

การเรียนรู้แบบอิสระในการพึ่งพาตนเอง กับความเข้าใจที่แท้จริง* SELF-DIRECTED LEARNING IN PERSONAL INDEPENDENCE AND GENUINE UNDERSTANDING

กัณทิมา เผือกใต้*, วิเชียร อารังโสติสสกุล, มณสิข ลิทธิสมบุญณ์

Kantima Phueaktai*, Wichian Thamrongsothisakul, Monasit Sittisomboon

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร พิษณุโลก ประเทศไทย

Faculty of Education, Naresuan University, Phitsanulok, Thailand

*Corresponding author E-mail: kantima.phueaktai@gmail.com

บทคัดย่อ

การส่งเสริมการเรียนรู้แบบอิสระในการพึ่งพาตนเอง เป็นหนึ่งในทักษะสำคัญต่อการพัฒนาของผู้เรียน เพราะการพึ่งพาตนเองหมายถึงการมอบความอิสระในการเรียนรู้สิ่งต่างๆ กับให้ผู้เรียนได้อย่างแท้จริงได้ ซึ่งเป็นการเตรียมความพร้อมที่ท้าทายสิ่งต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญเมื่อโตขึ้น การพึ่งตนเองของผู้เรียน เป็นการศึกษาที่ได้รับการเรียนรู้โดยเน้นการเพิ่มศักยภาพของผู้เรียน โดยให้ผู้เรียนได้รับการศึกษาอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต เกิดสังคมแห่งการเรียนรู้ที่กว้างขวาง และเป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ศึกษาตามความรู้ความสามารถ และศักยภาพของตนเองได้ เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้รู้จักควบคุมการเดินทางชีวิตของตนเอง ช่วยให้ตัดสินใจได้อย่างชาญฉลาดมากขึ้น ไปจนถึงความพร้อมในการรับมือกับความท้าทายอย่างมั่นใจ ไม่ว่าจะเป็น พ่อแม่ ผู้ปกครอง หรือครูผู้สอน อาจารย์ ควรแนะนำให้รู้จักพึ่งพาตนเองแบบภาวะอิสระ ที่เป็นความเข้าใจอย่างแท้จริงร่วมกันได้ ปัจจัยเชิงสาเหตุของการพึ่งตนเองของผู้เรียน ประกอบไปด้วย 2 ด้าน ได้แก่ ด้านที่ 1 คือ ปัจจัยด้านสถานการณ์กับการพึ่งตนเองของผู้เรียน ประกอบไปด้วย 1.1) การสนับสนุนจากครอบครัวและโรงเรียน 1.2) การมีตัวแบบที่ดีจากผู้ใกล้ชิด 1.3) การรับรู้สิทธิพลจากสื่อ online 1.4) บรรยากาศ วัฒนธรรมของสถานศึกษา และ 1.5) การบริหารจัดการของสถานศึกษาที่เอื้อต่อการพึ่งตนเอง และด้านที่ 2 คือ ปัจจัยด้านจิตลักษณะกับการพึ่งตนเองของผู้เรียน ประกอบไปด้วย 2.1) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ 2.2) การมุ่งอนาคตและควบคุมตนการมุ่งอนาคตควบคุมตน 2.3) การเชื่ออำนาจในตนเองต่อการพึ่งตนเองกับการพึ่งตนเองของผู้เรียน 2.4) ทักษะการพึ่งตนเอง และ 2.5) ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง

คำสำคัญ: การเรียนรู้แบบอิสระ, การพึ่งพาตนเอง, ความเข้าใจที่แท้จริง

Abstract

Promoting self-directed learning, a crucial skill for learner development, involves granting learners true freedom in exploring various subjects. This approach prepares them to confidently face diverse challenges as they grow. Self-directed learning is an ongoing educational process that focuses on enhancing learners' capabilities throughout their lives. It fosters a broad learning community, allowing individuals to pursue knowledge, skills, and potentials based on their interests and abilities. By encouraging self-reliance, learners gain control over their life journeys, making more

informed decisions and developing resilience to confidently confront challenges. Whether as parents, guardians, or educators, it is essential to introduce and cultivate a sense of independent learning. The causal factors influencing learners' self-reliance can be categorized into two aspects. 1) Situational Factors Affecting Learner Independence: 1.1) Support from family and school 1.2) Positive role models in close proximity 1.3) Influence from online media 1.4) School environment and culture. And 1.5) School management that supports self-reliance. 2) Psychological Traits and Learner Independence: 2.1) Intrinsic motivation and perseverance 2.2) Goal-setting and self-control 2.3) Self-efficacy beliefs 2.4) Attitude towards self-reliance and 2.5) Knowledge and understanding of self-reliance. In conclusion, understanding and promoting self-directed learning require addressing both situational and psychological factors. Emphasizing these aspects helps create an environment conducive to fostering independence, ultimately preparing learners to meet challenges with confidence.

Keywords: Self-Directed Learning, Learner Independence, Genuine Understanding

บทนำ

การวิเคราะห์ผู้เรียนเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการจัดการเรียนการสอน ในการออกแบบ การเรียน การสอนอย่างเป็นระบบควรพิจารณาให้ครอบคลุมว่าผู้เรียนเป็นใคร มีคุณลักษณะพื้นฐานอย่างไร ต้องการให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อะไรบ้างหรือมีวัตถุประสงค์การเรียนรู้จะอะไรบ้าง จะใช้สอนและกิจกรรมการเรียนรู้จะอย่างไร และจะประเมินผลการเรียนรู้อะไรบ้างด้วยวิธีการใด จะในการออกแบบการเรียนการสอนจำเป็นต้องวิเคราะห์ผู้เรียนก่อนเสมอ เพราะการวิเคราะห์ผู้เรียนจะทำให้รู้จักผู้เรียนได้ดี (ศักดิ์เศรษฐ ประกอบผล, 2564) ปกติทั่ว ๆ ไป การวิเคราะห์ผู้เรียนนิยมวัดพื้นฐานความรู้เดิมและทักษะเบื้องต้นที่จำเป็นต่อการเรียนโดยไม่ได้วิเคราะห์ถึงลีลา การเรียนรู้ของผู้เรียน ซึ่งลีลาการเรียนรู้เป็นความชอบที่ผู้เรียนใช้ในการคิดและการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นใน สภาพแวดล้อมและประสบการณ์ในห้องเรียนที่แตกต่างกัน การวิเคราะห์การเรียนรู้ของผู้เรียนมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ทำให้ผู้สอนทราบคุณลักษณะบุคลิกภาพของผู้เรียนและทราบรูปแบบการเรียนรู้ที่ผู้เรียนชอบ ทำให้ผู้สอนสามารถจัดการเรียนการสอนได้อย่างเหมาะสมกับลีลาการเรียนรู้ของผู้เรียน เป็นการจัดการเรียนการสอนที่ตอบสนองความต้องการของผู้เรียน ทำให้การสอนมีประสิทธิภาพ ผู้เรียนได้พัฒนาศักยภาพในการเรียนรู้ของตนเองได้อย่างเต็มความสามารถมากที่สุด ทิศนา แคมณี และมัทธา ธรรมบุศย์ กล่าวว่า ถ้าพิจารณาตามบุคลิกภาพและการมีปฏิสัมพันธ์ของผู้เรียนกับผู้สอนและกับเพื่อนร่วมห้อง สามารถแบ่งลีลาการเรียนรู้แบบพึ่งพาตนเอง ออกเป็นแบบอิสระ แบบหลีกเลี่ยง แบบร่วมมือ แบบพึ่งพาแบบแข่งขัน และแบบมีส่วนร่วม (ทิศนา แคมณี, 2551); (มัทธา ธรรมบุศย์, 2544) เฟลมมิงและมิลส์ (Fleming, N. D. & Mills, C.) กล่าวว่า ผู้เรียนใช้ประสาทสัมผัสทั้งสี่ในการดูดซึมความรู้และข้อมูล ทำให้เกิดลีลาการเรียนรู้ผ่านภาพและสัญลักษณ์ ผ่านเสียง ผ่าน การอ่านและเขียน ผ่านการสัมผัสและการกระทำ (Fleming, N. D. & Mills, C., 1999); (Moured, D., 2009) บทความนี้จะช่วยชี้แนะให้ทราบถึงวิธีการจัดการเรียนรู้ของผู้เรียนและนำเสนอแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียน การสอนแบบพึ่งพาตนเองให้เหมาะสมกับความจำเป็นในการเรียนรู้ของผู้เรียนตามแนวทางในการจัดการเรียน การสอนในศตวรรษที่ 21 มีทั้งการศึกษาค้นคว้าและปฏิบัติด้วยตนเองและการทำงานเป็นทีมภายในกลุ่มของผู้เรียน (วิจารณ์ พานิช, 2555) จะส่งผลให้การเรียนการสอนเกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากขึ้น

ซึ่งกระบวนการใหม่ของการศึกษาที่จะเรียนรู้ แนวคิด วิธีการสอนใหม่ ๆ เริ่มเข้ามามีอิทธิพลต่อการจัดการ การศึกษาโดยเฉพาะอย่างยิ่งกับการปฏิรูปการศึกษาใน ปัจจุบัน ด้วยมุมมองที่ว่า ผู้เรียนแต่ละคนมีความแตกต่างกันและต่างก็มีเอกลักษณ์ของตน ดังนั้น การจัดหลักสูตร และการจัดการเรียนรู้อยู่ย่อมต้องมีการปรับเปลี่ยนให้ คำนึงถึงลักษณะดังกล่าว การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วสร้างความวิตกกังวลและความไม่มั่นคง ซึ่งถือเป็นความท้าทาย

ทายที่ จะเรียนรู้กลยุทธ์ใหม่ ในฐานะที่เป็นผู้นำการศึกษาที่ต้องยอมรับที่จะเรียนรู้และแก้ปัญหาที่อาจจะเกิด จาก ทฤษฎีใหม่ ๆ ที่เข้ามา การศึกษาจะต้องเรียนรู้ วิธีการคิดนอกกรอบและพัฒนามากขึ้น ขณะเดียวกัน ผู้สอนควรจะ ได้รับการฝึกอบรม เกี่ยวกับวิธีการจัดการเรียนรู้แบบใหม่ ๆ เพื่อรับมือกับการเปลี่ยนแปลง ความรู้เกี่ยวกับการ เปลี่ยนแปลงดังกล่าว จะนำไปสู่การพัฒนาทักษะของผู้เรียน

การส่งเสริมให้มีพัฒนาการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ศึกษาตามความสามารถของตนเอง การ พึ่งตนเองของผู้เรียน ประกอบไปด้วย 2 ด้าน ได้แก่ ปัจจัยด้านสถานการณ์กับการพึ่งตนเองของผู้เรียน และปัจจัย ด้านจิตลักษณะกับการพึ่งตนเองของผู้เรียน ด้านสถานการณ์กับการพึ่งตนเองของนักเรียน ปัจจัยด้านสถานการณ์ ของนักเรียนเกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง ซึ่งประกอบไปด้วย การสนับสนุนจากครอบครัวและโรงเรียน ซึ่งเป็นส่วน สำคัญอย่างยิ่งต่อการพึ่งตนเองของนักเรียนเป็นการช่วยเหลือให้นักเรียนสามารถประสบความสำเร็จปัจจัยด้านจิต ลักษณะกับการพึ่งตนเองของผู้เรียน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในด้านการเรียน จำเป็นต้องอาศัยแรงจูงใจที่อยากจะประสบความสำเร็จเป็นอย่างยิ่ง แรงจูงใจดังกล่าวที่เกี่ยวข้องกับการเรียนนั้น คือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ทัศนคติ ความชอบ การเห็นคุณค่า และรวมถึงความตั้งใจหรือพร้อมที่จะพึ่งตนเอง

การพึ่งพาตนเองหมายความว่าอย่างไร

การพึ่งพาตนเอง หมายถึง ความสามารถในการดูแลตนเองได้ทั้งในด้านอารมณ์และด้านการกระทำ ซึ่งเกี่ยวข้องกับความรู้สึกที่อิสระ และความมั่นใจในการค้นหาความท้าทายในชีวิต เด็กที่พึ่งพาตนเองได้มักมีทักษะ และการแก้ปัญหา รวมไปถึงการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลง คุณสมบัติเหล่านี้จะนำพาพวกเขาไป สู่ความสำเร็จที่นำมาซึ่งความเป็นอยู่ที่ดีในชีวิต

ผู้เรียนที่พึ่งพาตนเองได้และที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นนั้นต่างกันอย่างไร ?

การพึ่งพาตนเองได้จะสามารถตัดสินใจ จัดการงาน และรับมือกับความท้าทายด้วยตัวเอง โดยอาจจะไม่ จำเป็นต้องขอคำแนะนำจากผู้ใหญ่ เขาจะมีความรับผิดชอบอย่างมาก ยอมรับผลที่เกิดจากการกระทำของตนเอง และแสดงให้เห็นถึงความเต็มใจที่จะเรียนรู้จากความผิดพลาดของตนเอง และแม้ว่าผู้เรียนที่พึ่งพาตนเองได้จะ สามารถช่วยตนเองได้ แต่พวกเขาจะไม่กลัวที่จะขอความช่วยเหลือและไม่แยกตัวออกจากผู้อื่นในทางกลับกัน ผู้เรียนที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นต้องการคำแนะนำอย่างมากเพื่อการตัดสินใจและการแก้ปัญหาต่าง ๆ โดยอาจประสบ ปัญหาเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคยและขาดความมั่นใจในการลองผิดลองถูกและเรียนรู้อย่างอิสระ

วิธีสอนให้รู้จักการพึ่งพาตนเอง

1. ส่งเสริมให้มีการกล้าตัดสินใจด้วยตนเอง

ในฐานะพ่อแม่หรือผู้ปกครองหรือผู้สอนเองนั้นควรที่จะเปิดโอกาสให้มีได้ตัดสินใจได้ด้วยตนเอง โดยอาจ เริ่มจากเรื่องง่าย ๆ เช่น การตัดสินใจว่าจะสวมใส่อะไร ไปจนถึงการเลือกกิจกรรมนอกหลักสูตรที่สนใจ ความรู้สึก ที่เป็นอิสระจากการได้เลือกด้วยตัวเองจะช่วยให้เด็กมีความมั่นใจในการตัดสินใจมากขึ้น เมื่อโตขึ้น ให้มีส่วนร่วมใน การตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวกับการศึกษาและเป้าหมายในอนาคต

2. ส่งเสริมทักษะการแก้ปัญหา

แทนที่จะเสนอทางออกให้โดยทันที ควรกระตุ้นให้ฝึกคิด แก้ปัญหาและหาแนวทางต่างๆ เพื่อรับมือกับ ความท้าทายด้วยตัวเอง สอนให้เข้าใจว่าปัญหาหนึ่งมีทางออกมากมายและการคิดนอกกรอบเป็นสิ่งสำคัญ อีกวิธี หนึ่งในการพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาอย่างสนุกสนานและมีส่วนร่วมคือการเล่นเกมปริศนาและเกมกระดาน หายที่สุด สิ่งนี้จะช่วยให้มีการพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิพากษ์ (Critical thinking) และการวิเคราะห์

3. ส่งเสริมความรับผิดชอบ

การเป็นพ่อแม่และผู้สอนนั้นไม่ใช่เรื่องง่ายโดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อต้องทำงานบ้านที่หลากหลายและดูแลความปลอดภัย วิธีการบรรเทาปัญหาเหล่านี้และปลูกฝังความรับผิดชอบของผู้เรียน คือ การมอบหมายงานบ้านที่สามารถทำได้ด้วยตัวเอง ซึ่งอาจเป็นงานง่าย ๆ เช่น การมอบหมายงานบ้านเหล่านี้จะช่วยให้มีความรับผิดชอบ และเห็นความสำคัญของการมีส่วนร่วมกับเพื่อน ครอบครัวและชุมชน

4. สอนให้ยอมรับความล้มเหลวและกระตุ้นให้เรียนรู้จากความผิดพลาด

เป็นเรื่องปกติที่ผู้ปกครองหรือผู้สอนเองมักจะดูแลเป็นอย่างดีโดยไม่ให้เกิดข้อผิดพลาด แต่การดูแลที่มากเกินไปอาจส่งผลเสียมากกว่าผลดี ควรสอนให้มีการยอมรับความล้มเหลวความผิดพลาดและมองว่าความผิดพลาดเป็นกระบวนการเรียนรู้ตามธรรมชาติเท่านั้น ช่วยให้เด็กเข้าใจว่าความผิดพลาดเป็นโอกาสที่จะเติบโต แทนที่จะกลัวมัน (มหาชาติ อินทโชติ, 2557)

กิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เรียนได้เกิดการเรียนรู้แบบอิสระ

1. การทำอาหาร เช่น กิจกรรมเสริมประสบการณ์ เพื่อให้ได้มีส่วนร่วมในการวางแผนและเตรียมอาหาร ซึ่งจะช่วยให้มีการพัฒนาทักษะเชิงปฏิบัติ พร้อมทั้งปลูกฝังความสามารถในการพึ่งพาตนเอง
2. กิจกรรมกลางแจ้ง ส่งเสริมกิจกรรมกลางแจ้ง เช่น กิจกรรมที่จะสอนให้ผู้เรียนได้สำรวจ สังเกตสภาพแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคยและพัฒนาความสามารถในการปรับตัว
3. การสร้างสรรค์ เช่น การทดลอง การคิดเชิงสร้างสรรค์ กิจกรรมเหล่านี้กระตุ้นให้ผู้เรียนคิดค้นวิธีแก้ปัญหาอย่างอิสระเพื่อให้ได้มีส่วนร่วมกับการงานอย่างสร้างสรรค์
4. จัดตารางสำหรับกิจวัตรประจำวันของตนเอง เป็นการจัดทำรายการที่ต้องทำในแต่ละวัน ซึ่งเป็นการสอนให้ทำภารกิจให้สำเร็จและสร้างความอดทน

สอนผู้เรียนให้พึ่งพาตนเองได้อย่างไร

การพึ่งพาตนเองได้นั้นเป็นทักษะสำคัญที่สุดที่สามารถบรรลุเป้าหมายโดยไม่ต้องขอให้ใครช่วย การพึ่งพาตนเองได้มากขึ้นทำให้คุณมีอิสระที่จะทำในสิ่งที่ยากทำโดยไม่ต้องสนใจว่าใครจะคิดอย่างไร และจะทำให้คุณค้นพบทางแก้ปัญหาต่าง ๆ ในแบบของตัวเอง การยอมรับตัวเองนั้นเป็นสิ่งสำคัญ ไม่สามารถสร้างตัวตนที่แข็งแกร่งและเป็นอิสระได้หากคุณไม่สามารถใช้ชีวิตอยู่กับสิ่งที่คุณเป็น ยอมรับร่างกายของคุณ บุคลิกของคุณ ความคิดเห็นของคุณ ทางเลือกของคุณ ความชอบของคุณ และเรื่องราวชีวิตของคุณ อย่าพูดไม่ดีกับตัวเอง ทุกคนสามารถแข็งแกร่งได้ ทุกคนต่างมีเรื่องให้ต้องอดทนและพิสูจน์ความแข็งแกร่งของตัวเองกันทั้งนั้น ทั้งความผิดพลาดต่าง ๆ ไว้ก้มบออดีตและเรียนรู้จากมัน พยายามเปลี่ยนตัวเองให้เป็นคนที่ดีขึ้น และที่สำคัญที่สุดก็คือรักตัวเอง การยอมรับตัวเองเป็นส่วนสำคัญของการเป็นคนพึ่งพาตนเองได้ เพราะการยอมรับตัวเองจะป้องกันไม่ให้คุณพยายามทำตัวเหมือนคนอื่น

การเชื่อมั่นในตัวเอง ถ้าตัวเราเองยังไม่เชื่อมั่นในตัวเอง แล้วใครล่ะจะมาเชื่อคุณ เราทุกคนแตกต่างกันและมีเรื่องให้พูดต่างกัน ไม่มีใครพูดอะไรแทนคุณได้ และไม่ใช่ทุกคนที่จะเห็นด้วยกับสิ่งที่คุณพูด และเหตุผลสำคัญว่าทำไมคุณถึงต้องมั่นใจในสิ่งที่คุณเป็นก็เพราะว่า สุดท้ายแล้วคนที่อยู่กับคุณตลอดไปก็คือตัวคุณเอง และไม่มีอะไรจะสำคัญไปกว่าการเชื่อมั่นในตัวเอง การเชื่อมั่นในตัวเองจะทำให้คุณเชื่อมั่นในการตัดสินใจของตัวเอง ถ้าคุณไม่มีศรัทธาในตัวเอง คุณจะลังเลและหันไปพึ่งคนอื่นทุกครั้งที่คุณต้องตัดสินใจ ก้าวออกมาจากจุดนั้นให้ได้

แรงจูงใจให้ตัวเอง สร้างนิสัยการวางแผนที่ดีขึ้นมา คนที่ประสบความสำเร็จมากที่สุดในโลกไม่ใช่คนฉลาดที่สุดหรือดีที่สุดในตอนแรก แต่ไม่ว่าพวกเขาจะมีพรสวรรค์หรือของขวัญอะไรที่ฟ้าประทานให้ สิ่งที่พวกเขาทำคือตอกย้ำความภาคภูมิใจในตนเองด้วยชัยชนะครั้งแล้วครั้งเล่าทั้งเรื่องเล็กและเรื่องใหญ่ แรงจูงใจต่างหากที่ทำให้คุณ

วิธีที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ จากในโรงเรียนและมหาวิทยาลัย สร้างความมั่นใจและเรื่องทุกอย่างในชีวิตของคุณ ถ้าอยากประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน คุณต้องทำให้ตัวเองมีความสุข ไม่ใช่ทำเพราะอยากให้ครอบครัวพอใจ เช่นเดียวกับการเรียน ถ้าคุณอยากได้เกรดดีมา ๆ ก็ควรทำเพราะทำแล้วตัวเองมีความสุข ไม่ใช่ทำเพราะอยากให้ครอบครัวดีใจ การพึ่งตนเองของผู้เรียน เป็นการศึกษาที่ได้รับการเรียนรู้ โดยเน้นการเพิ่มศักยภาพของผู้เรียน เกิดสังคมแห่งการเรียนรู้ที่กว้างขวาง ส่งเสริมให้มีการพัฒนาการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ศึกษาตามความสามารถของตนเองและยังส่งผลให้ประเทศมีศักยภาพและขีดความสามารถในการแข่งขันและการพัฒนาโดยรวมเพิ่มสูงขึ้น ปัจจัยเชิงสาเหตุของการพึ่งตนเองของผู้เรียน ประกอบไปด้วย 2 ด้าน ได้แก่ ด้านแรก คือ ปัจจัยด้านสถานการณ์กับการพึ่งตนเองของผู้เรียน และด้านที่ 2 คือ ปัจจัยด้านจิตลักษณะกับการพึ่งตนเองของผู้เรียน

1) ปัจจัยด้านสถานการณ์กับการพึ่งตนเองของนักเรียน ปัจจัยด้านสถานการณ์ของนักเรียนเกี่ยวข้องกับการพึ่งตนเอง ประกอบไปด้วย การสนับสนุนจากครอบครัวและโรงเรียน การสนับสนุนจากครอบครัวและโรงเรียนเป็นส่วนสำคัญอย่างยิ่งต่อการพึ่งตนเองของนักเรียนเป็นการช่วยเหลือให้นักเรียนสามารถประสบความสำเร็จด้านการศึกษารวมถึงด้านอื่น ๆ อาทิ ด้านสังคม เศรษฐกิจ ในชีวิตโดยการสนับสนุนจากครอบครัวและโรงเรียนเป็นส่วนหนึ่งของการสนับสนุนทางสังคม การมีตัวแบบที่ดีจากผู้ใกล้ชิด การมีตัวแบบที่ดีจะทำให้บุคคลนั้นมี พฤติกรรมที่น่าปรารถนาในด้านที่ดีเพราะได้รับอิทธิพลจากการเห็นแบบอย่างที่ดีทำให้เกิดการเรียนรู้แบบและเรียนรู้จากบุคคลเหล่านั้น จนสะท้อนออกมาในด้านพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น การมีแบบอย่างจากเพื่อน และการคบเพื่อนอย่างเหมาะสม เป็นต้น ทำให้เกิด พฤติกรรมที่น่าปรารถนาที่ดีได้ การรับอิทธิพลจากสื่อ online การรับอิทธิพลจากสื่อสังคมออนไลน์ที่เกี่ยวข้องกับการเรียน การคบเพื่อน การดำรงชีวิต และเศรษฐกิจ บรรยากาศวัฒนธรรมของสถานศึกษา วัฒนธรรมสถานศึกษามีส่วนสำคัญในการขัดเกลาทางสังคม หล่อหลอมความเชื่อ และค่านิยม ให้เกิดในผู้ที่มีความเกี่ยวข้องกับโรงเรียน รวมถึงการบริหารจัดการที่เอื้อต่อการพึ่งตนเอง เป็นการพยายามที่จะดำเนินงานทุกอย่างที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา โดยมีผลผลิตคือผู้เรียนที่มีคุณภาพ ในมิติต่าง ๆ

2) ปัจจัยด้านจิตลักษณะกับการพึ่งตนเองของผู้เรียน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในด้านการเรียน จำเป็นต้องอาศัยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่อยากจะทำประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี แรงจูงใจดังกล่าวที่เกี่ยวข้องกับการเรียนนั้นคือ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ทักษะคิดต่อการพึ่งตนเอง การทำให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ คุณ - โทษของการพึ่งตนเอง มีความชอบ เห็นคุณค่า และมีความตั้งใจหรือพร้อมที่จะพึ่งตนเอง ซึ่งนักเรียนจะต้องมีองค์ประกอบเกี่ยวกับทักษะคิด 3 ประการ คือ 1) องค์ประกอบด้านความรู้ความเข้าใจ 2) ด้านความรู้สึกรับชอบหรือไม่ชอบ และ 3) ด้านการกระทำเกี่ยวกับความตั้งใจก่อพฤติกรรม ซึ่งทั้ง 3 เป็นแนวโน้มที่จะมีการปฏิบัติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่คนเรามีทักษะคิดเกี่ยวข้องในสิ่งนั้น และจะส่งผลถึงความสามารถในการดำรงตนได้อย่างมีอิสระ และสามารถบรรลุเป้าหมายต่าง ๆ ในชีวิต ทั้งใน ด้านการเรียนและการคบเพื่อน และด้านการดำรงชีวิตและเศรษฐกิจ ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง คือ ข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้นและสามารถรับรู้ได้ สามารถแบ่งเป็นระดับ อาทิ ระดับที่ระลึกได้ ระดับที่รวบรวมสาระสำคัญได้ระดับการนำไปใช้ ระดับของการวิเคราะห์ ระดับของการสังเคราะห์ ระดับของการประเมินผล การเกิดข้อความรู้จะต้องสามารถขยายความเพื่อนำไปสู่การทำทำความเข้าใจของบุคคล เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างแท้จริงต่อเรื่องต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้เหมาะสม

1. ผู้เรียนที่มีสื่อกาการเรียนรู้แบบอิสระและแบบหลีกเลี่ยง มีลักษณะการเรียนรู้คล้ายคลึงกันคือชอบศึกษาค้นคว้าและทำงานด้วยตนเอง ไม่ค่อยสนใจเนื้อหาวิชา ไม่ชอบร่วมกิจกรรมในห้องเรียนแต่ชอบกิจกรรมการเรียนรู้นอกห้องเรียน ผู้สอนควรออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนให้ผู้เรียนได้ศึกษาหาความรู้ด้วยตนเองนอกห้องเรียน เช่น ค้นคว้าจากเว็บไซต์ หรือห้องสมุด และแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ โดยยึดตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ให้ครอบคลุม

เนื้อหาในบทเรียน มีความง่ายเหมาะสมกับความสามารถของผู้เรียน และมีการวางเงื่อนไข กติกาในการปฏิบัติงานให้ชัดเจนเพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้และจัดทำชิ้นงานส่งตามกำหนด

2. ผู้เรียนที่มีลีลาการเรียนรู้แบบพึ่งพา แบบแข่งขัน แบบมีส่วนร่วม และแบบร่วมมือ มีลักษณะการเรียนรู้คล้ายคลึงกัน ชอบกิจกรรมการเรียนการสอนในห้องเรียนมากกว่ากิจกรรมเสริมหลักสูตร และเรียนรู้ได้ดีถ้าได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันภายในกลุ่ม หรือระหว่างผู้นำเสนอกับกลุ่มเพื่อนมีความรู้สึกว่าคุณสอนและเพื่อน ๆ คือ แหล่งความรู้ที่คอยสนับสนุนช่วยเหลือตัวเอง นอกจากนี้ยังมีความเห็นว่าห้องเรียนเป็นสถานที่พบปะทางสังคม ถ้าผู้เรียนมีลีลาการเรียนรู้แบบพึ่งพา ผู้สอนต้องกำหนดเนื้อหาให้ผู้เรียนได้เรียนในรูปแบบตำราหรือเอกสารประกอบคำบรรยาย ถ้าผู้เรียนมีลีลาการเรียนรู้แบบแข่งขัน ผู้สอนต้องจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้มีการแข่งขันให้รางวัลแก่ผู้ชนะ เช่น แข่งขันตอบปัญหา ถ้าผู้เรียนมีลีลาการเรียนรู้แบบร่วมมือและแบบมีส่วนร่วม ผู้สอนจะต้องจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกัน เช่น แบบสัมมนา แบบแบ่งกลุ่มอภิปรายปัญหา เป็นต้น

การจัดการเรียนการสอนเพื่อเสริมการเรียนรู้

การเรียนรู้แบบอิสระในการพึ่งพาตนเอง คือ ความสามารถในการกำหนดการเรียนรู้ของตนเองให้มีความรับผิดชอบต่อการเลือกแหล่งเรียนรู้ ข้อมูล เป้าหมาย สาร และกระบวนการเรียนรู้ ผู้เรียนสามารถแยกออกจากการอยู่ภายใต้การกำกับดูแลของผู้สอน แต่มีใบการเรียนรู้ที่ไม่ต้องพึ่งพาผู้สอนเลย ผู้สอนยังสามารถให้ความช่วยเหลือ แนะนำ ชี้แนะให้กับผู้เรียนโดยที่ผู้เรียนต้องมีความสนุกสนาน มีความพึงพอใจต่อความเป็นอิสระนั้น สามารถทำการวิพากษ์ สะท้อนกลับ เพื่อตัดสินใจที่จะเลือกแนวทางการพึ่งพาตนเอง ทั้งนี้ผู้เรียนต้องสามารถสร้างความสัมพันธ์ ระหว่างกระบวนการเรียนรู้และสาระที่เลือกได้ และต้องสามารถเชื่อมโยงผลที่เกิดจากการเรียนรู้ไปยังบริบทตามลักษณะของผู้เรียน ผู้เรียนรู้ว่าตนเองต้องการเรียนอะไร ผู้เรียนรู้ว่าตนเองเรียนรู้จากวิธีไหนได้ดีที่สุด เช่น การฟัง การพูด การอ่าน การเขียน และการเคลื่อนไหว ผู้เรียนได้เลือกวิธีการเรียนรู้ กำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ วางแผนการเรียนรู้ มีความสุขในการเรียน รับรู้ระดับความสามารถ รับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเองให้เหมาะสมกับตนเอง เทคโนโลยีที่ทันสมัยเพื่อตอบโจทย์และการให้ความสำคัญกับการเรียนรู้มากขึ้นนั้นก็เป็เป้าหมายของการศึกษา โดยการข้อมูลด้านการศึกษาทั้งหมดมารวมเข้ากับเทคโนโลยี เพื่อออกแบบเป็นสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมที่สุดต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน นอกจากนี้การนำเทคโนโลยีเข้ามาใช้ร่วมกับระบบการศึกษา ยังช่วยให้สามารถแก้ปัญหาระบบการศึกษาซึ่งได้แก่ การสร้างแรงกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ ช่วยสร้างวินัยจากการเรียนรู้ด้วยตัวเอง ช่วยพัฒนาทักษะพื้นฐานให้ทันสมัย การคิดเชิงวิพากษ์ (Critical Thinking) เพื่อเป็นหนทางในการนำปการศึกษาที่เหมาะสมกับทั้งตัวผู้เรียน รวมถึงช่วยให้สถานศึกษาได้บรรลุเป้าหมายในการพัฒนาระบบการเรียนรู้ด้วย เทคโนโลยีที่ช่วยพัฒนาการศึกษา ตอบโจทย์และเหมาะสมต่อสภาพแวดล้อมของผู้เรียนแบบอิสระในการพึ่งพาตนเอง นั่นคือ

1. การเรียนรู้แบบไฮบริด (Hybrid Learning)

การเรียนรู้แบบผสมผสานหรือแบบไฮบริด เป็นระบบการเรียนรู้ที่เปิดกว้างให้ผู้เรียนได้เข้าถึงการเรียนรู้ในหลากหลายรูปแบบ ซึ่งเป็นเทคโนโลยีการศึกษาที่ผู้เรียนสามารถโต้ตอบหรือทำกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกับคนอื่น ๆ การเรียนรู้แบบไฮบริดไม่ได้จำกัดเฉพาะความรู้ที่จำเป็นในห้องเรียนเท่านั้น แต่รวมไปถึงความรู้ทั่วไปหรือในเฉพาะด้าน โดยผู้เรียนสามารถเข้าถึงแหล่งข้อมูลได้จากทุกที่ผ่านอินเทอร์เน็ต เช่น บทความ หนังสือ เข้าถึงระบบ คุวิดีโอ ทำแบบทดสอบ โดยสามารถแลกเปลี่ยนความรู้ ตั้งคำถาม เพื่อทำความเข้าใจในเนื้อหาที่เรียนร่วมกัน โดยเป้าหมายของการเรียนรู้แบบไฮบริด คือการปรับให้สภาพแวดล้อมในการเรียนนั้นมีความเหมาะสมต่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้อย่างอิสระ

2. การเรียนรู้เทคโนโลยีจากเกม (Gamification)

Gamification เป็นการดึงเอาเทคโนโลยีการศึกษา มาผสมเข้ากับการออกแบบเกม ที่จะช่วยดึงดูดความสนใจของผู้เรียนในระหว่างการเรียนรู้ในบทเรียนหรือการทบทวนหนึ่ง รวมไปถึงสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่สนุกสนาน และมีความสุขในการเรียนการสอนมากยิ่งขึ้น

3. การเรียนรู้แบบไมโคร (Microlearning)

การเรียนรู้แบบออนไลน์แล้ว สิ่งหนึ่งที่คนส่วนใหญ่กำลังเรียนรู้อยู่เป็นกิจวัตร โดยแทบจะไม่มีใครตัวเลย นั่นคือการเรียนรู้ผ่านการใช้งานสมาร์ตโฟนนั่นเอง แหล่งเรียนรู้ขนาดเล็กหรือ Microlearning ที่ผู้ใช้งานทุกคนสามารถเลือกเรียนรู้ได้ ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นรูปแบบคอนเทนต์ให้ความรู้ที่สั้นกระชับ ย่อยง่าย และตัวผู้เรียนเองก็สามารถเลือกเรียนรู้ในเรื่องที่เฉพาะเจาะจงได้ตามความต้องการ ตัวอย่างเช่น การฟัง Podcast การดู You tube video ทำแบบทดสอบ การเรียนรู้แบบไมโครแม้ว่าจะไม่ใช่การเรียนรู้ที่เต็มรูปแบบ แต่เป็นการเรียนรู้แบบเกร็ดความรู้ ซึ่งทุกคนสามารถสะสมได้จากการใช้งานสมาร์ตโฟน โดยใช้เวลานั้น ๆ เพียง 10 - 20 นาที ก็ได้รับเกร็ดความรู้ที่น่าสนใจไปใช้ในชีวิตประจำวัน หรือนำไปพัฒนาทักษะในการทำงานได้ (ฉลาด สมพงษ์, 2562)

ข้อดีและข้อเสียของการเรียนรู้

ข้อดี

1. พัฒนาทักษะการคิดเชิงวิพากษ์และการแก้ปัญหา
2. กระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจในตนเองและการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้
3. สนับสนุนการเรียนรู้เฉพาะบุคคลเพื่อตอบสนองความต้องการของนักเรียนที่หลากหลาย
4. ส่งเสริมทักษะการทำงานร่วมกันและการสื่อสาร
5. การเตรียมความพร้อมให้ผู้เรียน

ข้อเสีย

1. ผู้สอนต้องวางแผนและใช้ทรัพยากรที่มากขึ้น
2. พื้นที่การเรียนการสอนมีเสียงดังและวุ่นวายมากขึ้น
3. ผู้เรียนบางคนอาจประสบปัญหากับการเรียนรู้ด้วยตนเอง
4. การให้ความรู้ที่ไม่ทั่วถึงในกลุ่มผู้เรียนในชั้นเรียนเดียวกัน
5. อาจต้องปรับเปลี่ยนวิธีการประเมิน

นอกจากนี้การที่ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ว่าผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นกับตนนั้นมีสาเหตุส่วนใหญ่มาจาก การจัดการตนเอง ตนทำดีก็จะได้ผลดีตนทำมากก็จะได้มาก ถ้าทำน้อยก็จะได้ผลตามต้องการน้อยด้วยทำให้เกิดความเชื่อว่าตนสามารถทำนายได้ควบคุมได้ เชื่อว่าตนสามารถจัดการที่สาเหตุเพื่อให้เกิดผลที่ต้องการได้จริง การเชื่ออำนาจในตนเองของผู้เรียนในการวิจัยนี้เน้นเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง ทั้งด้านการเรียนและการคบ เพื่อน และด้านการดำรงชีวิตและเศรษฐกิจ

เรียนรู้ด้วยแบบพึ่งพาตนเองอย่างไร ให้เกิดผลลัพธ์

เมื่อรู้จักตนเองดีพอแล้วว่าสนใจศึกษาเรื่องอะไร กระบวนการเรียนรู้ด้วยตัวเองจะเกิดขึ้นได้โดยไม่สะดุด หากมีทักษะการเรียนรู้ (learning skills) ต่อไปนี้

แนวคิดของ Rogers เป็นผู้เสนอทฤษฎีการให้คำปรึกษาแบบ “client - centered” (ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์, 2552) ซึ่งเน้นความสำคัญของผู้มีปัญหา มากกว่าตัวผู้ให้คำปรึกษา ซึ่งมีแนวคิดที่ว่า ผู้มารับคำปรึกษาจะเป็นผู้ควบคุมพฤติกรรมของตนเองโดยเขาใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาที่สร้างบรรยากาศที่อบอุ่น การให้การยอมรับ และ

การมีทัศนคติที่ดีต่อผู้มารับคำปรึกษา ซึ่งต่อมาได้นำมาประยุกต์ใช้กับการเรียนการสอน ซึ่งเขาเสนอว่าการจัดการเรียนการสอนควรมีลักษณะของ “ผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง” ซึ่งผู้สอนจะต้องเป็นผู้ที่มีความเชื่อ มีศรัทธาในความเป็นคนของผู้เรียน การที่เชื่อและไว้วางใจในความสามารถของบุคคลจะช่วยให้บุคคลนั้นพัฒนาศักยภาพของตนเอง ดังนั้นจึงควรเปิดโอกาสให้เด็กได้เลือกวิธีการที่จะเรียนเองนอกจากนี้ผู้สอนต้องมีลักษณะจริงใจ เป็นคนตรง ไม่แสสร้งในการสร้างสัมพันธภาพ ผู้สอนต้องพยายามสื่อให้เด็กได้รับทราบถึงความรู้สึกรักที่ผู้สอนมีต่อตัวเด็กให้ได้ นอกจากนี้ผู้สอนจะต้องให้เกียรติผู้เรียนทั้งในแง่ของความรู้สึกและความคิดเห็น

การประยุกต์ใช้แนวคิดในการจัดการเรียนรู้ สามารถประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนรู้ได้ เช่น จัดให้ผู้เรียนเรียนตามหัวข้อที่ผู้เรียนสนใจ โดยผู้สอนเป็นผู้อำนวยความสะดวกในการจัดสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ตามที่ผู้เรียนสนใจ ตัวอย่างเช่น

กรอบแนวคิดของทฤษฎีคอนสตรัคติวิสต์

1. ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้ด้วยตนเอง และผู้เรียนแต่ละคนสร้างความรู้ด้วยวิธีการที่แตกต่างกันรวมทั้งอาจแตกต่างกับแนวทางของผู้สอน

2. ความรู้และประสบการณ์เดิมของผู้เรียนเป็นพื้นฐานที่สำคัญของการสร้างความรู้ใหม่

3. การมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม การมีประสบการณ์ตรง และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันของผู้เรียนมีส่วนช่วยในการสร้างความรู้ใหม่

4. ครูมีบทบาทในการจัดบริบทการเรียนรู้ตั้งคำถามที่ท้าทายความสามารถ กระตุ้นสนับสนุนให้ผู้เรียนเกิดการสร้างความรู้ และให้ความช่วยเหลือผู้เรียนในทุก ๆ ด้าน (เวชฤทธิ์ อังกะระภัทรขจร, 2555) กระบวนการเรียนรู้ด้วยตัวเองจะเกิดขึ้นได้โดยไม่สะดวกผู้เรียนนั้นจะต้องเกิดทักษะนั้น คือ

ทักษะชีวิต (life skills) ยกตัวเช่น การจัดการเวลา ผู้เรียนควรเรียนรู้วิธีแบ่งเวลาส่วนตัว เวลาในการเข้าสังคม และเวลาทำงานร่วมกับผู้อื่น ให้เหมาะสมกับกิจวัตรประจำวันของตัวเอง

ความเป็นอิสระ (independence) การสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง มีความเชื่อมั่นในศักยภาพและความสามารถที่มีอยู่ การกล้าตัดสินใจและพึ่งพาตัวเองได้ รวมถึงการทำการกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ตนเองได้ใช้

ความคิดสร้างสรรค์ ทักษะพื้นฐาน (basic skills) พัฒนาความสามารถทั่วไปที่เป็นประโยชน์ในการเรียนรู้และการทำงานในด้านต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับสิ่งที่ตนเองสนใจ เช่น การอ่าน การคิดเลข การใช้คอมพิวเตอร์ การทำงานกราฟิก หรือการทำเอกสาร เป็นทักษะที่จำเป็นต้องใช้เพื่อเรียนรู้ในสิ่งที่ตนเองสนใจ

ทักษะการเรียนรู้ (study skills) การเตรียมวัสดุหรืออุปกรณ์เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ การบันทึกและสรุปใจความสำคัญในสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ เพื่อสร้างความเข้าใจและเข้าถึงองค์ความรู้เหล่านั้น

การเรียนรู้เพื่อจะเรียนรู้ (learning to learn) ต้องมีใจเปิดรับการเรียนรู้ ไม่มีอคติต่อการเปิดรับข้อมูลจากแหล่งข้อมูลใหม่ ๆ และหมั่นค้นคว้าจากแหล่งข้อมูลใหม่ ๆ อยู่เสมอ

ทักษะการวางแผน (planning skills) ความสามารถในการออกแบบและวางแผนการเรียนรู้เพื่อตอบสนองความต้องการของตัวเองอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

ทักษะการวิเคราะห์ (analytical skills) ความสามารถในการเลือกและใช้ข้อมูลอย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ รวมทั้งสามารถวิเคราะห์และจัดลำดับความสำคัญและความน่าเชื่อถือของข้อมูลได้ ทักษะการสื่อสาร (communication skills) ความสามารถในการเขียนและเรียบเรียงข้อมูลรูปแบบต่าง ๆ ที่สอดคล้องและเป็นประโยชน์กับการเรียนรู้ของตัวเอง

ทักษะการประเมิน (evaluation skills) ความสามารถในการประเมินตนเองอย่างซื่อสัตย์ ยอมรับข้อบกพร่องของตัวเอง และยอมรับคำแนะนำ จากผู้อื่นได้

ความมุ่งมั่นเพื่อความสำเร็จ (completion skills) ความมุ่งมั่นพยายาม ความอดทน รวมทั้งความมีวินัย ทั้งในแง่ของการเรียนรู้ และการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการเรียนรู้อย่างเต็มความสามารถ ความสำเร็จไม่ได้วัดจากคะแนนหรือคำชื่นชม แต่เกิดจากบทเรียน ประสบการณ์ที่ได้รับมา (วันวิสาข์ เคน, 2559)

สรุป

โลกแห่งการเรียนรู้ในปัจจุบันสอดคล้องกับการเรียนการสอนที่ทันสมัยที่ทั้งผู้เรียนและผู้สอนสามารถเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต ดังนั้น จึงหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งผู้เรียนและผู้สอนต้องมีความเข้าใจอย่างแท้จริงและลึกซึ้งเกี่ยวกับการเรียนรู้แบบพึ่งพาตนเองรวมถึงการนำเทคโนโลยีเข้ามาพัฒนาการเรียนรู้อีกด้วย เพราะนั่นเป็นวิธีการที่ทำให้ได้มาซึ่งความรู้ที่ยั่งยืน ทั้งนี้เพราะการเรียนรู้ด้วยตนเองไม่ได้เป็นสิ่งที่ติดตัวมากับมนุษย์ทุกคนตั้งแต่เกิดซึ่งปัจจัยเชิงสาเหตุของการพึ่งตนเองของผู้เรียน ประกอบไปด้วย 2 ด้าน ได้แก่ ด้านที่ 1 คือ ปัจจัยด้านสถานการณ์กับการพึ่งตนเองของผู้เรียน ประกอบไปด้วย 1) การสนับสนุนจากครอบครัวและโรงเรียน 2) การมีตัวแบบที่ดีจากผู้ใกล้ชิด 3) การรับอิทธิพลจากสื่อ online 4) บรรยากาศ วัฒนธรรมของสถานศึกษา และ 5) การบริหารจัดการของสถานศึกษาที่เอื้อต่อการพึ่งตนเอง และด้านที่ 2 คือ ปัจจัยด้านจิตลักษณะกับการพึ่งตนเองของผู้เรียน ประกอบไปด้วย 1) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ 2) การมุ่งอนาคตและควบคุมตนเอง 3) การเชื่ออำนาจในตนเองต่อการพึ่งตนเองกับการพึ่งตนเองของผู้เรียน 4) ทักษะคิดต่อการพึ่งตนเอง และ 5) ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง บทความนี้ชี้ให้เห็นถึงวิธีการและข้อเสนอแนะของการเรียนรู้แบบพึ่งพาตนเองในบริบทที่เกี่ยวกับการเรียนการสอนไทย โดยเนื้อแท้แล้ววิธีการเรียนรู้แบบพึ่งพาตนเอง ไม่ได้หมายความว่า ผู้สอนไม่ทำอะไรเลยปล่อยให้ผู้เรียนค้นคว้าสร้างองค์ความรู้เองทั้งหมด ผู้สอนเองต่างหากที่ต้องทำหน้าที่เป็นแบบอย่าง (Role Model) รวมทั้งจุดประกาย อธิบาย อีกทั้งคอยให้การสนับสนุนหรือขับเคลื่อน (Facilitator) ให้แก่ผู้เรียน เพื่อบรรลุถึงการเข้าถึงเนื้อแท้ของการเรียนรู้แบบพึ่งพาตนเองนั้น ด้วยเหตุนี้ จึงเป็นหน้าที่ของผู้สอนที่ต้องเป็นฝ่ายเปิดประตูแห่งความคิดและโอกาสที่สำคัญทางการเรียนรู้เพื่อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วม คิดในการตัดสินใจ ผู้สอนที่มีบทบาทสำคัญยิ่งในการผลักดันให้เกิดการเรียนรู้แบบพึ่งพาตนเอง แต่ตัวผู้เรียนเองนั้นก็ต้องมุ่งมั่นพัฒนา ใฝ่ที่จะศึกษาหาความรู้ และมีวินัยรวมทั้งรับผิดชอบในการเรียนรู้ด้วย จึงจะเกิดผลลัพธ์แห่งการเรียนรู้ที่มีความสุข ในแง่มุมมองของข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเรียนรู้แบบอิสระในการพึ่งพาตนเองของผู้เรียน ผู้สอนควรได้รับทักษะในการส่งเสริมความเป็นอิสระและให้ความสำคัญกับผู้เรียนเป็นอันดับแรกโดยไม่ทำหน้าที่เป็นผู้สอน แต่ทำหน้าที่เป็นวิทยากร แทนการเป็นผู้สอนไม่สามารถส่งเสริมการพัฒนาความเป็นอิสระได้เพราะดูเหมือนว่าผู้เรียนจะเป็นเช่นนั้นสนับสนุนให้อาศัยผู้สอนได้เป็นแหล่งความรู้หลักซึ่งอาจขัดขวางความสามารถของตนได้เพื่อเรียนรู้ด้วยตนเองและตัดสินใจเกี่ยวกับสิ่งที่พวกเขาเรียนรู้ สิ่งสำคัญอันดับแรกคือผู้เรียนควรได้รับการฝึกอบรมอย่างดีในการใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ และให้โอกาสในการค้นพบตนเองรูปแบบการเรียนรู้ การทำเช่นนี้ ผู้เรียนควรมีภาพที่ชัดเจนยิ่งขึ้นเกี่ยวกับการศึกษาระยะยาวของตนเอง มีความตระหนักรู้ที่ดีเกี่ยวกับกลยุทธ์การสอนที่สนับสนุนการพัฒนาความเป็นอิสระ โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิธีการวางแผน สร้างแบบจำลอง และสอนนักเรียน เป็นสิ่งจำเป็นมากสำหรับผู้สอนในการทำให้ผู้เรียนเป็นอิสระ ผู้เรียนไม่สามารถบรรลุเป้าหมายได้หากไม่ได้รับความช่วยเหลือจากผู้สอน ดังนั้นควรช่วยผู้เรียนเป็นคนกำหนดเป้าหมายแห่งการเรียนรู้และเลือกกิจกรรมการเรียนรู้ของตนเอง

เอกสารอ้างอิง

ฉลาด สมพงษ์. (2562). การเรียนรู้ยุคใหม่. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.

ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์. (2552). นวัตกรรมจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ. กรุงเทพมหานคร: แดเน็กซ์ อินเทอร์เน็ตโปรดักชั่น.

- ทิตนา แคมมณี. (2551). ศาสตร์การสอนองค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มหาชาติ อินทโชติ. (2557). การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนแบบยูเลอร์นึ่งด้วยกระบวนการเรียนรู้แบบโครงการ เพื่อเสริมสร้างทักษะการสร้างสรรค์ของผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา. วารสารวิจัยและพัฒนา วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 10(1), 15-26.
- มัทธา ธรรมบุศย์. (2544). แนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบ / ลีลา การเรียนรู้ (leanings). เรียกใช้เมื่อ 26 มกราคม 2567 จาก https://sites.google.com/a/phusang.ac.th/krukanokwanscience_pwk/how-to-lear/rup-baeb-kar-reiyn-ru
- วันวิสาข์ เคน. (2559). การเรียนรู้แห่งศตวรรษที่ 21. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ Open worlds.
- วิจารณ์ พานิช. (2555). วิธีสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ในศตวรรษที่ 21. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.
- เวชฤทธิ์ อังกนะภัทรขจร. (2555). การประยุกต์ใช้ Teach Less, Learn More (TLLM) สู่การจัดการเรียนรู้ในชั้นเรียน. วารสารศึกษาศาสตร์, 23(1), 1-11.
- ศักดิ์เครศ ประกอบผล. (2564). นวัตกรรมและเทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อการสื่อสารการศึกษาและการเรียนรู้. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ หจก.วรานนท์ เอ็นเตอร์ไพรส์.
- Fleming, N. D. & Mills, C. (1999). VARK a guide to learning styles. Retrieved January 29, 2024, from <https://vark-learn.com/introduction-to-vark/the-vark-modalities/>
- Moured, D. (2009). Project- Based Learning: Using Information Technology. New Delhi: VinodVasishtha for Viva Books l Private limited.