

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาการจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองนั้นผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องปรากฏดังนี้

#### 1. แนวคิดที่เกี่ยวกับการกำกับตนเอง (Self-regulation)

- มโนทัศน์ของการกำกับตนเอง (Self-regulation)

#### 2. แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory)

- กระบวนการในการกำกับตนเอง
- องค์ประกอบของการกำกับตนเอง

#### 3. แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-regulated learning or Self-directed learning)

- มโนทัศน์ของการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-regulated learning or Self-directed learning)

- ความสำคัญของการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- ความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- หลักการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- หลักการ 14 ประการของทฤษฎีการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- องค์ประกอบของการจูงใจ
- คุณลักษณะของการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- รูปแบบกลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเอง
- กลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเอง
- การพัฒนากลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเอง
- รูปแบบเชิงวัฏจักรของการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- รูปแบบการเรียนรู้เชิงกลยุทธ์

#### 4. การจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Instruction promoting self-directed learning)

- มโนทัศน์ของการจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง

(Instruction promoting self-directed learning)

- หลักการทั่วไปของการจัดการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

- คำโครงสร้างประกอบของกระบวนการเรียนการสอน
- กระบวนการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- แนวทางการสอนการกำกับตนเอง
- การส่งเสริมให้ผู้เรียนเป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง
- บทบาทของผู้เรียนในการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- บทบาทของครูที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง
- การประยุกต์ใช้การกำกับตนเองในห้องเรียน

#### 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

##### 1. แนวคิดที่เกี่ยวกับการกำกับตนเอง (Self-regulation)

การเรียนรู้ด้วยตนเองเกี่ยวข้องโดยตรงกับการกำกับตนเอง (Self-regulation) เพราะว่าการเรียนรู้ด้วยตนเองนั้น ผู้เรียนต้องดำเนินกิจกรรมต่างๆด้วยตนเองเป็นส่วนใหญ่ เมื่อผู้เรียนไม่สามารถกำกับหรือบังคับตนเองได้แล้ว การเรียนรู้ด้วยตนเองก็ไม่สามารถดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

##### มโนทัศน์ของการกำกับตนเอง (Self-regulation)

Baumeister and others (1994 ; Sayette quoted in Baumeister and Vohs, 2004 : 447) กล่าวว่า การกำกับตนเอง หมายถึง ความพยายามใดๆของบุคคลเพื่อเปลี่ยนแปลงการตอบสนองของตนเอง

Baumeister and Vohs (2004 : 2) กล่าวว่า การกำกับตนเอง หมายถึง การปฏิบัติการควบคุมตนเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการนำตนเองไปสู่มาตรฐานที่พึงปรารถนา หรือหมายถึง ความพยายามใดๆของบุคคลในการเปลี่ยนแปลงสภาพภายใน หรือการตอบสนอง

Fitzsimons and Bargh (quoted in Baumeister and Vohs, 2004 : 151) กล่าวว่า การกำกับตนเอง เป็นความสามารถในการควบคุมและกำหนดพฤติกรรมของตนเองอย่างมีสติและด้วยความตั้งใจ

McCabe, Cunnington and Brooks-Gunn (quoted in Baumeister and Vohs, 2004 : 342) กล่าวว่า การกำกับตนเอง หมายถึง สมรรถภาพที่หลากหลายซึ่งเกี่ยวข้องกับการกำกับอารมณ์และพฤติกรรมของตนเอง เช่น การรอคอยสิ่งที่ก่อให้เกิดความอึดใจ หรือความสามารถในการควบคุมแรงกระตุ้น เพื่อรอคอยรางวัลในอนาคต ความสามารถในการยับยั้งการตอบสนองแบบอัตโนมัติต่อพฤติกรรมที่มีคุณค่าต่ำ เนื่องจาก สมรรถภาพนี้สะท้อนถึงความสามารถในการคิดก่อนการกระทำ จึงเรียกว่า การควบคุมทางปัญญา (Cognitive control)

จากที่กล่าวมาสามารถสรุปได้ว่า การกำกับตนเอง (Self-regulation) เป็นความสามารถหรือสมรรถภาพของบุคคลในการปฏิบัติกรควบคุมตนเองอย่างมีสติและด้วยความตั้งใจ เพื่อเปลี่ยนแปลงการตอบสนองไปสู่มาตรฐานที่พึงปรารถนา หรือการรอคอยสิ่งที่ก่อให้เกิดความอึดใจ รอคอยรางวัลในอนาคต หรือการยับยั้งการตอบสนองแบบอัตโนมัติต่อพฤติกรรมที่มีคุณค่าต่ำ โดยการกำกับตนเองนั้นเป็นการควบคุมทางปัญญาเพราะเป็นความสามารถในการคิดก่อนการกระทำ

## 2. แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory)

ทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) เป็นทฤษฎีหนึ่งที่เป็นพื้นฐานของการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดย Bandura เชื่อว่าการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักเรียนเป็นผลเนื่องมาจากเหตุและผลที่เอื้อต่อกันระหว่าง 3 องค์ประกอบ ตามคำอธิบายของ Bandura (1986 : 336 อ้างถึงใน ปณิตา นิรมล, 2546 : 12) ความแตกต่างเกิดจากการกำหนดทางปัจจัยส่วนบุคคล (Person) สภาพแวดล้อม (Environment) และพฤติกรรม (Behavior) ของการเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้ด้วยตนเองไม่ได้กำหนดเพียงองค์ประกอบส่วนบุคคลเท่านั้น แต่มีอิทธิพลมาจากสิ่งแวดล้อม และพฤติกรรมในลักษณะเป็นเหตุผลซึ่งกันและกัน

Bandura (1986 อ้างถึงใน ปณิตา นิรมล, 2546 : 13) ให้ข้อควรระวังว่า ทั้ง 3 องค์ประกอบทำหน้าที่กำหนดซึ่งกันและกันก็ไม่ได้หมายความว่า องค์ประกอบทั้ง 3 นั้นจะมีอิทธิพลในการกำหนดซึ่งกันและกันอย่างเท่าเทียมกัน อิทธิพลทางสภาพแวดล้อมอาจจะมีอิทธิพลมากกว่า องค์ประกอบทางพฤติกรรม หรือองค์ประกอบส่วนบุคคลในบางบริบท เช่น ในโรงเรียนที่มีโครงสร้างทางหลักสูตรมาก หรือมีข้อจำกัดในการปฏิบัติในห้องเรียน การเรียนรู้ด้วยตนเองในรูปแบบต่างๆ เช่น การวางแผนหรือการให้รางวัลแก่ตนเองของนักเรียน อาจจะไม่มีความคล่องตัว

ในการกำกับตนเอง ในทางกลับกัน ในโรงเรียนที่มีกฎเกณฑ์บังคับน้อย องค์ประกอบทางด้านส่วนบุคคลหรือพฤติกรรม อาจจะมีอิทธิพลต่อการกำกับตนเองมากกว่า การเรียนรู้ด้วยตนเองจะเกิดขึ้นเมื่อนักเรียนสามารถใช้กระบวนการส่วนบุคคลในการที่จะกำกับพฤติกรรม และสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้

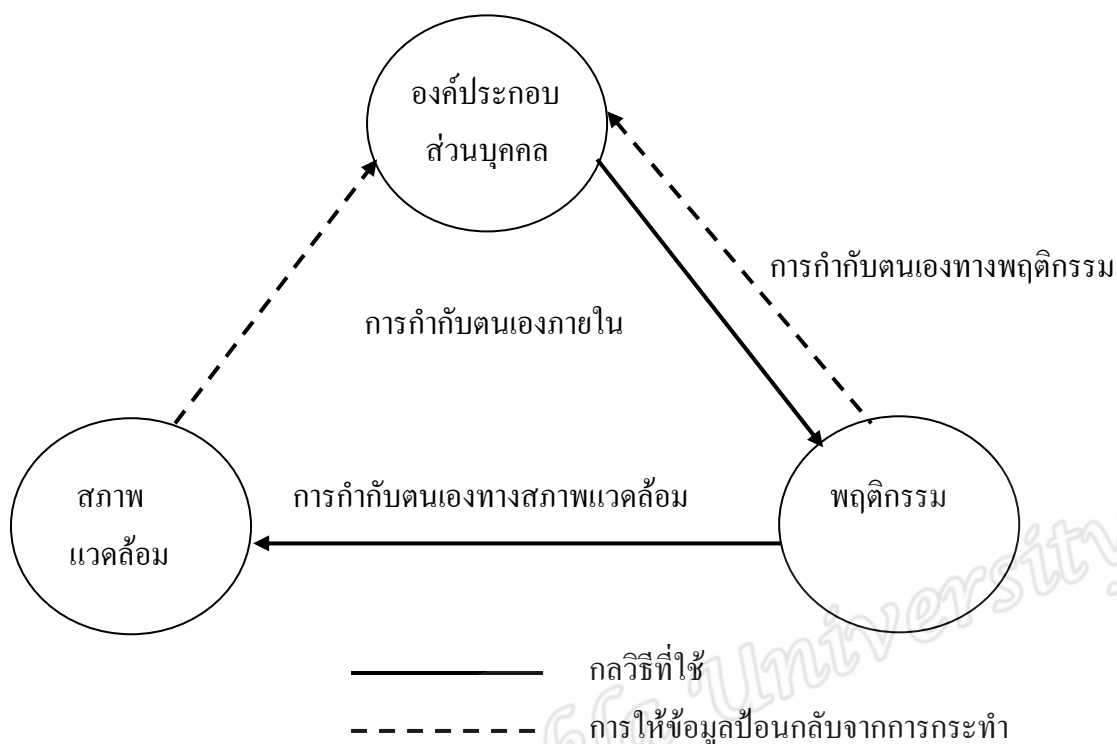
### องค์ประกอบของการกำกับตนเอง

Zimmerman (1989 : 330 อ้างถึงใน ปณิตา นิรมล, 2546 : 14) กล่าวว่า มีกลวิธีทั่วไป 3 ประเภทที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการส่วนบุคคล ซึ่งเป็นกลวิธีที่สร้างขึ้นเพื่อควบคุมพฤติกรรม สภาพแวดล้อม หรือกระบวนการภายใน ดังภาพที่ 1

1. การกำกับตนเองด้านพฤติกรรม การเรียนรู้ในอดีตของนักเรียนโดยใช้กลวิธีในการประเมินตนเอง (เช่น การตรวจการบ้านคณิตศาสตร์) จะให้ข้อมูลเกี่ยวกับความถูกต้อง และการตรวจจะต่อเนื่องกันไปจนได้รับข้อมูลป้อนกลับจากการกระทำ ในการอธิบายการกำหนดซึ่งกันและกัน ความเป็นเหตุเป็นผลก็คือ การริเริ่มส่วนบุคคลโดยการสนับสนุนการใช้กลวิธี และกำกับตนเอง เพื่อที่จะให้ได้มาซึ่งความรู้และทักษะในรูปร่างการให้ข้อมูลป้อนกลับ

2. การกำกับตนเองด้านสภาพแวดล้อม นักเรียนจะใช้กลวิธีการจัดกระทำกับสิ่งแวดล้อม (เช่น จัดสถานที่เรียนให้เงียบเพื่อทำการบ้านให้เสร็จ อาจจะเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบด้านพฤติกรรม เช่น การทำให้ไม่มีเสียงอึกทัก จัดแสงไฟให้เหมาะสม และจัดสถานที่เรียน) การที่จะใช้โครงสร้างทางสภาพแวดล้อมอย่างต่อเนื่องอาจขึ้นอยู่กับ การรับรู้ประสิทธิภาพภายใน การช่วยการเรียนรู้ ซึ่งอาจนำไปสู่การกำหนดซึ่งกันและกัน โดยวงจรข้อมูลป้อนกลับทางสภาพแวดล้อม แม้ว่ากลวิธีในการเรียนรู้สามารถที่จะเริ่มจากสภาพแวดล้อม (เช่น การสอน) ตามหลักการนี้ นักเรียนจะไม่กำกับตนเองนอกจากพวกเขาจะอยู่ภายใต้กระบวนการส่วนบุคคล (เช่น การตั้งเป้าหมาย การรับรู้ความสามารถของตนเอง)

3. การกำกับตนเองภายใน กระบวนการภายในส่วนบุคคลมีผลกระทบซึ่งกันและกัน เช่นเดียวกับ นักทฤษฎีการเรียนรู้ปัญญาสังคม มีความสนใจเป็นพิเศษต่อผลกระทบของกระบวนการอภิปัญญา (Metacognition) ที่มีต่อกระบวนการส่วนบุคคลอื่นๆ เช่น ความรู้พื้นฐานหรือลักษณะความรู้สึนึกคิด



ภาพที่ 1 การวิเคราะห์หน้าที่องค์ประกอบ 3 ด้านของการกำกับตนเอง (Zimmerman, 1989 : 330 อ้างถึงใน ปณิตา นิรมล, 2546 : 14)

Bandura (1986 อ้างถึงใน ปณิตา นิรมล, 2546 : 14) ให้ข้อสันนิษฐานว่าความสัมพันธ์กันอย่างแน่นหนา และรูปแบบความเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกันระหว่างองค์ประกอบส่วนบุคคล สภาพแวดล้อม และพฤติกรรม จะมีอิทธิพลเปลี่ยนแปลงสิ่งต่อไปนี้เป็น ความพยายามที่จะกำกับตนเองส่วนบุคคล ผลกรรมและสภาพแวดล้อม โดยความสามารถส่วนบุคคลของนักเรียนที่จะกำกับตนเองขึ้นอยู่กับ การเรียนรู้และพัฒนาการ นักเรียนที่มีประสบการณ์มากกว่าจะสามารถกำกับตนเองในระหว่างการเรียนรู้ได้ดีกว่า

## กระบวนการในการกำกับตนเอง

กระบวนการในการกำกับตนเอง ประกอบด้วย 3 กระบวนการย่อย (Bandura, 1986 อ้างถึงใน ปณิตา นิรมล, 2546 : 15) ดังนี้

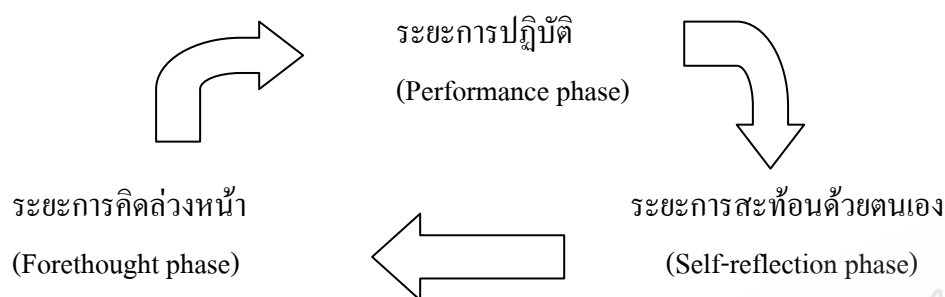
1. กระบวนการสังเกตตนเอง (Self-Observation) บุคคลจะไม่มีอิทธิพลใดๆต่อการกระทำของตนเอง ถ้าเขาไม่สนใจว่าเขากำลังทำอะไรกันอยู่ ดังนั้นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการกำกับตนเองคือ บุคคลต้องรู้ว่ากำลังทำอะไรอยู่ เพราะความสำเร็จของการกำกับตนเองนั้นส่วนหนึ่งมาจากความชัดเจน ความสม่ำเสมอ และความแม่นยำของการสังเกตกับการบันทึกตนเอง ในกระบวนการสังเกตนั้น Bandura ได้เสนอว่า ควรมีด้านต่างๆในการพิจารณาอยู่ด้วยกัน 4 ด้าน คือ ด้านการกระทำ ความสม่ำเสมอ ความใกล้เคียงและความถูกต้อง

2. กระบวนการตัดสินใจ (Judgement Process) ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตตนเองนั้นมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนไม่มากนัก ถ้าปราศจากการตัดสินว่าข้อมูลดังกล่าวเป็นที่พึงพอใจหรือไม่ โดยอาศัยมาตรฐานส่วนบุคคลที่ได้มาจากการถูกสอนโดยตรง การประเมินปฏิกิริยาตอบสนองของสังคมต่อพฤติกรรมนั้นๆ และจากการสังเกตแม่แบบซึ่ง Bandura ให้ความสำคัญอย่างมากต่อการถ่ายทอดมาตรฐานจากกระบวนการของแม่แบบ นอกจากการตัดสินใจที่ต้องอาศัยมาตรฐานส่วนบุคคลแล้ว ปัจจัยอีกตัวหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการตัดสินใจคือ การเปรียบเทียบกับกลุ่มอ้างอิงทางสังคม ที่ประกอบด้วย การเปรียบเทียบบรรทัดฐานของสังคม การเปรียบเทียบทางสังคม การเปรียบเทียบตนเอง และการเปรียบเทียบกับกลุ่ม

กระบวนการตัดสินใจจะไม่ส่งผลใดๆต่อบุคคล ถ้าพฤติกรรมที่ตัดสินนั้นยังไม่มีคุณค่าพอแก่ความสนใจของบุคคล แต่ถ้าพฤติกรรมนั้นมีคุณค่า การประเมินตนเองก็จะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลทันที แต่อย่างไรก็ตามการที่บุคคลจะสนองตอบอย่างไรต่อกระบวนการตัดสินใจนั้นขึ้นอยู่กับ การอนุมานสาเหตุในการกระทำ บุคคลจะรู้สึกภูมิใจ ถ้าการประเมินความสำเร็จของการกระทำจากความสามารถและการกระทำของเขา และจะรู้สึกไม่พึงพอใจเท่าใดนัก ถ้าการกระทำนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยภายนอก

3. การแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง (Self-Reaction) การพัฒนามาตรฐานในการประเมินและทักษะในการตัดสินใจจากที่กล่าวมาแล้ว จะนำไปสู่ปฏิกิริยาต่อตนเอง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสิ่งล่อใจในการที่จะนำไปสู่แนวทางบวก ทั้งในแง่ผลที่ได้เป็นสิ่งของที่จับต้องได้ หรือในแง่ความพอใจของตนเอง ส่วนมาตรฐานภายในบุคคลก็จะทำหน้าที่เป็นตัวเกณฑ์ที่จะทำให้บุคคลลงระดับการแสดงผลออก อีกทั้งเป็นตัวจูงใจให้บุคคลกระทำพฤติกรรมไปสู่มาตรฐานด้วย

กระบวนการเรียนรวมทั้งความเชื่อด้านการจงใจเป็นกระบวนการที่เป็นวัฏจักรที่เกิดขึ้นดังภาพต่อไปนี้ (Zimmerman and Martinez-Pons quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 75)



ภาพที่ 2 วัฏจักรการกำกับตนเอง (Zimmerman and Martinez-Pons quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 75)

จากภาพที่ 2 อธิบายได้ดังนี้

1. ระยะเวลาคิดล่วงหน้า (Forethought phase) เป็นระยะของการตั้งเป้าหมาย การตั้งเป้าหมายขึ้นอยู่กับเป้าหมายใฝ่สัมฤทธิ์ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และความสนใจของผู้เรียน มี 2 ประเภท คือ

1.1 การวิเคราะห์ภาระงาน (Task analysis) ประกอบด้วย

- การกำหนดจุดหมายโดยเฉพาะสำหรับตัวเอง
- การวางแผนกลยุทธ์ ซึ่งวิธีการเชิงกลยุทธ์จะช่วยควบคุมและเพิ่มผลการปฏิบัติงานได้

ปฏิบัติงานได้

1.2 ความเชื่อเกี่ยวกับการจงใจตนเอง (Self-motivational beliefs) ประกอบด้วย

- ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นความเชื่อว่าสามารถที่จะเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- ความคาดหวังต่อผลลัพธ์ เป็นความเชื่อเกี่ยวกับจุดหมายสูงสุดของการปฏิบัติ
- ความต้องการบรรลุจุดหมาย (goal orientation) เป็นความตั้งใจของผู้เรียนที่จะพัฒนาสมรรถภาพระยะยาว

ผู้เรียนที่จะพัฒนาสมรรถภาพระยะยาว

- ความสนใจจากภายใน เป็นการให้คุณค่ากับสิ่งที่เรียนของผู้เรียน

2. ระยะการปฏิบัติ (Performance phase) เป็นขั้นของการลงมือกระทำ มี 2 ประเภท คือ

2.1 การใช้กลยุทธ์ โดยจะมีการวางแผนไว้ล่วงหน้า

2.2 การสังเกตตนเอง จะต้องมีการประเมินความก้าวหน้าทางอภิปัญญา และมีการบันทึกเกี่ยวกับตนเอง

3. ระยะการสะท้อนด้วยตนเอง (Self-reflection phase) เป็นขั้นตอนของการประเมินตนเอง และแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง มี 2 ประเภท คือ

3.1 การประเมินตนเอง ประกอบไปด้วย การประเมินตนเอง เพื่อเปรียบเทียบผลการประเมินตนเองกับจุดหมายที่กำหนดไว้ และลักษณะของสาเหตุเพื่อพิจารณาผลจากสาเหตุที่สามารถควบคุมได้

3.2 การแก้ไขตนเอง ประกอบไปด้วยความพึงพอใจ โดยควรมีความพึงพอใจหรือไม่ ผลกระทบเกี่ยวกับการกระทำนั้นเป็นอย่างไร และการปรับปรุงแก้ไขตนเองเพื่อปรับปรุงผลลัพธ์

**3. แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-regulated learning or Self-directed learning)**

**มโนทัศน์ของการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-regulated learning or Self-directed learning)**

Zimmerman and Martinez-Pons (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 4) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นกิจกรรมที่ผู้เรียนกระทำเพื่อตนเองอย่างกระตือรือร้น (Proactive) เป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่กระทำร่วมกันหรือกระทำคนเดียว โดยในการเรียนรู้นั้นผู้เรียนเป็นผู้ริเริ่มพยายามดำเนินการ และปรับทักษะให้เหมาะสม

Rhee and Pintrich (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 31) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นกระบวนการซึ่งผู้เรียนใช้กลยุทธ์ต่างๆ เพื่อควบคุมปัญญา การสนใจ/ความรู้สึก พฤติกรรม และบริบท โดยเชื่อว่ากลยุทธ์เหล่านั้นจะนำไปสู่จุดหมายของการเรียนรู้และอยู่ภายใต้การควบคุมของผู้เรียน ถึงแม้ว่ากลยุทธ์เหล่านั้นจะได้รับอิทธิพลจากบริบท แต่สามารถสอนกันได้



Paris (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 48-51) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นความรับผิดชอบต่อการศึกษาและการเรียนรู้ของตนเอง ซึ่งประกอบด้วยลักษณะสำคัญ 3 ประการคือ

1. การตระหนักรู้ต่อการคิด (Awareness of thinking)

ส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ด้วยตนเอง คือ การตระหนักรู้ต่อการคิดที่มีประสิทธิภาพ และการวิเคราะห์นิสัยการคิดของตนเอง ซึ่งก็คือ อภิปัญญา (Metacognition) หรือการคิดเกี่ยวกับการคิด

2. การใช้กลยุทธ์ (Use of strategies)

เมื่อผู้เรียนเป็นคนที่มียุทธศาสตร์ พวกเขาจะพิจารณาทางเลือกต่างๆก่อนที่จะเลือกเทคนิควิธีการในการแก้ปัญหา และจากนั้นพวกเขาจะใช้ความพยายามในการใช้กลยุทธ์ที่เลือกไว้

3. การคงการจูงใจ (Sustained motivation)

Paris and Cross (1983 ; Paris quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 51) อ้างว่า การเรียนรู้เป็นการผสมผสานระหว่างทักษะ และความตั้งใจในการเรียนรู้ด้วยตนเองเข้าด้วยกัน การกำกับตนเองเกี่ยวข้องกับการจูงใจในส่วนที่เกี่ยวข้องกับจุดหมายของกิจกรรม ความยากและคุณค่าของงานประโยชน์ที่จะได้รับจากความสำเร็จ หรือการรับผลของการล้มเหลว การตระหนักรู้ (Awareness) และการสะท้อนความคิด (Reflection) สามารถนำไปสู่การกระทำที่หลากหลายซึ่งขึ้นอยู่กับการจูงใจของบุคคล นักวิจัยและนักการศึกษากำหนดคุณลักษณะของการเรียนรู้ด้วยตนเองในลักษณะที่เป็นชุดของเจตคติ กลยุทธ์ และการจูงใจทางบวก สำหรับการเข้าไปเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ผู้เรียนก็สามารถกำกับตนเองให้หลีกเลี่ยงการเรียนรู้ หรือลดการทำท้อแท้ให้เหลือน้อยที่สุดเมื่อผู้เรียนกระทำเพื่อหลีกเลี่ยงความล้มเหลว แทนการมุ่งไปสู่ความสำเร็จ (พวกเขาอ้างว่าการกระทำของพวกเขาเป็นผลมาจากพลังภายนอก หรือพลังที่ควบคุมไม่ได้) พวกเขาจะใช้กลยุทธ์ที่ไม่เหมาะสม หรือกำหนดจุดหมายที่ไม่เหมาะสม นั่นคือ พวกเขากำลังบ่อนทำลายความรู้อยู่ของตนเอง (Paris, 2002 ; Paris quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 52) พฤติกรรมเหล่านี้เป็นการกำกับตนเอง แต่อาจจะนำไปสู่การลดความพยายาม การหลบหนีงาน และการกระทำอย่างอื่น ซึ่งเป็นการลดการเข้าไปเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ การช่วยตนเองไม่ได้ในการเรียน ความเฉื่อยชา การขัดขืนคือสิ่ง อาจจะเป็นการตอบสนองต่อการเรียนรู้ที่มีแรงจูงใจทางตรงโดยสามารถผ่านพ้นได้ด้วย การเข้าใจการเรียนรู้ด้วยตนเองได้ดีขึ้น ผู้สอนจำเป็นต้องเข้าใจการจูงใจของผู้เรียน เพื่อที่จะเข้าใจว่าพวกเขาเรียนอย่างไร พวกเขาเลือกภาระงานอะไร และทำไมพวกเขาใช้ความพยายามเช่นนั้น หรือในทางตรงข้าม หลีกเลี่ยงและขัดขืน คือสิ่ง การเรียนรู้ด้วยตนเองจะแสดงนัยของปัญญาและการจูงใจส่วนบุคคล ซึ่งให้ตัวอย่างพฤติกรรมที่อาจจะสอดคล้องหรือไม่สอดคล้องกับการเรียนรู้ตามที่ผู้สอนกำหนด การวิเคราะห์ความตระหนักรู้ของผู้เรียนในห้องเรียนได้ดีขึ้น ทำให้

ผู้สอนสามารถออกแบบการเรียนการสอนได้ดีขึ้นอันจะส่งผลให้การเรียนรู้มีความหมายมากยิ่งขึ้น (Paris quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 52)

Ee, Kim, and Potter (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 110-111) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นการเรียนรู้โดยใช้อภิปัญญา (metacognitive) มีการจูงใจ (motivationally) และมีการกระทำ (behaviorally) โดยผู้เรียนอย่างกระตือรือร้น

1. ในเชิงกระบวนการทางอภิปัญญา ผู้เรียนเหล่านี้จะตระหนักต่อจุดแข็ง จุดอ่อน กลยุทธ์ทางปัญญา และกลยุทธ์การควบคุมที่สอดคล้องกับภาระงานที่ต้องกระทำ ผู้เรียนเลือกใช้กลยุทธ์เหล่านี้ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ในการวางแผน กำหนดจุดหมาย จัดลำดับ ประเมินความก้าวหน้า และประเมินผลด้วยตนเองในระหว่างกระบวนการเรียนรู้

2. ในเชิงกระบวนการจูงใจ ผู้เรียนเหล่านี้จะมีอัตสมรรถนะสูง (high self-efficacy) มีแรงจูงใจภายในในการทำงาน

3. ในเชิงพฤติกรรมกระทำ ผู้เรียนเหล่านี้จะเลือก จัด โครงสร้าง และสร้างสิ่งแวดล้อมเพื่อทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพสูงสุด

Knowles (1975 : 18) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง หมายถึง กระบวนการที่บุคคลมีความคิดริเริ่มด้วยตนเอง โดยจะได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่นก็ตามในการที่จะวินิจฉัยความต้องการในการเรียนรู้ กำหนดเป้าหมายในการเรียนรู้ แสวงหาแหล่งทรัพยากรสำหรับการเรียนรู้ทั้งที่เป็นคนและอุปกรณ์ เลือกยุทธวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสม และประเมินผลการเรียนรู้

Brockett and Hiemstra (1991) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นกระบวนการซึ่งบุคคลเป็นผู้ริเริ่มในการวินิจฉัยความต้องการการเรียนรู้ กำหนดจุดหมายการเรียนรู้ ระบุทรัพยากรการเรียนรู้ทั้งประเภทบุคคลและประเภทวัสดุอุปกรณ์ เลือกกลยุทธ์การเรียนรู้ที่เหมาะสม ใช้กลยุทธ์การเรียนรู้เหล่านั้น และประเมินผลลัพธ์การเรียนรู้ ในการเรียนรู้ตามกระบวนการดังกล่าวผู้เรียนอาจจะได้รับความช่วยเหลือหรือไม่ได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่น

Brookfield (1985 : 7 อ้างถึงใน กิ่งกาญจน์ ตั้งศรีไพร, 2542 : 18) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง หมายถึง การเป็นตัวของตัวเอง มีความเป็นอิสระและแยกตนอยู่คนเดียว จะหมายถึงคนซึ่งเรียนโดยอาศัยความช่วยเหลือจากแหล่งภายนอกน้อยที่สุด ตนเองจะเป็นผู้ควบคุมการเรียนเอง

Griffin (1983 : 153 อ้างถึงใน จีระวัฒน์ ยุวมรพิทักษ์, 2544 : 16) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้เฉพาะของบุคคลใดบุคคลหนึ่งโดยมีเป้าหมายไปสู่การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ของตน และความสามารถในการวางแผนปฏิบัติการ และประเมินผลการเรียนรู้ การจัดการเรียนรู้เป็นเฉพาะบุคคล

สมคิด อิศระวัฒน์ (2542 : 16 อ้างถึงใน วสุรัตน์ ชูวดาราทระกูล, 2543 : 8) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นกระบวนการซึ่งผู้เรียนแต่ละคนมีความคิดริเริ่มด้วยตนเอง (โดยอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่นหรือไม่ต้องการก็ได้) ผู้เรียนจะทำการวิเคราะห์ความต้องการที่จะเรียนรู้ของตน กำหนดเป้าหมายในการเรียนรู้ แยกแยะแจกแจงแหล่งข้อมูลการเรียนรู้ คัดเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสม และประเมินผลการเรียนรู้ต่างๆ

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-regulated learning or Self-directed learning) เป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนริเริ่มกระบวนการเรียนรู้ และควบคุมกระบวนการเรียนรู้ของตนเองให้บรรลุจุดหมายที่พึงปรารถนา โดยใช้ออกิปัญญา (Metacognition) มีการกระทำ (Behavior) และมีการจูงใจ (Motivation) ในส่วนของออกิปัญญาผู้เรียนตระหนักเกี่ยวกับตนเอง และสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการเรียน วางแผนการเรียนรู้ ประเมินความก้าวหน้า ปรับปรุงแก้ไข และประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง ในส่วนของการกระทำผู้เรียนพยายามปฏิบัติการตามแผนให้บรรลุจุดหมาย และในส่วนของจูงใจ ผู้เรียนพยายามควบคุมการจูงใจตนเองให้การปฏิบัติการเรียนรู้บรรลุจุดหมายในการเรียนรู้ตามกระบวนการดังกล่าวผู้เรียนอาจจะได้รับความช่วยเหลือหรือไม่ได้รับการช่วยเหลือจากผู้อื่น

### ความสำคัญของการเรียนรู้ด้วยตนเอง

นักการศึกษาหลายท่านได้กล่าวถึงความสำคัญของการเรียนรู้ด้วยตนเองไว้ต่างกัันดังนี้ Knowles (1975 : 15-17) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการเรียนรู้ด้วยตนเองว่า

1. คนที่เรียนรู้ด้วยการริเริ่มของตนเองจะเรียนได้มากกว่าคนที่ เป็นเพียงผู้รับ หรือรอให้ครูถ่ายทอดวิชาความรู้ให้เท่านั้น คนที่เรียนรู้ด้วยตนเองจะเรียนอย่างตั้งใจ มีจุดมุ่งหมาย และมีแรงจูงใจ สามารถใช้ประโยชน์จากการเรียนรู้ได้ดีกว่า และยาวนานกว่าบุคคลที่รอรับคำสอนแต่อย่างเดียว
2. การเรียนรู้ด้วยตนเองสอดคล้องกับพัฒนาการทางจิตวิทยา และกระบวนการทางธรรมชาติมากกว่า คือ เมื่อตอนเล็กๆเป็นธรรมชาติที่ต้องพึ่งพิงผู้อื่น ต้องการผู้ปกครองปกป้องเลี้ยงดู และตัดสินใจแทนให้ เมื่อเติบโตมีพัฒนาการขึ้นก็ค่อยๆพัฒนาตนเองไปสู่ความเป็นอิสระ ไม่ต้องพึ่งพิงผู้ปกครอง ครู และผู้อื่น การพัฒนาเป็นไปในสภาพที่เพิ่มความเป็นตัวของตัวเอง และชี้นำตนเองได้มากขึ้น

3. พัฒนาการใหม่ๆทางการศึกษา มีหลักสูตรใหม่ ห้องเรียนแบบเปิด ศูนย์บริการทางวิชาการ การศึกษาอย่างอิสระ โปรแกรมการเรียนที่จัดแก่บุคคลภายนอก มหาวิทยาลัยเปิด และอื่นๆ อีก รูปแบบการศึกษาเหล่านี้ล้วนผลักภาระรับผิดชอบไปที่ผู้เรียนให้ผู้เรียนเรียนรู้ด้วยตนเอง

4. การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นความอยู่รอดของชีวิตในฐานะที่เป็นบุคคลและเผ่าพันธุ์มนุษย์ เนื่องจากโลกปัจจุบันเป็น โลกใหม่ที่แปลกไปกว่าเดิม ซึ่งมีความเปลี่ยนแปลงใหม่เกิดขึ้น และข้อเท็จจริงเช่นนี้ เป็นเหตุผลไปสู่ความจำเป็นทางการศึกษาและการเรียนรู้ การเรียนรู้ด้วยตนเองจึงเป็นกระบวนการต่อเนื่องตลอดชีวิต

Chin (quoted in Ee, Chang and Tan, 2004 : 254) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยตนเองมีความสำคัญต่อความสำเร็จทางวิชาการ เพราะช่วยให้ผู้เรียนสามารถจัดการการเรียนรู้ของตนเองได้ดีขึ้น การเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นกุญแจสำคัญต่อการใช้กลยุทธ์การเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ ผู้เรียนที่เรียนรู้ด้วยตนเองจะมีจุดหมายเฉพาะอยู่ในใจ บันทึกผลการเรียนขณะกำลังเรียนรู้ ประเมินความก้าวหน้าในการบรรลุจุดหมาย และตอบสนอง โดยการคงไว้หรือปรับปรุงแนวทางการเรียนรู้ตามความจำเป็น

Brockett and Hiemstra (ชัยฤทธิ โปธิสุวรรณ, 2541 : 12-13 อ้างถึงใน วสุรัตน์ ชูดาราทระกูล, 2543 : 25-26) ได้ให้ความสำคัญของการเรียนรู้ด้วยตนเองในอีกแง่มุมหนึ่งที่ว่า

1. การเรียนรู้ด้วยตนเอง ก่อให้เกิดผลด้านบวกของการเรียน เช่น ผู้เรียนจดจำได้มากขึ้น เกิดความสนใจในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง และความสนใจในเนื้อหาวิชามากขึ้น มีทัศนคติที่เป็นบวกต่อผู้สอนมากขึ้น มั่นใจในความสามารถเรียนรู้ของตนเองมากขึ้น

2. การเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นสิ่งที่มีความค่า เป็นวิธีที่ผู้เรียนมีอิสระในการแก้ปัญหา ซึ่งไม่จำกัดว่าจะเกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมที่เป็นประชาธิปไตยเท่านั้น

3. หากผู้สอนให้ความไว้วางใจกับผู้เรียน ผู้เรียนส่วนใหญ่ก็จะเรียนรู้อย่างเต็มที่ และทุ่มเทความรู้เพื่อคุณภาพ

Dragenwal and Merriem (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2530 : 44 อ้างถึงใน วสุรัตน์ ชูดาราทระกูล, 2543 : 26) กล่าวถึงความสำคัญของการจัดการศึกษาโดยมุ่งให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพื่อสนับสนุนแนวคิดการศึกษาตลอดชีวิต ความว่า การที่ผู้เรียนมีส่วนในการเลือกเรียนสิ่งที่ต้องการเรียน และมีส่วนกำหนดวิธีเรียนย่อมจะต้องเรียนได้ดี และเรียนรู้ได้มากกว่าผู้ที่ต้องเรียนแบบที่กำหนดให้เรียน คือ ผู้เรียนจะสามารถนำประสบการณ์มาใช้ในการเรียนรู้ และสามารถนำสิ่งที่เรียนรู้มาใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้มากกว่า การเรียนการสอนแบบเน้นให้ผู้เรียนรู้จักเรียนรู้ด้วยตนเอง ทำให้ผู้เรียนเกิดความคิดสร้างสรรค์ เป็นตัวของตัวเอง รู้จักตัดสินใจ และมีความรับผิดชอบในตัวเอง อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดของการเรียนรู้ตลอดชีวิต

Tough (1979 : 16-17) เพิ่มเติมความสำคัญเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยตนเองว่าต้องเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ หรือ โครงการที่ผู้เรียนเกี่ยวข้อง (learning project) มาจากการวางแผนด้วยตนเอง เขาเห็นว่า กิจกรรมการเรียนเป็นแรงผลักดันที่ทำให้เกิดความสนใจเกี่ยวกับการเป็นตัวของตัวเอง และนำตนเองในการเรียนรู้

การเรียนรู้ด้วยตนเองจึงจัดว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต เป็นการเรียนรู้ที่ยอมรับสภาพความแตกต่างระหว่างบุคคล สนองต่อความต้องการและความสนใจของผู้เรียน ยอมรับในศักยภาพของผู้เรียนว่าผู้เรียนทุกคนมีความสามารถที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆได้ด้วยตนเอง เพื่อที่ตนเองสามารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาได้อย่างมีศักยภาพและมีความสุข

### ความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยตนเอง

Brockett and Hiemstra (1991 : 11-16) ได้เสนอทฤษฎีเกี่ยวกับความเข้าใจของการเรียนรู้ด้วยตนเอง 10 ประการดังนี้

1. การเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นลักษณะที่มีอยู่ในตัวบุคคลทุกคน และในสถานการณ์การเรียนรู้ทั้งหมด อาจเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองในระดับมากหรือน้อยแตกต่างกัน
2. ผู้เรียนมีความรับผิดชอบเป็นหลักและเป็นผู้ตัดสินใจด้านประสิทธิภาพการเรียนรู้ด้วยตนเองเกี่ยวกับการวางแผน
3. การเรียนรู้ด้วยตนเองจะเน้นถึงความรับผิดชอบของแต่ละบุคคล และเชื่อว่าศักยภาพของมนุษย์ จะไม่มีวันหมดลง จะต้องมีอยู่และสามารถพัฒนาได้ต่อไป
4. มีความเชื่อว่าผลของการศึกษาในด้านบวกมาจากการเรียนรู้ด้วยตนเอง เช่น จดจำได้เพิ่มขึ้น สนใจการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องยิ่งขึ้น มีความสนใจในวิชามากขึ้น และมีทัศนคติที่ดีต่อผู้สอนมากขึ้น
5. กิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองมีหลายรูปแบบ เช่น การอ่าน การอภิปราย การเขียน การสืบสวน โดยการสัมภาษณ์ การเข้าร่วมศึกษาเป็นกลุ่มทัศนศึกษา การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญหรือผู้สอน
6. ผู้อำนวยความสะดวกต่อการเรียนรู้ด้วยตนเองที่ประสบผลสำเร็จต้องมีบทบาทเกี่ยวข้องกับการปรึกษาหาข้อตกลง แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เป็นแหล่งความรู้ที่จำเป็นและเชื่อถือได้ นอกจากนี้ยังมีความสัมพันธ์อันดีกับผู้เรียน มีส่วนร่วมในการถ่ายโอนการเรียนการสอน และสนับสนุนให้ผู้เรียนมีความคิดแบบวิจารณ์

7. มีความเชื่อว่าการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นสิ่งที่มีความเป็นวิธีที่ผู้เรียนมีอิสระในการแก้ไขปัญหา
8. กลุ่มคนหลายรูปแบบสามารถที่จะเรียนรู้ด้วยตนเองได้
9. หากผู้สอนให้ความไว้วางใจแก่ผู้เรียน ผู้เรียนส่วนใหญ่จะทำงานได้อย่างเต็มที่ และแสวงหาประสบการณ์การเรียนรู้ด้วยคุณภาพสูง
10. การใช้วิธีการเรียนรู้ด้วยตนเองไม่สามารถแก้ปัญหาการเรียนรู้ทั้งหมดได้

### หลักการเรียนรู้ด้วยตนเอง

Gibbons (1980 : 41-46) ได้ศึกษาชีวิตประวัติของผู้เชี่ยวชาญที่มีชื่อเสียงทางด้านการศึกษา นักประดิษฐ์ นักสำรวจ นักอักษรศาสตร์ นักวิทยาศาสตร์ และผู้บริหาร จำนวน 20 คน ซึ่งไม่ได้รับการศึกษาระดับสูงกว่าระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยศึกษาลักษณะการเรียนรู้ด้วยตนเองของบุคคลดังกล่าว แล้วนำมาประมวลเป็นหลักการเรียนรู้ด้วยตนเองดังนี้

1. ในการศึกษาด้วยตนเอง ผู้ศึกษาเป็นผู้ควบคุมตนเอง ในขณะที่การศึกษารูปแบบทางการ (formal education) จุดควบคุมอยู่ที่สถาบันการศึกษา ตัวแทน หรือสิ่งที่กำกับการสอน เพื่อให้ศึกษาด้วยตนเอง จะช่วยนักศึกษาให้รู้จักควบคุมสิ่งที่อยู่ภายในตัวเอง เพื่อการเรียนรู้ของตนเอง
2. การศึกษาด้วยตนเอง มักจะเป็นความพยายามที่แน่วแน่ ในความรู้เฉพาะด้านอย่างใดอย่างหนึ่ง มากกว่าการศึกษาหลายๆวิชา การสอนให้รู้จักศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง ช่วยให้นักศึกษาสามารถแยกแยะ และมีความชำนาญในกิจกรรมบางอย่าง หรือหลายอย่างที่เป็นต่อชีวิต
3. การศึกษาด้วยตนเอง มักจะเป็นการประยุกต์การศึกษา คือการเรียนรู้เพื่อนำไปใช้กับการสอน การเรียนรู้ด้วยตนเองเกี่ยวข้องกับการศึกษาทางทฤษฎีที่สัมพันธ์กับการฝึกฝนทางเทคนิค และนำไปดัดแปลงให้เหมาะสม เป็นการเรียนรู้เพื่อประโยชน์ปัจจุบัน
4. ผู้ที่ศึกษาด้วยตนเอง เป็นคนที่เรียนรู้ด้วยแรงจูงใจของตนเอง นั่นคือ การผูกพันกับตนเองกับเนื้อหาวิชาที่ตนเลือก แม้จะพบอุปสรรคก็ตาม การศึกษาด้วยตนเองช่วยให้ผู้เรียนรู้และตระหนักถึงความต้องการของตน มีเป้าหมายของตนเองมากกว่าที่จะให้ผู้อื่นมาวางเป้าหมาย
5. สิ่งจูงใจสำหรับการศึกษาดูด้วยตนเอง ได้แก่ ความสำเร็จ ซึ่งเป็นรางวัลที่ประเมินคุณค่าได้ โดยตนเอง การสอนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองจึงเป็นการให้ประสบการณ์เพื่อดำเนินไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ รู้จักวางแผน และการเลือกใช้วิธีการที่มีประสิทธิภาพ ในการที่จะทำให้งานนั้นสำเร็จ

6. ผู้ที่ศึกษาด้วยตนเอง มักจะตัดสินใจใช้รูปแบบต่างๆ ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ และวิธีการเฉพาะตน ซึ่งสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างดีที่สุด ซึ่งข้อสรุปอาจจะได้จากการศึกษา การสังเกต ประสบการณ์ การเข้าเรียนในบางวิชา การฝึกอบรม การสนทนา การฝึกหัด การลองผิด ลองถูก การฝึกหัดกิจกรรมที่ให้ผลดี การประสานระหว่างกลุ่ม เหตุการณ์และ โครงการ

7. การเรียนรู้ด้วยตนเอง เกี่ยวข้องกับการพัฒนาความเชื่อ โดยปกติจะเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับบุคลิกลักษณะของตน การประสานสัมพันธ์ ความมีระเบียบวินัยในตนเอง ความบากบั่น ขยัน อดทน ไม่เห็นแก่ตัว การรู้สึกเกรงใจผู้อื่น และมีหลักการอย่างเข้มแข็ง

8. ผู้ที่เรียนรู้ด้วยตนเอง จะมีแรงขับ ความคิดอิสระ มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด การสอน การศึกษาด้วยตนเอง เกี่ยวข้องกับการเสริมแรงขับ ความกระตือรือร้น โดยมีความคิดอิสระไม่ ขึ้นกับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ความเป็นผู้ริเริ่มมากกว่าที่จะประพฤติตามผู้อื่น และมักทำอะไรเป็น แบบของตนเองมากกว่าการทำลายผู้อื่น

9. ผู้ที่เรียนรู้ด้วยตนเอง มักจะใช้การอ่าน และกระบวนการทักษะอื่นๆ ในการเข้าถึงข้อมูล และคำแนะนำที่เขาต้องการ เพื่อโครงการเหล่านั้น การสอนเพื่อการศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวข้องกับการฝึกฝนทักษะ เช่น การอ่านและการจำ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเวลาที่มีนักศึกษาที่มีความต้องการอย่าง เต็มที่ที่จะเข้าถึงข้อสารสนเทศ

10. การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่เกิดจากประสบการณ์สำคัญหลายประการ ตั้งแต่วัยเด็ก ประสบการณ์และการพัฒนา จนกระทั่งกลายเป็นจุดของการเลือกในชีวิตของคน การสอนเพื่อ การศึกษาด้วยตนเองจึงเป็นการช่วยเหลือผู้เรียน ที่จะจำแนกสิ่งที่เป็นการช่วยเหลือผู้เรียน ที่จะ จำแนกสิ่งที่เป็นแนวทางที่เกิดขึ้นในชีวิตเพื่อกำหนดวิถีทางที่ตนเลือก และสร้างวิถีทางใหม่ที่ตน ประารถนา

11. การเรียนรู้ด้วยตนเอง จะเกิดขึ้นได้ดีที่สุดในสิ่งแวดล้อมของการทำงานที่อบอุ่นมี ลักษณะสนับสนุน มีบรรยากาศใกล้ชิดกับบุคคลอย่างน้อย 1 คน การสอนให้เกิดการศึกษาด้วย ตนเอง เกี่ยวข้องกับการสร้างสรรค์บรรยากาศที่กระฉับกระเฉง ซึ่งกิจกรรมการศึกษาด้วยตนเองนี้ จะได้รับการสนับสนุนอย่างอบอุ่นและมีโอกาสหลายด้านที่จะสร้างความสัมพันธ์ในการทำงานที่ ใกล้ชิดให้เกิดขึ้น

12. ผู้ที่เรียนรู้ด้วยตนเองจะชอบผู้อื่นพอๆกับทำให้ผู้อื่นชอบตน บุคคลเหล่านี้จะมี สุขภาพจิตที่ดี มีเจตคติดีทั้งกายและใจ การสอนให้ศึกษาด้วยตนเองจึงสนับสนุนวิธีการเรียนรู้ โดย ที่ผู้เรียนไม่เพียงแต่จะเรียนรู้วิชาการหรือทักษะเท่านั้น แต่เขายัง ได้พัฒนาจิตใจของตนเองและผู้อื่น อีกด้วย

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า หลักการเรียนรู้ด้วยตนเองนั้น ผู้เรียนจะต้องเป็นผู้ควบคุมตนเอง รู้จักศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง และเรียนรู้ด้วยแรงจูงใจของตนเอง เป็นการเรียนรู้เพื่อนำไปใช้กับงาน โดยมีความสำเร็จ คือ รางวัล เป็นสิ่งจูงใจที่ประเมินคุณค่าด้วยตนเอง และไม่เพียงแต่จะเรียนรู้ทางด้านวิชาการและทักษะเท่านั้น แต่ยังสามรถพัฒนาจิตใจของตนเองและผู้อื่นได้ด้วย

#### หลักการ 14 ประการของทฤษฎีการเรียนรู้ด้วยตนเอง

Brockett and Hiemstra (1991) ได้กล่าวถึง หลักการของทฤษฎีการเรียนรู้ด้วยตนเองไว้ดังนี้

1. การควบคุมอยู่ที่ตัวผู้เรียนมากกว่าสถาบัน
2. จุดเน้นของการศึกษาด้วยตนเองอยู่ในเขตที่จำกัด
3. การศึกษาด้วยตนเองเกิดขึ้นเพื่อนำผลที่ได้ไปใช้ประโยชน์ได้ทันที
4. นักศึกษาด้วยตนเอง (Self-educator) ถูกจูงใจด้วยความปรารถนาที่จะบรรลุสัมฤทธิ์ในสาขาที่ตนสนใจ
5. การได้รับการยอมรับเป็นรางวัลที่แสดงถึงความสำเร็จ มีความสำคัญต่อนักศึกษาด้วยตนเอง
6. ประสบการณ์เดิม ความสนใจ และความสามารถจะเป็นตัวกำหนดสาขาที่จะเรียน
7. นักศึกษาด้วยตนเองจะเลือกเทคนิคและวิธีการเรียนที่สอดคล้องกับลีลาการเรียนรู้ (style of learning) ของตนเอง
8. การศึกษาด้วยตนเองเกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณลักษณะของบุคคล เช่น ความซื่อสัตย์ (integrity) วินัยในตนเอง ความพยายาม ความขยันหมั่นเพียร การเห็นประโยชน์แก่คนอื่น (altruism) ความรู้สึกไวต่อคนอื่น (sensitivity) มีหลักการนำทางที่เข้มแข็ง
9. บุคคลเช่นนี้จะพัฒนาความเป็นอิสระ ไม่ทำตามคนอื่น และสร้างสรรค์
10. ทักษะการอ่านและทักษะกระบวนการอื่นๆเป็นสิ่งสำคัญสำหรับนักศึกษาด้วยตนเอง
12. สิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมที่สุดสำหรับการศึกษาด้วยตนเอง เป็นสิ่งแวดล้อมที่เต็มไปด้วยความอบอุ่น การเกื้อหนุนให้กำลังใจ เป็นที่ที่บุคคลมีความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
13. นักศึกษาด้วยตนเองมักจะมีทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลดี
14. คุณลักษณะที่กล่าวมาทั้งหมด สอดคล้องกับคุณลักษณะบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ และสัมพันธ์กับสัจการแห่งตน (self-actualization)



## องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยตนเอง

Baumfield (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 75) ได้กล่าวถึง องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยตนเองไว้ดังนี้

1. กลยุทธ์ทางอภิปัญญาของผู้เรียนสำหรับการวางแผน การประเมินความก้าวหน้า และการปรับปรุงทางปัญญา

2. การจัดการและการควบคุมความพยายามการปฏิบัติงานทางวิชาการของผู้เรียน

3. กลยุทธ์ทางปัญญาที่ผู้เรียนใช้ในการเรียนรู้ การจำ และการทำความเข้าใจสิ่งที่เรียน

Knowles (1975 : 40-48) ได้กล่าวถึง องค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยตนเอง ดังนี้

1. การวิเคราะห์ความต้องการของตนเอง เริ่มต้นจากการให้ผู้เรียนแต่ละคนบอกความต้องการและความสนใจพิเศษของตนเองเกี่ยวกับการเรียน ให้เพื่อนอีกคนหนึ่งทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษาแนะนำ และเพื่อนอีกคนหนึ่งทำหน้าที่จดบันทึก และกระทำเช่นนี้หมุนเวียนกันไปจนครบทั้ง 3 คน ได้แสดงบทบาทครบ 3 ด้าน คือ ผู้เสนอความต้องการ ผู้ให้คำปรึกษา และผู้คอยจดบันทึกและสังเกตการณ์ ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์ในการเรียนร่วมกัน และช่วยเหลือซึ่งกันและกันในทุกๆด้าน

2. การกำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียน เริ่มต้นจากบทบาทผู้เรียนเป็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

1) ผู้เรียนควรศึกษาจุดมุ่งหมายของวิชา แล้วจึงเริ่มเขียนจุดมุ่งหมายในการเรียน

2) ผู้เรียนควรศึกษาจุดมุ่งหมายให้แจ่มชัด เข้าใจได้ง่าย ไม่คลุมเครือ คนอื่นอ่านแล้วเข้าใจ

3) ผู้เรียนควรเน้นถึงพฤติกรรมที่ผู้เรียนคาดหวังว่าจะเกิดขึ้น

4) ผู้เรียนควรกำหนดจุดมุ่งหมายที่สามารถวัดได้

5) การกำหนดจุดมุ่งหมายของผู้เรียนในแต่ละระดับควรมีความแตกต่างกัน

3. การวางแผนการเรียน โดยให้ผู้เรียนกำหนดแนวทางการเรียนขึ้นมา เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของวิชา ผู้เรียนควรวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ดังนี้

1) ผู้เรียนจะต้องเป็นผู้กำหนดเกี่ยวกับการวางแผนการเรียนของตนเอง

2) การวางแผนการเรียนของผู้เรียน ควรเริ่มต้นจากผู้เรียนกำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียนด้วยตนเอง

3) ผู้เรียนเป็นผู้จัดเนื้อหาให้เหมาะสมกับสภาพความต้องการและความสนใจของผู้เรียน

4) ผู้เรียนเป็นผู้ระบุวิธีการเรียนการสอน เพื่อให้เหมาะสมกับตนเองมากที่สุด

4. การแสวงหาแหล่งวิทยาการ เป็นกระบวนการศึกษาแหล่งวิชาการและวิธีการค้นคว้า แหล่งวิทยาการมีความสำคัญต่อการศึกษาในปัจจุบัน ดังนี้

- 1) ประสพการณ์เรียนรู้แต่ละด้านที่จัดให้ผู้เรียนสามารถแสดงให้เห็นถึงความมุ่งหมาย ความหมายและความสำเร็จของประสพการณ์นั้น
- 2) แหล่งวิทยาการ เช่น ห้องสมุด วัด สถานิอนามัย ถูกนำมาใช้ได้อย่างเหมาะสม
- 3) เลือกแหล่งวิทยาการให้เหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละคน
- 4) มีการจัดสรรอย่างดี เหมาะสม กิจกรรมบางส่วนผู้เรียนจะเป็นผู้จัดเองตามลำพัง และบางส่วนเป็นกิจกรรมที่จัดร่วมกันระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน

### องค์ประกอบของการจูงใจ

Baumfield (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 76) ได้กล่าวถึง องค์ประกอบของการจูงใจไว้ดังนี้

1. ความคาดหวัง - ฉันทำงานนี้ได้ไหม
2. คุณค่า - ฉันทำงานนี้ทำไม
3. ปฏิภิกิริยาทางอารมณ์ - ฉันรู้สึกเกี่ยวกับงานนี้อย่างไร

ผู้เรียนที่สามารถควบคุมหรือกำกับการเรียนรู้ของตนเองได้ ต้องมีแรงจูงใจในการเรียนสูง ลักษณะที่สำคัญของแรงจูงใจอันจะส่งผลให้เกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ต้องเป็นแรงจูงใจภายใน อันหมายถึงความพึงพอใจในการเรียนที่เกิดจากความสนใจของผู้เรียนและสิ่งที่คุณเรียนได้เรียนรู้ (บุญศิริ อนันตเศรษฐ, 2544 : 11) ซึ่งสอดคล้องกับ Borkowski and other (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 103-104) ที่กล่าวว่า ความสำเร็จของการกำกับตนเอง ไปด้วยกันกับการเจริญขึ้นของการจูงใจภายใน เนื่องจากผู้เรียนที่เรียนรู้ด้วยตนเองเต็มใจที่จะใช้ความพยายามให้เกิดทักษะและความรู้ ดังนั้นระดับความจูงใจของผู้เรียนจึงต้องคงอยู่ในระดับสูงอย่างต่อเนื่อง ไม่น่าแปลกใจที่การกำกับตนเองสามารถทำนายการจูงใจและอภิปัญญาได้เป็นอย่างดี ซึ่งแสดงว่าการจูงใจพัฒนามาจากพฤติกรรมกำกับตนเอง การจูงใจทำหน้าที่เป็นพื้นฐานของการกำกับตนเองที่มีประสิทธิภาพ การจูงใจทำหน้าที่ในการเพิ่มการกำกับตนเองโดยการให้เหตุผลว่าทำไมต้องควบคุมพฤติกรรมของตนเอง

### คุณลักษณะของการเรียนรู้ด้วยตนเอง

Pintrich (1995 : 7 อ้างถึงใน จิราภรณ์ กุณสิทธิ์, 2541 : 14) ได้กล่าวถึงคุณลักษณะของการเรียนรู้ด้วยตนเองไว้ดังนี้

1. การเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นความพยายามของผู้เรียนที่จะควบคุมพฤติกรรม แรงจูงใจ อารมณ์ความรู้สึกรของตนเอง โดยนักเรียนสามารถเตือนตนเองในด้านพฤติกรรม แรงจูงใจ ความคิด และดำเนินการกำกับและปรับคุณลักษณะเหล่านี้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์
2. การเรียนรู้ด้วยตนเองต้องมีเป้าหมายที่ผู้เรียนพยายามจะบรรลุผล เป้าหมายที่ตั้งขึ้นจะเป็นมาตรฐานที่ผู้เรียนสามารถเตือนตนเองและพิจารณาตัดสินใจการกระทำของตนแล้วดำเนินการปรับให้เหมาะสม
3. ผู้เรียนต้องเป็นผู้ควบคุมพฤติกรรมของตนเองไม่ใช่ถูกควบคุมโดยพ่อแม่หรือครู

### รูปแบบกลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเอง

กลยุทธ์การเรียนรู้ 4 กลุ่ม ที่ผู้เรียนสามารถใช้ในการวางแผน ประเมินความก้าวหน้า ควบคุม และกำกับการเรียนรู้ (Rhee and Pintrich quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 32-33) คือ

1. กลยุทธ์การกำกับทางปัญญา ประกอบไปด้วย
  - กลยุทธ์การฝึกซ้อม โดยการพูดซ้ำแล้วซ้ำอีกกับตนเอง
  - กลยุทธ์การพิจารณา (Elaboration) เพื่อเขียนสรุปสิ่งที่เรียน
  - กลยุทธ์การจัดระเบียบความรู้ โดยการจัดทำเค้าโครง จัดทำแผนที่ความรู้ (concept map)
  - กลยุทธ์ทางอภิปัญญา เพื่อตรวจสอบตนเอง การถามตนเองเพื่อความเข้าใจ
2. กลยุทธ์การกำกับการจูงใจ/ความรู้สึก ประกอบไปด้วย
  - การควบคุมอัตสมรรถนะ (Self-efficacy) โดยการพูดกับตนเองว่าตนสามารถทำได้
  - การให้รางวัลตนเอง
  - การเพิ่มความสนใจ โดยการทำงานที่น่าเบื่อหรืองานที่ยากให้น่าสนใจมากยิ่งขึ้น
  - การเพิ่มคุณค่า โดยการเตือนตนเองเกี่ยวกับประโยชน์ของสิ่งที่เรียนสำหรับการประกอบอาชีพในอนาคต
  - การควบคุมความวิตกกังวล โดยการพูดกับตนเองในเชิงบวก

### 3. กลยุทธ์การกำกับพฤติกรรม ประกอบด้วย

- การจัดการเกี่ยวกับเวลา โดยการกำหนดจุดหมาย และวางแผนรายวันหรือรายสัปดาห์
- การมีความพยายาม โดยการพุดกับตนเองในเชิงบวก

### 4. กลยุทธ์การกำกับบริบท ประกอบด้วย

- การควบคุมสิ่งแวดล้อมในการเรียน เพื่อให้มีสมาธิในการเรียนได้อย่างเต็มที่
- การปรับตัว โดยการขอความช่วยเหลือจากเพื่อน ครู หรือผู้ใหญ่

### กลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเอง

กลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเอง คือ การกระทำ และกระบวนการที่มุ่งให้ได้สารสนเทศและทักษะตามที่ผู้เรียนปรารถนา (Zimmerman and Martinez-Pons quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 5-7) มีด้วยกัน 14 กลยุทธ์ คือ

1. การประเมินตนเอง (Self-Evaluation) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการริเริ่มประเมินคุณภาพ และความก้าวหน้าในงานของตนเอง เช่น การตรวจสอบงานของฉันทเพื่อให้แน่ใจว่าทำได้ถูกต้อง
2. การจัดโครงสร้างและการปรับเปลี่ยนรูปแบบ (Organizing and Transforming) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการจัดหรือปรับเปลี่ยนใหม่ในเนื้อหาการเรียนเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ เช่น ฉันทำโครงร่างก่อนที่จะเขียนรายงาน
3. การกำหนดจุดหมายและการวางแผน (Goal-Setting and Planning) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการกำหนดจุดหมายทางการเรียน หรือจุดหมายระยะยาว และการวางแผนเกี่ยวกับลำดับเหตุการณ์ เวลา และการทำกิจกรรมให้สำเร็จตามจุดหมายที่กำหนดไว้ เช่น ฉันทเริ่มศึกษาเนื้อหาก่อนสอบ 2 สัปดาห์
4. การแสวงหาสารสนเทศ (Seeking Information) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามของนักเรียนที่จะได้สารสนเทศเพิ่มขึ้นจากแหล่งข้อมูลทางสังคม (Social Source) เมื่อได้รับมอบหมายงาน เช่น ก่อนที่จะเริ่มเขียนรายงาน ฉันทจะไปห้องสมุดเพื่อหาข้อมูลให้มากในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่จะรายงาน
5. การจดบันทึกและประเมินความก้าวหน้า (Keeping Records and Monitoring) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามของนักเรียนที่จะบันทึกเหตุการณ์หรือผลลัพธ์ต่างๆ เช่น ฉันทจดบันทึกการอภิปรายในชั้นเรียน

6. การจัดสภาพแวดล้อม (Environment Structuring) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามที่จะเลือก หรือจัดสภาพแวดล้อมทางกายภาพที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ง่ายขึ้น เช่น นั่งแยกตัวออกมาจากสิ่งที่รบกวน

7. ผลจากการกระทำของตนเอง (Self- Consequences) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการจัดหรือการนึกถึงรางวัล หรือการลงโทษต่อความสำเร็จ หรือความล้มเหลวที่จะเกิดขึ้น เช่น ถ้าฉันทำคะแนนสอบได้ดี ฉันจะไปดูภาพยนตร์

8. การทบทวนและการจำ (Rehearsing and memorizing) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามที่จะจดจำสิ่งต่างๆ โดยการฝึกทั้งแบบที่แสดงออก และไม่แสดงออกมาภายนอก เช่น ในการเตรียมตัวสอบคณิตศาสตร์ ฉันจะฝึกเขียนสูตรต่างๆจนกระทั่งฉันจำได้

9-11. การขอความช่วยเหลือทางสังคม (Seeking Social Assistance) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงการขอความช่วยเหลือจากเพื่อน (9) ผู้สอน (10) ผู้ใหญ่ (11) เช่น ถ้ามีปัญหาในการทำแบบฝึกหัดคณิตศาสตร์ฉันจะขอร้องให้เพื่อนช่วย

12-14. การทบทวนความจำจากบันทึกต่างๆ (Reviewing Records) เป็นสถานการณ์ที่แสดงถึงความพยายามที่จะทบทวนแบบทดสอบ (12) บันทึก (13) และตำรา (14) เพื่อเตรียมสำหรับการเรียนหรือการสอบ เช่น เมื่อเตรียมตัวสอบ ฉันจะทบทวนสมุดบันทึกของฉัน

15. อื่นๆ

โดยแต่ละกลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเองนี้จะเป็นการพัฒนาการกำกับตนเองทั้ง 3 ด้าน คือ

1. การกำกับตนเองในด้านองค์ประกอบส่วนบุคคล เช่น การจัดโครงสร้างและการปรับเปลี่ยนรูปแบบ การกำหนดจุดมุ่งหมายและการวางแผน การทบทวนและการจำ
2. การกำกับตนเองในด้านพฤติกรรม เช่น การประเมินตนเอง ผลจากการกระทำของตนเอง
3. การกำกับตนเองในด้านสิ่งแวดล้อม เช่น การแสวงหาสารสนเทศ การขอความช่วยเหลือทางสังคม การทบทวนความจำจากบันทึกต่างๆ

### การพัฒนากลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเอง

Montague and Ee (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 321) ได้กล่าวถึง การพัฒนากลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเองไว้ดังนี้

1. ผู้เรียนปรึกษากับผู้สอนเพื่อกำหนดจุดมุ่งหมายการเรียนการสอน
2. เรียนรู้กลยุทธ์โดยกระบวนการกลุ่ม
3. การทำเป็นแบบอย่าง

4. การสอนตนเองระหว่างการประยุกต์ใช้กลยุทธ์
5. การฝึกซ้อมทางวาจา
6. การฝึกโดยร่วมมือกัน
7. การประยุกต์ใช้กลยุทธ์อย่างอิสระ

### รูปแบบเชิงวัฏจักรของการเรียนรู้ด้วยตนเอง

รูปแบบเชิงวัฏจักรของการเรียนรู้ด้วยตนเอง ประกอบด้วยกระบวนการที่สัมพันธ์กัน 4 กระบวนการ (Leong and Mei Yin quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 203-204) คือ

1. กระบวนการประเมินความก้าวหน้าและการประเมินตนเอง ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อผู้เรียนประเมินประสิทธิภาพของตนเอง มักจะ ได้จากการสังเกตและบันทึกเกี่ยวกับความรู้เดิมและผลลัพธ์การเรียนรู้
2. การกำหนดจุดหมายและการวางแผนกลยุทธ์ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อผู้เรียนวิเคราะห์สิ่งที่เรียน กำหนดจุดหมายการเรียนรู้เฉพาะ และวางแผนหรือปรับปรุงกลยุทธ์เพื่อให้บรรลุจุดหมาย
3. กระบวนการนำกลยุทธ์ไปปฏิบัติและการประเมินความก้าวหน้า ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อผู้เรียนพยายามปฏิบัติตามกลยุทธ์ในบริบทที่กำหนดไว้และประเมินความก้าวหน้าจากผลการปฏิบัติ
4. กระบวนการประเมินความสัมพันธ์ระหว่างผลลัพธ์กับกลยุทธ์ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อผู้เรียนมุ่งความสนใจไปยังความเชื่อมโยงระหว่างผลลัพธ์การเรียนรู้กับกระบวนการเชิงกลยุทธ์ เพื่อพิจารณาประสิทธิภาพของกลยุทธ์

### รูปแบบการเรียนรู้เชิงกลยุทธ์

รูปแบบการเรียนรู้เชิงกลยุทธ์ มีองค์ประกอบสำคัญ 4 ประการ (Weinstein and others quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 283-285) คือ

1. ทักษะ
  - 1.1 ความรู้เกี่ยวกับตนเองในฐานะผู้เรียน ธรรมชาติของสิ่งที่เรียน กลยุทธ์การเรียนรู้และทักษะ เนื้อหา (ความรู้เดิม) และบริบทการเรียนรู้
  - 1.2 ทักษะในการใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ และทักษะการระบุสารสนเทศที่สำคัญ สำหรับการบรรลุจุดหมาย ฟังและอ่านเพื่อความเข้าใจ จดบันทึกและการใช้ และใช้ทักษะการให้เหตุผลและการแก้ปัญหา

2. ความตั้งใจในการกำหนด วิเคราะห์และใช้จุดหมาย มุ่งอนาคต การจูงใจเพื่อให้บรรลุผลสัมฤทธิ์ (จุดหมายการเรียนรู้ทางวิชาการ ความสนใจ และค่านิยม) อารมณ์และความรู้สึกเกี่ยวกับการเรียนรู้ (ความอยากรู้ ความกังวล ความกระวนกระวาย ความสนุก ความโกรธ และความตื่นเต้น) ความเชื่อ (เชื่อว่ามีความสามารถ เชื่อว่าสามารถเรียนรู้ได้) มุ่งมั่นให้บรรลุจุดหมาย สร้างความรู้สึกในเชิงบวก และมุ่งเรียนรู้ และหลีกเลี่ยงความคิดหรือพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

3. การกำกับตนเองในการจัดการเรื่องเวลา จัดการกับการผัดวันประกันพรุ่ง รวบรวมสมาชิก ประเมินความก้าวหน้าด้านความเข้าใจ ใช้วิธีเชิงระบบในการเรียนรู้ และการทำงานให้สำเร็จ (เช่น กำหนดจุดหมาย สะท้อนความคิด ระดมความคิด และสร้างแผน เลือก นำไปปฏิบัติ ประเมินความก้าวหน้า ปรับปรุงแก้ไขตามความจำเป็น ประเมินผลรวมสรุปของผลลัพธ์) จัดการกับความวิตกกังวล และความกระวนกระวาย จัดการการจูงใจการเรียนรู้ และการจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และควบคุมตนเอง (จัดการกับความผูกพันและความตั้งใจ)

4. สิ่งแวดล้อมทางวิชาการ คือ ทรัพยากรการเรียนรู้ที่มี ความเชื่อความคาดหวังของผู้สอน กิจกรรมการเรียนรู้ งานที่ได้รับมอบหมาย หรือการตรวจสอบที่จำเป็นต้องทำ และการสนับสนุนจากสังคม

#### 4. การจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Instruction promoting self-directed learning)

##### มโนทัศน์ของการจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Instruction promoting self-directed learning)

การจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Instruction Promoting Self-Directed Learning) หมายถึง กระบวนการจัดการเรียนการสอนที่ช่วยเหลือ ส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้เรียนเป็นผู้ริเริ่มวินิจฉัยความต้องการในการเรียนรู้ กำหนดจุดหมายในการเรียนรู้ และเลือกการเรียนรู้ทั้งสี่ประเภทวัตถุประสงค์ และประเภทบุคคล เลือกกลยุทธ์การเรียนรู้ที่เหมาะสม ใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ที่เลือกไว้ และประเมินการเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นกระบวนการที่ช่วยเหลือ ส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้อย่างกระตือรือร้น และเป็นกระบวนการที่ช่วยเหลือ ส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้เรียนมีแรงจูงใจในการเรียนและประสบความสำเร็จในการเรียน อันจะส่งผลให้ผู้เรียนมีความพึงพอใจในผลการเรียนรู้ของตนเอง

## หลักการทั่วไปของการจัดการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

พยอม คุ้มฉาย (2545) ได้กล่าวถึง หลักการทั่วไปของการจัดการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองไว้ดังนี้

1. คำนึงถึงความสำคัญของผู้เรียนเป็นรายบุคคล เนื่องจากผู้เรียนแต่ละคนมีความแตกต่างกันทั้งในด้านความสามารถในการเรียนรู้ วิธีการเรียนรู้ เจตคติ เป็นต้น ดังนั้นการจัดการเรียนการสอนจึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านความสามารถในการเรียนรู้และวิธีการเรียนรู้ (Learning Styles) โดยการจัดการเรียนการสอน เนื้อหา และสื่อที่เอื้อต่อการเรียนรู้รายบุคคล รวมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้นำประสบการณ์ของตนมาใช้ในการเรียนรู้ด้วย
2. จัดให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมรับผิดชอบในการเรียน การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ดีเมื่อผู้เรียนมีส่วนร่วมกันรับผิดชอบในการเรียนรู้ของตนเอง ดังนั้นการจัดการเรียนการสอนจึงต้องเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีบทบาทตั้งแต่การวางแผน กำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความต้องการของตนเอง หรือกลุ่มของผู้เรียน การกำหนดกิจกรรมการเรียนการสอน สื่อการเรียน การเลือกวิธีการเรียนรู้ การใช้แหล่งข้อมูลความรู้จนถึงการประเมินผลการเรียนของตน
3. พัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้เรียน การจัดการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง จำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้เรียนจะต้องได้รับการฝึกให้มีทักษะ และยุทธศาสตร์การเรียนรู้ที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง เช่น การบันทึกข้อความ การจัดประเภทหมวดหมู่ การสังเกต การแสวงหาและใช้แหล่งความรู้ เทคโนโลยีและสื่อที่สนับสนุนการเรียน รวมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียน ได้มีประสบการณ์ในการตัดสินใจแก้ปัญหา กำหนดแนวทางการเรียนรู้ และเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง
4. พัฒนาทักษะการเรียนรู้ซึ่งกันและกัน การเรียนรู้ด้วยตนเองไม่ได้หมายความว่า ผู้เรียนจะเรียนเพียงคนเดียวโดยไม่มีชั้นเรียนหรือเพื่อนเรียน ยกเว้นเมื่อผู้เรียนเลือกเรียนโดยโครงการเอกัตศึกษา (Individual Project) แต่โดยทั่วไปแล้วการเรียนรู้ด้วยตนเองผู้เรียนจะทำงานร่วมกับเพื่อน ครูและบุคลากรที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นจึงจำเป็นที่จะต้องพัฒนาทักษะการเรียนรู้ซึ่งกันและกันให้แก่ผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนรู้จักการทำงานเป็นทีม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกับเพื่อนเรียนที่มีความรู้ความสามารถ ทักษะ อายุ แตกต่างกันเพื่อสามารถเรียนรู้จากผู้อื่นและรู้จักแบ่งความรับผิดชอบในกระบวนการเรียนการสอน



5. พัฒนาทักษะการประเมินตนเองและการร่วมมือกันในการประเมินในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผู้เรียนมีบทบาทสำคัญในการประเมินการเรียนรู้ ดังนั้นจึงต้องพัฒนาทักษะการประเมินให้แก่ผู้เรียนและสร้างความเข้าใจให้กับผู้เรียนให้ยอมรับว่าการประเมินตนเองเป็นส่วนหนึ่งของระบบการประเมินผล รวมทั้งยอมรับผลการประเมินจากผู้อื่นด้วย

6. จัดปัจจัยสนับสนุนการเรียนรู้ด้วยตนเอง สิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการสนับสนุนการเรียนรู้ด้วยตนเอง ดังนั้นจึงต้องจัดบริเวณในโรงเรียนให้เป็นแหล่งความรู้ที่นักเรียนจะต้องค้นคว้าด้วยตนเองได้ เช่น จัดศูนย์วิทยากร บทเรียนสำเร็จรูป ชุดการสอน เป็นต้น รวมทั้งบุคลากร เช่น ครูประจำศูนย์วิทยากรที่ช่วยอำนวยความสะดวกและให้คำแนะนำเมื่อนักเรียนต้องการ

### เค้าโครงองค์ประกอบของกระบวนการเรียนการสอน

Hiemstra (1997) ได้กล่าวถึงลักษณะของกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถควบคุมด้วยตนเองดังนี้

#### 1. การประเมินความต้องการ

- 1.1 เทคนิคที่เป็นทางเลือกสำหรับแต่ละคน
- 1.2 เทคนิคที่เป็นทางเลือกสำหรับกลุ่ม
- 1.3 การควบคุมวิธีการรายงานความต้องการการเรียนรู้
- 1.4 การควบคุมวิธีการใช้ความต้องการการเรียนรู้

#### 2. การกำหนดจุดหมาย

- 2.1 การกำหนดวัตถุประสงค์
- 2.2 การกำหนดธรรมชาติของการเรียนรู้
  - ตัดสินใจเกี่ยวกับสมรรถภาพ หรือสิ่งที่จะเรียนรู้
  - ตัดสินใจเกี่ยวกับประเภทของคำถามที่จะถามและที่จะตอบขณะเรียน
  - กำหนดจุดเน้นของการเรียนรู้

#### 3. ระบุเนื้อหาการเรียนรู้

- 3.1 ตัดสินใจเกี่ยวกับความยากง่ายของเนื้อหา
- 3.2 จัดลำดับเนื้อหา
- 3.3 ทางเลือกเกี่ยวกับประเภทของความรู้
- 3.4 ตัดสินใจว่าจะเน้นทฤษฎี หรือปฏิบัติ หรือการประยุกต์ใช้

3.5 ตัดสินใจเกี่ยวกับระดับของสมรรถภาพ

3.6 ตัดสินใจเกี่ยวกับเนื้อหาที่จะเรียน

- ทางเลือกด้านการเงิน หรือต้นทุนอย่างอื่นในการเรียนรู้

- ตัดสินใจเกี่ยวกับความช่วยเหลือ แหล่งเรียนรู้ หรือประสบการณ์ที่

จำเป็นสำหรับเนื้อหา

3.7 จัดเนื้อหาตามลำดับความจำเป็นก่อนหลัง

3.8 ตัดสินใจเกี่ยวกับประเภทของแผน

4. อัตราการเรียนรู้

4.1 จำนวนเวลาสำหรับผู้สอนนำเสนอ

4.2 จำนวนเวลาสำหรับปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน

4.3 จำนวนเวลาสำหรับปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน

4.4 จำนวนเวลาสำหรับการเรียนรู้รายบุคคล

4.5 ตัดสินใจเกี่ยวกับอัตราเวลาที่ใช้เรียนในแต่ละเรื่อง

4.6 ตัดสินใจเกี่ยวกับกำหนดการทำกิจกรรมต่างๆ

5. เลือกวิธีการเรียนการสอน เทคนิค และสื่อ

5.1 เลือกเทคโนโลยีและสื่อการเรียนการสอน

5.2 เลือกเทคนิคและวิธีการเรียนการสอน

5.3 ประเภทของแหล่งการเรียนรู้ที่จะใช้

5.4 เลือกวิธีการรับรู้ประสบการณ์ (ดู ฟัง สัมผัส ฯลฯ) ที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี

ที่สุด

5.5 โอกาสสำหรับการอภิปรายระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียน ผู้เรียนกับผู้สอน อภิปราย

กลุ่มย่อย หรืออภิปรายกลุ่มใหญ่

6. การควบคุมสิ่งแวดล้อมการเรียนรู้

6.1 ตัดสินใจเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

6.2 ตัดสินใจเกี่ยวกับอุปสรรคทางอารมณ์ หรือทางจิตวิทยา

6.3 ทางเลือกเกี่ยวกับวิธีการเผชิญอุปสรรคทางสังคม หรือทางวัฒนธรรม

6.4 โอกาสในการจับคู่ระหว่างลีลาการเรียนรู้ของแต่ละคนกับการนำเสนอเนื้อหา

สาระ

7. ส่งเสริมการสะท้อนความคิด (reflection) และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (critical thinking)

7.1 ตัดสินใจเกี่ยวกับวิธีการตีความทฤษฎี

7.2 ทางเลือกสำหรับการรายงาน หรือบันทึกการสะท้อนความคิด

7.3 ตัดสินใจเกี่ยวกับการใช้เทคนิคการสะท้อนความคิดของนักปฏิบัติ (reflective practitioner techniques)

7.4 โอกาสสำหรับการฝึกตัดสินใจ แก้ปัญหา และกำหนดนโยบาย

7.5 หาโอกาสทำความเข้าใจเกี่ยวกับความคิด

7.6 ทางเลือกในการประยุกต์ใช้ความรู้

8. บทบาทของผู้สอน

8.1 ทางเลือกด้านบทบาทของผู้สอน ธรรมชาติของการสอน การนำเสนอโดยการบรรยาย

8.2 ทางเลือกด้านการใช้เทคนิคการตั้งคำถาม

8.3 ทางเลือกด้านอำนวยความสะดวก การแนะนำกระบวนการเรียนรู้

9. การประเมินการเรียนรู้

9.1 ทางเลือกเกี่ยวกับประเภทของการทดสอบ

- ตัดสินใจเกี่ยวกับธรรมชาติ และการใช้การทบทวน

- โอกาสสำหรับการฝึกทำแบบทดสอบ

- โอกาสสำหรับการทดสอบซ้ำ

- โอกาสสำหรับการเลือกประเภทการสอบ

- การตัดสินใจเกี่ยวกับน้ำหนักของการสอบแต่ละประเภท

9.2 ทางเลือกสำหรับการใช้ข้อมูลย้อนกลับ

- ตัดสินใจเกี่ยวกับประเภทการให้ข้อมูลย้อนกลับโดยผู้สอน

- ตัดสินใจเกี่ยวกับประเภทการให้ข้อมูลย้อนกลับจากผู้เรียนสู่ผู้สอน

9.3 ทางเลือกเกี่ยวกับการตรวจสอบความถูกต้องของผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้

9.4 ตัดสินใจเกี่ยวกับลักษณะของผลลัพธ์การเรียนรู้

- เลือกประเภทของผลการเรียนรู้

(1) ตัดสินใจเกี่ยวกับวิธีการรายงานหลักฐานการเรียนรู้

(2) โอกาสการปรับปรุงผลงานหรือหลักฐานการเรียนรู้ และการ

เสนอหลักฐานการเรียนรู้ใหม่

(3) ตัดสินใจเกี่ยวกับลักษณะของหลักฐานที่เป็นรายงาน

- ตัดสินใจเกี่ยวกับน้ำหนักของผลงานสุดท้าย
- ตัดสินใจเกี่ยวกับระดับการปฏิบัติได้ของผลงาน

(1) โอกาสการนำผลการเรียนรู้ไปใช้ในการปฏิบัติงานปัจจุบัน

หรืออนาคต

(2) โอกาสในการเสนอการประยุกต์ใช้ความรู้

- การตัดสินใจเกี่ยวกับลักษณะของประโยชน์ที่ได้จากการเรียนรู้

(1) โอกาสนำเสนอประโยชน์ระยะสั้นและระยะยาว

(2) โอกาสในการแสวงหาประโยชน์ประเภทต่างๆ

9.5 การตัดสินใจเกี่ยวกับลักษณะของการติดตามผล (follow up evaluation)

- กำหนดวิธีการคงความรู้เอาไว้
- กำหนดวิธีการประยุกต์ใช้มันโน้ตส์
- โอกาสการทบทวนหรือทำใหม่
- ติดตามทางเลือกในการเรียนรู้

9.6 โอกาสในการหยุดการเรียนรู้ หรือกลับมาเรียนรู้ใหม่

9.7 ตัดสินใจเกี่ยวกับประเภทการให้เกรด หรือรางวัลที่ได้รับ

9.8 การเลือกลักษณะการประเมิน โดยผู้สอน และการประเมินการเรียนรู้

9.9 ทางเลือกในการใช้สัญญาการเรียนรู้

**กระบวนการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง**

Brockett and Hiemstra (1991) ได้อธิบายกระบวนการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองไว้ดังนี้

1. การเตรียมการของผู้สอน

1. เตรียมเอกสารอธิบายหลักการเรียน และบทบาทของผู้สอน
2. กำหนดสมรรถภาพที่จำเป็น การเรียนรู้ และจุดหมาย
3. เตรียมเอกสารสำหรับการประเมินความต้องการการเรียนรู้รายบุคคล และ

การอภิปรายกลุ่มย่อย

4. เตรียมสื่อสนับสนุนการเรียนรู้ที่หลากหลาย

5. เตรียมแบบฝึกหัด หรือแนวทางการใช้สื่อเสริม รวมทั้งประมวลการสอน กิจกรรมการเรียนรู้ รายการเอกสารอ้างอิง แบบฟอร์มสัญญาการเรียนรู้ ฯลฯ

## 2. การสร้างบรรยากาศ

สิ่งแวดล้อมในห้องเรียน และประสบการณ์มีอิทธิพลต่อการตั้งใจและพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้เรียน (Ee, Kim, and Potter quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 109) นักเรียนที่อยู่ในห้องเรียนที่ครูจัดบรรยากาศ และกิจกรรมให้มีการกำกับตนเองในการเรียนสูง จะพัฒนาทักษะ และทัศนคติที่เป็นลักษณะของผู้เรียนที่มีการกำกับตนเอง ในขณะที่นักเรียนที่อยู่ในห้องเรียนที่มีการกำกับตนเองทางการเรียนต่ำเมื่อเกิดอุปสรรคจะปรับทัศนคติ และการกระทำอันเนื่องมาจากการปกป้องตนเอง ดังนั้นครูจึงมีส่วนในการส่งเสริมการกำกับตนเองให้กับนักเรียน (Perry, 1998 : 715 ; De la paz, 1999 : 4 อ้างถึงใน ปิยวรรณ พันธุ์มงคล, 2542 : 17) ผู้สอนควรสร้างสิ่งแวดล้อมในห้องเรียนที่ช่วยชักนำให้ผู้เรียนรับผิดชอบและควบคุมการเรียนรู้ของตนเอง โดยการส่งเสริมการมีส่วนร่วมทางปัญญาอย่างกระตือรือร้นในทุกๆเนื้อหาการเรียน และจัดการเรียนการสอนที่เน้นกระบวนการ (Borkowski and others quoted in Ee, Chang and, Tan, 2004 : 98) ซึ่งการเตรียมสิ่งแวดล้อมทางกายภาพให้พร้อมก็เพื่อช่วยให้ผู้เรียนมีความคุ้นเคยกัน โดยผู้สอนแนะนำตนเอง และจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนรู้จักกัน คุ้นเคยกัน (Brockett and Hiemstra, 1991)

## 3. การประเมินความต้องการการเรียนรู้ (needs assessment)

ผู้เรียนควรมีส่วนร่วมอย่างกระตือรือร้นในการกำหนดความต้องการการเรียนรู้ ก่อนการวางแผนกิจกรรมการเรียนรู้ โดยปกติจะมีการดำเนินงานตั้งแต่ครั้งแรกของการเรียน การประเมินความต้องการของผู้เรียนมี 2 ลักษณะ คือ

1) การประเมินความต้องการการเรียนรู้รายบุคคล โดยผู้สอนจะมีแบบฟอร์มการประเมินให้กับผู้เรียน ซึ่งประกอบด้วยหัวข้อต่างๆที่ผู้เรียนสนใจ ผู้สอนจะให้ผู้เรียนประเมินระดับความสามารถของตนเองตามรายการที่กำหนดไว้ และจะสนับสนุนให้ผู้เรียนเพิ่มเติมรายการอื่นๆที่ผู้เรียนเห็นว่าสำคัญ กิจกรรมนี้จะช่วยให้ผู้เรียนตระหนักถึงจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเอง และทำให้ทราบว่าการใดบ้างที่จะช่วยแก้ไขจุดอ่อน และเสริมจุดแข็งของตน

2) การประเมินความต้องการการเรียนรู้ของกลุ่ม หลังจากที่มีการประเมินความต้องการรายบุคคลแล้ว ควรจัดให้ผู้เรียนเข้ากลุ่ม กลุ่มละ 5-8 คน โดยให้มีผู้นำกลุ่ม และเลขานุการกลุ่ม และให้กลุ่มประเมินระดับความต้องการของกลุ่มตามรายการในแบบประเมิน โดยใช้ผลการประเมินของแต่ละคนเป็นพื้นฐาน รวมทั้งให้ระบุนเวลาที่ควรจะใช้ในการเรียนแต่ละเรื่อง ให้ผู้เรียนอภิปรายอย่างกว้างขวาง โดยผู้สอนจะให้คำแนะนำเท่าที่จำเป็น และกระตุ้นให้กลุ่มเสนอแนะว่าควรเพิ่มเติมเรื่องอะไรอีกบ้าง ให้กลุ่มรายงานเกี่ยวกับผลการประเมินแต่ละหัวเรื่อง เรื่องอื่นๆที่

สนใจ มโนทัศน์ที่ควรรหาข้อมูลเพิ่มเติม ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับเทคนิคการสอน แหล่งเรียนรู้ การ จัดลำดับเนื้อหาสาระ ควรให้แต่ละกลุ่มรายงานผลการประเมินต่อกลุ่มใหญ่ เพื่อให้แต่ละคนเห็น ความเหมือนและความต่างของผลการประเมิน

#### 4. การดำเนินการเรียนรู้ด้วยตนเอง

การออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนจะเริ่มขึ้นหลังจากมีการวินิจฉัย ความต้องการการเรียนรู้ ผู้สอนจะใช้สารสนเทศจากความต้องการการเรียนรู้ของผู้เรียนเป็นข้อมูล ในการจัดทำแผนการเรียนรู้ชั่วคราวของกลุ่ม โดยผู้สอนจะพิจารณารายงานของกลุ่มย่อย รวบรวม ความต้องการส่วนใหญ่ของผู้เรียน และประมาณการเวลาที่จำเป็นต้องใช้ในการเรียนรู้แต่ละเรื่อง รวมทั้งเสนอแนะแหล่งเรียนรู้ต่างๆที่สามารถใช้หรือพัฒนาต่อไป จากนั้นผู้สอนจะพิจารณาความ สอดคล้องระหว่างมาตรฐานที่กำหนดไว้ในประมวลการสอนกับความต้องการเรียนรู้ที่รวบรวมจาก ผู้เรียน เพื่อให้แน่ใจว่าผู้เรียนจะมีความรู้ที่จำเป็นเพียงพอตามมาตรฐานของหลักสูตร และจะ กำหนดรายละเอียดของกิจกรรมการเรียนและรวบรวมสื่อการเรียนรู้ที่จะช่วยเสริมการเรียนของกลุ่ม ผลสุดท้ายจะได้แผนปฏิบัติการชั่วคราวประกอบด้วยกิจกรรมการเรียนรู้แต่ละสัปดาห์ เสนอแนะ วัตถุประสงค์และสื่อการเรียนรู้ที่เหมาะสม รวมทั้งกำหนดเส้นตายต่างๆของรายวิชา อย่างไรก็ตาม กำหนดการเรียนแต่ละสัปดาห์ก็สามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม หลังจากนั้นผู้สอนจะ พยายามกำกับให้กิจกรรมดำเนินไปอย่างเหมาะสม ให้ผู้เรียนมีสื่อการเรียนรู้ที่จำเป็น จัดการ นำเสนอของวิทยากรจากภายนอก ให้ผู้เรียนทราบแผนปฏิบัติการของห้องวินิจฉัยความต้องการของ ผู้เรียนใหม่หากจำเป็น และผู้เรียนพัฒนาแผนการเรียนรู้หรือสัญญาการเรียนรู้อันตอบสนองความ ต้องการของแต่ละคน โดยปกติแผนดังกล่าวจะประกอบไปด้วย จุดหมายการเรียนรู้รายบุคคล สื่อ การเรียนที่จะใช้ กลยุทธ์การเรียนรู้ หลักฐานที่แสดงความสำเร็จ วิธีการประเมินผลการเรียน และ ช่วงเวลาการเรียนแต่ละเรื่อง โดยผู้สอนจะพิจารณาให้ข้อเสนอแนะเพื่อให้ได้แผนการเรียนรู้ที่ เหมาะสม ตลอดระยะเวลาตามแผนการเรียนรู้ ผู้สอนจะเร่งเร้าให้ผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มที่ เหมาะสมกับแผนการเรียนรู้ของตนเอง ผู้เรียนบางคนจะเข้าร่วมในกิจกรรมทุกกิจกรรม บางคนจะ เข้าร่วมเฉพาะกิจกรรม และใช้เวลาที่เหลือสำหรับการเรียนรู้ด้วยตนเอง

## 5. กิจกรรมการประเมินผล

การประเมินผลมีด้วยกัน 3 ลักษณะ คือ

1) การประเมินเพื่อการปรับปรุงแก้ไข จะประกอบไปด้วยการพิจารณาปัญหาที่ผู้เรียนไม่ได้กล่าวออกมาแต่สังเกตจากภาษาท่าทางของผู้เรียน ให้ผู้เรียนเขียนประเมินผลในบางโอกาส การประเมินผลกลางภาคเรียน การนัดหมายเพื่อพบกับผู้เรียนนอกเวลาเรียนตามปัญหาที่เกิดขึ้น

2) การประเมินในชั่วโมงสุดท้าย โดยให้ผู้เรียนประเมินผู้สอนในฐานะผู้อำนวยความสะดวกในการเรียนรู้

3) การประเมินกระบวนการเรียนรู้ คือให้ผู้เรียนประเมินกระบวนการเรียนรู้ ครอบคลุมของเนื้อหา และสื่อการเรียนรู้ ซึ่งดำเนินการในชั่วโมงสุดท้ายเช่นเดียวกัน

ในกระบวนการเรียนรู้ดังกล่าว ผู้สอนจะมีบทบาทสำคัญ 2 ประการ คือ

1. การส่งเสริมการเรียนรู้ และการมีส่วนร่วมของผู้เรียน โดยเฉพาะการสะท้อนความคิดของตนเอง

2. การช่วยเหลือผู้เรียนรายบุคคล ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับการให้ข้อมูลย้อนกลับ นัดหมายกับผู้เรียนรายบุคคล ให้ข้อเสนอแนะการปรับแผนการเรียนรู้หากจำเป็น ให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับการเรียนรู้ และการประเมินผลงานของผู้เรียน

### แนวทางการสอนการกำกับตนเอง

Paris (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 61-63) ได้กล่าวถึง แนวทางการสอนการกำกับตนเองไว้ดังนี้

1. สอนโดยตรง โดยการชักนำการสะท้อนความคิด และการอภิปรายทางปัญญา
2. สอนโดยอ้อม โดยการทำให้ดูเป็นแบบอย่าง และจัดกิจกรรมให้วิเคราะห์สะท้อนความคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยตนเอง
3. ส่งเสริมโดยการประเมิน บันทึก และอภิปรายเกี่ยวกับหลักฐานความก้าวหน้าส่วนบุคคล

Rhee and Pintrich (quoted in Ee, Chang and, Tan, 2004 : 43) กล่าวว่า แนวทางการสอนแบบหนึ่ง que ส่งเสริมความรับผิดชอบในการกำกับตนเองในการเรียนได้สำเร็จ เรียกว่า การฝึกงานทางปัญญา (cognitive apprenticeship) ซึ่งหมายถึง กระบวนการเรียนรู้โดยการมีส่วนร่วมอย่างเหมาะสม ในกระบวนการนี้ ผู้เรียนเรียนรู้ทักษะใหม่จากการสังเกต การเพิ่มความรับผิดชอบ และการค่อยๆ ใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างอิสระ กระบวนการฝึกงานทางปัญญาช่วยส่งเสริม

การประเมินความก้าวหน้าของตนเอง การปรับปรุงแก้ไขตนเอง และการสะท้อนความคิดของตนเองเพื่อที่ผู้เรียนจะสามารถเปรียบเทียบความก้าวหน้าของผลงานตนเองกับของผู้เชี่ยวชาญ บรรทัดฐานของห้องเรียนมีผลกระทบอย่างลุ่มลึกต่อการใช้กลยุทธ์การกำกับตนเองในการเรียนของผู้เรียน

### การส่งเสริมให้ผู้เรียนเป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง

สมคิด อิศระวัฒน์ (2532 : 78 อ้างถึงใน จีระวัฒน์ ชูอมรพิทักษ์, 2544 : 39-40) ได้กล่าวถึงการฝึกหรือส่งเสริมให้ผู้เรียนเป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเองว่าจะต้องคำนึงถึงสิ่งต่างๆ ดังนี้

1. ผู้เรียนส่วนหนึ่งอาจไม่รู้ว่าตนเองกำลังเรียนรู้ คนเหล่านี้มีความคิดว่าการเรียนรู้ คือ สิ่งที่เขาต้องทำเมื่ออยู่ในโรงเรียน และเรียนจากห้องเรียนเท่านั้น
2. ผู้เรียนส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าตนเองมีวิธีการเรียนรู้อย่างไร ผู้เรียนไม่ค่อยตระหนักถึงขั้นตอนต่างๆของการเรียนรู้ (Learning Process) และรวมไปถึงวิธีการเรียนรู้ของแต่ละคน (Learning Style)
3. ความสามารถที่จะเป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเองของผู้เรียนแต่ละคนมีไม่เท่ากัน ผู้ที่เป็นพี่เลี้ยงหรือผู้อำนวยความสะดวก จะต้องมีความเข้าใจ เมื่อไรตนเองควรเข้าไปช่วยเหลือ หรือเมื่อไรควรปล่อยให้ผู้เรียนรับผิดชอบด้วยตนเอง
4. บทบาทของผู้อำนวยความสะดวกให้กับกลุ่ม ซึ่งแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกัน
5. แนวโน้มการเรียนรู้จะเกิดขึ้น ได้มาก ถ้าผู้เรียนเรียนด้วยตนเอง (Self- Directed way)
6. การเรียนรู้ด้วยตนเอง ไม่จำเป็นต้องเรียนคนเดียว อาจมีการสอบถามจากผู้อื่น หรือขอความช่วยเหลือจากบุคคลภายนอก ในบางกรณีอาจมีการทำงานร่วมกับผู้อื่น แต่ตนเองมีความรู้สึก ว่าตนเองเป็นผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง (Independence Learner) เรื่องของการเรียนรู้ด้วยตนเองนี้ เป็นเรื่องภายในจิตใจสำนึกของผู้เรียนมากกว่าการจัดการภายนอก วิธีการที่บุคคลเรียนรู้ด้วยตนเอง จะเป็นวิธีการที่ช่วยให้บุคคลเกิดความเจริญงอกงามในระดับที่ดี
7. การเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ยาก ถ้าจัดในสถาบันการศึกษาต่างๆ เพราะ ธรรมชาติสถาบันเป็นผู้ที่กำหนดสิ่งที่จะต้องเป็นต้องทำให้ ในการดำเนินการฝึกผู้เรียนให้มีลักษณะการฝึกแบบเรียนรู้ด้วยตนเองนั้น ต้องปรับระบบอื่นให้สอดคล้องด้วย เช่น การวัดผล การจัดชั้นเรียน ตารางการเรียน เป็นต้น
8. วิธีการเรียนรู้ด้วยตนเองมิใช่การเรียนที่ดีที่สุด แต่เป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับบุคคลและสถานการณ์บางอย่างเท่านั้น



Chin (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 224) กล่าวว่า ผู้เรียนมากมายไม่สามารถกำกับตนเองในการเรียนได้เองตามธรรมชาตินอกจากจะถูกกระตุ้นให้เรียนรู้ในการส่งเสริมการกำกับตนเองในการเรียน ซึ่งในห้องเรียนนั้นผู้สอนสามารถกระทำได้ดังนี้

1. พัฒนาความรู้เกี่ยวกับกลยุทธ์ทางปัญญา และกลยุทธ์ทางอภิปัญญาของผู้เรียน
2. ให้แบบอย่างทางอภิปัญญา
3. ใช้กลยุทธ์การเรียนการสอนและกิจกรรมที่สนับสนุนและพัฒนาอภิปัญญา
4. ใช้การประเมินผลรูปแบบอื่น
5. สร้างสิ่งแวดล้อมในห้องเรียนที่ส่งเสริมอภิปัญญา

### บทบาทของผู้เรียนในการเรียนรู้ด้วยตนเอง

การเรียนการสอนด้วยการเรียนรู้ด้วยตนเอง จะเน้นบทบาทของผู้เรียน ซึ่ง Knowles (1976 : 47 อ้างถึงใน จิระวัฒน์ ชูอมรพิทักษ์, 2544 : 38) ได้สรุปบทบาทของผู้เรียนในการเรียนรู้ด้วยตนเองดังนี้

1. การเรียนรู้ด้วยตนเอง ควรเริ่มจากการที่ผู้เรียน มีความต้องการที่จะเรียนในสิ่งหนึ่งสิ่งใด เพื่อการพัฒนาทักษะ ความรู้สำหรับการพัฒนาชีวิต และการทำงานอาชีพของตนเอง
2. การเตรียมตัวของผู้เรียน คือ ผู้เรียนจะต้องศึกษาหลักการ จุดมุ่งหมายและโครงสร้างของหลักสูตร รายวิชาและจุดประสงค์ของรายวิชาที่สอน
3. ผู้เรียนควรจัดเนื้อหาวิชาด้วยตนเอง ตามจำนวนคาบที่กำหนดไว้ในโครงสร้าง และกำหนดวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรมลงไปในชัดเจนว่าจะให้บรรลุผลในด้านใด เพื่อแสดงให้เห็นว่าผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้ในเรื่องนั้นๆแล้ว และมีความคิดเห็นหรือเจตคติในการนำไปใช้กับชีวิตสังคม และสิ่งแวดล้อมด้วย
4. ผู้เรียนเป็นผู้วางแผนการสอน และดำเนินกิจกรรมการเรียนการสอนนั้นด้วยตนเอง โดยอาจขอคำแนะนำช่วยเหลือจากครูหรือเพื่อน ในลักษณะของการร่วมมือกันทำงานได้เช่นกัน
5. การประเมินผลการเรียนรู้ด้วยตนเอง ควรเป็นการประเมินผลร่วมกันระหว่างครูผู้สอนกับผู้เรียน โดยครูและผู้เรียนร่วมกันตั้งเกณฑ์การประเมินผลร่วมกัน

Wenburg (1972 : 116 อ้างถึงใน สุวัฒน์ วัฒนวงศ์, 2546 : 22) ได้กล่าวถึงบทบาทของ  
ผู้เรียนในการเรียนรู้ด้วยตนเองดังนี้

1. ผู้เรียนเรียนรู้ได้จากสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมที่เป็นอิสระ หมายถึง ผู้เรียนเป็นของตัวเอง ไม่ถูกควบคุมจากบุคคลอื่น ซึ่งมีผลทำให้ผู้เรียนเรียนรู้ได้เร็วขึ้น
2. ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติ ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนได้ค้นพบความจริงด้วยตนเอง
3. ผู้เรียนได้เรียนรู้จากการร่วมมือกัน การร่วมมือไม่ได้หมายถึง การเข้ากลุ่มอย่างเดียวเท่านั้น แต่ยังหมายถึง การที่แต่ละฝ่ายช่วยเหลือส่งเสริมซึ่งกันและกันในสถานการณ์การเรียนรู้ โดยตั้งการป้อนกลับ (feedback) ให้สมาชิกอื่นๆทราบสิ่งที่ช่วยให้ผู้เรียนร่วมมือกัน คือ กระบวนการกลุ่ม
4. ผู้เรียนเรียนรู้จากภายในตัวออกมา หมายถึง การที่ผู้เรียนเรียนรู้โดยการสร้างความรู้สึกบางอย่างเกี่ยวกับสิ่งที่เรียน ไม่ใช่เรียนโดยถูกกำหนดบางสิ่งบางอย่างเข้าไปในตัวผู้เรียน

#### บทบาทของครูที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง

ครูมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองให้แก่ นักเรียน โดยมีบทบาทที่สำคัญคือ การเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้กับนักเรียน Brockett and Hiemstra (1991) ได้อธิบายถึงบทบาทของผู้อำนวยความสะดวกในการส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเองไว้ดังนี้

1. ให้สารสนเทศในบางหัวข้อ โดยการบรรยาย หรือการใช้สื่อหรือเทคนิคอื่นๆ
2. เป็นแหล่งเรียนรู้ (Resource) สำหรับการเรียนรู้รายบุคคล หรือกลุ่มย่อยสำหรับเนื้อหาบางเรื่อง
3. ช่วยเหลือผู้เรียนในการประเมินความต้องการการเรียนรู้และสมรรถภาพ เพื่อให้แต่ละคนสามารถกำหนดแผนการเรียนเฉพาะตน
4. ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับแผนการเรียนหรือสัญญาการเรียนของผู้เรียนแต่ละคน
5. ชี้แนะแหล่งเรียนรู้ หรือจัดหาสารสนเทศใหม่ที่ตรงกับเรื่องที่ต้องการเรียนรู้ตามผลการประเมินความต้องการการเรียนรู้
6. สร้างแหล่งเรียนรู้ที่ประกอบด้วยสารสนเทศ สื่อประเภทต่างๆ หรือรูปแบบ (model) ที่สอดคล้องกับเนื้อหาที่หลากหลาย
7. จัดการให้ผู้เรียนได้ติดต่อกับผู้รู้ในหัวข้อพิเศษบางหัวข้อ และจัดประสบการณ์ให้กับผู้เรียนรายบุคคลหรือกลุ่มย่อยนอกเหนือจากการเรียนปกติในกลุ่มใหญ่
8. ทำงานร่วมกับผู้เรียนนอกห้องเรียนปกติในฐานะผู้คอยกระตุ้นการเรียนรู้

9. ช่วยพัฒนาเจตคติของผู้เรียนต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง

10. ส่งเสริมการอภิปราย การตั้งคำถาม และกิจกรรมกลุ่มย่อยเพื่อกระตุ้นความสนใจในประสบการณ์การเรียนรู้

11. การจัดกระบวนการเรียนรู้เกี่ยวกับการวินิจฉัยความต้องการการเรียนรู้ การให้ข้อมูลย้อนกลับ และส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้เรียน

12. เป็นผู้ประเมินความสำเร็จของผู้เรียนระหว่างเรียน และเมื่อสิ้นสุดการเรียน

De la paz (1994 : 4 อ้างถึงใน ัญญา พันธรัตน์, 2548 : 55) ได้กล่าวถึงบทบาทของครูในการพัฒนาพฤติกรรมการกำกับตนเองของนักเรียนไว้ดังนี้

1. พัฒนาพื้นฐานความรู้เดิมของนักเรียน
2. อธิบายกลวิธีของเป้าหมายที่จะนำไปสู่การเรียนรู้ของนักเรียน
3. ครูต้องเป็นตัวแทนในการใช้กลวิธีการกำกับตนเอง โดยกลวิธีมีทางเป็นไปได้
4. กำหนดให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดร่วมกันเป็นกลุ่ม โดยใช้กลวิธีร่วมกัน
5. กำหนดให้นักเรียนทำแบบฝึกหัดอย่างอิสระ เมื่อการสอนเสร็จสิ้น

**การประยุกต์ใช้การเรียนรู้ด้วยตนเองในห้องเรียน**

Chin (quoted in Ee, Chang, and Tan, 2004 : 253) ได้กล่าวถึง การประยุกต์ใช้การกำกับตนเองในห้องเรียนไว้ดังนี้

1. ควรพิจารณาทั้งลักษณะการจูงใจ และลักษณะทางปัญญาของการกำกับตนเองในการเรียน จุดหมายของผู้เรียนมีบทบาทสำคัญในการกำกับตนเองในการเรียน

2. องค์ประกอบสำคัญของการกำกับตนเองในการเรียน คือ การที่ผู้เรียนมุ่งจะใช้กระบวนการเชิงกลยุทธ์ ทำให้ผู้สอนควรจะสอนกลยุทธ์การเรียนรู้การจูงใจ กลยุทธ์การเรียนรู้ทางปัญญา และกลยุทธ์การเรียนรู้ทางอภิปัญญาแบบต่างๆแก่ผู้เรียน

3. การกำกับตนเองในการเรียนเป็นงานหนักและต้องใช้ความพยายามทางจิตใจ

การจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง เป็นสิ่งสำคัญสำหรับการเรียนการสอนในปัจจุบัน เนื่องจากเป็นกระบวนการจัดการเรียนการสอนที่ช่วยเหลือ ส่งเสริม สนับสนุนให้ผู้เรียนเป็นผู้ริเริ่มวินิจฉัยความต้องการการเรียนรู้ กำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียนรู้ สื่อการเรียนรู้ หรือกลยุทธ์การเรียนรู้ และประเมินผลการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนรู้อย่างกระตือรือร้น ซึ่งมาจากแรงจูงใจภายในตัวผู้เรียนเองที่จะส่งผลให้ผู้เรียนมีความพึง

พอใจในผลการเรียนรู้ของตน เพื่อไปสู่จุดหมายที่ตั้งใจเอาไว้ กระบวนการเหล่านี้ผู้เรียนอาจได้รับความช่วยเหลือหรือไม่ได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่น

การที่บุคคลจะมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต่างๆเพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการนั้น ควรจะเริ่มต้นจากตนเองเสียก่อน เมื่อบุคคลมีความชอบ มีความต้องการที่จะเรียนรู้ด้วยตนเองแล้ว ก็จะทำให้ผู้เรียนเรียนอย่างมีความสุข และยอมรับในศักยภาพของตน โดยการเรียนรู้ด้วยตนเองนั้นจัดว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต เนื่องจากผู้เรียนเป็นผู้ที่ค้นหาและแสวงหาความรู้ด้วยตนเองในสิ่งที่ผู้เรียนต้องการจะเรียนรู้ โดยไม่จำกัดเวลา สถานที่ และแหล่งข้อมูล และเมื่อใดก็ตามที่ผู้เรียนมีใจรักที่จะศึกษาค้นคว้าตามความต้องการของตนเองก็จะเกิดการศึกษาย่างต่อเนื่องโดยไม่ต้องบอก และมีแรงกระตุ้นให้เกิดความอยากรู้อยากเห็นและเรียนรู้อย่างไม่มีการสิ้นสุด

## 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Guglielmino (1977) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนาเครื่องมือวัดความพร้อมของการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Development of the Self-Directed Learning Readiness Scale) โดยใช้เทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique) เริ่มต้นด้วยให้กลุ่มตัวอย่างระบอบองค์ประกอบสำคัญที่มีต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง รวมถึงความสามารถ เจตคติ และบุคลิกส่วนตัวที่สำคัญ แล้วนำองค์ประกอบที่ได้จากการสำรวจมาใช้เป็นข้อมูลสำหรับการสร้างแบบวัดลักษณะความพร้อมของการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning Readiness Scale) ที่เรียกย่อๆว่า SDLRS แบบสอบถามมี 41 ข้อ เป็นกิจกรรมและลักษณะการเรียนรู้ด้วยตนเอง มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert-Type Item) ได้นำเครื่องมือนี้ไปให้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 307 คน ในรัฐจอร์เจีย แคนาดา และรัฐเวอร์จิเนียเป็นผู้ตอบ แล้วนำคำตอบที่ได้มาทำการวิเคราะห์เป็นรายข้อ (Item Analysis) และการวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor Analysis) เพื่อใช้คัดเลือกข้อคำถามสำหรับทำเป็นแบบสอบวัดเพื่อใช้ในวงกว้างต่อไป

ผลจากงานวิจัยชิ้นนี้ระบุว่า การที่บุคคลเรียนรู้ด้วยตนเองได้นั้น ต้องมีลักษณะความพร้อมของการเรียนรู้ 8 ประการ คือ 1) การเปิดโอกาสต่อการเรียนรู้ (Openness to learning opportunities) 2) มโนคติของตนเองในด้านการเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ (Self-concept as an effective learner) 3) ความคิดริเริ่ม และอิสระในการเรียนรู้ (Initiative and independence in learning) 4) ความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง (Informed acceptance of responsibility for one's own learning) 5) ความรักในการเรียนรู้ (Love of learning) 6) ความคิดสร้างสรรค์ (Creativity)

7) การมองอนาคตในแง่ดี (Positive orientation to future) และ8) ความสามารถในการใช้ทักษะ การศึกษาหาความรู้ และทักษะการแก้ปัญหา (Ability to use basic study skill and problem-solving skills)

จิราภรณ์ กุณสิทธิ์ (2541) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชา คณิตศาสตร์ ด้วยตัวแปรด้านการกำกับตนเองในการเรียน การรับรู้ความสามารถของตนเองทาง คณิตศาสตร์ ทำศนคติต่อวิชาคณิตศาสตร์ และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 3 สามารถทำนายได้จากการกำกับตนเองในการเรียน การรับรู้ความสามารถของ ตนเองในการเรียนทางคณิตศาสตร์ และทำศนคติต่อวิชาคณิตศาสตร์ โดยมีตัวทำนายที่ดีที่สุด คือ การรับรู้ความสามารถของตนเองทางคณิตศาสตร์ และการกำกับตนเองในการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ ตามลำดับ

ชัยฤทธิ์ โพธิสุวรรณ (2541) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการชี้นำ ตนเองของผู้ใหญ่ของกิจกรรมการศึกษาผู้ใหญ่บางประเภท กิจกรรมที่ทำการศึกษา มี 3 ประเภท คือ การศึกษาในทัศนสถานศึกษาการอบรมวิชาชีพสำหรับบุคคล การเรียนภาคฤดูร้อนของ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (อบรมวิชาชีพ) และการอบรมภาคฤดูร้อนเพื่อสอบเข้ามหาวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า โดยภาพรวม ความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการชี้นำตนเองอยู่ในระดับสูง เมื่อแยก เป็นองค์ประกอบพบว่า ความพร้อมในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองเฉลี่ยสูงสุด คือ การมองอนาคต ในแง่ดี รองลงมา คือ รักการเรียนรู้ และต่ำสุด คือ การมีความคิดสร้างสรรค์ ผู้เรียนประเภท ทัศนสถานเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้เรียนอีก 2 ประเภทอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ความพร้อมใน การเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้เรียนทั้ง 3 ประเภทไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อจำแนกตามกลุ่มอายุพบว่า ความพร้อมในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเอง และการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ยังพบว่า ความพร้อมในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองไม่สัมพันธ์กับ การเห็นคุณค่าในตนเอง แต่สัมพันธ์กับอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ปิยวรรณ พันธุ์มงคล (2542) ทำการวิจัยเรื่อง ผลของการใช้โปรแกรมการกำกับตนเองที่มี ต่อการมีวินัยในตนเอง และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัย พบว่า หลังการทดลองคะแนนการมีวินัยในตนเองของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับ โปรแกรมการกำกับ ตนเองสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับ โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ หลังการทดลองคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการกำกับตนเองไม่ แตกต่างกับนักเรียนที่ไม่ได้รับ โปรแกรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ก่อนและหลังการทดลอง คะแนนการมีวินัยในตนเอง และระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนในกลุ่มควบคุมไม่

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการกำกับตนเองมีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กึ่งกาญจน์ ตั้งศรีไพร (2542) ได้ทำการวิจัยเรื่อง วิธีการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของ นักการศึกษาการศึกษานอกโรงเรียนสายสามัญระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มีวิธีการเรียนรู้ด้วยการอ่าน ฟัง สอบถาม ดู และสังเกต และการลงมือปฏิบัติในระดับกลาง มีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองอยู่ในระดับสูง และคะแนนความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง มีความสัมพันธ์กับคะแนนวิธีการเรียนรู้ทุกวิธี นอกจากนี้ นักศึกษาที่ให้เหตุผลในการเข้ามาเรียนต่างกันมีคะแนนเฉลี่ยวิธีการเรียนรู้ด้วยการฟัง สอบถาม และลงมือปฏิบัติต่างกัน และนักศึกษาที่ระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองต่างกัน มีคะแนนเฉลี่ยวิธีการเรียนรู้ทุกวิธีต่างกัน ส่วนเพศ อายุ การประกอบอาชีพขณะศึกษาไม่มีผลทำให้คะแนนเฉลี่ยวิธีการเรียนรู้แต่ละวิธีต่างกัน

วสุรัตน์ ชูวราตระกูล (2543) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ลักษณะการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนพระหฤทัย เชียงใหม่ โดยใช้เครื่องมือที่ดัดแปลงมาจากแบบวัดความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Development of the Self-Directed Learning Readiness Scale) ของ Guglielmeno ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีลักษณะการเรียนรู้ด้วยตนเองอยู่ในระดับสูง 6 ด้าน คือ 1) ด้านการเปิดโอกาสต่อการเรียนรู้ 2) ด้านมโนคติของตนเองในการเป็นผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ 3) ด้านความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง 4) ด้านความรักในการเรียนรู้ 5) ด้านการมองอนาคตในแง่ดี และ 6) ด้านความสามารถใช้ทักษะการศึกษาหาความรู้และทักษะการแก้ปัญหา สำหรับลักษณะการเรียนรู้ด้วยตนเองในด้านความคิดริเริ่มและอิสระในการเรียนรู้ และด้านความคิดสร้างสรรค์ อยู่ในระดับปานกลาง และนักเรียนมีความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง

บุญศิริ อนันตเศรษฐ (2544) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนากระบวนการเรียนการสอนเพื่อเสริมสร้างความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้เรียนในระดับมหาวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า เมื่อผู้เรียนได้รับโอกาสในการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้มากขึ้น ผู้เรียนที่มีพัฒนาการในด้านการเรียนรู้ด้วยตนเองสูง จะแสดงพฤติกรรมที่เป็นคุณสมบัติของผู้เรียนที่มีความสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างชัดเจน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ความภาคภูมิใจในตัวเองที่มีสาเหตุเชื่อมโยงกับแรงจูงใจภายใน คือ ความพึงพอใจที่ตนเองได้พัฒนาได้ ถ้าพยายามอย่างจริงจัง นอกจากนี้ การศึกษาพฤติกรรมของผู้เรียนในเชิงลึกยังพบว่า ยังมีปัจจัยสนับสนุนอื่นๆที่ส่งเสริมผลต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง อันได้แก่ ความกระหายอยากเรียนรู้ ความสนใจ ความชอบ ทักษะคิดที่ดีต่อการเรียนภาษา/ การเรียนในภาพรวม พื้นฐานภาษาที่ดีพอสมควร การมีวินัยในตนเอง และความสามารถในการ

บริหารจัดการเรื่องเวลา ซึ่งในความเชื่อของผู้เรียน ผู้สอนและวิธีการเลี้ยงดูในครอบครัว สามารถส่งเสริมให้เกิดปัจจัยเหล่านี้ได้

ศิวินันท์ วัฒนวงศ์ (2546) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของผู้เรียน การศึกษาต่อเนื่องสายอาชีพ ผลการวิจัยพบว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองมี 11 องค์ประกอบ ได้แก่

- 1) ความรักและความต้องการเรียนรู้สิ่งใหม่
- 2) ความสามารถในการเลือกทักษะเพื่อการเรียนรู้
- 3) การแสวงหาคำตอบเพื่อการเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง
- 4) ความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้และมีขั้นตอนเพื่อนำไปสู่เป้าหมาย
- 5) การมีวินัยในตนเอง และการนำความรู้ไปใช้ประโยชน์
- 6) การทุ่มเทเพื่อการเรียนรู้ด้วยความพยายามอย่างเหมาะสม
- 7) การจัดสภาพแวดล้อมเพื่อส่งเสริมบรรยากาศในการเรียนรู้
- 8) ความสามารถริเริ่มการเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง
- 9) ความสามารถในการตั้งคำถามเพื่อนำไปสู่ความรู้ที่ต้องการ
- 10) การประเมินผลตนเองได้อย่างถูกต้องยุติธรรม
- 11) ความอดทนในการแสวงหาความรู้

ส่วนการพัฒนาแบบวัดการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองสำหรับผู้เรียนการศึกษาต่อเนื่องสายอาชีพได้ครอบคลุมการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองจากการวิเคราะห์ผลในขั้นตอนที่ 1 ทั้ง 11 องค์ประกอบ ซึ่งเป็นแบบวัดมาตราส่วนประเมินค่า 5 อันดับ จำนวน 39 ข้อ ทั้งนี้การพัฒนาแบบวัดได้ยึดหลักการสร้างเครื่องมือที่มีคุณภาพ 3 ประการ ได้แก่

- 1) ค่าความเที่ยงตรง (Validity)
- 2) ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) และ
- 3) ความสามารถในการจำแนก (Discrimination power)

ศิรินันท์ สามีญ (2547) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การพัฒนากระบวนการส่งเสริมความสามารถในการเรียนรู้แบบนำตนเองของครู : การวิจัยแบบพหุกรณี ผลการวิจัยพบว่า กระบวนการส่งเสริมความสามารถในการเรียนรู้แบบนำตนเองของครูประกอบด้วย 4 ประการ คือ

- 1) ความมีอิสระ
- 2) การมีส่วนร่วม
- 3) การเน้นประสบการณ์ตรง
- 4) การนิเทศเพื่อพัฒนา และกระบวนการ 7 ขั้นตอน

ได้แก่

- 1) การเตรียมความพร้อมในการเรียนรู้ของครู
- 2) การช่วยให้ครูวิเคราะห์สภาพปัญหา
- 3) การสร้างความตระหนักและแรงจูงใจในการนำตนเอง
- 4) การกระตุ้นส่งเสริมให้ครูวิเคราะห์ความต้องการของตนเองกำหนดเป้าหมายและวางแผน
- 5) การกระตุ้นส่งเสริมให้ครูปฏิบัติตามแผน
- 6) การนิเทศ กำกับ ติดตาม ให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนครูอย่างต่อเนื่อง
- 7) การประเมินผล และให้ข้อมูลย้อนกลับแก่ครู

ส่วนผลการส่งเสริมให้ครูมีความสามารถในการนำตนเองในการเรียนรู้ด้วยกระบวนการส่งเสริมความสามารถในการเรียนรู้แบบนำตนเองพบว่า คะแนนเฉลี่ยของความสามารถและคุณลักษณะในการเรียนรู้แบบนำตนเองของครูทุกคนสูงในทุกด้าน ผลงานโครงการที่เกิดจากการเรียนรู้แบบนำตนเองของครู 7 คนอยู่ในเกณฑ์ดีมาก และ 2 คนอยู่ในเกณฑ์ดี ครมมากกว่าร้อยละ 80 เห็นว่า กระบวนการมีความเหมาะสม และสามารถส่งเสริมความสามารถในการเรียนรู้แบบนำตนเองให้ดี