

ความคิดเห็นของนักศึกษาพยาบาลต่อการเขียนบันทึกระสะท้อนคิด

เชษฐา แก้วพรม ปร.ค* อรัญญา บุญธรรม ค.ม.**
ลลนา ประทุม พย.ม.** ไสภณสิริ ยุทธวิสุทธิ กศ.ม.**

บทคัดย่อ

การเขียนบันทึกระสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมการเรียนการสอนที่ส่งเสริมทักษะทางปัญญาแก่ผู้เรียน การศึกษานี้เป็นการวิจัยผสมผสานเพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักศึกษาพยาบาลต่อการเขียนบันทึกระสะท้อนคิด กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี จำนวน 202 คน การวิจัยดำเนินการร่วมกับการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาการสอนและการให้คำปรึกษาทางสุขภาพ โดยเก็บรวบรวมข้อมูลหลังการมอบหมายให้นักศึกษาเขียนบันทึกระสะท้อนคิดในรายวิชาจำนวน 7 ครั้ง เครื่องมือวิจัยประกอบด้วยแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการเขียนบันทึกระสะท้อนคิด ผลการศึกษาพบว่านักศึกษาส่วนใหญ่เห็นว่าการเขียนบันทึกระสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ ช่วยพัฒนากระบวนการคิดวิเคราะห์ ส่งเสริมการตระหนักรู้ในตนเอง และพัฒนาทักษะการเขียน อย่างไรก็ตามพบว่ามีปัญหาหลายประการที่เป็นอุปสรรคของนักศึกษาในการเขียนบันทึกระสะท้อนคิด ปัญหาดังกล่าวได้แก่ การเชื่อมโยงความคิดไม่ได้ ความยากในการเลือกประเด็นที่จะเขียนบันทึก และการขาดทักษะในการเขียนเรียงความ เป็นต้น ผลการวิจัยสามารถสรุปได้ว่าการเขียนบันทึกระสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญและช่วยพัฒนาทักษะทางปัญญา ผลการศึกษาเสนอแนะให้อาจารย์พยาบาลสนับสนุนให้นักศึกษาเขียนบันทึกระสะท้อนคิดโดยกำหนดแนวทางและการประเมินผลที่ชัดเจน ตลอดจนจัดเตรียมห้องสมุดและระบบสารสนเทศเพื่อเกื้อหนุนการศึกษาค้นคว้าข้อมูลสำหรับเขียนบันทึกระสะท้อนคิด

คำสำคัญ : การสะท้อนคิด ทักษะทางปัญญา นักศึกษาพยาบาล บันทึกระสะท้อนคิด

* อาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี แพร่

** อาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

Perceptions of Nurse Students towards Reflective Journal

Chettha Kaewprom Ph.D^{*} Aranya Boontum M.Ed.^{**}
Lalana Pratoon M.N.^{**} Sopinsiri Yuthavisut M.Ed.^{**}

Abstract

Reflective journal is a learning activity that enhances cognitive skills. This study is a mixed-methods research aiming to explore nurse students' perceptions towards reflective journal. The subjects were 202 second-year nurse students. Phrapoklao Nursing College, Chantaburi. The study was conducted with implementation of subject of '*teaching and counseling in health*'. Data were collected after students were assigned to write reflective journal (7 times). Research instrument was a questionnaire obtaining the perceptions regarding reflective journal. The findings reveal that nurse students considered a reflective journal, beneficial for improving critical thinking, self-awareness, and writing skills. However, there were some challenges for writing reflective journal, including a failure to organize thinking, a difficulty to identify aspect for reflective journal writing, and a lack of writing skill. The research conclusion is that writing journal is a learning activity that promotes student-centered learning and cognitive skills. The findings suggest nurse instructors to support students' reflective journal by providing clear instruction and evaluation. Also, there is a need to provide library and database in order to support student for writing reflective journal.

Keywords : Reflection Cognitive skills Nurse students Reflective Journal

^{*}Nurse instructor, Boromarajonani College of Nursing, Phrae

^{**}Nurse instructor, Phrapokklao Nursing College, Chantaburi

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การสะท้อนคิด (Reflection) เป็นกระบวนการที่บุคคลนำเหตุการณ์ใดเห็นการณ์หนึ่งมาคิดใคร่ครวญและทำการวิเคราะห์โดยอาศัยองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง จนกระทั่งบุคคลเกิดความเข้าใจในเหตุการณ์และเกิดการเรียนรู้ใหม่ที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ในอนาคต¹ การสะท้อนคิดประกอบด้วยขั้นตอนย่อยๆ ได้แก่ (1) การทบทวนประสบการณ์ (2) การตรวจสอบความคิดความรู้สึกของตนเอง (3) การประเมินผลกระทบของเหตุการณ์ (4) การวิเคราะห์โดยเชื่อมโยงกับความรู้หรือประสบการณ์เดิม (5) การสรุปความรู้ความเข้าใจใหม่ (6) การวางแผนการดำเนินการในอนาคต^{2, 3}

เมื่อพิจารณาตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรี (Thai Qualifications Framework for Higher Education: TQF) สาขาพยาบาลศาสตร์ พ.ศ. 2552 จะเห็นว่าทักษะสะท้อนคิดมีความสอดคล้องกับผลการเรียนรู้ด้านทักษะทางปัญญา (Cognitive skills) ที่ต้องการให้บัณฑิตพยาบาลศาสตร์มีการตระหนักรู้ในศักยภาพของตนเอง มีการวิเคราะห์อย่างเป็นระบบโดยอาศัยองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องและสามารถแก้ปัญหาอย่างมีวิจารณญาณ โดยใช้ข้อมูลที่หลากหลาย⁴ ดังนั้นการส่งเสริมทักษะสะท้อนคิดจึงเป็นอีกกลยุทธ์หนึ่งในการพัฒนาทักษะทางปัญญาให้กับนักศึกษาพยาบาล

การเขียนบันทึกสะท้อนคิด (Reflective journal) เป็นกิจกรรมหนึ่งที่นักการศึกษาเชื่อว่าจะช่วยพัฒนาทักษะสะท้อนคิดได้ ในการเขียนบันทึกสะท้อนคิดแต่ละครั้งผู้เขียนต้องทำการวิเคราะห์การเรียนรู้จากเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่ง นอกจากนี้ยังต้องทบทวนและคิดวิเคราะห์เหตุการณ์โดยเชื่อมโยงกับเนื้อหาวิชาที่เรียน⁵ อย่างไรก็ตามเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของการพัฒนาทักษะสะท้อนคิดผู้สอนควรกำหนดหัวข้อในการเขียนเพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาคิดทบทวนไปตามขั้นตอนของการสะท้อนคิด^{1, 6}

วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี เห็นความสำคัญของการพัฒนาทักษะสะท้อนคิดในนักศึกษาพยาบาลจึงได้พัฒนาการเรียนการสอนแบบสะท้อนคิดในรายวิชาการสอนและการให้คำปรึกษาทางสุขภาพ (พย.1205) โดยกำหนดให้นักศึกษาเขียนบันทึกสะท้อนคิดโดยใช้กรอบแนวคิด Gibbs' Reflective Cycle² ผลของการมอบหมายงานดังกล่าวทำให้ระดับการสะท้อนคิดของนักศึกษาเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ⁷ อย่างไรก็ตามผู้วิจัยต้องการทราบความคิดเห็นของนักศึกษาต่อการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาการเรียนการสอนในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อสำรวจความคิดเห็นของนักศึกษาพยาบาลต่อการเขียนบันทึกสะท้อนคิดในรายวิชาการสอนและการให้คำปรึกษาทางสุขภาพ

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed-methods Research) เพื่อสำรวจความคิดเห็นของนักศึกษาพยาบาลต่อการเขียนบันทึกสะท้อนคิดในรายวิชาการสอนและการให้คำปรึกษาทางสุขภาพ โดยนักศึกษาได้รับมอบหมายให้เขียนบันทึกสะท้อนคิดจำนวน 7 ครั้ง เนื้อหาของบันทึกสะท้อนคิดเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างการเรียนรู้ภาคทดลอง 7 สาระการเรียนรู้ (Module) ตลอดระยะเวลา 8 สัปดาห์ ผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณจากแบบประเมินตนเอง (Self-reported questionnaire) และข้อมูลเชิงคุณภาพจากการใช้แบบสอบถามปลายเปิด (Open-ended Questionnaire) การศึกษานี้ผ่านการพิจารณาจริยธรรมวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างครั้งนี้ได้แก่นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี ปีการศึกษา 2555 ที่ลงทะเบียนเรียนวิชา พย.1205 การสอนและการให้คำปรึกษาทางสุขภาพ จำนวนทั้งสิ้น 202 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม 2 ส่วน ดังนี้

1. แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกสะท้อนคิด เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาจากแบบสอบถามในการศึกษาของ Chong² ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 15 ข้อ โดยเป็นข้อความเกี่ยวกับประโยชน์ของการเขียนบันทึกสะท้อนคิดจำนวน 10 ข้อ และข้อความเกี่ยวกับอุปสรรคของการเขียนบันทึกสะท้อนคิดจำนวน 5 ข้อ แบบวัดนี้ใช้มาตรวัดแบบลิเคิร์ต มีการตอบ 4 ระดับคือ 1-4 จากไม่เห็นด้วยจนถึงเห็นด้วยอย่างยิ่ง

2. แบบสอบถามปลายเปิดแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการเขียนบันทึกสะท้อนคิด

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) และความตรงเฉพาะหน้า (Face validity) ของแบบสอบถามความคิดเห็นต่อ

การเขียนบันทึกสะท้อนคิด โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน จากนั้นทำการตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 จำนวน 40 คน และหาความเชื่อมั่นโดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามรายด้านเท่ากับ 0.91 และ 0.86 ตามลำดับ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ประกอบด้วยร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยวิธีการอ่านวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) เพื่อค้นหาสาระสำคัญในความคิดเห็นของนักศึกษาต่อการเขียนบันทึกสะท้อนคิด

ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับประโยชน์ของการเขียนบันทึกสะท้อนคิดพบว่านักศึกษาส่วนใหญ่เห็นว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ โดยประโยชน์สูงสุดสามอันดับแรกได้แก่ (1) ช่วยให้มีโอกาสทบทวนประสบการณ์ของตนเอง (2) ช่วยฝึกคิดวิเคราะห์ และ (3) ช่วยให้มี ความรับผิดชอบเพิ่มขึ้น นอกจากนี้ยังมีประโยชน์อื่นๆ ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย และร้อยละของความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด

ประโยชน์ของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด	$\bar{x}$ (SD)	ร้อยละของความคิดเห็น			
		4	3	2	1
1. ทำให้ฉันคิดทบทวนประสบการณ์ของตนเองทั้งทางบวกและลบ	3.69(.51)	70.9	27.1	2.0	0
2. ทำให้ฉันได้ฝึกคิดวิเคราะห์มากขึ้น	3.48(.63)	55.8	36.7	7.5	0
3. ทำให้ฉันมีความรับผิดชอบมากขึ้น	3.46(.68)	56.3	33.2	10.6	0
4. ทำให้ฉันเข้าใจความคิดความรู้สึกของตนเอง	3.45(.64)	52.8	40.2	6.5	5.0
5. ทำให้ฉันมองเหตุการณ์ต่างๆ ด้วยมุมมองใหม่	3.37(.64)	45.7	45.7	8.6	0
6. ทำให้ฉันได้ค้นคว้าและเรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้น	3.32(.70)	44.2	44.2	10.6	1.0
7. ทำให้ฉันได้เรียนรู้จากเหตุการณ์รอบตัว	3.29(.65)	38.7	51.8	9.0	.5
8. ทำให้ฉันมีโอกาสประยุกต์ทฤษฎีลงสู่การปฏิบัติจริง	3.07(.71)	27.1	54.8	16.1	2.0
9. ทำให้ทักษะการสื่อสารของฉันดีขึ้น	3.04(.71)	26.1	52.3	20.6	1.0
10. ทำให้ทักษะการตัดสินใจของฉันดีขึ้น	2.86(.68)	15.1	57.8	25.1	2.0

หมายเหตุ * 1 = ไม่เห็นด้วย 2 = เห็นด้วยน้อย 3 = เห็นด้วยปานกลาง 4 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง

2. ผลการอ่านและวิเคราะห์แก่นสาระข้อมูลความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับประโยชน์ของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด ดังสรุปในตารางที่ 2 พบว่านักศึกษาเห็นว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาการคิดวิเคราะห์ (Critical thinking) โดยในระหว่างที่เขียนบันทึก นักศึกษาได้มีโอกาสคิดวิเคราะห์อย่างเป็นขั้นตอน และเรียบเรียงความคิดอย่างเป็นระบบเพื่อเขียนให้ผู้อื่นเข้าใจ การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) เป็นประโยชน์อีกประการหนึ่งที่นักศึกษาได้รับจากการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเพราะเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ทบทวนตัวเองเพื่อประเมินข้อดี ข้อเสีย จากนั้นก็ทำการปรับปรุงหรือพัฒนาตนเอง นอกจากนี้การได้ทบทวนความรู้และฝึกทักษะการเขียนก็เป็นอีกประเด็นหนึ่งที่นักศึกษาเห็นว่าเป็นประโยชน์ของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด

ตารางที่ 2 ความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับประโยชน์ของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด

ประเด็น (จำนวน)	ตัวอย่างความคิดเห็น
ช่วยพัฒนาการคิดวิเคราะห์ (80)	1. “ทำให้มองและวิเคราะห์ในสิ่งที่ตนทำ ได้ทบทวนด้านความคิด ความรู้สึกและได้วิเคราะห์เนื้อหาที่ยังไม่เข้าใจ” 2. “ได้ฝึกการคิดอย่างเป็นลำดับขั้นตอนและนำมาเขียนความเรียงเพื่อสะท้อนในสิ่งที่ได้เรียนรู้ออกมา” 3. “ช่วยให้เราฝึกคิดวิเคราะห์ ใช้ความคิดในการแยกเหตุผล ผลลัพธ์ที่อาจจะเกิดขึ้น และสามารถนำไปใช้ประโยชน์”
พัฒนาตระหนักรู้ในตนเอง (59)	1. “ทำให้เรารู้จักตนเองมากขึ้น ได้เห็นจุดบอดของตนเองว่าเป็นอย่างไร สิ่งไม่ดีก็นำมาแก้ไขและปรับเปลี่ยนให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และยังทำให้มองผู้อื่นแล้วไม่ควรตัดสินผู้อื่นว่าเป็นคนอย่างไร” 2. “ทำให้เราเข้าใจและเห็นตนเองมากขึ้น เพราะเราได้มีเวลากลับมาทบทวนตัวเองว่าในแต่ละวันได้เรียนรู้อะไร สิ่งที่ได้เรียนรู้มีประโยชน์อย่างไร เราได้เห็นข้อดีข้อเสียของตนเอง และเกิดการพัฒนาตนเอง”
ทบทวนความรู้ที่เรียน (55)	1. “เป็นการสรุปสิ่งที่ได้เรียนไปแล้วสะท้อนออกมาว่าเราเกิดการเรียนรู้อะไรบ้าง ทำให้เราเข้าใจสิ่งที่เราได้เรียนไปได้ดียิ่งขึ้น” 2. “ทำให้เราได้ถอดความรู้ที่ได้เรียน เพื่อแสดงให้เห็นว่าเราเข้าใจมากน้อยเพียงใด” 3. “ได้เขียนสรุปองค์ความรู้ที่ได้รับ ได้ทบทวนสิ่งที่เรารู้ ได้รับคำแนะนำจากอาจารย์ซึ่งมีประโยชน์มาก”
พัฒนาตนเอง (50)	1. “ทำให้เรารู้ว่าแต่ละครั้งที่เรียนเราได้เรียนรู้อะไร และสิ่งนั้นจะนำมาปรับปรุงกับตนเองได้อย่างไร หรือนำมาพัฒนาตนเองเพิ่มเติม” 2. “ทำให้เราได้กลับมาทบทวนสิ่งที่เราทำซึ่งอาจจะมีทั้งข้อดีหรือข้อที่ควรแก้ไข สำหรับข้อดีเราก็นำไปใช้ได้ อีก แต่สำหรับข้อบกพร่องเราก็ควรนำไปแก้ไขและพัฒนาตนเอง” 3. “ได้พัฒนาตนเอง การเขียนบันทึกและมีเพื่อนหรืออาจารย์ช่วยสะท้อนให้เราให้เห็นว่าควรปรับปรุงหรือแก้ไขในด้านใดบ้าง”
ฝึกทักษะการเขียน (31)	1. “ทำให้เขียนเรียงความเก่งขึ้น เพราะในขณะที่เขียนจะต้องแสดงความคิดที่ออกมาจากตัวเรา จะต้องรอบคอบเพราะต้องเขียนให้อีกต้องตามเกณฑ์ที่กำหนด และการเขียนบ่อยๆ จะช่วยให้เกิดความชำนาญ” 2. “ฉันได้รับการพัฒนาทักษะด้านภาษามากที่สุด เพราะการเขียนทำให้ฉันได้ฝึกคิดฝึกเขียน และฝึกการใช้ภาษาที่ถูกต้องและเหมาะสม” 3. “การพัฒนาทักษะการเขียน หลังจากที่ได้เขียนบันทึกสะท้อนคิดทำให้รู้ตัวเองว่าการเขียนภาษาไทยตกไปเยอะ ต้องฝึกเขียนบ่อยๆ กว่านี้”

ประเด็น (จำนวน)	ตัวอย่างความคิดเห็น
พัฒนาทักษะการแสดงความรู้สึก (13)	1. “การเขียนบันทึกทำให้เราสามารถแสดงความรู้สึกได้ดีกว่า เพราะบางครั้งเราอาจจะไม่กล้าพูด” 2. “ทำให้เราได้ทบทวนความรู้สึกของตนเอง และเขียนให้คนอื่นเข้าใจ” 3. “ทำให้ได้เขียนระบายความรู้สึกต่างๆ ที่ไม่มีโอกาสพูด”
พัฒนาทักษะการสืบค้น (4)	1. “ฝึกการแสวงหาความรู้จากแหล่งอื่นๆ มาประยุกต์ใช้กับเนื้อหาที่เรียน” 2. “ทำให้เราได้ฝึกตั้งคำถาม และไปค้นคว้าหาคำตอบเพิ่มเติม” 3. “การเขียนบันทึกทำให้เรารู้จักคิด การหาคำตอบทั้งจากประสบการณ์ของตนเอง และคนอื่น รวมถึงการหาคำตอบจากห้องสมุดด้วย”

3. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับอุปสรรคของการเขียนบันทึกสะท้อนคิดดังแสดงในตารางที่ 3 พบว่าปัญหาสำคัญของการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเกิดจากสาเหตุหลักๆ คือ การหาประเด็นการเรียนรู้ไม่ได้ ความไม่คุ้นเคยกับการเขียนบันทึกสะท้อนคิด และการมีเวลาอันจำกัดทำให้เขียนบันทึกได้ไม่ดี เป็นต้น

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย และร้อยละของความคิดเห็นเกี่ยวกับอุปสรรคของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด

อุปสรรคของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด	$\bar{x}$ (SD)	ร้อยละของความคิดเห็น			
		4	3	2	1
1. การหาประเด็นเรียนรู้ไม่ได้เป็นอุปสรรคของการเขียนบันทึก	3.34(.85)	55.3	27.1	14.1	3.5
2. ความไม่คุ้นเคยกับการเขียนบันทึกเป็นอุปสรรคของการเรียนรู้	3.24(.85)	47.2	33.2	16.1	3.5
3. การมีเวลาอันจำกัดทำให้ฉันเรียนรู้ได้ไม่ดีเท่าที่ควร	3.08(.87)	35.7	42.2	16.1	6.0
4. คำชี้แจงที่น้อยเกินไปทำให้ฉันเขียนบันทึกได้ไม่ดี	3.05(.85)	33.7	42.2	19.6	4.5
5. การขาดสิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ทำให้ฉันเขียนบันทึกได้ไม่ดี	2.86(.78)	20.6	48.2	27.6	3.5

หมายเหตุ * 1 = ไม่เห็นด้วย 2 = เห็นด้วยน้อย 3 = เห็นด้วยปานกลาง 4 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง

4. ผลการอ่านข้อมูลและวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) ข้อมูลความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับอุปสรรคของการเขียนบันทึกสะท้อนคิดดังสรุปในตารางที่ 4 พบว่าปัญหาการเขียนและการใช้ภาษาในการเขียนเป็นปัญหาหลักที่นักศึกษาส่วนใหญ่กล่าวถึง โดยนักศึกษาเห็นว่าการที่ตนเขียนบันทึกสะท้อนคิดได้ไม่ได้นั้นเกิดจากการขาดทักษะในการเขียนเชิงวิชาการ ปัญหาการวางโครงสร้างของเรียงความ ปัญหาเรียงประโยคหรือการเรียบเรียงเนื้อหา ปัญหาการเลือกใช้คำเพื่อสื่อความหมายได้ตามที่ต้องการ รวมถึงปัญหาการใช้ภาษาพูดในงานเขียน เป็นต้น

ความยากในการเชื่อมโยงความคิดเป็นปัญหาสำคัญอีกประการหนึ่งของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด นักศึกษาส่วนใหญ่เห็นว่าการเชื่อมโยงความคิดเป็นเรื่องยาก เพราะในการเขียนบันทึกตามกรอบแนวคิด Reflective cycle ของกิบสันนั้น ต้องอาศัยกระบวนการคิดเชื่อมโยงเป็นระบบเพื่อให้สาระของบันทึกสะท้อนคิดทั้งฉบับมีความ

สอดคล้องกัน นักศึกษาส่วนหนึ่งเสนอแนะให้เขียนอธิบายแต่ละประเด็นแยกออกจากกันเป็นข้อๆ เพราะเป็นสิ่งที่ตนคุ้นเคยมากกว่าการเล่าประสบการณ์การเรียนรู้ในรูปแบบของความเรียง

นอกจากนี้การเลือกประเด็นที่จะเขียนบันทึกไม่ได้ก็เป็นอีกปัญหาหนึ่งที่นักศึกษากล่าวถึง การเลือกประเด็นการเรียนรู้เป็นขั้นตอนที่สำคัญในการเขียนบันทึกสะท้อนคิด เพราะหากนักศึกษาลงมือเขียนบันทึกโดยไม่ทราบประเด็นก็จะทำให้การเขียนวอกวน ไม่สอดคล้องต่อเนื่องหรืออาจทำให้ยุติการเขียน ปัญหาในการเลือกประเด็นมีสองลักษณะคือ ไม่พบประเด็นที่จะเขียนและพบหลายประเด็นแต่เลือกไม่ได้ปัญหาดังกล่าวส่งผลให้นักศึกษามีความสับสนในการเขียนบันทึกสะท้อนคิด ตัดสินใจเลือกประเด็นหลักในการเขียนไม่ได้ ขาดการเรียบเรียงความคิดและไม่สามารถเขียนเพื่อสื่อความหมายให้ผู้อ่านเข้าใจได้และทำให้งานเขียนดังกล่าวไม่มีคุณภาพ

ตารางที่ 4 ความคิดเห็นของนักศึกษาเกี่ยวกับปัญหาของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด

ประเด็น (จำนวน)	ตัวอย่างความคิดเห็น
ปัญหาการเขียนและการใช้ภาษา (70)	1. “มีปัญหาเรื่องการเรียบเรียงประโยค ไม่รู้จะเขียนประโยคไหนก่อนหลัง เขียนไม่ตรงประเด็น เขียนวกไปวนมา” 2. “มีปัญหาในการเขียนเรียงคำพูด เรียบเรียงเนื้อหา เพราะมีความซับซ้อนในการใช้ภาษา ถ้าใช้ภาษาที่ยากผู้อ่านก็จะสับสนและไม่เข้าใจ”
ปัญหาการเชื่อมโยงความคิด (65)	1. “ขาดทักษะการคิด การเชื่อมโยงเหตุผล คิดนอกกรอบไม่ได้ แม้จะตั้งใจคิดแต่ก็คิดได้แต่ซ้ำๆ ของเดิม ไม่สามารถเชื่อมโยงเหตุผลและเนื้อเรื่องเข้าหากันได้” 2. “ปกติการเรียนในวิชาอื่นไม่ค่อยมีวิชาไหนให้เขียนบันทึกสะท้อนคิด ทำให้การจัดระบบความคิดไม่มีประสิทธิภาพ เรียบเรียงไม่ค่อยคล่องไม่ต่อเนื่องกัน”
ปัญหาการเลือกประเด็นที่จะเขียนบันทึก (36)	1. “ความยุ่งยากในการเลือกประเด็นหัวข้อ และการตั้งคำถาม เพราะถ้าเริ่มไม่ได้มันก็ไปต่อไม่ได้ สับสน ยุ่งไปหมด” 2. “ไม่สามารถจับประเด็นการเรียนในห้องเรียนได้ ทำให้เขียนออกมาได้ไม่ดี จับประเด็นนั้นประเด็นนี้ มั่วไปหมด”

ประเด็น (จำนวน)	ตัวอย่างความคิดเห็น
ปัญหาการเขียนบอกความรู้สึก (9)	1. “บางครั้งเรายังไม่ยอมรับความรู้สึกทำให้การเขียนออกมาไม่ตรงประเด็นสักเท่าไร หรือ ไม่กล้าแสดงความรู้สึกที่แท้จริงออกมา” 2. “บางครั้งไม่รู้จะเขียนบรรยายความรู้สึกอย่างไร เขียนออกมาไม่ได้ เรียบเรียงเป็นภาษาไม่ได้”
ไม่เข้าใจวิธีการเขียน (8)	1. “ยังไม่เข้าใจการเขียนแบบสะท้อนคิด ทำให้เขียนไม่ครอบคลุม หรือเขียนไม่ครบตามหัวข้อ ไม่มีประสิทธิภาพ” 2. “ไม่เข้าใจว่าในแต่ละหัวข้อต้องเขียนออกมาแนวไหน แล้วก็เชื่อมโยงแต่ละหัวข้อเข้ากันไม่ได้ เขียนโดยใช้อ้างอิงไม่เป็น”
ประเด็นอื่นๆ (7)	1. “หาหนังสืออ้างอิงยาก เพราะเรื่องบางเรื่องไม่รู้จะเอาหนังสือไหนมาอ้างอิง เพราะเป็นเรื่องของความรู้สึก” 2. “สิ่งแวดล้อมรอบข้างไม่ดี เพื่อนคุยกันเสียงดังทำให้ไม่มีสมาธิในการเขียน” 3. “ไม่มีเวลาเพราะงานหรือกิจกรรมเยอะ”

การอภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบประเด็นสำคัญดังต่อไปนี้

1. นักศึกษาส่วนใหญ่เห็นว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ โดยผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณและคุณภาพพบว่านักศึกษาเห็นประโยชน์ของการเขียนบันทึกสะท้อนคิดว่าเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดการพัฒนากระบวนการคิดวิเคราะห์ เกิดการตระหนักรู้ในตนเอง เข้าใจความคิดความรู้สึกของตนเองและพัฒนาทักษะการเขียน

ผลการศึกษาที่สอดคล้องกับงานวิจัยในต่างประเทศพบนักศึกษามีความเห็นว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ เช่น การศึกษาของ Chong² ซึ่งสำรวจความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกสะท้อนคิดในกลุ่มนักศึกษายาบาลจำนวน 98 คน ผลการศึกษพบว่านักศึกษาเห็นประโยชน์ของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด โดยระบุว่า การเขียนบันทึกสะท้อนคิดทำให้มีโอกาสได้คิดทบทวนประสบการณ์ของตนเองทั้งทางบวกและลบ ทำให้มีความรับผิดชอบเพิ่มมากขึ้น ทำให้เกิดความพยายามในการเรียนรู้มากขึ้นและทำให้การตัดสินใจดีขึ้น เป็นต้น

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาของ Harris⁸ ที่สอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับของการเขียนบันทึกสะท้อนคิดจากนักศึกษายาบาลจำนวน 110 คน ผลการศึกษพบว่านักศึกษามีความเห็นว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดการเรียนรู้อย่างลึกซึ้ง โดยนักศึกษาให้ความคิดเห็นเพิ่มเติมว่าการเขียนบันทึกช่วยให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากการลงมือปฏิบัติจริง (Active learning) ช่วยพัฒนากระบวนการคิดวิเคราะห์ (Critical thinking) เกิดทักษะในการสืบค้นเพื่อแก้ปัญหา และเพื่อการเรียนรู้ ในขณะเดียวกันก็ช่วยให้พวกเขาเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง มีโอกาสพัฒนาตนเองและมีความมั่นใจเพิ่มมากขึ้น

2. จากการสอบถามนักศึกษาเกี่ยวกับปัญหาของการเขียนบันทึกสะท้อนคิดพบปัญหาหลายประการที่ทำให้นักศึกษาเขียนบันทึกได้ไม่ดีเท่าที่ควร ปัญหาดังกล่าวได้แก่ การจัดลำดับและเชื่อมโยงความคิด การเลือกประเด็นในเขียนบันทึกไม่ได้ การขาดทักษะในการเขียนและการใช้ภาษา และการมีเวลาจำกัด เป็นต้น

ความยากในการหาประเด็นเป็นปัญหาสำคัญของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด การเขียนบันทึกสะท้อนคิดเริ่มจากการคิดทบทวนประสบการณ์ในชั้นเรียนแล้วค้นหาว่าประสบการณ์ดังกล่าวก่อให้เกิดการเรียนรู้ในประเด็นใดบ้าง จากนั้นเลือกประเด็นที่สนใจเพียงประเด็นเดียวมาทำการคิดวิเคราะห์ อย่างไรก็ตามพบนักศึกษาจำนวนมากไม่สามารถเลือกประเด็นที่จะนำมาเขียนบันทึกได้ ทั้งนี้อาจจะเกิดจากการค้นหาประเด็นไม่พบและมีประเด็นที่น่าสนใจหลายประเด็นจนเลือกไม่ได้

ความยากในการหาประเด็นเพื่อเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นปัญหาที่ถูกกล่าวถึงในการศึกษาของ Chong² ที่พบว่านักศึกษาร้อยละ 70 มีปัญหาในการค้นหาประเด็นในการเขียนบันทึกสะท้อนคิด ทั้งนี้ Towndrow & Ling¹⁰ อธิบายว่าการค้นหาประเด็นการเรียนรู้และการตั้งคำถามที่กระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ถือเป็นทักษะพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับการเขียนบันทึกสะท้อนคิด ดังนั้นหากนักศึกษาไม่สามารถค้นหาประเด็นที่จะเรียนรู้หรือไม่มีการตั้งคำถามที่ก่อให้เกิดการเรียนรู้ กระบวนการสะท้อนคิดก็จะไม่เกิดขึ้น

ข้อจำกัดด้านเวลาเป็นปัญหาอีกประการหนึ่งของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด การเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่ต้องอาศัยเวลา โดยเฉพาะใช้เวลาในการคิดวิเคราะห์ประสบการณ์¹¹ จากการศึกษาของ Chong² พบว่านักศึกษาร้อยละ 77 เห็นว่าการมีเวลาอันจำกัดเป็นอุปสรรคของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด โดยอธิบายว่านักศึกษาต้องการเวลาในการคิดวิเคราะห์ก่อนที่จะเขียนบรรยายลงในบันทึกสะท้อนคิด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Chirema¹² และของ Farrah¹³ ที่พบว่าการมีเวลาไม่เพียงพอทำให้นักศึกษาเขียนบันทึกสะท้อนคิดได้ไม่ดีเท่าที่ควร โดยอธิบายว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดแต่ละครั้งต้องใช้เวลา

ค่อนข้างมากในการคิดใคร่ครวญและถ่ายทอดความคิดของตนเองผ่านการเขียนบันทึก

การขาดทักษะการเขียนและการใช้ภาษาเป็นอีกประเด็นหนึ่งที่นักศึกษาเห็นว่าเป็นอุปสรรคของการเขียนบันทึกสะท้อนคิด การเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นการถ่ายทอดประสบการณ์ ความคิด ความรู้สึกและความรู้ความเข้าใจด้วยวิธีการเขียนเพื่อให้ผู้อื่นเข้าใจ ดังนั้นทักษะการเขียนจึงเป็นเรื่องที่จำเป็น¹⁴ แม้ว่าการตรวจประเมินบันทึกสะท้อนคิดจะให้ความสนใจ “คุณภาพของความคิด” มากกว่า “คุณภาพของการใช้ภาษาและการเขียน” อย่างไรก็ตามการใช้ภาษาหรือประโยคเพื่อถ่ายทอดความคิดก็ยังเป็นเรื่องที่ยากของนักศึกษา จากการศึกษาของ Shin¹⁵ พบว่านักศึกษามีปัญหาการเขียนในหลายลักษณะ เช่น การเลือกใช้คำที่มีความหมายให้ตรงกับสิ่งที่ต้องการจะสื่อสาร การสรุปความคิดทั้งหมดลงในการเขียนแต่ละประโยค และการจัดเรียงประโยคเพื่อให้เป็นไปตามรูปแบบของการเขียน เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

ผลจากการศึกษาครั้งนี้มีข้อเสนอแนะสำหรับอาจารย์พยาบาลดังต่อไปนี้

1. อาจารย์ควรกำหนดให้ “การเขียนบันทึกสะท้อนคิด” เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการเรียนการสอนทั้งในรายวิชาทฤษฎีและรายวิชาปฏิบัติ เพราะการเขียนบันทึกสะท้อนคิดจะช่วยให้นักศึกษาเกิดการพัฒนาทักษะทางปัญญา ส่งเสริมกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ช่วยให้นักศึกษาสามารถเชื่อมโยงความรู้ไปสู่การปฏิบัติจริง⁵

2. อาจารย์ที่รับผิดชอบรายวิชาที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาทักษะการตระหนักรู้ในตนเองควรกำหนดให้นักศึกษาเขียนบันทึกสะท้อนคิด เพราะการเขียนจะช่วยให้นักศึกษามีโอกาสทบทวนความคิดความรู้สึกของตนเอง นำไปสู่การเข้าใจ

ตนเองและเข้าใจความรู้สึกของผู้รับบริการ ทั้งนี้มีงานวิจัยจำนวนมากพบว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดช่วยพัฒนาการตระหนักรู้ของนักศึกษา¹²

3. อาจารย์ที่ต้องการใช้บันทึกสะท้อนคิดเป็นส่วนหนึ่งของรายวิชาควรมีการวางแผนกำหนดวัตถุประสงค์และแนวทางที่ชัดเจนในการเขียนบันทึกสะท้อนคิด ทั้งนี้อาจารย์บางท่านอาจคิดว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นเรื่องง่าย คล้ายกับการเขียนบันทึกประจำวันจึงไม่ต้องอธิบายมาก หรืออาจารย์บางท่านอาจคิดว่าการกำหนดรายละเอียดในการเขียนจะเป็นการจำกัดความคิดของนักศึกษา แต่จากการศึกษาพบว่า นักศึกษาต้องการแนวทางการเขียนที่ชัดเจนจึงจะช่วยให้เขียนบันทึกสะท้อนคิดได้ดี^{2, 12}

4. อาจารย์ควรมีความรู้ความเข้าใจหลักการประเมินผลและเกณฑ์การให้คะแนนบันทึกสะท้อนคิด แนวทางการประเมินผลเป็นสิ่งที่จำเป็นทั้งต่อตัวนักศึกษาและอาจารย์ การที่นักศึกษารับรู้แนวทางและเกณฑ์การให้คะแนนก็จะสามารถเขียนบันทึกสะท้อนคิดได้ตรงกับสิ่งที่อาจารย์คาดหวัง และการที่อาจารย์มีความเข้าใจแนวทางการประเมินผลก็จะช่วยให้เกิดความเที่ยงตรงในการให้คะแนนและสามารถประเมินพัฒนาการของนักศึกษาได้²

5. อาจารย์ควรคำนึงถึงระยะเวลาในการเขียนบันทึกสะท้อนคิด การเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่ต้องอาศัยเวลาในการคิดและเขียน² ดังนั้นอาจารย์ควรคำนึงถึงภาระงานของนักศึกษาว่ามีมากเกินไปหรือไม่ นอกจากนี้ควรพิจารณาระยะเวลาที่นักศึกษาใช้ในการเขียนบันทึกสะท้อนคิดแต่ละครั้งว่าเหมาะสมหรือไม่

6. อาจารย์ควรจัดเตรียมห้องสมุดและระบบสารสนเทศเพื่อเก็บบันทึกความรู้ของนักศึกษา การเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นการเขียนเล่าประสบการณ์โดยเชื่อมโยงกับเนื้อหาวิชาหรือองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง² การเตรียมปัจจัยเกื้อ

หนุนการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองจึงเป็นสิ่งที่จำเป็น จากการศึกษาของ Saito & Miwa¹⁶ พบว่าการเตรียมระบบสารสนเทศเพื่อสืบค้นข้อมูลช่วยให้ นักศึกษาเกิดการตื่นตัวในการค้นคว้าข้อมูลและช่วยให้สามารถเขียนบันทึกสะท้อนคิดได้ดียิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. Beam RJ, O'Brien RA, Neal M. Reflective practice enhance public health nurse implementation of nurse-family partnership. *Public Health Nursing*. 2010;27(2):131-139.
2. Chong MC. Is reflective practice a useful task for student nurses? *Asian Nursing Research*. 2009;3(3):111-120.
3. Stonehouse D. Using reflective practice to ensure high standard of care. *British Journal of Healthcare Assistants*. 2011;5(6):299-302.
4. คณะกรรมการการอุดมศึกษา. ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง มาตรฐานคุณวุฒิระดับปริญญาตรี สาขาพยาบาลศาสตร์ พ.ศ. 2552. 2553 ค้นเมื่อ 14 มีนาคม 2556. จาก http://www.mua.go.th/users/tqf-hed/news/FilesNews/FilesNews6/nurse_R.pdf.
5. Billings D, Kowalski K. Journaling: a strategy for developing reflective practitioners. *The Journal of Continuing Education in Nursing*. 2006;37(3):104-106.
6. Horton-Deutsch S, Sherwood G. Reflection: an education strategy to develop emotionally-competent nurse leaders. *Journal of Nursing Management*. 2008;16:946-954.

7. เชษฐา แก้วพรม. การพัฒนาทักษะสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลด้วยการเขียนบันทึกการเรียนรู้ในรายวิชาการสอนและการให้คำปรึกษาทางสุขภาพ. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี. 2556;24(2):12-20.
8. Harris M. Is journaling empowering? Students' perceptions of their reflective writing experience. *Health Sa Gesundheit*. 2005;10(2):47-60.
9. Philip L. Encouraging reflective practice amongst students: a direct assessment approach. *Planet*. 2006; 17: 37-39.
10. Towndrow P, Ling T. Promoting inquiry through science reflective journal writing. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education*. 2008;4(3):279-283.
11. Capelin H. Reflective practice in a very busy world: what's the essence? *The Scottish Journal of Healthcare Chaplaincy*. 2012;15(1):36-42.
12. Chirema KD. The use of reflective journals in the promotion of reflection and learning in post-registration nursing students. *Nurse Education Today*. 2007;27(3):192-202.
13. Farrah M. Reflective journal writing as effective technique in the writing process. *An-Najah University Journal for Research - Humanities*. 2012;26(4): 997-1025.
14. Silvia B, Valerio D, Lorenza G. The reflective journal: a tool for enhancing experience-based learning in nursing students in clinical practices. *Journal of Nursing Education and Practice*. 2013;3(3):102-111.
15. Shin SJ. Learning to teach writing through tutoring and journal writing. *Teachers and Teaching: theory and practice*. 2006;12(3):325-345.
16. Saito H, Miwa K. Construction of a learning environment supporting learners' reflection: a case of information seeking on the web. *Computer & Education*. 2007;49(2):214-229.