

กระบวนทัศน์ทางจิตตปัญญาศึกษาเพื่อเสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโต ของนักเรียนหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ยุคการเปลี่ยนแปลงของโลก The paradigm of Contemplative Education Enhance Growth Mindset among Baccalaureate Nursing Students in VUCA world

กรรณา วงษ์เทียนหลาย*

Karuna Wongtienlai*

วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย 10600

Royal Thai Navy College of Nursing, Bangkok Thailand 10600

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนากระบวนทัศน์ทางจิตตปัญญาศึกษา เสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโตของนักเรียนหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต ซึ่งในการพัฒนานักเรียนพยาบาลทหารเรือให้มีกรอบแนวคิดแบบเติบโต โดยใช้กระบวนการทางจิตตปัญญา 3 รูปแบบ คือ 1) การใช้สติ (Mindfulness) 2) การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep listening) และ 3) สนทนา (Dialogue) เพื่อประเมินการเปลี่ยนแปลงตนเอง 3 ขั้น คือ 1) ขั้นตระหนักรู้ 2) ขั้นเปลี่ยนแปลง 3) ขั้นพัฒนาอย่างต่อเนื่อง สำหรับนักเรียนพยาบาลทหารเรือชั้นปีที่ 3 ในรายวิชาการฝึกปฏิบัติการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น ที่ขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วยวิกฤตกุมารเวชกรรม รพ.สมเด็จพระปิยะเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ โดยนักเรียนพยาบาลพยาบาลจำนวน 60 คน แบ่งเป็นกลุ่มละ 3-4 คน ใช้เวลาบนหอผู้ป่วย 2 สัปดาห์/กลุ่ม พบว่า นักเรียนพยาบาลทหารเรือเกิดความตระหนักรู้ ความเข้าใจตนเองมากขึ้น รับผิดชอบต่ออุปสรรคปัญหาในการสื่อสารกับตนเอง กับบุคคลใกล้ชิด ทักษะคิดเชิงบวกที่เพิ่มขึ้น มีความกล้าสอบถามพี่พยาบาลในทีม กล้าให้การพยาบาลผู้ป่วยเด็กวิกฤตในการพยาบาลพื้นฐาน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในการประชุมกลุ่มร่วมกับอาจารย์พยาบาลและครูนิเทศประจำหอผู้ป่วย อย่างมีความสุข ความมั่นใจในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลผู้ป่วยเด็กวิกฤตได้อย่างมีคุณภาพ

คำสำคัญ : กระบวนทัศน์, จิตตปัญญาศึกษา, กรอบแนวคิดแบบเติบโต, พยาบาลศาสตรบัณฑิต

Abstract

This article aims to develop a paradigm in contemplative education to foster a growth mindset among students enrolled in the Bachelor of Nursing Science program. The development of naval nursing cadets with a growth mindset was promoted through three contemplative practices: (1) mindfulness, (2) deep listening, and (3) dialogue. These practices were employed to assess personal transformation in three stages: (1) awareness, (2) transformation, and (3) continuous development. The target group consisted of third-year naval nursing cadets enrolled in the Pediatric and Adolescent Nursing Practicum course, who underwent clinical training in the Pediatric Intensive Care Unit at Somdech Phra Pinklao Hospital, Royal Thai Navy Medical Department. Sixty nursing cadets participated, divided into groups of 3-4, each group completing a two-week clinical rotation in the unit.

Corresponding Author: *Email : khunkaruna.w@gmail.com

วันที่รับ (Received) 5 พ.ค. 2568 วันที่แก้ไขเสร็จ (Revised) 3 ก.ค. 2568 วันที่ตอบรับ (Accepted) 13 ก.ค. 2568

The assessment results revealed that the students gained greater self-awareness and understanding, as well as insights into the challenges of self-communication and communication with others. They exhibited an increase in positive attitudes, demonstrated more confidence in asking questions to nursing team members, and were more willing to provide basic nursing care to critically ill pediatric patients—such as inserting orogastric (OG) tubes and cleaning umbilical lines. The students also actively participated in group discussions with nursing instructors and clinical supervisors with joy and enthusiasm, ultimately gaining confidence and demonstrating improved quality in their clinical nursing practice.

Keywords: Paradigm, Contemplative Education, Growth mindset, Baccalaureate Nursing Students

บทนำ

ปรากฏการณ์ในการขับเคลื่อนจากเปลี่ยนแปลง ทั้งในส่วนของโรคอุบัติใหม่ การล้าสมัยของ AI (Artificial Intelligence) โดยทำให้เกิดพฤติกรรมที่ปรับเปลี่ยนของ มนุษย์ต่อการล้าสมัยของเทคโนโลยีอย่างไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน ต่อเทคโนโลยีหรือนวัตกรรมที่สร้างขึ้นมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ในส่วนของสินค้าและบริการที่ประสบความสำเร็จในยุคนี้ คือ สินค้า หรือบริการที่ถูกค้า หรือผู้รับบริการเลือกใช้แล้วคิดว่าตอบโจทย์ความต้องการของตนเองได้ ทำให้การใช้ชีวิต ของตนเองง่ายขึ้น สะดวกขึ้น ดังนั้น ไม่ว่าจะเป็นสถาบัน การศึกษา ไม่ว่าจะเป็นขนาดใดก็ตาม รวมไปถึงบุคลากรอาจารย์พยาบาล นักเรียนพยาบาล และบุคลากรสนับสนุน ในสถาบันการศึกษา จะต้องตระหนักถึงความเปลี่ยนแปลง หมั่นเรียนรู้พัฒนาตัวเองและต้องเตรียมตัวให้พร้อมกับการทำงานในอนาคต การจัดการเรียนการสอนในยุค VUCA world (Volatility, Uncertainty, Complexity and Ambiguity) World ต้องมีการเปลี่ยนแปลงทักษะจากกระบวนทัศน์แบบดั้งเดิม (Tradition Paradigm) ไปสู่กระบวนทัศน์ใหม่ (New Paradigm) เป็นยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยีที่พัฒนาอย่างรวดเร็ว เมื่อเปรียบเทียบกับการใช้เทคโนโลยีในอดีตที่ผ่านมา ส่งผล กระทบต่อการบริหารจัดการสถานการศึกษา อาทิ วิทยาลัยพยาบาล เป็นอย่างมาก ผู้บริหารสถานศึกษา อาจารย์ผู้สอนวิทยาลัยพยาบาล มีความจำเป็นที่ต้องเปลี่ยนทัศนคติ และแนวคิดการบริหารของตนเองให้ทันต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งนี้เพื่อให้สถาบันการศึกษามีความทันสมัยสามารถบริหารจัดการสถานศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพในทุก ๆ ด้านในหน่วยงานทางการศึกษาทุกแห่งหันมาเรียน ในระบบออนไลน์มากขึ้น ผู้สอนทำงานทางไกลมากขึ้น การนำเทคโนโลยีเข้ามามี ส่วนร่วมในการเรียนการสอน ส่งผลให้เกิดการปรับตัว การแก้ปัญหา การเผชิญกับสิ่งที่ไม่พึงประสงค์

ในการเรียนการสอนเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา ทั้งในส่วนของผู้สอน นักเรียนพยาบาล อดีตผู้อำนวยการ NUS Centre for Future-ready Graduates และผู้ก่อตั้งบริษัท Forest Wolf ประเทศสิงคโปร์ ให้ความเห็นไว้ว่า เมื่อกล่าวถึงเรื่องความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี คนทั่วไปมักนึกถึงโลกภายนอก โดยตนเองมักจะลืมนึกถึง “เทคโนโลยีภายในตัวเอง” ว่าไม่ได้อัปเดตซอฟต์แวร์ภายในของตนเองนานเพียงพอแล้ว¹ ซึ่งหมายถึงความตระหนักรู้เกี่ยวกับตัวเอง และทัศนคติมุมมองเกี่ยวกับโลกภายนอก โดยสิ่งที่แสดงออกมา คือ ทักษะความชำนาญ ภายใต้การมีกรอบแนวคิด (mindset) เป็นส่วนสนับสนุน และส่วนสุดท้ายที่ใหญ่ที่สุดคือ การตระหนักรู้ การรู้จักตัวตน ซึ่งสิ่งสำคัญที่ทำให้บุคคลสามารถก้าวผ่าน ปัญหา อุปสรรค กับการปรับเปลี่ยนของสังคม รวมถึงเหตุการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ที่สามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา

การเน้นให้นักเรียนพยาบาลได้พัฒนาทักษะที่ทำให้เกิดการสำรวจตนเองภายใน การตระหนักรู้ และเข้าใจผู้อื่น ความเชื่อมโยงของมนุษย์กับชุมชน สังคม และโลก จนสามารถเกิดการปรับเปลี่ยนกระบวนทัศน์ของตนเองสู่ความเอื้ออาทรในการดูแลช่วยเหลือผู้อื่นภายใต้การบริการด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ การให้บริการด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ (Humanized care) เป็นบริการที่เน้นการให้คุณค่ากับบุคคล ยอมรับความต้องการพื้นฐานและบริบทของบุคคล² มีการบริการที่เป็นมิตร มีความรัก ความเมตตา ใส่ใจในความทุกข์ที่เป็นปัญหาของผู้รับบริการ สามารถแก้ปัญหาได้ทัน่วงทีด้วยความมุ่งมั่นตั้งใจ คำนึงถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน เพื่อให้เกิดความพึงพอใจแก่ผู้รับบริการโดยไม่เลือกปฏิบัติ การนำการสื่อสารเชิงจิตปัญญาบูรณาการร่วมกับกระบวนการจัดการเรียนการสอน การให้นักเรียนพยาบาลได้เรียนรู้การฟัง การสะท้อนคิดนักเรียนพยาบาล การสนทนากลุ่ม นำสู่ข้อสรุป คือ “เปิดใจเรียนรู้ ใส่ใจรับฟัง อยู่ร่วมกิจกรรม สะท้อนตนและปรับตัว” สอดคล้องกับ

การศึกษา การให้บริการของนักเรียนพยาบาลด้วยความเป็นมนุษย์ พบว่าการให้บริการที่คำนึงถึงคุณค่าของความเป็นมนุษย์นั้น เป็นการปฏิสัมพันธ์กันของบุคคลบนพื้นฐานของความเข้าใจความเหมือน และความแตกต่างของผู้รับบริการแต่ละบุคคล โดยมีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงเพื่อให้เกิดกรอบแนวคิดแบบเติบโต³

ยุคการเปลี่ยนแปลงโลก VUCA world

ยุค VUCA เป็นแนวคิดเกี่ยวกับความเป็นผู้นำที่เสนอโดยศาสตราจารย์ Warren Gamaliel Bennis และ Burt Nanus ต่อมาถูกนำไปใช้ สำหรับนักศึกษาทหารใน U.S. Army War College ในการกล่าวถึงสถานการณ์ที่เต็มไปด้วยความไม่แน่นอน ความผันผวน และคลุมเครือที่ยากจะอธิบาย เริ่มเป็นที่รู้จักมากขึ้นในวงการอื่น ๆ และเริ่มแพร่หลายในวงกว้าง และได้ยินกันบ่อยมากขึ้นนับตั้งแต่ปี 2020 เป็นต้นมา ในปีที่ผ่านมา ๆ มา โลกเผชิญกับเหตุการณ์และความเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็น COVID 19 ที่ทำให้ชีวิตประจำวันเปลี่ยนไป New Normal ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมเพื่อการอยู่รอด และอาจคนส่วนใหญ่ก็เริ่มจะคุ้นชินกับ New Normal จนกลายเป็นวิถีชีวิตประจำวัน การเข้ามาของ Generation ใหม่ ๆ ที่ได้นำสู่ความคิดใหม่ ๆ และวัฒนธรรมการทำงานรูปแบบใหม่ๆเข้ามาด้วย รวมไปถึงการเข้ามาของเทคโนโลยีใหม่ ๆ ที่ได้เข้ามา Disruption ซึ่งในเวลาต่อมา VUCA ก็เริ่มแพร่หลายมากขึ้นในวงการอื่น ๆ ด้วย เพื่ออธิบายสถานการณ์ที่ยากจะอธิบาย คาดเดาไม่ได้และไม่แน่นอน⁴

4 ประเด็น 1) Volatility (ความผันผวน) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วในด้านเทคโนโลยี นโยบายการศึกษา หรือแม้แต่ความต้องการของตลาดแรงงาน ส่งผลต่อสถาบันการศึกษาพัฒนาหลักสูตรการศึกษาให้มีการปรับเปลี่ยนอย่างต่อเนื่องและรวดเร็วเพื่อตอบสนอง 2) Uncertainty (ความไม่แน่นอน) ความยากในการคาดการณ์ เทนของเทคโนโลยีในอนาคต เช่น อาชีพใหม่ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอาจยังไม่ชัดเจน ส่งผลต่อสถาบันการศึกษาจะต้องสร้างหลักสูตรที่เหมาะสมเป็นสิ่งที่ท้าทาย 3) Complexity (ความซับซ้อน) ส่งผลต่อสถาบันการศึกษาให้เร่งปรับปรุงระบบการศึกษาให้ทันสมัยมีหลากหลายปัจจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น ทรัพยากร นโยบาย สถานภาพเศรษฐกิจ และ 4) Ambiguity (ความคลุมเครือ) ส่งผลต่อสถาบันการศึกษาพัฒนาระบบการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา ซึ่งความคลุมเครือนี้ส่งผลให้มีความยากในการวัดและประเมินผลสัมฤทธิ์

การสร้างเกณฑ์มาตรฐานให้สามารถวัดได้ ประเมินผลได้อย่างแท้จริง และนักเรียนพยาบาลสามารถตรวจสอบผลการเรียนได้ตลอดเวลา

ดังนั้น ในการเตรียมความพร้อมของการจัดการเรียนการสอนที่ทันต่อยุค VUCA ที่มีการแปรเปลี่ยนรวดเร็ว พยากรณ์ได้ยาก การจัดการเรียนการสอนต้องมีรูปแบบที่ง่ายและชัดเจน โดยมีเป้าหมายให้นักศึกษาเกิดจิตสำนึกจากการเปลี่ยนแปลงภายใน สู่การเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมภายนอกที่แสดงถึงการเห็นคุณค่าผู้อื่น ความเอื้อเฟื้อ ความเมตตา ด้วยหัวใจที่ใคร่ครวญภายใน สู่การดูแลผู้อื่นด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์

ทฤษฎีบุคลิกภาพของมนุษย์

มีแนวคิดหลายแนวคิดที่แสดงถึงบุคลิกภาพของมนุษย์

1. แนวคิดจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Approach) ของ Sigmund Freud เชื่อว่ามนุษย์มีสัญชาตญาณ (Instincts) 2 ชนิด ที่ติดตัวมาแต่กำเนิดคือสัญชาตญาณในการดำรงชีวิต (Life Instinct : Eros) และสัญชาตญาณแห่งความตาย (Death Instinct: Thanatos)⁵ ประกอบด้วย 1) อิด (id) การสนองความต้องการของตนเองตามหลักแห่งความพอใจ (Pleasure Principle) โดยที่ไม่คำนึงถึงเหตุผล และความถูกต้อง ทำให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมที่ไม่มีการควบคุม การยับยั้งชั่งใจ ไม่มีสติ 2) อีโก้ (Ego) การปฏิบัติการณ์ภายใต้หลักการใช้ชีวิตแห่งความจริง (Reality Principle) เพื่อเปลี่ยนรูปแบบการแสดงออกของพฤติกรรมให้เหมาะสม ที่เรียกว่ากลไกป้องกันตนเอง (Defense Mechanism) และ 3) ซุปเปอร์อีโก้ (Super Ego) การควบคุมการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์ โดยยึดหลักค่านิยมของสังคม (Value Principle) ที่ขึ้นอยู่กับกรอบบรรทัดฐานจาก พ่อแม่ ผู้ปกครอง ผู้ดูแล และบุคคลใกล้ชิด

2. แนวคิดมนุษยนิยม (Humanistic) ที่ได้รับการยอมรับอย่างมากที่สุดคือ Maslow Hierarchy of Need แนวคิดนี้เชื่อเรื่องคุณค่าของการให้ความเคารพโดยปราศจากเงื่อนไขต่อคนอื่น โดยเชื่อในเรื่องแรงจูงใจ และลำดับขั้นของการสนองความต้องการ คือเมื่อสามารถสนองความต้องการในระดับล่างได้แล้ว ก็ต้องการสนองความต้องการในระดับที่สูงขึ้น

ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการ ของ Maslow (Maslow's Hierarchy of Need) เกิดจากแนวความคิดของ

Maslow ที่มองว่ามนุษย์แต่ละคนมีความต้องการที่จะสนองความต้องการให้กับตนเองเป็นหลัก⁶ ต้องได้รับความพึงพอใจจากความต้องการพื้นฐานหรือต่ำสุด จึงจะผ่านขึ้นไปยังความต้องการขั้นสูงตามลำดับมีการจัดแบ่งออกไป 5 ระดับชั้น คือ 1) ความต้องการทางร่างกาย (physiological needs) คือ ความรู้สึก ต้องการพื้นฐานของร่างกายซึ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์เพื่อความอยู่รอด 2) ความต้องการด้านความปลอดภัยและมั่นคง (security or safety needs) คือ ความรู้สึกภายในที่มีความมั่นคงปลอดภัยทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ โดยเมื่อมนุษย์สามารถตอบสนองความต้องการทางร่างกายได้แล้ว มนุษย์ก็จะเพิ่มความต้องการในระดับที่สูงขึ้นต่อไป 3) ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (belonging and love needs) คือ ความรู้สึกต้องการที่จะเป็นที่รักของผู้อื่น และมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น โดยความต้องการในขั้นนี้จะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการทางด้านร่างกายและความต้องการความปลอดภัยได้รับการตอบสนองแล้ว บุคคลต้องการได้รับความรักและความเป็นเจ้าของ โดยการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น 4) ความต้องการการยกย่อง (esteem needs) เป็นระดับความต้องการที่เริ่มเป็นรูปธรรม คือ ความรู้สึกต้องการที่จะมองตนเองว่ามีคุณค่าสูง ได้รับการเคารพยกย่องจากทั้งตนเองและผู้อื่น หรือมีความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นความต้องการได้รับการยกย่องนับถือและสถานะจากสังคม และ 5) ความต้องการความสำเร็จในชีวิต (self-actualization) คือ ความต้องการที่จะรู้จักและเข้าใจตนเองตามสภาพที่แท้จริงเพื่อพัฒนาชีวิตของตนเองให้สมบูรณ์ เป็นความต้องการสูงสุดของแต่ละบุคคล

ดังนั้น การเข้าใจในบุคลิกลักษณะ และความต้องการของมนุษย์ จะทำให้อาจารย์พยาบาลสามารถตอบสนองความต้องการของนักเรียนพยาบาล เพื่อให้ให้นักเรียนพยาบาลได้ตระหนักรู้ในความเป็นจริงด้วยตนเองให้เกิดการยอมรับการแก้ไขปัญหา นำสู่การดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง และมีการพัฒนาตนเองได้ในระดับจิตใจสู่การพัฒนาตนเองที่แสดงออกตามพฤติกรรมได้อย่างมีคุณภาพในสังคม

การพัฒนากรอบแนวคิดแบบเติบโต

ปัจจุบันประเทศที่พัฒนาให้ความสำคัญกับการพัฒนาระบบการศึกษา ให้ความสำคัญในการปฏิรูปการศึกษา คือ การพัฒนาผู้สอน ให้มีคุณภาพในด้านความรู้ทั้งในด้าน

วิชาการ ความสามารถในการจัดกระบวนการเรียนรู้ พร้อมที่จะพัฒนาตนเอง สำคัญที่สุด คือการพัฒนาการเรียนพยาบาลให้สามารถพัฒนาตนเองได้เต็มศักยภาพ เป็นผลทำให้ประเทศฟินแลนด์ สามารถพัฒนาได้อย่างรวดเร็ว จะเห็นได้ว่าการให้การพัฒนานักเรียนพยาบาลให้มีกรอบแนวคิดที่องอาจส่งผลทำให้นักเรียนพยาบาลเกิดกรอบแนวคิดในการเรียนรู้ (Learning mindset) ตลอดเวลา เน้นการศึกษารอบแนวคิดแบบเติบโต (growth mindset) จำเป็นต่อการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์เป็นอย่างมาก การมีกรอบแนวคิดที่แตกต่างกันจะส่งผลต่อคุณลักษณะ และทัศนคติที่ทำให้บุคคลมีความแตกต่างกันมากมายหลายประการ โดยผลการวิจัยจะแสดงให้เห็นข้อมูลกรอบแนวคิดมีความสัมพันธ์กับการทำงานของสมองและการพัฒนาของสมองเป็นอย่างดี การให้กำลังใจ คำชมเชย การสร้างแรงบันดาลใจ การส่งเสริมให้นักเรียนพยาบาลมีความกล้าเผชิญความท้าทาย ปัญหา อุปสรรคที่เกิดขึ้น เป็นแนวคิดนำสู่การปฏิบัติที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนารอบแนวคิดแบบจำกัดให้เป็นกรอบแนวคิดแบบเติบโตได้เป็นอย่างดี⁷

การพัฒนาระบบการศึกษา มีวัตถุประสงค์เพื่อมุ่งยกระดับมาตรฐานการศึกษา หรือยกระดับคุณภาพชีวิตนักเรียนพยาบาล โดยเริ่มจากการพัฒนาด้านนักเรียนพยาบาลตั้งแต่วัยเด็กทารก จนกระทั่งเติบโตขึ้นผู้ใหญ่ ให้เป็นผู้รู้จักเรียนรู้สามารถพัฒนาการเรียนรู้ และพัฒนาทักษะที่จำเป็นในการเผชิญปัญหา อุปสรรคได้อย่างต่อเนื่อง ตลอดจนมีความพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ทั้งในเรื่องของการศึกษา และเรื่องส่วนตัวอื่น ๆ ทั้งที่กำลังเผชิญได้อย่างดี มีการนำกรอบแนวคิด (mindset) มาใช้ในระดับการศึกษา พบว่า ที่มีกรอบแนวคิดแบบเติบโต (growth mindset) จะมีความกระตือรือร้นใส่ใจกับงานที่ทำ ชอบพัฒนาสิ่งใหม่ ๆ ที่ท้าทาย สนุกกับการแก้ปัญหา สนุกกับการเรียนรู้ และมักประสบความสำเร็จกับสิ่งที่ทำเพราะเชื่อว่าตนเองมีความสามารถสร้างได้ จึงตั้งใจทำงานเต็มที่และพร้อมเรียนรู้ กล้าที่จะก้าวข้ามปัญหาและอุปสรรคที่เผชิญ สิ่งสำคัญ ในการพัฒนาความตั้งใจการทำงาน คือ วิธีการสร้าง พัฒนา กระบวนการเติบโตทางความคิด (Growth mindset) ซึ่งมีวิธีการดำเนินการได้หลากหลายรูปแบบ จึงเป็นเรื่องที่สำคัญและความจำเป็นอย่างยิ่งในการสร้างเทคนิควิธีการสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโต ไปใช้การพัฒนาคุณภาพการเรียนรู้ของนักเรียนพยาบาลทั้งในรายบุคคล รายกลุ่ม จึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง⁸

การสื่อสารเชิงจิตตปัญญาในการเสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโตของนักเรียนพยาบาล

การบูรณาการกับการจัดการเรียนรู้ ในการเรียนการสอนวิชาปฏิบัติการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น หอผู้ป่วยวิกฤตกุมารเวชกรรม ของนักเรียนพยาบาลทหารเรือชั้นปีที่ 3 ปีการศึกษา 2567 จากการเตรียมวิชา พบว่า นักเรียนพยาบาลมีความกังวลต่อการฝึกในหอผู้ป่วยวิกฤต โดยเฉพาะในหอผู้ป่วยกุมารเวชกรรมอย่างสูง อาจารย์พยาบาลผู้นิเทศประจำหอผู้ป่วยจึงได้นำ “กระบวนทัศน์เชิงจิตตปัญญาเพื่อเสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโต” โดยผ่านกระบวนการเรียนรู้ 3 ขั้นตอน ซึ่งถือเป็นนวัตกรรมด้านการจัดการเรียนการสอนเข้ามามีส่วนร่วมในการฝึกปฏิบัติ โดยใช้รูปแบบการสื่อสารเชิงจิตตปัญญาในการดำเนินงานซึ่งขั้นตอนในการพัฒนานวัตกรรมการจัดการเรียนการสอน เพื่อให้เกิดกรอบแนวคิดแบบเติบโต ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน 1) ขั้นตระหนักรู้ 2) ขั้นเปลี่ยนแปลง 3) ขั้นพัฒนาอย่างต่อเนื่อง^๑

1. ขั้นตระหนักรู้ ขั้นการวางแผนและออกแบบดำเนินกิจกรรมตามสภาพปัญหาและความต้องการให้เหมาะสมกับความพร้อมและบริบทของวิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ โดยอาศัยหลักการมีส่วนร่วมจาก อาจารย์นิเทศประจำหอผู้ป่วยวิกฤตกุมารเวชกรรม คือ ผู้สอน พยาบาลประจำหอผู้ป่วยวิกฤตกุมารเวชกรรม และนักเรียนพยาบาล โดยมี 2 องค์ประกอบสำคัญ ดังนี้

องค์ประกอบที่ 1: การเน้นนักเรียนพยาบาลตระหนักรู้ในการเป็นเจ้าของการเรียนรู้

การเน้นนักเรียนพยาบาลได้ตระหนักรู้ถึงการเป็นเจ้าของรายวิชา ในการเสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth mindset) ความรู้สึกเป็นเจ้าของการเรียนรู้ (Learning Ownership) เป็นหลักการพื้นฐานของการเสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth mindset) ซึ่งเป็นพื้นฐานการสร้างแรงจูงใจภายในจากความต้องการของตนเอง^๑ เมื่อนักเรียนพยาบาลเกิดแรงจูงใจภายใน รู้สึกเป็นเจ้าของรายวิชาสำคัญที่สุด คือ ผู้สอนจะเปิดโอกาสให้นักเรียนพยาบาลได้กำหนดเป้าหมายของนักเรียนพยาบาลเองให้มากที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้ อย่างเป็นรูปธรรม ภายใต้อาการใช้สติ (Mindfulness) เมื่อเกิดความขุ่นมัวในใจ มีความรู้สึกขัดแย้งในใจ ค่อย ๆ สังเกตใจตนเอง มีการเรียนรู้ในการฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep listening) ถึงสิ่งที่ผู้สอนชี้แจง เพื่อนในกลุ่มเสนอแนะถึงความต้องการของคนในกลุ่ม และสุนทรียสนทนา (Dialogue)

ในการเสนอแนะอธิบาย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ในกลุ่ม เพื่อสร้างความรู้สึกร่วมเป็นเจ้าของวิชาอย่างแท้จริง

องค์ประกอบที่ 2: ให้นักเรียนพยาบาลตระหนักรู้การทำงานร่วมกับผู้อื่นในการร่วมกันออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้

การออกแบบการเรียนรู้ในการเสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth mindset) เน้นให้นักเรียนพยาบาลได้ออกแบบการเรียนรู้ให้เหมาะสมและสอดคล้องกับความแตกต่างและความสนใจของนักเรียนพยาบาลทหารเรือ การส่งเสริมกิจกรรมการเรียนรู้ให้รู้สึกมีความท้าทาย (Challenging to Learn) ทั้งในรายกลุ่ม และรายบุคคล ซึ่งเป็นสิ่งที่ท้าทายอย่างมากสำหรับนักเรียนพยาบาลที่จะประสบความสำเร็จตามช่วยเวลาที่กำหนด ซึ่งหมายถึงการเรียนรู้จะต้องเหมาะสมกับระดับความสามารถและท้าทายความสามารถของนักเรียนพยาบาลที่มีความแตกต่างกัน ทำให้นักเรียนพยาบาลมีความเผชิญความกล้าในการเรียนรู้ที่แปลกใหม่ และมีความแตกต่างจากการเรียนรู้แบบเดิม ๆ สำคัญ ผู้สอนควรเน้นออกแบบการเรียนรู้ในสิ่งที่นักเรียนพยาบาลสนใจ และสร้างความท้าทายด้วยวิธีการแบบใหม่ให้นักเรียนพยาบาลได้มีส่วนร่วมในการคิด วิเคราะห์ถึงวิธีการแก้ปัญหาต่างๆ เมื่อต้องเผชิญเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝัน

2. ขั้นเปลี่ยนแปลง เป็นการดำเนินการตามที่ได้วางแผนและออกแบบตามความตระหนักรู้ของตนเอง สมาชิกในกลุ่ม และอาจารย์พยาบาลผู้ดูแล โดยมี 2 องค์ประกอบสำคัญ ดังนี้

องค์ประกอบที่ 3: การจัดกระบวนการเรียนรู้เน้นการเปลี่ยนแปลงภายใน

การจัดกระบวนการเรียนรู้ในการเสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth mindset) เนื่องจากไม่มีการวัดที่สามารถบอกได้แน่ชัดว่าใครมี Growth mindset หรือ Fixed mindset วิธีการตรวจสอบ Mindset ของตัวเอง ก็เป็นเพียงการอนุมานเอาจากการตอบสนองต่อปัญหาในด้านความคิดพฤติกรรมและอารมณ์ สิ่งสำคัญทุกครั้ง ที่พบกับเรื่องท้าทาย ปัญหา อุปสรรค และความผิดพลาด นักเรียนพยาบาลสามารถสังเกตความคิดของตัวเองและบอกอาจารย์พยาบาล ซึ่งจะเริ่มต้นกระบวนการเปลี่ยน Mindset ดังนี้ 1) เปลี่ยนความคิดแบบ Fixed Mindset ให้เป็น Growth Mindset ให้มองสิ่งที่เป็นปัญหา ลงมือทำจนสามารถก้าวผ่านไปได้ โดยมีอาจารย์พยาบาลเป็นผู้ช่วย 2) แปลงกรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth Mindset)

ให้เป็นพฤติกรรมที่เห็นได้ชัดเจน (Growth Mindset Action)
3) ลงมือปฏิบัติตามพฤติกรรม กรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth Mindset) 4) ทบทวนความคิด หลังปฏิบัติตาม กรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth Mindset) ในทุกระบวนการ อาจารย์ จะอยู่กับนักเรียนพยาบาลตลอดเวลา

องค์ประกอบที่ 4: การสะท้อนคิดให้ข้อมูลย้อนกลับ

การสะท้อนคิดให้ข้อมูลย้อนกลับในการเสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth mindset) เป็นการให้คำแนะนำ ในสิ่งที่นักเรียนพยาบาลได้กระทำ หรือปฏิบัติไป ข้อมูลย้อนกลับที่เชื่อมโยงกับผลลัพธ์การเรียนรู้อย่างเป็นรูปธรรม มีประโยชน์ในการพัฒนาตนเองและเน้นที่ประสิทธิภาพของนักเรียนพยาบาล อีกทั้งเป็นการสอนให้นักเรียนพยาบาลได้เรียนรู้ถึงการยอมรับคำวิจารณ์ในสิ่งที่ตนเองได้ฟังแล้วไม่เห็นด้วย (criticism) สำคัญ อาจารย์พยาบาลจะต้องมีความตั้งใจฟัง ให้ข้อมูลในการสะท้อนคิดหรือข้อมูลย้อนกลับด้วยภาษาแห่งความเข้าใจ เพื่อให้นักเรียนพยาบาลตัดสินใจด้วยตนเอง ภายใต้การเรียนรู้ที่จะไม่ตัดสินใจให้ และไม่ใช้อคติส่วนตัวในการให้ข้อมูลย้อนกลับ ตลอดจนการสอดแทรกการสร้างแรงบันดาลใจให้นักเรียนพยาบาลระหว่างการให้ข้อมูลย้อนกลับ และควรแสดงความยินดีต่อความสำเร็จ ถึงจะเป็นเพียงเรื่องเล็กน้อยของนักเรียนพยาบาลก็ตาม ซึ่ง กระบวนการให้ผลสะท้อนกลับ เป็นการสะท้อนคิดให้ข้อมูลย้อนกลับ มี 4 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 นักเรียนพยาบาลรับผลสะท้อนกลับประเมินตนเองก่อน เช่น “ที่เพิ่งผ่านมานักเรียนรู้สึกอย่างไรบ้าง” “นักเรียนคิดว่ามีอะไรที่ทำได้ตามที่ตั้งใจไว้บ้าง” “มีอะไรที่ยังไม่แน่ใจ” “มีอะไรบ้างที่คิดว่าทำได้ดี” “ถ้าให้คะแนนตัวเองจาก 1-10 โดย 10 คือทำได้ดีทุกอย่างไม่มีที่ติ จะให้คะแนนตัวเองเท่าไร” “จากการให้คะแนนรู้สึกอย่างไรบ้าง”

ขั้นตอนที่ 2 อาจารย์พยาบาลสะท้อนกลับโดยเริ่มจากการใช้ อวจนภาษา และจึงกล่าวถึงสิ่งที่ทำได้ดีก่อน อาทิ ยิ้ม “นักเรียนทำ... ได้ดีมาก สมกับสิ่งที่นักเรียนได้บอกว่ามีการเตรียมตัวมาหลายวัน” และ “ตามที่นักเรียนคิดว่ายังให้คะแนนตัวเองไม่ได้ ... ครูคิดว่า ครูเห็นถึงความตั้งใจของนักเรียน ซึ่งครูคิดว่า เพื่อน ๆ และพี่ ๆ เห็นคล้าย ๆ กัน .. ยิ้ม...”

ขั้นตอนที่ 3 อาจารย์พยาบาลเสนอสิ่งที่ควรปรับปรุงหรือพัฒนา อาทิ “ตอนที่นักเรียนทำ...เพื่อนคิดว่าเพื่อนสามารถปรับตรงนี้โดยวิธีไหนบ้าง (ให้เสนอ)...” “นักเรียนทำ...ได้ดีแล้วถ้าลองทำ...เพิ่ม น่าจะช่วยให้มันดีขึ้นไปอีก” “นักเรียนรู้สึก

อย่างไรบ้างคะ จากข้อเสนอแนะของเพื่อน ยิ้ม”

ขั้นตอนที่ 4 อาจารย์พยาบาล และนักเรียนพยาบาลให้ผลสะท้อนกลับ ช่วยกันสรุปอย่างเป็นรูปธรรมเป็นข้อ ๆ ในประเด็นที่สามารถปรับปรุงได้ อาทิ “เรามาช่วยกันสรุปประเด็นที่สามารถพัฒนาต่อได้อีกกันนะคะ 1. ... 2. ... 3. ... สุดท้ายใครมีข้อสงสัย หรืออยากถามอะไรเพิ่มเติมไหมคะ.”

3. ขั้นพัฒนาอย่างต่อเนื่อง การประเมินผล การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ตลอดเวลาในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลร่วมกัน โดยมี 1 องค์ประกอบสำคัญ ดังนี้

องค์ประกอบที่ 5: การประเมินผลการเรียนรู้

การประเมินผลการเรียนรู้ในการเสริมสร้างกรอบแนวคิดแบบเติบโต (Growth mindset) เน้นการประเมินประสิทธิภาพของการใช้กระบวนการการเรียนรู้ ผู้สอนและนักเรียนพยาบาลสรุปผลการเรียนรู้ร่วมกัน ก่อนการฝึก ขณะ และหลังการฝึกปฏิบัติการพยาบาล ในกระบวนการประเมินผลการเรียนรู้ จะทำควบคู่ไปกับกระบวนการให้ผลสะท้อนกลับ นักเรียนพยาบาล สามารถถามในสิ่งที่ไม่เข้าใจ ส่วนอาจารย์พยาบาลให้ผลสะท้อนกลับ โดยไม่พยายามอธิบายแก้ตัวหรือปกป้องตนเอง เน้นการเปิดใจฟัง (open mind) การตั้งใจฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep listening) การให้การสะท้อนคิดอย่างสร้างสรรค์ (creative Reflection) ภายใต้การมีสุนทรียสนทนา (Dialog) ในทุกขั้นตอนและกระบวนการเรียนรู้ ผลประเมินการฝึกปฏิบัติการพยาบาลเด็กและวัยรุ่น หอผู้ป่วยวิกฤตกุมารเวชกรรม อยู่ในระดับดีมาก นักเรียนพยาบาลมีความมั่นใจในการดูแลผู้ป่วยเด็กที่มีภาวะวิกฤตมากขึ้น มีความสุข และต้องการเพิ่มระยะเวลาในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลบนหอผู้ป่วยมากขึ้น เนื่องจากรู้สึกว่าคุณภาพเป็นส่วนหนึ่งของการฝึก สามารถฝึกปฏิบัติทักษะได้ภายใต้การดูแลของพยาบาลนิเทศประจำตึก และอาจารย์พยาบาลผู้นิเทศ ยอมรับการแลกเปลี่ยนของสมาชิกในกลุ่ม ตลอดจนมีการสื่อสารในด้วยความเข้าใจที่มากขึ้น¹⁰

สรุปผล

การนำการสื่อสารเชิงจิตตปัญญา มาใช้ในการออกแบบการจัดการเรียนการสอนของนักเรียนพยาบาลทำให้เกิดพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป จากการสร้างความตระหนักรู้ถึงความวิตกกังวลของตนเองภายใน การทำความเข้าใจความวิตกกังวลของตนเองให้ลดลง โดยใช้การตั้งใจฟังเสียงภายในของตนเอง การฟังเสียงของอาจารย์พยาบาล เพื่อนสมาชิก

ในกลุ่มในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลฯ ตลอดจนการสื่อสาร เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ดี ในยุค VUCA world โดยผ่าน กระบวนการ 3 ขั้นตอน ซึ่งนวัตกรรมการออกแบบการเรียน การสอน ทำให้นักเรียนพยาบาลสามารถรับรู้ถึงความต้องการ ของตนเองอย่างแท้จริง เกิดกระบวนการคิดเกี่ยวกับสิ่งที่ทำ เป็นการเรียนรู้ที่ทำให้คิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาได้ เชื่อมโยง การเรียนรู้ของนักเรียนพยาบาล เกิดทักษะวิชาชีพ วิชาชีพิต แสดงถึงความเข้าใจบุคคลตรงหน้า¹¹ สิ่งที่ได้รับบริการต้องการ นำสู่การบริการด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ตามมาตรฐานคุณภาพ วิชาชีพทางการพยาบาล

References

1. Lim-Lange C. Future-ready Graduates - The Deep Human Approach. Presentation at the 8th annual Eurasian Higher Education Leaders' Forum (EHELF);2019;Nur-Sultan.
2. Inthana J, Srimahan K & Meeboonmak Y. Perception of humanized health service behavior among nursing students at Boromarajonani College of Nursing Ratchaburi, academic year 2019. J Res Health Promot Qual Life. 2019; 1(2):43-54. (in Thai).
3. Phanyingyok W, Sirichotirat N & Phruengkaphinyo C. Development of nursing service through contemplative education at San Camillo Hospital, Ratchaburi Province. Journal Health Education. 2016;39(133):12-23 (in Thai).
4. Bennett N, Lemoine GJ. What VUCA really means for you. Harvard Business Rev. 2014;92(1): 27-29.
5. Freud S. Mourning and melancholia. In: The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud. Vol. XIV (1914–1916): On the history of the psycho-analytic movement, papers on metapsychology and other works. London: Hogarth Press; 1917. p. 237–58.
6. Maslow AH. Toward a psychology of being. Princeton (NJ): D. Van Nostrand Company;1962.
7. Rungruang C & Chatchaem S. Growth mindset framework: A new approach to human potential development. Journal of Cognitive Science Research. 2016;14(1):1-13. (in Thai)
8. Dweck CS. Mindset: The new psychology of success. New York: Random House;2006.
9. Koetthip C. Research and development of a peace communication model based on contemplative education in schools under Pattani Primary Educational Service Area Office 1. Journal of Information and Learning.2022;33(2):84-97. (in Thai)
10. Hadar L, Ergas O, Alpert B, Ariav T. Rethinking teacher education in a VUCA world: Student teachers' social-emotional competencies during the COVID-19 crisis. European Journal of Teacher Education.2020;43(4):573-86.
11. Songprakun W, Yaowapanon N & Jaijoy K. Active learning for new generation nursing students: achieving competencies for newly graduated nurses. Journal of the Royal Thai Army Nurses.2025;26(1):1-9. (in Thai)