

## อาหารสมอง



• **ดร.จิวากรณ์ สามโกเศศ**  
มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต

**ก**ารบ้านของนักเรียนไทยกำลังเป็นเรื่องที่ถกเถียงกันในปัจจุบันว่ามีมากไปหรือไม่ หากมีก็ควรมีลักษณะใด ใช้เวลานานเท่าใดในแต่ละวัน เป็นประโยชน์อย่างแท้จริงต่อเด็กหรือไม่ ประเด็นเหล่านี้หลายคนอาจบอกว่าเป็นเรื่องรอง เพราะความสำคัญอยู่ที่วัตถุประสงค์ของการมีการบ้าน

**ดร.จิวากรณ์ มาเสถียรวงศ์** แห่งสถาบันรามจิตติยืนยันในรายงานวิจัย “**ปรับการเรียนเปลี่ยนการบ้าน ประสบการณ์และแนวโน้มนานาชาติ**” ว่าทั่วโลกกำลังมีกระแสต่อต้านการบ้าน (เด็กร้องไห้) ที่ฝรั่งเศสเมื่อ 3 เดือนก่อนทางการประกาศยกเลิกนโยบายมีการบ้าน สิงคโปร์ก็ไม่ประกาศไม่เอาการบ้าน กระแสสังคมจีนหนุนให้ลดการบ้าน เดนมาร์ก ฟินแลนด์ ญี่ปุ่น มีทางโน้มน้าวลดการบ้านลงอีก

ครั้งหนึ่งในสหรัฐอเมริกาใน ค.ศ. 1901 รัฐแคลิฟอร์เนียออกกฎหมายยกเลิกการบ้านของเด็กตั้งแต่ชั้นอนุบาลถึงมัธยมปีที่สอง อย่างไรก็ดี ในปัจจุบันการบ้านในสหรัฐอเมริกา กลับกลับมาอีกครั้งและดูจะหนักขึ้นในทุกชั้นเรียน แต่ถึงจะหนักอย่างไรก็คงสู้เด็กไทยในโรงเรียนที่มีการแข่งขันกันสูง โดยเฉพาะในเมืองไปไม่ได้

เด็กไทยในโรงเรียนเหล่านี้ในช่วงชั้นประถมปลายต้องทำการบ้านกัน 5 คืนต่ออาทิตย์ ใช้เวลาคืนละไม่ต่ำกว่า 2-3 ชั่วโมง ยิ่งในชั้นมัธยมปลายยิ่งหนักขึ้นเพราะต้องแข่งขันกันสู้อุดมศึกษา

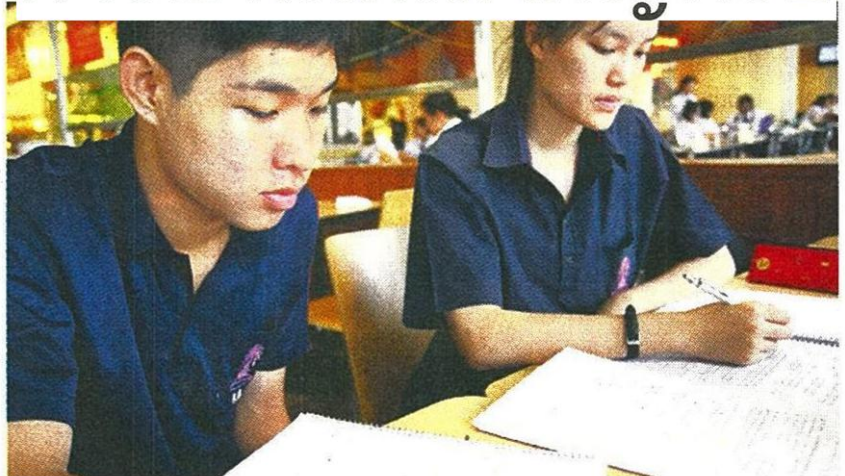
จุดประสงค์ดั้งเดิมของการบ้านก็คือการเพิ่มพูนความรู้ ทักษะและความสามารถของเด็ก การบ้านที่เหมาะสมควรถูกออกแบบเพื่อสนับสนุนเพิ่มเติมสิ่งที่นักเรียน

ได้เรียนไปแล้ว เตรียมตัวสำหรับบทเรียนที่ยากในวันถัดไป ต่อยอดสิ่งที่ได้รู้โดยนำไปประยุกต์กับสถานการณ์ใหม่ ตลอดจนนำความสามารถหรือทักษะที่ได้รับไปบูรณาการ การบ้านที่ดีในยุคปัจจุบันและยุคต่อไป ต้องเน้นเรื่องของการเรียนรู้ผ่านการฝึกทักษะ ไม่ใช่การเรียนรู้ผ่านการรับข้อมูลหรือองค์ความรู้ ทั้งนี้เนื่องจากความรู้แตกตัวขยายองค์ความรู้มากมายอันเนื่องมาจากเทคโนโลยีไอทีในปัจจุบัน ความรู้หลายเรื่องอาจผิดในวันข้างหน้า (เช่น ไม่มีภาวะเรือนกระจก) และเด็กสามารถหาอ่านได้จากอินเทอร์เน็ต

ตัวอย่างเช่น ทักษะชีวิต ซึ่งได้แก่ความสามารถในการอดกลั้น ความสามารถในการทำให้คนอื่นทำตามที่ตัวเองต้องการ ความสามารถในการพูดโน้มน้าว ความสามารถใน

ปัจจุบันมีการเชื่อว่าการบ้านคือการเตรียมตัวฝึกทักษะเพื่อจะไปรับการเรียนรู้ที่โรงเรียนในวันรุ่งขึ้น

## การบ้านนั้นสำคัญหรือ



การเอาตัวรอดในสิ่งแวดล้อมที่ลำบาก ฯลฯ นักเรียนอาจมีทักษะเหล่านี้ได้จากการทำการบ้าน ในการฝึกหัดทักษะเหล่านี้ผ่านเกมส์ ซ้อมสอบทางจิตวิทยา แบบฝึกหัดทดลอง สถานการณ์ออนไลน์ การอ่านหนังสือที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนการฝึกฝนกับครอบครัว การบ้านที่ไม่ดีคือการส่งเสริมการท่องจำ

การรับความรู้โดยไม่ผ่านการใช้เหตุใช้ผล หากใช้ความจำ การทำแบบฝึกหัดที่เน้นผลลัพธ์โดยไม่ได้นิยมนิเทศกระบวนการคิด ปัจจุบันมีการเชื่อว่าการบ้านคือการเตรียมตัว ฝึกฝนทักษะเพื่อจะไปรับการเรียนรู้ที่โรงเรียนในวันรุ่งขึ้น กล่าวคือเรียนด้วยตนเองที่บ้านแต่ไปทำโครงการหรือเข้า

## กระบวนการเรียนรู้กับ เพื่อนๆ ที่โรงเรียน

การบ้านเป็นส่วนประกอบสำคัญของการจัดการเรียนการสอนของครู เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ การบ้านไม่ควรเป็นเครื่องมือของการทรมานได้พิเศษของครูในตอนเย็นหลังโรงเรียนเลิกแล้ว โดยพ่อแม่จำเป็นต้องยอมจ่ายเงินเพื่อลดภาระของตนเองหรือเพื่อไม่ให้ขัดแย้งกับครูจนลูกของตนเองเสียประโยชน์

กฎที่ใช้กินของเวลาในการทำการบ้านในแต่ละวันของเด็กก็คือ เพิ่มขึ้น 10 นาที ทุกชั้นเรียนของเด็ก เช่น ประถมสามควรทำการบ้านคืนละ 30 นาที แต่เมื่อขึ้นไปเรียนประถมสี่ ควรทำการบ้านคืนละ 40 นาที ดังนี้เรื่อยไป กฎ "10 นาที" นี้ได้รับการสนับสนุนจากงานวิจัยว่ามีประสิทธิภาพมากที่สุด

อย่างไรก็ดี ปัจจุบันเวลาที่ทำการบ้านดูจะไม่สำคัญเท่ากับว่าเวลาการบ้านนั้นใช้ทำอะไร ถ้าเป็นการบ้านที่ส่งเสริมการท่องจำ ถึงแม้จะใช้เวลานานก็ไม่มีประสิทธิภาพต่อการเป็นผู้มีการศึกษาเมื่อเติบโตขึ้น เท่ากับการบ้านที่ใช้ไปในการเตรียมพร้อมต่อการฝึกฝนและรับทักษะสำคัญเพื่อนำไปใช้ในกระบวนการเรียนรู้ และเป็นผู้มีการศึกษาอย่างแท้จริงในเวลาต่อไป

การมีความทุกข์จากการทำการบ้านมากเกินไปของเด็กตั้งแต่เยาว์วัย อาจสะสมจนทำให้เกลียดการเรียนรู้ในเวลาต่อไป ซึ่งเท่ากับว่าการบ้านเป็นตัวทำลายการเป็นคนมีการศึกษาซึ่งเป็นเป้าหมายสำคัญของการเรียนหนังสือ

การบ้านเป็นเรื่องสำคัญ แต่ก็เป็นปลายทาง เหตุ สิ่งสำคัญที่สุดที่จะทำให้คุณภาพการศึกษาดีขึ้นอย่างทันทีและการบ้านเป็นตัวช่วยในการเรียนรู้ก็คือการมีครูที่มีคุณภาพในเบื้องต้น