

Education and academic article

Self- Directed Learning

Nusara Namdej

Registered Nurse,
Senior Professional Level,
Boromarajonani College of Nursing,
Saraburi

Abstract

The goal of education in the inconstant world is to prepare learners for the changes, job and to live happily in the society. Educators aim to develop their instruction to enhance learners' skills and abilities to acquire useful and important knowledge that is all around. Self-Directed Learning development is a target of a teaching procedure which expects learners to be able to apply Self-Directed Learning approach, furthermore it is a learning process which learners take their responsibility and control themselves for completing their learning by setting their own learning goals, making their learning plan, selecting their learning process, looking for and gathering information, finally summarizing and evaluating the information. Educators become a facilitator and a learning environmental creator. Self-Directed learning does not only develop learners' learning abilities but also boost their self-esteem, and motivate them to the Lifelong learning that is important for living.

Keywords : Self- Directed Learning; Student-centered learning

บทความทางการศึกษา

การเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง

นุสรา นามเดช

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี

บทคัดย่อ

เป้าหมายของการศึกษาในโลกที่เปลี่ยนแปลงนี้คือการพัฒนาผู้เรียนให้มีความสามารถพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงและพร้อมที่จะออกไปประกอบอาชีพและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข จึงต้องมีการปรับเปลี่ยนวิธีการจัดการเรียนการสอนที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะและคุณลักษณะในการแสวงหาความรู้ แสวงหาข้อมูลที่เป็นประโยชน์และมีความหมายซึ่งมีอยู่รอบตัวผู้เรียนอย่างมากมายมหาศาล ซึ่งการพัฒนาการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง (Self-Directed Learning) เป็นทั้งเป้าหมายของการเรียนการสอนที่ต้องการให้ผู้เรียนมีความสามารถในการเรียนรู้แบบนำตนเองและเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนมีความรับผิดชอบและควบคุมตนเองในการเรียนรู้ โดยมีการตั้งเป้าหมาย วางแผนการเรียนรู้ เลือกวิธีการเรียน แสวงหาความรู้รวบรวมและสรุปความรู้ที่ได้และประเมินผล โดยมีครูเป็นผู้อำนวยการความสะดวกและสร้างสิ่งแวดล้อมที่สนับสนุนการเรียนรู้ประโยชน์ที่ได้รับจากการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองนอกจากจะพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้แล้วยังทำให้ผู้เรียนเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นตัวของตัวเองมีแรงจูงใจและเตรียมพร้อมสำหรับการเรียนรู้ตลอดชีวิตซึ่งเป็นสิ่งที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตในอนาคต

คำสำคัญ : การเรียนรู้แบบนำตนเอง;ผู้เรียนเป็นสำคัญ

บทนำ

ปัจจุบันโลกมีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก ทุกหนแห่งเต็มไปด้วยข้อมูลข่าวสารและเทคโนโลยี การสื่อสารของโลกดิจิทัลการมีความรู้ที่ได้มาจากการเรียนในโรงเรียนตั้งแต่วัยเด็กไม่สามารถทำให้ผู้คนปรับตัวทันต่อการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคม เศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อมในปัจจุบันและอนาคต การมีความรู้มากไม่ใช่สิ่งที่ทำให้การดำเนินชีวิตปลอดภัยอีกต่อไป เพราะทุกคนสามารถเรียนกันหมด จึงเกิดการแข่งขันสูงในทุกด้านทั้งด้านความเป็นอยู่และหน้าที่การงาน ส่งผลให้การดำเนินชีวิตและการทำงานไม่มั่นคงแน่นอนอีกต่อไป ผู้ที่มีการศึกษาในโลกยุคใหม่จึงต้องเป็นผู้ที่รู้จักวิธีการเรียนและการแสวงหาความรู้ มีการเรียนรู้ตลอดเวลาและตลอดชีพ จึงจะสามารถปรับตัวและดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับสภาพรอบตัวและสภาพของโลกที่มีความไม่แน่นอนนี้ดังเช่น Knowles ผู้ริเริ่มการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง (Self-Directed Learning : SDL) กล่าวว่า “เราเข้าสู่ยุคที่โลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว นั่นคือเหตุผลว่าทำไมเราต้องเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง ทั้งนี้เพื่อการอยู่รอดทั้งตัวเราเองและมนุษยชาติ”¹

เป้าหมายของการศึกษาในโลกที่เปลี่ยนแปลงนี้คือการพัฒนาผู้เรียนให้มีความสามารถพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงและพร้อมที่จะออกไปประกอบอาชีพและดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข จึงต้องมีการปรับเปลี่ยนวิธีการจัดการเรียนการสอนที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะและคุณลักษณะในการแสวงหาความรู้ แสวงหาข้อมูลที่เป็นประโยชน์ และมีความหมายซึ่งมีอยู่รอบตัวผู้เรียนอย่างมากมายมหาศาล เพื่อให้ผู้เรียนบรรลุเป้าหมายในการเรียนรู้และสอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545 และ (ฉบับที่ 3) พ.ศ. 2553 หมวด 4 แนวการจัดการศึกษามาตรา 22 การจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่าผู้เรียนทุกคนมีความ

สามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุดกระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและเต็มตามศักยภาพและ มาตรา 24 (3) จัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริงฝึกการปฏิบัติให้ทำได้คิดเป็นทำเป็นรักการอ่านและเกิดการใฝ่รู้อย่างต่อเนื่องนอกจากนี้เป็นที่ยอมรับกันว่าผู้เรียนเป็นบุคคลที่มีลักษณะการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน ผู้เรียนบางคนชอบการเรียนการสอนทางตรงที่มีครูเป็นผู้ชี้แนะแนวทางให้ทั้งหมด ผู้เรียนบางคนต้องการอิสระในการเรียนรู้ และจะเรียนรู้ได้ดีหากตนเองได้ตัดสินใจเลือกสิ่งที่ตนสนใจและหาวิธีการเรียนรู้ด้วยวิธีที่ตนถนัดซึ่งการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองเป็นการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับวิธีการเรียนบุคลิกภาพ ทักษะความสนใจของผู้เรียน

วิชาชีพด้านสุขภาพเป็นวิชาชีพที่องค์ความรู้ทางสุขภาพมีการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงตามการเปลี่ยนแปลงของสังคมและสิ่งแวดล้อม ความทันสมัยของเทคโนโลยีและความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ บุคลากรด้านสุขภาพต้องเผชิญกับสถานการณ์หรือภาวะสุขภาพของผู้รับบริการที่มีความแตกต่างกัน จึงทำให้บุคลากรทางการแพทย์ การพยาบาล รวมทั้งบุคลากรด้านสุขภาพอื่นๆ ต้องมีการเรียนรู้อยู่ตลอดเวลาจึงมีการพัฒนาการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง ซึ่งมีเป้าหมายเพื่อให้บุคลากรเกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต (Lifelong Learning: LLL) และนำความรู้มาใช้ในการปฏิบัติงานเพื่อความปลอดภัยของผู้รับบริการอันที่จริงการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองไม่ใช่เรื่องใหม่ แต่เป็นที่นิยมกันเมื่อ 20-30 ปีก่อนในยุคของปรัชญามนุษนิยมและความต้องการที่จะแสดงถึงความเป็นเอกสิทธิ์แห่งวิชาชีพ (Professional Autonomy) ซึ่งปัจจุบันมีผู้ให้ความสนใจและนำไปใช้มากขึ้นอย่างแพร่หลาย ทั้งในประเทศออสเตรเลีย แคนาดา อังกฤษ สหรัฐอเมริกา อิตาลีและประเทศไทยซึ่งส่วนใหญ่นำไปบูรณาการ

กับการศึกษาด้านสุขภาพ เนื่องจากการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับสังคมโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้และการจัดการเรียนรู้ที่พัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของตนสอดคล้องกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้อ่านมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง มีความตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้ที่นำตนเองในการเรียนรู้และเป็นแนวทางสำหรับการจัดการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองโดยจะนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎีรูปแบบในการจัดการเรียนการสอน ข้อดีและข้อจำกัดของการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง ตลอดจนการเตรียมครูและผู้เรียนในการจัดการเรียนรู้

ความหมายและแนวคิดการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง

ความหมาย

การเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองมีความหมาย 2 ลักษณะคือ ลักษณะแรก เป็นเป้าหมายของการเรียนการสอนที่จะมุ่งให้ผู้เรียนมีความสามารถในการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองซึ่งเป็นความสามารถที่สำคัญในการที่จะนำไปสู่การเรียนรู้ตลอดชีวิต ส่วนลักษณะที่สอง หมายถึงวิธีการเรียนรู้ที่ผู้เรียนมีความรับผิดชอบอย่างสูงสามารถควบคุมตนเองและเรียนรู้ได้อย่างอิสระ²

Knowles¹ ให้ความหมายของการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองหมายถึง กระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนจะได้รับการชี้แนะหรือถูกกระตุ้นให้มีความคิดริเริ่มในการวินิจฉัยความต้องการการเรียนรู้ วางเป้าหมายและวางแผนการเรียนอย่างมีระบบ การแสวงหาแหล่งทรัพยากร การเลือกและการนำมาประยุกต์ใช้ซึ่งรวมถึงการประเมินผลการเรียนรู้ โดยที่ครูเป็นผู้อำนวยความสะดวก

ทิสนา แคมมณี³ การเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง เป็นการจัดการเรียนรู้ที่ผู้เรียนจัดการเรียนรู้ด้วยตนเองโดยมีการตั้งเป้าหมาย เลือกวิธีการเรียนรู้ แสวงหาข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลและประเมินผล การเรียนรู้ของตนเอง ทั้งนี้ครูมีหน้าที่ในการให้คำปรึกษาและจัดเตรียมข้อมูลเพื่อเอื้อประโยชน์ในการเรียนรู้

สรุปได้ว่า การเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองเป็นทั้งเป้าหมายของการเรียนการสอนที่ต้องการให้ผู้เรียนมีความสามารถในการเรียนรู้แบบนำตนเอง และเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนมีความรับผิดชอบและควบคุมตนเองในการเรียนรู้ โดยมีการตั้งเป้าหมาย วางแผนการเรียนรู้ เลือกวิธีการเรียนรู้ แสวงหาความรู้ รวบรวมและสรุปความรู้ที่ได้และประเมินผล โดยมีครูเป็นผู้อำนวยความสะดวกและสร้างสิ่งแวดล้อมในการเรียนรู้

แนวคิดการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง

แนวคิดการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองมีที่มาจากทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (Andragogy Theory) ของ Knowles⁴ ซึ่งมีแนวคิดว่าการเรียนรู้ของผู้ใหญ่แตกต่างจากการเรียนรู้ของเด็ก ดังนั้นการเรียนการสอนต้องตอบสนองต่อธรรมชาติของผู้ใหญ่ โดยผู้ใหญ่จะมีวุฒิภาวะสูง มีการนำตนเองมากกว่าการพึ่งพาผู้อื่น มีประสบการณ์อย่างกว้างขวางที่จะเป็นแหล่งทรัพยากรอันมีค่าของการเรียนรู้ ขณะเดียวกันก็เปิดกว้างที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ มีความพร้อมที่จะเรียนเมื่อรู้สึกละเลยนั้น จำเป็นต่อบทบาทและสถานภาพทางสังคมของตน และใช้แนวทางการเรียนรู้ ที่ยึดปัญหาเป็นศูนย์กลางในการเรียนรู้และมุ่งนำความรู้ไปใช้ทันที เมื่อพิจารณาจากแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่แล้ว การเรียนรู้แบบนำตนเองน่าจะเหมาะสมสำหรับผู้เรียนในระดับสูงตั้งแต่ปริญญาตรีขึ้นไปและการศึกษาผู้ใหญ่มากกว่าการศึกษาในระดับพื้นฐาน และไม่

เหมาะกับผู้เรียนที่เพิ่งเริ่มเรียนวิชาใหม่ซึ่งขาดความรู้พื้นฐานและประสบการณ์เกี่ยวกับเรื่องนั้นๆ โดยมักเป็นผู้เรียนในชั้นปีแรกๆ

รูปแบบการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง

มีผู้พัฒนารูปแบบการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองอย่างหลากหลายดังตัวอย่างต่อไปนี้

Knowles¹ เสนอรูปแบบการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองมีลักษณะสำคัญดังนี้

1. การวิเคราะห์ความต้องการของตนเอง เริ่มต้นจากการให้ผู้เรียนแต่ละคน บอกความต้องการและความสนใจพิเศษของตนเองเกี่ยวกับการเรียน ในการเรียนให้เพื่อนอีกคนทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษาแนะนำและเพื่อนอีกคนหนึ่งทำหน้าที่จดบันทึกและกระทำเช่นนี้หมุนเวียนกันไปจนครบทั้ง 3 คน ได้แสดงบทบาทครบ 3 ด้านคือผู้เสนอความต้องการ ผู้ให้คำปรึกษาและผู้คอยจดบันทึกสังเกตการณ์ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์ในการเรียนร่วมกันและช่วยเหลือกันและกันในทุกๆ ด้าน

2. กำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียน เริ่มต้นบทบาทผู้เรียนเป็นสำคัญดังนี้

2.1 ผู้เรียนควรศึกษาจุดมุ่งหมายของวิชา แล้วจึงเริ่มเขียนจุดมุ่งหมายในการเรียน

2.2 ผู้เรียนควรเข้าใจจุดมุ่งหมายให้ชัดเจน

2.3 ผู้เรียนควรเน้นถึงพฤติกรรมที่ผู้เรียนคาดหวังให้เกิดขึ้น

2.4 ผู้เรียนควรกำหนดจุดมุ่งหมายที่สามารถวัดได้

2.5 การกำหนดจุดมุ่งหมายของผู้เรียนในแต่ละระดับมีความแตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัด

3. วางแผนการเรียน โดยให้ผู้เรียนกำหนดแนวทางการเรียนขึ้นมาเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของวิชา ซึ่งผู้เรียนควรวางแผนการจัดกิจกรรมการเรียนตามลำดับดังนี้

3.1 ผู้เรียนจะต้องเป็นผู้กำหนดเกี่ยวกับการวางแผนการเรียนของตนเอง

3.2 การวางแผนการเรียนของผู้เรียนควรเริ่มต้นจากผู้เรียนกำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียนด้วยตนเอง

3.3 ผู้เรียนเป็นผู้จัดเนื้อหาให้เหมาะสมกับสภาพความต้องการและความสนใจของตนเอง

3.4 ผู้เรียนเป็นผู้ระบุวิธีการเรียนการสอนเพื่อให้เหมาะสมกับตนเองมากที่สุด

4. แสวงหาแหล่งวิทยาการ เป็นกระบวนการศึกษาแหล่งวิชาการศึกษาและวิธีการค้นคว้า แหล่งวิทยาการมีความสำคัญต่อการศึกษา ดังนี้

4.1 ประสบการณ์การเรียนแต่ละด้านที่จัดให้ผู้เรียนสามารถแสดงให้เห็นถึงจุดมุ่งหมาย ความหมายและความสำเร็จของประสบการณ์นั้นๆ

4.2 แหล่งวิทยาการ เช่น ห้องสมุด พิพิธภัณฑ์ ถูกนำมาใช้อย่างเหมาะสม

4.3 เลือกแหล่งวิทยาการให้เหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละคน

4.4 มีการจัดสรรอย่างดี กิจกรรมบางส่วนผู้เรียนจะเป็นผู้จัดเองตามลำพัง กิจกรรมบางส่วนเป็นการจัดร่วมกันระหว่างครูและผู้เรียน

วัฒนาพร ระวังทุกข์⁵ ได้จัดการเรียนการสอนโดยเสนอรูปแบบกิจกรรมที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเรียนรู้แบบนำตนเองดังนี้

1. ศึกษาผู้เรียนเป็นรายบุคคลเนื่องจากแต่ละคนมีความแตกต่างกันทั้งในด้านความสามารถในการเรียนรู้ วิธีการเรียนรู้ เจตคติ ฯลฯ ดังนั้นการจัดการเรียนรู้จึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านความสามารถในการเรียนรู้และวิธีการเรียนรู้ โดยจัดการเรียนรู้ เนื้อหา และสื่อที่เอื้อต่อการเรียนรู้รายบุคคล รวมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้นำเอาประสบการณ์ของตนเองออกมาใช้ในการเรียนรู้ด้วย

2. จัดให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมรับผิดชอบในการเรียน การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ดีเมื่อผู้เรียนมีส่วนร่วมรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง ดังนั้นการจัดการเรียนรู้จึงควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีบทบาทตั้งแต่

การวางแผนกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความต้องการของตนหรือกลุ่ม การกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ สื่อการเรียนรู้ การเลือกใช้วิธีการเรียนรู้ การใช้แหล่งข้อมูล ตลอดจนจนถึงการประเมินผลการเรียนของตนเอง

3. พัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้เรียน การจัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้เรียนจะต้องได้รับการฝึกให้มีทักษะและยุทธศาสตร์การเรียนรู้ที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง เช่น การบันทึกข้อความ การจัดประเภทหมวดหมู่ การสังเกต การแสวงหา และใช้แหล่งความรู้ เทคโนโลยีและสื่อที่สนับสนุนการเรียนรู้ รวมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ในการตัดสินใจ กำหนดแนวทางการเรียนรู้ และเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง

4. พัฒนาทักษะการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น การเรียนรู้ด้วยตนเองนั้นผู้เรียนจะได้ทำงานร่วมกับเพื่อน กับครูและบุคคลอื่นๆที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นจึงต้องพัฒนาทักษะการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นให้กับผู้เรียน เพื่อให้รู้จักการทำงานเป็นทีม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกับเพื่อนที่มีความรู้ความสามารถ ทักษะ เจตคติที่แตกต่างกัน เพื่อให้สามารถแลกเปลี่ยนเรียนรู้และแบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบในกระบวนการเรียนรู้

5. พัฒนาทักษะการประเมินตนเองและการร่วมมือกันประเมินในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผู้เรียนเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการประเมินการเรียนรู้ ดังนั้นจึงต้องพัฒนาทักษะการประเมินให้แก่ผู้เรียน และสร้างความเข้าใจให้แก่ผู้เรียนว่า การประเมินตนเองเป็นส่วนหนึ่งของระบบการประเมินผล รวมทั้งยอมรับผลการประเมินจากผู้อื่นด้วย นอกจากนี้ต้องจัดให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์การประเมินผลหลายรูปแบบ

6. จัดปัจจัยสนับสนุนการเรียนรู้ด้วยตนเอง

ของผู้เรียน สภาพแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ดังนั้นหลักการจัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง ครูผู้จัดกิจกรรมต้องศึกษาผู้เรียนเป็นรายบุคคล จัดให้ผู้เรียนมีส่วนรับผิดชอบในการเรียน พัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้เรียน พัฒนาทักษะการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น พัฒนาทักษะการประเมินตนเองและการร่วมมือกันประเมินและจัดปัจจัยสนับสนุนการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้เรียน

Soavapa Vichadee⁶ พัฒนารูปแบบการเรียนแบบชี้นำตนเองในการเรียนอ่านภาษาอังกฤษ โดยมีรูปแบบการเรียนรู้แบ่งเป็น 3 ขั้นดังนี้

1. ขั้นเตรียม (Preparation stage) ประกอบด้วยการสำรวจทักษะที่จำเป็นในการอ่านภาษาอังกฤษเพื่อประเมินความรู้เดิมและใช้เป็นข้อมูลในการจัดหากลยุทธ์ในการพัฒนาผู้เรียน

2. ขั้นการเรียนรู้ (Learning stage) ประกอบด้วย 7 ขั้นคือ 1) เลือกเนื้อหาตามความสนใจของผู้เรียน 2) ตั้งวัตถุประสงค์การเรียนรู้ 3) สร้างสัญญาหรือโครงการการเรียนรู้ 4) วางแผนการเรียนรู้ 5) ปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ 6) สร้างองค์ความรู้ และ 7) ประเมินผลการเรียนรู้

3. ขั้นประเมินผล (Evaluation stage) ประกอบด้วยการประเมิน 3 แบบคือ 1) การประเมินความสามารถในการอ่าน 2) การประเมินความสามารถในการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง 3) การประเมินความคิดเห็นต่อการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง

หากพิจารณาแบ่งรูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองตามบทบาทของครูและผู้เรียนสามารถแบ่งได้ 3 รูปแบบ ดังนี้

1. รูปแบบที่เป็นเส้นตรง (Linear model)¹ เป็นรูปแบบที่ครูมอบหมายให้ผู้เรียนวางแผนการเรียนรู้ รับผิดชอบการเรียนรู้ตามแผนที่วางไว้ตามที่มอบหมาย

2. รูปแบบที่มีการทำงานร่วมกัน (Interactive model)⁷ เป็นธรรมชาติของการเรียนรู้แบบสืบค้น ไม่มีรูปแบบแน่นอน ครูทำงานร่วมกับผู้เรียนโดยจะแนะนำแหล่งเรียนรู้ มีการตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ วางแผน ปฏิบัติกิจกรรมจนสำเร็จและประเมินผล การเรียนรู้ในส่วนที่ผู้เรียนรับผิดชอบ

3. รูปแบบการเรียนการสอน (Instructional model)⁸ มีกระบวนการเรียนการสอนเป็นขั้นตอน ชัดเจนโดยครูจัดสิ่งแวดล้อมในการเรียนรู้ที่ช่วยให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองมากขึ้น การมอบหมายงานสามารถแบ่งผู้เรียนตามระดับความสามารถในการนำตนเอง ตั้งแต่ระดับน้อยที่สุดคือมีการพึ่งพาครูในการเรียนรู้มากที่สุด จนถึงระดับที่ผู้เรียนเป็นอิสระในการเรียนรู้สามารถชี้นำตนเองในระดับสูงมีความรับผิดชอบและควบคุมตนเองสูง ไม่ต้องพึ่งพาผู้ใดในการเรียนรู้

ข้อดีของการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง

ข้อดีของการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง นั้น Knowles¹ ได้นำเสนอไว้ดังนี้

1. ทำให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้สิ่งต่างๆ มากขึ้นกว่าที่จะรอให้ครูสอนอย่างเดียว
2. ผู้เรียนจะมีการเรียนรู้อย่างมีเป้าหมายยิ่งขึ้นด้วยแรงจูงใจที่ต้องการเรียนในสิ่งที่อยากเรียนโดยไม่มีการบังคับ
3. ทำให้ผู้เรียนจดจำความรู้และนำสิ่งที่เรียนไปใช้ได้ดีกว่าและใช้ได้ในระยะยาว

นอกจากนี้ยังมีนักการศึกษาอื่นๆ ที่ศึกษาถึงข้อดีหรือประโยชน์ของการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง ดังเช่น McMillan and Dwyer⁹ กล่าวถึงประโยชน์ที่นักศึกษาพยาบาลได้รับการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองว่า ไม่เพียงแต่ทำให้นักศึกษาพยาบาลมีความมั่นใจในความสามารถของตนเอง

เพิ่มขึ้นแต่ยังสามารถที่จะเรียนรู้สถานการณ์ใหม่ๆ ได้อีกด้วย การเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองนั้นเป็นตัวขับเคลื่อนให้นักศึกษาพยาบาลเกิดทักษะการเรียนรู้แบบอิสระไม่พึ่งพาครูอย่างเดียวและยังสร้างความรับผิดชอบ การกล้ายืนยันความคิดของตนเองและเป็นที่ยอมรับว่าการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองจะนำไปสู่การเป็นผู้ที่มีการเรียนรู้ตลอดชีวิตซึ่งทักษะและคุณลักษณะต่างๆ ดังกล่าวข้างต้นเป็นสิ่งสำคัญมากต่อการปฏิบัติการพยาบาลและการทำงานในอนาคต¹⁰

ข้อจำกัดของการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง

มีผลการวิจัยที่ศึกษาพบว่า ผู้เรียนชอบการเรียนรู้แบบครูเป็นศูนย์กลางมากกว่าเพราะในการเรียนที่เน้นครูเป็นสำคัญนั้นครูจะเป็นผู้สอนที่กระตือรือร้นและผู้เรียนเป็นผู้รับความรู้ โดยครูจะคัดเลือกเนื้อหา ตลอดจนสื่อการเรียนรู้ต่างๆ นำมาบรรยาย ยกตัวอย่าง ในขณะที่ผู้เรียนเป็นผู้รับฟังการบรรยายและทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย¹⁰ ในขณะที่การเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองนั้นเป็นการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางส่งเสริมให้ผู้เรียนเป็นผู้ที่เรียนรู้อย่างกระตือรือร้นรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง ต้องตัดสินใจเลือกเนื้อหาและวิธีการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยมีครูเป็นผู้อำนวยความสะดวก ซึ่งผู้เรียนที่ไม่ชอบการเรียนรู้แบบนี้จะเกิดความวิตกกังวล คับข้องใจ โกรธเคืองและมองว่าครูไม่ทำหน้าที่ของตนผลักภาระให้ตกกับผู้เรียน Townsend¹¹ ได้แย้งว่ามีนักศึกษาพยาบาลเป็นจำนวนมากที่ไม่ต้องการเป็นตัวของตัวเองในการเรียนไม่ต้องการความเป็นอิสระไม่ต้องการการเปลี่ยนแปลงและอยากให้ครูเป็นผู้สอนเองโดยตรง

การเตรียมครูและผู้เรียนในการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง

เมื่อพิจารณาทั้งข้อดีและข้อจำกัดของการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองแล้ว พบว่า อาจจะ เป็นสาเหตุที่ทำให้ทั้งครูและผู้เรียนเกิดความวิตกกังวล เนื่องจากต้องมีการเปลี่ยนแปลงวิธีการเรียน การสอนและบทบาทในห้องเรียนที่ตนเคยชิน โดยครูและผู้เรียนต่างต้องเตรียมตัวเพื่อให้มีสมรรถนะในการสอนและการเรียนในระดับสูงซึ่ง Knowles¹ แนะนำสมรรถนะของครูที่สอนแบบการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองว่าควรพัฒนาความสามารถ ดังนี้

1. ความสามารถในการสร้างสรรค์สิ่งแวดล้อมที่นำไปสู่การเรียนรู้ ในบรรยากาศแห่งความร่วมมือระหว่างครูกับผู้เรียนและระหว่างผู้เรียนด้วยกันเองด้วยความเอื้ออาทรอย่างแท้จริง มีการสนับสนุนให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น

2. ความสามารถในการอำนวยความสะดวกในการตัดสินใจของกลุ่มเพื่อวางแผนการเรียนรู้ โดยเน้นที่ความต้องการการเรียนรู้ของผู้เรียนไม่ใช่เพียงความต้องการตามหลักสูตรเท่านั้น

3. ความสามารถที่จะวินิจฉัยความต้องการการเรียนรู้หรือช่วยให้ผู้เรียนวินิจฉัยความต้องการการเรียนรู้ของตนเอง

4. ความสามารถที่จะช่วยให้ผู้เรียนตั้งเป้าหมายการเรียนรู้อย่างชัดเจน และสามารถที่จะบรรลุได้จริง

5. ความสามารถในการเสริมสร้างการเรียนรู้ร่วมกันการทำงานเป็นทีม วางแผนการเรียนรู้และเรียนรู้ตามเป้าหมายที่วางไว้

6. ความสามารถที่จะประเมินผลการเรียนรู้ของผู้เรียน ส่งเสริมให้ผู้เรียนร่วมกันสะท้อนคิดเพื่อพัฒนาการเรียนรู้ของตนและกลุ่มเพื่อน

นอกจากการเตรียมครูแล้วการเตรียมผู้เรียนก็มีความสำคัญเป็นอย่างมากเช่นกันเนื่องจากการเรียนรู้แบบนี้ครูและผู้เรียนต้องร่วมมือกันในการเรียนรู้ โดยครูต้องอธิบายแนวคิดในการเรียน

รู้โดยผู้เรียนนำตนเอง เป้าหมายและวิธีการเรียนเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจและเป็นการลดความวิตกกังวลของผู้เรียน ตั้งข้อกำหนดอย่างชัดเจนในหลักสูตรระเบียบ การกำกับเวลาและเนื้อหาการเรียนอย่างเป็นทางการ

การเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองนั้นสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งโดยผู้เรียนตามลำพังหรือโดยการช่วยเหลือของครู หรือการช่วยเหลือจากกลุ่มเพื่อนทั้งในการเรียนในชั้นเรียนและการฝึกปฏิบัติในคลินิก ผู้เรียนจะต้องมีความสนใจ มีความรักในการเรียนรู้ กระตือรือร้น เป็นอิสระที่จะการเรียนรู้สิ่งที่ต้องการโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง ดังนั้นก่อนการจัดการเรียนรู้ควรมีการประเมินความพร้อมของผู้เรียนไม่ใช่ผู้เรียนทุกคนที่จะสามารถเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองได้เท่ากัน ผู้เรียนที่มีวุฒิภาวะเพียงพอจึงจะเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองได้มากกว่า ดังนั้นครูจึงควรประเมินผู้เรียนก่อนการจัดการเรียนรู้ว่า ผู้เรียนมีความชอบและพร้อมสำหรับการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองมากน้อยเพียงใด¹² มีการพัฒนาแบบประเมินความพร้อมการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง เช่น Yuan, Williams, Fang และ Pang Dong¹³ สำรวจความพร้อมการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองของนักศึกษาพยาบาลจีนจำนวน 536 คน โดยใช้แบบประเมิน The Self-Directed Learning Readiness Scale (SDLR) ซึ่งมีค่าความตรงภายในโดย (Cronbach's alpha) เท่ากับ 0.925 ผลการสำรวจพบว่า ร้อยละ 62.3 ของนักศึกษาจีนมีความพร้อมในการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองในระดับสูง โดยคุณลักษณะที่ทำให้นักศึกษาสามารถรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองคือคุณลักษณะด้านความรับผิดชอบ ความขยันหมั่นเพียร ความมานะบากบั่นพยายามและความมีวินัยในตนเองที่เข้มงวด ครูสามารถประเมินคุณลักษณะในการเรียนแบบนำตนเองเบื้องต้นของผู้เรียนโดยการสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้และการสนทนากับผู้เรียนได้

เช่นกัน ซึ่งจะทำให้สามารถตัดสินใจใช้รูปแบบการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองตามระดับความพร้อม การนำตนเองในการเรียนรู้ของผู้เรียนหากมีความพร้อมในระดับสูงครูจะมีบทบาทเป็นเพียงผู้อำนวยความสะดวกในการเรียนรู้ จัดสรรทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมเพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ของผู้เรียนโดยให้ผู้เรียนเรียนรู้อย่างอิสระหากผู้เรียนมีความพร้อมในระดับปานกลางหรือระดับต่ำ ครูจะมีบทบาทในการช่วยเหลือในการนำตนเองของผู้เรียนมากขึ้น ซึ่งครูสามารถเลือกรูปแบบการเรียนรู้ทั้งแบบเส้นตรง แบบการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างครูและผู้เรียน หรือใช้การเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองเต็มรูปแบบ นอกจากนี้ควรมีการพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองของผู้เรียนอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ชั้นปีแรกที่เข้ามาเรียนซึ่งประโยชน์ที่ได้รับจากการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองนอกจากจะพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้แล้วยังทำให้ผู้เรียนเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นเจ้าของตัวเอง มีแรงจูงใจและเตรียมพร้อมสำหรับการเรียนรู้ตลอดชีวิตซึ่งเป็นสิ่งที่จำเป็นในการพัฒนาวิชาชีพต่อไป

ประสบการณ์การนำวิธีการจัดการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองมาใช้ในการจัดการศึกษาพยาบาล เพื่อส่งเสริมความสามารถในการเรียนรู้แบบนำตนเอง มักใช้ร่วมกับวิธีการจัดการเรียนการสอนวิธีอื่น ๆ ซึ่งเป็นการใช้ในรูปแบบที่เป็นเส้นตรงที่ครอบคลุมหมายให้ผู้เรียนวางแผนการเรียนรู้และรับผิดชอบการเรียนรู้ตามแผนที่วางไว้ เช่น ในการจัดการเรียนการสอนโดยใช้ปัญหาเป็นหลัก ซึ่งเมื่อนักศึกษากำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ในขั้นตอนการเปิดปัญหาแล้ว นักศึกษาจะไปแสวงหาความรู้ตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ที่ได้รับมอบหมาย ซึ่งจะต้องมีการจัดทำแผนการเรียนรู้ของกลุ่มหรือเรียกว่าสัญญาการเรียนโดยผู้เรียนนำตนเอง หรืออีกตัวอย่างหนึ่งที่ผู้เขียนใช้ในการสอนวิชาการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางสุขภาพจิต นักศึกษาพยาบาลศาสตรบัณฑิตชั้นปีที่ 3 เป็นการสอนโดยใช้การวิเคราะห์กรณีศึกษาและนำวิธีการเรียนโดยผู้เรียนนำตนเองมาใช้ในขั้นตอนการสืบค้นหาความรู้เพื่อใช้ในการวางแผนการพยาบาล ดังตัวอย่างสัญญาการเรียนโดยผู้เรียนนำตนเองดังนี้

ตัวอย่าง สัญญาการเรียนโดยผู้เรียนนำตนเอง (Self Directed Learning)					
วิชา การพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางสุขภาพจิตนักศึกษากลุ่มที่ 1					
จุดมุ่งหมาย ของวิชา	หัวข้อ	จุดมุ่งหมาย ในการเรียน	วิธีการเรียนรู้	แหล่งเรียนรู้	วัน เดือน ปี
1.วางแผนการ พยาบาลกรณี ตัวอย่างผู้ป่วย จิตเภทได้ ถูกต้อง	โรคจิตเภท 1. อาการชนิด 2.สาเหตุ 3.การวินิจฉัย 4.การรักษา 5.การพยาบาล ผู้ป่วยจิตเภทที่มี พฤติกรรม แยกตัว หวาดระแวง	1.เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับ โรคจิตเภทและการ พยาบาลตามหัวข้อที่ กำหนด	-สืบค้นตำราและ เอกสารใน ห้องสมุดและจาก เว็บไซต์ที่ น่าเชื่อถือ	-ห้องสมุดวิทยาลัย -ห้องคอมพิวเตอร์ สืบค้น -บุคคล(จิตแพทย์ อาจารย์)	20-24 ก.ค.56
		2. เพื่อนำความรู้มา ประยุกต์ใช้ในการ วางแผนการพยาบาล	-ฟังการบรรยาย จากจิตแพทย์ ที่ร.พ.สระบุรี		27 ก.ค.56
		3.เพื่อพัฒนาทักษะ การสืบค้นและ นำเสนอ	-สรุปข้อมูลที่ได้มา ตามประเด็นหัวข้อ ที่กำหนดส่ง อาจารย์และ ปรับแก้ตาม ข้อเสนอแนะ		28 ก.ค.56
			-จัดทำ concept mapping ใส่ โปสเตอร์เพื่อ นำเสนอ		3 ส.ค.56

จากการจัดการเรียนการสอนพบว่านักศึกษาสามารถเรียนรู้โดยนำตนเองในการเรียนรู้แบบเป็นกลุ่มได้สำเร็จตามจุดมุ่งหมายในการเรียนสามารถทำรายงานและนำเสนอได้ทันตามกำหนดเวลา แต่ต้องใช้เวลาในการศึกษาค้นคว้ามากและผลงานการวางแผนการพยาบาลกรณีศึกษายังมีลักษณะของการคัดลอกจากตำรามากกว่าการประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับกรณีศึกษา ดังนั้น ในการจัดการเรียนการสอนโดยผู้เรียนนำตนเองนั้นต้องคำนึงถึงระยะเวลาที่ใช้ในการเรียน รายวิชาที่เรียนในช่วงเวลาเดียวกันและเนื้อหาวิชาที่นักศึกษาสามารถเรียนรู้และทำความเข้าใจด้วยตนเองได้โดยไม่ยากหรือยุ่งเกินไป รวมทั้งครูควรมีบทบาทในการสนับสนุนทั้งด้านวิชาการและกำลังใจในการเรียนรู้ให้ผู้เรียนสามารถบรรลุเป้าหมายในการเรียนได้

บทสรุป

การศึกษาด้านสุขภาพ รวมทั้งการศึกษาพยาบาลควรมีการปรับเปลี่ยนให้เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงของระบบสุขภาพและพัฒนาผู้เรียนให้มีความสามารถในการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง ครูจึงมีบทบาทสำคัญที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีความเข้าใจเกี่ยวกับมโนทัศน์ของการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองตระหนักว่าเป็นทักษะสำคัญของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 และพัฒนาทักษะการนำตนเองในการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเองตนเองก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้เรียนทั้งในด้านความรู้ในเนื้อหาวิชา ทักษะการเรียนรู้ด้วยการสืบค้นหาความรู้ด้วยตนเอง การมีปฏิสัมพันธ์และความร่วมมือกับผู้อื่น สร้างความเชื่อมั่นในตนเอง สร้างความกระตือรือร้นในการเรียนและสร้างนิสัยการเรียนรู้ตลอดชีวิตของผู้เรียน การพิจารณานำมาใช้ควรพิจารณาลักษณะผู้เรียนและจัดการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับลักษณะการเรียนรู้เดิมของผู้เรียนและมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องเป็นขั้นตอนอย่างค่อยเป็นค่อยไป เพราะอุปสรรคสำคัญในการเรียนรู้โดยผู้เรียนนำตนเอง คือนิสัยการเรียนรู้ดั้งเดิมที่ผู้เรียนมีการพึ่งพาครูเป็นอย่างมาก การเปลี่ยนแปลงผู้เรียนให้มีอิสระในการเรียนรู้อย่างทันที่อาจจะเป็นสาเหตุของความเครียด ความวิตกกังวลและเกิดทัศนคติทางลบต่อการเรียนได้

เอกสารอ้างอิง

1. Knowles, M. *Self directed learning*. New York : Association Press; 1975.
2. Keetam D.F. Developing concrete pesearchproposals and facilitating self-directed learning via concept mapping. *Scientific Research* 2013; 4: 110-116.
3. ทิศนา แจมมณี. *รูปแบบการเรียนการสอน:ทางเลือกที่หลากหลาย*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2551.
4. Knowles, M. *The Modern Practice of Adult Education : From Pedagogy to Andragogy*. New York: Cambridge, The Adult Education; 1980.
5. วัฒนาพร ระงับทุกข์. *เทคนิคและกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญตามหลักสูตรการศึกษาระดับพื้นฐาน* 2544. กรุงเทพฯ : พริกหวานกราฟฟิค; 2545.
6. SoavapaVichadee. Developing The Self-Directed Learning Instruction model to Enhance English Reading Ability And Self-Directed Learning of Undergradu ate Students. *Journal of College Teaching & Learning* 2011;8:43-53.
7. Garrison, D. Self directed Learning toward a comprehensive model. *Adult Education Quarterly* 1997;48:18-33.
8. Grow, G. Teaching Learner to be Self directed A stage approach. *Adult Education Quarterly* 1991;41:125-149.
9. McMillan, M., Dwyer, J.,. Facilitating a match between teaching and learning styles. *Nurse Education Today* 1990; 10: 186-192.

-
10. Tracy L. Self-directed learning: Implications and limitations for undergraduate nursing education. *Nurse Education Today* 2005;25:363–368.
 11. Townsend, J. Teaching and learning strategies. *Nursing Times* 1990; 86: 66–68.
 12. O'Shea E. Self-directed learning in nurse education: a review of the literature. *J AD NURS* 2003 ; 43 (1):62-70.
 13. Yuan H. B., Williams B. A., Fang J. B., Pang Dong. Chinese baccalaureate nursing students' readiness for self-directed learning. *Nurse Education Today* 2012;32:427-431