

การจัดการเรียนรู้สู่ความสำเร็จ Success-oriented Learning Management

เสาวลักษณ์ เจ้าสกุล¹

บทนำ

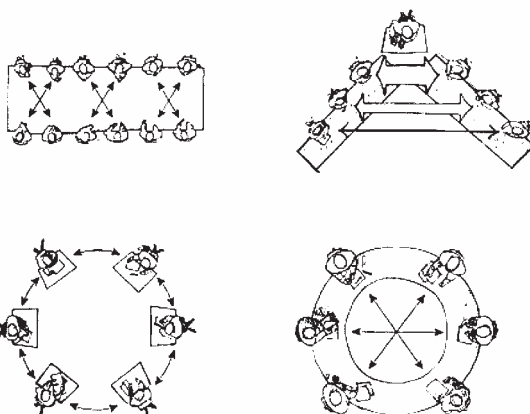
การจัดการเรียนรู้ในปัจจุบันได้มีวิวัฒนาการที่เปลี่ยนไปตามกระแสสังคมและโลกยุคโลกาภิวัตน์ ครูเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการจัดกระบวนการเรียนรู้จึงควรที่จะรู้เท่าทันวิธีการจัดการเรียนรู้โดยไม่ยึดติดแบบแผนเดิมๆ ที่เน้นการบรรยาย ดังนั้นการปรับเข้าหาสภาพการเรียนรู้ใหม่ๆ ตามความถนัดและทักษะเฉพาะตนของนักเรียน การจัดสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ และเทคนิควิธีการใหม่ๆ จึงเป็นสิ่งสำคัญ ครูควรเป็นผู้ชี้แนะให้นักเรียนได้เข้าใจวิธีการเรียนรู้เพื่อเตรียมตัวให้พร้อมที่จะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในอนาคต

1. การจัดสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ (Learning Environment)

การจัดสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้เป็นสิ่งสำคัญที่ส่งผลต่อการเรียนรู้และมีผลกระทบโดยตรงต่อประสิทธิภาพการเรียนรู้ของผู้เรียน เช่น การจัดบรรยากาศของห้องเรียน รูปแบบการจัดวางโต๊ะ เก้าอี้ การตกแต่ง และสีสันทของห้องเรียน เพื่อให้ผู้เรียนเกิด

ความรู้สึกที่มีความสุข มีความกระตือรือร้นในการเรียน เพื่อให้การเรียนการสอนบรรลุวัตถุประสงค์ การจัดสภาพแวดล้อมจึงต้องคำนึงถึงปัจจัยหลักๆ อันได้แก่ การจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพ การจัดสภาพแวดล้อมทางจิตภาพ ดังนี้

1.1 การจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment) หมายถึงสภาวะรอบตัวที่มนุษย์สามารถสัมผัสได้โดยประสาทสัมผัสทั้ง 5 ในการจัดการเรียนรู้ครูผู้สอนควรคำนึงถึงการจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพให้เหมาะสมกับกิจกรรมเช่น ในการจัดเรียงโต๊ะเก้าอี้ที่นักเรียนต้องมีปฏิสัมพันธ์กัน เพื่อให้ นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้ได้ดี มีความรู้สึกเท่าเทียมกันเมื่อนั่งเก้าอี้ที่จัดรอบๆ โต๊ะรูปสี่เหลี่ยมมากกว่า การที่นั่งเก้าอี้ที่จัดเป็นรูปตัว V หรือตัว Y เพราะนักเรียนจะสามารถพูดคุยกับผู้เรียนซึ่งอยู่ฝั่งตรงข้ามและผู้เรียนที่นั่งข้างๆ ในการจัดเรียงเก้าอี้ลักษณะนี้ ผู้เรียนจะเป็นกลุ่มเล็ก ห้องมีขนาดค่อนข้างจำกัด ดังภาพที่ 1

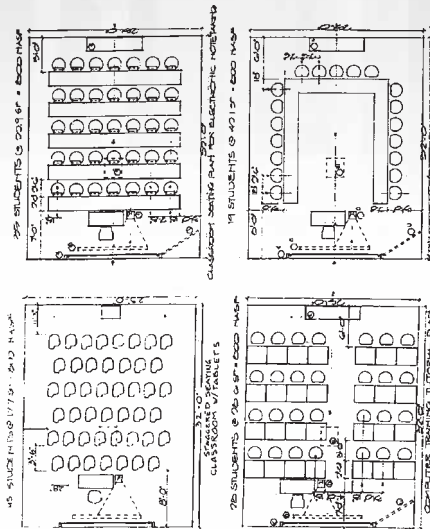


ภาพที่ 1 แสดงการจัดห้องเรียนและการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียน (วิชิต เทพประสิทธิ์, 2549)

¹อาจารย์, คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

หากมีการเรียนการสอนในกลุ่มใหญ่ขึ้น จำนวนของเก้าอี้ การจัดวาง และขนาดของห้อง ก็เป็นสิ่งที่มีความสำคัญ ในการจัดห้องเพื่ออภิปรายทั่วไปนั้น Menel (1976) (อ้างอิงจาก วิจิต เทพประสิทธิ์, 2549) ได้กล่าวไว้ว่า ถ้าขนาดห้องเท่ากับ 20x32 ฟุต จะสามารถรองรับผู้ฟังได้ประมาณ 49 คนในลักษณะการจัดแบบการ

ชมละคร จะสามารถรองรับผู้เรียนได้ 24 คน ถ้าจัดในลักษณะห้องเรียน และจะสามารถรองรับผู้เรียนได้ 18 คน เมื่อจัดเป็นรูปตัว U และรองรับได้ 15 คน เมื่อมีการจัดวางแบบการอภิปรายที่มีการพูดคุยและปฏิสัมพันธ์กัน ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 แสดงลักษณะการจัดวางเก้าอี้ในแบบต่างๆ ในห้องที่มีขนาดใหญ่ขึ้น (วิจิต เทพประสิทธิ์, 2549)

แต่ถ้าหากเป็นห้องที่มีการใช้คอมพิวเตอร์มาเป็นสื่อการสอน ก็ควรที่จะมีการจัดวางอย่างถูกหลักกายศาสตร์ (Ergonomics) ด้วย เพราะการใช้คอมพิวเตอร์ต้องอาศัยประสาทสัมผัสหลายอย่างไม่ว่าจะเป็นการใช้สายตา การใช้มือ การนั่งเพื่อให้เกิดความคล่องแคล่ว สะดวกสบายในการใช้งานและไม่ทำให้เกิดอาการบาดเจ็บหรือเมื่อยล้าต่อการทำงานกับคอมพิวเตอร์ ดังนั้นควรคำนึงถึงระยะห่างระหว่างผู้เรียนกับคอมพิวเตอร์ ขนาดความสูงของโต๊ะและเก้าอี้ (วิจิต เทพประสิทธิ์, 2549)

นอกจากนี้การจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพยังต้องคำนึงถึง สี เสียง แสงสว่าง สื่อการสอน อุณหภูมิ การระบายอากาศของห้องเรียนและอุปกรณ์ อันได้แก่ พื้นห้อง ผนังห้อง ประตู หน้าต่าง ขนาดและพื้นที่ว่างภายในห้องเรียน โต๊ะ เก้าอี้ กระดานดำ อุปกรณ์ตกแต่งห้องเรียน เช่น แจกันดอกไม้ ภาพวาด เป็นต้น

1.2 การจัดสภาพแวดล้อมทางจิตภาพ (Mentality) หมายถึงสภาวะนามธรรมที่สัมผัสได้ด้วยใจ มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้เกิดความรู้สึกในเชิงบวกต่อผู้เรียน เช่น ความพอใจ กระตือรือร้น อบอุ่น ตื่นเต้น เป็นต้น การเลือกใช้รูปภาพ การเลือกใช้สี และสื่อการสอนต่างๆ ต้องมีความพิถีพิถัน และเหมาะสมกับผู้เรียน การปรับบุคลิกภาพของผู้สอนให้เหมาะสม ประสพการณ์และเทคนิคการสอน การวางตัวที่ดีจะช่วยทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกอบอุ่นไม่เครียดและกล้าจะซักถามและตอบปัญหา ช่วยสร้างบรรยากาศของการเรียนรู้ได้เป็นอย่างดี คนตรีมีส่วนช่วยในการเรียนรู้ คนตรีแต่ละชนิดเหมาะกับการเรียนรู้ที่แตกต่างกันออกไป เช่น การใช้เพลงที่มีจังหวะสอดคล้องกับการเต้นของหัวใจนั้นเหมาะอย่างยิ่งสำหรับการทบทวนหนังสือ คนตรีบางชนิดสามารถกระตุ้นสมองและร่างกายให้คิดและปฏิบัติงาน

บางเรื่องได้ และเพลงบรรเลงที่มีจังหวะช้าๆ จะมีผลที่ดีต่อสภาวะร่างกายและสมอง การใช้ดนตรีที่เหมาะสม คำพูด ภาพที่มีสีสัน และการเคลื่อนไหวมาผสมผสานกัน จะให้ผลสูงสุดสำหรับความจำในระยะยาว (Christine War & Jan Daley, 1993)

2. การวางแผนจัดการเรียนรู้

การวางแผนการเรียนรู้เป็นการวางแผนเพื่อจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ในสิ่งที่ครูได้วางวัตถุประสงค์ไว้ การวางแผนการเรียนรู้ควรเป็นไปอย่างสร้างสรรค์และมุ่งเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเป็นการเตรียมการสอนล่วงหน้า ทำให้ครูมีแนวทางในการสอนได้ทราบว่าจะสอนเนื้อหาใด ในเวลาเท่าใด เพื่อจุดประสงค์ใด สอนโดยวิธีใด ใช้สื่ออะไรประกอบการสอนและวัดผลประเมินผลโดยวิธีใด โดยปกติแล้วการวางแผนการจัดการเรียนรู้จะประกอบด้วยการนำเข้าสู่บทเรียน กิจกรรมการสอน และการสรุป ซึ่งการวางแผนตามขั้นตอนนี้มีสิ่งที่น่าสนใจดังนี้

2.1 การนำเข้าสู่บทเรียน นอกจากการวางแผนเนื้อหาและกิจกรรมแล้ว สิ่งที่ต้องคำนึงถึงคือสภาพร่างกายและจิตใจของนักเรียน ครูต้องมีความสามารถในการมองให้ออกว่าช่วงเวลาใดที่เหมาะสมแก่การเรียนรู้ ในการนำเข้าสู่บทเรียนเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อม ครูต้องใช้กิจกรรมการนำเข้าสู่บทเรียนเพื่อเตรียมความพร้อมให้กับนักเรียนดังนี้

2.1.1 การทำสมาธิ (Meditation)

Antoine Lutz et al.(2004) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการทำสมาธิ พบว่าการปฏิบัติธรรมทำสมาธิแบบ พุทธศาสนามีประโยชน์ก่อให้เกิดความสงบภายในจิตใจเท่านั้น แต่ยังส่งผลดีกับกระบวนการทำงานของสมองมนุษย์ที่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้และความเชื่อมโยงกับอารมณ์ทางด้านต้อยถาวรอีกด้วย ในการจัดการเรียนการสอนนั้น เราต้องการเพียงช่วยให้สมองมีสมรรถภาพในการคิด การศึกษาเล่าเรียน และเป็นการเตรียมความพร้อมให้กับนักเรียน จึงไม่ต้องใช้เวลามากนัก โดยควรกำหนดให้นักเรียนได้ทำสมาธิก่อนเริ่มเรียนประมาณ 2-3 นาที

2.2.2 การบริหารสมอง (Brain Gym)

การบริหารสมองประกอบด้วยกิจกรรมและการเคลื่อนไหวที่ง่ายๆ และสนุกสนาน การบริหารสมองจะช่วยเสริมประสบการณ์ในการเรียนรู้โดยใช้สมองทั้งสองซีกให้ทำงานไปพร้อมๆ กัน กิจกรรมเหล่านี้ทำให้การเรียนรู้ทุกแบบง่ายขึ้นและยังคงประสิทธิภาพไว้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านทักษะวิชาการ

Paul Dennison & Gail E. Dennison (1994) ได้นำผลการศึกษาวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างการเคลื่อนไหวของร่างกายกับการทำงานของสมองที่พบว่าการเชื่อมโยงระหว่างการเคลื่อนไหวของร่างกายกับการทำงานของสมองในเรื่องต่างๆ อย่างชัดเจน การเรียนรู้ที่ต้องใช้สมองทั้งสองซีกทำงานไปพร้อมๆ กัน โดยอาศัยรูปแบบการจัดการการเคลื่อนไหวใหม่ และใช้กิจกรรมบริหารสมอง (Brain Gym) ซึ่งจะช่วยให้ออกถึงส่วนต่างๆ ของสมองๆ ได้อย่างดี การเปลี่ยนแปลงในการเรียนรู้และพฤติกรรมมักจะเกิดขึ้นในทันทีทันใด และเป็นไปอย่างลึกซึ้ง เมื่อเด็กๆ ค้นพบวิธีที่จะรับข้อมูลและแสดงออกด้วยตนเองไปพร้อมๆ กัน

สำหรับการบริหารสมองนั้นแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มมีหลายท่า ในที่นี้จะขอแนะนำท่าต่างๆ ในการบริหารสมอง ในแต่ละกลุ่มดังนี้

2.2.2.1 การเคลื่อนไหวสลับข้าง (Cross Over Movement) เป็นการบูรณาการสมองทั้งสองซีกเพื่อให้สมองทั้งหมดทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตัวอย่างเช่น ท่าเดินอย่างทหาร (Cross Crawl) ขยับขาเหมือนเวลาทหารเดิน ยกเข่าให้สูงเสมอ แกว่งแขนทั้งสองข้างไปในทิศตรงข้าม ให้ตะเข้ข้างตรงข้ามทำประมาณ 2-3 นาที อาจใช้ดนตรีที่มีจังหวะมาร์ชช้าๆ ช่วยให้จังหวะดีกว่าเดิม

2.2.2.2 การเคลื่อนไหวยืดส่วนต่างๆ ของร่างกาย (Lengthening Movement) เป็นการคลายความตึงเครียด เพื่อกระตุ้นอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับความกระตือรือร้นที่จะทำงานต่อไป เช่น ท่านกกระยาง หาลา (Gravity Glider) ยืนไขว้ขาทั้งสองข้าง ยืนทรงตัวให้ดี หายใจเข้าช้าๆ ลึกๆ ก้มตัวลงไขว้แขนหายใจออกช้าๆ ยืดตัวขึ้น เปลี่ยนขาทำเช่นเดียวกัน

2.2.2.3 การเคลื่อนไหวเพื่อเพิ่มพลัง (Energizing Movement) เป็นการนำส่วนของสมองที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์และการนึกคิดมาทำงานร่วมกัน ผลที่ได้ก็คือสมาธิจะดีขึ้น เช่น กระตุ้นพลังงาน (Tapping Triggers) เวลาใช้มือทั้งสองข้างตบศีรษะตรงแนวขมับเบาๆ พร้อมๆ กันหรือจะไขว้แขนกดเบาๆ บริเวณกระดูกไหปลาร้าไปพร้อมกันก็ช่วยได้

2.2 กิจกรรมการสอน ช่วงเวลาที่นักเรียนมีความสนใจและการเรียนรู้จะเกิดสูงสุดในแต่ละกิจกรรมเพียง 15 นาทีเท่านั้น ดังนั้นการจัดกิจกรรมการสอนที่กระชับและวางแผนอย่างดีเป็นสิ่งที่สำคัญ ครูต้องเชื่อมโยงความคิดประเด็นเนื้อหาให้เข้ากับประสบการณ์ที่ผ่านมา พร้อมทั้งแสดงให้เห็นเป็นรูปธรรมโดยเชื่อมโยงความเกี่ยวข้องกับชีวิตจริงอย่างไร ครูต้องเข้าใจภาพรวมและกระตุ้นให้นักเรียนทำ Mind Map หรือผังความคิดด้วยตนเอง สื่อประกอบด้วยสีสันทันทีหลากหลาย ซึ่งนักเรียนจะสามารถเห็นภาพและจัดเก็บไว้ในระบบความจำระยะยาวได้ง่าย กระตุ้นให้นักเรียนตั้งคำถาม ครูต้องเป็นผู้จัดกิจกรรมหลากหลายเพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้โดยใช้ประสาทสัมผัสด้านต่างๆ ความถนัดทางประสาทสัมผัสของแต่ละบุคคลต่างกัน เช่น บางคนถนัดการใช้จักขุประสาท(visual) โสตประสาท(auditory) หรือการเคลื่อนไหวและสัมผัส(kinesthetic) การสอนแบบมีชีวิตชีวาก็เป็นส่วนหนึ่งที่จะช่วยกระตุ้นนักเรียนซึ่งครูอาจจะต้องจัดกิจกรรมเพื่อให้ตอบสนองต่อการใช้ประสาทสัมผัสทุกด้าน

2.3 การสรุป ครูต้องรวบรวมและประเมินได้ว่าสอนอะไรในห้องเรียนไปแล้วบ้าง ให้ออกมาให้นักเรียนสำหรับการครุ่นคิดเพื่อหาข้อสรุปที่ได้จากการเรียนรู้ การให้งานหรือการบ้านต้องชัดเจนเน้นถึงกระบวนการทำงานของแต่ละคน และต้องมีรูปแบบการประเมินผล การเรียนรู้ในแต่ละครั้งที่สอนอย่างชัดเจน

3. การเตรียมสภาพร่างกาย

ไม่ว่าจะจัดสิ่งแวดล้อมและวางแผนการจัดการเรียนรู้ให้เท่าใดก็ตาม หากสภาพร่างกายของผู้สอนและผู้เรียนอยู่ในสภาพเจ็บป่วย อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย ย่อมเป็นปัจจัยที่มีผลต่อสภาพจิตใจ อารมณ์หงุดหงิด

แปรปรวน หรือเสียสมาธิ จะทำให้เกิดผลกระทบต่อการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ การเตรียมสภาพร่างกายควรเตรียมให้พร้อมทั้งครูและนักเรียนจึงเป็นสิ่งสำคัญ การกินอาหารมื้อเช้าจะทำให้มีความสดชื่นมีพลังงาน โดยเฉพาะการเลือกกินอาหารที่สมดุล และกินอาหารที่ดีมีประโยชน์ จะช่วยบำรุงสมอง การอดอาหารเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำอย่างยิ่ง การดื่มน้ำเปล่าวันละ 6-8 แก้ว ลดการดื่มน้ำหวานหรือน้ำอัดลม จิบน้ำที่ไม่แช่เย็นเรื่อยๆ ตลอดวันจะช่วยเพิ่มการไหลเวียนของพลังงานในร่างกายและสมอง และยังทำให้สมองเกิดความคิดโลดแล่นอีกด้วย

บทสรุป

ดังที่กล่าวมาแล้ว จะเห็นได้ว่าการจัดการเรียนรู้สู่ความสำเร็จ ประกอบด้วยปัจจัยหลายด้าน ได้แก่ การจัดสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ทั้งด้านกายภาพและด้านจิตภาพ สภาพแวดล้อมในการเรียนรู้จะมีผลต่อการจัดการเรียนการสอน ตลอดจนส่งผลถึงผลสัมฤทธิ์ด้านการเรียนของนักเรียนเป็นอย่างมาก ดังนั้นถ้าครูได้ตระหนักถึงความสำคัญของสภาพแวดล้อมทางการเรียนทำความเข้าใจและจัดสภาพแวดล้อมทางการเรียนให้เอื้ออำนวยต่อการเรียนการสอนของผู้เรียนก็จะช่วยส่งเสริมให้การเรียนรู้ของผู้เรียนดียิ่งขึ้น นอกจากนี้การวางแผนจัดการเรียนรู้โดยอาศัยเทคนิควิธีการใหม่ๆ เช่น เริ่มต้นด้วยการนั่งสมาธิโดยใช้เวลาเพียงเล็กน้อยเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมให้กับนักเรียน การบริหารสมอง (Brain Gym) การให้นักเรียนเขียนผังความคิด (Mind Map) เป็นการสรุปรวบยอดเนื้อหาที่ได้เรียนรู้ในช่วงโมงนั้น ดังผลการวิจัยที่ จิรพรรณ จิตประสาท (2543) พบว่าหลังจากได้รับการสอนโดยใช้แผนการสอนที่เน้นผังความคิด(Mind map) และการบริหารสมอง (Brain Gym) นักเรียนจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในด้านพฤติกรรมการณ์การเรียนของนักเรียนที่เรียนโดยใช้แผนการสอนที่เน้นผังความคิด และการบริหารสมองพบว่าผู้เรียนมีพฤติกรรมที่แสดงออกในด้านปฏิสัมพันธ์ในการทำงานดี มีความเข้าใจและรู้จักแก้ปัญหาในการเรียน มีความกระตือรือร้น สนใจ มั่นใจในการเรียน และมีการ

พัฒนาการในการเขียนผังความคิดขึ้น นอกจากนี้
การดูแลสุขภาพของผู้สอนและผู้เรียนเป็นสิ่งสำคัญที่จะ
ทำให้การจัดการเรียนรู้ไปสู่ความสำเร็จ

เอกสารอ้างอิง

- จิรพรรณ จิตประสาท. (2543). การใช้ผังความคิดและการบริหารสมองในการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์
ชีวิตสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พรมณี หาญหัก, อาพร ศรีนุเดช, ปรีศนา สันคำ. (ม.ป.ป.). กลยุทธ์ใหม่ในการพัฒนาสมาธิของเด็ก ออทิสติก. สืบค้น
เมื่อ 12 กันยายน 2551, จาก [http:// www.thairath.co.th/daily_web.php](http://www.thairath.co.th/daily_web.php)
- วิจิต เทพประสิทธิ์. (2549). การยศาสตร์กับการจัดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ในห้องเรียนคอมพิวเตอร์ (2). สืบค้น
เมื่อ 18 กันยายน 2551, จาก <http://gotoknow.org/blog/useit/46080>
- วาริรัตน์ - แก้วอุไร (2549). การวางแผนการสอน. สืบค้นเมื่อ 20 กันยายน 2551, จาก <http://gotoknow.org/blog/wareerat/66247>
- Antoine Lutz, et al.(2004). Long-term meditators self-induce high-amplitude gamma synchrony during
mental practice. Retrieved March 24, 2009 from <http://www.pnas.org/content/101/46/16369>
- Christine Ward & Jan Daley.(1998). Learning to Learn. New Zealand: Accelerated learning Institute
(New Zealand).
- Paul E. Dennison & Gail E. Dennison.(1994). Brain Gym (Teachers Edition: Revised). USA :Atlanta Book.