

บทที่

1

# การจัดระเบียบ คืออะไร



การจัดระเบียบ

พูดง่าย ๆ ก็คือการเก็บของให้เรียบร้อย  
ทำอย่างไรบ้านจึงจะเป็นระเบียบมากขึ้น  
ถ้าบ้านสะอาดก็น่าอยู่ ชีวิตเราก็จะง่ายขึ้น  
มาจัดระเบียบให้บ้านกันเถอะ

# อยากจัดบ้านให้เรียบร้อย

 เอ...ทำยังไงดีนะ

 ทำอะไรอยู่เธอเร

 อ้าว! มิว มาพอดีเลย

ถามหน่อยสิ เธอทำความสะอาดห้องเองหรือเปล่า

 ใช่ ฉันทำเอง ถามทำไมเธอ

 ตอนนี้ห้องฉันรกมาก เมื่อวานพ่อเข้ามาในห้องแล้วพูดว่า

“พ่อจะไม่ซื้ออะไรให้ใหม่จนกว่าลูกจะจัดระเบียบข้าวของในห้อง”

 โอ...แยเลยเนอะ

 ก็ใช่เนะสิ ฉันอยากได้นั่งสี่อีกตั้งหลายเล่ม

เกมใหม่ด้วย จะซื้อเองก็ไม่มีเงิน

แล้วการจัดระเบียบนี้ต้องทำยังไงล่ะ เธอรู้ไหม

 ก็คือเก็บของไม่ใช้เธอ

 เร มิว กำลังพูดถึงการจัดระเบียบกันอยู่เธอ

 สวัสดีครับอาจารย์ ดีเลย ถามอาจารย์ดีกว่า

 คำว่า “จัดระเบียบ” หมายความว่าอะไรเธอคะอาจารย์

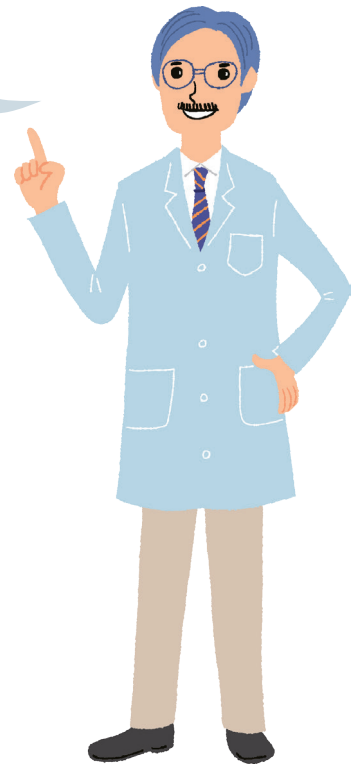
หนูเคยได้ยินบ่อยเลยคะ

 คำถามนี้ดี! การรู้ความหมายของคำนี้สำคัญมากเลยนะ

การจัดระเบียบ คือ

# การคัดแยกและแบ่งประเภทสิ่งของ แล้วจัดเก็บให้เรียบร้อย ถูกที่ถูกต้อง

อันดับแรกเราต้องคัดแยกก่อนว่า  
สิ่งของอะไรจำเป็นต้องใช้ สิ่งของ  
อะไรทิ้งได้



อ้อ พอทั้งของที่ไม่ใช้ไปแล้ว  
ของที่เหลือก็แบ่งประเภทและ  
เก็บให้เป็นระเบียบเรียบร้อย  
ใช้ไหมครับ

ถ้าไม่เก็บให้ดี  
เวลาจะหยิบมาใช้อาจหาไม่เจอ  
ก็เลยต้องจัดระเบียบไงล่ะ



# ทำไมจึงจัดระเบียบไม่ได้



การจัดระเบียบเริ่มจากคัตของที่ไม่ต้องการทิ้งก่อน  
แล้วหาวิธีจัดเก็บของที่เหลือให้หยิบใช้ได้ง่าย



ก่อนหน้านี้หนูรู้จักแต่คำว่า “เก็บของ”  
ตอนนี้เข้าใจการจัดระเบียบแล้วค่ะ



ดีมาก! วิธีจัดระเบียบไม่ได้ซับซ้อนอะไรใช่ไหมล่ะ



ค่ะ ขั้นตอนง่าย ๆ เลย

ถ้าไม่ทิ้งของที่ไม่ต้องการก่อน ของก็จะรกเต็มไปหมด



การจัดเก็บของที่เหลืออยู่ก็สำคัญ

คุณแม่ชอบพูดบ่อย ๆ ว่า “ใช้เสร็จแล้วให้นำไปเก็บที่เดิม”

ถึงจะรู้แต่ก็ไม่เคยทำได้เลย



ถ้าเก็บคืนที่เดิมทุกครั้งก็ไม่ต้องลำบากมาจัดทีหลัง

แต่ถ้าไม่เก็บ พอของมากเข้าเราก็จะซีเกียจเก็บ



ดูเหมือนเหตุผลที่ทำให้เราจัดระเบียบไม่ได้จะมีอยู่หลายอย่าง  
มาช่วยกันคิดดีไหม

## ข้อแรก เพราะมีของเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ

เรามีของเพิ่มขึ้นทุกวันเลย  
 ทั้งคนอื่นให้มาบ้าง ทั้งซื้อเองบ้าง  
 จนไม่มีที่จะเก็บ  
 พอเจอเครื่องเขียนน่ารัก ๆ  
 ก็อดซื้อไม่ได้ทุกที ทั้งที่มีอยู่แล้ว



## ข้อที่ 2 เพราะไม่ยอมทิ้ง

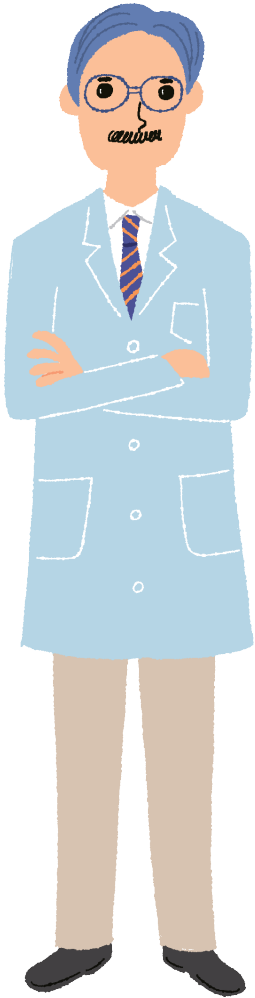


การทิ้งของนี่ยากจริง ๆ นะครับ  
 ของที่คุณแม่มองว่าไร้สาระ  
 แต่สำหรับผม มันมีค่ามากเลย  
 ไม่ว่าจะอะไรก็มีเหตุผลที่ไม่ควรทิ้งทั้งนั้น

เคล็ดลับ  
 การลดจำนวนสิ่งของ  
 ที่ไม่จำเป็น ติดตามได้  
 ในบทที่ 2 นะครับ



## ข้อที่ 3 เพราะไม่ได้กำหนดหลักเกณฑ์ การแยกประเภทและจัดเก็บ



ถ้าไม่ได้กำหนดหลักเกณฑ์ว่าของแต่ละอย่าง  
ต้องเก็บตรงไหน จัดเรียงอย่างไร  
เห็นตรงไหนว่างก็วางตรงนั้น  
แบบนี้เวลาจะหยิบมาใช้อาจหาไม่เจอ  
เช่น ถึงจะรู้ว่าหนังสือที่กำลังหาอยู่ในตู้หนังสือ  
แต่อยู่ตรงไหนของตู้ละ ดังนั้นจึง**ต้อง**  
มีหลักเกณฑ์จะได้ไม่สับสน

## ข้อที่ 4 เพราะใช้แล้ว ไม่เก็บคืนที่เดิม

ถ้าใช้แล้วไม่เก็บเข้าที่  
ของก็จะระเกะระกะ  
ดังนั้นต้องเก็บคืนที่เดิม  
ทุกครั้งนะคะ



# ข้อที่ 5 เพราะไม่ทำทันที มัวแต่ผัดวัน ประกันพรุ่ง



หลายคนชอบคิดว่า **เดี๋ยวค่อยเก็บ**  
แล้วก็ต้องมา**เสียเวลาตามเก็บทีหลัง**

ใช่ คิดแต่ว่า**เดี๋ยวค่อยเก็บ** ก็เลย  
วางของไว้บนโต๊ะเรื่อย ๆ จนรก  
เสื้อผ้าก็เหมือนกัน ถอดเสร็จ  
ก็กองไว้เกลื่อนห้อง

ถ้าฝึกเก็บของจนเป็นนิสัย  
ก็ไม่ต้องลำบากเก็บทีหลัง  
นะครับ



# การจัดระเบียบต้องทำอะไร

 เมื่อรู้เหตุผลที่ทำให้จัดระเบียบไม่ได้แล้ว ก็จะมีวิธีแก้ปัญหา

ถ้ามีของเยอะจนไม่มีที่เก็บ ก็ต้องไม่เพิ่มของที่จำเป็นค่ะ



แล้วก็ต้องรู้จักปล่อยวาง ตัดใจจากของที่ไร้ประโยชน์แล้ว

จะได้ทิ้งของไปได้บ้าง



แล้วถ้าไม่รู้ว่าอะไรคือของที่ตองทิ้ง อะไรคือของที่ตองเก็บ

ทำให้ลังเลใจตอนจัดระเบียบล่ะ จะทำอย่างไร



ก็ต้องกำหนดหลักการเลือกแล้วทำตามให้ได้ครับ



ไม่ผัดวันประกันพรุ่งด้วยค่ะ



ถูกต้อง!



อาจารย์คะ การจัดระเบียบต้องทำหลายอย่างเหมือนกันนะคะ



แบบนี้ควรจะเริ่มต้นยังไงดีครับ

ผมอยากจัดห้องให้เสร็จเร็ว ๆ คุณพ่อจะได้ซื้อเกมใหม่ให้ครับ



การจัดระเบียบมีหลายขั้นตอน แต่ก็ไม่ยาก

เดี๋ยวครูจะอธิบายให้ฟังว่าต้องทำอะไรบ้าง



## 1 วางแผนการจัดระเบียบ

เราต้องวางแผนโดยกำหนดวันที่จัดเสร็จ  
บริเวณที่จะจัด รวมทั้งเป้าหมายการจัด  
ถ้าทำทุกห้องทีเดียวก็คงยากเกินไป  
ดังนั้น เราควรกำหนดพื้นที่ให้ชัดเจน  
เช่น เฉพาะห้องนอน หรือวันนี้จัดตู้หนังสือ  
พรุ่งนี้จัดโต๊ะทำงาน



## 2 ทิ้งของที่ไม่ต้องการ

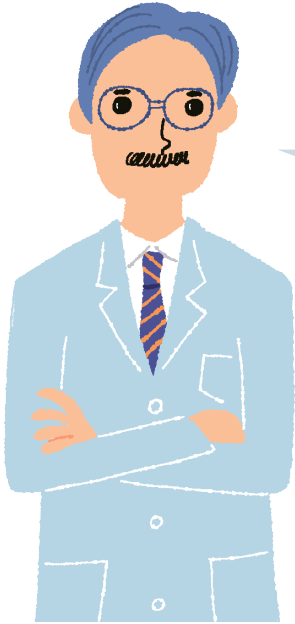


เริ่มจากคัดแยกของก่อนใช้ใหม่ครับ  
ถ้าของที่จะทิ้งปะปนอยู่กับของที่จะเก็บ  
ก็คงเก็บยาก ดังนั้นต้องคัดของทิ้งก่อน  
ถ้าไม่ตัดใจทิ้ง ของก็จะไม่ลดลง  
ผมจะพยายามนะครับ

เยี่ยมเลย  
สู้ ๆ นะครับ



### 3 กำหนดหลักเกณฑ์การแยกประเภทและจัดเก็บ



ถ้าทิ้งของที่ไม่จำเป็นแล้ว  
ก็จะเหลือแต่ของที่จำเป็น  
การกำหนดหลักเกณฑ์ก็เพื่อ  
ให้ทราบว่า จะแยกประเภทสิ่งของ  
อย่างไรและจัดเก็บอย่างไร

การแยกประเภทและจัดเก็บ  
ทำได้หลายวิธี จะกล่าวถึง  
ในบทที่ 3 นะครับ



### 4 จัดเก็บตามหลักเกณฑ์ ที่กำหนดไว้

เมื่อกำหนดหลักเกณฑ์แล้ว  
เราก็ต้องแยกประเภทและ  
จัดเก็บตามหลักเกณฑ์นั้น  
แค่นี้ก็เป็นระเบียบแล้วค่ะ

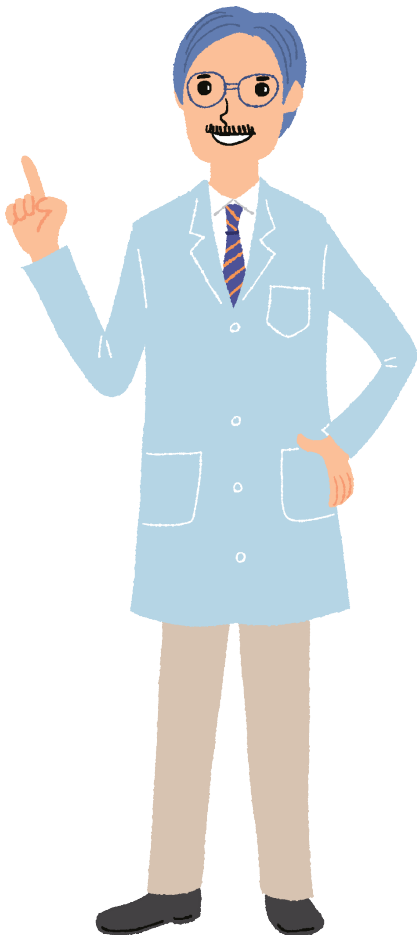


## 5 ปฏิบัติตามหลักเกณฑ์อย่างต่อเนื่อง

เมื่อจัดเก็บของเป็นระเบียบแล้ว  
เราก็ต้องปฏิบัติตามหลักเกณฑ์นั้นต่อไป  
หลักง่ายๆ ก็คือ **นำของกลับมาเก็บที่เดิม**  
ทุกครั้งหลังใช้เสร็จ



## 6 ตรวจสอบอย่างสม่ำเสมอ



การตรวจสอบว่า **เรายังทำตาม**  
**หลักเกณฑ์อยู่หรือไม่ก็สำคัญ**  
ดังนั้น อย่าลืมกำหนดวันที่จะ  
**ตรวจสอบด้วยละ**

หลังจากใช้ไประยะหนึ่ง  
เราอาจอยากเปลี่ยนแปลงหลักเกณฑ์  
ดังนั้น **ทบทวนหลักเกณฑ์บ้าง**  
ก็ดีนะครับ



# วางแผนแล้วทำอย่างมีความสุข



ตอนนี้หนูเข้าใจเรื่องการจัดระเบียบแล้วค่ะ



อยากลองทำเร็ว ๆ จัง



ฉันก็เหมือนกัน เพราะปกติก็จะหาเสื้อผ้าใส่เจอ

ก็เสียเวลายาวนาน ถ้าจัดตู้เสื้อผ้าให้เป็นระเบียบก็หมดปัญหา



พวกเธอต้องกำหนดแผนก่อนว่า จะจัดให้เสร็จเมื่อไร

จะจัดตรงไหน และจัดให้เป็นอย่างไร

ถ้าจัดทุกอย่างเป็นระเบียบแล้ว ชีวิตก็จะง่ายขึ้นแน่นอน



ชีวิตจะง่ายขึ้นเหรอครับ



ใช่ รู้ว่าชีวิตจะง่ายขึ้นยังไง



เราจะหยิบของมาใช้ได้ง่ายขึ้นค่ะ



และก็จะหมดปัญหาเรื่องหาของไม่เจออีกแล้วครับ



ใช่แล้ว ไม่เพียงแค่ว่าบ้านจะสวยงามเรียบร้อย

แต่ยังหยิบของมาใช้งานได้สะดวกด้วย

แล้วก็อย่าลืมทำบันทึกสุดยอดนักจัดระเบียบนะ

จะได้จดไว้ว่าเราจัดระเบียบได้อย่างไร



“สุดยอดนักจัดระเบียบ” เหรอครับ ฟังดูเท่จังเลย

ถ้าจัดให้เป็นระเบียบ

บ้านก็จะสวยงามเรียบร้อย หาของง่าย  
และไม่ต้องเสียเงินซื้อของซ้ำเวลาหาไม่เจอ



ถ้าบ้านสะอาด เราก็จะตั้งใจเก็บของมากขึ้น  
เพราะไม่อยากให้กลับมารกอีก

แถมยังรู้ว่าอะไรอยู่ตรงไหน  
เวลาจะหยิบของมาใช้ก็หยิบได้ทันที  
ไม่ต้องเสียเวลาหา



ถ้าของเพิ่มขึ้น  
ก็จะหาที่เก็บยากขึ้น  
คราวนี้เราก็จะไม่อยากซื้อ  
ของที่ไม่จำเป็น



การจัดระเบียบช่วยฝึกทักษะหลายอย่าง เช่น  
ฝึกตัดสินใจว่า

“ของชิ้นนี้จะเก็บไว้หรือจะทิ้ง”

ฝึกไตร่ตรองว่า

“ควรแยกประเภทแบบนี้ หรือเก็บแบบนี้  
จึงจะหยิบใช้สะดวก”



การจัดระเบียบยังช่วยฝึกสมองด้วยนะ  
เพราะเราต้องใช้ความคิดเวลากำหนด  
หลักเกณฑ์ต่างๆ ดังนั้น เรามาฝึกสมอง  
คิดวิธีจัดระเบียบบ้านหลายๆ วิธีกันเถอะ

ดีครับ ผมจะลองดู  
น่าจะสนุกดีนะครับ



ผมจะแนะนำวิธีคิด  
ให้เองครับ



# วางแผน - IS



ผมจะจัดโต๊ะทำงาน  
และตู้หนังสือครับ

**บันทึก**  
**สุดยอดนักจัดระเบียบ**

---

วันที่เริ่มจัด  
10 เมษายน 2560

ชื่อ  
เจ

## 1 แผนการจัดระเบียบ

กำหนดเสร็จ

วันอาทิตย์หน้า

บริเวณที่จัด

โต๊ะทำงานและตู้หนังสือ

เป้าหมายการจัด

จัดของที่กองอยู่บนโต๊ะให้เป็นระเบียบ  
และจัดหนังสือในตู้ให้หาง่าย

นี่ไงครับ

บันทึกสุดยอดนักจัดระเบียบ  
จะใช้วิธีเขียนด้วยมือหรือพิมพ์ลง  
คอมพิวเตอร์ก็ได้เนาะครับ



# วางแผน – มิว



ฉันจะจัดตู้และลิ้นชัก  
เก็บเสื้อผ้า

<b>บันทึก สุดยอดนักจัดระเบียบ</b>	
วันที่เริ่มจัด	10 เมษายน 2560
ชื่อ	มิว

## 1 แผนการจัดระเบียบ

กำหนดเสร็จ

วันอาทิตย์หน้า

บริเวณที่จัด

ตู้เสื้อผ้าและลิ้นชักเก็บเสื้อผ้า

เป้าหมายการจัด

จัดตู้ให้หยิบเสื้อผ้าได้ง่าย  
และเก็บเสื้อผ้าชิ้นเล็กๆ ลงลิ้นชักให้หมด

บันทึกสุดยอดนักจัดระเบียบ  
มีทั้งสีน้ำเงินและสีชมพู  
เลือกใช้สีที่ชอบนะครับ







ต้องทำดู

## วางแผนการจัดระเบียบ

มาลองจัดระเบียบสิ่งของต่างๆไปพร้อมกับเรและมิวกันเถอะ  
เริ่มจากกำหนดวันที่จัดเสร็จ บริเวณที่จะจัด และเป้าหมายการจัดก่อนนะ

**กำหนดเสร็จ**

**บริเวณที่จัด**

**เป้าหมายการจัด**

**คำแนะนำ**

ในบันทึกสุดท้ายอดนักจัดระเบียบ นื่องๆ จะติดยุโรปถ่ายหรือเขียนบรรยายด้วยก็ได้  
ดูรายละเอียดการดาวน์โหลดในหน้า 128 นะครับ

ถึงคุณครูและผู้ปกครอง

# สรุปบทที่ 1

## สรุป

การจัดระเบียบ คือ การเก็บสิ่งของให้เรียบร้อย โดยคัดแยกของที่ทิ้งกับของที่เก็บ จากนั้นก็ทิ้งของที่ไม่ต้องการ แล้วกำหนดหลักเกณฑ์การจัดเก็บของที่เหลือเพื่อให้หยิบใช้ได้ง่าย

### ขั้นตอนการจัดระเบียบ

1. วางแผนการจัดระเบียบ
2. ทิ้งของที่ไม่ต้องการ
3. กำหนดหลักเกณฑ์การแยกประเภทและจัดเก็บ
4. จัดเก็บตามหลักเกณฑ์ที่กำหนดไว้
5. ปฏิบัติตามหลักเกณฑ์อย่างต่อเนื่อง
6. ตรวจสอบอย่างสม่ำเสมอ

## ข้อสังเกต

บทที่ 1 นี้แนะนำว่า **การจัดระเบียบคืออะไร มีขั้นตอนอย่างไร** และทำให้เด็กรู้สึกอยากลงมือทำ

คำว่า “จัดระเบียบ” เด็กอาจไม่คุ้นเคย แต่ถ้าพูดง่ายๆ ว่า “**เก็บของให้เรียบร้อย**” เด็กทุกคนน่าจะเคยได้ยิน การสอนให้เด็กเก็บของเล่นหลังจากเล่นเสร็จเป็นสิ่งที่ดีที่บ้านและโรงเรียนปลูกฝังเด็กตั้งแต่วัยอนุบาลอยู่แล้ว

สำหรับคนที่ไม่ชอบเก็บของและถูกตำหนิอยู่เป็นประจำ เมื่อได้ยินคำว่า “จัดระเบียบ” อาจรู้สึกว่ “เฮ้อ...อีกแล้วเหอ” อย่างไรก็ตาม ถ้าเรา**เปลี่ยนความคิด**และทำความเข้าใจว่า **แท้จริงแล้วการจัดระเบียบคืออะไร** และถ้ารู้สึกอยากลองทำขึ้นมาแม้เพียงเล็กน้อย เนื้อหาตั้งแต่บทที่ 2 ก็จะเป็นเรื่องสนุกขึ้นเลยทีเดียว

สำหรับเด็กที่ไม่ชอบเก็บของ คุณครูและผู้ปกครองควรอ่านบทที่ 1 ไปพร้อมกับเขา และพูดคุยกันไปเรื่อยๆ อาจให้เขาคิดหาเหตุผลว่าทำไมจึงเก็บของให้เป็นระเบียบไม่ได้ ดังเช่นเนื้อหาในหน้า 12-15 แล้วถามว่าบริเวณใดบ้างที่เป็นระเบียบแล้วเพื่อให้เขาภูมิใจ หรืออาจช่วยกันวางแผนการจัดระเบียบก็ได้

อย่างไรก็ตาม แม้แต่ผู้ใหญ่ก็อาจไม่อยากทำหรือไม่ถนัดเรื่องการจัดระเบียบ ดังนั้น **สิ่งสำคัญคือการให้เด็กได้ทำอย่างมีความสุข** ไม่ควรบังคับหรือฝืนใจ อาจสร้างบรรยากาศให้เหมือนกำลังเล่นเกม หรือใช้ถ้อยคำที่ทำให้รู้สึกว่าเป็นเรื่องท้าทาย อย่าง “สุดยอดนักจัดระเบียบ” หรือให้เด็ก ๆ ลองจัดระเบียบแล้วดูว่าใครทำได้เรียบร้อยสวยงามที่สุด