

บทความวิจัย

ผลของการฝึกประสบการณ์ภาคสนามโดยใช้การสะท้อนคิดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ของนักศึกษาพยาบาล

Effect of Field Experiences through Reflective Thinking on Self Esteem among Nursing Students

อายุพร กัยวิทย์โกศล (Aryuporn Kaiwikaikosol)*

Received: May 6, 2021

Revised: May 17, 2021

Accepted: June 4, 2021

บทคัดย่อ

การวิจัยกึ่งทดลองแบบสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง ครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการฝึกประสบการณ์ภาคสนาม โดยใช้การสะท้อนคิดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 จำนวน 32 คน สุ่มตัวอย่างจากผู้ที่มีความสัมพันธ์ตามเกณฑ์คัดเข้า แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 16 คน กลุ่มควบคุม 16 คน กลุ่มทดลองได้รับการฝึกประสบการณ์ฯ โดยใช้การสะท้อนคิด ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการฝึกประสบการณ์ฯ ตามปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของรูบิน ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.88 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา และ t-test ผลการวิจัยพบว่า 1) คะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลองก่อน หลังการฝึกประสบการณ์ฯ ไม่แตกต่างกัน 2) หลังการฝึกประสบการณ์ฯ กลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้น จึงเสนอว่าควรนำการฝึกประสบการณ์ภาคสนามโดยใช้การสะท้อนคิด ไปใช้ในวิชาอื่นๆ เพื่อพัฒนาความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาลอย่างต่อเนื่องและสูงขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่การแก้ปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตตนเอง และการบริการสุขภาพที่มีประสิทธิภาพ

คำสำคัญ: การสะท้อนคิด, นักศึกษาพยาบาล, ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง, การฝึกประสบการณ์ภาคสนาม



Abstract

This quasi-experimental research with two groups pretest-posttest design aimed to determine the effect of field experiences through reflective thinking on self-esteem of nursing students. Samples included 32 students of the 3rd year nursing students. Samples were purposively selected based on the inclusion criteria. They were randomly assigned into experimental group and control group, 16 subjects in each group. The experimental received reflective thinking technique as enhancing self-esteem. The control group received regular technique activity. Data were collected by using Rubin's self-esteem scale. Its reliability was 0.88. Data were analyzed by using descriptive statistics and t-test. Results revealed that 1) After the intervention completed, self-esteem mean scores of students in the experimental group were non statistically significant higher than those before intervention 2) Self-esteem mean scores of students in the experimental group were significantly higher than those in the control group ($p < .05$.) Therefore, field experiences through reflective thinking should be applied in other subjects in order to improve higher self-esteem of nursing students continuously. This will enhance problem solving skills for their life problems and health care service problems effectively.

Keywords: reflective thinking, nursing student, self esteem, field experience

Corresponding author: Aryuporn Kaiwikaikosol: aryuporn.k@gmail.com

* อาจารย์พยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พุทธชินราช (Instructor, Boromarajonani College of Nursing Buddhachinaraj)



ส่วนเฉลิมฉลอง 30 ปี วิทยาลัยพยาบาล
 • Internationalization
 • Innovative Products
 • Integrative Team & Networking

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

แผนการศึกษาแห่งชาติพ.ศ.2560-2579 กำหนดวิสัยทัศน์ให้ผู้เรียน เรียนรู้ด้วยตนเองตลอดชีวิตอย่างมีคุณภาพ ดำรงชีวิตอย่างเป็นสุข สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของโลกศตวรรษที่ 21 ที่ผู้เรียนสามารถกำกับตนเองในการเรียนรู้ มีความสุข และสนุกกับวิธีการและกระบวนการเรียนรู้ (Iamkongsi, 2018) เกิดประโยชน์โดยตรงต่อผู้เรียน (Active Learning)

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พุทธชินราช จัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 เพื่อพัฒนาพยาบาลวิชาชีพที่มีความพร้อมทางกาย ใจ สติปัญญา มีทักษะการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล โดยบัณฑิตมีคุณลักษณะตามกรอบมาตรฐานอุดมศึกษาแห่งชาติ 6 ด้าน ได้แก่ 1) คุณธรรมจริยธรรม 2) ความรู้ 3) ทักษะทางปัญญา 4) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ 5) ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ และ 6) ทักษะการปฏิบัติทางวิชาชีพ (Announcement of the Ministry of Education, 2017) นอกจากนี้ ยังกำหนดอัตลักษณ์ของสถาบันคือการให้บริการสุขภาพด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ ซึ่งประกอบด้วย 1) จิตบริการ 2) การคิดวิเคราะห์ และ 3) การมีส่วนร่วมของผู้รับบริการ (Boromarajonani College of Nursing Buddhachinaraj, 2017) จากการติดตามคุณภาพบัณฑิตโดยผู้ใช้บัณฑิต ระหว่างปีการศึกษา 2559-2561 พบว่า ด้านที่ได้คะแนนต่ำสุด คือ ความรู้ รองลงมาคือ ทักษะทางปัญญา คะแนนเฉลี่ย 4.03 และ 4.06 จากคะแนนเต็ม 5 สอดคล้องกับการประเมินอัตลักษณ์บัณฑิตที่พบว่า ด้านการคิดวิเคราะห์คะแนนเฉลี่ยต่ำสุด 4.46 จากคะแนนเต็ม 5 นอกจากนี้ยังมีข้อเสนอแนะจากผู้ใช้บัณฑิตที่ต้องการให้มีการพัฒนาด้านการเห็นคุณค่าของการเป็นพยาบาล พัฒนาบุคลิกภาพ ความมั่นใจ ความมั่นคงทางอารมณ์ให้แก่บัณฑิตเพิ่มขึ้น (Boromarajonani College of Nursing Buddhachinaraj, 2018) ซึ่งวิทยาลัยพยาบาลฯ มีการจัดการเรียนการสอนทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ เพื่อให้ผู้เรียนเชื่อมโยงความรู้ในห้องเรียนสู่การปฏิบัติการพยาบาลในสถานการณ์จริงได้ แต่ทั้งนี้การเชื่อมโยง

ดังกล่าวเป็นเรื่องยาก ดังนั้นการจัดการเรียนการสอนที่เอื้ออำนวยให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองก็คือกระบวนการสะท้อนคิด (Reflective Thinking) (Kanhadilok, Punsumreung, & Pookpan, 2017) และการสะท้อนคิดอย่างสม่ำเสมอจะทำให้ผู้เรียนสามารถเชื่อมความรู้สึกของตนเองให้เข้ากับทุกอย่างที่อยู่รอบตัว ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ความรู้สึก จิตใจ จิตวิญญาณ หรือความรู้สึกเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (Wanchai, Saengpak, & Lueangsomnapa, 2017)

กระบวนการสะท้อนคิด (Reflective Thinking) ที่ได้รับความนิยมในวิชาชีพพยาบาลคือแนวคิดการสะท้อนคิดของกิบส์ (Gibbs) เนื่องจาก เป็นกระบวนการที่ช่วยให้นักศึกษาพยาบาล รู้จักวิเคราะห์สภาพปัญหาของผู้รับบริการและบริบทการทำงานได้อย่างเป็นเหตุเป็นผล สามารถแก้ปัญหาต่างๆ โดยใช้ประสบการณ์และความรู้ที่เกี่ยวข้องมาประยุกต์โดยการเชื่อมโยงความรู้จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติในสถานการณ์ต่างๆ (Boontham, Yutawisut, Buaengdeung, Kaewprom, & Rungruang, 2015) กระบวนการสะท้อนคิดประกอบด้วย 6 ขั้นตอน คือ 1) การบรรยายเหตุการณ์หรือประสบการณ์ (Description) 2) การบรรยายความรู้สึกหรือความคิดเห็นต่อเหตุการณ์ (Feelings) 3) การประเมินสถานการณ์ทั้งทางบวกหรือลบต่อตนเองและผู้อื่น (Evaluation) 4) การวิเคราะห์ สถานการณ์โดยอ้างอิงเชื่อมโยงหลักการและทฤษฎี (Analysis) 5) การสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากสถานการณ์ (Conclusions) 6) การวางแผนนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ (Action Plans) (Wanchai et.al., 2017) วิชาชีพพยาบาลถูกคาดหวังจากสังคมเป็นอย่างสูง เนื่องจากต้องปฏิบัติหน้าที่เกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ การปฏิบัติการพยาบาลต้องผ่านกระบวนการคิดอย่างมีเหตุผลและตัดสินใจที่สืบพื้นฐานความรู้ สติปัญญาและคุณธรรม ด้วยความรับผิดชอบต่อการทำที่มีต่อตนเอง ผู้รับบริการและวิชาชีพ เพื่อประโยชน์ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และสังคมต่อไป (Sanguansiritham & Sirakamol, 2015) นอกจากนี้คุณค่าของวิชาชีพพยาบาลคือ การเป็นตัวของตัวเอง การรู้จักและตระหนักในตนเองก่อนจึงจะสามารถตระหนักและเข้าใจตัวบุคคลอื่นถ้าพยาบาลไม่เข้าใจ

ตนเองแล้วก็ยังไม่เข้าใจผู้อื่นการตัดสินใจใด ๆ ก็จะต้องความรู้สึกใจเขาใจเราขาดความเคารพในความเป็นตัวของตัวเองนอกจากนี้พยาบาลยังต้องมีความรับผิดชอบพิจารณาไตร่ตรองทบทวนอีกด้วย (Sirilai, 2013)

ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) เป็นความคิด ความรู้สึก ทศนคติที่มีต่อตนเองในภาพรวม ทั้งจุดอ่อนและจุดแข็ง ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของบุคคลเพราะความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้กับตนเองทำให้มีความเป็นตัวของตัวเองสูงเกิดความเชื่อมั่น มีความมุ่งมั่น มานะพยายามที่จะทำงานให้ประสบความสำเร็จ ทำให้เป็นคนที่มีความรู้สึกดีต่อตนเองและผู้อื่น (Likkhachai, 2011 : Uppai, 2015) ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ยังเป็นปัจจัยที่สำคัญสำหรับพยาบาลในการคงไว้ซึ่งสัมพันธภาพที่ดีระหว่างพยาบาลและผู้รับบริการ เพื่อความสำเร็จของการบริการทางสุขภาพ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของพยาบาลจะนำไปสู่การเห็นคุณค่าของผู้รับบริการตลอดจนการเคารพในศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ของผู้รับบริการนั่นเอง (Cassedy, 2014 : Morrison-Valfre, 2017: Sanguansiritha & Sirakamol, 2015)

วิชาชีพที่ดีสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชเป็นรายวิชาที่จัดประสบการณ์ฝึกภาคสนามสำหรับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ให้สามารถปฏิบัติการพยาบาลสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช โดยใช้กระบวนการพยาบาลในการส่งเสริม ป้องกัน บำบัดรักษา และฟื้นฟูทางจิตเวช เพื่อเสริมสร้างศักยภาพของบุคคลในการดูแลตนเอง และการมีส่วนร่วมของครอบครัวและชุมชน (Boromarajonani College of Nursing Buddhachinaraj, 2017) ผู้สอนนอกจากจะต้องสอนความรู้ให้แก่ผู้เรียนแล้ว ผู้สอนจะต้องพัฒนาและส่งเสริมคุณลักษณะของการเป็นพยาบาลที่ดีให้แก่นักศึกษาเพื่อการเตรียมความพร้อมสู่การเป็นพยาบาลที่มีคุณภาพ มีศักยภาพ สามารถเลือกตัดสินใจ และมีความรู้สึกยกย่องนับถือตนเอง (Ibrahim, 2011) ในปีการศึกษาที่ผ่านมาวิชาปฏิบัติสุขภาพจิตฯ จัดการฝึกประสบการณ์ภาคสนาม ให้แก่นักศึกษา เช่น การสนทนาเพื่อการบำบัด การจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด การประชุมปรึกษาทางการพยาบาล

การบันทึกการเรียนรู้แต่ยังไม่ได้มีการฝึกประสบการณ์ฯ โดยใช้การสะท้อนคิดตามแนวคิดของกิบส์ (Gibbs) ซึ่งจากผลการติดตามคุณภาพบัณฑิตตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาและอัตลักษณ์ของวิทยาลัยพยาบาลฯ ที่กล่าวข้างต้น พบว่าคะแนนทักษะทางปัญญามีผลการประเมินต่ำ ดังนั้นผู้วิจัยจึงเป็นผู้สอนในรายวิชาปฏิบัติสุขภาพจิตฯ จึงมีความสนใจในการนำกระบวนการสะท้อนคิดของกิบส์ (Gibbs) ทั้ง 6 ขั้นตอน มาใช้ในการฝึกประสบการณ์ภาคสนาม เพื่อส่งเสริมกระบวนการคิดไตร่ตรองอย่างมีเหตุผล ตลอดจนการเห็นคุณค่าในตนเอง ส่งผลต่อคุณภาพ และบุคลิกภาพของบัณฑิตพยาบาลในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพและการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการฝึกประสบการณ์ภาคสนามโดยใช้การสะท้อนคิด

2. เพื่อเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุมหลังการฝึกประสบการณ์ภาคสนามโดยใช้การสะท้อนคิด

สมมติฐานของการวิจัย

1. คะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลองหลังการฝึกประสบการณ์ภาคสนามโดยใช้การสะท้อนคิดสูงกว่าก่อนการฝึกประสบการณ์ภาคสนาม

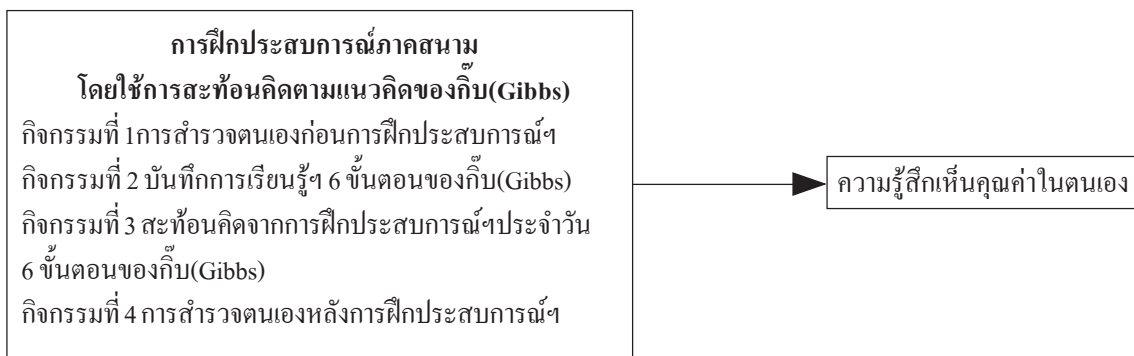
2. คะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลอง ภายหลังการฝึกประสบการณ์ภาคสนามสูงกว่ากลุ่มควบคุม

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยนำวงจรการสะท้อนคิด (Reflective Cycle) ของกิบส์ (Gibbs) 6 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การบรรยายเหตุการณ์หรือประสบการณ์ (Description) 2) การบรรยายความรู้สึกหรือความคิดเห็นต่อเหตุการณ์ (Feelings) 3) การประเมินสถานการณ์ทั้งทางบวกหรือลบต่อตนเองและผู้อื่น (Evaluation) 4) การวิเคราะห์สถานการณ์โดยอ้างอิงเชื่อมโยงหลักการและทฤษฎี (Analysis) 5) การสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากสถานการณ์ (Conclusions) 6) การวางแผนนำสิ่งที่ได้

เรียนรู้ไปใช้ (Action Plans) (Wanchai et. al., 2017)มาใช้ในการกำหนดรูปแบบการฝึกประสบการณ์ฯ ให้แก่กลุ่มทดลองซึ่งผู้วิจัยเป็นอาจารย์ผู้สอนประจำกลุ่มระยะเวลาการฝึกประสบการณ์ฯ จำนวน 4 สัปดาห์รูปแบบประกอบด้วย 4 กิจกรรม คือ 1) การสำรวจตนเองก่อนการฝึกประสบการณ์ภาคสนาม โดยการทำแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) จำนวน 1 ครั้ง 2) การบันทึกการเรียนรู้จากการสะท้อนคิด จำนวน 2 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 1 และ 3) การสะท้อนคิดจากการฝึกประสบการณ์ฯ ประจำวัน 6 ครั้ง ได้แก่การประชุมปรึกษาทางการพยาบาล 1 ครั้ง การสนทนาเพื่อการบำบัด 3 ครั้ง การจัดกลุ่มกิจกรรม

บำบัด 1 ครั้ง และการพยาบาลบุคคล ครอบครัว ชุมชน 1 ครั้ง ซึ่งกิจกรรมที่ 2 และ 3 ใช้หลักการบันทึกการเรียนรู้และ สะท้อนคิด 3 ประการ คือ รู้สึกอย่างไรกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ได้เรียนรู้อะไรจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและจะนำไปประยุกต์ใช้อย่างไรและ 4) การสำรวจตนเองหลังการฝึกประสบการณ์ฯ โดยการทำแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) ซึ่งการฝึกประสบการณ์ภาคสนามโดยใช้การสะท้อนคิดจะมีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษา ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีการดำเนินการวิจัย

เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi - Experimental Research) แบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังการทดลอง

ประชากร

นักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พุทธชินราช ปีการศึกษา 2562 จำนวน 142 คน

กลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยสุ่มอย่างจากกลุ่มนักศึกษาซึ่งงานจัดการศึกษาวิทยาลัยพยาบาลฯ แบ่งกลุ่มตามคุณสมบัติที่มีความใกล้เคียงกัน ด้านเพศ คะแนนเฉลี่ยสะสม แบ่งเป็นกลุ่มใหญ่ A, B, C, D จำแนกเป็นกลุ่มย่อย 23 กลุ่มนักศึกษา 7-8 คนต่อกลุ่มหมุนเวียนฝึกประสบการณ์ฯ 3 รายวิชา คือ วิชาปฏิบัติสุขภาพจิตฯ วิชาปฏิบัติการพยาบาล

ผู้ใหญ่ 1 วิชาปฏิบัติการพยาบาลเด็กฯ 1 และปิดภาคเรียน ผู้วิจัยเลือก 1 กลุ่มย่อยในแต่ละกลุ่มใหญ่ ได้ 4 กลุ่ม แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่มๆ 8 คนรวม 16 คน ฝึกประสบการณ์ฯ ในหอผู้ป่วยจิตเวช 1 ผู้วิจัยเป็นอาจารย์ผู้สอน และกลุ่มควบคุม 2 กลุ่มๆ ละ 8 คน รวม 16 คน ฝึกประสบการณ์ฯ ในหอผู้ป่วย จิตเวช 2 โดยอาจารย์ผู้สอนท่านอื่น การกำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างเป็นไปตามแนวทางของ Polit & Hungler ที่กำหนดว่าการวิจัยกึ่งทดลองควรใช้กลุ่มตัวอย่างไม่น้อยกว่า 30 หน่วย และไม่ควรน้อยกว่า 15 หน่วยต่อกลุ่มในกรณีทำการทดลองมากกว่า 1 กลุ่ม (Pholprasert & Witayathawornwong, 2016) และมีเกณฑ์คัดเข้าคือ

1. เป็นนักศึกษาที่ฝึกประสบการณ์ฯในวิชาปฏิบัติสุขภาพจิตฯ 2. ฝึกประสบการณ์ฯ ครบ 4 สัปดาห์ 3. ฝึกประสบการณ์ฯในหอผู้ป่วยจิตเวช1 และหอผู้ป่วยจิตเวช2

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ รูปแบบการฝึกประสบการณ์ภาคสนามที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้นประกอบด้วย 4 กิจกรรม คือ 1) การสำรวจตนเองก่อนการฝึกประสบการณ์ภาคสนามโดยการทำแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) จำนวน 1 ชม. (วันแรกของการฝึกประสบการณ์ฯ) 2) การบันทึกการเรียนรู้จากการสะท้อนคิด ตามวงจรการสะท้อนคิด ของกิบส์ (Gibbs) 6 ขั้นตอนจำนวน 2 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 1 และ 3 ของการฝึกประสบการณ์ฯ 3) การสะท้อนคิด ตามวงจรการสะท้อนคิด ของกิบส์ (Gibbs) 6 ขั้นตอน ภายหลังการฝึกประสบการณ์ฯ ประจำวัน 6 ครั้งๆ ละ 1 ชม. ได้แก่ การประชุมปรึกษาทางพยาบาล 1 ครั้ง การสนทนาเพื่อการบำบัด 3 ครั้ง การจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด 1 ครั้ง และการพยาบาลบุคคลรอบครัว ชุมชน 1 ครั้ง การประชุมร่วมกันระหว่างผู้เรียนกับผู้สอนและจัดบันทึกการประจักษ์เพื่อใช้ในการวิจัยต่อไป ผู้วิจัยนำวงจรการสะท้อนคิดของกิบส์ มาใช้ในกิจกรรมที่ 2 และ 3 การสะท้อนคิด 6 ขั้นตอนคือ การบรรยายเหตุการณ์หรือประสบการณ์ (Description) การบรรยายความรู้สึกหรือความคิดเห็นต่อเหตุการณ์ (Feelings) การประเมินสถานการณ์ทั้งทางบวกหรือลบต่อตนเองและผู้อื่น (Evaluation) การวิเคราะห์สถานการณ์โดยอ้างอิงเชื่อมโยงหลักการและทฤษฎี (Analysis) การสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากสถานการณ์ (Conclusions) และ การวางแผนนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ (Action Plans) โดยใช้ 3 หลักการ คือ รู้สึกอย่างไร กับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ได้เรียนรู้อะไรจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและจะนำไปประยุกต์ใช้อย่างไร 4) การสำรวจตนเองหลังการฝึกประสบการณ์ฯ โดยการทำแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) ส่วนกลุ่มควบคุมเป็นการฝึกประสบการณ์ภาคสนามฯ ตามปกติ คือ กิจกรรมที่ 1 และ 4 เหมือนกับกลุ่มทดลอง แต่กิจกรรมที่ 2 และ 3 นักศึกษาจะบันทึกการเรียนรู้ฯ และประชุมปรึกษาหลังการฝึกประสบการณ์ฯ ประจำวัน (post conference)

ตามกรอบมาตรฐานอุดมศึกษาแห่งชาติที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์นั้นๆ

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย

2.1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ คะแนนเฉลี่ยสะสม

2.2 แบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) ของ Rogers Rubin' s Self-Esteem Scale แปลและเรียบเรียงเป็นภาษาไทยโดย พรพนทิพย์ เกษะนันท์ และถวิล น้อยสุวรรณ (Pongpruek, 1980: Urakane, 2019) ประกอบด้วยข้อคำถาม 62 ข้อ แบ่งเป็น 1. ข้อความเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ (Self Concept) จำนวน 30 ข้อ 2. แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem Scale) จำนวน 10 ข้อ 3. การประเมินอัตมโนทัศน์ (Self Concept Rating) จำนวน 22 ข้อ

3. การแปลผลของแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองนำคะแนนรวมแบบสอบถามทั้งฉบับมาเทียบกับช่วงการแบ่งคะแนนดังนี้

คะแนนตั้งแต่ 159-190 หมายถึง เป็นผู้มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูง

คะแนนตั้งแต่ 95-158 หมายถึง เป็นผู้มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองปานกลาง

คะแนนตั้งแต่ 62-94 หมายถึง เป็นผู้มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ

4. การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

4.1 รูปแบบกิจกรรมที่ผู้วิจัยกำหนดขึ้น ได้รับการตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา รูปแบบ โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ได้แก่ อาจารย์พยาบาลที่มีประสบการณ์การสอนวิชาปฏิบัติสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวชจำนวน 2 ท่าน และอาจารย์พยาบาลที่มีความเชี่ยวชาญการสอนโดยใช้การสะท้อนคิด จำนวน 1 ท่าน อ่านและให้ข้อเสนอแนะ จากนั้นผู้วิจัยนำข้อเสนอแนะที่ได้มาปรับแก้ไขก่อนนำไปใช้

4.2 การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองไป

ทดลองใช้กับนักศึกษาที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน จากนั้นวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ 0.88

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยแจ้งรายละเอียดของรายวิชาฯ วัตถุประสงค์ วิธีการดำเนินการวิจัยให้แก่ นักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 3 อาจารย์ผู้สอนทุกคนเข้าใจและเมื่อกลุ่มตัวอย่างยินยอมเข้าร่วมวิจัยโดยการลงนามแล้วผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามวัน เวลาที่กำหนด ระยะเวลาการฝึกประสบการณ์ 4 สัปดาห์ต่อกลุ่ม ขึ้นตอนดังนี้

1. วันแรกของสัปดาห์ที่ 1 ผู้วิจัยทบทวนวัตถุประสงค์ และวิธีดำเนินการวิจัยให้กลุ่มตัวอย่างรับทราบอีกครั้ง โดยเฉพาะ นักศึกษาในกลุ่ม B C และ D ที่หมุนเวียนฝึกปฏิบัติงานวิชาการพยาบาลอื่นๆ มาก่อน ต่อจากนั้นนักศึกษาทำการตอบแบบสอบถามความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ก่อนการฝึกประสบการณ์ (กิจกรรมที่ 1) และวันสุดท้ายของสัปดาห์ที่ 4 ของการฝึกประสบการณ์ นักศึกษาตอบแบบสอบถามความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอีกครั้ง หลังการฝึกประสบการณ์ (กิจกรรมที่ 4)

2. นักศึกษาฝึกประสบการณ์ฯ ตามรูปแบบกิจกรรมที่ผู้วิจัยกำหนด (กิจกรรมที่ 2 และ 3) โดย

2.1 บันทึกรับการเรียนรู้ จำนวน 2 ครั้ง ในสัปดาห์ที่ 1 และ 3 ส่งอาจารย์ผู้สอนประจำกลุ่ม กลุ่มทดลองเป็นการบันทึกการเรียนรู้ โดยการสะท้อนคิดตามแนวคิดของกิบส์ (Gibbs) กลุ่มควบคุมบันทึกการเรียนรู้ จากประสบการณ์ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิฯ

2.2 การประชุมปรึกษาหารือหลังการฝึกประสบการณ์ฯ ประจำวัน (post conference) จำนวน 6 ครั้ง โดยการประชุมหลังการฝึกประสบการณ์แต่ละวันระหว่างนักศึกษาและอาจารย์ผู้สอน และมีการบันทึกผลการประชุมทุกครั้งโดยอาจารย์ผู้สอน กลุ่มทดลองประชุมปรึกษาหารือ โดยการสะท้อนคิดตามแนวคิดของกิบส์ (Gibbs) กลุ่มควบคุมประชุมปรึกษาหารือ จากประสบการณ์ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิฯ

3. ผู้วิจัยรวบรวมแบบสอบถามความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการฝึกประสบการณ์ฯ ของกลุ่ม

ตัวอย่างตรวจสอบความสมบูรณ์เพื่อนำไปวิเคราะห์ทางสถิติและนำเสนอผลการวิจัย

4. ผู้วิจัยรวบรวมประเด็นสำคัญในการบันทึกการเรียนรู้ และการบันทึกผลการประชุมหลังการฝึกประจำวันระหว่างนักศึกษาและอาจารย์ผู้สอน เพื่อนำไปใช้ในการวิจัยและนำเสนอผลการวิจัยต่อไป

5. ผู้วิจัยมีการควบคุมตัวแปรแทรกซ้อนโดยการชี้แจงวัตถุประสงค์ การเก็บรวบรวมข้อมูล รูปแบบกิจกรรมที่แตกต่างกันของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ให้กลุ่มตัวอย่างและอาจารย์ผู้สอน ซึ่งควบคุมการฝึกประสบการณ์ฯ ในกลุ่มควบคุม ได้เข้าใจ ตลอดจนผู้วิจัยมีการหมุนเวียนการฝึกประสบการณ์ฯ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ไม่ให้มีการฝึกประสบการณ์ฯ ในวัน เวลาเดียวกันเพื่อป้องกันผู้เรียนทั้ง 2 กลุ่ม แลกเปลี่ยนข้อมูลที่จะมีผลต่อการวิจัยในครั้งนี้

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้วิเคราะห์

1. ข้อมูลส่วนบุคคลวิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ค่าเฉลี่ยและร้อยละ

2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการฝึกประสบการณ์ภาคสนาม โดยใช้การสะท้อนคิด ด้วยสถิติ Paired T-Test

3. เปรียบเทียบค่าคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุมหลังการฝึกประสบการณ์ภาคสนาม ด้วยสถิติ Independent T-Test

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์เครือข่ายภูมิภาค มหาวิทยาลัยนเรศวร (NU-RREC) หนังสือ ที่ NU-RREC/667 ลงวันที่ 27 ธันวาคม 2562 ในการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างทุกคนได้รับการชี้แจงเกี่ยวกับวัตถุประสงค์การวิจัย กระบวนการวิจัย สิทธิและความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นสิทธิของกลุ่มตัวอย่างที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัย โดยไม่มีผลกระทบใดๆ ทั้งสิ้น ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยจะปกปิดเป็นความลับและนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมทั้งหมดเท่านั้น

ผลการวิจัย

1. กลุ่มทดลอง เพศหญิง จำนวน 13 คน คิดเป็นร้อยละ 81.25 เพศชาย จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 18.75 อายุเฉลี่ย 22.06 ปี คะแนนเฉลี่ยสะสม 2.99 กลุ่มควบคุม เพศหญิง จำนวน 13 คน คิดเป็น ร้อยละ 81.25 เพศชาย จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 18.75 อายุเฉลี่ย 21.56 ปี คะแนนเฉลี่ยสะสม 3.06

2. ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองก่อน และหลัง การฝึกประสบการณ์ฯ ของกลุ่มทดลองพบว่า ก่อนฝึกประสบการณ์ฯ เท่ากับ 157.75 (S.D =11.82) จากคะแนนเต็ม 190 หลังการฝึกประสบการณ์ฯ เท่ากับ 164.31 (S.D. = 11.39) เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนน ก่อนและหลังการฝึกประสบการณ์ฯ พบว่า ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ก่อนและหลัง การฝึกประสบการณ์ฯ ภาคสนาม (กลุ่มทดลอง n = 16 กลุ่มควบคุม n = 16)

คะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง	$\bar{X}$	S.D.	t	p value
กลุ่มทดลอง				
ก่อนการฝึกประสบการณ์ฯ	157.75	11.82	-1.886	.079
หลังการฝึกประสบการณ์ฯ	164.31	11.39		
กลุ่มควบคุม				
ก่อนการฝึกประสบการณ์ฯ	153.19	15.28	-6.13	.549
หลังทดลองการฝึกประสบการณ์ฯ	155.44	10.80		

3. ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ระหว่าง กลุ่มทดลอง กับ กลุ่มควบคุม ก่อน หลังการฝึก ประสบการณ์ฯ พบว่า ก่อนการฝึกประสบการณ์ฯ กลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกเห็น คุณค่าในตนเอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

แต่หลังการฝึกประสบการณ์ฯ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนน ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ระหว่างกลุ่มทดลองกับ กลุ่มควบคุม โดยใช้สถิติ Independent T- Test พบว่ามีความ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตาราง ที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองระหว่าง กลุ่มทดลอง กับ กลุ่มควบคุมก่อนและหลัง การฝึกประสบการณ์ฯ (กลุ่มทดลอง n = 16 กลุ่มควบคุม n = 16)

ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง	$\bar{X}$	S.D.	t	p value
ก่อนการฝึกประสบการณ์				
กลุ่มทดลอง	157.75	11.82	.945	0.35
กลุ่มควบคุม	153.19	15.28		
หลังการฝึกประสบการณ์				
กลุ่มทดลอง	164.32	11.39	2.26	0.03*
กลุ่มควบคุม	155.44	10.80		

*p < .05



ส่วนเกินของ 30 ปี มหาวิทยาลัยนครสวรรค์
 • Internationalization
 • Innovative Products
 • Integrative Team & Networking

การอธิบายผลการศึกษา ตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

1. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกประสบการณ์ฯ โดยใช้การสะท้อนคิดพบว่าหลังการฝึกประสบการณ์ฯ ค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงไม่แตกต่างกันเมื่อพิจารณารายข้อพบว่าส่วนใหญ่ศึกษามีค่าเฉลี่ยคะแนนฯ สูงขึ้นในส่วนของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self Esteem) มีจำนวนน้อยที่คะแนนคงเดิมและลดลง ซึ่งอยู่ในส่วนของอัตมโนทัศน์ (Self Concept) ทั้งนี้สะท้อนได้ว่าการฝึกประสบการณ์ฯ ศึกษานำกระบวนการสะท้อนคิดของกิบส์ (Gibbs) ทั้ง 6 ขั้นตอนคือ 1) การบรรยายเหตุการณ์หรือประสบการณ์ (Description) 2) การบรรยายความรู้สึกหรือความคิดเห็นต่อเหตุการณ์ (Feelings) 3) การประเมินสถานการณ์ทั้งทางบวกหรือลบต่อตนเองและผู้อื่น (Evaluation) 4) การวิเคราะห์สถานการณ์โดยอ้างอิงเชื่อมโยงหลักการและทฤษฎี (Analysis) 5) การสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากสถานการณ์ (Conclusions) และ 6) การวางแผนนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ (Action Plans) โดยใช้หลักการ 3 ประการ คือ 1) รู้สึกอย่างไรกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น 2) ได้เรียนรู้อะไรจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้น 3) จะนำไปประยุกต์ใช้อย่างไร หลังการฝึกประสบการณ์ฯ ทำให้นักศึกษาได้วิเคราะห์ไตร่ตรองเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นรวมทั้งได้มีโอกาสสำรวจตนเองจากการมีส่วนร่วมของเพื่อนๆ และอาจารย์ผู้สอนทำให้นักศึกษาสามารถพัฒนาตนเอง ได้รับความสำเร็จของตนเองเกิดความภาคภูมิใจในตนเองเพิ่มขึ้น ดังคำกล่าวจากการสะท้อนคิดการประชุมปรึกษาทางการพยาบาล "การฝึกภาคปฏิบัติโดยใช้กระบวนการสะท้อนคิดทำให้รู้สึกภูมิใจในความสำเร็จของตนเองที่ได้ดูแลคนไข้ ซึ่งถ้าอาจารย์ไม่ได้เปิดโอกาสให้พูดก็คงไม่รู้ว่ำนั่นคือความสำเร็จของตนเอง และดีใจมากเมื่อเพื่อนๆ ทุกคนได้ร่วมกันชื่นชมความสำเร็จ ทำให้มีความเชื่อมั่นในการดูแลคนไข้มากขึ้น" สอดคล้องกับคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองก่อนฝึกประสบการณ์ฯ คะแนนต่ำสุดคือ ข้อ 38 ฉันหวังว่าฉันสามารถนับถือตัวเองได้มากกว่านี้ รองลงมาคือข้อ 35 ฉันมีความ

ภาคภูมิใจในตัวเองน้อยเหลือเกินเมื่อสิ้นสุดการฝึกประสบการณ์ฯ คะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาทั้งสองข้อนี้และข้ออื่นๆ ในส่วนของความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น แต่ในส่วนของอัตมโนทัศน์ซึ่งเป็นภาพรวมของการรับรู้ตัวตนของนักศึกษาทั้งความรู้สึกนึกคิด การรับรู้ เจตคติของนักศึกษาที่มีต่อตนเองในทุกๆ ด้าน ซึ่งเป็นการพัฒนาตั้งแต่ในวัยทารกจนถึงวัยผู้ใหญ่จากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ดังนั้นการฝึกประสบการณ์ฯ โดยใช้การสะท้อนคิดจึงอาจใช้เวลาไม่มากพอที่จะเห็นการเปลี่ยนแปลงของอัตมโนทัศน์ จึงพบว่าคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองก่อนและหลังการทดลองจึงไม่แตกต่างกัน

2. คะแนนเฉลี่ยความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มทดลอง กับกลุ่มควบคุมหลังการฝึกประสบการณ์ฯ ศึกษานำ โดยใช้การสะท้อนคิด แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มทดลองได้ใช้กระบวนการสะท้อนคิด ของกิบส์ (Gibbs) 6 ขั้นตอนตามหลักการ 3 ประการ ในกิจกรรมที่ 2 บันทึกการเรียนรู้ฯ และกิจกรรมที่ 3 สะท้อนคิดจากการฝึกประสบการณ์ฯ ประจำวัน คือการประชุมปรึกษาทางการพยาบาล การสนทนาเพื่อการบำบัด การจัดกลุ่มกิจกรรมบำบัด และการพยาบาลบุคคล ครอบครัว ชุมชน สามารถทำให้ผู้เรียนเกิดการทบทวน ไตร่ตรองและเห็นคุณค่าในตนเองได้มากขึ้น เมื่อสิ้นสุดการฝึกประสบการณ์ฯ จึงพบว่ากลุ่มทดลองมีจำนวนผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูงจำนวนเพิ่มจาก 5 คนเป็น 10 คน ขณะที่กลุ่มควบคุมมีจำนวนผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองระดับสูงเพิ่มจาก 6 คนเป็น 7 คน และส่วนใหญ่ยังคงอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดิม ดังคำกล่าวในกิจกรรมที่ 3 การสะท้อนคิดจากประสบการณ์การสนทนาเพื่อการบำบัดครั้งที่ 1 "วันนี้ได้สนทนาเพื่อการบำบัดกับผู้ป่วยรู้สึกเครียดมากไม่รู้จะใช้คำพูดอย่างไร ดึงขมับทั้งสองข้างมากแล้วผู้ป่วยทำร้ายด้วยเพราะประวัติผู้ป่วยทำร้ายผู้อื่นมาก่อน รู้สึกไม่มั่นใจจริง ๆ ครั้งต่อไปไม่รู้จะทำอย่างไรดี" เมื่อเพื่อนและอาจารย์ผู้สอนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นวิเคราะห์เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งให้ข้อมูลย้อนกลับ

ภายใต้ความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันและบรรยากาศที่อบอุ่น เป็นกันเอง ทำให้ผู้เรียนได้ทบทวน ไตร่ตรองตนเองกล้าเปิดเผยความรู้สึกและสำรวจตนเองได้อย่างแท้จริง อีกทั้งได้ตระหนักถึงจุดดีของตนเองการร่วมกันแสดงความคิดเห็นโดยการมีส่วนร่วมของอาจารย์ผู้สอนและเพื่อนร่วมชั้นเรียนเป็นการแสดงถึงการยอมรับตนเองและการได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น ทำให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น (Likkhachai, 2011) เช่น การสะท้อนคิดจากการสนทนาเพื่อการบำบัดครั้งที่ 2 นักศึกษารู้สึกภูมิใจและมั่นใจมากขึ้น ดังคำกล่าว "หนูได้นำสิ่งที่ทุกคนให้ข้อคิดเห็นครั้งที่แล้วไปลองทำแล้วค่ะ หนูดีใจมากเลยหนูทำสำเร็จคนไข้ยิ้มให้หนูด้วยคือหนูอ่านหนังสือมากขึ้น ไม่ตื่นเต้นมากเหมือนเดิม หนูฟังรู้ตัวว่าถ้าหนูยิ้มคนไข้ก็จะยิ้มกับหนู เป็นการสร้างกำลังใจให้หนูและหนูจะสร้างกำลังใจให้คนไข้ต่อไป" ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีการบันทึกกิจกรรมที่ 2 ที่เน้นด้านความรู้คือ "การสนทนาครั้งที่ 1 ใช้เทคนิคการสนทนาได้น้อยผู้ป่วยเจ็บตัวเองก็ไม่รู้จะทำอย่างไร ต่อไปต้องอ่านหนังสือให้มากขึ้น" และจากการประชุมกลุ่มก็ได้มีแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์เรื่องเทคนิคการสนทนาเพื่อทบทวนความรู้มากกว่าจึงทำให้คะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าของกลุ่มทดลองสูงมากกว่ากลุ่มควบคุม ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการสะท้อนคิดสามารถพัฒนาผู้เรียนให้มีกระบวนการคิดไตร่ตรองทบทวน พินิจพิเคราะห์และพิจารณาสิ่งต่างๆ อย่างเป็นระบบเกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ นำไปสู่การแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ถ้าผู้เรียนได้ฝึกการสะท้อนคิดอย่างสม่ำเสมอก็จะทำให้ผู้เรียนสามารถเชื่อมความรู้สึกของตนเองให้เข้ากับทุกอย่างที่อยู่รอบตัว ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ ความรู้สึกจิตใจ จิตวิญญาณ หรือความรู้สึกเอื้ออาทรต่อผู้อื่น (Wanchai et.al., 2017) การสะท้อนคิดยังทำให้มีมุมมองด้านบวกต่อตนเองและผู้อื่น มีทัศนคติที่ดีต่อการเรียนการสอนอีกด้วย (Rittikupt, 2015) เช่น กิจกรรมที่ 2 การบันทึกการเรียนรู้ "อยากให้การฝึก

ประสบการณ์ฯ ของรายวิชาอื่น ๆ ใช้วิธีการสะท้อนคิดมากๆ จะได้ทำให้นักศึกษาได้รู้จักตนเองทั้งข้อดี และข้อด้อยเพื่อพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม และช่วยให้ นักศึกษามีกำลังใจ มั่นใจในความสำเร็จของตนเอง ส่วนข้อด้อยก็เป็นส่วนที่ทำให้รู้ถึงจุดที่ควรพัฒนาอย่างชัดเจน" ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจะนำไปสู่การเห็นคุณค่าของผู้รับบริการ ยอมรับผู้รับบริการเป็นการเคารพในศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ของผู้รับบริการ นำไปสู่การสร้างเสริมศักยภาพการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัว และชุมชนได้ในที่สุด (Morrison-Valfre, 2017: Sanguansiritham & Sirakamol, 2015)

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. นำรูปแบบการเรียนการสอนที่ใช้การสะท้อนคิดไปใช้ในการจัดการศึกษาทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เพื่อพัฒนาคุณภาพการศึกษา และความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะการวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาผลของการฝึกประสบการณ์ภาคสนามโดยใช้การสะท้อนคิดต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาล ระยะติดตามผล 6 เดือน และในชั้นปีที่สูงขึ้น

2. ศึกษาผลของโปรแกรมการส่งเสริมความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาพยาบาลโดยใช้การสะท้อนคิดในการจัดการเรียนการสอนภาคทฤษฎีต่อการฝึกประสบการณ์ภาคสนาม

ข้อจำกัดการวิจัย

1. ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล จำนวน 4 สัปดาห์ ทำให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาเพิ่มขึ้น แต่ยังไม่มากพอที่จะเห็นการเปลี่ยนแปลงอย่างชัดเจน

2. การเลือกกลุ่มตัวอย่างไม่ได้มาจากผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำเท่านั้น

เอกสารอ้างอิง

- Announcement of the Ministry of Education. (2017). *Bachelor's degree qualifications of Nursing Science 2017*. retrieved 15 September 2019 from <http://www.mua.go.th/users/tqf-B5.PDF>. [In Thai]
- Boontham, A., Yutawisut, S., Buaengdeung, T., Kaewprom, C., Rungruang, K. (2015). Development of reflective behavior among nursing students. *Journal of Clinical Medicine Education Center Phrapokklao Hospital*, 32 (3), 244-255. [In Thai].
- Boromarajonani College of Nursing Buddhachinaraj. (2017). *Bachelor of Nursing Science Program updated Curriculum in 2017*. Phitsanulok : College of Nursing. [In Thai].
- Boromarajonani College of Nursing Buddhachinaraj. (2018). *Self-Assessment Report for Academic Year 2018*. Phitsanulok: College of Nursing. [In Thai].
- Cassedy, P. (2014). *Theories for Mental Health Nursing: A Guide for Practice*. London: SAGE.
- Iamkongsi, S. (2018). *Classroom management in the 21st century*. Chonburi: Triple Group Co., Ltd. [In Thai].
- Ibrahim, F. (2011). *Nursing theme for love and pride in the profession*. Nonthaburi: Thanapress. [In Thai].
- Kanhadilok, S., Punsumreung, Tr., & Pookpan, S. (2017). The Integrated Clinical Teaching Methods on Reflective Thinking, and Clinical Judgment in 3rd Year Nursing Students in Maternal Infant and Midwife Nursing Practicum Course I. HCU. *Journal of Health Science*, 20(40), 87-99. [In Thai].
- Likkhachai, S. (2011). *Effect of using the program on self-esteem of secondary school students in grades 1-3 at Loi Sai Memorial School Ladprao District Office Bangkok*. Master of Education (Psychology), Srinakharinwirot University, Bangkok. [In Thai].
- Morrison-Valfre, M. (2017). Theories and Therapies . In M. Morrison-Valfre, (Ed.), *Foundations of Mental Health Care* (6th Ed.) (p.46). China: Elsevier.
- Pholprasert, P. & Witayathawornwong, P. (2016). The effectiveness of group processes in improving the quality of life of the elderly. Based on the Sufficiency Economy Principle: A Case Study of Lom Kao District Phetchabun Province. *Journal of the Association of Preventive Medicine of Thailand*, 6 (3), 244. [In Thai].
- Pongpruek, K. (1980). *Relationship between appropriate behavior in the expression of anxiety and self-esteem*. Master Thesis (Education), Chulalongkorn University, Bangkok. [In Thai].
- Rittikupt, W. (2015). The results of teaching and learning management by using notes-writing activities. Cognitive education. *Ratchaphruek Journal*, 15(2), 27-34. [In Thai].
- Sanguansiritham, U. & Sirakamol, S. (2015). *Ethical behavior of professional nurses*. Chiang Mai: Siam Pim Nana. [In Thai].
- Sirilai, S. (2013). *Ethics for nurses*. (13th Ed.). Bangkok: Chulalongkorn University. [In Thai].
- Uppai, N. (2015). *Educational psychology*. (4th Ed.). Bangkok: V. Print (1991). [In Thai].
- Urakane, P. (2019). *Innovative creation of design art from art as therapy concepts to raise self-esteem in children from dysfunctional family*. Master Thesis (Fine Arts Design Arts), Silpakorn University, Bangkok. [In Thai].
- Wanchai, A., Saengpak, C., & Lueangsomnapa, Y. (2017). Instructional Management Using Reflection Techniques in Nursing Education. *Journal of Research in Health Sciences*, 11 (2), 105-115. [In Thai].

