

## การพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ (Passion) ของผู้เรียนระดับมัธยมศึกษาในศตวรรษที่ 21

ผ่านกระบวนการแนะแนว

The Development of Secondary School Students' Passion for Learning in the 21st Century through the Guidance Process

ขันทิ จาบกลาง<sup>1</sup> พรกมล จิตรประพัทธ์<sup>2</sup> มัทริกา คันธี<sup>3</sup> อภิญญาภรณ์ บุญโต<sup>4</sup>

Khanti Jabklang<sup>1</sup> Pornkamon Jitprapat<sup>2</sup> Matrika Kanthiklang<sup>3</sup> Apinyaphon Boonto<sup>4</sup>

<sup>1</sup>นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>1</sup>Master's degree student, Educational Psychology and Guidance Program, Faculty of Education, Kasetsart University

Corresponding Author, E-mail: gammykung39@gmail.com

<sup>2</sup>นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>2</sup>Master's degree student, Educational Psychology and Guidance Program, Faculty of Education, Kasetsart University

E-mail: pornkamon1427@gmail.com

<sup>3</sup>นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>3</sup>Master's degree student, Educational Psychology and Guidance Program, Faculty of Education, Kasetsart University

E-mail: mattarika0206@gmail.com

<sup>4</sup>นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

<sup>4</sup>Master's degree student, Educational Psychology and Guidance Program, Faculty of Education, Kasetsart University

E-mail: apinyaporn89@gmail.com

Received: March 25, 2026; Revised: May 17, 2026; Accepted: May 18, 2026

### บทคัดย่อ

ในศตวรรษที่ 21 การจัดการศึกษาเผชิญกับความท้าทายจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคมและเทคโนโลยี ส่งผลให้การพัฒนาผู้เรียนจำเป็นต้องมุ่งเน้นทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง การคิดวิเคราะห์ และการปรับตัว ซึ่งล้วนต้องอาศัยแรงจูงใจภายในเป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนการเรียนรู้ โดย “ความหลงใหลในการเรียนรู้ (Passion)” ถือเป็นพลังภายในที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ ความมุ่งมั่น และการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง อย่างไรก็ตาม บริบทการศึกษาไทยที่เน้นการแข่งขันและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน อาจส่งผลให้ผู้เรียนขาดแรงจูงใจภายใน และไม่สามารถพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ได้อย่างยั่งยืน บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความหลงใหลในการเรียนรู้ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง และบทบาทของความหลงใหลต่อผู้เรียนระดับมัธยมศึกษาในศตวรรษที่ 21 รวมถึงเสนอแนวทางการใช้กระบวนการแนะแนว

เพื่อพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียน โดยอาศัยการวิเคราะห์เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผลการศึกษาพบว่า ความหลงใหลในการเรียนรู้มีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจภายใน ความมุ่งมั่น และพฤติกรรมการเรียนรู้เชิงบวกของผู้เรียน โดยสามารถอธิบายได้ผ่านทฤษฎีสำคัญ ได้แก่ ทฤษฎีการกำหนดตนเอง (Self-Determination Theory: SDT) แนวคิดการเติบโตทางความคิด (Growth Mindset) และแนวคิดการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulated Learning: SRL) นอกจากนี้ ผลการศึกษายังชี้ให้เห็นว่า กระบวนการแนะแนวสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียนได้อย่างเป็นระบบ โดยประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ การรู้จักและเข้าใจตนเอง การสร้างความหมายของการเรียนรู้ การพัฒนาแรงจูงใจภายใน และการกำกับตนเองในการเรียนรู้ ซึ่งสามารถดำเนินการผ่านกระบวนการ 5 ขั้นตอน ได้แก่ การสำรวจตนเอง การค้นหาความหมาย การพัฒนาแรงจูงใจ การพัฒนาทักษะการกำกับตนเอง และการสะท้อนผลอย่างต่อเนื่อง รวมถึงการจัดกิจกรรมแนะแนวที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้และกำหนดทิศทางของตนเอง โดยสรุป การพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียนจำเป็นต้องอาศัยกระบวนการแนะแนวที่เชื่อมโยงทั้งด้านจิตวิทยาและการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจภายใน มีความมุ่งมั่น และสามารถเรียนรู้ได้อย่างยั่งยืน อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาผู้เรียนในศตวรรษที่ 21

**คำสำคัญ:** ความหลงใหลในการเรียนรู้, การแนะแนว, แรงจูงใจภายใน, การกำกับตนเองในการเรียนรู้, การรู้จักตนเอง, ผู้เรียนในศตวรรษที่ 21

## Abstract

In the 21st century, education faces significant challenges due to rapid changes in society and technology. As a result, learner development must emphasize self-directed learning, critical thinking, and adaptability, all of which rely on intrinsic motivation as a key driving force for learning “Passion” is considered an internal force that fosters learners’ interest, persistence, and continuous engagement in learning. However, the context of Thai education, which often emphasizes competition and academic achievement, may undermine intrinsic motivation and hinder the sustainable development of learners’ passion. This article aims to examine the concept of passion, related theories, and its role in 21st-century learners, as well as to propose guidance-based approaches for developing learners’ passion. The study employs a document analysis of relevant literature and research. The findings indicate that passion is closely related to intrinsic motivation, persistence, and positive learning behaviors. It can be explained through key theoretical frameworks, including Self-Determination Theory (SDT), Growth Mindset, and Self-Regulated Learning (SRL). Furthermore, the results suggest that guidance processes can be systematically applied to develop learners’ passion. Essential components include self-understanding, meaning-making in learning, the development of intrinsic motivation, and self-regulated learning skills. These can be implemented through a five-step process: self-exploration, meaning construction, motivation development, self-regulation skill development, and continuous reflection. In addition, guidance activities should actively engage learners in exploring and shaping their own learning pathways. In conclusion, the development of learners’ passion requires a systematic guidance process that integrates psychological and educational perspectives. Such an approach can enhance intrinsic motivation, persistence, and sustainable learning, which are essential foundations for learner development in the 21st century.

**Keywords:** Passion for Learning, Guidance, Intrinsic Motivation, Self-Regulated Learning, Self-Understanding, 21st-Century Learners

## บทนำ

ในศตวรรษที่ 21 การเปลี่ยนแปลงของโลกเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วทั้งด้านเทคโนโลยี เศรษฐกิจ และสังคม ส่งผลให้การจัดการศึกษาไม่สามารถมุ่งเน้นเพียงการถ่ายทอดความรู้แบบเดิมได้อีกต่อไป แต่จำเป็นต้องพัฒนาผู้เรียนให้มีความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเอง การคิดวิเคราะห์ และการปรับตัวต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งทักษะดังกล่าวล้วนต้องอาศัยแรงขับเคลื่อนภายในเป็นปัจจัยสำคัญในการผลักดันการเรียนรู้ (Ryan & Deci, 2017)

ความหลงใหลในการเรียนรู้ (Passion) จึงเป็นแนวคิดสำคัญที่ได้รับความสนใจอย่างมากในวงการศึกษานี้ เนื่องจากเป็นพลังภายในที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ ความมุ่งมั่น และการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง โดยไม่ได้เกิดจากแรงกดดันภายนอก แต่เป็นความต้องการที่สอดคล้องกับคุณค่า และตัวตนของผู้เรียน (Vallerand, 2015) งานวิจัยหลายชิ้นชี้ให้เห็นว่า ผู้เรียนที่มีความหลงใหลในการเรียนรู้ มักมีพฤติกรรมการเรียนรู้เชิงบวก เช่น ความรับผิดชอบ การตั้งเป้าหมาย และความพยายามในการพัฒนานตนเองอย่างต่อเนื่อง (รวีวรรณ อรรถานิติ และคณะ, 2564)

อย่างไรก็ตาม ในบริบทของการศึกษาไทย ผู้เรียนจำนวนมากยังคงเรียนรู้ภายใต้แรงกดดันจากปัจจัยภายนอก เช่น การแข่งขันและการสอบคัดเลือก ส่งผลให้การเรียนรู้มุ่งเน้นผลลัพธ์มากกว่ากระบวนการ และอาจลดทอนแรงจูงใจภายในของผู้เรียน (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2562; ประยุทธ์ ไทยธานี, 2563) ปัญหาดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการส่งเสริมกระบวนการที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถค้นพบความสนใจ เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ และพัฒนาแรงจูงใจภายในของตนเองได้อย่างยั่งยืน

การแนะแนว จึงมีบทบาทสำคัญในฐานะกระบวนการเชิงพัฒนาที่ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองทั้งด้านความสนใจ ความถนัด และคุณค่าในชีวิต ซึ่งเป็นพื้นฐานของการเกิดความหลงใหลในการเรียนรู้ รวมทั้งช่วยส่งเสริมทักษะการกำกับตนเองในการเรียนรู้ เช่น การตั้งเป้าหมาย การวางแผน และการประเมินตนเอง (Zimmerman, 2000) โดยผลการศึกษพบว่า การแนะแนวสามารถช่วยให้ผู้เรียนตัดสินใจเกี่ยวกับการเรียนและอาชีพได้อย่างเหมาะสม และมีความสอดคล้องกับศักยภาพของตนเอง (ชนิกานต์ ปีกะมา และคณะ, 2568)

ดังนั้น บทความนี้จึงมุ่งศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความหลงใหลในการเรียนรู้ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง และบทบาทของความหลงใหลในการเรียนรู้ ในบริบทของศตวรรษที่ 21 พร้อมทั้งเสนอแนวทางการใช้กระบวนการแนะแนวเพื่อพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ ของผู้เรียนอย่างเป็นระบบ โดยเน้นการเชื่อมโยงระหว่างการรู้จักตนเอง การสร้างความหมายของการเรียนรู้ การพัฒนาแรงจูงใจภายใน และการกำกับตนเองในการเรียนรู้ เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนานตนเอง และเรียนรู้ได้อย่างยั่งยืนในระยะยาว

## 1. ความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับความหลงใหลในการเรียนรู้

### ความหมายของความหลงใหลในการเรียนรู้

ความหลงใหลในการเรียนรู้ หมายถึง ความชอบหรือความสนใจต่อกิจกรรมหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่บุคคลให้คุณค่า ซึ่งส่งผลให้บุคคลต้องการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้นอย่างต่อเนื่อง ไม่ใช่เพียงความชอบชั่วคราว แต่เป็นความรู้สึกที่เชื่อมโยงกับตัวตนของบุคคล (Vallerand, 2015)

แนวคิดนี้สะท้อนให้เห็นว่า เมื่อบุคคลให้คุณค่ากับกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง และทุ่มเททั้งเวลา ความพยายาม และความตั้งใจ กิจกรรมนั้นจะค่อย ๆ กลายเป็นส่วนหนึ่งของตัวตน ส่งผลให้เกิดการมีส่วนร่วมอย่างต่อเนื่องและมีความหมาย

ในบริบทของการเรียนรู้ ความหลงใหลในการเรียนรู้ มีความสัมพันธ์กับแนวคิดเรื่องแรงจูงใจภายใน ซึ่งหมายถึงการที่ผู้เรียนเรียนรู้เพราะความต้องการของตนเอง ไม่ใช่เพราะแรงกดดันจากภายนอก (Ryan & Deci, 2017)

อีกประเด็นหนึ่งที่เกี่ยวข้องคือ แนวคิดเกี่ยวกับพลังขับเคลื่อนทางการเรียน หรือความมุ่งมั่นในการเรียนรู้ ยังสะท้อนองค์ประกอบสำคัญของความหลงใหลในการเรียนรู้ เนื่องจากเป็นแรงผลักดันที่ทำให้ผู้เรียนมีความพยายามและความต่อเนื่องในการเรียน สิ่งนี้เป็นพื้นฐานสำคัญของการเกิดความหลงใหลในการเรียนรู้ในระยะยาว (ธนศักดิ์ จันทสิทธิ์ และคณะ, 2563)

งานศึกษาที่เกี่ยวข้องยังชี้ให้เห็นว่า ผู้เรียนที่มีแรงจูงใจและความมุ่งมั่น มักแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้เชิงบวก เช่น ความรับผิดชอบ การตั้งเป้าหมาย และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง โดยสะท้อนถึงการมีความหลงใหลในการเรียนรู้ (รวีวรรณ อรรถานิติ และคณะ, 2564)

ดังนั้น ความหลงใหลในการเรียนรู้ จึงไม่ใช่เพียงความชอบ แต่เป็นพลังภายในที่เชื่อมโยงกับแรงจูงใจ ความมุ่งมั่น และพฤติกรรมการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างเป็นระบบ

### ลักษณะของความหลงใหลในการเรียนรู้

ตามแนวคิดของ Vallerand (2015) ความหลงใหลในการเรียนรู้ สามารถแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่ ความหลงใหลในการเรียนรู้แบบกลมกลืน (Harmonious Passion) และความหลงใหลในการเรียนรู้ แบบยึดติด (Obsessive Passion) ซึ่งมีผลต่อการเรียนรู้แตกต่างกัน ดังนี้

1) ความหลงใหลในการเรียนรู้แบบกลมกลืน (Harmonious Passion) เกิดจากความสมัครใจ ผู้เรียนเลือกทำสิ่งนั้น เพราะเห็นคุณค่าและสอดคล้องกับตนเอง ทำให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีความสุขและสมดุล ลักษณะที่พบ เช่น มีความสุขกับการเรียน มีความรับผิดชอบ และมีความตั้งใจ สามารถจัดการตนเองได้ดี เนื่องจากผู้เรียนมีความสมดุลระหว่างความสนใจส่วนตัวและการดำเนินชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษา พบว่า ผู้เรียนที่มีแรงจูงใจภายในและมีความสามารถในการกำกับตนเอง มักมีพฤติกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสม และสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง (รวีวรรณ อรรถานิติ และคณะ, 2564)

2) ความหลงใหลในการเรียนรู้แบบยึดติด (Obsessive Passion) เกิดจากแรงกดดัน เช่น ความคาดหวังจากผู้อื่น หรือความกลัวความล้มเหลว ทำให้ผู้เรียนรู้สึกว่าเป็นต้องทำ ลักษณะที่พบ เช่น เครียดและกดดัน ยึดติดกับผลลัพธ์ขาดความสมดุลในชีวิต แม้จะมีความพยายามสูง แต่มีความเสี่ยงต่อภาวะหมดไฟ (Vallerand, 2015)

### ความสำคัญของความหลงใหลในการเรียนรู้

ความหลงใหลในการเรียนรู้มีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน ดังนี้

1) ทำให้ผู้เรียนมีความพยายามและความต่อเนื่องในการเรียน เมื่อผู้เรียนมีความหลงใหลในการเรียนรู้ จะมีความมุ่งมั่นและไม่ยอมแพ้ง่าย เพราะสิ่งที่เรียนมีความหมายต่อชีวิต เนื่องจากผู้เรียนมองว่าสิ่งที่เรียนมีคุณค่าและเชื่อมโยงกับเป้าหมายของตน (Vallerand, 2015)

2) ส่งเสริมแรงจูงใจภายใน ความหลงใหลในการเรียนรู้ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้ด้วยความสมัครใจ ซึ่งเป็นแรงจูงใจที่มีคุณภาพสูง และนำไปสู่การเรียนรู้อย่างยั่งยืน (Ryan & Deci, 2017)

3) ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการเรียนรู้เชิงบวก ผู้เรียนที่มีความหลงใหลในการเรียนรู้อาจมีพฤติกรรม เช่น ความรับผิดชอบ การตั้งเป้าหมาย และการแสวงหาความรู้เพิ่มเติม เนื่องจากมีแรงผลักดันภายในที่กระตุ้นให้เกิดการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง (รวีวรรณ อรรถานิติ และคณะ, 2564)

4) ช่วยให้การเรียนรู้มีความหมายและเชื่อมโยงกับชีวิตจริง เมื่อผู้เรียนเห็นคุณค่าของสิ่งที่เรียนจะเกิดการเรียนรู้เชิงลึก และสามารถนำไปใช้ได้จริง ซึ่งเป็นทักษะสำคัญในศตวรรษที่ 21

จากความสำคัญของความหลงใหลในการเรียนรู้ จะเห็นได้ว่า ความหลงใหลในการเรียนรู้ไม่ได้เกิดขึ้นโดยบังเอิญ แต่เป็นผลจากกระบวนการทางจิตวิทยาหลายประการ ทั้งด้านแรงจูงใจ ความเชื่อ และพฤติกรรมการเรียนรู้

ดังนั้น เพื่อให้เข้าใจการเกิดและการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้อย่างชัดเจน จึงจำเป็นต้องอาศัยกรอบแนวคิดทางทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

## 2. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ (Passion)

การอธิบายการเกิดและการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียน ไม่สามารถพิจารณาเพียงแค่มิติของความชอบหรือความสนใจเท่านั้น แต่จำเป็นต้องอาศัยกรอบแนวคิดทางจิตวิทยาที่ช่วยอธิบายกลไกภายในที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความมุ่งมั่นและมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ดังนั้น ทฤษฎีต่าง ๆ เช่น ทฤษฎีการกำหนดตนเอง (Self-Determination Theory: SDT) แนวคิดการเติบโตทางความคิด (Growth Mindset) และแนวคิดการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulated Learning: SRL) จึงสามารถนำมาใช้ในการอธิบายองค์ประกอบของความหลงใหลในการเรียนรู้ในมิติต่าง ๆ ดังนี้

### 1) ทฤษฎีการกำหนดตนเอง (Self-Determination Theory: SDT)

ทฤษฎีการกำหนดตนเอง (Self-Determination Theory: SDT) อธิบายว่า มนุษย์มีความต้องการพื้นฐาน 3 ประการ ได้แก่ ความเป็นอิสระในการตัดสินใจ (Autonomy) ความสามารถ (Competence) และความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Relatedness) ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ก่อให้เกิดแรงจูงใจภายใน (Ryan & Deci, 2017)

เมื่อพิจารณาในบริบทของความหลงใหลในการเรียนรู้ พบว่า หากผู้เรียนมีโอกาสเลือกสิ่งที่เรียนด้วยตนเอง มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน และได้รับการสนับสนุนจากสภาพแวดล้อม จะส่งผลให้เกิดแรงจูงใจภายใน และพัฒนาไปสู่การมีความหลงใหลในการเรียนรู้

### 2) แนวคิดการเติบโตทางความคิด (Growth Mindset)

แนวคิดการเติบโตทางความคิด (Growth Mindset) อธิบายว่า ความสามารถของบุคคลสามารถพัฒนาได้ผ่านความพยายามและการเรียนรู้ (Dweck, 2006)

ในมุมของการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ ผู้เรียนที่มีความเชื่อว่า ตนเองสามารถพัฒนาได้ จะไม่มองอุปสรรคเป็นข้อจำกัด แต่เป็นโอกาสในการเรียนรู้ ส่งผลให้สามารถรักษาความสนใจและความมุ่งมั่นได้อย่างต่อเนื่อง ซึ่งช่วยให้ความหลงใหลในการเรียนรู้ไม่ลดลงเมื่อเผชิญความยากลำบาก

### 3) แนวคิดการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulated Learning: SRL)

แนวคิดการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulated Learning: SRL) อธิบายว่า ผู้เรียนสามารถควบคุมกระบวนการเรียนรู้ของตนเองผ่านการตั้งเป้าหมาย การวางแผน การติดตาม และการประเมินผล (Zimmerman, 2000)

ประเด็นสำคัญคือ แม้ผู้เรียนจะมีความสนใจหรือแรงจูงใจ แต่หากขาดการลงมือปฏิบัติอย่างเป็นระบบ ความหลงใหลในการเรียนรู้ก็อาจไม่ก่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ชัดเจน ดังนั้น กระบวนการกำกับตนเองจึงมีบทบาทสำคัญในการทำให้ความหลงใหลในการเรียนรู้ถูกแปลงเป็นพฤติกรรมการเรียนรู้ที่เป็นรูปธรรม

จากทฤษฎีที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่า การเกิดความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียนไม่ได้เกิดขึ้นโดยลำพัง แต่เป็นผลจากการทำงานร่วมกันของหลายปัจจัย โดยทฤษฎีการกำหนดตนเองอธิบายแหล่งกำเนิดของแรงจูงใจภายใน แนวคิดการเติบโตทางความคิดอธิบายความสามารถในการเผชิญอุปสรรค และแนวคิดการกำกับตนเองในการเรียนรู้ อธิบายกระบวนการลงมือปฏิบัติ ดังนั้น เมื่อผู้เรียนมีแรงจูงใจภายใน มีความเชื่อว่าสามารถพัฒนาได้ และสามารถกำกับตนเองในการเรียนรู้ จะส่งผลให้เกิดความหลงใหลในการเรียนรู้ที่มั่นคงและยั่งยืน

### 3. ความหลงใหลในการเรียนรู้กับผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 และบริบทไทย

จากกรอบแนวคิดทางทฤษฎีดังกล่าว จะเห็นได้ว่าความหลงใหลในการเรียนรู้เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน ดังนั้น ในบริบทของศตวรรษที่ 21 ซึ่งต้องการผู้เรียนที่สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง ความหลงใหลในการเรียนรู้จึงมีบทบาทอย่างยิ่ง

ในศตวรรษที่ 21 การเปลี่ยนแปลงของโลกเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วทั้งด้านเทคโนโลยี เศรษฐกิจ และสังคม ส่งผลให้ระบบการศึกษาไม่สามารถมุ่งเน้นเพียงการถ่ายทอดความรู้แบบเดิมได้อีกต่อไป แต่จำเป็นต้องพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะที่หลากหลาย และสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะทักษะการคิดวิเคราะห์ การเรียนรู้ตลอดชีวิต และการปรับตัว ทั้งนี้ความหลงใหลในการเรียนรู้ ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยขับเคลื่อนให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาทักษะดังกล่าวได้อย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องจากเป็นแรงจูงใจภายในที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความสนใจ และมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับทฤษฎีแรงจูงใจภายใน (Ryan & Deci, 2017)

#### ลักษณะผู้เรียนในศตวรรษที่ 21

ผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 จำเป็นต้องมีคุณลักษณะที่สอดคล้องกับบริบทของโลกยุคใหม่ โดยเฉพาะด้านการคิดวิเคราะห์ การเรียนรู้ตลอดชีวิต และการปรับตัว

การคิดวิเคราะห์ ผู้เรียนต้องสามารถวิเคราะห์ข้อมูลอย่างมีเหตุผล แยกแยะข้อเท็จจริง และความคิดเห็น รวมถึงสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการแก้ปัญหาที่ซับซ้อนได้ ทักษะดังกล่าวเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการเรียนรู้ในระดับที่สูงขึ้น (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2560) ทั้งนี้ การพัฒนาทักษะดังกล่าวจำเป็นต้องอาศัยแพชชันในการเรียนรู้เป็นแรงขับเคลื่อน เพื่อให้ผู้เรียนมีความพยายามและไม่ยอมแพ้ต่อความยากลำบาก

การเรียนรู้ตลอดชีวิต เนื่องจากองค์ความรู้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ผู้เรียนจึงต้องสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง มีความใฝ่รู้ และแสวงหาความรู้ใหม่อยู่เสมอ (วิจารณ์ พานิช, 2555) ลักษณะดังกล่าวจะเกิดขึ้นได้อย่างยั่งยืนเมื่อผู้เรียนมีแพชชันในการเรียนรู้

การปรับตัว ในโลกที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ผู้เรียนจำเป็นต้องมีความสามารถในการปรับตัวต่อสถานการณ์ใหม่ทั้งด้านเทคโนโลยีและสังคม โดยความสามารถดังกล่าวไม่เพียงอาศัยทักษะภายนอกเท่านั้น แต่ยังต้องอาศัยความหลงใหลในการเรียนรู้เป็นพลังภายในที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถเผชิญกับความท้าทายและพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง

#### บทบาทของความหลงใหลในการเรียนรู้ต่อผู้เรียนยุคใหม่

ความหลงใหลในการเรียนรู้มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 โดยเฉพาะในฐานะแรงขับเคลื่อนภายในที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเรียนรู้

ประการแรก ความหลงใหลในการเรียนรู้เป็นแรงจูงใจภายในที่ทำให้ผู้เรียนต้องการเรียนรู้ด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Ryan และ Deci (2000) ที่อธิบายว่าแรงจูงใจภายในเกิดจากความสนใจ และความพึงพอใจในกิจกรรม เมื่อผู้เรียนมีความหลงใหลในการเรียนรู้ จะส่งผลให้เกิดความมุ่งมั่น และการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง เนื่องจากผู้เรียนรับรู้ว่าสิ่งที่เรียนมีคุณค่าและสอดคล้องกับเป้าหมายของตน

ประการที่สอง ความหลงใหลในการเรียนรู้ช่วยส่งเสริมความสามารถในการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulated Learning: SRL) โดยผู้เรียนสามารถตั้งเป้าหมาย วางแผน และติดตามผลการเรียนรู้ของตนเองได้อย่างเป็นระบบ (Zimmerman, 2000) สะท้อนให้เห็นว่าความหลงใหลในการเรียนรู้ไม่ได้เป็นเพียงความรู้สึกเชิงนามธรรม แต่เป็นกลไกสำคัญที่ขับเคลื่อนพฤติกรรมการเรียนรู้อย่างเป็นรูปธรรม ข้อค้นพบนี้สอดคล้องกับงานวิจัยที่ระบุว่า การส่งเสริมแรงจูงใจภายใน เช่น

การให้อิสระ การมอบหมายงานที่มีความหมาย และการสร้างบรรยากาศที่สนับสนุน จะช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาการกำกับตนเอง และมีส่วนร่วมในการเรียนรู้มากขึ้น (ประยูทธ ไทยธานี, 2563)

ประการที่สาม ความหลงใหลในการเรียนรู้ช่วยเสริมสร้างความยืดหยุ่นทางจิตใจ หรือความสามารถในการเผชิญกับอุปสรรคและความล้มเหลว ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความพากเพียร (grit) ที่ชี้ให้เห็นว่าความหลงใหล และความพยายามอย่างต่อเนื่องเป็นปัจจัยสำคัญของความสำเร็จ (Duckworth, 2016)

ดังนั้น ความหลงใหลในการเรียนรู้จึงไม่เพียงเป็นแรงจูงใจภายในตามแนวคิดของทฤษฎีการกำหนดตนเอง (SDT) แต่ยังเชื่อมโยงกับกระบวนการกำกับตนเองในการเรียนรู้ และความสามารถในการเผชิญอุปสรรค ซึ่งล้วนเป็นองค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21

### บริบทการศึกษาไทย

แม้ว่าการพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21 และการส่งเสริมความหลงใหลในการเรียนรู้จะมีความสำคัญ แต่บริบทของการศึกษาไทยยังมีข้อจำกัดหลายประการที่ส่งผลกระทบต่อการพัฒนาผู้เรียน

ระบบการศึกษาที่มีการแข่งขันสูง โดยเฉพาะการสอบเข้าศึกษาต่อ ส่งผลให้ผู้เรียนจำนวนมากมุ่งเน้นผลลัพธ์มากกว่ากระบวนการเรียนรู้ (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2562)

ประเด็นสำคัญคือ การให้ความสำคัญกับผลลัพธ์ภายนอกมากเกินไป อาจทำให้แรงจูงใจภายในของผู้เรียนลดลง และส่งต่อการไม่เกิดความหลงใหลในการเรียนรู้ในการเรียนรู้ในระยะยาว ซึ่งสอดคล้องกับข้อค้นพบที่ชี้ให้เห็นว่าแรงจูงใจภายในของผู้เรียนมักลดลงเมื่ออยู่ในบริบทการเรียนรู้ที่เน้นการประเมิน และการแข่งขันมากเกินไป (ประยูทธ ไทยธานี, 2563)

นอกจากนี้ การจัดการเรียนการสอนที่เน้นการท่องจำเพื่อการสอบมากกว่าการคิดวิเคราะห์ อาจทำให้ผู้เรียนขาดการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริง และไม่สามารถเชื่อมโยงความรู้กับความสนใจของตนเองได้ (วิจารณ์ พานิช, 2555) ผู้เรียนไม่ได้เรียนจากความอยากรู้ แต่เรียนจากความจำเป็น ประเด็นนี้สะท้อนถึงการครอบงำของแรงจูงใจภายนอกที่ลดทอนการเกิดความหลงใหลในการเรียนรู้ในระยะยาว

เมื่อผู้เรียนไม่สามารถเรียนในสิ่งที่ตนเองสนใจหรือเห็นคุณค่า จะทำให้ไม่เกิดแรงจูงใจภายใน และไม่สามารถพัฒนาไปสู่การมีความหลงใหลในการเรียนรู้ในการเรียนรู้ที่ยั่งยืน (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2559)

### ความจำเป็นของการแนะแนว

จากข้อจำกัดของบริบทการศึกษาไทยดังกล่าว การแนะแนวจึงมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ ทั้งนี้การแนะแนวช่วยให้ผู้เรียนได้สำรวจตนเองทั้งด้านความสนใจ ความถนัด และคุณค่าในชีวิต ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของการเกิดความหลงใหลในการเรียนรู้

การเข้าใจตนเองช่วยให้ผู้เรียนสามารถเลือกเส้นทางการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับความสนใจ และนำไปสู่แรงจูงใจภายในที่ยั่งยืนประเด็นนี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ชนิกานต์ ปักกะมา และคณะ (2568) ที่พบว่า การแนะแนวมีบทบาทสำคัญในการช่วยให้ผู้เรียนตัดสินใจเลือกเส้นทางการศึกษาและอาชีพได้อย่างเหมาะสม โดยอาศัยการเข้าใจตนเองเป็นพื้นฐาน

อีกทั้ง กระบวนการแนะแนวยังส่งเสริมทักษะการกำกับตนเอง เช่น การตั้งเป้าหมาย การวางแผน และการตัดสินใจ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Zimmerman, 2000) และช่วยให้ความหลงใหลในการเรียนรู้สามารถพัฒนาไปสู่พฤติกรรมการเรียนรู้ที่ยั่งยืน

ดังนั้น การนำกระบวนการแนะแนวมาใช้ในการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียน จึงเป็นแนวทางสำคัญที่ช่วยให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่องในบริบทของศตวรรษที่ 21

## 4. กระบวนการแนะแนวเพื่อพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียน

### แนวคิดของกระบวนการแนะแนว

การแนะแนวในบริบทการศึกษาไทยร่วมสมัยได้พัฒนาอย่างต่อเนื่องจากแนวคิดดั้งเดิมที่มุ่งเน้นการให้ข้อมูลด้านการศึกษา ด้านอาชีพ ด้านส่วนตัวและสังคม ไปสู่การเป็นกระบวนการเชิงพัฒนาที่ส่งเสริมศักยภาพของผู้เรียนในมิติทางจิตวิทยา สังคม และการเรียนรู้ โดยเฉพาะในศตวรรษที่ 21 การเรียนรู้ในปัจจุบันมิได้จำกัดอยู่เพียงการสะสมความรู้ แต่เป็นกระบวนการสร้างความหมายและอัตลักษณ์ของตนเองผ่านประสบการณ์การเรียนรู้

จากแนวคิดดังกล่าว การแนะแนวจึงสามารถมองได้ว่าเป็นกระบวนการสร้างความหมาย (meaning-making process) ที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจตนเอง (self-understanding) และสามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้เข้ากับเป้าหมายชีวิต และคุณค่าภายในของตนได้อย่างมีระบบ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของพิมพ์ชนก รัตนกุล (2561) ที่ชี้ว่าการแนะแนวที่มีประสิทธิภาพควรส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้เรียนในการกำหนดทิศทางชีวิต และสนับสนุนการเกิดแรงจูงใจภายในมากกว่าการพึ่งพาแรงจูงใจจากภายนอก

อย่างไรก็ตาม ในบริบทการศึกษาไทยที่ยังคงมีลักษณะการแข่งขันสูง และเน้นผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ผู้เรียนจำนวนมากไม่น้อยจึงเรียนรู้ภายใต้แรงกดดันจากปัจจัยภายนอก เช่น คะแนนสอบหรือความคาดหวังของสังคม ซึ่งอาจทำให้ผู้เรียนไม่สามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้กับความหมายของชีวิต และส่งผลให้การเรียนรู้ขาดความยั่งยืน

สุภาวดี นาคทอง (2565) พบว่า การรับรู้คุณค่าในตนเอง และการเห็นความหมายของการเรียนรู้ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความมุ่งมั่น และความเพียรพยายามของผู้เรียนอย่างมีนัยสำคัญ สะท้อนให้เห็นว่าการพัฒนาความหมายของการเรียนรู้เป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมแรงจูงใจระยะยาว

ดังนั้น กระบวนการแนะแนวเพื่อพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียนจึงควรมุ่งพัฒนาองค์ประกอบหลักที่สำคัญ 4 ประการ ได้แก่

- 1) การรู้จักและเข้าใจตนเอง (self-awareness)
- 2) การสร้างความหมายของการเรียนรู้ (meaning construction)
- 3) การพัฒนาแรงจูงใจภายใน (intrinsic/autonomous motivation)
- 4) การพัฒนาความสามารถในการกำกับตนเอง (self-regulation)

องค์ประกอบทั้ง 4 ประการนี้มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบ และเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างยั่งยืน โดยมีกระบวนการสะท้อนผล (reflection) เป็นกลไกสำคัญที่เชื่อมโยง และสนับสนุนองค์ประกอบทั้งหมดให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

### กระบวนการแนะแนวเพื่อพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียน

กระบวนการแนะแนวสามารถออกแบบให้เป็นลำดับขั้นที่มีความต่อเนื่องและเชื่อมโยงกัน เพื่อส่งเสริมการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างเป็นรูปธรรม และเป็นระบบ โดยแต่ละขั้นตอนสะท้อนกระบวนการพัฒนาภายในของผู้เรียนตั้งแต่การรู้จักตนเองไปสู่การกำกับการเรียนรู้ของตนเองอย่างยั่งยืน ดังนี้

#### ขั้นที่ 1 การสำรวจตนเอง (Self-Exploration)

การสำรวจตนเองเป็นจุดเริ่มต้นของกระบวนการแนะแนว โดยมุ่งให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจเกี่ยวกับความสนใจ ความถนัด บุคลิกภาพ และคุณค่าของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้สามารถกำหนดทิศทางการเรียนรู้ และการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม

สุภาวดี นาคทอง (2565) พบว่าผู้เรียนที่มีระดับการรับรู้ตนเองสูงจะมีแนวโน้มแสดงพฤติกรรม การเรียนรู้เชิงรุก และมีความมุ่งมั่นในการเรียนมากกว่า ขณะที่ กิ่งกาญจน์ สุวรรณศรี (2562) รายงานว่าความชัดเจนในอัตลักษณ์ และเป้าหมายของตนมีความสัมพันธ์กับความพากเพียรในการเรียนอย่างมีนัยสำคัญ

ดังนั้น การสำรวจตนเองจึงเป็นฐานสำคัญที่ช่วยให้ผู้เรียนวางแผนพัฒนาตนเองได้อย่างมีทิศทาง

## ขั้นที่ 2 การค้นหาความหมาย (Meaning Construction)

เมื่อผู้เรียนมีความเข้าใจตนเองแล้ว ขั้นตอนถัดไปคือการช่วยให้ผู้เรียนเชื่อมโยงสิ่งที่ตนสนใจเข้ากับเป้าหมายชีวิต และอนาคตของตนเอง เพื่อสร้างความหมายให้กับการเรียนรู้

กิตติพงษ์ พงษ์ศรี (2563) พบว่าผู้เรียนที่สามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้กับเป้าหมายชีวิตได้ จะมีแรงจูงใจภายใน และความมุ่งมั่นในการเรียนสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญ

ดังนั้น การตั้งคำถามเชิงสะท้อน เช่น “สิ่งที่เรียนมีความสำคัญต่อชีวิตอย่างไร” หรือ “สิ่งที่ทำอยู่เชื่อมโยงกับอนาคตอย่างไร” จึงเป็นกลไกสำคัญที่ช่วยให้ผู้เรียนสร้างความผูกพันกับการเรียนรู้ และเป็นฐานของการพัฒนา ความหลงใหลในการเรียนรู้

## ขั้นที่ 3 การพัฒนาแรงจูงใจแบบกำกับตนเอง (Autonomous Motivation Development)

เมื่อผู้เรียนเห็นความหมายของการเรียนรู้แล้ว ขั้นตอนต่อมาคือการพัฒนาแรงจูงใจภายใน โดยส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้เลือกและควบคุมการเรียนรู้ของตนเอง

พิมพ์ชนก รัตนกุล (2561) เสนอว่า ครูควรใช้แนวทางที่สนับสนุนความเป็นอิสระของผู้เรียน เช่น การตั้งคำถามปลายเปิด การสะท้อนความคิด และการหลีกเลี่ยงการควบคุม ขณะที่ กิ่งกาญจน์ สุวรรณศรี (2562) พบว่าแรงจูงใจภายในมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพากเพียรและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน

ผลการศึกษาดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าการพัฒนาแรงจูงใจภายในเป็นกลไกสำคัญที่ทำให้การเรียนรู้เกิดความต่อเนื่อง และยั่งยืน

## ขั้นที่ 4 การพัฒนาทักษะการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (Self-Regulated Learning: SRL)

แม้ว่าผู้เรียนจะมีแรงจูงใจในการเรียนรู้ แต่หากขาดทักษะในการกำกับตนเองในการเรียนรู้ ก็อาจไม่สามารถบรรลุเป้าหมายได้ ดังนั้น การพัฒนาทักษะการกำกับตนเองจึงเป็นองค์ประกอบสำคัญของกระบวนการแนะแนว

ธนภรณ์ จันทรวงศ์ (2565) พบว่านักเรียนที่มีทักษะ SRL สูงมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีกว่า และสามารถปรับตัวต่อสถานการณ์การเรียนรู้ได้ดีกว่า ขณะที่ ปวีณา อ่อนใจเอื้อ (2564) ชี้ว่า SRL เป็นทักษะสำคัญของการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ทักษะดังกล่าวประกอบด้วย การตั้งเป้าหมาย การวางแผน การติดตามความก้าวหน้า และการประเมินตนเอง ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนสามารถควบคุมและพัฒนาการเรียนรู้ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## ขั้นที่ 5 การสะท้อนผลและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง (Reflection and Continuous Development)

ขั้นตอนสุดท้ายคือการส่งเสริมให้ผู้เรียนสะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้ของตนเอง และนำไปสู่การพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

ณัฐกานต์ วงศ์วัฒนะ (2564) พบว่าผู้เรียนที่มีความเชื่อแบบเติบโตมีแนวโน้มพยายามและพัฒนาตนเองมากขึ้น แม้เผชิญกับความล้มเหลว

ดังนั้น การสะท้อนผลจึงไม่เพียงช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองมากขึ้น แต่ยังเสริมสร้างความคิดหยุ่นทางจิตใจ และสนับสนุนการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ในระยะยาว รวมทั้งเป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต

### ตัวอย่างกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียน

การออกแบบกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียน ควรมีลักษณะเป็นกระบวนการที่เชื่อมโยงอย่างเป็นระบบระหว่างการรู้จักตนเอง การสร้างความหมายของการเรียนรู้ และการลงมือปฏิบัติจริง โดยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมอย่างแท้จริงในการสำรวจและกำหนดทิศทางของตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาแรงจูงใจภายในอย่างยั่งยืน (พิมพ์ชนก รัตนกุล, 2561)

ภายใต้แนวคิดดังกล่าว สามารถออกแบบกิจกรรมแนะแนวได้โดยเรียงลำดับจากการรู้จักตนเองไปสู่การกำกับตนเอง ดังนี้

#### 1) กิจกรรมสำรวจความสนใจและอัตลักษณ์ (Interest and Identity Exploration)

กิจกรรมนี้มุ่งส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดการรับรู้และเข้าใจตนเองผ่านเครื่องมือ เช่น แบบประเมินความสนใจ การสะท้อนตนเอง หรือการสนทนาเชิงลึก ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนตระหนักถึงความถนัด คุณค่า และความสนใจของตน อันเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาอาชีพ โดยงานวิจัยชี้ให้เห็นว่าการรับรู้ตนเองมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความมุ่งมั่นและความพยายามในการเรียนรู้ (สุภาวดี นาคทอง, 2565)

#### 2) กิจกรรมตั้งเป้าหมายชีวิตและการสร้างความหมาย (Life Goal Setting and Meaning Construction)

กิจกรรมนี้ช่วยให้ผู้เรียนเชื่อมโยงการเรียนรู้เข้ากับเป้าหมายชีวิตของตนเอง โดยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้กำหนดเป้าหมายทั้งระยะสั้นและระยะยาว พร้อมทั้งสะท้อนว่าการเรียนมีความหมายอย่างไรต่ออนาคตของตน ซึ่งกระบวนการดังกล่าวมีส่วนสำคัญในการส่งเสริมแรงจูงใจภายใน และทำให้การเรียนรู้มีทิศทางที่ชัดเจนมากขึ้น (กิตติพงษ์ พงษ์ศรี, 2563)

#### 3) กิจกรรมการเขียนสะท้อนตนเอง (Reflective Writing)

กิจกรรมการเขียนสะท้อนตนเองเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาการคิดเชิงลึก โดยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ทบทวนประสบการณ์ ความรู้สึก และกระบวนการเรียนรู้ของตนเองอย่างเป็นระบบ ซึ่งไม่เพียงช่วยให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น แต่ยังส่งเสริมแนวคิดแบบเติบโต (growth mindset) ที่ทำให้ผู้เรียนมองความล้มเหลวเป็นโอกาสในการพัฒนา (ณัฐกานต์ วงศ์วัฒนะ, 2564)

#### 4) กิจกรรมแฟ้มสะสมผลงาน (Portfolio)

กิจกรรมแฟ้มสะสมผลงานช่วยให้ผู้เรียนสามารถมองเห็นพัฒนาการของตนเองอย่างเป็นรูปธรรมผ่านการรวบรวมผลงานและการสะท้อนความก้าวหน้าอย่างต่อเนื่อง กระบวนการดังกล่าวมีส่วนช่วยเสริมสร้างความภาคภูมิใจในตนเอง และส่งเสริมแรงจูงใจภายใน เนื่องจากผู้เรียนสามารถเห็นความสำเร็จของตนเองได้อย่างชัดเจน (พัชรี สายทอง, 2562)

#### 5) กิจกรรมการกำกับตนเองการเรียนรู้ (Self-Regulated Learning: SRL)

กิจกรรมนี้มุ่งพัฒนาทักษะการกำกับตนเองของผู้เรียน ผ่านกระบวนการตั้งเป้าหมาย การวางแผน การติดตาม และการประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง ซึ่งถือเป็นกลไกสำคัญในการสร้างความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ และนำไปสู่ความสำเร็จทางการเรียนในระยะยาว ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวสะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของการกำกับตนเองในการเรียนรู้ ซึ่งเป็นกลไกสำคัญของการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ที่ยั่งยืน โดยผลการศึกษาหลายงานวิจัยชี้ให้เห็นว่า การกำกับตนเองเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความต่อเนื่องของแรงจูงใจ (ธนภรณ์ จันทร์งาม, 2565; ปวีณา อ่อนใจเอื้อ, 2564)

### บทสรุป

ความหลงใหลในการเรียนรู้ (Passion) เป็นกลไกสำคัญของการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 โดยไม่ได้เป็นเพียงความชอบหรือความสนใจทั่วไป แต่เป็นพลังภายในที่เชื่อมโยงกับตัวตนของผู้เรียน และส่งผลต่อแรงจูงใจ ความมุ่งมั่น และพฤติกรรมการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ

ในเชิงทฤษฎี การเกิดแพชชันสามารถอธิบายได้ผ่านกรอบแนวคิดทางจิตวิทยาสำคัญ ได้แก่ ทฤษฎีการกำหนดตนเอง (SDT) ที่เน้นแรงจูงใจภายใน แนวคิดการเติบโตทางความคิด (Growth Mindset) ที่ช่วยให้ผู้เรียนเผชิญอุปสรรคได้อย่างยืดหยุ่น และแนวคิดการกำกับตนเองในการเรียนรู้ (SRL) ที่ทำให้ผู้เรียนสามารถแปลงแรงจูงใจไปสู่การลงมือปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งทั้งสามแนวคิดทำงานร่วมกันในการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นอย่างมั่นคงและยั่งยืน

เมื่อพิจารณาในบริบทของศตวรรษที่ 21 พบว่า ความหลงใหลในการเรียนรู้มีบทบาทสำคัญในการพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะที่จำเป็น เช่น การคิดวิเคราะห์ การเรียนรู้ตลอดชีวิต และการปรับตัว อย่างไรก็ตาม บริบทการศึกษาไทยยังมีข้อจำกัด เช่น การเน้นการแข่งขันและผลสัมฤทธิ์มากกว่ากระบวนการเรียนรู้ ซึ่งอาจลดทอนแรงจูงใจภายในและขัดขวางการพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้ของผู้เรียน

ดังนั้น “การแนะแนว” จึงเป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมความหลงใหลในการเรียนรู้ โดยทำหน้าที่เป็นกระบวนการเชิงพัฒนาที่ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง สร้างความหมายของการเรียนรู้ พัฒนาแรงจูงใจภายใน และสามารถกำกับการเรียนรู้ของตนเองได้อย่างเป็นระบบ

กระบวนการแนะแนวเพื่อพัฒนาความหลงใหลในการเรียนรู้สามารถออกแบบเป็นลำดับขั้น ได้แก่ 1) การสำรวจตนเอง 2) การสร้างความหมาย 3) การพัฒนาแรงจูงใจภายใน 4) การกำกับตนเองในการเรียนรู้ และ 5) การสะท้อนผลอย่างต่อเนื่อง ซึ่งกระบวนการดังกล่าวสามารถนำไปสู่การปฏิบัติจริงผ่านกิจกรรมแนะแนวที่หลากหลาย เช่น การสำรวจความสนใจ การตั้งเป้าหมายชีวิต การเขียนสะท้อนตนเอง การใช้แฟ้มสะสมผลงาน และการฝึกทักษะการกำกับตนเองในการเรียนรู้

กล่าวโดยสรุป ความหลงใหลในการเรียนรู้ไม่ได้เกิดขึ้นโดยบังเอิญ แต่เป็นผลจากกระบวนการพัฒนาอย่างเป็นระบบที่เชื่อมโยงระหว่างปัจจัยภายในของผู้เรียนและการสนับสนุนจากกระบวนการแนะแนว หากสามารถออกแบบและดำเนินการได้อย่างเหมาะสม จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจภายใน มีความมุ่งมั่นในการเรียนรู้ และสามารถพัฒนานตนเองไปสู่การเรียนรู้ตลอดชีวิตได้อย่างยั่งยืน

## เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2561). *คู่มือการให้คำปรึกษาในสถานศึกษา*. กระทรวงสาธารณสุข.
- กิตติพงษ์ พงษ์ศรี. (2563). แรงจูงใจภายในกับความมุ่งมั่นในการเรียนของนักเรียนมัธยมศึกษา. *วารสารวิจัยทางการศึกษา*, 15(2), 45–60.
- กิ่งกาญจน์ สุวรรณศรี. (2562). แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความพากเพียรของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา. *วารสารจิตวิทยาการศึกษาไทย*, 8(2), 45–60.
- ชนิกานต์ ปักกะมา, และ วิภาดา ชัยรัตน์. (2568). การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมการเข้าใจตนเองและการเลือกอาชีพของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5. *วารสารครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร*, 9(18), 108–119.
- ณัฐกานต์ วงศ์วัฒน์. (2564). ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อแบบเติบโตกับความพยายามในการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา. *วารสารวิจัยทางการศึกษา*, 16(1), 102–115.
- ธนภรณ์ จันทร์งาม. (2565). การกำกับตนเองในการเรียนรู้ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในยุคดิจิทัล. *วารสารครุศาสตร์*, 50(3), 120–135.
- ธนกฤดี จันทศิลป์, มนัสสินท์ หัตถศักดิ์, และ ปวีณา อ่อนใจเอื้อ. (2563). การพัฒนาแบบวัดความมุ่งมั่นและพลังขับเคลื่อนทางการเรียนในนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. *วารสารศรีปทุมปริทัศน์ ฉบับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 20(2), 146–158.
- ประยุทธ์ ไทยธานี. (2563). การส่งเสริมแรงจูงใจภายในให้แก่ผู้เรียน. *วารสารราชพฤกษ์*, 18(1), 9–19.
- ปวีณา อ่อนใจเอื้อ. (2564). ทักษะการกำกับการเรียนรู้ของผู้เรียนในศตวรรษที่ 21. *วารสารศึกษาศาสตร์*, 32(3), 1–15.

- พัชรีย์ สายทอง. (2562). ปัจจัยด้านแรงจูงใจและการกำกับตนเองในการเรียนรู้ที่ส่งผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์*, 21(3), 55–68.
- พิมพ์ชนก รัตนกุล. (2561). บทบาทครูแนะแนวในการส่งเสริมแรงจูงใจภายในของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา. *วารสารแนะแนวศึกษา*, 15(1), 23–38.
- รวีวรรณ อรรถานิธิ, และ มนัสนันท์ หัตถศักดิ์. (2564). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความมุ่งมั่นและพลังขับเคลื่อนทางการเรียนของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน. *วารสารการวัดผลการศึกษา*, 38(104), 112–125.
- วิจารณ์ พานิช. (2555). *วิธีสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ในศตวรรษที่ 21*. มูลนิธิสยามกัมมาจล.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2562). *แนวทางการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21*. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2560). *แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560–2579*. สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.
- สุภาวดี นาคทอง. (2565). ปัจจัยทางจิตวิทยาที่ส่งผลต่อความมุ่งมั่นในการเรียนของนักเรียนไทย. *วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา*, 14(2), 77–94.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2559). *จิตวิทยาการศึกษา*. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Curran, T., Hill, A. P., Appleton, P. R., Vallerand, R. J., & Standage, M. (2015). The psychology of passion: A meta-analytical review. *Psychological Bulletin*, 141(3), 631–657.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 451–502). Academic Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
- Vallerand, R. J. (2015). *The psychology of passion: A dualistic model*. Oxford University Press.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70.