

## 8 วิธีปรับโฉม "โรงเรียน" ใหม่ จัดอย่างไรให้เด็กเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ

นำเสนอเมื่อ : 17 ก.ย. 2558

นิตยสารไทม์ฉบับประจำเดือนกันยายน 2558 โดยอเล็กซานดรา ชิฟเฟอร์ลีน คอลัมน์สตีได้ประมวลวิธีการปรับโฉมโรงเรียนให้ดีขึ้นได้อย่างไร เพื่อให้เด็กเยาวชนมีความสุขมากขึ้น โดยได้รวบรวมบทเรียนที่น่าสนใจจากโรงเรียนทั่วประเทศสหรัฐอเมริกา และนโยบายของรัฐบาลกลางที่เป็นกรอบการพัฒนาให้โรงเรียนมีคุณภาพที่ดีขึ้น

เรียบเรียงโดย กนกวรรณ กลินณศักดิ์ นักวิชาการสื่อสาร สสค.

นิตยสารไทม์ฉบับประจำเดือนกันยายน 2558 โดยอเล็กซานดรา ชิฟเฟอร์ลีน คอลัมน์สตีได้ประมวล "วิธีการปรับโฉมโรงเรียนให้ดีขึ้นได้อย่างไร เพื่อให้เด็กเยาวชนมีความสุขมากขึ้น" โดยได้รวบรวมบทเรียนที่น่าสนใจจากโรงเรียนทั่วประเทศสหรัฐอเมริกา และนโยบายของรัฐบาลกลางที่เป็นกรอบการพัฒนาให้โรงเรียนมีคุณภาพที่ดีขึ้น

สำนักงานส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และคุณภาพเยาวชน (สสค.) จึงขอประมวลประเด็นที่น่าสนใจเกี่ยวกับ " 8 วิธีการปรับโฉมโรงเรียนให้ดีขึ้นได้อย่างไร เพื่อให้เด็กเยาวชนมีความสุขมากขึ้น" โดยอเล็กซานดรา ชิฟเฟอร์ลีน คอลัมน์สตีของนิตยสารไทม์ ได้รวบรวมบทเรียนที่น่าสนใจจากโรงเรียนทั่วประเทศสหรัฐอเมริกา และนโยบายของรัฐบาลกลางที่เป็นกรอบการพัฒนาให้โรงเรียนมีคุณภาพที่ดีขึ้น

“เป็นช่วงเวลาที่ยากลำบากของเด็กในอเมริกา อย่างน้อยก็ในโรงเรียนประถมศึกษาและมัธยมศึกษา ที่พวกเขาต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่มีเวลาเล่นมีน้อย กองการบ้านเริ่มกองสูงท่วมหัว อีตราโรควอนเริ่มทะเลาะกันสูงเสียดฟ้า แคมป์หาเวลานอนอย่างมีประสิทธิภาพแทบไม่ได้”

อเล็กซานดรา ทำความถึงในอดีต ที่ทั้งผู้กำหนดนโยบาย และผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์ได้หาหนทางแก้ปัญหาารวมกันโดยการให้ความรู้แก่พ่อแม่ ถึงความสำคัญของคุณภาพการกิน และการสนับสนุนให้พวกเขาจำกัดเวลาลูกๆ จากหน้าจอทีวี แต่ปัจจุบันผู้เชี่ยวชาญต่างพยายามหาหนทางที่จะทำให้เกิดผลในเชิงนโยบายเพื่อเปลี่ยน “สภาพแวดล้อม” ที่เด็กได้เรียนรู้ในโรงเรียนแต่ละวันแทน

ในช่วง 2-3 ปีที่ผ่านมา โรงเรียนในสหรัฐอเมริกาพยายาม “ทดลอง” ปรับเปลี่ยนรูปแบบการเรียนการสอนในโรงเรียนเพื่อให้เด็กนักเรียนมีความสุขมากขึ้น สุขภาพดีขึ้น และสามารถเตรียมความพร้อมให้พวกเขาทำงานและอยู่ร่วมกับนักเรียนที่มาจากหลากหลายภูมิหลัง ซึ่งไม่ใช่เรื่องง่าย โดยเฉพาะเมื่อถูกจำกัดโดยงบประมาณที่ลดลง

แม้ว่าจะมีข้อถกเถียงกันในกลุ่มสมาพันธ์สหภาพครู และมาตรฐานกลางเพื่อถึงความสนใจในระหว่างที่การเลือกตั้งในปี 2016 ที่ใกล้จะมาถึง

นักนวัตกรรมจึงพยายามหิบบ้างใหม่ๆ ขึ้น เพื่อเริ่มตามติด หรือยกระดับการเปลี่ยนแปลงในห้องเรียนในอเมริกา ซึ่งประกอบด้วย 8 ประเด็นที่น่าจับตามอง ได้แก่

### 1) การปรับโฉม “การบ้าน” ยุคใหม่: วิจัยล่าสุดพบว่า

นักเรียนในระดับประถมศึกษาไม่ได้รับประโยชน์จากการทำการบ้านหลังเลิกเรียนกับผู้ปกครอง โดยมีโรงเรียนหลายแห่ง เช่น Gaithers-burg ในรัฐแมริแลนด์

ปรับเปลี่ยนการบ้านเป็นให้นักเรียนเลือกอ่านหนังสือที่ชอบเป็นเวลา 30 นาทีทุกวันแทน โดยครูใหญ่ได้กล่าวว่า นักเรียนของเธอมีความสนใจมากขึ้น ตั้งแต่โรงเรียนเริ่มปรับเปลี่ยนการบ้านตั้งแต่ปี 2011 โดยมีเด็กหลายคนที่มีพัฒนาการที่สูงขึ้นมากกว่าเด็กที่ยังได้รับการบ้านในแบบเดิม

### 2) การปรับลดการเรียนในห้อง และเพิ่มการเรียนรู้นอกห้อง: ในปัจจุบันเด็กวัยรุ่นประสบปัญหา

“โรคอ้วน” สูงกว่าเมื่อ 30 ปีที่ผ่านมา ถึง 4 เท่า ผู้เชี่ยวชาญกล่าวว่า ถึงเวลาที่เรต้องลดเวลาเรียน ไม่ใช่แค่การหยุดพัก เพื่อสร้างโอกาสให้เด็กได้ขยับเขยื้อนร่างกายบ้าง ซึ่งจะส่งผลดีแก่ร่างกายและจิตใจ โดยนักกุมารเวชศาสตร์ได้ให้คำแนะนำว่า กิจกรรมที่เอื้อให้เกิดการเคลื่อนไหวนั้นจะช่วยเพิ่มพลังให้สมองเด็ก หลังจากต้องเรียนถึง 7 ชม.ต่อวัน ซึ่งในเวลา 2-3 ปีที่ผ่านมา มีโรงเรียนในอเมริกาประมาณ 40% ที่ลดช่วงเวลาดังกล่าวไปเพื่อเตรียมเด็กให้พร้อมในการสอบ หรือการเรียนในระดับมหาวิทยาลัย อย่างไรก็ตามโรงเรียนในย่าน Bronx เพิ่มชั่วโมงฟิตเนสเขาเป็นเวลาเรียนในทุกวัน

### 3) การเฝ้าระวังการป่วยทางจิต:

แม้ว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาเกือบทั้งหมดจะถูกจับตามองและรับฟังเสียงสะท้อนต่างๆ อยู่เป็นปกติ แต่ยังคงขาดเครื่องมือในการตรวจวัดความผิดปกติทางสภาพจิตใจ เช่น สภาพความหดหู หรือความวิตกกังวล เป็นต้น ซึ่งการรักษาที่ล่าช้า จะทำให้อาการแย่ลง โดยโรงเรียนบอสตันมีระบบที่พยายามป้องกันอาการดังกล่าวด้วยการตรวจสุขภาพทางด้านจิตใจ อารมณ์และพฤติกรรมเด็กปีละ 2 ครั้ง

### 4) จัดโรงอาหารให้เอื้อต่อสุขภาพการกินที่ดี:

แม้ว่าโรงเรียนในอเมริกาจะจัดให้มีอาหารที่ถูกหลักสุขภาพในโรงอาหาร แต่การชักชวนให้เด็กหันมาเลือกรับประทานกลับเป็นเรื่องยากลำบาก โดยมหาวิทยาลัยจอห์น ฮอปกินส์ บุมเมอร์ สคูล ออฟ พับลิค เฮลธ ค้นพบงานวิจัยที่ชี้ว่า มีนักเรียนเพียงครึ่งเดียวที่เลือกซื้อผักและผลไม้เป็นอาหารกลางวัน และเด็กจำนวนน้อยที่เลือกกินผักผลไม้ และเพื่อจะแก้ปัญหาดังกล่าว โรงเรียนบักกิงแฮม คันทรี K-5 ในเดลเวียร์ เวอร์จิเนีย ปรับเปลี่ยนห้องครัวในโรงอาหารใหม่ เพื่อให้นักเรียนได้เห็นอาหารสดใหม่ที่กำลังถูกเตรียมพร้อม และโรงเรียนยังสนับสนุนให้นักเรียนผลิตวัตถุดิบเองในสวนของโรงเรียน เพื่อที่จะทำใหโรงเรียนเป็นจุดเริ่มต้นและส่งเสริมการส่งเสริมการกินอย่างมีคุณภาพ

### 5) การให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ในความแตกต่าง: ผลวิจัยพบว่า

การเข้าเรียนในโรงเรียนที่มีความแตกต่างทางชาติพันธุ์ร่วมกันทั้งคนผิวขาว และผิวสีนั้นจะนำไปสู่ความสำเร็จที่สูงกว่า และเป็นการเตรียมความพร้อมเด็กสู่โลกแห่งการทำงานจริง โดยมีโรงเรียนในหลายรัฐที่พยายามสร้างให้เกิดสภาพการเรียนรู้ของเด็กที่มาจากพื้นฐานทางครอบครัวที่ต่างกัน และหลากหลายชาติพันธุ์ร่วมกัน โดยในปี 2012-2013 พบว่า ในห้องเรียนประกอบด้วย เด็กผิวขาว 30.2 % เด็กผิวดำ 31.4% เด็กละติน 30.5% และเด็กเอเชีย 4.4% ซึ่งมีค่าเฉลี่ยด้านความหลากหลายทางชาติพันธุ์ที่สูงกว่าค่าเฉลี่ยในระดับประเทศ

### 6) เปลี่ยนการจัดระเบียบ ‘วินัย’ ให้เป็น ‘ข้อตกลงร่วม’: การลงโทษ จำพวก ‘กักบริเวณ’ หรือ

‘การพบครูใหญ่’ เพื่อแก้ปัญหา แทนที่จะให้นักเรียนเรียนรูว่าทำผิดนั้น คุณครูในโรงเรียนเดอแรม คอมมูนิตี้ ในรัฐเมนกลับเลือกใช้ “ข้อตกลงร่วม” แทน “ระเบียบวินัย” เช่น ถ้านักเรียนกระโดดโลดเต้นระหว่างชั่วโมงเรียน ครูจะถามนักเรียนว่า เขามีความคิดอย่างไรในการทำแกพฤติกรรมที่รบกวนระหว่างเรียน อาทิ ยืนหนึ่ง 10 นาทีในห้องเรียน ซึ่งวิธีการนี้จะช่วยพัฒนาพฤติกรรม โดยรอสส์ กรีน นักจิตวิทยาในปี 2011 พบว่า ระหว่างปี 2012-2013 มีการกักบริเวณชั้นเรียนเพียง 8 ครั้งเท่านั้น ซึ่งลดลงจากเดิม 103 ครั้งหลังจากที่นำวิธีการนี้มาใช้

### 7) ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการจัดตารางการเรียนรู: เด็กเรียนรู้ได้ดีเมื่อพวกเขาสนใจ

ซึ่งปัจจุบันคอมพิวเตอร์กลายเป็นความสนใจรวม ซึ่งสร้างให้เกิดผลการเรียนรู้ที่ดี โดยหนึ่งในเครื่องมือที่ประสบผลสำเร็จในอเมริกาขณะนี้คือ อุปกรณ์ที่เรียกว่า “Knewton” ซึ่งเป็นช่องทางการเรียนรู้เสมือนจริงที่สามารถปรับให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน เช่น ใครที่ติดขัดในการคำนวณ Knewton จะให้คำแนะนำการแก้ปัญหา เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจ และเพิ่มศักยภาพในการเรียนรู้ได้ตรงจุด เป็นต้น

**8) เริ่มชั้นเรียนหลัง 8.30 น.:** วิทยาลัยต้องการการพักผ่อนอย่างน้อย 8 ชม. เพื่อให้มีสุขภาพที่แข็งแรง และหากพักผ่อนไม่เพียงพอก็จะเป็นสาเหตุนำไปสู่น้ำหนักที่เพิ่มขึ้น ขาดสมาธิ ศักยภาพการเรียนรู้ที่ลดลง ซึ่งขัดแย้งกับสภาพร่างกายของวัยรุ่นที่สามารถตื่นได้ถึงเที่ยงคืน จึงเป็นสาเหตุให้รัฐบาลกลางและผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์เรียกร้องให้โรงเรียนในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา เริ่มเรียนหลังจาก 8.30 น. (แม้ว่าจะมีโรงเรียนน้อยกว่า 1 ใน 5 ในอเมริกาที่ให้ความร่วมมือ) โดยงานวิจัยของมหาวิทยาลัยมินิโซตาพบว่า นักเรียน 60 % จะได้พักผ่อนอย่างน้อย 8 ชม. ซึ่งถือเป็นความพยายามในการปรับเปลี่ยนตารางชีวิตของวัยรุ่นที่เห็นได้ชัด

ขอบคุณที่มาจาก [สำนักงานส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และคุณภาพเยาวชน \(สสค.\)](#) วันที่ 9 กันยายน