

เรียนรู้ด้วยตนเองอย่างไร...

ให้เกิดผล..(ลัพท์)

ในปัจจุบันข้อมูล ข่าวสารต่าง ๆ ล้วนส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตและการตัดสินใจของผู้คนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ องค์กรต่าง ๆ ต้องปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงทันยุค ทันสมัย ซึ่งผู้ที่สามารถเข้าถึงและมีความแม่นยำของข้อมูล ข่าวสารมากกว่า ย่อมตัดสินใจ ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมบนพื้นฐานการเรียนรู้ด้วยตนเอง

การเรียนรู้ด้วยตนเอง หรือ Self-Learning เป็นการศึกษาค้นคว้าหาความรู้ (Knowledge) จากแหล่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง แล้วนำความรู้มาทดลองใช้ ฝึกฝน ปรับปรุง พัฒนา จนเกิดความชำนาญ สามารถนำความรู้ที่ได้เรียนรู้ไปใช้จนเกิดประโยชน์กับตัวเอง และส่วนรวม

ข้อดีของการเรียนรู้ด้วยตัวเอง มี 4 อย่าง เรียกสั้น ๆ ว่า “SELF” ประกอบด้วย

Satisfaction เป็นการเรียนรู้ที่ตอบสนองความต้องการของเราได้ ซึ่งจะตรงจุดวัตถุประสงค์ ทำให้เกิดความพึงพอใจมากกว่าการเรียนรู้ตามระบบ หรือเรียนรู้ในสิ่งที่คนอื่นคิดว่าเราควรเรียน

Everyone ทุกๆ คนมีสิทธิ์เรียนรู้ได้ด้วยตัวเราเอง ไม่จำกัดเพศ อายุ หรือฐานะ อยากเรียนรู้เรื่องอะไร ก็สามารถศึกษาค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง

SELF

Flexibility เนื่องจากการเรียนรู้ด้วยตัวเอง เราเป็นคนบริหารจัดการด้วยตัวเอง เกือบทุกขั้นตอน เราจึงมีอิสระ สามารถยืดหยุ่นได้ตั้งแต่ จะเรียนช่วงไหน เมื่อไร เลือกเองได้ จะเรียนรู้เดี่ยว หรือเข้ากลุ่ม จะเรียนที่ไหน จะเรียนอย่างไร offline หรือ online ก็สามารถตัดสินใจเลือกได้อย่างอิสระ

Life-Long การเรียนรู้ด้วยตัวเอง มีลักษณะเด่นที่เป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิต ไม่จำกัดอายุ ไม่ว่าจะเป็นเด็ก หนุ่ม หรือผู้สูงอายุ ก็สามารถเรียนรู้ได้ตลอดเวลา จบเรื่องนั้น เรียนต่อเรื่องนี้ สนใจอะไร เมื่อไร

ข้อจำกัดของการเรียนรู้ด้วยตนเอง คือ ผู้ที่จะเรียนรู้ด้วยตนเองจะต้องมีความมุ่งมั่น ตั้งใจจริง มีวินัย ควบคุมบริหารจัดการด้วยตัวเอง เพราะไม่มีใครมาบังคับ หรือกำหนดแนวทางการเรียนรู้ และถ้าไม่ได้เรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น จะทำให้ประสบการณ์ที่ได้ไม่หลากหลาย



เรียนรู้ด้วยตนเองอย่างไร...

ให้เกิดผล..(ลัพท์)

กระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเอง แบ่งได้ดังนี้

1. ประเมินความต้องการจำเป็น (need assessment) เป็นเครื่องมือในการบริหารที่มีประสิทธิภาพสามารถนำไปกำหนดแผนงานที่มีความสอดคล้องกับความต้องการของหน่วยงาน มีความชัดเจนในการดำเนินงาน แบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้
 1. ระบุความต้องการจำเป็น (needs identification) เป็นการระบุปัญหาที่พบว่าจะประเมินอย่างไร เพื่อวัตถุประสงค์ใด กลุ่มใดบ้างที่มีความเสี่ยง ปัจจัยช่วยเหลือมีอะไรบ้าง
 2. วิเคราะห์ความต้องการจำเป็น (need analysis) เพื่อวิเคราะห์สาเหตุที่นำไปสู่การ เกิดความต้องการจำเป็นนั้น ๆ
 3. การกำหนดแนวทางการแก้ไข (need solution) เพื่อให้ความต้องการจำเป็นหมดไป สามารถใช้เทคนิคการสนทนากลุ่มหรือการระดมสมอง การสัมภาษณ์ มาประยุกต์ใช้ได้
2. กำหนดจุดมุ่งหมายของการเรียนรู้ (setting goals)
3. กำหนดสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ (specifying learning content) โดยกำหนดระดับความยากง่าย และเลือกเรื่องความต้องการความช่วยเหลือ แหล่งทรัพยากร ประสบการณ์ที่จำเป็นสำหรับการเรียนรู้
4. กำหนดปริมาณเวลาที่ต้องการใช้ ให้กับกิจกรรมการเรียนรู้ของแต่ละคน ตามประสบการณ์ที่ผ่านมา พร้อมทั้งกำหนดวันเวลาสิ้นสุดของกิจกรรม
5. เลือกวิธีการเรียนรู้ เครื่องมือ สื่อการเรียนรู้ และทรัพยากรการเรียนรู้ตามความเหมาะสม
6. การจัดสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ คือ การจัดการสภาพแวดล้อมที่อยู่รอบๆ ตนเอง ให้สนับสนุนและส่งเสริมการเรียนรู้ได้อย่างราบรื่น สะดวก รวดเร็ว ตามแผนงานที่กำหนดไว้
7. การกำหนดวิธีการตรวจสอบตนเอง โดยกำหนดวิธีการรายงาน/บันทึกการสะท้อนตนเอง เพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้ตนเองได้ทดลองใช้ ฝึกตัดสินใจ การแก้ปัญหา และการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนรู้สามารถ clarify ideas ให้ชัดเจนขึ้น
8. การกำหนดขอบเขตของการถ่ายทอดความรู้ คือ การกำหนดให้สอดคล้องกับแนวทางการทำงานของหน่วยงานตนเอง และทำให้เกิดการปรับปรุงที่เห็นได้ชัดเจน หรือเป็นรูปธรรม



เรียนรู้ด้วยตนเองอย่างไร...

ให้เกิดผล..(ลัพท์)

ติดอาวุธสร้างการเรียนรู้ด้วยตัวเอง

เมื่อรู้จักตนเองดีพอแล้วว่าสนใจศึกษาเรื่องอะไร กระบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองจะเกิดขึ้นได้โดยไม่สะดุด หากมีทักษะการเรียนรู้ (learning skills) ต่อไปนี้

ทักษะชีวิต (life skills) ยกตัวเช่น การจัดการเวลา ผู้เรียนควรเรียนรู้วิธีแบ่งเวลาส่วนตัว เวลาในการเข้าสังคม และเวลาทำงานร่วมกับผู้อื่น ให้เหมาะสมกับกิจวัตรประจำวันของตัวเอง

ความเป็นอิสระ (independence) การสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง มีความเชื่อมั่นในศักยภาพและความสามารถที่มีอยู่ การกล้าตัดสินใจและพึ่งพาตัวเองได้ รวมถึงการทำกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้ตนเองได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์

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

ทักษะการเรียนรู้ (study skills) การเตรียมวัสดุหรืออุปกรณ์เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ การบันทึก และสรุปใจความสำคัญในสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ เพื่อสร้างความเข้าใจและเข้าถึงองค์ความรู้เหล่านั้น

การเรียนรู้เพื่อจะเรียนรู้ (learning to learn) ต้องมีใจเปิดรับการเรียนรู้ ไม่มีอคติต่อการเปิดรับข้อมูลจากแหล่งข้อมูลใหม่ๆ และหมั่นค้นคว้าจากแหล่งข้อมูลใหม่ๆ อยู่เสมอ

ทักษะการวางแผน (planning skills) ความสามารถในการออกแบบและวางแผนการเรียนรู้เพื่อตอบสนองความต้องการของตัวเองอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง

ทักษะการวิเคราะห์ (analytical skills) ความสามารถในการเลือกและใช้ข้อมูลอย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพ รวมทั้งสามารถวิเคราะห์และจัดลำดับความสำคัญและความน่าเชื่อถือของข้อมูลได้

ทักษะการสื่อสาร (communication skills) ความสามารถในการเขียนและเรียบเรียงข้อมูลรูปแบบต่างๆ ที่สอดคล้องและเป็นประโยชน์กับการเรียนรู้ของตัวเอง

ทักษะการประเมิน (evaluation skills) ความสามารถในการประเมินตนเองอย่างซื่อสัตย์ ยอมรับข้อบกพร่องของตัวเอง และยอมรับคำแนะนำจากผู้อื่นได้

ความมุ่งมั่นเพื่อความสำเร็จ (completion skills) ความมุ่งมั่นพยายาม ความอดทน รวมทั้งความมีวินัย ทั้งในแง่ของการเรียนรู้ และการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นระหว่างการเรียนรู้อย่างเต็มความสามารถ ความสำเร็จไม่ได้วัดจากคะแนนหรือคำชื่นชม แต่เกิดจากบทเรียน ประสบการณ์ที่ได้รับระหว่างทำงาน

เรียนรู้ด้วยตนเองอย่างไร...

ให้เกิดผล..(ลัพท์)

เนื่องจากผู้เรียนรู้แต่ละคนมีความแตกต่างกันทั้งในด้านความสามารถในการเรียนรู้ วิธีการเรียนรู้ เจตคติ ดังนั้น การจัดการเรียนรู้ จึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านความสามารถในการเรียนรู้ และวิธีการเรียนรู้ โดยจัดการเรียนรู้ เนื้อหา และสื่อที่เอื้อต่อการเรียนรู้รายบุคคล รวมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียนรู้ได้นำเอาประสบการณ์ของตนเองมาใช้ในการเรียนรู้ด้วย ซึ่งสามารถแบ่งเป็นหลักการจัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยตนเอง ดังนี้

1. มีส่วนรับผิดชอบในการเรียนรู้ การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้ดีเมื่อผู้เรียนรู้มีส่วนร่วมรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง ดังนั้น การจัดการเรียนรู้จึงควรเปิดโอกาสให้ผู้เรียนรู้มีบทบาทตั้งแต่ การวางแผน กำหนดเป้าหมายที่สอดคล้องกับความต้องการของตนเอง การกำหนดกิจกรรมการเรียนรู้ สื่อการเรียนรู้ของตนเอง

2. พัฒนาทักษะการเรียนรู้ของผู้เรียนรู้ ผู้เรียนรู้ต้องได้รับการฝึกฝนให้มีทักษะที่จำเป็นต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง เช่น การบันทึกข้อความ การจัดประเภทหมวดหมู่ การสังเกตการแสวงหาแหล่งความรู้ โดยใช้เทคโนโลยีและสื่อที่สนับสนุนการเรียนรู้ และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนรู้ได้มีประสบการณ์ในการตัดสินใจ แก้ปัญหา กำหนดแนวทางการเรียนรู้ และเลือกวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง

3. พัฒนาทักษะการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่น การเรียนรู้ด้วยตนเอง ไม่ได้หมายความว่าผู้เรียนรู้ต้องเรียนรู้คนเดียว โดยทั่วไปแล้วในการเรียนรู้ด้วยตนเองผู้เรียนรู้จะได้ทำงานร่วมกับเพื่อน หัวหน้างาน หรือบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นจึงต้องพัฒนาทักษะการเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นให้กับผู้เรียนเพื่อให้รู้จักการทำงานเป็นทีม วางแผนสร้างวัตถุประสงค์ร่วมกัน เพื่อโฟกัสเป้าหมายในการเดินไปข้างหน้าร่วมกัน และเพื่อใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมายร่วมกัน หรือเพื่อให้งานเสร็จสิ้นอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากที่สุด

4. พัฒนาทักษะการประเมินตนเอง และการร่วมมือกันประเมิน ในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผู้เรียนรู้เป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการประเมินการเรียนรู้ ดังนั้น จึงต้องพัฒนาทักษะการประเมินให้แก่ผู้เรียนรู้ และสร้างความเข้าใจให้แก่ผู้เรียนรู้ว่า การประเมินตนเองเป็นส่วนหนึ่งของระบบประเมินผล รวมทั้งยอมรับผลการประเมินจากผู้อื่นด้วย

5. จัดปัจจัยสนับสนุนการเรียนรู้ด้วยตนเองของผู้เรียน สภาพแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการเรียนรู้ด้วยตนเอง ดังนั้น บริเวณในสถานที่ทำงาน จึงต้องจัดให้เป็นแหล่งความรู้ที่บุคลากรสามารถศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองได้ เช่น ห้องสมุด ศูนย์วิทยากร บทเรียนสำเร็จรูป ฯลฯ รวมทั้งมีการส่งเสริมให้บุคลากรมีการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผ่านช่องทางการเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น website (คณะฯ/ภาควิชา/หน่วยงาน) แอปพลิเคชันต่าง ๆ เป็นต้น

เรียนรู้ด้วยตนเองอย่างไร...

ให้เกิดผล..(ลัพท์)

จะเห็นได้ว่า การเรียนรู้ด้วยตนเองนั้นมีความสำคัญต่อองค์กรอย่างยิ่ง เป็นพลังขับเคลื่อนให้องค์กรมีความก้าวหน้า มีเจือจาง โดยปัจจัยหลักจะอยู่ที่ตัวผู้เรียนรู้ ซึ่งต้องมีวินัย มีความมุ่งมั่น โดยคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มีนโยบายในการส่งเสริมให้บุคลากรมีการเรียนรู้ด้วยตนเอง ผ่านสื่อการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ โดยมีช่องทางการเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น website (คณะฯ/ภาควิชา/หน่วยงาน) แอปพลิเคชันต่าง ๆ โซเชียลมีเดีย เป็นต้น เพื่อสนับสนุนให้เกิดการพัฒนากระบวนการทำงานให้มีประสิทธิภาพ ตอบสนองต่อความต้องการของผู้รับบริการ โดยผู้บริหารมีส่วนร่วมในการให้คำปรึกษา แลกเปลี่ยนเรียนรู้เมื่อเกิดคำถามหรือปัญหาขึ้น และกระตุ้น จูงใจให้เกิดบรรยากาศของการแลกเปลี่ยนเรียนรู้



เอกสารอ้างอิง

1. วันวิสาข์ เคน. (2559). “การเรียนรู้แห่งศตวรรษที่ 21”. สำนักพิมพ์ Open worlds, กรุงเทพฯ.

เรียบเรียงโดย

นายเอกราช จันทประดิษฐ์

งานจัดการความรู้ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ที่ปรึกษาด้านเนื้อหา

ศาสตราจารย์ แพทย์หญิงดวงมณี เลหาประสิทธิ์พร

รองคณบดีฝ่ายพัฒนาคุณภาพ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล