

การเรียนรู้ด้วยตนเอง Self -Directed Learning : SDL

อรณิชชา ทศตา¹ สิรินาถ จงกลกลาง² นาทยา ปิลันธนานนท์³
Onnitcha Thossata¹ Sirinat Jongkonlang² Nataya Pилanthanonnd³

บทคัดย่อ

ในยุคปัจจุบัน การเรียนรู้ไม่ได้จำกัดอยู่เพียงในห้องเรียนอีกต่อไป การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning: SDL) ได้รับความสนใจมากขึ้น เนื่องจากเป็นทักษะที่ช่วยพัฒนาตนเองให้มีความรู้และความสามารถที่ทันสมัยภายใต้การเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และวัฒนธรรม การแสวงหาความรู้ด้วยตนเองจึงกลายเป็นสิ่งสำคัญในการปรับตัวให้เหมาะสมกับโลกาภิวัตน์

นักศึกษามีแนวคิดพื้นฐานที่เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีศักยภาพในการพัฒนาได้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง การเรียนรู้จึงไม่จำเป็นต้องเชื่อมโยงกับโรงเรียนเพียงอย่างเดียว แต่บุคคลสามารถเรียนรู้ได้จากประสบการณ์ สภาพแวดล้อมต่างๆ และความหลากหลายที่ตอบสนองตามความต้องการเฉพาะของแต่ละบุคคล

การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning: SDL) จึงเป็นกระบวนการที่บุคคลสามารถกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ วางแผนและควบคุมกระบวนการเรียนรู้ และประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองได้โดยไม่ต้องพึ่งพาครูหรือผู้สอน แนวคิดนี้เน้นถึงความสามารถของบุคคลในการจัดการและควบคุมการเรียนรู้ของตนเอง ซึ่งสามารถเสริมสร้างความรู้และทักษะใหม่ ๆ ได้

คำสำคัญ : การเรียนรู้ด้วยตนเอง, การเรียนรู้แบบควบคุมตนเอง,
การเรียนรู้ด้วยตนเองเพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิต

Abstract

In the present era, learning is no longer confined to the classroom. Self-Directed Learning (SDL) has gained increasing attention as it is a skill that helps individuals develop modern knowledge and capabilities in the face of social, economic, political,

¹ นักศึกษาระดับปริญญาเอก. สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา,
E-mail:Onnitcha@nmc.ac.th, Ph.D. Student of Curriculum and Instruction, Faculty of Education, Nakhon
Ratchasima Rajabhat University.

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
Associate Processional, Curriculum and Instruction , Faculty of Education, Nakhon Ratchasima Rajabhat
University.

³ รองศาสตราจารย์ ดร. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
Assoc. Prof. Dr., Faculty of Education, Kasetsart University.

and cultural changes. Pursuing self-directed knowledge has thus become crucial for adapting to globalization.

Educators hold the fundamental belief that every individual has the potential for continuous self-development. Learning, therefore, does not need to be linked solely to formal schooling. Individuals can learn from experiences, diverse environments, and various sources that cater to their specific needs.

Self-Directed Learning (SDL) is a process whereby individuals can set their learning objectives, plan and control their learning processes, and evaluate their own learning outcomes without relying on teachers or instructors. This concept emphasizes an individual's ability to manage and direct their own learning, which can enhance the acquisition of new knowledge and skills.

Keyword : Self-Directed Learning, Self-Regulation Learning, Self-Direction for Lifelong Learning.

บทนำ

การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning : SDL) เป็นแนวคิดที่สำคัญมากในยุคปัจจุบัน โดยเฉพาะยุคของข้อมูลและเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สภาพแวดล้อมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา การเรียนรู้ด้วยตนเองไม่เพียงแต่เพิ่มพูนความรู้และทักษะใหม่ ๆ แต่ยังช่วยให้บุคคลมีความพร้อมในการเผชิญกับความท้าทายต่าง ๆ ในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคม (Senyuva and Kaya, 2014) ซึ่งสามารถส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตในหลายด้าน

ทั้งนี้ การเรียนรู้ด้วยตนเองจึงเป็นกระบวนการที่บุคคลมีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง โดยสามารถกำหนดเป้าหมาย วางแผนการเรียนรู้ และประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง โดยการเรียนรู้ด้วยตนเองยังรวมถึงการค้นหาทรัพยากรและข้อมูลที่จำเป็นในการเรียนรู้ ส่งเสริมให้บุคคลมีความคิดสร้างสรรค์ สามารถปรับตัวต่อสถานการณ์ต่าง ๆ และเพิ่มความสามารถในการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ (O'Shea, 2003; Knowles, 1975)

กระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning: SDL) เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นจากการเริ่มต้นของผู้เรียนเองเป็นสำคัญ (Learner's Initiative) จากความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยกระบวนการเรียนรู้เน้นการมีส่วนร่วมอย่างเต็มที่ของผู้เรียนในการจัดการ และควบคุมการเรียนรู้ของตนเองเพื่อพัฒนาทักษะและความรู้ตามความสนใจและความต้องการส่วนตัว เพื่อให้เกิดการปรับปรุงและพัฒนาการเรียนรู้ในอนาคต (Brockett and Hiemstra, 2023 ; Guglielmino, 1977; Zimmerman, 2013)

ลักษณะของการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning: SDL)

การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning : SDL) หมายถึง กระบวนการที่ผู้เรียนคิดริเริ่มและควบคุมการเรียนรู้ของตนเอง โดยไม่ต้องพึ่งพาการควบคุมจากผู้สอนหรือสถาบันการศึกษา (Knowles, 1975 ; Khalid, Bashir, & Amin, 2020; Jossberger, Gruwel, Boshuizen and Wiel,

2008) ทั้งนี้ผู้เรียนต้องมีความรับผิดชอบในการจัดการเวลาและการเรียนรู้ของตนเอง ตั้งแต่การระบุความต้องการในการเรียนรู้ ตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ เลือกแหล่งข้อมูลและเครื่องมือที่เหมาะสม โดยใช้กลยุทธ์การเรียนรู้ที่เหมาะสมที่สุด และประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองอย่างต่อเนื่อง (O'Shea, 2003; Quoting Knowles, 1975; Ayyildiz and Tarhan, 2015; Du Toit-Brits, 2019) โดยการเรียนรู้ด้วยตนเอง (SDL) มีความเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้แบบควบคุมตนเอง (Self-Regulation Learning) ที่เป็นกระบวนการที่ผู้เรียนมีความเป็นอิสระและรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง (Pintrich, 2000; O'Shea, 2003) โดยตั้งเป้าหมายและพยายามควบคุมตนเอง ควบคุมแรงจูงใจจากภายในและภายนอกในการผสานการเรียนรู้กับการควบคุมพฤติกรรมของตน และความสำเร็จในระหว่างกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งมักจะได้รับการชี้ นำจากบริบทและเป้าหมายการเรียนรู้ (Zimmerman, 2013; Nufus et al, 2024 ; Sitzmann and Ely, 2011; Saks and Leijen, 2014) นอกจากนี้ผู้เรียนต้องมีระบบในการจัดการตนเอง (Self-Management) เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ ถึงแม้การจัดการตนเองจะเป็นเรื่องยาก หากไม่สอดคล้องกับการวางแผนการจัดการเวลา การแก้ปัญหา การนำไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง และการประเมินตนเอง แต่ขั้นตอนในการจัดการตนเองจะเป็นการเพิ่มแรงจูงใจในตนเอง การวางแผนกิจกรรมที่ละเอียดในการทำกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง และการประเมินสิ่งกีดขวางที่เกิดขึ้นระหว่างกิจกรรม (Rahman, 2017; Doyle, 2008)

ดังนั้นการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning) จึงเน้นการกำหนดวัตถุประสงค์และดำเนินการเรียนรู้ด้วยตนเอง ส่วนการกำกับตนเอง (Self-Regulation) เน้นการควบคุมความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมเพื่อบรรลุเป้าหมายการเรียนรู้ และการจัดการตนเองในการเรียนรู้ (Self-Management Learning) เน้นการวางแผน การจัดการ และควบคุมกิจกรรมการเรียนรู้ ซึ่งทั้งสามแนวคิดนี้มีความสัมพันธ์กันและสามารถสนับสนุนกันในการพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จในระยะยาว

ความจำเป็นที่บุคคลต้องมีการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning: SDL)

ในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วและเต็มไปด้วยข่าวสารและข้อมูลต่างๆ การรับรู้และเข้าถึงข้อมูลที่แม่นยำมีความสำคัญอย่างยิ่ง เนื่องจากส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตและการตัดสินใจ ผู้ที่สามารถเข้าถึงและมีความแม่นยำในด้านข่าวสารและข้อมูลมากกว่า จะมีความสามารถในการตัดสินใจได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง การรับรู้ข่าวสารและข้อมูลเหล่านี้เกี่ยวข้องโดยตรงกับการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งมีพื้นฐานมาจากการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning) ของบุคคลที่จะช่วยพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้ที่จะส่งผลในการพัฒนาตนเองในด้านต่างๆ ให้ทันต่อเหตุการณ์ ฝึกฝนให้เป็นบุคคลที่มีนิสัยรักการเรียนรู้ รู้จักแสวงหาความรู้ได้ด้วยตนเอง ดังนั้น การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning) จึงมีความสำคัญและมีประโยชน์หลายประการทั้งในระบบการศึกษา เศรษฐกิจ สังคม อุตสาหกรรม และตลาดแรงงาน บุคคลในสังคมสมัยใหม่จึงจำเป็นต้องมีการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง และพร้อมที่จะรับมือกับการเปลี่ยนแปลงในทุกช่วงของชีวิต ซึ่งต้องอาศัยประสบการณ์และการเรียนรู้ด้วยตนเอง เพื่อที่จะสามารถปรับตัวและพัฒนาตนเองในทุกด้าน ซึ่งถือว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการส่งเสริมการพัฒนาทักษะและคุณลักษณะที่ช่วยให้บุคคลสามารถเติบโตและประสบความสำเร็จในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืนในบริบทที่มีหลากหลาย (TİM PÄU, 2015; Song, Lee & Lee, 2022; Bhat and Dahal; 2023; Transcom, 2024;)

มีนักวิชาการจำนวนมาก กล่าวถึง ปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลต้องมีการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Song, Lee and Lee, 2022; Hwang and Oh, 2021; Fang et al, 2016; Senyuva and Kaya, 2014; Edly, 2024; Charokar and Dulloo, 2022; Brockett and Hiemstra, 2023) พอจะประมวลได้ดังนี้

1. การควบคุมกระบวนการเรียนรู้ : ช่วยให้บุคคลสามารถออกแบบเส้นทางการเรียนรู้ของตนเอง มีการควบคุมกระบวนการเรียนรู้และกำกับความก้าวหน้าของตนได้ตามความต้องการ

2. การเพิ่มพูนประสบการณ์และทักษะ : เปิดโอกาสให้บุคคลได้เพิ่มพูนประสบการณ์การเรียนรู้และทักษะในการลงมือทำมากกว่าสิ่งที่ถูกกำหนดไว้ บุคคลมีอิสระในการขับเคลื่อนเส้นทางการเรียนรู้เพิ่มเติมตามความสนใจ และสามารถพัฒนาทักษะด้านนั้นให้แข็งแกร่งยิ่งขึ้นและยังช่วยให้เกิดความยืดหยุ่นและพัฒนาวิสัยในตนเอง ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นการสร้างทักษะชีวิตในโลกแห่งความเป็นจริงได้

3. การเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสม : ช่วยส่งเสริมความสามารถในการเลือกวิธีการเรียนรู้ในเรื่องที่สนใจ สำคัญและเหมาะสมต่อตนเองได้ตลอดเวลา โดยการพัฒนาแนวทางเชิงกลยุทธ์ในการเรียนรู้และขยายขอบเขตการเรียนรู้ซึ่งเป็นการหล่อหลอมกรอบแนวคิดการเติบโต ทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพสอดคล้องกับความถนัดและความชอบของตนเอง ดังนั้นวิธีการเหล่านี้จึงเป็นกุญแจสำคัญที่จะเข้าถึงความรู้ต่างๆ ได้อย่างเป็นธรรมชาติและได้ประสิทธิภาพสูงสุด

4. การพัฒนาทักษะการแก้ปัญหาและคิดวิเคราะห์ : ช่วยส่งเสริมความสามารถในการแก้ปัญหา ความสามารถด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณและการตัดสินใจ ทั้งในส่วนที่ต้องใช้ทักษะในการค้นคว้า การวางแผน และการตัดสินใจ ซึ่งทักษะเหล่านี้เป็นทักษะที่สำคัญในชีวิตประจำวันและการทำงาน

5. การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงและการเรียนรู้ตลอดชีวิต: เป็นการสร้างนิสัยที่ดีในการเรียนรู้ที่ต่อเนื่องตลอดชีวิตจากแรงจูงใจภายในที่จะกำหนดเส้นทางการเติบโตส่วนบุคคล ช่วยให้บุคคลสามารถพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องและไม่หยุดนิ่ง เนื่องจากโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว การมีทักษะในการเรียนรู้ด้วยตนเองทำให้บุคคลสามารถปรับตัวและเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ตลอดเวลา

6. การเพิ่มความมั่นใจและความรับผิดชอบ : ช่วยเพิ่มความมั่นใจและความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ เมื่อบุคคลสามารถกำหนดเป้าหมายและประสบความสำเร็จในการเรียนรู้ด้วยตนเอง จะช่วยเพิ่มความมั่นใจและรู้สึกมีความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองมากขึ้น

ดังนั้น การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning) จึงถือได้ว่าเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถพัฒนาและปรับตัวในทุกด้านของชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน พร้อมทั้งยังส่งเสริมแนวคิดการเติบโตและการเรียนรู้ตลอดชีวิตที่จำเป็นต่อความสำเร็จ ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงและความซับซ้อนในโลกปัจจุบันและเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพในการจัดการกับความท้าทายในบริบทโลกแห่งความเป็นจริงได้อีกด้วย

ผลกระทบจากการขาดทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning: SDL)

เมื่อโลกมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ความรู้กำลังขยายตัวอย่างรวดเร็วในหลายสาขา เทคโนโลยีใหม่ๆ ที่มักจะก่อความ เช่น ปัญญาประดิษฐ์ CRISPR และเมตาเวิร์ส ยังคงกำหนดรูปลักษณะของสภาพแวดล้อมอย่างต่อเนื่อง นั่นคือการนำมาซึ่งความท้าทายและโอกาสใหม่ๆ

(Connie Malamed, 2016) ดังนั้น การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning) จึงเป็นความสามารถในการควบคุมกระบวนการเรียนรู้ของตนเองโดยการตั้งเป้าหมาย หาทรัพยากร และประเมินความก้าวหน้าอย่างอิสระ ซึ่งนักวิชาการจำนวนมากกล่าวถึงลักษณะบุคคลไม่มีทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผลที่ตามมาหลายอย่างอาจเกิดขึ้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อทั้งในชีวิตส่วนตัว สังคมและอาชีพ (Connie Malamed, 2016 ; Loeng, 2020; Ahammad, 2023) พอจะประมวลได้ดังนี้

1. การพึ่งพาผู้อื่นมากเกินไป โดยบุคคลที่ไม่มีการเรียนรู้ด้วยตนเองจำเป็นต้องพึ่งพาผู้อื่นในการเรียนรู้และการแก้ปัญหา ทำให้บุคคลขาดความมั่นใจและขาดความสามารถในการตัดสินใจเอง รวมถึงอาจต้องรอให้มีการสอนหรือการฝึกอบรมจากผู้อื่น ซึ่งอาจทำให้การพัฒนาทักษะต่าง ๆ ช้าลงและไม่ทันต่อความต้องการของตลาดแรงงาน ความสามารถในการปรับตัวเข้ากับสถานการณ์การเรียนรู้ใหม่ ๆ มีการจำกัด

2. การเรียนรู้ตลอดชีวิตไม่พัฒนา โดยบุคคลอาจประสบปัญหาในการเรียนรู้ทักษะหรือความรู้ใหม่ ๆ ด้วยตัวเอง ทำให้มีข้อจำกัดในการก้าวหน้า ขาดขบวนการเติบโตทั้งส่วนบุคคล และในสายอาชีพในโลกที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

3. ความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่ต่ำลง เมื่อเกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านเทคโนโลยี เศรษฐกิจ และสังคม คนที่ไม่มีการเรียนรู้ด้วยตนเอง อาจมีความยากลำบากในการปรับตัวและไม่สามารถรับมือกับความท้าทายใหม่ ๆ ได้

4. การคิดและการแก้ปัญหาไม่พัฒนา เนื่องจากการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นส่วนส่งเสริมการคิดเชิงวิพากษ์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การวิเคราะห์และการแก้ปัญหา หากขาดการเรียนรู้ด้วยตนเอง อาจนำไปสู่ความยากลำบากในการระบุและแก้ปัญหาอย่างอิสระ ซึ่งเป็นทักษะสำคัญในชีวิตและการทำงาน

5. ความรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองน้อยลง ซึ่งบุคคลที่ไม่มีการเรียนรู้ด้วยตนเอง อาจไม่เห็นความสำคัญของการพัฒนาตนเองและขาดความรับผิดชอบในการเรียนรู้และการพัฒนาทักษะต่างๆ ที่จำเป็นในการปรับตัวกับสิ่งใหม่ ๆ และโอกาสในการเติบโตในอาชีพอาจน้อยลง ทั้งนี้ การกระทำที่เริ่มต้นด้วยความรับผิดชอบเอง การทำงานได้ดีกว่าการกระทำที่ถูกสั่งการ บุคคลที่เรียนรู้ด้วยตนเองจะมีความมั่นใจในการตัดสินใจเกี่ยวกับการเรียนรู้และรู้สึกมีความสำเร็จมากกว่าบุคคลที่ถูกกำกับ

6. การหยุดชะงักในพัฒนาการส่วนบุคคล โดยการเรียนรู้ด้วยตนเองไม่ได้เกี่ยวกับการเติบโตในสายอาชีพเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการพัฒนาตนเองด้วย หากไม่มีการเรียนรู้ด้วยตนเอง บุคคลอาจพลาดโอกาสในการพัฒนางานอดิเรก ความสนใจ และทักษะใหม่ ๆ

7. แรงจูงใจที่ลดลง ซึ่งการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นการส่งเสริมแรงจูงใจภายใน ซึ่งบุคคลไล่ตามความรู้ ตามความสนใจและเป้าหมายส่วนบุคคล หากบุคคลขาดการเรียนรู้ด้วยตนเองอาจส่งผลให้แรงจูงใจและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ สำหรับการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อาจลดลง

8. การใช้ทรัพยากรที่จำกัด โดยการเรียนรู้ด้วยตนเองเกี่ยวข้องกับการระบุและใช้ทรัพยากรต่าง ๆ (หนังสือ คอร์สออนไลน์ ที่ปรึกษา ฯลฯ) หากไม่มีทักษะเหล่านี้ บุคคลอาจพลาดโอกาสและทรัพยากรการเรียนรู้ที่มีค่า

9. การบริหารเวลาอย่างไม่มีประสิทธิภาพ โดยการเรียนรู้ด้วยตนเอง มักต้องการการบริหารเวลาและทักษะการจัดระเบียบอย่างมีประสิทธิภาพ หากไม่มีทักษะเหล่านี้ บุคคลอาจประสบปัญหาในการจัดสมดุลระหว่างการเรียนรู้กับความรับผิดชอบอื่น ๆ

10. ช่องว่างความรู้ที่เพิ่มขึ้น ในสาขาที่ต้องการการศึกษาต่อเนื่อง เช่น เทคโนโลยีและการดูแลสุขภาพ การขาดการเรียนรู้ด้วยตนเอง อาจนำไปสู่ช่องว่างความรู้ที่สำคัญ ทำให้ยากที่จะอยู่ในระดับที่ทันสมัยและแข่งขันได้

การเรียนรู้ด้วยตนเองจึงเป็นทักษะที่สำคัญสำหรับการเรียนรู้ตลอดชีวิตและการพัฒนาบุคคลให้มีความสามารถในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงในสังคมและการทำงาน ดังนั้น เพื่อแก้ไขความท้าทายเหล่านี้ ระบบการศึกษา นายจ้าง และบุคคลเองสามารถมุ่งเน้นการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านกลยุทธ์ต่าง ๆ เช่น การส่งเสริมแนวความคิดการเติบโต การให้โอกาสในการทำโครงการอิสระ และการส่งเสริมการฝึกฝนการสะท้อนตนเอง

ลักษณะของบุคคลที่มีการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning: SDL)

การเรียนรู้ด้วยตนเองมีความสำคัญมากขึ้นในเศรษฐกิจโลกและสังคมนานาชาติ และมีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะทั่วไป การสะท้อนตนเองในแง่ของความสำเร็จของการเรียนรู้และนำไปสู่ความเข้าใจที่ดีขึ้นเกี่ยวกับจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเอง บุคคลที่เรียนรู้ด้วยตนเองมีส่วนร่วมในกระบวนการเรียนรู้และสามารถติดตามและปรับการเรียนรู้ของตนเองได้ ดังนั้น การเรียนรู้ด้วยตนเองจึงเป็นการผสมผสานระหว่างกระบวนการและคุณลักษณะส่วนบุคคล ซึ่งแต่ละบุคคลจะต้องรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเอง บุคคลจะมีความเชี่ยวชาญในทักษะส่วนบุคคลที่สำคัญ และมีการรับรู้ความสามารถในตนเองสูงเพื่อเผชิญกับความท้าทายใหม่ ๆ (Edwards, 2015; Khalid, Bashir, & Amin, 2020; Doyle, 2008) โดยกระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเอง บุคคลจะต้องรับผิดชอบต่อการเรียนรู้ตลอดกระบวนการ สามารถประเมินกิจกรรมการเรียนรู้ของตนเองได้ทุกขั้นตอน เนื่องจากเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เป็นอิสระ บุคคลจึงสามารถวินิจฉัยความต้องการของตน กำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ และระบุทรัพยากรที่เกี่ยวข้องได้ นอกจากนี้ยังต้องสามารถประยุกต์ใช้เทคนิคการเรียนรู้ที่แตกต่างกันและจัดการเวลาเพื่อประเมินผลลัพธ์การเรียนรู้ของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Knowles, 1975)

ดังนั้น บุคคลที่มีคุณลักษณะการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-directed learning) มักมีลักษณะและพฤติกรรมที่แตกต่างกันหลายประการ ซึ่งนักวิชาการจำนวนมากกล่าวถึง (Khalid, Bashir, & Amin, 2020; Edwards, 2015; Karimi, 2016 ; Kalantzis, 2003; Tough, 1971; Read, 2001; Robinson, & Persky, 2020) พอจะประมวลได้ดังนี้

1. มีแรงจูงใจในตนเอง: ขับเคลื่อนด้วยความปรารถนาภายในที่จะเรียนรู้และบรรลุเป้าหมายส่วนตัว มากกว่ารางวัลหรือแรงกดดันจากภายนอก ส่งผลให้บุคคลมีความกระตือรือร้นในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองโดยไม่ต้องรอการกระตุ้นจากภายนอก

2. มุ่งเน้นเป้าหมาย: ตั้งเป้าหมายการเรียนรู้ที่ชัดเจน วัดผลได้ และมุ่งมั่นที่จะบรรลุเป้าหมายเหล่านั้น โดยสร้างแผนการที่ละเอียดเพื่อเป็นแนวทางในการเรียนรู้

3. **เปิดใจรับโอกาสในการเรียนรู้:** สนใจเรียนรู้ ชอบค้นคว้า กล้าเรียนรู้สิ่งใหม่ ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น พร้อมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และเปิดรับแนวคิดใหม่ ๆ พร้อมทั้งจะปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนรู้ตามสถานการณ์และข้อมูลใหม่ ๆ

4. **มีความอยากรู้อยากเห็น:** ประารถนาเข้าใจโลกรอบตัว ถามคำถามและค้นหาข้อมูลใหม่อย่างต่อเนื่อง

5. **มีทักษะการจัดการเวลา:** วางแผนและจัดสรรเวลาในการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพ

6. **เป็นนักคิดอย่างมีวิจารณญาณ:** มีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูล และวิจารณ์สิ่งต่างๆ อย่างรอบคอบ

7. **มีความรับผิดชอบ:** รับผิดชอบต่อผลการเรียนรู้และการพัฒนาตนเอง เข้าใจบทบาทของตนเอง มุ่งมั่นแสวงหาความรู้ ใฝ่เรียน และเต็มใจเรียนรู้สิ่งที่ยาก ทราบดีว่าตนเองต้องการอะไร และเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถเรียนรู้และวางแผนการเรียนรู้ได้

8. **มีวินัยต่อการเรียนรู้:** สามารถจัดจ่อและมีแรงบันดาลใจ แม้เผชิญกับความท้าทายหรือสิ่งรบกวนสมาธิ

9. **มีความคิดริเริ่มและสร้างสรรค์:** กล้าเสี่ยงและกล้าลองในการแก้ปัญหาด้วยตนเอง ชอบค้นคว้า และกระตือรือร้นเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ

10. **มีความสามารถในการใช้ทักษะการเรียนรู้:** ชอบแก้ปัญหา มองว่าการแก้ปัญหาเป็นเรื่องท้าทาย ค้นหาวิธีแก้ไข และใช้องค์ความรู้ที่มีในการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ

11. **รักในการเรียนรู้ตลอดชีวิต:** ประารถนาและชอบเรียนรู้ตลอดชีวิต มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้เห็นความสำคัญของการพัฒนาทักษะและความรู้ใหม่ ๆ อย่างต่อเนื่อง

12. **รู้จักใช้แหล่งข้อมูลที่หลากหลาย:** หาและใช้แหล่งข้อมูลต่าง ๆ เช่น หนังสือ, บทความ, คอร์สออนไลน์, วิดีโอ เพื่อเพิ่มพูนความรู้

13. **การคิดเชิงวิพากษ์และการคิดแบบไตร่ตรอง:** วิเคราะห์และประเมินข้อมูลอย่างรอบคอบ ตั้งคำถามกับสมมติฐานและสำรวจมุมมองที่แตกต่างกัน สะท้อนถึงประสบการณ์การเรียนรู้ของตนเอง เพื่อประเมินความก้าวหน้าและปรับเปลี่ยนตามความจำเป็น

14. **มีความมั่นใจในตนเอง:** มั่นใจในความสามารถในการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง สามารถตัดสินใจและดำเนินการตามแผนที่วางไว้

15. **มีความสามารถในการปรับตัว:** มีความยืดหยุ่นและเปิดรับการเปลี่ยนแปลง เต็มใจปรับเปลี่ยนกลยุทธ์และเป้าหมายการเรียนรู้เพื่อตอบสนองต่อข้อมูลหรือสถานการณ์ใหม่ ๆ

16. **มีความพากเพียร:** แสดงให้เห็นถึงความยืดหยุ่นและมุ่งมั่น โดยดำเนินการตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้อย่างต่อเนื่องแม้มีอุปสรรคหรือความพ่ายแพ้

ดังนั้นลักษณะเหล่านี้ช่วยให้ผู้ที่มีความสามารถในการเรียนรู้ด้วยตนเองสามารถเติบโตและพัฒนาตนเองตลอดชีวิต พร้อมรับมือกับความท้าทายและการเปลี่ยนแปลงในสังคมที่ซับซ้อนและแข่งขันสูง

การส่งเสริมให้บุคคลมีการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning: SDL)

ในยุคปัจจุบันที่องค์ความรู้และข้อมูลมีอยู่มากมาย และเทคโนโลยีเชื่อมโยงโลกไว้ด้วยกัน การเข้าถึงข้อมูลและองค์ความรู้ต่าง ๆ เป็นเรื่องง่าย อย่างไรก็ตาม องค์ความรู้เหล่านี้จะไม่มีประโยชน์

หากไม่ถูกนำไปใช้ในการเรียนรู้ ดังนั้น การเรียนรู้ด้วยตนเองจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในฐานะทักษะพื้นฐานสำหรับอนาคต การเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นสิ่งที่ท้าทายและควรมี เพื่อให้สามารถนำความรู้ที่มีอยู่รอบตัวมาใช้ให้เกิดประสิทธิภาพมากที่สุด ยิ่งผู้ใดสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองได้ดีเท่าไร โอกาสในการประสบความสำเร็จก็ยิ่งมากขึ้น (University of Waterloo, 2024). การพัฒนาศักยภาพและขีดความสามารถของบุคคลบนพื้นฐานของการเรียนรู้ (Learning Base) มีกลยุทธ์ที่จะส่งเสริมและพัฒนาการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning) ตามวิธีการต่าง ๆ โดยมีนักวิชาการจำนวนมากกล่าวถึง (Khalid, Bashir, & Amin, 2020; Kranzow, & Hyland, 2016; Read, 2001; Robinson, & Persky, 2020; Guglielmino, 1977) พอจะประมวลได้ดังนี้

1. ส่งเสริมทัศนคติแบบเติบโต: การส่งเสริมทัศนคติทางบวก ในการส่งเสริมความเชื่อให้บุคคลนั้นมีมุมมองต่อความสามารถและสติปัญญาของตนเองว่าเป็นสิ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาได้ผ่านการเรียนรู้ รวมถึงการลงมือทำอย่างตั้งใจและทุ่มเท

2. ส่งเสริมแรงจูงใจภายใน: ส่งเสริมการตั้งเป้าหมายส่วนตัวในการเรียนรู้และการพัฒนาตนเอง ช่วยให้เห็นความสำคัญของการเรียนรู้ที่สัมพันธ์กับความสนใจและเป้าหมายในชีวิต

3. สอนทักษะการตั้งเป้าหมาย: สอนวิธีการตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนและวัดผลได้ พร้อมทั้งช่วยวางแผนเพื่อบรรลุเป้าหมายเหล่านั้น

4. เพิ่มทักษะการจัดการตนเองและการจัดการเวลา: ฝึกฝนการวางแผนและการจัดการเวลาให้มีประสิทธิภาพ รู้จักการแบ่งเวลาในการเรียนรู้และกิจกรรมอื่น ๆ รวมถึงการจัดระเบียบ การใช้เครื่องมือและกลยุทธ์เพื่อรักษาความเป็นระเบียบและติดตามความก้าวหน้าของตน

5. ส่งเสริมการคิดอย่างมีวิจารณญาณ: กระตุ้นการตั้งคำถามในการส่งเสริมความอยากรู้ด้วยการตั้งคำถามและค้นหาคำตอบ เสริมโอกาสให้ได้แก้ปัญหาที่ซับซ้อนในโลกจริง และพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์และการวิจารณ์สิ่งต่าง ๆ เพื่อให้สามารถประเมินและนำข้อมูลไปใช้ในการเรียนรู้

6. จัดหาแหล่งข้อมูลและเครื่องมือการเรียนรู้: แนะนำและจัดหาแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย เช่น หนังสือ บทความ คอร์สออนไลน์ วิดีโอ และเครื่องมือการเรียนรู้ต่าง ๆ

7. ส่งเสริมการเรียนรู้ที่สัมพันธ์กับประสบการณ์จริง: ให้โอกาสนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในสถานการณ์จริง หรือทำโครงการที่ต้องใช้ทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง

8. สนับสนุนการสร้างสังคมการเรียนรู้: สร้างชุมชนหรือกลุ่มเรียนรู้ที่สามารถแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ประสบการณ์ และทรัพยากรในการเรียนรู้

9. ส่งเสริมการปฏิบัติการสะท้อนตนเอง: ส่งเสริมการประเมินตนเองให้ข้อเสนอแนะที่สร้างสรรค์และการประเมินผลที่ช่วยให้เห็นพัฒนาการและพื้นที่ที่ควรปรับปรุง รวมถึงการสะท้อนถึงประสบการณ์การเรียนรู้เป็นประจำ และการรวบรวมความคิดเห็นและขอข้อมูลย้อนกลับจากแหล่งต่าง ๆ

10. ส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต: เน้นย้ำความสำคัญของการเรียนรู้ตลอดชีวิต และส่งเสริมการเรียนรู้ในหลากหลายรูปแบบและช่วงอายุ แสดงวิธีการแสวงหาความรู้โดยอิสระและต่อเนื่อง รวมถึงการให้ตัวอย่างจากประสบการณ์การเรียนรู้ด้วยตนเอง

11. การใช้เทคโนโลยีในการเรียนรู้: แนะนำการใช้เทคโนโลยีและแพลตฟอร์มออนไลน์ในการเรียนรู้ เช่น คอร์สออนไลน์ แอปพลิเคชันการศึกษา และเครื่องมือดิจิทัลต่าง ๆ เพื่อให้แน่ใจว่ามีความสะดวกในการใช้เครื่องมือและแพลตฟอร์มดิจิทัลเพื่อการเรียนรู้

12. กระตุ้นให้เกิดความเป็นเจ้าของในการเรียนรู้ของตนเอง : โดยให้มีสิทธิ์ควบคุมเส้นทางการเรียนรู้ของตน ด้วยทางเลือกและความเป็นอิสระ รวมถึงการเลือกหัวข้อและวิธีการ เน้นความสำคัญของการรับผิดชอบต่อผลลัพธ์การเรียนรู้ของตนเอง

ดังนั้นการสนับสนุนและพัฒนาการเรียนรู้ด้วยตนเองจึงต้องใช้เวลาและความพยายาม แต่เมื่อสามารถพัฒนาทักษะเหล่านี้ได้ จะช่วยให้คุณคลั่งนั้นสามารถเติบโตและพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา

การรักษาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเองให้คงทน

การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning) เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากแรงจูงใจภายใน เกิดจากความสมัครใจ และความรับผิดชอบของตน ดังนั้นลักษณะของการเรียนรู้จึงถือว่ามีความยั่งยืนสามารถอยู่คงทนได้หากได้รับการพัฒนาและฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง มีหลายเหตุผลที่ทำให้ลักษณะการเรียนรู้ด้วยตนเองมีความยั่งยืน ทั้งนี้ นักวิชาการจำนวนมากกล่าวถึงปัจจัยที่ส่งเสริมให้การเรียนรู้ด้วยตนเองมีความคงทน (Avsec, & Ferk Savec, 2022; Din, Haron, & Rashid, 2016) พอจะประมวลได้ดังนี้

1. แรงจูงใจภายในที่มั่นคง: เมื่อมีแรงจูงใจภายในที่แข็งแกร่งและเห็นคุณค่าของการเรียนรู้ด้วยตนเอง การเรียนรู้ก็จะกลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันและคงทนได้ เพราะแรงจูงใจ ความสนใจในการเรียนรู้และการพัฒนาทักษะต่าง ๆ แรงจูงใจภายในนี้สามารถรักษาความพยายามในการเรียนรู้ได้อย่างยั่งยืนและยาวนาน

2. ความสามารถในการปรับตัว: เมื่อบุคคลที่มีการเรียนรู้ด้วยตนเองมักจะปรับตัวและเปลี่ยนแปลงกลยุทธ์การเรียนรู้ให้เหมาะสมกับบริบทและความท้าทายต่าง ๆ ความสามารถนี้ช่วยให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพแม้สถานการณ์จะเปลี่ยนแปลงไป

3. การสะสมประสบการณ์ในการเรียนรู้: การมีประสบการณ์ในการเรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้นจะทำให้สามารถพัฒนาทักษะและความมั่นใจในการจัดการเรียนรู้ของตนเองได้ดีขึ้น ซึ่งถือว่าเป็นกระบวนการสำคัญและมีคุณค่าในการพัฒนาความรู้และทักษะของบุคคลได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงและความท้าทายใหม่ๆ ได้ดี

4. การสนับสนุนจากสภาพแวดล้อม: การมีสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ เช่น การมีแหล่งข้อมูลที่เข้าถึงง่าย การมีเครือข่ายการเรียนรู้ที่สนับสนุน จะช่วยให้การเรียนรู้ด้วยตนเองมีความคงทน

5. การสร้างนิสัยการเรียนรู้ตลอดชีวิต: การฝึกฝนและสร้างนิสัยในการเรียนรู้จะทำให้การเรียนรู้ด้วยตนเองกลายเป็นส่วนหนึ่งของพฤติกรรมประจำวัน ผู้ที่ยอมรับแนวคิดนี้จะมองว่าการเรียนรู้เป็นกระบวนการต่อเนื่องที่เกินกว่าเพียงการศึกษาในระบบทำให้มีแนวโน้มที่จะพยายามเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต

6. การพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณและการแก้ปัญหา: การฝึกฝนทักษะการคิดและการแก้ปัญหาจะทำให้สามารถนำไปใช้ในการเรียนรู้ด้วยตนเองในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ อย่างยั่งยืน ซึ่งทักษะเหล่านี้มีประโยชน์ในบริบทหลากหลายและช่วยให้สามารถรับมือกับสถานการณ์ใหม่ๆ และข้อมูลใหม่ ๆ ได้

7. การตั้งเป้าหมายและการวางแผนอย่างมีระบบ: การมีทักษะในการตั้งเป้าหมายและการวางแผนอย่างเป็นระบบจะช่วยให้สามารถกำหนดทิศทางการเรียนรู้และประเมินความก้าวหน้าของตนเองได้อย่างต่อเนื่องซึ่งทักษะเหล่านี้มีความสำคัญไม่เพียงแต่ในด้านการเรียนรู้ แต่ยังสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในด้านอื่น ๆ ของชีวิต เช่น การทำงานและการพัฒนาตนเอง

8. การใช้เทคโนโลยีในการเรียนรู้: การใช้เทคโนโลยีในการเรียนรู้ เช่น คอร์สออนไลน์, แอปพลิเคชันการศึกษา, และเครื่องมือดิจิทัล จะช่วยให้การเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นไปอย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ

9. การประเมินผลและการปรับปรุงตนเอง: การประเมินผลการเรียนรู้และการปรับปรุงตนเองอย่างสม่ำเสมอ รวมถึงการประเมินความก้าวหน้าและสะท้อนผลการเรียนรู้ของตนเองเป็นประจำ จะช่วยให้สามารถพัฒนาการเรียนรู้ด้วยตนเองได้อย่างต่อเนื่อง และช่วยให้สามารถระบุจุดแข็ง จุดที่ต้องพัฒนา ทำให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพและยั่งยืนมากขึ้น

10. ความยืดหยุ่นและความพยายาม: การเรียนรู้ด้วยตนเองมักต้องการความยืดหยุ่นและความพยายาม เนื่องจากผู้เรียนต้องเผชิญกับอุปสรรคและความท้าทายด้วยตนเอง การพัฒนาทักษะเหล่านี้ช่วยให้ลักษณะของการเรียนรู้ด้วยตนเองมีความยั่งยืนมากขึ้น เนื่องจากบุคคลสามารถรับมือกับอุปสรรคและพยายามเรียนรู้ต่อไปได้

11. การทำงานร่วมกันและการสร้างเครือข่าย: แม้ว่าการเรียนรู้ด้วยตนเองจะเน้นการริเริ่มของบุคคล แต่ก็เกี่ยวข้องกับการทำงานร่วมกันและการสร้างเครือข่ายกับผู้อื่นเพื่อได้รับมุมมองและข้อมูลใหม่ๆ ความสามารถในการทำงานร่วมกันและสร้างเครือข่ายการเรียนรู้สามารถเสริมสร้างความยั่งยืนของลักษณะการเรียนรู้ด้วยตนเอง

12. การประยุกต์ใช้ในบริบทโลกแห่งความเป็นจริง: การเรียนรู้ด้วยตนเองมักเกี่ยวข้องกับ การประยุกต์ความรู้ในบริบทโลกแห่งความเป็นจริง ซึ่งสามารถปรับปรุงการรักษาไว้ได้อย่างมาก การประยุกต์ใช้ในทางปฏิบัติช่วยให้เห็นความเกี่ยวข้องของการเรียนรู้และเก็บรักษาข้อมูลได้ดีขึ้น

สรุป

การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-Directed Learning) มีบทบาทสำคัญในการเพิ่มพูนความรู้และทักษะที่จำเป็นต่อความก้าวหน้าในชีวิตและการปรับตัวต่อสังคม บุคคลที่มีทักษะในการเรียนรู้ด้วยตนเองมักมีความสามารถในการพัฒนาทักษะเฉพาะทาง การแก้ปัญหา และการสื่อสารที่ดีขึ้น ซึ่งลักษณะของการเรียนรู้ด้วยตนเองมีความยั่งยืน เพราะเกิดขึ้นจากแรงจูงใจภายใน ความสามารถในการปรับตัว ทักษะการคิดวิเคราะห์ และแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิตซึ่งเป็นการผสมผสานการเรียนรู้ด้วยตนเองเข้ากับการเปลี่ยนแปลงของความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมสู่การเรียนรู้โดยเน้นการพัฒนาอาชีพและการพัฒนาตนเอง ซึ่งทั้งหมดนี้มีส่วนทำให้การเรียนรู้ด้วยตนเองมีความยั่งยืน ทำให้บุคคลสามารถเรียนรู้และเติบโตได้ตลอดชีวิต ทั้งนี้ การเรียนรู้ด้วยตนเองจึงเป็นกุญแจสำคัญในการเสริมสร้างความสำเร็จและความมั่นคงในชีวิตทั้งด้านอาชีพและการใช้ชีวิตในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

นอกจากนี้ ลักษณะของการเรียนรู้ด้วยตนเองจะอยู่คงทนนั้นจึงขึ้นอยู่กับการศึกษาและการสนับสนุนในระยะยาว การพัฒนาทักษะเหล่านี้ต้องใช้เวลาและความพยายาม แต่หากบุคคลมีแรงจูงใจและได้รับการสนับสนุนอย่างเหมาะสม ลักษณะเหล่านี้จะสามารถคงทนและเป็นประโยชน์

ต่อการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองในระยะยาว ทำให้การเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นวิธีการที่ยั่งยืนและมีประสิทธิภาพในการพัฒนาตนเองและอาชีพ

บรรณานุกรม

- Ahammad, F. (2023). Self-directed learning: A core concept in adult education. **The Online Journal of Distance Education and e-Learning**, 11(3). 2952-2962.
- Avsec, S., & Ferik Savec, V. (2022). Mapping the relationships between self-directed learning and design thinking in pre-service science and technology teachers. **Sustainability**, 14(14), 8626.
- Ayyildiz, Y., & Tarhan, L. (2015). A study on high school students' self-efficacy beliefs in chemistry. **Journal of Baltic Science Education**, 14(3), 368–378.
- Bhat, N., & Dahal, A. (2023). Self-directed learning, its implementation, and challenges: A review. **Nepal Journal of Health Sciences**, 3(1), 102-115.
- Brockett, R. G., & Hiemstra, R. (2023). **Self-direction in adult learning: Perspectives on theory, research, and practice**. Routledge.
- Charokar, A., & Dulloo, M. (2022). Effect of outcome-based education on students' academic performance. **Education and Information Technologies**, 27(5), 7593-7610.
- Connie Malamed. (2016). **Self-directed learning: Empowerment in the workplace**. Retrieved from <https://www.linkedin.com/pulse/self-directed-learning-empowerment-workplace-connie-malamed/>
- Du Toit-Brits, C. (2019). A focus on self-directed learning: The role that educators' expectations play in enhancing self-directed learning. **South African Journal of Education**, 39(2). 1-11. <https://doi.org/10.15700/saje.v39n2a1645>
- Doyle, W. (2008). Evaluation of education systems and curriculum development: Impacts and prospects. **Journal of Curriculum Studies**, 40(4), 401-425. <https://doi.org/10.1080/00220270801989564>
- Doyle, T. (2023). **Helping students learn in a learner-centered environment: A guide to facilitating learning in higher education**. Taylor & Francis.
- Din, N., Haron, S., & Rashid, R. M. (2016). Can Self-directed learning environment improve quality of life?. **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, 222, 219-227.
- Edly. (2024). **How Can Self-Study Benefit Your Learners?** . Retrieved May 31, 2567, from <https://edly.io/blog/how-can-self-study-benefit-your-learners/>
- Edwards, N. (2015). An analysis of the characteristics of self-directed learners and strategies to enhance self-directed learning in education systems: Transcending

- boundaries. In **The Asian Conference on Education 2015 Official Conference Proceedings**.
- Fang, Z., Wang, Z., & Zhan, W. (2016). Research on teaching evaluation system based on OBE concept. **Educational Research and Reviews**, 11(13), 1220-1227.
- Guglielmino, L. M. (1977). **Development of the self-directed learning readiness scale**. Doctoral Dissertation. University of Georgia.
- Hwang, G. J., & Oh, S. M. (2021). Recent advances in outcome-based education research in engineering and 3d technology fields: a meta-analysis. **IEEE Access**, 9, 44650-44665.
- Kalantzis, M. (2003). Multiliteracies, multimedia, and the new world of communication. **Pedagogies: An International Journal**, 1(1), 23-41.
- Karimi, S. (2016). Do learners' characteristics matter? An exploration of mobile-learning adoption in self-directed learning. **Computers in Human Behavior**, 63, 769-776.
- Khalid, M., Bashir, S., & Amin, H. (2020). Relationship between Self-Directed Learning (SDL) and Academic Achievement of University Students: A Case of Online Distance Learning and Traditional Universities. **Bulletin of Education and Research**, 42(2), 131-148.
- Knowles, M. S. (1975). **Self-directed learning: A guide for learners and teachers**. Association Press.
- Kranzow, J., & Hyland, N. (2016). Self-directed learning: Developing readiness in graduate students. **International Journal of Self-Directed Learning**, 13(2), 1-14.
- Loeng, S. (2020). Self-directed learning: A core concept in adult education. **Education Research International**, 2020(1), 3816132.
- Nufus, H., Muhandaz, R., Nurdin, E., Ariawan, R., Fineldi, R. J., Hayati, I. R., & Situmorang, D. D. B. (2024). Analyzing the students' mathematical creative thinking ability in terms of self-regulated learning: How do we find what we are looking for?. **Heliyon**, 10(3).1-14.
- O'Shea, E. (2003). Self-directed learning in nurse education: A review of the literature. **Journal of Advanced Nursing**, 43(1), 62-70.
- 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.
- Rahman, M. L. (2017, August). Self Management on Self Directed Learning in Learning English Vocabulary. In **International Conference on English Language Teaching (ICONELT 2017)** (pp. 156-158). Atlantis Press.

- Read, J. M. (2001). Developing self-directed learning. **Research and practice in human resource management**, 9(1), 119-37.
- Robinson, J. D., & Persky, A. M. (2020). Developing self-directed learners. **American journal of pharmaceutical education**, 84(3), 847512.
- Saks, K., & Leijen, Ä. (2014). Distinguishing self-directed and self-regulated learning and measuring them in the e-learning context. **Procedia-Social and Behavioral Sciences**, 112, 190-198.
- Senyuva, E., & Kaya, H. (2014). The relationship between self-directed learning readiness and lifelong learning. **Nurse Education Today**, 34(6), 786-790.
- Sitzmann, T., & Ely, K. (2011). A meta-analysis of self-regulated learning in work-related training and educational attainment: what we know and where we need to go. **Psychological Bulletin**, 137, 421-442.
- Song, Y., Lee, Y., & Lee, J. (2022). Mediating effects of self-directed learning on the relationship between critical thinking and problem-solving in student nurses attending online classes: A cross-sectional descriptive study. **Nurse education today**, 109, 105227.
- ȚIMPĂU, C. (2015). Importance of self-directed learning. LOGOS, UNIVERSALITY, MENTALITY, EDUCATION, NOVELTY. **Section Social Sciences**, 4(1), 37-49.
- Tough, A. (1971). **The Adult's Learning Projects: A Fresh Approach to Theory and Practice in Adult Learning**. Ontario Institute for Studies in Education.
- Transcom. (2024). Why self-learning is important. Retrieved May 31, 2567, from <https://transcom.com/why-self-learning-is-important/>
- University of Waterloo. (2024). Self-directed learning: A four-step process. Retrieved June 10, 2567, from <https://uwaterloo.ca/centre-for-teaching-excellence/catalogs/tip-sheets/self-directed-learning-four-step-process>
- Zimmerman, B. J. (2013). From cognitive modeling to self-regulation: A social cognitive career path. **Educational Psychologist**, 48(3), 135-147.