจในท้องถิ่น หรือผู้นำชุมชน หรือนักแนะแนว
- มีคณะกรรมการช่วยให้คำแนะนำการเตรียมตัวหาทุนเรียนต่อชั้นมัธยมปลาย และการเตรียมตัวเรียนชั้น ม.ปลาย

โครงสร้างสำคัญ ๕ ประการ สำหรับโรงเรียนคุณภาพสูง

๑. มีวัฒนธรรม “คาดหวังสูง สนับสนุนเต็มที่” (high expectation, high support)
๒. มีสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย และมีวินัยเชิงบวก
๓. มีผู้นำด้านการเรียนการสอนที่เข้มแข็ง
๔. มีครูที่ทำงานหนัก เอาใจใส่ และมีความสามารถ
๕. มีหลักสูตรที่มุ่งผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการ เน้นที่ทักษะพื้นฐานด้านคณิตศาสตร์และภาษา

มาตรการหลัก ๕ ประการ สำหรับโรงเรียนคุณภาพสูง

๑. มีเวลาเรียนคุณภาพสูง ที่ไม่ถูกรบกวนจากงานธุรการหรืองานบริหาร
๒. มีการประเมินสม่ำเสมอ เพื่อตรวจสอบผลการเรียน และนำไปสู่การปรับปรุงการเรียนการสอน
๓. พ่อแม่เป็นผู้ร่วมเรียนรู้
๔. มีการพัฒนาครูเพื่อผลลัพธ์การเรียนรู้ที่ดีของนักเรียน
๕. มีความร่วมมือที่แข็งแกร่งระหว่างครูด้วยกัน และระหว่างครูกับเจ้าหน้าที่ในโรงเรียน โดยผมขอเพิ่มเติมว่าผู้บริหารโรงเรียนและเขตพื้นที่ต้องมีส่วนร่วมด้วย

ครูเพื่อศิษย์ต้องมีชุดความคิดที่เข้มแข็งว่า ศิษย์ขาดแคลนของตนสามารถเรียนจนจบชั้น ม.ปลาย และจบการศึกษาออกไปมีงานทำหรือเรียนต่อได้ โดยตัวครูเองทุ่มเทเต็มที่เพื่อช่วยให้ศิษย์บรรลุเป้าหมายดังกล่าว



หนุนด้วยศิลปศึกษาและพลศึกษา

บันทึกนี้เป็นบันทึกที่ ๒ ใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดเพื่อความสำเร็จของนักเรียน (graduation mindset)

ตีความจาก Chapter 19 : Support Alternative Solutions

สาระหลักของบันทึกนี้คือ เพื่อความสำเร็จในชีวิตการเรียนของนักเรียน ครูต้องจัดให้นักเรียนได้เล่นสลับกันไปด้วย เพื่อใช้การเล่นกระตุ้นการเจริญงอกงามของสมอง กระตุ้นให้การไหลเวียนเลือดแรงขึ้น และเพื่อสร้างสภาพสมองพร้อมเรียนที่มีสารเคมีเพื่อการเรียนรู้หลั่งออกมา การเล่นในที่นี้กล่าวถึง ๒ อย่าง คือ เล่นกีฬา หรือการเคลื่อนไหวร่างกาย กับการเล่นด้านศิลปะ

หนุนด้วยศิลปศึกษา

มีหลักฐานจากผลงานวิจัยมากมายที่ยืนยันว่า การให้เวลานักเรียนฝึกซ้อมกิจกรรมด้านศิลปะ โดยเฉพาะอย่างยิ่งดนตรี ทำให้ผลการเรียนดีขึ้น มีผลการศึกษา รวมข้อมูลจากงานวิจัยขนาดใหญ่ ๔ ชิ้น ในนักเรียนยากจน ที่ศึกษาเปรียบเทียบผลระยะยาวของการทำงานศิลปะที่มีต่อต่อนักเรียนยากจน ในโรงเรียนที่จัดเวลาเรียนด้านศิลปะมากในกลุ่ม ๒๐% บน กับนักเรียนยากจนที่โรงเรียนจัดเวลาเรียนศิลปะน้อยในกลุ่ม ๒๐% ล่าง พบว่านักเรียนในโรงเรียนกลุ่มแรกมีโอกาสเรียนจบชั้นมัธยมศึกษาสูงกว่า อัตราได้รับอนุสัญญาและปริญญาสูงกว่า ตอนเรียนในชั้น ม.ปลาย นักเรียนกลุ่มดังกล่าว ได้คะแนนเรียงความ คณิตศาสตร์ และวิทยาศาสตร์ สูงกว่า รวมทั้ง

เข้าร่วมกิจกรรมนอกหลักสูตรมากกว่า อ่านหนังสือพิมพ์มากกว่า เข้าร่วมบริหารองค์กรนักศึกษามากกว่า และทำกิจกรรมอาสาสมัครในชุมชนมากกว่า นักวิจัยในโครงการนี้ถึงกับสรุปว่า นักเรียนจากครอบครัวยากจนที่โรงเรียนจัดกิจกรรมศิลปศึกษาจริงจัง มีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิตเท่าเทียมกับนักเรียนโดยทั่วไปในประเทศ

ตีความใหม่ได้ว่าการได้เรียนศิลปศึกษาจริงจังในโรงเรียน ช่วยแก้ข้อเสียเปรียบในการเรียนของนักเรียนขาดแคลนได้ เขาบอกว่ากิจกรรมศิลปะช่วยฟื้นฟู “ระบบการทำงานด้านวิชาการ” (academic operating system) ให้กลับคืนมา

ศิลปะช่วยฟื้นฟูระบบการทำงานด้านวิชาการอย่างไร

คำว่า “ศิลปะ” ในที่นี้หมายถึง ๔ กลุ่มใหญ่ของศิลปะ ได้แก่ (๑) ศิลปะดนตรี (เล่นเครื่องดนตรีชิ้นใดชิ้นหนึ่งหรือหลายชิ้น) (๒) ศิลปะการแสดง (ละคร ร้องเพลง ประสานเสียง รำ เต้น และแสดงตลก) (๓) หัตถศิลป์ (เย็บปักถักร้อย แกะสลัก) (๔) ทัศนศิลป์ (วาดภาพ ระบายสี และศิลปะดิจิทัล)

สมองมีส่วนที่เป็น “ระบบการทำงานด้านวิชาการ” (academic operating system) ที่มีการพัฒนาตรงตำแหน่งที่จำเพาะ และเปลี่ยนแปลงถาวร จากการฝึกปฏิบัติศิลปะเป็นเวลานาน

เมื่อให้นักเรียนปฏิบัติศิลปะครั้งละ ๓๐ - ๙๐ นาที สัปดาห์ละ ๓ - ๕ วัน ก่อผลดีดังต่อไปนี้

๑. ความมานะพยายาม : แรงจูงใจ และความสามารถยังยั้งใจ (defer gratification)
๒. ทักษะการจัดการผัสสะ (processing skills) : ทางหู ตา และสัมผัส
๓. ทักษะการเอาใจใส่ (attentional skills) : สนใจ ฟังความสนใจ (focus) และละความสนใจได้ตามที่ต้องการ
๔. ความจำ : ความจำระยะสั้น และความจำใช้งาน
๕. ทักษะจัดลำดับ : รู้ขั้นตอนของกระบวนการ

นอกจากนั้นศิลปะช่วยหนุนจุดความคิดเพื่อความสำเร็จในการเรียนของนักเรียน มีผลงานวิจัยบอกว่าโรงเรียนที่มีการฝึกซ้อมดนตรี นักเรียนมาเรียนในสัดส่วนสูงกว่าโรงเรียนที่ไม่มีการฝึกซ้อมดนตรี (ร้อยละ ๙๓.๓ เทียบกับ ๘๔.๙) และมีอัตราเรียนจบสูงกว่า (ร้อยละ ๙๐.๒ เทียบกับ ๗๒.๙) โรงเรียนที่โปรแกรมดนตรีได้รับการประเมินคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ดีเยี่ยม(excellent) หรือดีมาก (very good) อัตราเรียนจบยิ่งสูง (ร้อยละ ๙๐.๙)

มีการวิจัยศึกษานักเรียนชั้นมัธยมในสหรัฐอเมริกาจำนวน ๒๕,๐๐๐ คน เป็นเวลา ๔ ปี พบความสัมพันธ์ที่มีนัยสำคัญระหว่างการเรียนศิลปะกับผลการเรียนและเมื่อติดตามไปศึกษานักเรียนกลุ่มเดียวกันเมื่ออายุ ๒๕ ปี ผลยิ่งน่าประทับใจ คือ นักเรียนกลุ่มที่มาจากครอบครัวรายได้ต่ำ ที่เรียนศิลปะ มีโอกาสเข้ามหาวิทยาลัยสูงกว่า ได้เกรดดีกว่า มีโอกาสเรียนสูงกว่าปริญญาตรีมากกว่า โอกาสได้งานทำสูงกว่า ร่วมกิจกรรมจิตอาสา และลงคะแนนเสียงเลือกตั้งสูงกว่า

วิธีใช้ศิลปะในห้องเรียน

ดีที่สุดคือมีครูศิลปะให้ครูศิลปะสอนนักเรียนครั้งละ ๑๕ - ๓๐ นาที ๓ วันต่อสัปดาห์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมและมัธยม แต่หากไม่มีครูศิลปะครูประจำชั้นก็สามารถสอนเองได้โดยเรียนรู้วิธีเอาเอง

หนังสือเล่มนี้ลงรายละเอียดของการสอนศิลปะดนตรี และศิลปะการแสดง

การเรียนศิลปะดนตรี

ดีที่สุดคือมีครูดนตรีแต่หากไม่มีครูดนตรี นักเรียนอาจเรียนเองจากแอปพลิเคชันในไอแพด เขาแนะนำแอปพลิเคชัน ชื่อ Tiny Piano, Nota, Musical Touch, Pro Keys, และ Twelve Tones นอกจากนี้ยังมีวิดีโอที่สอนในยูทูบสอนดนตรี การแนะนำของครูจะทำให้เด็กจำนวนหนึ่งคลั่งไคล้ในดนตรี

การฝึกดนตรีเป็นการฝึกประสานการทำงานของหลายส่วนในร่างกาย การฝึกประสานกิจกรรมทางสมองช่วยการพัฒนาสมองในเชิงโครงสร้าง (ทำให้ไอคิวสูงขึ้น) และช่วยฝึกการรับรู้ซึ่งมีผลสืบเนื่องไปยังทักษะด้านภาษา (การจำคำศัพท์ ทักษะการอ่าน) และด้านมิติสัมพันธ์ (spatial relations) นอกจากนี้ยังมีผลงานวิจัยบอกว่า ช่วยเพิ่มความสามารถด้านการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เราคาดณิด และระบบจำนวน

ที่น่าสนใจคือ ดนตรีช่วยพัฒนาการด้านอารมณ์ในการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เนื่องจากการฝึกดนตรีช่วยให้ไต่ต่อการรับรู้ด้านอารมณ์จากถ้อยคำ และช่วยให้มีความภูมิใจในตนเอง รวมทั้งช่วยเพิ่มบุคลิกที่ดีด้านความร่วมมือ แรงจูงใจ ความรับผิดชอบ และการริเริ่ม ผลดีเหล่านี้เกิดขึ้นในเด็กจากทุกวัฒนธรรม และไม่เกี่ยวกับพันธุกรรม หรือเศรษฐกิจฐานะ แต่จะได้ผลมากหากเริ่มตั้งแต่เด็กอายุน้อย ฝึกบ่อยๆ และฝึกต่อเนื่อง

การฝึกศิลปะการแสดง

ทำโดยให้นักเรียนแสดงบทบาทสมมติ (role play) เพื่อสะท้อนสาระที่เรียน อาจใช้ในวิชาวิทยาศาสตร์ (เพื่อแสดงผลการทดลอง แสดงปฏิกิริยาเคมี หรือผลลัพธ์ด้านระบบนิเวศ) คณิตศาสตร์ (แสดงสูตร สมการ หรือวิธีจำสูตร) ภาษา (เพื่อเล่าเรื่อง อธิบายเรื่องที่ไปค้นคว้ามา)

ศิลปะการแสดงจะช่วยฝึกทักษะหลายด้านที่นำไปใช้ประโยชน์ด้านอื่นได้ เช่น ในศิลปะการแสดงมีส่วนของการเคลื่อนไหวซึ่งจะส่งผลดีต่อการเรียนรู้ในหลายกลไก

ทักษะการเคลื่อนไหว (motor skills) มีผลยกระดับทักษะทางวิชาการ (academic skills) ในหลากหลายมิติ ดังแสดงในรูปข้างล่าง

การอ่าน	คณิตศาสตร์	ภาษาเขียนหรือพูด	ความรู้ทั่วไป
คิดเชื่อมโยง	คิดแบบนิรนัย	คิดเชิงนามธรรม	คิดแบบอุปนัย
จัดลำดับ	วิเคราะห์	สังเคราะห์ลำดับ	จัดระบบ
สายตา	แยกแยะแบบแผน สิ่งที่เห็น	ทักษะถ้อยคำ	ความจำและเหตุผล
ทักษะศูนย์กลาง	ประสานตา-เท้า	ประสานกาย-พื้นที่	ประสานมือ-ตา มือ-เท้า
การทรงตัวระหว่างเคลื่อนไหว	การรับรู้ทางกาย	การทรงตัวขาเดียว สองขา และสลับขา	ทักษะการเคลื่อนไหว

การฝึกด้านศิลปะการแสดงจึงเป็นกลไกสร้างเครือข่ายประสาทในสมอง และ
เอื้อประโยชน์ต่อการเรียนรู้ โดยที่เราไม่รู้ตัว

หนังสือเล่าเรื่องราวของครูเรฟ เอสควิท (Rafe Esquith) แห่งโรงเรียนโฮบาร์ต ที่
ตั้งอยู่ในใจกลางนครลอสแอนเจลิส มลรัฐแคลิฟอร์เนีย ที่ใช้การเล่นละครเช็กสเปียร์
กระตุ้นพัฒนาการสมองของเด็กนักเรียน ป.๕ ที่ร้อยละ ๗๐ มาจากครอบครัวยากจน
จนเกิดผลมหัศจรรย์ คือค่าเฉลี่ยของนักเรียนในโรงเรียนนี้ที่เรียนจบ ม.ปลาย
เท่ากับร้อยละ ๓๒ เท่านั้น แต่นักเรียนที่เคยผ่านชั้นของครูเรฟอัตรานี้เท่ากับ ๑๐๐
คือนักเรียนทุกคนเรียนจบ ม.ปลาย ท่านที่สนใจดูเรื่องราวการเล่นละครเช็กสเปียร์
ของศิษย์ครูเรฟได้ในยูทูบด้วยคำค้นว่า Hobart Shakespeareans เป็นหลักฐาน
ว่าครูที่ “สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน” เป็นผู้มีความรู้เปลี่ยนชีวิตศิษย์ได้จริงๆ

ผมขอเพิ่มเติมเรื่องราวของครูเรฟ เอสควิทว่า ท่านเขียนหนังสือเล่าเรื่องราว
การทำงานเป็น “ครูเพื่อศิษย์” ของท่านหลายเล่มมาก สองเล่มได้รับการแปลเป็นไทย
คือ *ครูนอกกรอบกับห้องเรียนนอกแบบ* กับ *ครูแท้แท้ไม่เป็น* ตัวท่านเคยมาเมืองไทย
ถึง ๒ ครั้ง เพื่อมาเปิดตัวหนังสือแปลทั้งสองเล่ม และผมเคยเขียนบล็อกเล่าไว้ที่
<https://www.gotoknow.org/posts/467265> และ <https://www.gotoknow.org/posts/615888>

หนุนด้วยพลศึกษา

คุณค่าของกิจกรรมทางกาย (physical activity) ต่อผลลัพธ์การเรียนรู้ของ
นักเรียน ได้รับการยืนยันครั้งแล้วครั้งเล่าจากผลงานวิจัยสารพัดแบบในนักเรียน
เป็นล้านๆ คน เหตุผลคือ กิจกรรมทางกายสร้างสมองที่พร้อมเรียน จากการหลั่ง
สารเคมีเพื่อการเรียนรู้ ได้แก่ โดปามีนที่ช่วยเพิ่มความพยายาม การมองโลกแง่ดี
มีความหวัง และความจำใช้งาน (working memory) และนอร์อะดรีนาลีน ช่วยเพิ่ม
การพุ่งเป้าความสนใจและความจำระยะยาว (long-term memory)

มีผลงานวิจัยพิสูจน์ว่า กิจกรรมทางกายช่วยลดปัญหาความประพฤติของนักเรียน
ช่วยเพิ่มความมั่นใจตนเอง เพิ่ม executive functions และลดความเครียด

เคล็ดลับคือ กิจกรรมทางกายทันทีก่อนเรียน ช่วยเพิ่มผลลัพธ์การเรียนรู้ดีกว่า
กิจกรรมทางกายก่อนเรียน ๒ - ๓ ชั่วโมง

กิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายสร้างเซลล์สมอง

เป็นธรรมชาติของสมอง ที่จะมีการสร้างเซลล์สมองขึ้นใหม่ ตัวปิดกันสำคัญคือ ความเครียดเรื้อรัง และภาวะทุพโภชนาการซึ่งนักเรียนขาดแคลนต้องเผชิญ และนำไปสู่ภาวะซึมเศร้า (depression) มีผลงานวิจัยบอกว่า ร้อยละ ๓๐ ของนักเรียนยากจนในสหรัฐอเมริกา มีความเครียด และภาวะซึมเศร้า และมีผลงานวิจัยบอกว่า การออกกำลังกายกลางแจ้งเนื้อมัดใหญ่ ช่วยป้องกันและบำบัดโรคซึมเศร้า

มีผลงานวิจัยในแม่ที่ยากจน ไร้บ้าน และเป็นโรคซึมเศร้า โดยให้เข้าโปรแกรมบำบัดโดยการเดินรำครึ่งละ ๓๐ นาที สัปดาห์ละ ๒ ครั้ง ได้ผลดี คืออาการซึมเศร้ามลดลง โดยเขาบอกว่าผลจากการออกกำลังกายได้มากกว่าการไปเดินแอโรบิก เมื่อแม่สุขภาพดีขึ้นก็จะดูแลลูกได้ดีขึ้น

ผมขอเพิ่มเติมจากประสบการณ์ส่วนตัวว่า การออกกำลังกายแบบแอโรบิก (เช่น วิ่งเหยาะ) วันละ ๓๐ นาที ช่วยสร้างสุขภาพในสารพัดด้าน รวมทั้งด้านการมีสมองแจ่มใส พร้อมเรียนรู้ และผลนี้เกิดขึ้นในวันนั้น และในระยะยาวตลอดชีวิต

เซลล์ประสาทที่งอกใหม่ช่วยเพิ่มอารมณ์ดี ความจำ การจัดการน้ำหนักตัว และการเรียนรู้ มีผลงานวิจัยยืนยันว่า การออกกำลังกายกลางแจ้งเนื้อมัดใหญ่ ช่วยกระตุ้นการสร้างเซลล์ประสาท

นอกจากนี้ยังมีผลงานวิจัยบอกว่า ความแข็งแรงของร่างกาย มีความสัมพันธ์กับผลการเรียนในนักเรียนทุกระดับ

วิธีใช้กิจกรรมการเคลื่อนไหวในห้องเรียน

หลักการง่ายๆ คือ ใช้กิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกาย (physical activities) กับกิจกรรมระหว่างชั้นเรียน (classroom activities)

เขาแนะนำกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายวันละครั้ง ครั้งละ ๒๐ - ๓๐ นาที สำหรับชั้นอนุบาลถึง ป.๕ โดยถือเป็นการพักออกกำลังกาย นอกจากนั้นโรงเรียนต้องมีสนามเด็กเล่นและสนามกีฬาให้เด็กได้ออกกำลังกายในช่วงหยุดพักเที่ยง และช่วงก่อนเข้าเรียนและหลังเลิกเรียน สิ่งที่เขาห้ามคือ ห้ามลงโทษเด็กโดยการกักตัวไว้

ในห้องระหว่างพัก เพราะจะเป็นการปิดกั้นโอกาสวิ่งเล่นออกกำลังกาย ซึ่งเป็นผลร้ายต่อการเรียน เขาแนะนำให้ลงโทษเด็กโดยวิธีอื่น เช่น ให้เข้าคิวกินอาหารเป็นคนสุดท้าย ถูกตัดสิทธิพิเศษบางอย่าง เป็นต้น

กิจกรรมในห้องเรียนทำงานๆ โดยให้นักเรียนได้เคลื่อนไหว ๑ - ๒ นาที ทุกๆ ๑๐ - ๒๐ นาทีของเวลาเรียน เพื่อเผาผลาญพลังงาน และเพิ่มพลังการเรียนรู้ มีครูชั้นอนุบาล - ป.๕ คนหนึ่งหัวใส ริเริ่มพานักเรียนออกไป “เดินเติมพลัง” (power walk) ที่ทุ่งหญ้าข้างโรงเรียน ๑๐ นาที เพื่อก่อความคิดคึก และทำกันทั้งโรงเรียน

เขาแนะนำให้จัดนักเรียนเป็น “ทีมเพิ่มพลัง” (energizer team) หรือ “ทีมครูฝึก” (personal trainer) ทีมละ ๔ คนในชั้น อนุบาล - ป.๕ และทีม ๕ คนในชั้นโตกว่านั้น โดยครูจะส่งสัญญาณให้เริ่มทำงานทุกๆ ๑๕ - ๒๕ นาที กิจกรรมเพิ่มพลังนี้ใช้เวลาครั้งละ ๑ - ๒ นาทีเท่านั้น โดยมีกิจกรรมต่อไปนี้

- ให้นักเรียนวิ่งอยู่กับที่เป็นเวลานาน ๑ นาที เมื่อเริ่มจะสังเกตเห็นว่านักเรียนตื่นเต้น จะยิ่งสนุกหากมีการแข่งขันกันเล่นๆ หรือร่วมมือกัน
- บูรณาการการเคลื่อนไหวเข้ากับสาระการเรียนรู้ โดยเขาแนะนำวิธีการในเว็บไซต์ action - based learning ซึ่งมีหลายเว็บไซต์ เช่น <https://www.youthfit.com> <https://www.abllab.com> และ <https://insidetheclassroomoutsidethebox.wordpress.com>
- จัดกิจกรรมที่ทำร่วมกันทั้งชั้น เช่น ให้นักเรียนคนหนึ่งสอนจังหวะเต้นรำ
- ให้นักเรียนคนหนึ่ง อาสาสมัครทำหน้าที่ผู้นำ เดิน หรือเต้น ให้คนอื่นๆ ทำตาม เป็นเวลา ๔๕ วินาที
- จัดนักเรียนเป็นทีมเพื่อเล่นกีฬาสมมติ ให้ทีมหนึ่งยืนขึ้นและร่วมกันเลือกกีฬาที่ชอบ คนหนึ่งแสดงท่าทางของกีฬานั้น โดยลูกทีมทำตาม เป็นเวลา ๓๐ วินาที แล้วเปลี่ยนทีม

ไม่ว่าในระดับเด็กเล็กหรือเด็กโต ต่างก็ต้องการและชอบการเคลื่อนไหวทั้งสิ้น ตามธรรมชาติ เพื่อกระตุ้นการเจริญเติบโตของสมอง

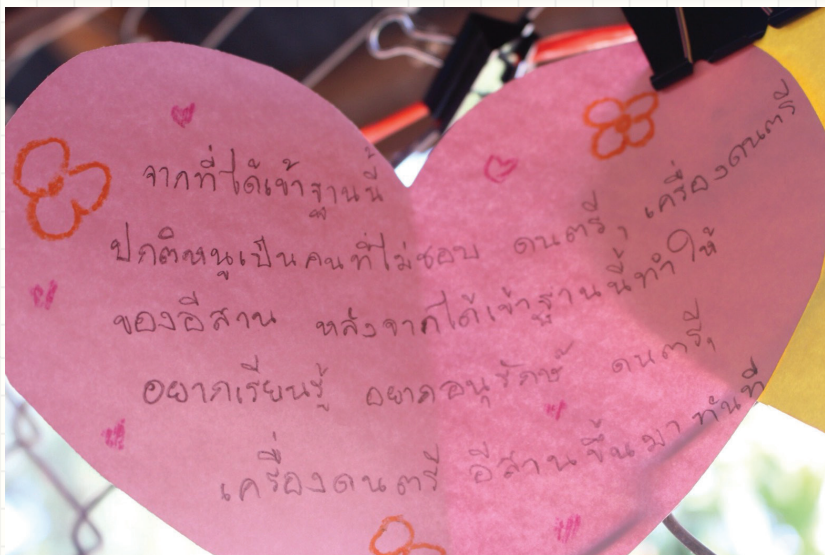
เรื่องเล่าจากห้องเรียน

ค่ายวันเด็กปี ๖๑ คุณครู ๗ คนจากโรงเรียนเพลินพัฒนา นำโดยคุณครูญา - มนัสนันท์ จันทบุญ ได้ชวนกันไปจัดกิจกรรมวันเด็กให้กับเด็กๆ ๑๑๕ คน ที่โรงเรียนบ้านพลาญชัย ต.ช่องเม็ก อ.สิรินธร จ.อุบลราชธานี ระหว่างวันที่ ๑๓ - ๑๔ มกราคม ๒๕๖๑ การจัดค่ายในครั้งนี้มีที่มาจากการที่ คุณครูปา - ปาจารย์ เพิ่มเพียร ได้มีโอกาสมาร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง “กลวิธีการสร้างแรงบันดาลใจให้ผู้เรียนสนุกกับการเรียนรู้ภาษาไทย” ที่โรงเรียนเพลินพัฒนาเมื่อปีการศึกษา ๒๕๖๐ (ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ *ศาสตร์และศิลป์ของการสอน* <http://goo.gl/dG4y4J> บทที่ ๘) ครูปายอยากให้เด็กๆ ที่โรงเรียนได้มีโอกาสทดลองทำกิจกรรมคล้ายๆ กับที่โรงเรียนเพลินพัฒนาบ้าง ความร่วมมือกันระหว่างคณะครูทั้ง ๒ โรงเรียนจึงได้เริ่มต้นขึ้น

ครูปาลำข้อมูลเบื้องต้นให้ฟังว่าเด็กส่วนใหญ่ขาดพ่อแม่ เรียนอยู่ชั้น ป.๔ - ม.๓ ใช้ชีวิตอยู่กับตายาย และไม่ค่อยสนใจวัฒนธรรมท้องถิ่น การเรียนรู้ที่โรงเรียนไม่ค่อยมีกิจกรรมอะไรให้ทำมากนัก คณะครูอาสาจึงตั้งใจอย่างเต็มที่ที่จะทำให้เด็กทุกคนได้รับประสบการณ์ที่มีคุณค่าที่จะติดตัวเขาไปตลอดชีวิต โดยเริ่มจากการศึกษาว่าในอำเภอช่องเม็กที่โรงเรียนตั้งอยู่มีภูมิปัญญาท้องถิ่นอะไร และมีคุณครูท่านใดที่สนใจในภูมิปัญญาท้องถิ่นเรื่องใดบ้าง

ค่ายอาสาครั้งนี้นอกจากจะมีกิจกรรมสันตนาการและบายศรีสู่ขวัญซึ่งเป็นเอกลักษณ์ประจำของชาวค่ายแล้ว จึงมีการเตรียมฐานการเรียนรู้เอาไว้ให้เด็กๆ โรงเรียนบ้านพลาญชัยได้มีโอกาสสัมผัสกับการเรียนรู้ในรูปแบบที่ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้เอง และในขณะเดียวกันก็ได้พบกับภูมิปัญญาท้องถิ่นของตนในแง่มุมใหม่ได้แก่

ฐานดนตรีอีสาน ที่มีการเปิดใจให้ตื่นขึ้นด้วยเสียงแคนของคุณครูบ้านพลาญชัย ไปพร้อมกับการรำเซิ้งของคุณครูจากโรงเรียนเพลินพัฒนา และการได้พบกับความดีความงามของภูมิปัญญาอีสานที่หมอลำเลื่องชื่อ บานเย็น รากแก่น ได้บอกเล่ากล่าวเอาไว้จากคลิปวิดีโอด้วย



ฐานวิทย์คณิต มีโจทย์ให้เด็กๆ ในกลุ่มวางแผนกันว่าจะต้องใช้ข้าวเหนียวเท่าไร ใช้ไข่ และเกลือ เท่าไร โดยให้หยิบได้ครั้งเดียว และต้องคิดเผื่อให้เพื่อนๆ กลุ่มอื่น ได้ทดลองทำด้วย และข้าวเหนียวที่เตรียมไว้นี้มีปริมาณที่พอเหมาะ หากวางแผนได้ถูกต้อง ทุกคนจะได้กิน เมื่อได้พบกับโจทย์ท้าทายเช่นนี้ และกิจกรรมการทำข้าวจี ก็เป็นอาหารที่เด็กๆ ค้นเคย แต่เมื่อให้โจทย์แบบนี้ เด็กๆ สนใจและช่วยเหลือกันดีมาก ลองนำข้าวสารเหนียว เกลือ มาลองชั่งดู และส่งตัวแทนไปหยิบ เสร็จแล้วทุกคน มาปั้นและทำข้าวจี ที่ล้นคือไข่ที่หยิบมาจะพอซุบให้ทุกคนไหม สุดท้ายทุกคนได้อิ่มอร่อยกับข้าวจีฝีมือตัวเอง และยังร่วมแลกเปลี่ยนสิ่งที่ได้เรียนรู้ในความธรรมดาที่ไม่ธรรมดาอีกด้วย



ฐานलयไทย เริ่มจากเปิดคลิปวีดิทัศน์ให้ชม เพื่อสร้างความภาคภูมิใจและรักความเป็นไทย จากการได้เห็นภาพชาวต่างชาติมาหัดเรียนเขียนภาษาไทย มาเรียนมวยไทย เรียนโยน เรียนทำอาหารไทยด้วยความสนใจและตั้งใจที่จะรักษาวัฒนธรรมไทยเอาไว้ แล้วจึงแลกเปลี่ยนความรู้สึกร่วมกัน จากนั้นครูถามเด็กๆ ว่าเคยเห็นลายไทยที่ไหนบ้าง แล้วจึงพามารู้จักชื่อลายต่างๆ ตอนที่ทำกิจกรรมครูชวนให้นักเรียนดูตัวอย่างภาพที่ครูวาดขึ้นเอง เพื่อใช้เป็นสื่อในห้องเรียนของนักเรียนชั้น ๒ ของโรงเรียนเพลินพัฒนาด้วย สื่อที่ครูนำไปด้วยมีทั้งลายกระจังพันสาม ลายกระจังพันห้า ลายกระจังตาอ้อย ลายเถาเลื้อย ลายเถาขด ลายเถาไขว้ ลายกระจังใบเทศ ลายกนกเปลว ลายประจำยาม ลายลายบัว และลายน้ำ ซึ่งก็คือทุกลายที่สอนให้กับนักเรียนชั้น ๒ ที่โรงเรียนเพลินพัฒนานั่นเอง นอกจากนี้ครูยังได้นำตัวอย่างผลงานของนักเรียนชั้น ๒ ไปให้ดูด้วยว่า น้องๆ ตั้งใจทำงานกันอย่างสุดฝีมือแค่ไหน พวกเขาจะทึ่งกับผลงานของน้องมาก



ตัวอย่างสื่อการเรียนรู้ลายดอกบัวและลายน้ำของ คุณครูต๋อง - นฤตยา ถาวรพรหม ที่กลายมาเป็นแรงบันดาลใจในการวาดลายไทยให้กับเด็กๆ อีกหลายต่อหลายคน

เมื่อทุกคนวาดรูปเรียบร้อยแล้วก็ช่วยกันนำภาพที่วาดไว้ไปทำเป็นปกสมุดบันทึก
ทำมือ ที่ทำขึ้นจากการนำกระดาษใช้แล้วหน้าเดียว ๒๐ แผ่น โดยครูบอกวิธีการทำ
แล้วให้พวกเขาช่วยกันทำจนสำเร็จ ในฐานนี้มีเด็กผู้ชายคนหนึ่งที่คุณครูสังเกตว่า
เขามักไม่ค่อยตั้งใจเข้าร่วมกิจกรรม และชอบไปปีนต้นไม้ จนตกมาบาดเจ็บ แต่เมื่อ
เขามาทำกิจกรรมวาดลายไทย ดูเขาตั้งใจและชอบมาก เขาวาดแล้วเอามาให้ครูดูแล้ว
ดูอีก ในตอนท้ายกิจกรรมครูจึงขอถ่ายรูปผลงานของเด็กๆ โรงเรียนบ้านพลาญชัย
เพื่อนำกลับมาให้น้องๆ ที่เพลินพัฒนาดูบ้าง



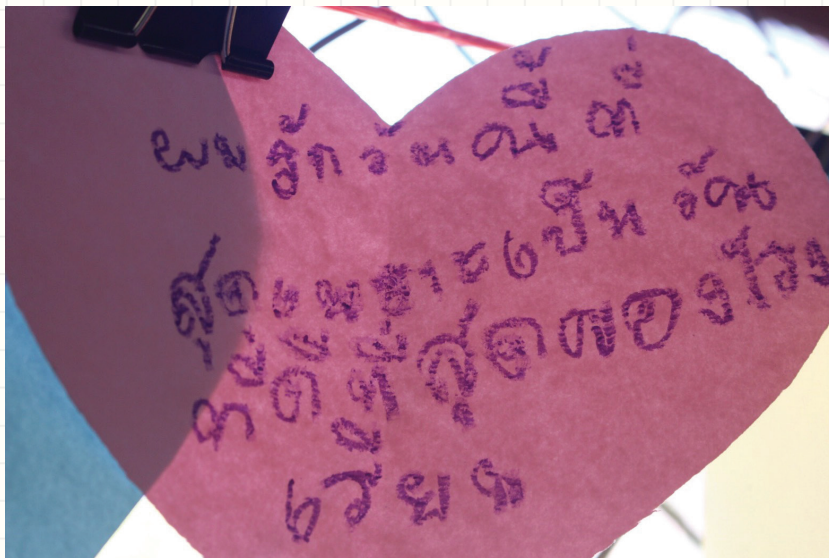
ฐานภาษาอังกฤษ เป็นเรื่องการนำคำศัพท์ในชีวิตประจำวัน และเรื่องทิศทางมาพาดูกๆ ได้เรียนรู้ โดยให้คนอ่านคำศัพท์บอกให้เพื่อนอีกคนที่ปิดตาอยู่ เดินไปให้ถึงที่หมาย เด็กๆ สนุกและรู้สึกว่าจะถึงแม้จะเป็นภาษาอังกฤษที่ไม่คุ้นเคย แต่ก็ยังสนใจที่จะเรียนรู้



ฐานการคิด ช่วงแรกฝึกสมองสองซีกโดยการมองผ่านกระจก ขวนคิดกระจกมีไว้ใช้อะไรเด็กๆ ทุกกลุ่มจะตอบเหมือนกันว่าไว้ส่อง และบอกว่าวันนี้เราจะนำกระจกมาใช้ฝึกสมองเด็กๆ ตื่นเต้นและอยากลองทำ พอดีกระจกที่เตรียมมาร้าวใช้ไม่ได้ ๑ อัน เลยเป็นโอกาสให้ครูได้ฝึกเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) จากปัญหาที่เกิดขึ้นจริง ด้วยการขอคนที่เต็มใจเสียสละทำกิจกรรมหลังจากที่เพื่อนคนอื่นๆ ใช้เสร็จแล้ว



ช่วงที่สองเป็นการย้ายก้านไม้ขีดเพื่อให้ภาพเปลี่ยนด้าน ฐานนี้อายุไม่สำคัญ เพราะความสามารถในการคิดของเด็กๆ แตกต่างกันไป ในช่วงแลกเปลี่ยนเด็กๆ บอกว่าจะลองกลับไปเล่นกับกระจุก และก้านไม้ขีดที่บ้านตัวเองกันต่อ



ความสุข ความมั่นใจที่เกิดจากการได้พบคุณค่าของการเรียนรู้ถ่ายทอดอยู่ในแววตาทุกคู่ ประกายตาเหล่านี้เองที่ทำให้วันที่ดีที่สุดของโรงเรียนเริ่มต้นขึ้น

ช่วงคำเป็นพิธีบายศรีสู่ขวัญด้วยการผูกข้อมือจากทีมอาสาและทีมคุณครู รวมทั้งผู้ใหญ่ของชุมชนที่ทางโรงเรียนเชิญมาร่วมพิธี เมื่อผูกข้อมือเสร็จทีมอาสาพูดถึงการเดินทางมาเพื่อมอบประสบการณ์ดีให้กับเด็กทุกคนที่นี่ว่า เพราะเด็กทุกคนมีคุณค่า มีความสำคัญ พวกเราจึงเดินทางมาหา พร้อมกับร้องเพลงเด็กดั่งดวงดาวให้กับพวกเขา กิจกรรมวันแรกสิ้นสุดลงตอนประมาณสองทุ่มกว่า หลังจากที่ตั้งเด็กๆ เข้านอนแล้ว ทีมอาสาและทีมคุณครูบ้านพลานุชัยจึงได้มาร่วมกันสรุปกิจกรรมและประเมินผลการจัดกิจกรรมในวันแรกด้วยกัน

วันที่สอง เด็กๆ ตื่นตอนตีห้ากว่ามาทำกิจกรรมสมาธิแสงสว่าง และโรงเรียนบ้านพลานุชัยตื่น ต่อด้วยโยคะยามเช้าและกายบริหาร กิจกรรมในวันนี้เป็นการฝึกเรื่องของการเห็นคุณค่าในตัวเอง ผ่านการเล่นตาข่ายไฟฟ้า แม่น้ำพิษ และการพับหัวใจเพื่อบอกเล่าความฝันของตัวเอง ตอนปิดค่ายครูญาเล่าเรื่องราวของแรงบันดาลใจของทีมอาสาว่า ทุกคนได้รับแบบอย่าง และแรงบันดาลใจที่ดีงามมาจากในหลวงรัชกาลที่ ๙ จึงอยากจะขอส่งต่อพลังความตั้งใจในการทำความดีเพื่อผู้อื่นเอาไว้ให้กับเด็กๆ และเพื่อนครูที่นี่ด้วย เพื่อให้พลังของการส่งต่อความดีนี้ยังคงอยู่ตลอดไป



เตรียมเข้ามหาวิทยาลัย หรือเข้าสู่อาชีพ

บันทึกนี้เป็นบันทึกสุดท้ายใน ๓ บันทึก ภายใต้ชุดความคิดเพื่อความสำเร็จ
ของนักเรียน (graduation mindset)

ตีความจาก Chapter 20 : Prepare for College or Careers

สาระหลักของบันทึกนี้คือ มีนักเรียนจำนวนหนึ่งที่เรียนไม่เก่งแต่จะเรียนดีขึ้น
ทันตา หากครูจัดการเรียนรู้แบบใหม่ ที่ให้นักเรียนฝึกปฏิบัติโดยใช้มือ ทำกิจกรรม
ทางกาย หรือออกไปเรียนนอกห้อง นักเรียนเหล่านี้จะเรียนได้ดีหากมีกิจกรรม
ฝึกวิชาชีพ เรียนนอกห้อง เรียนโดยทำโครงการ ทักษะศึกษา เรียนโดยฝึกปฏิบัติ
และเรียนรู้รับใช้ชุมชน (service learning)

การให้นักเรียนระดับประถมทำกิจกรรมเหล่านี้บ่อยๆ โรงเรียน แค่ออกไป
ทัศนศึกษาบ่อยๆ เด็กก็ตื่นเต้นแล้ว แต่จะให้ได้เรียนรู้มากกว่าต้องให้นักเรียนทำ
โครงการเล็กๆ จากกิจกรรมนอกห้องเรียนด้วย และแม้ทำโครงการเล็กๆ นอก
ห้องเรียนแต่อยู่ในบริเวณโรงเรียนก็ช่วยสร้างความตื่นตัวในการเรียนได้มาก

ครูพึงตระหนักว่า นักเรียนเบื่อเมื่ออยู่ในห้องเรียน หรือต้องนั่งนิ่งๆ เป็นเวลานาน
และมีนักเรียนจำนวนหนึ่งที่เบื่อง่ายกว่าคนอื่นๆ ครูพึงเอาใจศรัทธามาใส่ใจตัวเอง
โดยเฉพาะอย่างยิ่งใจที่นึกถึงอนาคตของตัวเอง เขาแนะนำรายการคำถามต่อไปนี้

คำถามเกี่ยวกับความพร้อมเข้าเรียนมหาวิทยาลัย

นักเรียนมีทักษะชีวิตไปเผชิญชีวิตในมหาวิทยาลัยหรือไม่ นักเรียนมีทักษะการเรียนรู้วิชาต่างๆ หรือไม่ นักเรียนมีที่ปรึกษาที่ตนใกล้ชิดเอาไว้ปรึกษายามจำเป็นหรือไม่ หากนักเรียนไม่ได้รับทุนการศึกษา จะทำอะไร ในบริบทของสหรัฐอเมริกา เขาบอกให้นักเรียนรู้ว่ามิมมหาวิทยาลัยที่เรียนออนไลน์ฟรี ชื่อ The University of the People (<https://www.uopeople.edu/>) แต่หากต้องการสอบเพื่อรับปริญญา มีค่าใช้จ่ายราวๆ ๔,๐๐๐ เหรียญสหรัฐ

คำถามเกี่ยวกับความพร้อมเข้าสู่อาชีพ

นักเรียนที่เรียนจบออกไปมีเอกสารสรุปข้อมูลส่วนตัวและประวัติการเรียน ประสบการณ์ที่สำคัญ (resume) สำหรับเป็นหลักฐานรับรองสมรรถนะในการทำงานหรือไม่ นักเรียนทุกคนมีทักษะเข้ารับการสัมภาษณ์เข้างาน โดยผ่านการฝึก และได้รับ feedback หรือไม่ นักเรียนแต่ละคนมีงานที่ตอบรับแล้ว หรืออยู่ในรายชื่อรอเรียกเข้าทำงานหรือไม่ นักเรียนแต่ละคนมีที่ปรึกษายามต้องการหรือไม่

หนังสือแนะนำเว็บไซต์ช่วยแนะนำการสมัครเข้าเรียนมหาวิทยาลัยที่ควรเข้าไปทำความเข้าใจพร้อมกับนักเรียน เพื่อช่วยทำความเข้าใจ ในสหรัฐอเมริกา มีวิทยาลัยชุมชน (community college) ที่สอนวิชาชีพ ที่ควรแนะนำให้นักเรียนรู้จัก ซึ่งจะตรงกับคำแนะนำของครูชั้นมัธยมต้นของไทยที่แนะนำให้นักเรียนพิจารณาเข้าเรียนวิทยาลัยอาชีวะ หลังเรียนจบ ม.๓ ซึ่งจะเป็นเส้นทางสู่การเข้าเรียนมหาวิทยาลัยในภายหลังได้

ตัวอย่างต่อจากนี้เป็นตัวอย่างที่โรงเรียนคุณภาพสูง ในการดำเนินการช่วยนักเรียนเข้าสู่มหาวิทยาลัยหรือเข้าสู่อาชีพอย่างได้ผลดี

กลยุทธ์เตรียมนักเรียนเข้ามหาวิทยาลัยและสู่อาชีพ

ต่อไปนี้เป็นวิธีการที่โรงเรียนคุณภาพสูงในสหรัฐอเมริกาใช้ทั้งโรงเรียนระดับประถมและระดับมัธยม

- **ให้มีโอกาสได้ไปเห็นหรือมีประสบการณ์** เช่น ให้นักเรียนชั้น ป.๕ จับคู่ ร่วมกัน ไปเยี่ยมมหาวิทยาลัยหรือสถาบันอาชีวศึกษาใกล้ๆ และศึกษาข้อมูล เช่น ค่าเล่าเรียน ทุนช่วยเหลือการศึกษา สาขาที่สอน ตำแหน่งที่ตั้ง อายุของนักศึกษา เป็นต้น นำมาทำโปสเตอร์ สำหรับนำเสนอต่อนักเรียนชั้น ป.๒ ซึ่งผมคิดว่า ในกรณีของบริบทไทย สามารถดำเนินการได้ในหลายรูปแบบ เช่น ให้นักเรียนแยกย้ายกันไปศึกษาสถาบันที่อยู่ไม่ไกลจากโรงเรียนนัก ทีมละ ๑ สถาบัน หากจะเข้าสถาบันก็ให้เข้าได้สถาบันละไม่เกิน ๓ ทีม นำมาจัดทำโปสเตอร์เสนอต่อเพื่อนฯ ในชั้นหรือในโรงเรียน

หนังสือเอ่ยถึงการให้นักเรียนชั้น ป.๔ จับคู่กับเพื่อนเพื่อศึกษาอาชีพที่ต้องการวุฒิ ม.๓ เช่น ช่างหล่อ ช่างไฟ ช่างก่อสร้าง พนักงานทำความสะอาดภายในเครื่องบิน เป็นต้น

- **เชื่อมโยงพฤติกรรมเข้ากับผลต่อตนเอง** ช่วยให้นักเรียนทำกิจกรรมและ เชื่อมผลลัพธ์ของงานสู่เป้าหมายในชีวิต “เวลาที่เธอใช้ทำการบ้านจะมีความหมาย ต่ออนาคตของเธอ มันจะช่วยให้เธอเข้าเรียนในมหาวิทยาลัยได้”

- **เชื่อมโยงสาระวิชาเข้ากับขนาดตารางงาน** เช่น ในนักเรียนชั้นมัธยมเมื่อเรียน วิชาใด ครูเอ่ยถึงหน้าที่การทำงานที่ใช้ความรู้และทักษะของวิชานั้นๆ หาทางให้คน ในอาชีพนั้นๆ มาแชร์ประสบการณ์กับนักเรียน

- **ใช้ถ้อยคำที่ให้ความหวัง** เช่น ไม่ใช่คำว่า “ถ้าเธอเรียนจบ” แต่ใช้คำว่า “เมื่อเธอเรียนจบ” ไม่ใช่คำว่า “ถ้าเธอเข้าเรียนมหาวิทยาลัย” แต่ใช้คำว่า “เมื่อเธอ เข้าเรียนมหาวิทยาลัย”

- **จัดการเรียนเสริม** แก่นักเรียนชั้นมัธยม ดังตัวอย่าง

- จัดติวเตอร์จากมหาวิทยาลัยที่อยู่ใกล้ๆ มาสอนทุกวันหลังชั้นเรียน เป็นเวลา ๔๕ นาที (โดยไม่มีค่าใช้จ่าย) เพื่อช่วยให้นักเรียนทำการบ้าน ถูกหมด
- มีครูที่ปรึกษาที่ทำงานเข้มแข็งให้แก่ นักเรียนใหม่ทุกคน
- กรณีที่พ่อแม่เด็กเป็นคนต่างชาติที่อพยพเข้าเมือง โรงเรียนจัดบริการแปล ภาษาให้
- หาทุนเป็นค่าเดินทางแก่เด็กยากจน

- ส่งเสริมให้นักเรียนเข้าเรียนชั้นเข้มข้น (honor class) ทางอินเทอร์เน็ต (www.avid.org) เพื่อกระตุ้นแรงบันดาลใจ
- นักเรียนตั้งแต่ชั้น ม.๑ เป็นต้นไป ทุกคนต้องเข้าร่วมนิทรรศการของโรงเรียนและร่วมสัปดาห์วิทยาศาสตร์ของโรงเรียน
- จัดการประชุมปฏิบัติการเรื่อง “เมื่อลูกเข้ามหาวิทยาลัย” ให้แก่พ่อแม่ผู้ปกครอง เพื่อให้พ่อแม่ผู้ปกครองส่งเสริมลูกให้ประสบความสำเร็จในการเรียน

หนังสือยกตัวอย่างโรงเรียนที่นักเรียนทุกคนเป็นเด็กยากจน แต่ร้อยละ ๙๐ ของนักเรียนเข้าเรียนมหาวิทยาลัย (หรือวิทยาลัยชุมชน) กิจกรรมตัวอย่างข้างต้นเป็นกิจกรรมในบริบทของอเมริกา โรงเรียนไทยต้องปรับให้เข้ากับบริบทของเรา

กลยุทธ์หนุนสู่อาชีพและอาชีวศึกษา

โรงเรียนต้องไม่มุ่งให้นักเรียนเข้าเรียนมหาวิทยาลัย (หรือวิทยาลัยอาชีวะ) เพียงอย่างเดียว ต้องดำเนินการเตรียมนักเรียนเข้าสู่อาชีพไปพร้อมๆ กันด้วย ตัวอย่างของอาชีพที่ควรให้นักเรียนได้ฝึก ได้แก่

- การลงรหัสคอมพิวเตอร์ และพัฒนาซอฟต์แวร์
- ช่างอุตสาหกรรม (ช่างเชื่อม ช่างก่อสร้าง ช่างประปา)
- ช่างบริการวิทยุ โทรทัศน์ ช่างเทคโนโลยีการสื่อสาร ช่างระบบข้อมูล
- นักวิทยาศาสตร์การอาหาร พ่อครัว
- นักการตลาด นักธุรกิจ
- นักการเกษตร
- เทคนิคและธุรกิจการเลี้ยงสัตว์
- กิจกรรมด้านการท่องเที่ยว และอุตสาหกรรมบริการ
- กิจกรรมรักษาความปลอดภัย และบังคับใช้กฎหมาย

ตัวอย่างข้างบนเป็นบริบทอเมริกา โรงเรียนไทยพึงปรับตามบริบทไทย และท้องถิ่นที่โรงเรียนตั้งอยู่

เขาแนะนำให้โรงเรียนจัดให้มีโปรแกรมการสอนทักษะอาชีพอย่างเป็นกิจลักษณะ ไม่ใช่แค่เป็นกิจกรรมให้นักเรียนเลือกเรียนนอกเวลาเรียน หรือเป็นวิชาเลือก กิจกรรมนี้จำเป็นมากสำหรับโรงเรียนในเขตยากจน กิจกรรมเหล่านี้จะช่วยลดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ของเด็กวัยรุ่นลงอย่างมากมาย และทำให้เด็กอยากมาโรงเรียน

เขาแนะนำโมเดลการดำเนินการของโรงเรียนแห่งหนึ่งในรัฐแมสซาชูเซตส์ ที่ดำเนินการได้ผลดีมีชื่อเสียงมาก โดยร้อยละ ๙๖ ของนักเรียนสามารถผ่านการสอบชั้น ม.ปลาย ที่เข้มงวดของรัฐ โดยโมเดลดังกล่าวมีองค์ประกอบ ๓ ส่วน คือ

๑. ติดต่อกระทรวงศึกษาธิการของรัฐ เพื่อปรึกษาว่ามีเส้นทางผสมผสานการศึกษา เพื่ออาชีพ และการศึกษาเชิงเทคนิคเข้ากับกิจกรรมในโรงเรียนอย่างไรบ้าง

๒. เริ่มช้าๆ เพิ่มปีละ ๑ โปรแกรม

๓. จัดมินิโปรแกรมที่ใช้เวลาน้อยกว่า ดังตัวอย่าง

- นักเรียนค้นคว้าและดำเนินการฝึกซ้อม กรณีเกิดเพลิงไหม้ จับตัวประกัน น้ำท่วมหรือมีการรังแกกัน
- นักเรียนพัฒนาความสัมพันธ์กับธุรกิจในท้องถิ่นเพื่อการฝึกงาน
- นักเรียนพัฒนาการดูงานภายในโรงเรียนเพื่อเรียนรู้จากเจ้าหน้าที่ เรียนรู้เรื่องต้นไม้ และการออกแบบสถาปัตยกรรม
- นักเรียนจัดทัวร์สถานประกอบการในท้องถิ่น ในช่วงที่มีการเรียนน้อย เช่น วันหยุดหรือในสัปดาห์ที่ไม่มีการสอบ
- นักเรียนจัดกิจกรรมร่วมกับองค์กรลูกเสือ เนตรนารี หรือกิจกรรมเดินป่าในท้องถิ่น

เขาแนะนำว่าอย่าพยายามผลักดันนักเรียนทุกคนไปสู่เส้นทางเข้ามหาวิทยาลัย สำหรับนักเรียนที่ไม่พร้อม หรือไม่อยากเข้ามหาวิทยาลัย เขาแนะนำแหล่งความรู้สำหรับเด็กเหล่านั้นคือ

- หนังสือ *Better than College : How to Build a Successful Life Without a Four-Year Degree* เขียนโดย Blake Boles
- หนังสือ *40 Alternatives to College* เขียนโดย James Altucher
- TED และ TEDx Talk แนะนำอาชีพ ค้นในกลุ่ม education

หน้าที่ของครูคือ ให้ศิษย์ได้เห็นลู่ทางอาชีพที่หลากหลาย สำหรับเลือกตาม ที่ตนชอบและเหมาะต่อตนเองโดยครูไทยพึงปรับคำแนะนำเหล่านี้ให้เหมาะต่อ บริบทไทย และบริบทท้องถิ่นของศิษย์

เปลี่ยนวาทกรรม เปลี่ยนพฤติกรรม

ครูต้องตัดสินใจว่าจะสมานชุดความคิด “ฉันได้พยายามคิดบวกแล้ว แต่เด็ก เหล่านี้มาจากสภาพบ้านแตกสาแหรกขาด ฉันไม่คิดว่าเขาจะประสบความสำเร็จ ในชีวิต” หรือ “ฉันเอาใจใส่เรื่องสำคัญที่จะช่วยให้ศิษย์เข้ามหาวิทยาลัยได้หรือพร้อม ทำงาน”



บทส่งท้าย

บันทึกนี้เป็นบันทึกสุดท้ายของบันทึกชุดสอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน
ตีความจาก Epilogue และจากการใคร่ครวญสะท้อนคิดของผมเอง

สาระหลักของบันทึกนี้คือ เพื่อบรรลุเป้าหมายของการทำหน้าที่ครูที่ “สอนเข้ม
เพื่อศิษย์ขาดแคลน” ครูต้องสร้างระบบ “ตัวช่วย” ให้แก่ตนเองเพื่อให้สามารถดำรง
ความมีกำลังใจ มีสติอยู่กับความมุ่งมั่น “ครูเพื่อศิษย์” ไม่พ่ายแพ้ต่อแรงเฉื่อย และ
แรงเฉื่อย จากสภาพแวดล้อม สภาพสังคม และสภาพในโรงเรียนที่ไปในทางตรงกันข้าม

หนังสือบอกว่าในสหรัฐอเมริกาครูที่ได้ชื่อว่ามีผลงานยอดเยี่ยม (สอนแล้วศิษย์ได้
ผลลัพธ์การเรียนรู้เท่ากับเรียน ๒ ปีในเวลาเรียนปีเดียว) ประสบความสำเร็จเพราะสอน
นักเรียนขาดแคลนนี้เอง และโรงเรียนที่มีผลงานดีเด่นก็บรรลุได้จากกระบวนการ
“ไม่แก้ตัว” แต่มุ่งมั่นดำเนินการให้ศิษย์ประสบความสำเร็จในการเรียนเพื่อออกไป
ประกอบอาชีพหรือไปเรียนต่อ นักเรียนจะมีความมานะพยายามและทำงานหนัก
เพราะรู้ว่าตนจะประสบความสำเร็จโดยมีครูและคนอื่นๆ คอยช่วยหนุนอย่างไม่ลดละ

การสอนเป็นเรื่องง่าย แต่การสอนให้ได้ผลดีเป็นเรื่องยาก เป็นเรื่องที่เรียกร้อง
ความพยายาม ใจที่มุ่งมั่น และเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงตนเองที่นำไปสู่ชีวิต
ที่มีความหมายยิ่งคือ การทำหน้าที่ครูไม่ใช่แค่เป็นการทำงานตามปกติ แต่เป็นเส้นทาง
สู่ชีวิตที่มีคุณค่าสูงยิ่ง

คุณค่าและศักดิ์ศรีความเป็นครู มากับโอกาสสร้างการเปลี่ยนแปลงให้แก่ศิษย์ ในด้านเจตคติ ศักยภาพในการเรียน ความมานะพยายามและพฤติกรรมในห้องเรียน ซึ่งเป็นความท้าทายต่อครู แต่หนังสือเล่มนี้บอกว่าจะทำได้ พร้อมกับแนะนำ วิธีการที่หลากหลายภายใต้ “ชุดความคิดทั้ง ๗” ที่เป็นวิธีการง่ายๆ แต่ได้ผลดีเยี่ยม และไม่ใช่มีเพียงวิธีการในหนังสือเล่มนี้เท่านั้น ครูยังสามารถคิดวิธีการขึ้นเองให้เหมาะสมต่อบริบทของนักเรียนได้ด้วย

แต่การอ่านหนังสือหรือบันทึกชุด “สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน” นี้ ไม่สามารถ ช่วยให้บรรลุผลได้ จะให้เกิดผล ครูต้องลงมือทำและเรียนรู้ต่อเนื่อง โดยที่ครูมีทางเลือกว่าจะทำหรือไม่ทำก็ได้ ผมขอยืนยันว่า ครูที่เลือกทำและทำอย่างเอาใจจริงเอาใจ ไม่ท้อถอย ทำแล้วใคร่ครวญสะท้อนคิด เพื่อทำความเข้าใจและหาทางทำให้ได้ผล ดียิ่งขึ้น ทำแล้วปรึกษาหารือครูหรือผู้มีประสบการณ์และความสำเร็จมาก่อน รวมทั้ง ชักชวนเพื่อนครูรุ่นราวใกล้เคียงกัน ตั้งเป็นกลุ่มปฏิบัติการและเรียนรู้ ผลลัพธ์ไม่มีทาง เป็นอื่น นอกจากประสบความสำเร็จในการเป็นครูที่ผลงานคุณภาพสูง และได้มีความสุขใจจากการได้เห็นความสำเร็จของศิษย์คนแล้วคนเล่า ที่ได้เปลี่ยนแปลง ชีวิตของนักเรียนจากครอบครัวยากจนขาดแคลน เป็นนักเรียนที่ประสบความสำเร็จ ในการเรียนและในชีวิต

ยิ่งไปกว่านั้นตัวครูเองจะเกิดการเปลี่ยนแปลง (transformation) จากการฝึก เปลี่ยนชุดความคิดทั้ง ๗ กลายเป็น “มนุษย์พันธุ์บวก” ที่มีชุดความคิดแห่งความหวัง แห่งการลงมือปฏิบัติ และแห่งการเรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ชีวิตของ ครูตัวเล็กๆ จะกลายเป็นชีวิตที่ยิ่งใหญ่ ที่บรรลุเป้าหมายที่ท้าทายในการเป็นครูของ ตนเองได้ ครูที่เดินตามเส้นทางนี้จะเป็นบุคคลที่ “ลิขิตชีวิตตนเอง” ได้ ไม่ใช่รอ หรือยอมให้คนอื่นหรือระบบการศึกษามาลิขิตหรือบงการ โดยมีเคล็ดลึกลับคือ “ทุ่มเท เต็มที่” ไม่มีข้อลั้งเลงสงสัยในการทำงานหนัก และทำอย่างมีหลักวิชา (ตามในหนังสือ เล่มนี้)

หัวใจสำคัญคือ การเป็นครู ไม่ได้เป็น “กรรม” หรือผู้ถูกกระทำ ครูต้องเลือกเป็น “ประธาน” (ผู้กระทำ) และเป็น “กริยา” (การลงมือทำ) โดยที่การกระทำเริ่มจาก การตั้งเป้าที่ท้าทาย การวางแผนยุทธศาสตร์ ลงมือทำ เก็บข้อมูลผลของการกระทำ

นำมาสะท้อนคิด ใช้เป็น feedback สำหรับปรับปรุงทั้งที่วิธีการและที่เป้าหมายที่เรียกว่า double - loop learning เท่ากับชีวิตครูเป็นชีวิตที่เรียนรู้ตลอดเวลา และการเรียนรู้ที่ยิ่งใหญ่ที่สุดคือ “การเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงตนเอง” (transformative learning) ผ่านเป้าหมายชีวิตที่ยิ่งใหญ่คือ สร้างการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงตนเองให้แก่ศิษย์ทุกคน

เพื่อการนี้ เขาแนะนำชุดคำถาม ๕ ข้อให้ครูตอบ ดังต่อไปนี้

- เมื่อคุณเป็นนักเรียน ครูคนไหนบ้างที่ทำให้คุณทำงานหนัก ครูคนไหนบ้างที่สร้างแรงจูงใจให้คุณตั้งใจเรียน และทำการบ้านครบ ครูเหล่านั้นมีคุณสมบัติที่ดีอะไรบ้าง คุณจะทำในทำนองเดียวกันได้อย่างไร
- เมื่อคุณได้รับรู้เรื่องราวของครูที่มีผลงานเด่น คุณรู้สึกอย่างไร คุณรู้สึกถึงและมีแรงบันดาลใจ หรือรู้สึกว่าคุณถูกคุกคาม และไม่สนใจความสำเร็จนั้น
- เมื่อคิดถึงวิชาชีพครู คุณรู้สึกว่าตนเองต้องลุกขึ้นทำอะไรบางอย่างให้สำเร็จ คุณรู้สึกว่าครูต้องร่วมกันสร้างการเปลี่ยนแปลงในการทำหน้าที่ครูตั้งแต่บัดนี้ใช่หรือไม่
- เมื่อเห็นผลคะแนนสอบของศิษย์ คุณคิดว่าเป็นคะแนนสูงสุดที่นักเรียนจะทำได้หรือไม่ คุณคิดหรือไม่ว่า ครูสามารถช่วยยกระดับศักยภาพในการเรียนรู้ของศิษย์ให้สูงขึ้นได้ เพื่อให้คะแนนสอบสูงขึ้นไปอีก คุณพร้อมจะทำงานนี้ไหม
- เมื่อคุณพบว่าศิษย์จำนวนหนึ่งมีท่าทีเฉื่อยชา ไม่สนใจเรียน คุณจะพูดกับนักเรียนกลุ่มนี้ว่าอย่างไร คุณเชื่อไหมว่า ความมานะพยายามเป็นสิ่งที่สอนได้ พัฒนาได้ และครูช่วยได้

เขาแนะนำให้ตรวจสอบชุดความคิดสองชุดข้างล่าง และตอบตนเองว่าชุดไหนเป็นของตน (ผมปรับปรุงให้เข้ากับบริบทไทย)

- “ปัญหาทั้งหลายของนักเรียน ไม่ได้เกิดจากความผิดของครู ครูเป็นเสมือนเบี้ย ปัญหาอยู่ที่ตัวนักเรียนและพ่อแม่ไม่เอาใจใส่ ดังนั้นทุกคนจึงเครียดและนักเรียนก็ออกไปจากระบบโรงเรียน”

- “ฉันมีโอกาที่จะเลือก ฉันเลือกที่จะจัดการสมองของฉัน ฉันเตือนสติตนเอง ทุกวันว่าฉันสามารถสร้างความสำเร็จในชีวิตให้แก่ศิษย์ได้ทุกคน”

เมื่อครูเรียนรู้และปรับตัว นักเรียนจะซึมซับพลังนี้ไปโดยไม่รู้ตัว และชาวดีคือ เมื่อครูพัฒนาวิธีทำงานตามในหนังสือเล่มนี้ไประยะหนึ่ง (ผมตีความว่า สองสามปี) ครูจะกลายเป็นครูที่มีผลงานสูง มีผลการวิจัยบอกว่า ครูที่มีผลงานสูงทำงานน้อย ชั่วโมงต่อสัปดาห์กว่าครูที่มีผลงานต่ำ ซึ่งผมตีความว่าเป็นผลของการทำงานอย่างมีหลักวิชา และอย่างเป็นระบบ ไม่มั่ว

เขาแนะนำให้สร้างระบบเตือนสติตนเองทุกวัน ให้ดำเนินการสู่เป้าหมายเพื่อผลสำเร็จในการเรียนรู้สู่อาชีพและสู่การเรียนรู้ต่อของศิษย์ โดยตอบคำถาม ๗ ข้อ ต่อไปในทุกวัน โดยติดคำถามเหล่านี้ไว้ที่โต๊ะครู เป้าหมายคือ เพื่อให้ใจตนเองมีความมั่นคงมุ่งมั่นต่อเป้าหมาย ไม่ออกแวกแวงไกลไปตามปัจจัยลบสารพัดด้านที่โรงเรียน และในระบบการศึกษาที่ล้มเหลว

๑. ฉันได้ทำดีที่สุดแล้วหรือยัง ในการสร้างปฏิสัมพันธ์ส่วนตัวกับศิษย์ทุกคน
๒. ฉันได้ทำดีที่สุดแล้วหรือยัง ในการพัฒนาตัวเองและตัวศิษย์ ด้วยเป้าหมายที่ท้าทาย และด้วยความมุ่งมั่นด้วยอิทธิบาท ๔
๓. วันนี้ฉันได้ทำดีที่สุดแล้วหรือยัง ในการสร้างบรรยากาศมองโลกแง่ดีมีความหวัง และบรรยากาศศรัทธาครูคุณ
๔. ฉันได้ทำดีที่สุดแล้วหรือยัง ในการสร้างห้องเรียนที่มีบรรยากาศเรียนเข้ม
๕. ฉันได้ทำดีที่สุดแล้วหรือยัง ในการช่วยให้นักเรียนสามารถจัดระบบการเรียนรู้ และทำงานเสร็จ
๖. ฉันได้ทำดีที่สุดแล้วหรือยัง ในการทำให้การเรียนการสอนมีความหมายต่อทั้งนักเรียน และต่อตัวฉันเอง
๗. ฉันได้ทำดีที่สุดแล้วหรือยัง ในการพุ่งเป้าไปที่ความสำเร็จในการเรียนของศิษย์

คำแนะนำสุดท้ายในหนังสือคือ จงเปลี่ยนแปลงตัวเองบ่อยๆ และเปลี่ยนอย่างมีเป้าหมายที่ทรงคุณค่า

ผมตีความว่า สารสำคัญที่สุดในบันทึกชุด “สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน” คือ ศิษย์จากครอบครัวยากจนและขาดแคลนมาโรงเรียนด้วยสมองที่ไม่เต็มร้อย แต่ครูสามารถใช้วิธีการต่างๆ ที่ผมใช้คำว่า “สอนเข้ม” (ตามในรายละเอียดในบันทึกชุดนี้) ให้สมองของศิษย์เหล่านี้แปรสภาพเป็นเต็มร้อยหรือเกือบเต็มร้อยได้ นำไปสู่ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่ดี นักเรียนทุกคนประสบความสำเร็จในการเรียน

โดยปัจจัยสำคัญที่สุดคือ ชุดความคิดที่ซ่อนหรือฝังอยู่ในสมองครู ต้องเป็นชุดความคิดเชิงบวกหรือเอื้อหรือสู้ ไม่เป็นชุดความคิดเชิงลบหรือปิดกั้นหรือถอย ชุดความคิดเหล่านี้ (๗ ชุด) เป็นเสมือน “ถ้อยคำเจียบ” ที่ประดิษฐานอยู่ในสมองครู แม้ครูไม่พูดออกมามันก็สามารถสื่อสารไปยังศิษย์ได้ผ่านอวัจนภาษา และสร้างเป็นชุดความคิดในนักเรียนโดยไม่รู้ตัวคือ ครูก็ไม่รู้ตัว ศิษย์ก็ไม่รู้ตัวว่าตนเองได้สร้างขวากหนามปิดกั้นความสำเร็จในชีวิตของตนเอง ทั้งความสำเร็จของนักเรียน และความสำเร็จของครู

จากชุดความคิดนำไปสู่ชุดการกระทำ หรือเทคนิคการสร้างพลังสมอง สร้างสภาพพร้อมเรียน ที่ผมคิดว่ามีระบุไว้อย่างละเอียดลึกซึ้งมาก ทั้งในเชิงทฤษฎีและเชิงวิธีปฏิบัติ ที่สำคัญคือ วิธีปฏิบัติเป็นวิธีง่ายๆ แต่ให้ผลดียิ่ง

จาก “สอนเข้ม” สู่ “เรียนเข้ม” ทั้งศิษย์และครู สู่ความสำเร็จยิ่งใหญ่ในชีวิตของศิษย์และของครู

วิจารณ์ พานิช

๑๙ พ.ค.๖๒





ကာကွယ်

ถ้าจะให้คนรุ่นต่อไปมีคุณธรรม จริยธรรมดี การศึกษาต้องใช้แนวทางว่าต้องให้เด็กได้ฝึกทั้งในส่วนที่เป็น cognitive คือในส่วนวิชาการ และ non - cognitive development คือ ส่วนของการสร้างลักษณะนิสัยไปพร้อมกัน ทั้งสองสิ่งนี้ต้องอยู่ด้วยกันบูรณาการไปด้วยกัน การศึกษาต้องเป็นการพัฒนาพหุปัญญา และนี่คือหลักใหญ่ในเรื่องของการศึกษา

ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช

การพัฒนาคุณธรรมในศตวรรษที่ ๒๑



การ์ตูนพระมหาชนก ฉบับเต็ม



สอนความดีในโรงเรียน



ปลูกความเป็นไทยลงในหัวใจเด็ก



การเรียนรู้จากห้องเรียนภูมิปัญญาภาษาไทย



สร้างสุนทรียภาพในใจ



ให้การเปลี่ยนแปลงแสดงความจริง



ในดวงใจนิรันดร์





ดัชนี

ดัชนีขนาดของผล***

คัดสรรจากงานวิจัยเพื่อการ “สอนเข้ม เพื่อศิษย์ขาดแคลน”

๐.๔๘	๖๖
๐.๕๘	๒๑๒
๐.๕๙	๔๒
๐.๖๔	๒๐๘
๐.๖๙	๔๓
๐.๗๑	๑๙๐
๐.๗๒	๓๗
๐.๗๔	๔๔, ๗๕
๐.๘๐	๑๔๕
๐.๘๑	๒๕๘
๐.๘๗	๓๗
๐.๙๐	๗๓
๐.๙๕	๒๑๔
๐.๙๖	๖๙, ๑๗๗
๐.๙๗	๗๒
๐.๙๘	๑๔๖
๑.๐	๒๑๒
๑.๒	๑๙๓
๑.๔๒	๗๗
๑.๔๔	๖๘, ๑๗๕
๑.๕๑	๒๒๒
๒.๒๗	๒๑๕

*** ในการคำนวณหาขนาดของผลโดยอาศัยหน่วยมาตรฐานของความแตกต่าง
ของค่าเฉลี่ยเป็นวิธีที่ได้รับความนิยมมากที่สุดโดยมีสูตรพื้นฐานดังนี้

$$\text{ขนาดของผล} = \frac{\text{ค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง} - \text{ค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม}}{\text{ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน}}$$

ปัญหาของการใช้สูตรพื้นฐานข้างต้นก็คือค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นค่าที่ควรได้จากประชากร (population) ไม่ใช่ค่าสถิติที่ได้จากกลุ่มตัวอย่าง ดังนั้น จึงเป็นค่าที่ผู้วิจัยทั่วไปไม่สามารถหาได้ ด้วยเหตุนี้ จึงมีนักวิจัยและนักสถิติหลายคนได้พัฒนาสูตรการคำนวณหาขนาดของผลที่แตกต่างกัน และสูตรที่ได้รับความนิยมมากมี ๓ สูตร คือ

๑. สูตรที่คิดขึ้นโดย Cohen (Cohen's d) ได้แก่ (Furr, 2008)

$$d = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sigma_{pooled}}$$

เมื่อ $\bar{X}_1$ = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มทดลอง

$\bar{X}_2$ = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มควบคุม

$$\sigma^2_{pooled} = \sqrt{\frac{n_1\sigma_1^2 + n_2\sigma_2^2}{n_1 + n_2}}$$

แต่เนื่องจากค่า σ^1 และ σ^2 เป็นค่าของประชากร ดังนั้นในการปฏิบัตินักวิจัยจึงนิยมใช้ค่า $S.D._1$ และ $S.D._2$ มาแทน

๒. สูตรที่คิดโดย Glass (Glass's Δ) ได้แก่ (Furr, 2008)

$$\Delta = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S.D. \text{ control group}}$$

๓. สูตรที่คิดโดย Hedges (Hedges's g) ได้แก่ (Furr, 2008)

$$g = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{S.D. \text{ pooled}}$$

$$\text{เมื่อ } S.D. \text{ pooled} = \sqrt{\frac{(n_1-1) S.D._1^2 + (n_2-1) S.D._2^2}{(n_1 + n_2 - 2)}}$$

(อ้างอิง สุกมณีน สุกมณีนต์. (๒๕๕๓). ขนาดของผล : ความมีนัยสำคัญทางปฏิบัติในการวิจัย. ภาษาปริทัศน์ สถาบันภาษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕, ๒๙)



ทำสิ่งที่เป็นไปไม่ได้
ให้เป็นไปได้

*make the impossible
possible*