



พฤษภาคม 2569

Academic Focus

สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร

วิกฤตภาระงาน

ของ **ครูไทย** :



สภาพปัญหาและข้อเสนอแนะเพื่อคืนครูสู่ห้องเรียน



“ลดภาระที่ไม่จำเป็น
เพิ่มเวลาแห่งการสอน
เพื่ออนาคตของเด็กไทย”



ครูมีคุณภาพ



ระบบสนับสนุนที่เหมาะสม



เรียนรู้อย่างมีความสุข



การศึกษามีคุณภาพ



การศึกษาที่ยั่งยืน
ของชาติ

กลุ่มงานบริการวิชาการ 3 สำนักวิชาการ
สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร

0-2242-5900 ต่อ 5751



“ลดภาระที่ไม่จำเป็น
เพิ่มเวลาแห่งการสอน
เพื่ออนาคตของเด็กไทย”

ประเด็นสำคัญ



ข้อมูลโดย นายสุริยา ข้องเสนาะ วิทยากรเชี่ยวชาญ

ออกแบบโดย นางเสาวภา วาสนา เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส

- ▶ ครูไทยต้องรับภาระงานที่ไม่ใช่การสอน เช่น งานธุรการ การเงิน และพัสดุ ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพการจัดการเรียนรู้และเป็นต้นเหตุของความเครียดสะสม ตลอดจนความเสี่ยงทางวินัยและกฎหมาย
- ▶ แม้จะมีนโยบายคืนครูสู่ห้องเรียน แต่โรงเรียนขนาดเล็กยังคงขาดแคลนบุคลากรสายสนับสนุน เนื่องจากเกณฑ์การจัดสรรอัตรากำลังยังใช้หลักเกณฑ์ตามจำนวนนักเรียน ทำให้ครูในพื้นที่ห่างไกลต้องทำงานซ้ำซ้อนและรับความเสี่ยงเกินหน้าที่
- ▶ ภาระงานของครูที่มากเกินไปส่งผลต่อคะแนน PISA ของนักเรียนในกลุ่มโรงเรียนที่ขาดแคลนครู และเป็นปัจจัยหลักที่ทำให้ครูรุ่นใหม่ขาดขวัญกำลังใจ จนนำไปสู่การลาออกจากอาชีพครู
- ▶ ควรปรับเปลี่ยนเกณฑ์การจัดสรรบุคลากรสนับสนุน โดยยึด "ภาระงานขั้นพื้นฐาน" แทนเกณฑ์จำนวนนักเรียน ควบคู่ไปกับการใช้ระบบ Big Data เพื่อลดความซ้ำซ้อนของการรายงาน และการบูรณาการหลักสูตรผลิตครูรองรับงานที่มีความหลากหลาย
- ▶ รัฐบาลและกระทรวงศึกษาธิการควรยกเลิก ลด หรือยุบรวมโครงการที่ไม่เกี่ยวข้องหลักสูตร เพื่อให้ครูมีเวลาพัฒนาคุณภาพผู้เรียนได้อย่างเต็มศักยภาพ



ครูเป็นบุคลากรหลักในระบบการศึกษาที่มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนและอนาคตของประเทศ อย่างไรก็ตาม ปัญหาภาระงานของครูไทยที่เพิ่มมากขึ้น นอกจากภาระงานที่เกี่ยวข้องกับการสอนโดยตรงแล้ว ครูยังต้องรับผิดชอบงานด้านอื่น ๆ ที่หลากหลาย รวมถึงงานธุรการ งานพัสดุ และงานการเงิน ซึ่งเป็นงานที่ไม่ได้กำหนดอยู่ในหลักสูตรการผลิตครู ทำให้ครูบรรจุใหม่ขาดความเชี่ยวชาญและต้องเผชิญกับความเครียดสะสม ตลอดจนความเสี่ยงทางวินัยและกฎหมาย ปัญหาภาระงานของครูไทยจึงเป็นวิกฤตสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพการศึกษาสุขภาพของครู และความยั่งยืนของวิชาชีพครูในประเทศไทย

แม้ว่ารัฐบาลจะมีนโยบายลดภาระครูมาอย่างต่อเนื่อง โดยในปี 2568 สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ได้ประกาศลดภาระการรายงานและการประเมินจาก 114 รายการ เหลือ 62 รายการ (“รรมว.ศธ. “นฤมล” เดินหน้านโยบายลดภาระงานครู,” 2568) แต่การดำเนินการดังกล่าวยังไม่เพียงพอที่จะแก้ปัญหอย่างเป็นระบบ เนื่องจากปัญหาที่มีรากฐานมาจากภาระงานอื่นนอกจากการสอนและปัจจัยหลายด้านที่เกี่ยวข้อง

ความหมาย “ภาระงานของครู”

คณะกรรมการข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษาได้กำหนดภาระงานของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ตำแหน่งครู สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ดังนี้ (สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา, 2564)

1. ภาระงาน

หมายถึง จำนวนชั่วโมงสอนตามตารางสอน งานส่งเสริมและสนับสนุนการจัดการเรียนรู้ การมีส่วนร่วมในชุมชน การเรียนรู้ทางวิชาชีพ งานพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษา และงานตอบสนองนโยบายและจุดเน้น โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.1 ชั่วโมงสอนตามตารางสอน

หมายถึง จำนวนชั่วโมงสอนในรายวิชา/วิชา/สาขา/กลุ่มสาระการเรียนรู้ ที่กำหนดไว้ตามหลักสูตร การจัดการประสบการณ์การเรียนรู้ กิจกรรมฟื้นฟูสมรรถภาพผู้เรียน

1.2 งานส่งเสริมและสนับสนุนการจัดการเรียนรู้

หมายถึง การปฏิบัติงานที่เป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมและพัฒนาการจัดการเรียนรู้ของสถานศึกษา เช่น การจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ แผนการจัดประสบการณ์ แผนการจัดการศึกษาเฉพาะบุคคล (EP) และแผนการจัดการเรียนรู้เฉพาะบุคคล (IP) การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ การประเมินพัฒนาการเด็ก การสร้างและพัฒนาสื่อการเรียนการสอน และการมีส่วนร่วมในชุมชนการเรียนรู้ทางวิชาชีพ

1.3 งานพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษา

หมายถึง งานส่งเสริม สนับสนุนการจัดการศึกษาของสถานศึกษาในด้านต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อคุณภาพผู้เรียน และคุณภาพการจัดการศึกษาของสถานศึกษา เช่น ปฏิบัติหน้าที่หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้ หัวหน้าสายชั้น การประกันคุณภาพการศึกษา ช่วยปฏิบัติงานการบริหารและจัดการศึกษา ได้แก่ งานวิชาการ งานบุคคล งานงบประมาณ และงานบริหารทั่วไป

1.4 งานตอบสนองนโยบายและจุดเน้น

หมายถึง การปฏิบัติงานที่ตอบสนองนโยบาย และจุดเน้นของรัฐบาล กระทรวงศึกษาธิการ และส่วนราชการต้นสังกัด

2. จำนวนชั่วโมงภาระงานขั้นต่ำของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้กำหนดจำนวนชั่วโมงภาระงานขั้นต่ำของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ตำแหน่งครู สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ดังนี้ (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 จำนวนชั่วโมงภาระงานของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ตำแหน่งครู สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ระดับการศึกษา/ประเภท	จำนวนชั่วโมงสอนตามตารางสอน (ข้อ 1.1)	จำนวนชั่วโมงภาระงานขั้นต่ำ (ตามข้อ 1.1-1.4)
1.  ปฐมวัย	 ไม่ต่ำกว่า 6 ชั่วโมง/สัปดาห์	 ไม่ต่ำกว่า 14 ชั่วโมง/สัปดาห์
2.  ประถมศึกษา	 ไม่ต่ำกว่า 12 ชั่วโมง/สัปดาห์	 ไม่ต่ำกว่า 20 ชั่วโมง/สัปดาห์
3.  มัธยมศึกษา (รวมโรงเรียนวัดอุปสงคพิเศษ หรือโรงเรียนจัดการเรียนรวม)	 ไม่ต่ำกว่า 12 ชั่วโมง/สัปดาห์	 ไม่ต่ำกว่า 20 ชั่วโมง/สัปดาห์
4. การศึกษาพิเศษ		
4.1  เฉพาะความพิการ และศูนย์การศึกษาพิเศษ	 ไม่ต่ำกว่า 6 ชั่วโมง/สัปดาห์	 ไม่ต่ำกว่า 14 ชั่วโมง/สัปดาห์
4.2  ศึกษาสงเคราะห์ และราชประชานุเคราะห์	 ไม่ต่ำกว่า 12 ชั่วโมง/สัปดาห์	 ไม่ต่ำกว่า 20 ชั่วโมง/สัปดาห์

ที่มา: ภาระงานของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ตำแหน่งครู ตำแหน่งผู้บริหารสถานศึกษา ตำแหน่งศึกษานิเทศก์ และตำแหน่งผู้บริหารการศึกษา (น.1), โดย สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา, 2564, สืบค้นจาก https://otepc.go.th/th/content_page/item/3474-2021-08-30-11-22-42.html

สภาพปัญหาภาระงานของครูไทย

1. ภาระงานอื่นมากกว่างานสอน

ภาระงานของครูในปัจจุบันไม่ได้มีเพียงเรื่องการจัดการเรียนการสอนเพียงอย่างเดียว แต่ภาระงานของครูที่นอกเหนือจากการจัดการเรียนการสอนมีมากเกินไปจนความจำเป็น เช่น งานเอกสาร งานธุรการ งานการเงิน งานพัสดุ รวมถึงโครงการต่าง ๆ ที่หน่วยงานภายนอกขอความร่วมมือกับโรงเรียน ล้วนเป็นภาระที่ใช้เวลาการออกแบบการจัดการเรียนรู้ของครูไปเป็นจำนวนมาก ส่งผลให้ครูขาดแรงจูงใจในการปฏิบัติงานและเกิดความเหนื่อยล้า โดยเฉพาะงานที่ไม่ใช่ภารกิจหลักของโรงเรียน ทำให้ครูไม่สามารถพัฒนาตนเองและออกแบบการจัดการเรียนรู้ในชั้นเรียนได้อย่างมีคุณภาพ นอกจากนี้ ระบบการประเมินที่มีอยู่หลากหลายรูปแบบยังส่งผลต่อภาระการปฏิบัติงานของครูในภาพรวมการทำงาน ทั้งการสอบของนักเรียน การประเมินครู การประเมินโรงเรียนหรือประกวดแข่งขัน งานเอกสาร ทำให้ครูต้องสูญเสียเวลาสำหรับการทำหน้าที่การสอนได้อย่างเต็มที่ (นิภาวรรณ ศิริธนิกุล, รุจิร ภูสาระ, และ ภาวิดา ธาราศรีสุทธิ, 2567, น. 53-54)



2. การขาดบุคลากรสายสนับสนุน

แม้กระทรวงศึกษาธิการได้ดำเนินโครงการ “คืนครูสู่ห้องเรียน” โดยจัดเจ้าหน้าที่ธุรการ เจ้าหน้าที่การเงิน และบุคลากรสนับสนุนกว่า 71,000 อัตรา เพื่อลดภาระงานของครูให้สามารถกลับมาทำหน้าที่การสอนได้อย่างเต็มที่ แต่โรงเรียนขนาดเล็กจำนวนมากกลับไม่ได้รับประโยชน์อย่างแท้จริง (“ดร.กมล รอดคล้าย แนะนำปัญหาภาระงานครูที่ล้นเกิน,” 2568) เนื่องจากโรงเรียนขนาดเล็กมักขาดแคลนครูที่มีความเชี่ยวชาญตามสาขาวิชาที่ต้องการ เนื่องจากการจัดสรรบุคลากรพิจารณาตามเกณฑ์จำนวนนักเรียนและขนาดของโรงเรียนเป็นหลัก อีกทั้งครูต้องรับภารกิจอื่นจำนวนมากที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอน เช่น งานธุรการ งานพัสดุ ทำให้ไม่สามารถทำหน้าที่สอนได้อย่างเต็มที่ (วิชุดา ภาควัฒนะ, สมิตร์ สุวรรณ, และ พัทธราภา ตันติชูเวช, 2567, น. 3)

3. หลักสูตรการผลิตครูที่ไม่ครอบคลุมกับภาระงานจริง

จากการศึกษาสภาพและปัญหาการผลิต การใช้ และการพัฒนาครูการศึกษาขั้นพื้นฐานที่สอดคล้องกับความต้องการในอนาคต พบว่า มีการใช้ครูการศึกษาขั้นพื้นฐานไม่ตรงวุฒิการศึกษาและมีภาระงานด้านธุรการมากเกินไป (จุไรรัตน์ สุตรุ่ง และ ผัสสพรรณ ถนอมพงษ์ชาติ, 2561, น. 391) นอกจากนี้ ความไม่เชี่ยวชาญด้านการเงินและการจัดซื้อจัดจ้างส่งผลกระทบต่อความเสี่ยงต่อระเบียบวินัยและกฎหมาย เนื่องจากต้องจัดทำเอกสารอย่างละเอียดและรอบคอบ หากเกิดข้อผิดพลาดอาจถูกตรวจสอบโดยสำนักงานการตรวจเงินแผ่นดินและในบางสถานการณ์ครูการเงินอาจได้รับมอบหมายงานหรือทำผิดระเบียบโดยไม่ตั้งใจ และอาจเกิดความเครียดสะสมจนลุกลามเป็นปัญหาสุขภาพจิตหรือซึมเศร้า (“ไม่มีคน-ไม่ถนัด-ไม่เชี่ยวชาญสามปัญหาที่ครูต้องแบกรับ,” 2568)



ข้อเสนอเชิงนโยบายจากเวทีระดมความคิดเห็น

ข้อมูลจากเวทีระดมความคิดเห็น “ลดภาระ ค้นครูสู่ห้องเรียน” ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา/นักวิชาการ มีข้อเสนอเชิงนโยบาย สรุปได้ดังนี้ (“7 ข้อเสนอเชิงนโยบายจากเวทีระดมความคิดเห็น,” 2568)

ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา/นักวิชาการ

ดร.ไกรยศ ภัทราวาท

ผู้จัดการกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา



ข้อเสนอเชิงนโยบาย

- การออกแบบนโยบายต้องเปลี่ยนจากการ “คิดแทน” เป็น “ฟังจริง” เสียงของครูต้องได้รับการรับฟังในฐานะผู้ปฏิบัติงาน หากกิจกรรมใดใช้เวลาหรือทรัพยากรมากและส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้ของเด็ก ควรได้รับการทบทวนและปรับปรุงให้เหมาะสม



ข้อเสนอเชิงนโยบาย

- ให้เขตพื้นที่การศึกษาดำเนินการจัดซื้อจัดจ้างแทนให้กับโรงเรียนขนาดเล็ก พร้อมทั้งดำเนินการรวบรวมข้อมูลเชิงลึกผ่านกระบวนการ “School Mapping” เพื่อตรวจสอบความต้องการเร่งด่วนในแต่ละโรงเรียนและส่งทีมสนับสนุนอย่างตรงจุด
- เขตพื้นที่การศึกษาควรจัดอบรมความรู้เรื่องการเงินและพัสดุให้กับครู โดยเชิญผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน และเปิดช่องทางให้สามารถปรึกษาได้ตลอดเวลา เพื่อให้ครูมีความรู้ความเชี่ยวชาญและความมั่นใจ
- จัดสรรบุคลากรเชี่ยวชาญด้านงานโยธาประจำในเขตพื้นที่การศึกษา เพื่อสนับสนุนโรงเรียนที่ต้องดำเนินการก่อสร้างหรือซ่อมแซม
- ให้มีระบบ Big Data กลาง เพื่อให้เขตพื้นที่การศึกษา และโรงเรียนสามารถเข้าถึงข้อมูลร่วมกัน
- มีระบบการประเมินสุขภาพจิตครู เพื่อให้เกิดการดูแลเชิงป้องกันและส่งเสริมสุขภาพจิตอย่างต่อเนื่อง

ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา/นักวิชาการ

ดร.สุริภรณ์ ขนอม

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
ประถมศึกษาจันทบุรี เขต 2



ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา/นักวิชาการ

ผศ.อรรถพล อนันตวรสกุล

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ข้อเสนอเชิงนโยบาย

- สํารวจ “ขีดจำกัดของโรงเรียน” โดยใช้กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) ทำหน้าที่เป็นสื่อกลางเชิงข้อมูล และนำความคิดเห็นจากพื้นที่จริงสู่การปรับนโยบาย
- กระทรวงศึกษาธิการควรลดจำนวนโครงการที่มีอยู่และปรับเปลี่ยนตัวชี้วัด (KPI) ที่เป็นภาระของครูให้มีความยืดหยุ่นสอดคล้องกับบริบทของพื้นที่ภายในระยะเวลา 3 ปี
- สนับสนุนร่างพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติฉบับใหม่ เพื่อสร้างรูปแบบการบริหารบุคลากรที่เหมาะสม และเสนอแนวคิดให้โรงเรียนขนาดเล็กในชนบท “สังกัดท้องถิ่น” แทนส่วนกลาง เพื่อเปิดโอกาสให้เกิดการจัดสรรที่ตรงจุด สอดคล้องกับศักยภาพและข้อจำกัดของแต่ละพื้นที่ และคืนอำนาจในการดูแลตนเองให้กับโรงเรียนอย่างแท้จริง

ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา/นักวิชาการ

นางสาวนันทิยา บัวตรี

ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสลักเพชร
เกาะช้าง จ.ตราด



ข้อเสนอเชิงนโยบาย

- ปรับภาระงานให้เหมาะสมกับบทบาทจริง หากครูต้องทำงานด้านการเงินหรือพัสดุ เสนอให้ลดชั่วโมงสอนรวมถึงการกล้าปฏิเสธกิจกรรมที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ของนักเรียน แม้จะมาจากหน่วยงานภายนอกก็ตาม
- ยกย่องสวัสดิการครูให้ครอบคลุมและจริงจังมากขึ้น
- กระทรวงศึกษาธิการควรให้การสนับสนุนค่าใช้จ่ายสอดคล้องกับค่าใช้จ่ายที่ครูในพื้นที่ห่างไกลต้องรับภาระ เช่น ค่าพาหนะ ค่าอาหาร ค่าที่พัก โดยเฉพาะเมื่อครูต้องเดินทางเข้าร่วมกิจกรรมจากส่วนกลาง
- ลดภาระงานที่ไม่จำเป็นหรือซ้ำซ้อน โดยเฉพาะกิจกรรมที่ได้รับมอบหมายจากส่วนกลางซึ่งต้องเดินทางระยะไกล

ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา/นักวิชาการ

นายปกรณ์ ศศิวิจน์ไพสิฐ

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านสว่า
จังหวัดน่าน



ข้อเสนอเชิงนโยบาย

- กระทรวงศึกษาธิการควรเร่งจัดสรรบุคลากรด้านการเงินและพัสดุให้ครบทุกโรงเรียน เพื่อให้ครูไม่ต้องแบกรับภาระงานที่อยู่นอกเหนือวิชาชีพของตน และควรพิจารณาตัดหรือลดโครงการและกิจกรรมที่ไม่จำเป็น

ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา/นักวิชาการ

ดร.ศุภโชค ปิยะสันต์

ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านห้วยไร่สามัคคี
จังหวัดเชียงราย



ข้อเสนอเชิงนโยบาย

- ทบทวนระบบการวิเคราะห์อัตราค่าจ้างบุคลากรของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยไม่ควรมุ่งเน้นเพียงการเพิ่มจำนวนครู แต่ต้องจัดสรรบุคลากรให้ครบตามความต้องการ เช่น เจ้าหน้าที่พัสดุ เจ้าหน้าที่การเงิน และเจ้าหน้าที่ดูแลกิจกรรมอาหารกลางวัน
- ยกเลิกโครงการประเมิน ITA (Integrity and Transparency Assessment) และยกเลิกตัวชี้วัด (KPI) ที่กำหนดจากส่วนกลาง ซึ่งไม่มีมาตรฐานหรือไม่สอดคล้องกับบริบทของแต่ละโรงเรียน
- ดูแลสุขภาพทางใจของครูอย่างจริงจัง โดยให้มีการจัดกิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายพักฟื้น และสร้างขวัญกำลังใจ
- ยุบรวมโครงการที่ซ้ำซ้อนหรือมีเป้าหมายใกล้เคียงกัน เพื่อช่วยลดภาระงานของครู และทำให้สามารถจัดการเรียนการสอนได้อย่างมีคุณภาพมากขึ้น

ข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา/นักวิชาการ

นายอนุสรณ์ พรหมรังกา

ผู้อำนวยการโรงเรียนรัฐราษฎร์บำรุง
จังหวัดแพร่



ข้อเสนอเชิงนโยบาย

- กระทรวงศึกษาธิการควรพิจารณาทบทวนว่า โครงการและระบบการรายงานผลต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อโรงเรียนและนักเรียนมากกว่าเป็นเพียงกลไกที่ตอบสนองความต้องการของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาและส่วนกลางเท่านั้น
- สนับสนุนบุคลากรผู้เชี่ยวชาญด้านการเงินและพัสดุเพื่อช่วยเหลือโรงเรียนให้สามารถดำเนินงานด้านเอกสารการเงินได้อย่างถูกต้อง
- ทบทวนและคัดกรองนโยบายหรือโครงการจากส่วนกลาง หากโครงการใดไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการเรียนการสอน หรือสร้างภาระให้ครู ควร “ยกเลิก ลด หรือหลอมรวม” ให้เหลือเท่าที่จำเป็น
- การปฏิรูปที่แท้จริงจำเป็นต้องเริ่มต้นจากการรับฟังผู้ปฏิบัติงานจริง และให้ความสำคัญกับเวลาและศักยภาพของครูในห้องเรียน

ประโยชน์ที่ได้รับจากการลดภาระงานของครู

1. เพิ่มคุณภาพการเรียนการสอนและผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียน

การลดภาระงานนอกห้องเรียน ทำให้ครูมีเวลาในการจัดการเรียนการสอนได้มากขึ้น ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อคุณภาพผู้เรียน จากข้อมูลผลคะแนน PISA ปี 2565 พบว่านักเรียนในโรงเรียนที่ครูขาดแคลนมาก (โรงเรียนที่ครูไม่มีเวลาสอนหรือมีครูไม่พอ) มีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าโรงเรียนที่ครูไม่ขาดแคลนถึง 42 คะแนน โดยได้คะแนนเฉลี่ยเพียง 367 คะแนนเท่านั้น ซึ่งต่ำกว่ามาตรฐานที่ใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้ (“คืนครูให้ห้องเรียน,” 2566) นอกจากนี้ ยังพบว่าตัวแปรด้านครูมีอิทธิพลสูงสุดต่อคุณภาพการศึกษาของโรงเรียน รองลงมา คือ ด้านการบริหารการศึกษา ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของครูต่อการพัฒนาคุณภาพการศึกษา (กันตพัฒน์ มณฑา, 2565, น. 289)



2. ลดความเครียดและเพิ่มความสุขของครู



การลดภาระงานช่วยให้ครูมีเวลาพักผ่อนและดูแลสุขภาพจิตมากขึ้น จากการสำรวจ พบว่า เกือบร้อยละ 95 ของครูทำงานนานกว่า 8 ชั่วโมงต่อวัน และร้อยละ 58 ใช้เวลาไปกับงานอื่นที่ไม่ใช่การสอนมากกว่า 6 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ (“นโยบายลดภาระงานครู (บางส่วน) ไม่พอคืนครูสู่ห้องเรียน,” 2566) ซึ่งเวลาที่เสียไปนอกห้องเรียนเหล่านี้ เป็นการเบียดบังเวลาพักผ่อนเป็นสาเหตุของความเครียดสะสม และทำให้ความตั้งใจในวิชาชีพถูกบั่นทอน (ไกรยศ ภัทรราช, 2568)

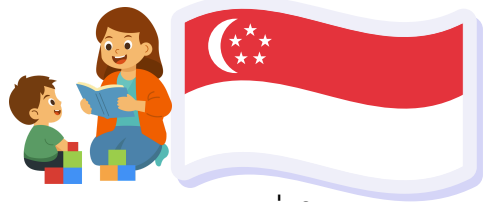
3. ลดอัตราการลาออกของครู

จากการศึกษาบทความ เรื่อง คืนครูสู่ห้องเรียน พบว่า ภาระงานที่มากเกินไปเป็นปัจจัยหลักที่ทำให้ครูลาออกจากอาชีพ ดังนั้น การลดภาระงานที่ไม่จำเป็นจะช่วยให้ครูมีเวลามากขึ้นในการเตรียมการสอนและดูแลนักเรียน ซึ่งจะทำให้ครูมีความสุขและพึงพอใจในงานที่ทำ และลดการลาออกจากอาชีพ เมื่อครูรู้สึกว่าการะงานมีความสมดุลกับบทบาทของตนเอง ครูจะมีแนวโน้มที่จะอยู่ในอาชีพการสอนนานขึ้น ส่งผลดีต่อระบบการศึกษาทั้งในระดับโรงเรียนและระดับชาติ การลดภาระงานที่ไม่จำเป็นจึงเป็นทางเลือกที่สำคัญในการรักษาคุณภาพการศึกษา ผ่านการดูแลและพัฒนาครูอย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งยังช่วยเพิ่มความพึงพอใจในวิชาชีพการสอน และทำให้ครูสามารถทำงานได้เต็มศักยภาพ (กัญชลาภรณ์ ทิปกากร, 2568, น. 42-43)



การลดภาระงานของครูในต่างประเทศ

สิงคโปร์

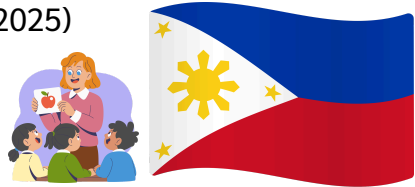


กระทรวงศึกษาธิการสิงคโปร์ได้ทดลองใช้ฟีเจอร์ในแอปพลิเคชัน Parents Gateway เพื่อให้ผู้ปกครองส่งเอกสารการลาของนักเรียนในรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์ นอกจากนี้ ยังได้กำหนดแนวปฏิบัติที่ชัดเจนสำหรับการสื่อสารระหว่างครูและผู้ปกครองนอกเวลาทำการ รวมถึงลงทุนในระบบตรวจงานอัตโนมัติ และเครื่องมือประเมินผลโดยใช้ AI เพื่อลดการตรวจงานของครู (“Singapore Teachers Embrace Digital Technologies and Benefit from Strong Professional Development: OECD TALIS 2024 Study,” 2025)

ด้านเวลาทำงาน ได้จัดให้มีเจ้าหน้าที่ธุรการเฉพาะในแต่ละโรงเรียนเพื่อรับผิดชอบงานธุรการทั่วไป การจัดซื้อ การเงิน และการสนับสนุนด้านโลจิสติกส์ ส่งผลให้ครูใช้เวลากับงานธุรการเฉลี่ย 4 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ลดลงจาก 5 ชั่วโมงในปี 2564 (“Average Classroom Instruction Hours Versus Total Working Hours for Teachers and Initiatives to Reduce Administrative Workload in Past Five Years,” 2025)

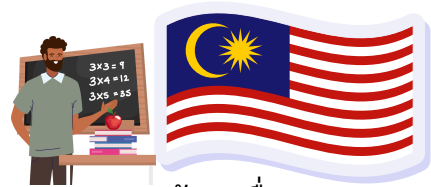
ด้านการจัดการเวลาพักผ่อนเพื่อสุขภาพของครู โรงเรียนทุกแห่งได้กำหนดให้ครูมีเวลาพักผ่อนในช่วงปิดเทอม โดยครูได้รับเวลาพักผ่อนที่ 6–7 สัปดาห์ในแต่ละปี นอกจากนี้ ยังปรับปรุงแนวปฏิบัติด้านการสื่อสารระหว่างโรงเรียนและผู้ปกครองเพื่อหลีกเลี่ยงการติดต่อสื่อสารระหว่างผู้ปกครองและครูหลังเวลาทำการของโรงเรียน ยกเว้นในกรณีฉุกเฉินที่สำคัญ และกำหนดว่าครูไม่จำเป็นต้องให้หมายเลขโทรศัพท์ส่วนตัวแก่ผู้ปกครองและนักเรียน (“Addressing Teachers’ Stress Levels and Supporting Their Mental Well-Being,” 2025)

ฟิลิปปินส์



กระทรวงศึกษาธิการฟิลิปปินส์กำหนดให้ครูมีภาระงานสอนจริงในชั้นเรียน 6 ชั่วโมงต่อวัน และมีเวลา 2 ชั่วโมงสำหรับงานเสริม โดยภารกิจงานเสริมของครูควรอยู่ในหมวดการวางแผนหลักสูตร การจัดการเรียน การสอน และวิธีการสอน การประเมินความก้าวหน้าของผู้เรียน และการให้คำแนะนำและการจัดการห้องเรียน ส่วนงานอื่น ๆ ที่ไม่เข้าข่ายงานสอนและงานสนับสนุนที่ระบุไว้สำหรับครู จะถูกมอบหมายให้แก่ฝ่ายบริหารของโรงเรียน (“DepEd ensures more classroom time for teachers on latest workload policy,” 2024)

มาเลเซีย



ในเดือนกรกฎาคม 2568 กระทรวงศึกษาธิการมาเลเซียได้ประกาศมาตรการ 7 ด้าน เพื่อลดภาระงานของครู ซึ่งรวมถึงการยกเลิกกิจกรรมที่มีผลกระทบต่อการศึกษา ลดความถี่ในการประเมินมาตรฐานการจัดการคุณภาพการศึกษา นอกจากนี้ ภาระงานของครูในการบันทึกการเข้าเรียนของนักเรียนสามารถปรับเปลี่ยนได้ จำกัดการจัดงานวันครูให้เหลือเฉพาะระดับชาติและโรงเรียน และสรุปแผนการสอนรายวันให้กระชับขึ้น (“MoE rolls out seven steps to cut teachers’ workload, scrap low-impact events,” 2025) ต่อมาในเดือนธันวาคม 2568 กระทรวงศึกษาธิการมาเลเซียได้ประกาศยกเลิกการจัดการฝึกอบรมครูที่ถือว่าสร้างภาระงานธุรการอย่างมาก รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการมาเลเซียกล่าวว่า การยกเลิกระบบดังกล่าวจะช่วยลดภาระงานและพลังงานในการเตรียมตัวรับการเปลี่ยนแปลงหลักสูตรใหม่ในปี 2569 (Idris, 2025)

นอกจากนี้ การยกเลิกภาระงานธุรการต้องดำเนินการควบคู่กับการเพิ่มโอกาสการเรียนรู้และพัฒนาวิชาชีพ โดยการพัฒนาวิชาชีพควรมีลักษณะเป็นการเรียนรู้ที่ครูเป็นศูนย์กลางและครูเป็นผู้นำ (“Impossible workload: Teachers demand less administration; more focus on teaching and learning in Malaysia,” 2024)

ข้อเสนอแนวทางการแก้ปัญหาภาระงานของครู

1. คณะกรรมการการศึกษา การอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม วุฒิสภา

จากการประชุมเพื่อหารือแนวทางในการแก้ไขปัญหาภาระงานของครู โดยเฉพาะครูในโรงเรียนขนาดเล็ก ที่ต้องปฏิบัติภารกิจนอกเหนือจากการเรียนการสอน ได้มีข้อเสนอแนวทางการแก้ไขปัญหา 2 ประเด็นหลักต่อกระทรวงศึกษาธิการและรัฐบาล ดังนี้ (ชาลีสา ชัยทรัพย์ไพศาล, 2568, น. 23-33)

1) การกำหนดบทบาทของครูให้ชัดเจน โดยให้ครูมุ่งเน้นการจัดการเรียนการสอนเป็นภารกิจหลัก หากมีความจำเป็นต้องรับผิดชอบงานด้านอื่น ควรอยู่ในบทบาทของผู้กำกับดูแลในภาพรวมเท่านั้น โดยไม่ต้องลงมือปฏิบัติในรายละเอียด ซึ่งควรมีเจ้าหน้าที่ธุรการ หรือผู้มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้านรับผิดชอบงานเอกสาร ข้อมูล และภารกิจทางธุรการแทน

2) การพัฒนาองค์ความรู้และทักษะของบุคลากร ทั้งครูผู้สอนและเจ้าหน้าที่ที่รับผิดชอบงานสนับสนุน ควรได้รับการอบรมและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้องตามระเบียบราชการและลดโอกาสเกิดข้อผิดพลาดที่อาจส่งผลกระทบต่อผลตามมา

นอกจากนี้ นายกมล รอดคล้าย ประธานคณะกรรมการฯ ได้มีข้อเสนอเพื่อแก้ไขปัญหาภาระงานของครูเพิ่มเติม ดังนี้

1) การผลิตครูในระบบปิด โดยกำหนดให้ผลิตครูเป็นระบบ ซึ่งเป็นการจำกัดจำนวนรับตามความต้องการใช้งานจริงของหน่วยงาน พร้อมจัดสรรตำแหน่งรองรับอย่างชัดเจนเพื่อให้ครูทำงานในพื้นที่ถิ่นกำเนิดหรือใกล้เคียง ลดภาระการโยกย้ายและค่าใช้จ่าย สร้างความมั่นคงในอาชีพและกำลังใจในการปฏิบัติงาน

2) ยึดมั่นบทบาทหลักของครูในด้านการเรียนการสอน ให้ครูรับผิดชอบด้านการเรียนการสอนเป็นหลัก ลดภาระงานธุรการและกิจกรรมที่ไม่เกี่ยวข้องกับวิชาชีพครู เพื่อให้มีเวลาเตรียมการสอน พัฒนาตนเอง และยกระดับคุณภาพการเรียนรู้ของผู้เรียน

3) จัดสรรบุคลากรและเทคโนโลยีสนับสนุนให้เพียงพอ รัฐต้องจัดสรรบุคลากรสายสนับสนุน เช่น เจ้าหน้าที่ธุรการ นักจัดการทั่วไป และเจ้าหน้าที่เทคนิคให้เหมาะสมกับขนาดโรงเรียน ส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีช่วยบริหารจัดการข้อมูลและงานระบบ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพและลดภาระครู

4) แยกงบประมาณอย่างชัดเจน โดยจัดโครงสร้างงบประมาณการศึกษาแบ่งเป็น 2 ส่วน คือ “งบประมาณพื้นฐาน” สำหรับการดำเนินงานประจำ และ “งบประมาณเพื่อการพัฒนา” สำหรับโครงการใหม่ เพื่อบริหารจัดการงบประมาณได้อย่างมีประสิทธิภาพและตรงเป้าหมาย

5) ปรับบทบาทของเขตพื้นที่การศึกษาให้เน้นการส่งเสริมมากกว่าการควบคุม โดยเขตพื้นที่การศึกษาทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงให้คำแนะนำและสนับสนุนโรงเรียน ลดการตรวจสอบหรือตรวจเอกสารที่สร้างภาระซ้ำซ้อน เน้นการช่วยแก้ไขปัญหา ร่วมกับครูและผู้บริหารสถานศึกษา

6) ส่งเสริมการกระจายอำนาจให้แก่ท้องถิ่นในระยะยาว โดยกระจายอำนาจการจัดการศึกษาให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นอย่างเป็นระบบ เพื่อบริหารจัดการโรงเรียนตามบริบทพื้นที่ เพิ่มความยืดหยุ่นในการแก้ไขปัญหา และเสริมสร้างความร่วมมือระหว่างชุมชนกับสถานศึกษา

 <p>1 การผลิตครูในระบบปิด</p> <p>วางแผนและผลิตครูให้เพียงพอตรงความต้องการของพื้นที่</p>	 <p>2 ยึดมั่นบทบาทหลักของครูในด้านการเรียนการสอน</p> <p>ลดงานธุรการและงานที่ไม่เกี่ยวข้องเพื่อให้ครูมีเวลาสอนและพัฒนาผู้เรียน</p>	 <p>3 จัดสรรบุคลากรและเทคโนโลยีสนับสนุนให้เพียงพอ</p> <p>มีธุรการ/บริการงาน/IT Support และเทคโนโลยีที่เหมาะสมช่วยลดภาระงานครู</p>	 <p>4 แยกงบประมาณอย่างชัดเจน</p> <p>งบประมาณด้านการเรียนการสอนและพัฒนาระบบ งบประมาณ์ด้านบริหารอัตรการ</p> <p>จัดสรรงบประมาณแยกส่วนโปร่งใส ตรวจสอบได้</p>	 <p>5 ปรับบทบาทของเขตพื้นที่การศึกษาให้เน้นการส่งเสริมมากกว่าการควบคุม</p> <p>เป็นพี่เลี้ยง ให้คำแนะนำ สนับสนุน และพัฒนาสถานศึกษา</p>	 <p>6 ส่งเสริมการกระจายอำนาจให้แกท้องถิ่นในระยะยาว</p> <p>ให้ท้องถิ่นมีบทบาทในการบริหารจัดการการศึกษาอย่างเหมาะสมและต่อเนื่อง</p>
--	---	---	---	---	---

2. สมาชิกสภาผู้แทนราษฎร

จากปัญหาภาระงานของครู สมาชิกสภาผู้แทนราษฎรได้ตั้งกระทู้ถามต่อรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ เมื่อวันที่ 9 พฤศจิกายน 2566 เรื่อง ขอรื้อแบบแผนการแก้ไขปัญหาครูไม่เพียงพอ เนื่องจากในปัจจุบันอาชีพข้าราชการครูในหลายโรงเรียนต้องแบกรับหน้าที่ และความรับผิดชอบในเรื่องของการสอนนักเรียนมากกว่าหนึ่งวิชาหรือมากกว่าหนึ่งชั้นเรียน โดยหลายครั้งที่ครูจำเป็นต้องสอนในวิชาที่ตนเองไม่เชี่ยวชาญ สะท้อนถึงปัญหาภาระงานของครูที่มีมาก ครูไม่ได้เตรียมการสอนและทำให้การสอนไม่มีประสิทธิภาพ เพราะจำนวนครูในโรงเรียนมีไม่เพียงพอ ส่งผลเสียต่อครูผู้สอนและส่งผลกระทบต่อผลการเรียนของนักเรียนอีกด้วย และสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานได้มีแนวทางในการแก้ไขปัญหาคูไม่เพียงพอ ดังนี้ (กระทู้ถามที่ 207 เรื่อง ขอรื้อแบบแผนการแก้ไขปัญหาครูไม่เพียงพอ, 2567, น. 64-66)

ข้อเสนอแนะทางการแก้ไขปัญหาภาระงานครู

1 ลดและเลิกงานที่ไม่จำเป็น  กบฏภาระงาน ยกเลิกงานซ้ำซ้อน	2 เพิ่มบุคลากรสนับสนุนในโรงเรียน  จัดหาบุคลากรธุรการและนักสนับสนุน	3 พัฒนาระบบดิจิทัลเพื่อลดงานเอกสาร  เชื่อมโยงข้อมูล ลดการกรอกซ้ำ ใช้เทคโนโลยีช่วยงาน	4 กระจายอำนาจและความรับผิดชอบ  กระจายงานสู่ระดับเขต/โรงเรียนอย่างเหมาะสม	5 ปรับเกณฑ์การประเมินและการตรวจราชการ  เน้นผลลัพธ์ ไม่เน้นเอกสาร ลดการตรวจที่ไม่จำเป็น	6 ให้ครูได้ทำหน้าที่หลักคือการสอนและพัฒนาผู้เรียน  คืนเวลาให้ครูเพื่อคุณภาพการศึกษา
--	--	--	--	---	---

“


ลดภาระงานครู เพื่อให้ครูมีเวลาพัฒนาการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างแท้จริง

”

1) ดำเนินการสำรวจและจัดทำข้อมูลอัตรากำลังครูในสถานศึกษา เพื่อวิเคราะห์ปริมาณงานสถานศึกษาในสังกัดว่าอัตรากำลังครูขาดหรือเกินในภาพรวมของแต่ละสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามากน้อยเพียงใด ซึ่งข้อมูลวันที่ 10 มิถุนายน 2566 มีสภาพอัตรากำลังครูภาพรวมขาดเกณฑ์ จำนวน 31,373 อัตรา อย่างไรก็ตาม เมื่อสิ้นปีงบประมาณ พ.ศ. 2566 ได้มีแนวทางในการแก้ไขปัญห โดยได้ดำเนินการจัดสรรคืนอัตรารว่างจากผลเกษียณอายุราชการของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา จำนวน 12,514 อัตรา ให้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาทุกเขต เพื่อนำไปจัดสรรอัตรารว่างดังกล่าวให้สถานศึกษาในสังกัดตามหลักเกณฑ์ของสำนักงานคณะกรรมการข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา และเงื่อนไขที่คณะกรรมการกำหนดเป้าหมายและนโยบายกำลังคนภาครัฐกำหนด

2) ดำเนินการจัดสรรพนักงานราชการ ตำแหน่งครูผู้สอน จำนวน 17,758 อัตรา และอัตราจ้าง ตำแหน่งครูผู้สอนจำนวน 4,658 อัตรา ให้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา เพื่อนำไปจัดสรรให้กับโรงเรียนที่มีความขาดแคลนครู โดยให้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาบริหารอัตรากำลังดังกล่าวให้กับสถานศึกษาตามความจำเป็นเร่งด่วน

นอกจากนี้ เมื่อวันที่ 11 เมษายน 2568 สมาชิกสภาผู้แทนราษฎร ได้ตั้งกระทู้ถามต่อรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง ปัญหาภาระงานครูที่หนักหนาสาหัส ครูต้องทำงานเอกสารเป็นจำนวนมาก แทนที่จะได้อยู่ในห้องเรียนกับเด็กเพื่อสอนหนังสือ แต่กลับต้องมาทำเอกสาร อีกทั้งเอกสารประเมินโครงการและกิจกรรมต่าง ๆ รวมถึงหลายโรงเรียนขาดแคลนบุคลากรสายสนับสนุนการสอน เช่น เจ้าหน้าที่ธุรการ เจ้าหน้าที่พัสดุ เจ้าหน้าที่บัญชี-การเงิน เจ้าหน้าที่โภชนาการ แต่กลับกำหนดภาระหน้าที่เหล่านี้ไปให้กับครู ดังนั้น กระทรวงศึกษาธิการมีแผนดำเนินการในการลดภาระงานครูอย่างไร และจะจัดหาบุคลากรสายสนับสนุนการสอน เช่น เจ้าหน้าที่ธุรการ เจ้าหน้าที่พัสดุ เจ้าหน้าที่บัญชี-การเงิน เจ้าหน้าที่โภชนาการ เพื่อมาช่วยแบ่งเบาภาระงานครูได้เมื่อใด แต่กระทู้ถามเรื่องดังกล่าว ยังไม่มีการตอบกระทู้เนื่องจากคณะรัฐมนตรีพ้นจากตำแหน่ง หลังจากมีพระราชกฤษฎีกายุบสภาผู้แทนราษฎร พ.ศ. 2568 เมื่อวันที่ 12 ธันวาคม 2568 (สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร, 2568)

3. กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา

ผลการวิจัยจากการสำรวจภาระงานของครูจากกลุ่มตัวอย่างในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โรงเรียนเอกชน และโรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร โดยสถาบันวิจัยเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) มีข้อเสนอแนวทางการแก้ไขปัญหาภาระงานครู ดังนี้ (ภาพที่ 1) (“เปิดผลวิจัยรับวันครู,” 2569)

แนวทางแก้ปัญหาภาระงานครู เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีและการพัฒนาการศึกษาอย่างยั่งยืน

ระยะสั้น (ทำได้ทันที)

- ลดภาระงานไม่จำเป็น ตัดงานเอกสารซ้ำซ้อน ปรับลดลำดับความสำคัญของงานอื่น ๆ เพื่อให้งานสอนเป็นภารกิจอันดับหนึ่ง
 - เอกสารซ้ำซ้อน ❌
 - รายงานไม่จำเป็น ❌
 - งานที่ไม่เร่งด่วน ❌
 - งานสอน อันดับ 1
 - สอน
 - พัฒนาผู้เรียน
 - วางแผนการสอน
 - ประเมินผลอย่างมีคุณภาพ
- กระจายงานอย่างเป็นธรรม เลี่ยงการมอบงานหลายโครงการให้ครูเพียงคนเดียวหรือกลุ่มเดียว
 - โครงการ A
 - โครงการ B
 - งานบริหาร
 - งานกิจกรรม
- แยกงานสนับสนุนจากงานครู โดยพิจารณาจ้างบุคลากรเฉพาะทาง เช่น งานธุรการ การเงิน พัสดุฯ
 - ครู บุคลากรสอนและพัฒนาผู้เรียน
 - บุคลากรสนับสนุนเฉพาะทาง ธุรการ / การเงินพัสดุ / IT / ฯลฯ

ระยะกลาง (ภายใน 6-12 เดือน)

- เพิ่มเวลาเตรียมสอน โดยลดชั่วโมงสอนต่อสัปดาห์ หรือจัดคางว่างสำหรับการเตรียมสอนโดยเฉพาะ
 - ก่อนปรับ: สอน 20 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์
 - หลังปรับ: สอน 15 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์ + คางว่างเตรียมสอน
- ดูแลสุขภาพใจ ด้วยการจัดโปรแกรมสุขภาพจิต มีช่องทางให้คำปรึกษากับครู เพื่อป้องกันภาวะเครียดสะสม
 - โปรแกรมผ่อนคลายความเครียด
 - กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์
 - ที่ปรึกษาด้านสุขภาพจิต
 - ช่องทางปรึกษาออนไลน์
- สร้างสมดุลชีวิตและการทำงาน โดยกำหนดนโยบายงดติดต่องานนอกเวลาราชการอย่างจริงจัง
 - เวลาราชการ: 8:30 - 16:30 น.
 - นอกเวลาราชการ: เวลางานอื่นและครอบครัว
 - งดติดต่องานนอกเวลาราชการ

ระยะยาว (ภายใน 1-2 ปี)

- ปฏิรูประบบราชการและโครงสร้าง นำเทคโนโลยีดิจิทัลมาทดแทนงานเอกสาร
 - ระบบบริหารการศึกษาดิจิทัล
 - งานเอกสารออนไลน์
 - อนุมัติออนไลน์
 - รายงานอัตโนมัติ
 - ฐานข้อมูลกลาง
- สร้างระบบพี่เลี้ยง (Mentoring) เพื่อสนับสนุนครูใหม่ในการปรับตัวและการเผชิญความท้าทาย
 - ระบบพี่เลี้ยง
 - แนะนำงาน
 - ให้คำปรึกษา
 - แลกเปลี่ยนประสบการณ์
 - ติดตามและให้กำลังใจ
- สร้างวัฒนธรรมองค์กรที่เคารพวิชาชีพครู เพื่อให้ครูมีส่วนร่วมตัดสินใจ เพิ่มความรู้สึกเป็นเจ้าของ และเต็มใจทุ่มเทช่วยผู้กำลังใจ
 - ร่วมฟังความคิดเห็น
 - ร่วมกำหนดนโยบายและแนวทาง
 - ขอรับและให้เกียรติวิชาชีพครู
 - ครูมีคุณค่า การศึกษาพัฒนาอย่างยั่งยืน

ภาพที่ 1 : แนวทางแก้ปัญหาภาระงานครู เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีและการพัฒนาการศึกษาอย่างยั่งยืน

หมายเหตุ : ข้อมูลจากบทความ เรื่อง เปิดผลวิจัยรับวันครู วิกฤต.ร.เล็ก ครูแบกงานเกินทำทั้งธุรการ การเงิน ชี้ 63% Work-Life Balance พัง

บทสรุปและข้อเสนอแนะของผู้ศึกษา

วิกฤตภาระงานของครูไทยเป็นปัญหาสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อคุณภาพการศึกษาของประเทศ ครูไทยใช้เวลาที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเรียนการสอนค่อนข้างมาก เช่น งานธุรการ งานพัสดุ งานการเงิน ทำให้ไม่สามารถทำหน้าที่สอนได้อย่างเต็มที่ สถานการณ์นี้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพการจัดการเรียนการสอน สุขภาพและความเครียดของครู รวมถึงคุณภาพการศึกษาของผู้เรียนในระยะยาว การแก้ไขปัญหาต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ตั้งแต่ระดับนโยบายระดับสถานศึกษา และตัวครูเอง ทั้งนี้ มีข้อเสนอแนะที่สำคัญ ได้แก่ การปรับปรุงนโยบายและกำกับดูแลโครงการ การจัดสรรบุคลากรสนับสนุน การพัฒนาระบบเทคโนโลยีสารสนเทศ การปรับปรุงระบบการบริหารจัดการในโรงเรียน และการส่งเสริมให้ครูพัฒนาทักษะ การจัดการเวลาและดูแลตนเอง

การ **“คืนครูสู่ห้องเรียน”** ไม่ใช่เพียงการลดภาระงาน แต่เป็นการสร้างระบบและวัฒนธรรมที่ให้ความสำคัญกับงานหลักของครู คือ การจัดการเรียนการสอนและการพัฒนาผู้เรียน เพื่อให้ครูพัฒนาคุณภาพการศึกษาได้อย่างเต็มศักยภาพ ซึ่งความสำเร็จในการแก้ไขปัญหาจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมีความมุ่งมั่นและความร่วมมือจากทุกฝ่าย โดยเฉพาะผู้กำหนดนโยบายที่ต้องให้ความสำคัญกับปัญหานี้อย่างจริงจัง และผู้บริหารสถานศึกษาที่ต้องนำนโยบายไปปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม ผู้ศึกษาจึงมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. รัฐควรใช้ **“เกณฑ์ภาระงานขั้นพื้นฐาน”** แทน **“เกณฑ์จำนวนนักเรียน”** เพื่อให้โรงเรียนมีเจ้าหน้าที่สนับสนุนการเรียนการสอน เช่น เจ้าหน้าที่พัสดุ การเงิน และธุรการมีมืออาชีพ โดยไม่เป็นภาระงานของครู
2. กระทรวงศึกษาธิการควรพัฒนาระบบ **Big Data** กลางที่เชื่อมโยงข้อมูลระหว่างสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน คณะกรรมการการศึกษาธิการจังหวัด เขตพื้นที่การศึกษา เพื่อยกเลิกการรายงานในรูปแบบกระดาษหรือไฟล์อิเล็กทรอนิกส์ที่ซ้ำซ้อน เพื่อลดภาระงานของครูที่ไม่จำเป็น
3. กระทรวงศึกษาธิการควรยกเลิกโครงการหรือกิจกรรมที่ไม่เกี่ยวข้องหลักกับหลักสูตรแกนกลาง เพื่อให้ครูได้ออกแบบการเรียนการสอนได้อย่างเต็มศักยภาพ
4. สถาบันการศึกษาควรปรับปรุงหลักสูตรครุศาสตร์หรือหลักสูตรศึกษาศาสตร โดยเพิ่มวิชาการบริหารจัดการห้องเรียนยุคใหม่และการใช้เทคโนโลยีเพื่อลดภาระงานของครู รวมถึงการให้ความรู้พื้นฐานด้านพัสดุ การเงิน ธุรการเบื้องต้น เพื่อให้ครูปฏิบัติงานได้ถูกต้องตามระเบียบราชการ และลดโอกาสเกิดข้อผิดพลาด

“คืนครูสู่ห้องเรียน”

“เพื่อคุณภาพการศึกษาอย่างยั่งยืน”

ลดภาระงาน สร้างระบบ สนับสนุนงานหลักครู คือ การสอนและพัฒนาผู้เรียน

ไม่ใช่เพียงการลดภาระงาน
แต่คือการสร้างระบบและวัฒนธรรมที่ให้ความสำคัญกับงานหลักของครู

ก่อน → **หลัง**

- งานเอกสารมาก
- รายงานซ้ำซ้อน
- โครงการไม่เกี่ยวข้อง
- ไม่มีเวลาสอน

- สอนและพัฒนานักเรียน
- ออกแบบการเรียนรู้
- ใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่
- มีความสุขในอาชีพ

ครูมีเวลา
ดูแลและพัฒนา
นักเรียนอย่างจริงจัง

- ✓ สอนเต็มที่
- ✓ พัฒนาผู้เรียน
- ✓ สร้างอนาคต

ความสำเร็จ
เกิดจากความร่วมมือของทุกฝ่าย

ผู้กำหนดนโยบาย ผู้บริหารสถานศึกษา ครูผู้สอน

- กำหนดนโยบายที่ชัดเจน ให้ความสำคัญอย่างจริงจัง
- นำนโยบายไปปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม
- ร่วมกันขับเคลื่อน เพื่อคุณภาพการศึกษา

↓

ผู้เรียนได้รับการพัฒนาอย่างเต็มศักยภาพ

คุณภาพการศึกษางวดชาติยั่งยืน

ข้อเสนอแนะเพื่อการ “คืนครูสู่ห้องเรียน”

1 ใช้ **“เกณฑ์ภาระงานขั้นพื้นฐาน”** แทน **“เกณฑ์จำนวนนักเรียน”**

จัดหาเจ้าหน้าที่สนับสนุนการเรียนการสอน

พัสดุ การเงิน ธุรการ

ไม่เป็นการงานของครู

2 พัฒนาระบบ **Big Data** กลาง

เชื่อมโยงข้อมูล

- สพฐ.
- ศรช.
- เขตพื้นที่การศึกษา

ยกเลิกการรายงานกระดาษ / ไฟล์ Excel ซ้ำซ้อน ลดภาระงานครูที่ไม่จำเป็น

3 ยกเลิกโครงการ/กิจกรรมที่ไม่เกี่ยวข้องหลักกับหลักสูตรแกนกลาง

ให้ครูได้ออกแบบการเรียนการสอนอย่างเต็มศักยภาพ

4 ปรับปรุงหลักสูตรครุศาสตร์หรือหลักสูตรศึกษาศาสตร

- การบริหารจัดการห้องเรียนยุคใหม่
- การใช้เทคโนโลยีเพื่อลดภาระงานครู
- ความรู้พื้นฐานด้านพัสดุ การเงิน ธุรการเบื้องต้น

ปฏิบัติงานถูกต้องตามระเบียบราชการ ลดโอกาสเกิดข้อผิดพลาด

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

- กัญชลาภรณ์ ทีปการ. (2568). **คืนครูสู่ห้องเรียน**. สืบค้น 21 มกราคม 2569 จาก <https://so09.tci-thaijo.org/index.php/RSMP/article/view/6177/3908>
- กันตพัฒน์ มณฑา. (2565). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพการศึกษาของโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การประถมศึกษากรุงเทพมหานคร**. สืบค้น 21 มกราคม 2569 จาก <https://e-research.siam.edu/kb/factors-effecting-the-quality-of-school/>
- “กระทู้ถามที่ 207 เรื่อง ขอทราบแนวทางการแก้ไขปัญหาครูไม่เพียงพอ” (16 มกราคม 2567). **ราชกิจจานุเบกษา**, เล่ม 141 ตอนพิเศษ 15 ง, น. 64-66.
- ไกรยส ภัทราวาท. (21 กรกฎาคม 2568). **เปิดข้อเสนอ 'ลดภาระงานนอกตารางสอน คืนครูสู่ห้องเรียน'**. สืบค้น 21 มกราคม 2569 จาก <https://www.eef.or.th/article-210725/>
- คืนครูให้ห้องเรียน: ภาระครูเป็นงูกินหาง ต้องย้อนแก้ตั้งแต่โรงเรียนจนถึงกระทรวงฯ**. (18 ธันวาคม 2566). สืบค้น 21 มกราคม 2569 จาก <https://theactive.thaipbs.or.th/data/return-teacher-classroom>
- ครูแบก “งาน” รากของปัญหาจากไหน ?**. (20 มิถุนายน 2568). สืบค้น 15 มกราคม 2569 จาก <https://www.thaipbs.or.th/now/content/2828>
- จุไรรัตน์ สุดรุ่ง และ ผัสสพรรณ ถนอมพงษ์ชาติ. (เมษายน-มิถุนายน 2561). **การพัฒนาครู : แก้ปัญหาให้ตรงจุด**. สืบค้น 23 กุมภาพันธ์ 2569 จาก <https://so02.tcithaijo.org/index.php/EDUCU/article/view/131919/99040>
- 7 ข้อเสนอเชิงนโยบายจากเวทีระดมความคิดเห็น “ลดภาระ คืนครูสู่ห้องเรียน”**. (26 ธันวาคม 2568). สืบค้น 13 มกราคม 2569 จาก <https://iamkru.com/7-policies/>
- ชาลิสสา ชัยทรัพย์ไพศาล. (มิถุนายน 2568). **ดร. กมล รอดคล้าย แนะนำแก้ปัญหาภาระงานครูที่ล้นเกิน บทเรียนจากกรณีครูมัด. จันทราวุฒิสภาไทย**, 2, 23-33.
- วิชุดา ภาควัฒนะ, สุมิตร สุวรรณ, และ พิชราภา ตันติชูเวช. (กันยายน-ตุลาคม 2568). **โรงเรียนขนาดเล็ก: ปัญหาและความท้าทายในโลกยุคใหม่**. สืบค้น 23 กุมภาพันธ์ 2569 จาก https://so11.tci-thaijo.org/index.php/J_SSR/article/view/1841/851
- ดร.กมล รอดคล้าย แนะนำแก้ปัญหา ภาระงานครูที่ล้นเกิน บทเรียนจากกรณี “ครูมัด”**. (24 มิถุนายน 2568). สืบค้น 15 มกราคม 2569 จาก <https://www.senate.go.th/view/386/News/จันทราInterview /323/TH-TH>
- นโยบายลดภาระงานครู (บางส่วน) ไม่พอคืนครูสู่ห้องเรียน**. (14 ธันวาคม 2566). สืบค้น 21 มกราคม 2569 จาก <https://policywatch.thaipbs.or.th/article/education-2>
- นิภาวรรณ ศิริธนิกุล, รุจิร ภู่อสาระ, และ ภาวิดา ธาราศรีสุทธิ. (มกราคม-เมษายน 2567). **แนวทางการบริหารสถานศึกษาที่มีต่อการลดภาระงาน ตามการรับรู้ของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดสมุทรสงคราม สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาสมุทรสาคร สมุทรสงคราม**. สืบค้น 23 กุมภาพันธ์ 2569 จาก <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/ajpbru/article/view/259334/178240>
- เปิดผลวิจัยรับวันครู วิฤต.ร.เล็ก ครูแบกงานเกินทำทั้งธุรการ การเงิน ชี้ 63% Work-Life Balance พัง**. (16 มกราคม 2569). สืบค้น 17 มกราคม 2569 จาก https://www.matichon.co.th/local/education/news_5551507
- ไม่มีคน-ไม่ถนัด-ไม่เชี่ยวชาญ สามปัญหาที่ครูต้องแบกรับกับงานนอกห้องเรียน**. (7 กรกฎาคม 2568). สืบค้น 15 มกราคม 2569 จาก <https://korkankru.com/teacher-burden/>

รมว.ศธ. “นฤมล” เดินหน้านโยบายลดภาระงานครู ปรับลดโครงการต้องรายงาน สพฐ. เหลือเพียง 62 รายการ. (23 กรกฎาคม 2568). สืบค้น 15 มกราคม 2568 จาก <https://www.moe.go.th/ลดภาระงานครู/>

สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา. (30 สิงหาคม 2564). ภาระงานของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ตำแหน่งครู ผู้บริหารสถานศึกษา ตำแหน่งศึกษานิเทศก์ และตำแหน่งผู้บริหารการศึกษา [หนังสือราชการ]. (ศธ 0206.3/ว21). สืบค้น 15 มกราคม 2569 จาก https://otepc.go.th/th/content_page/item/3474-2021-08-30-11-22-42.html

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (11 เมษายน 2568). กระทู้ถามแยกเฉพาะที่ 671 เรื่อง ปัญหาความรุนแรงและการคุกคามทางเพศในสถานศึกษา ปัญหาภาระงาน ครูที่หนักหนาสาหัส ปัญหายกเลิกครูนอนเวร โดยไม่มีมาตรการที่เป็นรูปธรรมมารองรับ และปัญหาโรงเรียนขนาดเล็ก. สืบค้น 23 มีนาคม 2569 จาก https://lis.parliament.go.th/attach/mod09/mod09_20250520133840.pdf

ภาษาต่างประเทศ

Addressing teachers' stress levels and supporting their mental well-being. (2025, November 4). Retrieved Mar 26, 2026 from <https://www.moe.gov.sg/news/parliamentary-replies/20251104-addressing-teachers-stress-levels-and-supporting-their-mental-well-being>

Average classroom instruction hours versus total working hours for teachers and initiatives to reduce administrative workload in past five years. (2025, October 14). Retrieved Mar 26, 2026 from <https://www.moe.gov.sg/news/parliamentary-replies/20251014-average-classroom-instruction-hours-versus-total-working-hours-for-teachers-and-initiatives-to-reduce-administrative-workload-in-past-five-years>

DepEd ensures more classroom time for teachers on latest workload policy. (2024, May 30). Retrieved Mar 26, 2026 from <https://www.deped.gov.ph/2024/04/30/deped-ensures-more-classroom-time-for-teachers-on-latest-workload-policy/>

Idris, A . A. (2025, December 14). **Education Ministry scraps teacher training system to lighten workload.** Retrieved Mar 26, 2026 from <https://www.scoop.my/news/276971/education-ministry-scraps-teacher-training-system-to-lighten-workload/>

Impossible workload teachers demand less administration more focus on teaching and learning in malaysia. (2024, June 4). Retrieved Mar 26, 2026 from <https://www.eiie.org/en/item/28676-impossible-workload-teachers-demand-less-administration-more-focus-on-teaching-and-learning-in-malaysia>.

MoE rolls out seven steps to cut teachers' workload, scrap low-impact events. (2025, July 11). Retrieved Mar 27, 2026 from <https://www.malaymail.com/news/malaysia/2025/07/11/moe-rolls-out-seven-steps-to-cut-teachers-workload-scrap-low-impact-events/183537>

Singapore teachers embrace digital technologies and benefit from strong professional development: OECD TALIS 2024 Study. (2025, October 7). Retrieved Mar 26, 2026 from <https://www.moe.gov.sg/news/press-releases/20251007-singapore-teachers-embracedigitaltechnologies-and-benefit-from-strong-professional-development-oecd-talis-2024-study>