

คู่มือ  
การวิจัยในชั้นเรียน

โดย  
นางอมรรัตน์ จบแล้ว  
ตำแหน่ง ครู อันดับ คศ.๑

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กองค์การบริหารส่วนตำบลหัวฝาย  
สังกัด องค์การบริหารส่วนตำบลหัวฝาย อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

## การวิจัยในชั้นเรียน

**ความหมายของการวิจัยในชั้นเรียน** คือ กระบวนการในการแก้ปัญหาหรือพัฒนาการเรียนการสอนในชั้นเรียนที่ครูรับผิดชอบอยู่ โดยใช้วิธีการทางการวิจัย (วิธีการทางวิทยาศาสตร์) ซึ่งกระทำโดยครูผู้สอนและมีเป้าหมายสำคัญเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาเต็มตามศักยภาพ"

**ลักษณะสำคัญของการวิจัยในชั้นเรียน** การวิจัยในชั้นเรียนที่กล่าวมาแล้วทั้งหมดจะมีลักษณะเป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) และอาจเรียกว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียน (Classroom Action Research) ซึ่งจะมีลักษณะแตกต่างไปจากการวิจัยเชิงวิชาการที่ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง การเรียนการสอนโดยทั่วไป ซึ่งต่อไปจะเรียกว่าการวิจัยเชิงวิชาการในชั้นเรียน (Classroom Academic Research) โดยการวิจัยเชิงวิชาการในชั้นเรียนจะมีเป้าหมายเพื่อมุ่งสร้างความรู้ทั่วไป การดำเนินการวิจัยจะยึดแบบแผนการวิจัย มีการออกแบบการวิจัยที่รัดกุม มีการกำหนดกรอบแนวคิดทฤษฎีหรือมีการอ้างอิง ผลงานวิจัยรองรับ มีการเลือกกลุ่มนักเรียนเพื่อให้เป็นตัวแทนของประชากร และผลการวิจัยต้องการสรุป อ้างอิงไปยังประชากรกลุ่มอื่นได้

ความแตกต่างที่สำคัญระหว่างการวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียน (Classroom Action Research) และการวิจัยเชิงวิชาการในชั้นเรียน (Classroom Academic Research) โดยสังเคราะห์จากแนวคิดของสำนักพัฒนาการฝึกหัดครู สำนักงานสภาพัฒนาการศึกษาระดับปริญญา (๒๕๔๕, ๔) หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา (๒๕๔๐, ๑๘) ผ่องพรรณ ตรียมงคลกุล (๒๕๔๓, ๓๔-๓๖) อุทุมพร (ทองอุไทย) จามรมาน (๒๕๔๔, ๒-๔) สุวิมล ว่องวานิช (๒๕๔๔, ๑๒) และนางลักษณ์ วิรัชชัย (๒๕๔๖, ๔) สรุปได้ดังตาราง

**ตารางเปรียบเทียบลักษณะสำคัญระหว่างการวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียนและการวิจัยเชิงวิชาการในชั้นเรียน**

ประเด็น	การวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียน (Classroom Action Research)	การวิจัยเชิงวิชาการในชั้นเรียน (Classroom Academic Research)
๑. ผู้ทำวิจัย	ครูผู้สอนนักเรียนกลุ่มนั้น	นักวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา อาจเป็นนักการศึกษา นักวิจัยทางการศึกษา ศักขานิเทศก์ รวมทั้งครูผู้สอน
๒. เป้าหมาย (ทำอะไร)	แสวงหาวิธีการแก้ไขปัญหาการเรียนการสอนกับนักเรียนในชั้นเรียนที่ตนสอนอยู่	แสวงหาวิธีการแก้ไขปัญหาการเรียนการสอนกับนักเรียนโดยทั่วไป

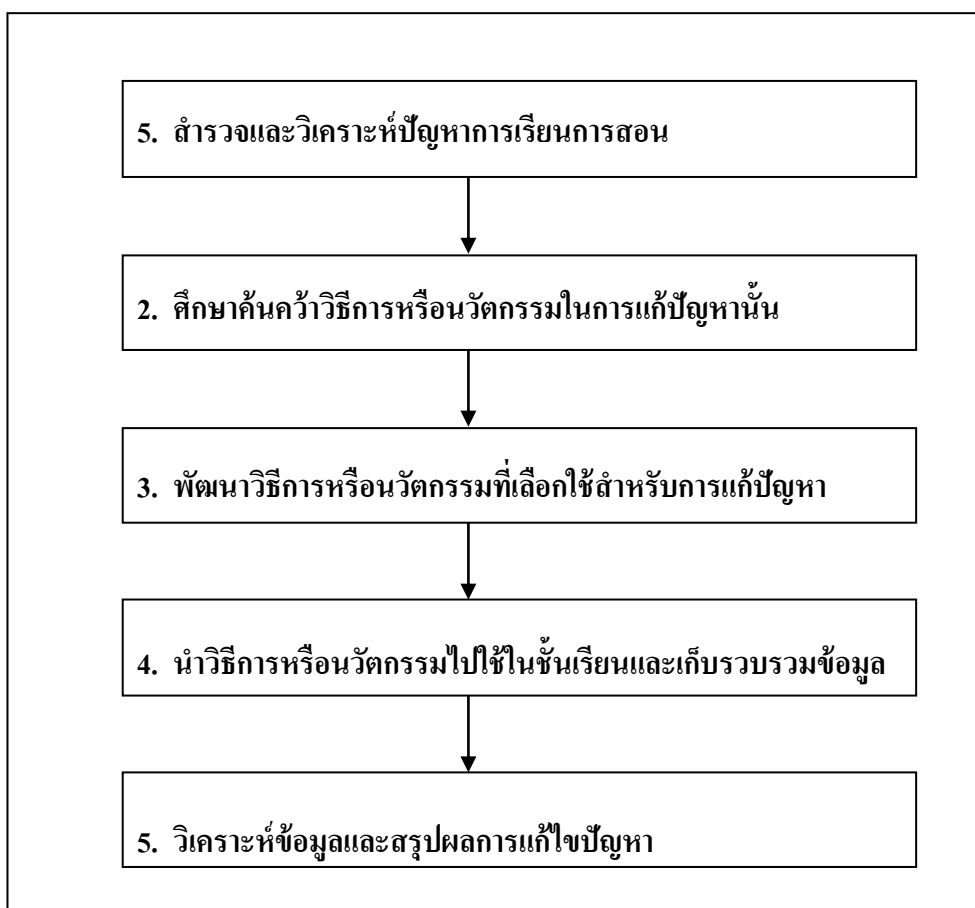
ตารางที่ ๑ (ต่อ)

ประเด็น	การวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียน (Classroom Action Research)	การวิจัยเชิงวิชาการในชั้นเรียน (Classroom Academic Research)
๓. หัวข้อปัญหาวิจัย (เรื่องอะไร)	อาจเป็นปัญหาเล็ก ๆ กับผู้เรียนเพียงคนเดียวหรือไม่ก็คน แต่ก็จะมีควมสำคัญอย่างมากสำหรับผู้เรียนที่มีปัญหาเหล่านั้น	เลือกเฉพาะปัญหาใหญ่ ๆ สำคัญและเกิดกับนักเรียนจำนวนมาก
๔. เวลาที่ทำวิจัย (เมื่อไร)	เมื่อพบปัญหาในขณะที่สอนและทำวิจัยไปพร้อมกับการเรียนการสอนตามปกติ	เมื่อมีงบประมาณ มีแรงงาน หรือมีเวลาและอาจไม่ใช่ส่วนหนึ่งของการเรียนการสอนตามปกติ
๕. กลุ่มที่ถูกทำวิจัย (กับใคร)	นักเรียนที่มีปัญหาหรือที่ต้องการจะพัฒนาโดยถือนักเรียนมีส่วนร่วมในการวิจัย ไม่ใช่เป็นเพียงกลุ่มตัวอย่าง	นักเรียนที่ถูกเลือกมามีสถานะเป็นเพียงกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยที่จะต้องมิลักษณะเหมือนหรือคล้ายกับกลุ่มประชากรเป้าหมาย
๖. วิธีการวิจัย (ทำอย่างไร)	มีความยืดหยุ่นสูง ไม่ยึดแบบแผนการวิจัยมากนัก ไม่เน้นกรอบแนวคิด ทฤษฎี แต่ใช้วิธีการวิจัยที่มี วงจรการทำงานต่อเนื่องและสะท้อนกลับเพื่อปรับปรุงการปฏิบัติงานการเรียนการสอนของตนเอง เป็นงานวิจัยที่กลมกลืนเป็นงานเดียวกับงานสอนที่ทำอยู่	ยึดแบบแผนการวิจัยอย่างเคร่งครัดมีการกำหนดกรอบแนวคิด ทฤษฎี ออกแบบการวิจัยที่รัดกุม เพื่อมุ่งตรวจสอบนวัตกรรมที่พัฒนาขึ้น ซึ่งการวิจัยอาจไม่กลมกลืนกับสภาพการเรียนการสอนจริง ไม่กลมกลืนเป็นงานเดียวกับงานสอนที่ทำอยู่
๗. ผู้ได้รับประโยชน์ (เพื่อใคร)	เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้เรียน เน้นประโยชน์กับผู้เรียนมากกว่าผู้วิจัย	ประโยชน์ที่ได้จะเป็นของผู้วิจัยโดยตรง เน้นประโยชน์กับผู้วิจัยมากกว่าผู้เรียน
๘. การใช้ผลการวิจัย	ผลการวิจัยจะใช้แก้ปัญหาหรือพัฒนา นักเรียน ที่เป็นกลุ่มเป้าหมายได้ทันที (จึงต้องดำเนินการวิจัยอย่างรวดเร็ว)	ผลการวิจัยจะเป็นองค์ความรู้ใหม่ที่สามารถนำไปใช้สรุปลำดับกับนักเรียนกลุ่มอื่น ๆ ในเวลาต่อมาได้ (หรืออาจจะไม่ได้นำไปใช้แก้ปัญหาในทางปฏิบัติจริงได้)

## กระบวนการในการทำวิจัยชั้นเรียน

ขั้นตอนที่สำคัญของกระบวนการวิจัยในชั้นเรียน ซึ่งไม่ว่าจะเป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียน หรือการวิจัยเชิงวิชาการในชั้นเรียนก็ตาม จะมีการดำเนินการวิจัยโดยคร่าว ๆ เป็น ๕ ขั้นตอนตามแผนภาพดังนี้

แผนภาพ แสดงลำดับขั้นของกระบวนการการทำวิจัยในชั้นเรียน



จากแผนภาพที่แสดงกระบวนการการทำวิจัยในชั้นเรียนดังกล่าวได้ปรับแต่งมาจากแนวคิดของ กองวิจัยทางการศึกษา กรมวิชาการ (๒๕๔๒, ๗-๑๐) และมีคำอธิบายเพิ่มเติมการดำเนินการแต่ละขั้นตอน ดังนี้

### ขั้นที่ ๑ สำรวจและวิเคราะห์ปัญหาการเรียนการสอน

การสำรวจและวิเคราะห์ปัญหา เป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญในการวางแผนแก้ปัญหาหรือพัฒนาคุณภาพการเรียนการสอน ซึ่งจะช่วยให้ครูพบปัญหาที่จะต้องแก้ไขหรือพัฒนาจนสามารถดำเนินการสอนได้ สอดคล้องกับเป้าหมายที่ควรจะเป็น

การสำรวจและวิเคราะห์ปัญหา นั้นครูสามารถดำเนินการได้หลายลักษณะ เช่นการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในแง่มุมต่าง ๆ การตรวจสอบสมุดแบบฝึกหัด การสำรวจพฤติกรรมของผู้เรียน

การสังเกตของครู ข้อมูลจากการประเมินของผู้เกี่ยวข้อง เป็นต้น ทั้งนี้ครูอาจจะพบปัญหาข้อสงสัยที่เกิดจาก ผู้เรียน เกิดจากครูหรือเกิดจากกระบวนการเรียนการสอน เช่น

- ผู้เรียนมีความสามารถในการทำโจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์ต่ำ
- ผู้เรียนส่วนใหญ่ในชั้นมีความคล่องแคล่วในการอ่านภาษาไทยต่ำ
- ผู้เรียนไม่ชอบเรียนคณิตศาสตร์
- ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำในรายวิชาภาษาอังกฤษ
- ผู้เรียนยังไม่ได้ปฏิบัติตนเกี่ยวกับความรับผิดชอบให้เป็นนิสัย
- ครูสอนเคร่งเครียด จริงจัง ผู้เรียนไม่สนุกและไม่มีความสุขในการเรียน
- ครูใช้สื่อไม่เหมาะสมกับวัย วุฒิภาวะและความสามารถของผู้เรียน
- ครูไม่ได้จัดโอกาสให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากการปฏิบัติจริงด้วยตนเอง

ฯลฯ

เมื่อครูพบปัญหาจากการสำรวจและวิเคราะห์ปัญหาแล้ว หากมีหลายปัญหา ครูอาจต้อง จัดลำดับความสำคัญของปัญหา โดยพิจารณาจากความรุนแรงของปัญหาว่าปัญหาใดควรได้รับการแก้ไขหรือ พัฒนาก่อน หรืออาจจำเป็นต้องแก้ไขหรือพัฒนาหลายปัญหาพร้อมกัน

*\*ขั้นตอนนี้จะนำไปสู่ การกำหนดปัญหาการเรียนการสอนที่จะทำวิจัย*

## **ขั้นที่ ๒ ศึกษาค้นคว้าวิธีการหรือนวัตกรรมในการแก้ปัญหาขั้น**

เมื่อครูได้วิเคราะห์ปัญหาเพื่อที่จะหาแนวทางในการแก้ปัญหาแล้ว ในขั้นนี้ครูต้องศึกษาเอกสารที่ เกี่ยวข้อง เช่น วารสาร บทความ หลักสูตร ผลงานวิจัย หนังสือ ตำรา คู่มือ แนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ ตลอดจนประสบการณ์ของครูเอง เพื่อให้ครูทราบว่ามีปัญหาที่คล้ายกับปัญหาของครูเองมีผู้ใดศึกษาไว้บ้าง ใช้วิธีใดในการแก้ปัญหาและผลการแก้ปัญหาอย่างไร วิธีการนี้จะทำให้ครูเห็นแนวทางในการแก้ปัญหาได้ ชัดเจน ซึ่งอาจเป็นวิธีสอนแบบใหม่ หรือการใช้นวัตกรรมเข้ามาช่วยในการจัดประสบการณ์การเรียนการสอน ได้แก่ บทเรียนสำเร็จรูป ชุดการสอน เอกสารประกอบการสอน คู่มือครู บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (CAI) หรือการเรียนแบบร่วมมือ เป็นต้น

*\*ขั้นตอนนี้จะนำไปสู่การตัดสินใจกำหนดวิธีการหรือนวัตกรรมที่จะนำมาใช้ในการ แก้ปัญหาการเรียนการสอน*

## **ขั้นที่ ๓ พัฒนาวิธีการหรือนวัตกรรมที่เลือกใช้สำหรับการแก้ปัญหาขั้น**

เมื่อครูได้ทางเลือกในการแก้ปัญหาหรือพัฒนา ซึ่งอาจเป็นวิธีการหรือนวัตกรรมที่เป็นไปได้ ใน ขั้นนี้ครูต้องกำหนดรายละเอียดของวิธีการและจัดสร้างนวัตกรรมที่ใช้ในการแก้ปัญหาตามที่กำหนดไว้ แล้ว ดำเนินการตรวจสอบคุณภาพของวิธีการหรือนวัตกรรมโดยผู้รู้ในเรื่องนั้น ๆ เช่น หากครูสร้างบทเรียน คอมพิวเตอร์ช่วยสอน ครูต้องศึกษาค้นคว้าวิธีการจัดทำบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน แล้วจัดทำต้นแบบให้ เสร็จสมบูรณ์ นำไปให้เพื่อนครู ศึกษาวิเคราะห์หรือนักวิชาการที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ศึกษาให้ความคิดเห็น เพื่อ นำข้อคิดเห็นที่ได้มาปรับปรุงแก้ไขต้นแบบของนวัตกรรมหรือวิธีการและในบางครั้งอาจจำเป็นต้องนำไป ทดลองใช้ (Tryout) กับนักเรียนกลุ่มเล็ก ๆ ก่อน

*\*ขั้นตอนนี้จะนำไปสู่การสร้างและพัฒนากิจกรรมหรือนวัตกรรมที่จะนำมาใช้ในการแก้ปัญหาหรือ พัฒนาการเรียนการสอน*

#### ขั้นที่ ๔ นำวิธีการหรือนวัตกรรมไปใช้ในชั้นเรียนและเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นนี้ครูจะนำวิธีการหรือนวัตกรรมที่สร้างขึ้นไปใช้กับนักเรียนที่เป็นกลุ่มเป้าหมายแล้วเก็บรวบรวมข้อมูลตามที่กำหนดด้วยเครื่องมือชนิดต่าง ๆ เช่น สังเกตพฤติกรรม เริ่มต้นของผู้เรียนก่อนนำไปใช้ เมื่อนำไปใช้แล้วสังเกตพฤติกรรมอีกระยะหนึ่ง เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนต่อไป หรือใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์เพื่อเก็บข้อมูลในส่วนของความรู้ความสามารถในเรื่องที่เรียน เป็นต้น

*\*ขั้นตอนนี้ ต้องมีเครื่องมือและวิธีเก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้งแนวทางการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย*

#### ขั้นที่ ๕ วิเคราะห์ข้อมูลและสรุปผลการแก้ไขปัญหา

ภายหลังจากการนำวิธีการหรือนวัตกรรมไปใช้และมีการรวบรวมข้อมูลได้แล้ว ครูก็จะนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยเลือกใช้สถิติที่เหมาะสมกับข้อมูลที่รวบรวมได้ แล้วสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล หากยังไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ตามที่ต้องการก็จะต้องทำการปรับปรุงแก้ไข โดยย้อนกลับไปค้นหาวิธีการหรือนวัตกรรมใหม่ แล้วพัฒนาวิธีการหรือนวัตกรรม ตลอดจนนำวิธีการหรือนวัตกรรมไปใช้อีก คือดำเนินการขั้นที่ ๒-๔ ใหม่ จนกระทั่งสามารถแก้ไขปัญหาได้ตามที่ต้องการ แล้วจึงเขียนสรุปผลการดำเนินงาน

*\*ขั้นตอนนี้จะได้ผลการวิจัยที่นำไปสู่การพัฒนาการเรียนการสอนหรือการแก้ไขปัญหาการเรียนการสอน*

#### ตัวอย่างกรณีศึกษางานวิจัยในชั้นเรียน

##### ๑. เรื่อง การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การติ่มนมของเด็กปฐมวัย โดยการจัด กิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบเพลงประกอบเพลง (กายบริหาร)

###### ความเป็นมา

จากการสังเกตพฤติกรรมการรับประทานนมของเด็ก พบว่าเด็กในห้องอนุบาล ๒/๒จำนวน ๑๐ คน จากจำนวนเด็กทั้งหมด ๒๙ คนจะไม่รับประทานนมเลย สำหรับการรับประทานนมในช่วงเช้าทุกวัน เมื่อครูตัดถุนนมให้เด็กนักเรียนแล้ว คุณครูสังเกตเห็นว่านักเรียนบางคนจะไม่ยอมดื่มนมจากหลอดบางคนจะกั๊ดหลอดเล่น บางคนก็จะนั่งเฉย ๆ ทำให้เกิดผลที่ตามมาคือส่งผลกระทบต่อสุขภาพของเด็กเนื่องจากไม่ได้รับประทานนมในช่วงเช้าและเด็กที่ไม่รับประทานอาหารเช้ามาที่บ้านด้วย

###### ปัญหา

จากการสังเกตพฤติกรรมการรับประทานนมในช่วงเช้าของเด็ก พบว่าเด็กจะไม่รับประทานนมเลย เด็กจะนั่งเฉย ๆ หรือกั๊ดหลอดเล่นหรืออมเอาไว้ในปากทำให้เด็กรับประทานนมได้น้อย ที่สำคัญจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพของเด็กเนื่องจากไม่ได้รับสารอาหารที่ครบถ้วนและเพียงพอต่อความต้องการ

###### คำถามการวิจัย

กิจกรรมการเคลื่อนไหวประกอบเพลงจะสามารถ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการติ่มนมของเด็กปฐมวัยได้หรือไม่

## สาเหตุ

๑. นักเรียนคิดว่ารับประทานนมแล้วไม่อร่อย
๒. นมส่วนใหญ่ที่เด็กรับประทานจะมีรสจืด ซึ่งเด็กส่วนใหญ่จะไม่ชอบนมรสจืด

## วัตถุประสงค์

๑. เพื่อปลูกฝังนิสัยให้เด็กชอบรับประทานนม
๒. เพื่อลดปัญหาการทิ้งถุนนมที่เด็กบางคนยังไม่ได้รับประทาน
๓. เพื่อให้เด็กได้รับสารอาหารจากการรับประทานนม

## วิธีดำเนินการ

๑. สังเกตพฤติกรรมเด็กก่อนการรับประทานนม
๒. ดำเนินการวิจัย โดยปฏิบัติการเต้นเพลงประกอบ(กายบริหาร) ครั้งที่ ๑ ซึ่งให้เด็กปฏิบัติกิจกรรมเป็นกลุ่ม ครูสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกการเต้นเพลงประกอบ และสังเกตการดื่มนม
๓. ปฏิบัติครั้งที่ ๒ ครูให้เด็กอาสาสมัคร ๑ คน ครูสังเกตพฤติกรรมจากการ เต้นประกอบเพลง และการรับประทานนม
๔. ปฏิบัติครั้งที่ ๓ เด็กปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม ครูสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกทางท่าทางและการรับประทานนม
๕. ปฏิบัติครั้งที่ ๔ เด็กปฏิบัติกิจกรรมกลุ่ม ครูสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกการเต้นประกอบเพลงและการรับประทานนม
๖. นำผลการสังเกตพฤติกรรมทั้งก่อน-หลังปฏิบัติการ มาเปรียบเทียบดูว่าเด็กที่รับประทานนมมีจำนวนเพิ่มขึ้น และสังเกตทั้งถุนนมว่าเพิ่มขึ้นหรือลดลง

## สรุปผลการวิจัย

การที่ให้เด็กได้ทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อน ๆ ในการออกกำลังกาย โดยครูเป็นผู้แนะนำให้นักเรียนเห็นถึงประโยชน์ของการดื่มนม เช่น ทำให้ผิวสวย ฟันแข็งแรง เป็นการสร้างแรงจูงใจให้กับเด็กและทุกครั้งที่ทำกิจกรรมการเต้นประกอบเพลงกายบริหาร นักเรียนจะมีความสุขมากที่ได้ร่วมทำกิจกรรม นักเรียนเกิดความภาคภูมิใจที่ได้เต้นเพลงประกอบกายบริหารร่วมกับเพื่อนๆ ส่งผลให้นักเรียนที่ไม่ชอบดื่มนมเริ่มเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานนมมากขึ้น

จากการบอกเล่าของผู้ปกครองว่าเด็กจะดื่มนมได้มากขึ้นโดยเฉพาะการดื่มนมรสจืด จะสังเกตได้ว่ากิจกรรมการเต้นประกอบเพลงกายบริหาร ทำให้เด็กเห็นความสำคัญของการดื่มนมในช่วงเช้ามากขึ้น นำมาซึ่งความภาคภูมิใจและทัศนคติที่ดีต่อนมรสจืดมีไว้ให้เด็กได้ดื่มที่โรงเรียนได้มากขึ้น

## การสะท้อนผล

การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดื่มนมของเด็กปฐมวัย โดยการ กิจกรรมการเต้นประกอบเพลงกายบริหารที่เข้ามามีส่วนช่วยให้เด็กหันมาสนใจดื่มนม ข้าพเจ้าได้ทำการวิจัย โดยให้ครูข้างห้อง ๒ ท่านร่วมกันสังเกตพฤติกรรมการดื่มนมของนักเรียนพบว่านักเรียน อ.๒/๒ มีพฤติกรรมเปลี่ยนจากไม่ชอบดื่มนมรสจืดเป็นดื่มนมรสจืดได้มากขึ้นทุกคน

## ๒. เรื่อง การแก้ไขปัญหาลูกไม่นอนพักผ่อนในช่วงกลางวัน

### ความเป็นมา

การนอนกลางวันเป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่งสำหรับเด็ก โดยปกติเด็กจะทำกิจกรรมที่ใช้พลังงานตลอดเวลา เมื่อถึงเวลานอนพักผ่อนกลางวันจะหลับได้โดยง่าย แต่น้องแม็ค (ชื่อสมมติ) ปฏิเสธการนอน และแสดงอาการหวาดกลัวที่จะต้องนอนกลางวัน โดยไม่ยอมแม่กระทั่งจะสัมผัสที่นอน และหนีไปนั่งหน้าห้อง เด็กคนอื่นแม่ไม่คุ้นเคยกับการนอน แต่ก็ยอมนอน หรือนั่งในที่นอนของตน จึงจำเป็นต้องดำเนินการให้ความช่วยเหลือเป็นพิเศษ

### สาเหตุของปัญหา

ความไม่ไว้วางใจในห้องเรียนใหม่ ครูและพี่เลี้ยงใหม่ ประกอบกับน้องแม็คเป็นเด็กที่ค่อนข้างจะปรับตัวยากในการเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงใดๆ

### แนวทางการแก้ปัญหา

สร้างความไว้วางใจ ทำให้น้องแม็ครู้สึกว่าการนอนที่โรงเรียนเป็นเรื่องธรรมดา ใช้กลยุทธ์การปรับเปลี่ยนแบบค่อยเป็นค่อยไป

### การดำเนินการ

วันที่	การดำเนินการของครู	พฤติกรรมการณ์นอนของน้องแม็ค
๒๓-๒๗ พ.ค.๕๙	ครูยอมให้ไปนั่งหน้าห้อง	ไม่ยอมแตะที่นอน ครูบู่ให้ก็เดินหนี
๓๐ พ.ค.๕๙	ครูถามแม๊กว่ากลัวอะไรหรือเปล่าถึงไม่ยอมนอน แม๊คตอบว่าไม่อยากนอน อยู่บ้านก็ไม่นอน	ไม่ยอมอยู่ที่ที่นอน เดินไปนั่งนอกห้องเรียน
๓๑ พ.ค.๕๙-๑ มิ.ย. ๕๙	นั่งที่พื้นในห้อง ครูอ้อมมาคุยด้วย ครูเอาที่นอนมาปูใกล้ๆที่แม๊คนั่ง	ยังคงนั่งหน้าห้องเรียน ครูหางานให้ช่วยทำ
๒ มิ.ย.๕๙	บอกว่าไม่ต้องนอนก็ได้แต่ต้องนั่งที่ที่นอน ครูจัดที่พิเศษไว้ให้ข้างโต๊ะครู บอกว่าอยู่นอกห้องครูเป็นห่วง กลัวใครมาจับไป	ร้องไห้ ยอมนั่งสักครู่ แล้วเดินออกไปหน้าห้อง
๓ มิ.ย.๕๙	วันนี้ร้องไห้บอกว่าไม่ยอมมาโรงเรียนไม่อยากนอนที่โรงเรียน ครูคุยด้วยบอกว่าไม่ต้องนอนก็ได้ เพียงแต่นั่งอยู่ในที่ของตัวเองไม่เดินไปมาเพราะจะรบกวนผู้อื่น	เริ่มยอมมานั่งที่ที่นอนที่ครูบู่ให้ด้วยตนเอง (ครูชวนคุยด้วยทุกวัน)
๖-๑๐ มิ.ย.๕๙	ครูเชิญชวนให้นอนแต่ปฏิเสธโดยตลอด	นั่งที่ที่นอนตลอดช่วงที่เพื่อนนอน
๑๓ มิ.ย.๕๙	ครูชวนให้มาหิบบที่นอนไปปูเอง	ยอมมาหิบบที่นอนไปปู และนั่งอยู่ที่ที่นอนตลอดช่วงที่เพื่อนๆ นอน
๑๔ มิ.ย.๕๙	ครูเชิญชวนให้นอนแต่ปฏิเสธโดยตลอด และบอกว่าแม๊คชอบนั่ง	นั่งที่ที่นอนตลอดช่วงที่เพื่อนนอน



วันที่	การดำเนินการของครู	พฤติกรรมการณ์ของน้องแม่ค
๑๕ มิ.ย.๕๙	ครูคุยด้วยบอกว่าครูเมื่อยหลังจึงนอนข้างๆ แม่คได้ไหม เมื่อแม่คพยักหน้า ครูนอนด้านหนึ่งของที่นอนและบอกแม่คว่าลองนอนสิ ไม่ค่อยเมื่อยหลัง แม่คยอมนอนสักครู่ แล้วลุกขึ้นนั่ง ครูลองเอาหมอนพิงตู้และสอนให้นั่งพิงและเหยียดขาจะได้ไม่เมื่อย	แม่คยอมนอนเมื่อครูนอนด้วยครูถามว่ากลัวไม่ตื่นหรือไม แม่คตอบว่าใช่ ครูบอกว่าไม่ต้องกลัว ครูไม่ยอมให้ใครหลับที่โรงเรียนหรือต้องปลุกให้ตื่นกลับบ้านทุกคน แม่คยิ้ม
๑๖-๒๒ มิ.ย.๕๙	ครูชวนให้นอน แต่แม่คปฏิเสธบอกว่าแม่คชอบนั่งมากกว่า	แม่คหิบบที่นอนมาปู เอาหมอนพิงตู้และนั่งพิง
๒๓ มิ.ย.๕๙	ครูอุ้มจากทำนั้งเป็นนอน นั่งเป็นเพื่อนสักครู่ และบอกว่านอนเล่นๆ ไม่ต้องหลับก็ได้ เมื่อเพื่อนๆ ตื่นครูเข้าไปพูดคุยด้วย และบอกว่าตัวแม่คหมุนเหมือนเข็มนาฬิกา แม่คหัวเราะ	ยอมนอนราบลงกับที่นอน นอนหมุนไปมาแต่ไม่หลับ
๒๔ มิ.ย.๕๙	เมื่อปูที่นอนเสร็จ ครูพูดเตือนว่าให้นอนเล่นๆ อีกจะหมุนเป็นเข็มนาฬิกาก็ได้	นั่งที่ที่นอน ครูต้องช่วยจับตัวลงนอนเบาๆ จึงยอมนอน และหมุนเล่นอีก
๒๗ มิ.ย.๕๙	เมื่อปูที่นอนเสร็จ ครูพูดเตือนว่าให้นอนเล่นๆ อีกจะหมุนเป็นเข็มนาฬิกาก็ได้	นอนด้วยตนเอง โดยครูไม่ได้เตือน
๒๘ มิ.ย.๕๙	พอตื่นครูไปถามว่าสบายไหม และบอกว่าเห็นไหมว่าครูต้องให้แม่คตื่นกลับบ้านจนได้ แม่คยิ้ม	นอนหลับครั้งแรก

### สรุปผลการดำเนินการ

การช่วยเหลือให้น้องแม่คนนอนกลางวันใช้เวลารวมทั้งสิ้น ๕๙ วัน การดำเนินการช่วยเหลือมีลักษณะแบบค่อยเป็นค่อยไป ดำเนินการเพื่อช่วยให้น้องแม่คค่อยๆ ปรับตัวและไม่กลัวครูและพี่เลี้ยง รวมถึงไม่กลัวการนอนที่โรงเรียนอย่างผสมกลมกลืนไปกับชีวิตประจำวัน ครูพยายามให้น้องแม่คค่อยๆ ค้นเคยกับสิ่งของที่ต้องใช้ในการนอนทีละน้อย จัดที่พิเศษให้ รวมถึงมีการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดียิ่งระหว่างครูกับน้องแม่คจึงได้ผลดี

### ความคิดเห็นของครู

น้องแม่คเป็นเด็กที่ปรับตัวยากมากกว่าเด็กทั่วไป การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมใดๆ จึงต้องเริ่มด้วยการสร้างความไว้วางใจเสียก่อน และเมื่อจะต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงใดๆ ครูจะต้องให้น้องแม่คได้รับรู้ไว้ล่วงหน้า เสนอแนวทางให้น้องแม่ครู้ว่าจะอย่างไรได้บ้าง รวมทั้งยืนยันให้รู้ว่าครูจะคอยดูแลช่วยเหลืออยู่เสมอ การดำเนินการเช่นนี้สามารถนำไปปรับใช้กับเด็กที่ปรับตัวยากในเรื่องอื่นๆ ได้เช่นกัน