

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาเป็นเครื่องมือที่ช่วยสร้างทรัพยากรมนุษย์ของประเทศให้เกิดการพัฒนาอย่างครบถ้วน ทั้งในด้านของร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา กล่าวคือในการพัฒนาความรู้ความเข้าใจในวิชาการต่าง ๆ การพัฒนาการใช้ความคิดและสติปัญญาของประชาชน การปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมของประชาชนให้อยู่ในวิถีทางที่ถูกที่ควร การสร้างทัศนคติค่านิยมที่ถูกต้อง เอื้อต่อการพัฒนาตนเองและประเทศชาติ และการสร้างมาตรฐานทางคุณธรรม จริยธรรมในชีวิตของผู้เรียน (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2543, หน้า 21) และฝึกฝนพัฒนาคนให้รู้จักดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องดีงามในด้านการแสดงออกทางกายและวาจา ด้านคุณภาพ สมรรถภาพและสุขภาพจิต และฝึกฝนพัฒนาในด้านปัญญา (พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต), 2541, หน้า 13)

สังคมปัจจุบันเป็นสังคมแห่งการเรียนรู้ บุคคลจะดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพจะต้องเป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ ซึ่งได้รับการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ที่มีคุณภาพอย่างเป็นระบบและต่อเนื่อง มีประสิทธิภาพแห่งการเรียนรู้ มีเจตคติ ค่านิยมเกี่ยวกับการเรียนที่ดี การเรียนรู้ช่วยให้ผู้เรียนมีความสุข เรียนรู้ที่จะเรียน เรียนรู้ที่จะทำ เรียนรู้ที่จะอยู่ร่วมกัน และการเรียนรู้ในสังคมปัจจุบัน เกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ทุกสถานการณ์อย่างต่อเนื่องยาวนานตลอดชีวิต ซึ่งผู้สอนต้องสร้างศรัทธาและปัญญาให้กับผู้เรียน ได้สั่งสมประสบการณ์การเรียนรู้ให้พัฒนาเป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ที่จะแสวงหาความรู้ได้ตลอดชีวิต และการเรียนรู้จะเกิดได้ดีก็ต่อเมื่อผู้เรียนมีสมาธิและรู้จักควบคุมตนเอง ผู้สอนอยู่ในฐานะที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง รู้จักเป้าหมายการศึกษาและเป้าหมายชีวิต และรู้จักใช้เวลา รวมทั้งชี้แนะอบรมสั่งสอนในการครองตนให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งต่อตนเองและต่อผู้อื่น (วิชัย วงษ์ใหญ่, 2542, หน้า 15)

การศึกษาของมนุษย์เป็นการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต ดังนั้นการเรียนรู้จะช่วยพัฒนาคนทั้งร่างกายและจิตใจให้มีคุณภาพ มนุษย์และธรรมชาติสร้างแหล่งเรียนรู้ที่จะช่วยให้สามารถเรียนรู้ และเกิดการเรียนรู้ได้อย่างหลากหลาย ตามความต้องการทุกเพศ ทุกวัย ทุกเวลา ทุกสถานที่โดยไม่จำกัด ในยุคโลกาภิวัตน์การรับรู้ข่าวสารข้อมูลเรื่องราวความก้าวหน้าเป็นไปอย่างรวดเร็วทันสมัย จึงจำเป็นที่จะต้องพัฒนาคนไทยให้เป็นผู้ใฝ่เรียน ใฝ่รู้ ทันโลก ทันเหตุการณ์ เพื่อปรับเปลี่ยนตัวเองให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข (กรมวิชาการ, 2543, หน้า 25)

การจัดการเรียนการสอนที่ผ่านมากิจกรรมการเรียนการสอนถูกกำหนดขึ้นโดยผู้สอน นั่นคือเป็นการจัดการเรียนการสอนโดยเน้นที่ครูมากกว่าผู้เรียน การประเมินผลเน้นความรู้ที่ครูบอก ผู้เรียนต้องเรียนตามตำรา เรียนตามคำสั่งของผู้สอน ตารางเรียนก็ถูกกำหนดโดยผู้สอน ผู้เรียนไม่มีสิทธิเลือกที่จะเรียนรู้เอง การเรียนการสอนมุ่งเน้นการท่องจำเพื่อสอบมากกว่าการเน้นให้ผู้เรียนรู้จักคิด วิเคราะห์ เพื่อการแก้ปัญหาและการแสวงหาความรู้ด้วยตนเอง อีกทั้งไม่สามารถปลูกฝังการรักที่จะเรียนรู้ตลอดชีวิต อันเป็นคุณสมบัติที่สำคัญมากในยุคข้อมูลข่าวสารและสังคมแห่งการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน (พลสันต์ โพธิ์ศรีทอง, 2542, หน้า 10-17) นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของศิลปวิทยาการแขนงต่าง ๆ และการเพิ่มขึ้นของนวัตกรรมทางการศึกษา เช่น การมีศูนย์บริการทางวิชาการ ห้องเรียนแบบเปิด การเรียนแบบไม่แบ่งชั้น เป็นต้น ล้วนแต่ให้ผู้เรียนต้องรับผิดชอบและแสวงหาความรู้ด้วยตนเองทั้งสิ้น (วิชัย วงษ์ใหญ่, 2542, หน้า 56) แนวความคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้วิธีการเรียนหรือการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง (Self-Directed Learning) จึงเป็นทักษะสำคัญที่สุดที่ต้องพัฒนาให้เกิดขึ้นกับผู้เรียนในยุคที่การศึกษาเป็นปัจจัยที่ 5 และการศึกษาเกิดขึ้นอย่างหลากหลายไม่เพียงแต่ในโรงเรียนเท่านั้น (ศกรินทร์ สุวรรณโรจน์, 2542, หน้า 19)

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ในหมวด 4 ได้ระบุไว้อย่างชัดเจนเรื่องแนวการจัดการศึกษาต้องยึดหลักว่าผู้เรียนทุกคนมีความสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้ และถือว่าผู้เรียนมีความสำคัญที่สุด กระบวนการจัดการศึกษาต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตามธรรมชาติและศักยภาพ การจัดการศึกษาทั้งการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบ และการศึกษาตามอัธยาศัย ต้องเน้นความสำคัญทั้งความรู้ คุณธรรม กระบวนการเรียนรู้ และบูรณาการตามความเหมาะสมของแต่ละระดับการศึกษา ซึ่งจากการวิเคราะห์จุดเน้นของการจัดการศึกษานี้ขึ้นพื้นฐานต้องการให้ผู้เรียนมีความรู้ ความสามารถ และทักษะในการแสวงหาความรู้ได้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตและทันต่อการเปลี่ยนแปลง มีความสามารถในการประกอบอาชีพพึ่งตนเองได้ ดำรงชีวิตอย่างมีคุณธรรมและศักดิ์ศรี พัฒนาตนเองและมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคมได้อย่างเหมาะสม

คุณสมบัติดังที่กล่าวมาก็คือ การปรับเปลี่ยนรูปแบบในการจัดการเรียนการสอนให้หันมาเน้นกระบวนการเรียนรู้ว่าเป็นหัวใจในการพัฒนาผู้เรียน โดยต้องการให้ผู้เรียนเป็นผู้ศึกษาและสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง เพราะเชื่อว่าการจัดการเรียนการสอนโดยเน้นให้ผู้เรียนด้วยการนำตนเอง จะช่วยให้ผู้เรียนมีกระบวนการเรียนรู้ คิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาเป็น และการเรียนรู้ที่มีพลังความคิดมากที่สุด เกิดขึ้นเมื่อผู้เรียนมีส่วนร่วมในการสร้างสิ่งที่มีความหมายต่อตนเอง สิ่งที่ตนเองชอบและสนใจ จะทำให้ผู้เรียนสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมยุคสารสนเทศได้อย่างมีคุณภาพและมีความสุข (วิชัย วงษ์ใหญ่, 2542, หน้า 56)

การศึกษาในปัจจุบันเน้นการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนรักการเรียนรู้ รู้จักวิธีการศึกษาค้นคว้า แสวงหาความรู้ นำไปสู่การพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้ของตนเองให้สามารถเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง นำไปสู่การเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต การเรียนยุคใหม่จึงเป็นการเรียนรู้ที่ผู้เรียนสามารถเรียนรู้จากแหล่งต่าง ๆ รอบตัว ไม่ใช่ความรู้ที่เกิดขึ้นในโรงเรียนเท่านั้น การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เป็นอีกแนวทางเลือกหนึ่งที่จะนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้ผู้เรียนได้มีโอกาสฝึกฝนค้นคว้าด้วยตนเองให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ดังนั้นการสอนของครูจึงควรให้ผู้เรียนมีบทบาทในการเรียน เปิดโอกาสให้ได้คิดอย่างอิสระมีเหตุผล มีความรับผิดชอบและรู้จักการทำงานร่วมกันกับผู้อื่น เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงที่คนเราอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มสังคม การเรียนรู้จึงควรให้ผู้เรียนรู้จักการค้นพบด้วยตนเอง และในส่วนตัวของผู้เรียนควรมีคุณสมบัติบางประการ คือ มีการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หรือคุณลักษณะที่เอื้อต่อการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง หากทราบระดับขององค์ประกอบการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของแต่ละบุคคลในระดับใดก็จะเป็นประโยชน์ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน สามารถสร้างสภาพเอื้อและสนับสนุนให้บุคคลมีระดับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองที่เพิ่มขึ้น อันจะนำไปสู่การประสพผลสำเร็จทางการศึกษา

การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเป็นกระบวนการเรียนซึ่งผู้เรียนแต่ละคนมีความคิดริเริ่มด้วยตนเอง (อาจอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่นหรือไม่ก็ตาม) ตามแนวคิดของโนลส์ (Knowles, 1975) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองไว้ 5 ด้าน ได้แก่ (1) ด้านการวิเคราะห์ความต้องการ (2) ด้านการกำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียน (3) ด้านการวางแผนการเรียน (4) ด้านการแสวงหาแหล่งวิทยาการ และ (5) ด้านการประเมินผลการเรียน การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองไม่ใช่ลักษณะที่เกิดขึ้นเพียงชั่วคราว แต่เป็นพื้นฐานความสามารถของมนุษย์ที่จะสามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง จากแนวคิดดังกล่าวข้างต้นทำให้ผู้วิจัยใช้แนวคิดของโนลส์ทำการวิจัยครั้งนี้ เพราะมีความสอดคล้องกับบริบทสังคมไทยยุคแห่งการเรียนรู้ในปัจจุบัน

การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองเป็นสิ่งที่ควรส่งเสริมให้เกิดขึ้นกับผู้เรียนเพื่อเป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอน ถ้าผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง พื้นฐานทางการเรียนจะดี สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นและมีโอกาสฝึกฝนค้นคว้าด้วยตนเองให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง โดยการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของผู้เรียน เพื่อศึกษาว่ามีปัจจัยใดบ้างที่มีอิทธิพลทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แนวคิดการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของโนลส์ (Knowles, 1975) ตลอดจนงานวิจัยเกี่ยวกับการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เป็นพื้นฐานในการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง

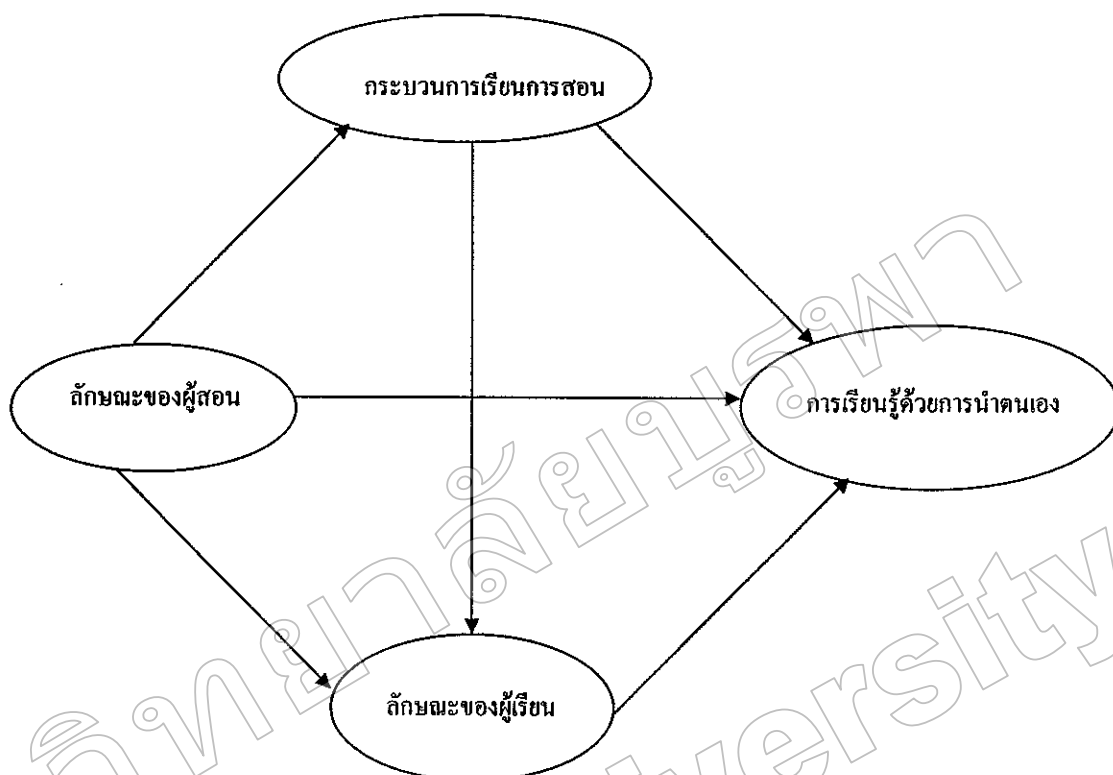
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เนื่องจากผู้เรียนในระดับชั้นนี้เป็นผู้ซึ่งกำลังเตรียมความพร้อมในการที่จะไปศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา จึงควรสนับสนุนให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง เพื่อให้ผู้เกี่ยวข้องได้นำข้อค้นพบที่ได้นี้ไปใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
2. เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์

สมมติฐานของการวิจัย

การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ผู้วิจัยคัดเลือกตัวแปรและกำหนดความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรในโมเดลจากแนวคิดการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของโนลส์ (Knowles, 1975) ปรากฏว่า การเรียนรู้ด้วยการนำตนเองน่าจะขึ้นอยู่กับตัวแปรด้านลักษณะของผู้สอน ได้แก่ วิธีการสอน ความสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อผู้เรียน และบุคลิกลักษณะของผู้สอน ตัวแปรด้านกระบวนการเรียนการสอน ได้แก่ เนื้อหาวิชา การจัดเวลาเรียน บรรยากาศในการเรียน กิจกรรมในการเรียน และสื่อที่ใช้ในการเรียนการสอน และตัวแปรด้านลักษณะของผู้เรียน ได้แก่ การเป็นผู้ยอมรับตนเอง การวางแผนที่เป็นระบบ แรงจูงใจในการเรียน ความสามารถประเมินตนเองได้ ลักษณะเปิดกว้างต่อประสบการณ์ การยึดหยุ่นในการเรียน และความเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งองค์ประกอบลักษณะของผู้เรียนเป็นแนวคิดของสเคเจอร์ (Skager, 1978) และผู้วิจัยตั้งสมมติฐานความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 แสดงดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 โมเดลสมมติฐานความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5

จากภาพที่ 1 สามารถอธิบายความสัมพันธ์ของตัวแปรต่าง ๆ ที่คาดว่าจะมีอิทธิพล
เชิงสาเหตุต่อการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โดยตั้งสมมติฐาน
ได้ดังนี้

สมมติฐานข้อที่ 1 ลักษณะของผู้เรียนมีอิทธิพลทางตรงต่อการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
สมมติฐานข้อที่ 2 ลักษณะของผู้สอน มีอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อการเรียนรู้
ด้วยการนำตนเอง โดยมีอิทธิพลทางอ้อมส่งผ่านทางลักษณะของผู้เรียน และกระบวนการเรียน
การสอน

สมมติฐานข้อที่ 3 กระบวนการเรียนการสอน มีอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อ
การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง โดยมีอิทธิพลทางอ้อมส่งผ่านทางลักษณะของผู้เรียน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการวิจัย

1. เป็นข้อมูลพื้นฐานให้ผู้สอนและผู้บริหาร ใช้เป็นแนวทางในการกำหนดหลักสูตรและพัฒนากระบวนการเรียนการสอน เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น
2. เป็นแนวทางให้ผู้ที่เกี่ยวข้องในการหาวิธีพัฒนาการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของผู้เรียนได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ภาคตะวันออก ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 22,426 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ภาคตะวันออก ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 400 คน
3. ตัวแปรในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยตัวแปร ดังนี้
 - 3.1 ตัวแปรภายในแฝง 3 ตัวแปร ได้แก่
 - 3.1.1 การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง
 - 3.1.2 กระบวนการเรียนการสอน
 - 3.1.3 ลักษณะของผู้เรียน
 - 3.2 ตัวแปรภายนอกแฝง 1 ตัวแปร ได้แก่
 - 3.2.1 ลักษณะของผู้สอน

นิยามศัพท์เฉพาะ

การเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง (Self-Directed Learning) หมายถึง วิธีการเรียนที่ผู้เรียนมีความคิดริเริ่มในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง โดยเกิดจากความต้องการของผู้เรียน มีจุดมุ่งหมายมีการวางแผนการเรียนอย่างเป็นระบบ แสวงหาแหล่งวิทยาการต่าง ๆ ตามความสนใจของตนเอง ตลอดจนมีการประเมินผลความก้าวหน้าในการเรียน ซึ่งวัดได้จากตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวแปร ได้แก่ การวิเคราะห์ความต้องการของตนเอง การกำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียน การวางแผนการเรียน การแสวงหาแหล่งวิทยาการ และการประเมินผลการเรียน

ลักษณะของผู้สอน (Instructor Characteristics) หมายถึง การรับรู้หรือความรู้สึกละเอียดของนักเรียนต่อการปฏิบัติและการแสดงออกของผู้สอนที่บ่งบอกถึงความสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อผู้เรียนให้กำลังใจ ให้ความช่วยเหลือ มีความเข้าใจและเอาใจใส่ต่อผู้เรียน มีวิธีการสอนหลากหลายวิธี โดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เป็นผู้อำนวยความสะดวก ให้คำแนะนำหรือชี้แนะในสิ่งที่ถูกต้อง บุคลิกลักษณะของผู้สอน นำเสนอพร้อมด้วย โดยวัดได้จากตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร ได้แก่ วิธีการสอน ความสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อผู้เรียน และบุคลิกลักษณะของผู้สอน

กระบวนการเรียนการสอน (Learning Process) หมายถึง การรับรู้หรือความรู้สึกละเอียดของนักเรียนที่มีต่อกระบวนการเรียนการสอน ซึ่งเกี่ยวกับเนื้อหาวิชาที่น่าสนใจ การจัดเวลาเรียนที่เหมาะสม บรรยากาศในการเรียนที่มีความเป็นกันเอง เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็น มีการวางแผนร่วมกัน สามารถยืดหยุ่นตามความสามารถของผู้เรียน มีกิจกรรมในการเรียนหลากหลายวิธี และสื่ออุปกรณ์ที่ใช้ในการเรียนเหมาะสม โดยวัดได้จากตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวแปร ได้แก่ เนื้อหาวิชา การจัดเวลาเรียน บรรยากาศในการเรียน กิจกรรมในการเรียน และสื่อที่ใช้ในการเรียนการสอน

ลักษณะของผู้เรียน (Student Characteristics) หมายถึง ความรู้สึกหรือการกระทำของนักเรียนต่อตนเองในการเป็นผู้ยอมรับตนเอง มีการวางแผนในการเรียนที่เป็นระบบ มีแรงจูงใจในการเรียน สามารถเรียนรู้ได้โดยปราศจากสิ่งควบคุมหรือสิ่งจูงใจภายนอก เช่น รางวัล เป็นต้น สามารถประเมินตนเองได้ว่าจะเรียนได้ดีแค่ไหน มีลักษณะเปิดกว้างต่อประสบการณ์ มีความสนใจใฝ่รู้ มีการยืดหยุ่นในการเรียนรู้ และมีความเป็นตัวของตัวเอง ดูแลตนเองได้ โดยวัดได้จากตัวแปรสังเกตได้ 7 ตัวแปร ได้แก่ การเป็นผู้ยอมรับตนเอง การวางแผนที่เป็นระบบ แรงจูงใจในการเรียน ความสามารถประเมินตนเองได้ ลักษณะเปิดกว้างต่อประสบการณ์ การยืดหยุ่นในการเรียน และความเป็นตัวของตัวเอง