

## บทความวิชาการ

## การพัฒนาการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิด Learning Development through Reflection

รัตติกกร เหมือนนาดอน ปร.ด. (Rattikom Mueannadon, Ph.D.)<sup>1</sup>ยุพารณณ์ ทิระไพรวงศ์ ปร.ด. (Yupaporn Tirapaiwong, Ph.D.)<sup>2</sup>เจียมใจ ศรีชัยรัตนกุล สด. (Jeamjai Srichairattanakull, Dr.PH.)<sup>3</sup>สันติ ยุทธยง พย.ม. (Santi Yutthayong, M.N.S.)<sup>4</sup>

Received: Dec 3, 2018

Revised: Jan 30, 2019

Accepted: Mar 18, 2019

### บทคัดย่อ

การสะท้อนคิดเป็นวิธีการจัดการเรียนรู้ที่มีความสำคัญทั้งในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติในสถาบันการศึกษาทางการพยาบาลทั่วโลก การสะท้อนคิดทำให้นักศึกษาได้ทบทวนตนเองทั้งความคิด ความรู้สึก และการกระทำ รวมทั้งประเมินศักยภาพตนเอง ค้นหาวิธีการพัฒนาตนเองและพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาลให้ดีขึ้น โดยผ่านการเรียนรู้จากประสบการณ์และการวิเคราะห์ตนเองอย่างมีวิจารณญาณ ก่อให้เกิดความรู้ที่แตกต่างไปจากเดิม เพื่อนำไปใช้ประกอบการตัดสินใจในขณะปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลและการวางแผนการปฏิบัติการพยาบาลในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการเขียนบทความฉบับนี้เพื่อนำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับการสะท้อนคิดและแนวทางการนำการสะท้อนคิดไปใช้กับนักศึกษาพยาบาลที่เริ่มต้นเรียนรู้ผ่านการบันทึกการสะท้อนคิด และสำหรับผู้สอนที่ต้องการพัฒนาการสอนโดยใช้การสะท้อนคิด ภายในบทความนี้จะนำเสนอความหมายของการสะท้อนคิด รูปแบบของการสะท้อนคิด ประเด็นที่สะท้อนคิด รูปแบบการสะท้อนคิดของ Gibbs พร้อมตัวอย่างบันทึกสะท้อนคิดและการวิเคราะห์ การประเมินผลการสะท้อนคิด และข้อเสนอแนะในการนำการสะท้อนคิดไปใช้ในการพัฒนาการจัดการเรียนรู้

**คำสำคัญ:** การสะท้อนคิด, การเรียนรู้, การพัฒนาการเรียนรู้

<sup>1,2,4</sup>พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน) วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุตรดิตถ์

<sup>1</sup>Email: noko24psy@hotmail.com, <sup>2</sup>Email: ypongsing@gmail.com, <sup>4</sup>Email: santi.yutt@hotmail.com

<sup>3</sup>พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ (ด้านการสอน) วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ Email:

Jeamjai.s@bcn.ac.th

<sup>1,2,4</sup> Boromarajonani College of Nursing, Udonthani, Udonthani, Thailand

<sup>3</sup> Boromarajonani College of Nursing, Bangkok, Bangkok, Thailand

## Abstract

Reflection is a vital teaching strategy applied both in theory and practice for the global schools of nursing. It provides the nursing students to evaluate themselves and critically review on their thoughts, feelings and actions through their experiences with the aims of developing the personal growth and the nursing skills. As a result, the nursing students expand the new knowledge that helps them to make more effective decision on their current and future clinical practices.

This article aims to demonstrate the basic concepts of reflection and the guideline for both nursing educators and nursing students who start engaging in reflective learning. The article concludes by illustrating the meaning of reflection, types of reflection, what to reflect on, using Gibbs' Model of reflection in nursing practice including the example reflective essay, the reflection of assessment guide and suggestions for learning development through reflection.

**Keywords:** reflection, learning, learning development

## บทนำ

สังคมในยุคปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว และมีความซับซ้อนมากขึ้น ในขณะที่ข้อมูลข่าวสารต่างๆ สามารถสืบค้นได้ง่าย ทำให้ผู้เรียนในยุคปัจจุบันจำเป็นต้องมีทักษะในการเรียนรู้ การคิดวิเคราะห์ และการคิดแก้ปัญหาเพื่อให้สามารถตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว<sup>1</sup> ดังนั้น การจัดการศึกษาในปัจจุบันจึงจำเป็นต้องใช้กลยุทธ์ที่สามารถพัฒนาผู้เรียนให้มีสมรรถนะที่ตอบสนองกับความต้องการของสังคมได้ โดยเน้นการพัฒนาผู้เรียนให้มีทักษะการคิดขั้นสูง (Higher-order thinking skills)<sup>2</sup> สามารถพัฒนาองค์ความรู้ใหม่ และประยุกต์ใช้ความรู้ในการแก้ปัญหาที่ซับซ้อนในสถานการณ์จริงได้ การจัดการเรียนรู้โดยการสะท้อนคิดเป็นกลยุทธ์หนึ่งที่สามารถพัฒนาผู้เรียนโดยเฉพาะในด้านทักษะทางปัญญาโดยมีการเชื่อมโยงความรู้กับประสบการณ์จริงของผู้เรียนเพื่อนำไปสู่ความเข้าใจที่ลึกซึ้งมากขึ้น ซึ่งเป็นการส่งเสริมการคิดทั้งในรูปแบบที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม และการส่งเสริมการประยุกต์ใช้ความรู้ใหม่ในการแก้ปัญหา ส่งผลให้ผู้เรียนเข้าใจความคิดและวิธีการเรียนรู้

ของตนเอง มีทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เพิ่มโอกาสในการพัฒนาองค์ความรู้อย่างต่อเนื่อง และหลีกเลี่ยงการทำผิดพลาดในการเรียนรู้และการปฏิบัติงานในสถานการณ์จริง<sup>3</sup>

วัตถุประสงค์ของการเขียนบทความฉบับนี้เพื่อนำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับการสะท้อนคิดและแนวทางการนำการสะท้อนคิดไปใช้กับนักศึกษาพยาบาลที่เริ่มต้นเรียนรู้ผ่านการบันทึกการสะท้อนคิด สำหรับผู้สอนที่ต้องการพัฒนาการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิด เพื่อช่วยให้นักศึกษาพยาบาลได้ฝึกการคิดใคร่ครวญและเชื่อมโยงประสบการณ์ของตนเองกับสถานการณ์จริงที่เกิดขึ้นด้วยมุมมองใหม่ที่แตกต่างและมีความหมาย นำมาซึ่งการปรับเปลี่ยนวิธีการคิด ทักษะคิด และสามารถตัดสินใจอย่างมีวิจารณญาณในการเลือกปฏิบัติทางการพยาบาลให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ภายในบทความนี้จะนำเสนอความหมายของการสะท้อนคิด รูปแบบของการสะท้อนคิด ประเด็นที่สะท้อนคิด โมเดลการสะท้อนคิดของ Gibbs พร้อมตัวอย่างและการวิเคราะห์ และการประเมินผลการสะท้อนคิด ผู้เขียนเรียบเรียงบทความนี้ขึ้นจากการศึกษาดำรง เอกสารงานวิจัยการสะท้อนคิดและประสบการณ์ตรงจาก

การนำแนวคิดการสะท้อนคิดไปประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียน การสอนกับนักศึกษาพยาบาล

## การสะท้อนคิดคืออะไร

John Dewey<sup>4</sup> เป็นผู้ริเริ่มวางแนวคิดการสะท้อนคิด เป็นครั้งแรก ในหนังสือชื่อ “How we think” โดยได้ให้ความหมายไว้ว่าการสะท้อนคิดเป็นการคิดพิจารณาและไตร่ตรอง อย่างรอบคอบเกี่ยวกับความเชื่อหรือความรู้บนพื้นฐานของ สิ่งที่สนับสนุนการคิดนั้น รวมถึงการคิดการแก้ปัญหาอย่าง เหมาะสม Dewey แบ่งการสะท้อนคิดเป็น 5 ระยะ 1) การระบุ ปัญหา 2) การระบุความสำคัญของปัญหา 3) การตั้งสมมติฐาน 4) การให้เหตุผลของการตั้งสมมติฐาน และ 5) การทดสอบ สมมติฐาน

นอกจากนี้ยังมีผู้ให้ความหมายการสะท้อนคิดในมุมมองที่ หลากหลายขึ้น ได้แก่ Gibbs<sup>5</sup> Horton-Deutsch และ Sherwood<sup>6</sup> กล่าวว่า การสะท้อนคิดเป็นวิธีการจัดการเรียนรู้ ที่พัฒนาความสามารถของผู้เรียนในการทำความเข้าใจ แยกแยะและอธิบายเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ช่วยให้ ผู้เรียนสามารถที่จะปรับมุมมองของตนเอง การสะท้อนคิด จำเป็นที่ผู้เรียนต้องมีส่วนร่วมในเหตุการณ์หรือมีประสบการณ์ ซึ่งจะช่วยให้เกิดการวิเคราะห์อย่างมีวิจารณญาณในกิจกรรม การพยาบาล เพื่อการวางแผนสำหรับการปฏิบัติการพยาบาล ในอนาคต นอกจากนี้ Armstrong et al<sup>7</sup> ยังได้อธิบายเกี่ยวกับ การสะท้อนคิดว่าเป็นการประเมินและการวิเคราะห์เชิงบูรณาการ ระหว่างประสบการณ์ของผู้เรียนที่สัมพันธ์กับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นผลให้ผู้เรียนเกิดความคิดอย่างมีวิจารณญาณ การคิด แก้ไขปัญหา และความพึงพอใจในบทบาทของตนเอง

การสะท้อนคิดเป็นวิธีที่ช่วยให้นักศึกษาพยาบาล ค้นหาคำหมายหรือความสำคัญจากงานที่ปฏิบัติ ส่งเสริมให้ เกิดผลลัพธ์ที่ดีในการดูแลผู้รับบริการ รู้ตระหนักเกี่ยวกับ สัมพันธภาพที่มีต่อผู้รับบริการและครอบครัว รวมทั้งยังก่อให้เกิดความรื่นรมย์หรือตระหนักเห็นคุณค่าในการดูแลผู้รับบริการ โดยผ่านการพิจารณาใคร่ครวญซ้ำๆ เกี่ยวกับประสบการณ์ ของผู้เรียนและการประเมินค่า เพื่อเป็นการตรวจสอบสิ่งที่มี ความสำคัญ ทบทวน และตีความหมายเกี่ยวกับตนเอง

ของผู้เรียนกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว ซึ่งกระบวนการสะท้อนคิดนี้ เป็นกระบวนการที่เป็นวงจรไม่มีที่สิ้นสุด<sup>8</sup>

กล่าวโดยสรุป การสะท้อนคิดเป็นกระบวนการที่ ผู้เรียนมีการทบทวนไตร่ตรองเกี่ยวกับความคิด ความเชื่อ ทศนคติ และการกระทำของตนเองจากสถานการณ์ที่ตนเอง เข้าไปมีส่วนร่วมจากมุมมองที่หลากหลาย การหาเหตุผลมา สนับสนุน ก่อให้เกิดความเข้าใจในปรากฏการณ์นั้นและ รู้ตระหนักในความหมายการกระทำของตนเองและคุณค่า ในประสบการณ์ที่เรียนรู้มากขึ้น นำไปสู่การวางแผนการพัฒนา ตนเองในอนาคตและวิชาชีพทางการพยาบาลต่อไป

## ประเภทของการสะท้อนคิด

ถึงแม้จะมีนักวิชาการหลายท่านได้จัดประเภท การสะท้อนคิดที่แตกต่างกัน แต่ในบทความนี้ผู้เขียนได้นำเสนอ การสะท้อนคิดเป็น 4 ประเภท<sup>6,9,10</sup> เนื่องจากการสะท้อน คิดนี้สามารถอธิบายการเรียนรู้ในการปฏิบัติการพยาบาลได้ อย่างลึกซึ้งและการพัฒนาการปฏิบัติทางวิชาชีพได้เหมาะสมที่สุด

1. การสะท้อนคิดก่อนการปฏิบัติการพยาบาล (Reflection-before-action) เป็นการทบทวนความรู้ที่ได้เรียน มาก่อนที่จะลงมือปฏิบัติจริง เช่น นักศึกษาทบทวนความรู้เกี่ยวกับวิธีการทำแผลก่อนที่จะลงมือปฏิบัติจริง ซึ่งการสะท้อนคิด ก่อนปฏิบัติเป็นการส่งเสริมให้ผู้เรียนได้คิดเป็นการนำเอาความรู้ เดิมมาคิดพิจารณา ก่อน ช่วยชะลอการลงมือปฏิบัติอย่าง รีบเร่งในกิจกรรมใหม่ ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าการทบทวนก่อนการ ปฏิบัติช่วยให้ผู้เรียนสามารถที่จะเลือกและควบคุมประสบการณ์ ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้<sup>11</sup>

2. การสะท้อนคิดในขณะที่ปฏิบัติการพยาบาล (Reflection-in-action) เป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการ ช่วยให้ผู้เรียนพัฒนากระบวนการตัดสินใจการแก้ไขปัญหา เฉพาะหน้า ซึ่งในการปฏิบัติการพยาบาลนั้นผู้เรียนต้องยึดหลัก การดูแลโดยยึดผู้รับบริการเป็นศูนย์กลาง ผู้สอนสร้างคำถามให้ ผู้เรียนได้คิดประเมินการปฏิบัติของตนเองในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและปฏิกิริยาตอบสนองของผู้รับบริการ การปฏิบัติเช่นนี้จะ ช่วยให้นักศึกษาพัฒนาความรู้ฝังลึก (tacit knowledge) และความรู้ในการปฏิบัติ (practical knowledge) ที่ผู้เรียนรู้

ว่าจะต้องปฏิบัติอย่างไรให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นการส่งเสริมความสามารถในการตัดสินใจทางคลินิกของนักศึกษา

3. การสะท้อนคิดหลังการปฏิบัติการพยาบาล (Reflection-on-action) เป็นการสะท้อนคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์หลังจากการปฏิบัติสิ้นสุดลง การสะท้อนคิดหลังปฏิบัติจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการตระหนักรู้เกี่ยวกับอารมณ์และเข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างลึกซึ้ง โดยผู้สอนใช้คำถามที่สะท้อนให้ผู้เรียนคิดพิจารณาเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างลึกซึ้งทั้งในด้านบวกและด้านลบ การปฏิบัติการพยาบาลของตนเอง การตอบสนองของผู้รับบริการ ประเด็นที่ต้องพัฒนาตนเองในอนาคต

4. การสะท้อนคิดเกิดภายหลังการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อการนำไปใช้ในสถานการณ์จริง (Reflection-beyond-action) เกิดภายหลังสิ้นสุดการปฏิบัติ ผู้เรียนสะท้อนคิดในสิ่งที่ยังไม่ได้เรียนรู้และสิ่งที่ยังไม่รู้ ซึ่งเป็นการสะท้อนคิดเกี่ยวกับความรู้และความเชื่อของผู้เรียนจากการปฏิบัติการพยาบาลที่ได้ผ่านมา ผู้สอนใช้คำถามที่ให้ผู้เรียนมีการวางแผนการปฏิบัติที่จะนำไปใช้ในสถานการณ์จริงในอนาคต

### ประเด็นที่ควรนำมาใช้ในการสะท้อนคิด

สำหรับผู้เรียนที่ไม่มีประสบการณ์การเขียนสะท้อนคิดมาก่อน มักจะมีคำถามเกิดขึ้นเสมอว่า ประเด็นอะไรที่จะต้องนำมาเขียนสะท้อนคิด Koshy และคณะ<sup>12</sup> ได้แนะนำประเด็นที่ควรนำมาสะท้อนคิดโดยแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะกว้างๆ ดังนี้

1. การสะท้อนคิดในสิ่งที่กระทำผิดพลาด ซึ่งความผิดพลาดที่เกิดขึ้นนี้จะติดอยู่ในความคิดของผู้เรียนและทำให้คิดว่าหากสามารถย้อนกลับไปทำสิ่งนั้นจะทำอะไรที่แตกต่างจากเดิม ตัวอย่างของประเด็นการสะท้อนคิด ได้แก่ การทำหัตถการไม่ถูกต้อง การวินิจฉัยผิดพลาด เป็นต้น

2. การสะท้อนคิดในสิ่งที่ประสบผลสำเร็จ และประทับใจ ซึ่งประเด็นเหล่านี้สามารถที่จะช่วยเสริมสร้างกำลังใจและเป็นประโยชน์ ในแง่การเพิ่มความมั่นใจ ช่วยให้ผู้เรียนปฏิบัติในสิ่งนั้นซ้ำๆ ในสถานการณ์ใหม่ที่คล้ายคลึงกันได้ตีเพิ่มขึ้น ตัวอย่างประเด็นการสะท้อนคิด ได้แก่ การช่วยเหลือ

ผู้ป่วยที่มีภาวะหัวใจล้มเหลวอย่างมีประสิทธิภาพ การจัดการสถานการณ์ที่ยุงยากได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นต้น

### การประยุกต์การสะท้อนคิดตามแนวคิดของ Gibbs Model ในการฝึกปฏิบัติการพยาบาล

แนวคิดการสะท้อนคิดของ Gibbs<sup>5</sup> ได้กล่าวถึงกระบวนการสะท้อนคิดที่เป็นระบบและมีขั้นตอนที่ชัดเจน ช่วยให้ผู้เรียนสามารถค้นหาความหมายของพฤติกรรมทัศนคติของตนเองที่ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงและมีการประยุกต์ความรู้ไปสู่การปฏิบัติ<sup>13</sup> ซึ่งเหมาะกับการนำความรู้ทางทฤษฎีไปใช้ในทางปฏิบัติโดยผ่านกระบวนการสะท้อนคิดเพื่อพัฒนาความรู้ทางวิชาชีพพยาบาลและการดูแลผู้รับบริการแบบองค์รวม กระบวนการนี้มีอยู่ 6 ขั้นตอน ซึ่งผู้เขียนได้มีอธิบายหลักการแนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบการสะท้อนคิดของ Gibbs<sup>5,14,15</sup> และนำเสนอตัวอย่างของการบันทึกการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลที่ฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิตเป็นครั้งแรก เพื่อให้ผู้อ่านได้เข้าใจมากขึ้น ดังรายละเอียดดังนี้

1. การบรรยายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (Description-what happened?) เป็นการบรรยายลักษณะเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยการอธิบายอย่างสั้นๆ เฉพาะเหตุการณ์ที่สำคัญเพื่อให้ผู้อ่านได้มองเห็นภาพว่ามีอะไรเกิดขึ้น โดยเฉพาะเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความคิด ความรู้สึกของตนเองที่จะต้องมีการสะท้อนในขั้นต่อไป การสะท้อนคิดในขั้นนี้จำเป็นต้องรีบทำทันทีเมื่อเหตุการณ์เกิดขึ้นหรือสิ้นสุดลง ไม่เช่นนั้นจะทำให้ผู้เรียนลืมในบางเหตุการณ์และบางประเด็นซึ่งจะไม่ได้ถูกวิเคราะห์ ทำให้สูญเสียโอกาสในการเรียนรู้ในสิ่งที่สำคัญ ในขั้นตอนนี้ผู้เรียนควรตอบคำถาม ดังนี้ “มีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้น” “มีใครอยู่ในเหตุการณ์นั้นบ้าง” “ทำไมเราจึงอยู่ที่นั่น” เป็นต้น

2. ความรู้สึก (Feelings-what were you thinking and feeling?) เป็นการบรรยายความคิดและความรู้สึกเกี่ยวกับประสบการณ์ โดยนำความรู้สึกของตนเองมาสู่การรับรู้และพยายามที่จะหาความหมายและเข้าใจความคิดความรู้สึกนั้น เป็นการเพิ่มการตระหนักรู้ในตนเอง ผู้เรียน

ต้องซื้อสัตย์ต่อความรู้สึกของตนเอง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นอาจเป็นได้ทั้งในส่วนที่ประทับใจและความรู้สึกไม่พึงพอใจ การอธิบายความรู้สึกอย่างเปิดเผยจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถวิเคราะห์ตนเองได้อย่างแท้จริง คำถามที่ควรนำมาใช้ในขั้นตอนนี้ เช่น “ในขณะที่ฉันรู้สึกอย่างไร” “สิ่งที่ฉันกำลังคิดในขณะที่คืออะไร” “คนอื่นที่อยู่ในเหตุการณ์นั้นจะรู้สึกอย่างไร” “ฉันรู้สึกอย่างไรกับผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์นั้น” เป็นต้น

3. การประเมินผล (Evaluation-what was good and bad about the experience?) เป็นกระบวนการตัดสินใจ การเรียนรู้ของผู้เรียนเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าดีหรือไม่ดี มีคุณค่ามากน้อยเพียงใด ในขั้นตอนการประเมินผลนี้ผู้เรียนสามารถที่จะนำทฤษฎีหรือแนวคิดที่เกี่ยวข้องมาอ้างอิงและสนับสนุนการประเมินหรือการปฏิบัติการพยาบาลของตนเองได้ และต้องมีการอ้างอิงที่มาของแนวคิดและทฤษฎีได้ โดยใช้แนวคำถาม ดังนี้ “ฉันโต้ตอบกับสถานการณ์นั้นอย่างไร” “บุคคลอื่นมีปฏิกิริยาต่อสถานการณ์นั้นอย่างไร” “สิ่งที่ดีหรือไม่ดีในประสบการณ์นี้คืออะไร” เป็นต้น

4. การวิเคราะห์ (Analysis-what sense can you make of the situation?) ในขั้นตอนนี้เป็นการสะท้อนที่เจาะลึกลงไปเพื่ออธิบายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ผู้เรียนสามารถที่จะอธิบายเหตุการณ์โดยแบ่งเป็นกรณีย่อยๆ ได้ อาจมีการใช้คำถามเพื่อหาคำตอบในขั้นประเมินผล ได้แก่ “มีอะไรที่ผ่านไปด้วยดี” “มีสิ่งใดที่ฉันทำได้ดีแล้ว” “มีอะไรที่คนอื่นทำได้เหมาะสมแล้ว” “มีสิ่งใดที่ฉันทำผิดพลาดหรือไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง” “ฉันหรือคนอื่นสนับสนุน/ให้การช่วยเหลือในสิ่งที่เกิดขึ้นอย่างไร” เป็นต้น ผู้เรียนควรมีการนำหลักการหรือแนวคิดมาอธิบายเกี่ยวกับเหตุการณ์ และการเปรียบเทียบประสบการณ์ของตนเองในขั้นตอนนี้

5. การสรุป (Conclusion-what else could you have done?) เป็นการสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ที่สำคัญและการอธิบายทางเลือกอื่นที่อาจจะสามารถใช้ในการสนองตอบต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้ คำถามที่ใช้เป็นแนวทาง ได้แก่ “สิ่งที่ฉันได้เรียนรู้จากประสบการณ์นี้คืออะไร” “มีวิธีการอื่นที่ฉันสามารถทำแตกต่างจากนี้ได้หรือไม่” “ถ้าหากเป็นประสบการณ์ด้านบวกผู้เรียนควรต้องอภิปรายว่าหากผู้เรียนทำแบบเดิม

จะทำให้เกิดผลลัพธ์ด้านบวกเช่นเดิมหรือไม่ หรือควรมีการปรับเปลี่ยนอะไรที่ช่วยให้ผลลัพธ์ดีขึ้น ในทางตรงกันข้ามหากเป็นประสบการณ์ด้านลบผู้เรียนต้องชี้ให้เห็นว่าจะมีการหลีกเลี่ยงอย่างไรและจะมีวิธีการอย่างไรที่จะไม่ให้เกิดเหตุการณ์เช่นนั้นอีก ในขั้นการสรุปนี้จะแตกต่างจากขั้นประเมินผลคือผู้เรียนสามารถอธิบายประเด็นที่เกิดขึ้นจากมุมมองที่แตกต่างกันและอาศัยข้อมูลจำนวนมากเพื่อช่วยในการตัดสินใจ ซึ่งเปรียบเหมือนกับผู้เรียนกำลังมีการพัฒนาการหยั่งรู้ในตัวเองและพฤติกรรมของบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องกับผลลัพธ์ของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

6. การวางแผนการปฏิบัติ (Action plan-if it rose again what would you do?) ขั้นนี้เป็นการวางแผนในอนาคตเกี่ยวกับสิ่งที่จำเป็นต้องรู้หรือการพัฒนาตนเอง หรือถ้าหากสถานการณ์เกิดขึ้นอีกจะทำอะไรที่แตกต่างไปจากเดิมบ้าง การตั้งคำถามที่เกี่ยวกับการวางแผนการปฏิบัติในอนาคตมีคำถามที่ควรคำนึงถึง ดังนี้ “สิ่งจำเป็นที่ฉันต้องเตรียมตัวหากต้องเผชิญกับสถานการณ์ในลักษณะนี้อีกในอนาคตคืออะไรบ้าง” “ที่ผ่านมาถึงแม้ว่าฉันจะปฏิบัติได้ดีแล้ว ยังมีเรื่องอะไรที่ฉันต้องพัฒนาอีกบ้าง” “มีเรื่องใดที่ฉันต้องพัฒนาก่อนเป็นอันดับแรก” “มีเทคนิคหรือขั้นตอนเฉพาะอะไรบางที่ฉันจำเป็นต้องทำเพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้” เป็นต้น

จากกระบวนการ 6 ขั้นตอนนี้ ผู้เขียนได้นำมาประยุกต์ใช้กับนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 3 ที่เรียนในรายวิชาการปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต โดยให้นักศึกษาได้มีการสะท้อนคิดผ่านการเขียนบันทึกตามแนวคิดของ Gibbs<sup>5,14,15</sup> ดังนั้น ผู้เขียนขอเสนอตัวอย่างการบันทึกการสะท้อนคิดของนักศึกษา ซึ่งเป็นต้นฉบับบันทึกสะท้อนคิดของนักศึกษาที่ผู้เขียนไม่ได้มีการปรับแต่งหรือแก้ไขเนื้อความ เพราะต้องการให้ผู้อ่านได้เห็นตัวอย่างการบันทึกสะท้อนคิดจริงของนักศึกษาที่จะพบได้บ่อยๆ ในรูปแบบการเขียนที่อาจจะไม่ได้จัดเรียงลำดับความคิดตามขั้นตอน โมเดลของ Gibbs แต่ในตัวอย่างนี้จะเห็นการนำเสนอความคิด วิธีการคิด และการปฏิบัติการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารของนักศึกษา กับผู้ป่วย รวมถึงการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ตามความคิด ความเชื่อ และความรู้อื่นๆ ของนักศึกษา

**ตารางที่ 1** การบันทึกสะท้อนคิดและการวิเคราะห์ผลของการบันทึกของนักศึกษาที่ฝึกปฏิบัติงานวิชาชีพปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต

บันทึกสะท้อนคิด	การวิเคราะห์
<p>วันนี้เป็นวันที่สี่ของการขึ้นฝึกจิตเวช ดิฉันมีความรู้สึกดี เพราะรู้กระบวนการทำงานที่ฝึกทำอะไร ทำให้ดิฉันคุ้นกับสถานที่มากขึ้น วันนี้ช่วงเช้าดิฉันก็ได้ไปคุยกับผู้ป่วยเหมือนเช่นทุกวันที่ผ่านมาแต่โดนผู้ป่วยปฏิเสธ (1A) ดิฉันไม่รู้รู้สึกเสียใจหรือผิดหวังอะไรมากมาย แต่ดิฉันรู้สึกว่าผู้ป่วยยังไม่ไว้วางใจดิฉัน (2A) มันเป็นเรื่องที่ท้าทายมาก (3A) มันเกิดคำถามขึ้นในใจว่าเพราะอะไรผู้ป่วยถึงไม่ยอมคุยกับดิฉัน ดิฉันใช้เทคนิคการสนทนาไม่เหมาะสม หรือเพราะอาการทางจิตของผู้ป่วยที่ป่วยมานานหลายสิบปี (4A) เพราะฉะนั้นดิฉันต้องหาคำตอบให้ได้ ต้องค้นหาเทคนิคที่จะทำให้ผู้ป่วยคุยกับดิฉัน ขณะนั้นดิฉันคิดอะไรไม่ออก ไม่รู้จะพูดอย่างไร (2B) ดิฉันจึงพูดว่า “เอาอย่างนั้นจะคะถ้าคุณไม่สะดวกคุยตอนนี้ ดิฉันนัดคุยกับคุณประมาณ 13.00 น. ได้ไหมคะ เราจะใช้เวลาคุยประมาณ 30 นาที” ผู้ป่วยคิดนานจึงตอบเสียงเบาด้วยสีหน้าเรียบเฉยว่า “ได้ครับ” ดิฉันรู้สึกดีใจมากที่ผู้ป่วยยอมตกลง ดิฉันคิดว่าสิ่งที่ดิฉันพูดไปตอนนั้นน่าจะเหมาะสม ดิฉันใช้หลักการสร้างสัมพันธภาพในการยอมรับพฤติกรรมของผู้ป่วย เพราะผู้ป่วยไม่พร้อมพูดคุยในขณะนั้น (ภัสรา ศิริรินทร์ภานู 2556) (3B) ในกรณีที่ผู้ป่วยไม่พร้อมที่จะพูดคุยเราในฐานะของพยาบาลเราจะต้องยอมรับเขาก่อน จากนั้นดิฉันก็แยกจากผู้ป่วย</p> <p>เมื่อถึงเวลานัดหมายในช่วงบ่ายดิฉันก็ไปพบผู้ป่วยบริเวณม้าหินอ่อน ขณะนั้นผู้ป่วยกำลังนั่งเล่นดูผู้ป่วยอื่นเล่นเกม ดิฉันเข้าไปทักทายผู้ป่วยและผู้ป่วยหันมามองด้วยสีหน้าเรียบเฉยพร้อมกับถามว่าถึงเวลาคุยกันแล้วหรือ ดิฉันยิ้มให้และกับพยักหน้า ผู้ป่วยจึงลุกออกมา ดิฉันพาผู้ป่วยไปนั่งคุยที่ม้าหินอ่อนตัวถัดไป (1B) ระหว่างการสนทนาดิฉันรู้สึกว่าผู้ป่วยไว้วางใจดิฉันมากขึ้น จากที่เมื่อวานผู้ป่วยจะถามคำตอบคำ แต่วันนี้ผู้ป่วยสามารถเล่าสิ่งที่อยู่ในใจมากขึ้น เช่น เมื่อวานผู้ป่วยไม่ยอมบอกว่าอาการหูแว่วได้ยินเสียงอะไร แต่วันนี้ผู้ป่วยบอกว่า เป็นเสียงคนคุยกัน รู้ทุกอย่างเกี่ยวกับตนเองตั้งแต่สมัยยังเด็ก แต่ผู้ป่วยก็ยังไม่บอกดิฉันว่าได้ยินเสียงคนคุยกันเรื่องอะไร แค่นี้ดิฉันก็รู้สึกว่าดิฉันสร้างสัมพันธภาพกับผู้ป่วยสำเร็จไปขั้นหนึ่งแล้ว (4B) ผู้ป่วยสนใจมาก แววตาตั้งใจฟังขณะที่ดิฉันพูดถึงการพยาบาลหูแว่ว เช่น การดูหนังฟังเพลง ทำสมาธิ ให้จดจ่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เป็นการเบี่ยงเบนอาการหูแว่ว และจากการคุยกับผู้ป่วย ผู้ป่วยบอกว่า “อยาก X-ray ดูสมอง ตรวจเลือด หาความผิดปกติของอาการหูแว่ว บอกคุณหมอแล้ว คุณหมอมักไม่ทำให้” จึงเกิดคำถามขึ้นในใจดิฉันว่า “ดิฉันจะอธิบายอย่างไรจึงจะทำให้ผู้ป่วยเชื่อมั่นว่าเป็นความผิดปกติทางจิตไม่ใช่ทางกาย” จากการคุยกันครั้งนี้ทำให้ดิฉันรู้สึกอยากช่วยผู้ป่วยมากขึ้นแต่ตอนนั้นไม่รู้จะอธิบายอย่างไร กลัวพูดออกไปแล้วจะทำให้ผู้ป่วยไม่พอใจ คิดว่าดิฉันปฏิเสธความคิดของเขาและจะทำให้เขาไม่ไว้วางใจดิฉันต่อไป (2C)</p>	<p><b>(1) การบรรยายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น</b>            1A - การถูกผู้ป่วยปฏิเสธการสร้างสัมพันธภาพ แม้จะคุยมาหลายวัน            1B - การเข้าไปสร้างสัมพันธภาพในช่วงบ่าย</p> <p><b>(2) การบรรยายความรู้สึก</b>            2A - การบรรยายความรู้สึกเมื่อถูกปฏิเสธการสร้างสัมพันธภาพในช่วงแรก            2B - การอธิบายความคิดที่เกิดขึ้นในเหตุการณ์เฉพาะหน้า            2C - อธิบายความคิด ความรู้สึกหากต้องเลือกกระทำบางอย่าง</p> <p><b>(3) การประเมินผล</b>            3A - นักศึกษามองว่าการที่ผู้ป่วยไม่คุยด้วยเป็นประสบการณ์ที่มีคุณค่าและน่าค้นหา            3B - นักศึกษาตัดสินใจว่าพฤติกรรมของตนเองเหมาะสมสอดคล้องกับสถานการณ์และทฤษฎีการสร้างสัมพันธภาพโดยนำแนวคิดมาอ้างอิง</p> <p><b>(4) การวิเคราะห์</b>            4A - เป็นการพยายามค้นหาเหตุผลหรือข้อสนับสนุนมาอธิบายปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นว่าทำไมผู้ป่วยจึงไม่ยอมพูดคุย            4B - การให้ข้อมูลสนับสนุนการตัดสินใจมีความก้าวหน้าในการสร้างสัมพันธภาพ</p> <p><b>(5) การสรุปในสิ่งที่เรียนรู้จากวิธีปฏิบัติในการสร้างสัมพันธภาพให้เกิดความไว้วางใจ</b></p> <p><b>(6) การวางแผนการปฏิบัติ</b> ในการที่จะพัฒนาเทคนิคการสนทนากับผู้ป่วยโดยวางแผนที่จะศึกษาเพิ่มเติมจากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย</p>



## การประเมินผลการสะท้อนคิด

การประเมินผลการจัดการเรียนรู้โดยการสะท้อนคิดควรทำทั้งในระหว่างเรียนเพื่อการพัฒนา (Formative assessment) และเมื่อสิ้นสุดการเรียนรู้เพื่อวัดผลการเรียนรู้ (Summative assessment)<sup>16</sup> การประเมินผลระหว่างเรียนเพื่อการพัฒนา (Formative assessment) เป็นการประเมินที่มีประโยชน์กับผู้เรียนและผู้สอน เช่น ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับคุณภาพของงาน จุดแข็งของผู้เรียนและจุดบกพร่องในกระบวนการสะท้อนคิดที่ควรพัฒนา รวมทั้งในประเด็นต่างๆ ที่ผู้เรียนต้องการหรือไม่เข้าใจวัตถุประสงค์หรือวิธีการสะท้อนคิด โดยเฉพาะในผู้เรียนที่เพิ่งเริ่มใช้การสะท้อนคิด ผลการประเมินดังกล่าวเป็นข้อมูลในการปรับวิธีการจัดการเรียนรู้ การใช้คำถามของผู้สอน การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ หรือสิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน จนทำให้ผู้เรียนสามารถเรียนรู้โดยการสะท้อนคิดให้บรรลุผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชาได้<sup>16</sup> ส่วนการประเมินเมื่อสิ้นสุดการเรียนรู้เพื่อวัดผลการเรียนรู้ (Summative assessment) ของรายวิชา สามารถประเมินผลด้วยวิธีการและใช้เครื่องมือเช่น

เดียวกับการประเมินผลระหว่างเรียน ซึ่งอาจประเมินจากผลงานของผู้เรียน ผลการพัฒนาจากการเรียนรู้ในกระบวนการสะท้อนคิด และจากผลลัพธ์การเรียนรู้ของรายวิชาที่เกี่ยวข้องกับทักษะทางปัญญา เช่น การประเมินระดับการคิดอย่างมีวิจารณญาณ หรือการคิดแก้ปัญหา<sup>17</sup>

การประเมินผลการเรียนรู้จากการสะท้อนคิด ควรมีการประเมินที่หลากหลายมิติโดยเป็นข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ และผู้ประเมินควรเป็นทั้งผู้เรียนและผู้สอน แนวทางการประเมินหรือแบบประเมินที่ใช้ต้องมีความสอดคล้องกับกระบวนการสะท้อนคิด<sup>16</sup> เพื่อเป็นข้อมูลนำไปพัฒนากระบวนการเรียนรู้ต่อไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ บทความนี้ผู้เขียนนำเสนอแบบประเมินที่สอดคล้องกับแนวคิดการสะท้อนคิดของ Gibbs<sup>5</sup> ที่ใช้กับผู้สอนหรือผู้เรียน ดังนี้

1. การประเมินพฤติกรรมการสะท้อนคิด Chettha<sup>18</sup> ได้พัฒนาแบบประเมินพฤติกรรมการสะท้อนคิด ตามแนวคิดของ Gibbs<sup>5</sup> ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อ เพื่อให้ นักศึกษาใช้ในการประเมินตนเองระหว่างการเรียนรู้และเมื่อสิ้นสุดการเรียนรู้ของรายวิชา ดังตารางที่ 2<sup>18</sup>

ตารางที่ 2 แบบประเมินพฤติกรรมการสะท้อนคิด<sup>18</sup>

	ระดับพฤติกรรม			
	สูง มาก	สูง	ปาน กลาง	ต่ำ
1. ฉันทำการทบทวนเนื้อหาที่เคยเรียนแล้ว				
2. ฉันประเมินผลงานของตนเองเพื่อการพัฒนาในอนาคต				
3. ฉันคิดทบทวนว่าเรียนอะไร เรียนเพื่ออะไร				
4. ฉันเห็นสิ่งที่ฉันควรพัฒนาหรือปรับปรุง				
5. ฉันทบทวนความคิดของตนเอง				
6. ฉันเปรียบเทียบสิ่งที่อยากรู้กับสิ่งที่ได้รับจากรายวิชา				
7. ฉันนำความรู้จากการเรียนไปใช้ให้เกิดประโยชน์				
8. ฉันทบทวนว่าเหตุการณ์ต่างๆ ทำให้ฉันเรียนรู้ได้อย่างไร				
9. ฉันเห็นข้อดีของตนเอง				
10. ฉันแสดงความคิดเห็นของฉันกับผู้อื่น				
11. ฉันคิดไตร่ตรองว่าสิ่งที่กำลังเรียนมีคุณค่าอย่างไร				
12. ฉันบอกความรู้สึกของฉันต่อผู้อื่น				
13. ฉันทบทวนความรู้สึกของตนเอง				
14. ฉันทบทวนและเชื่อมโยงความรู้ต่างๆ เข้าหากัน				
15. ฉันพยายามค้นหาข้อดีของเหตุการณ์เพื่อการเรียนรู้				
16. ฉันทบทวนว่าแต่ละวันได้เรียนรู้อะไรบ้าง				
17. เมื่อพบสถานการณ์ใหม่ ฉันพยายามที่จะเรียนรู้จากมัน				
18. ฉันทบทวนเหตุการณ์ใหม่ ฉันพยายามจะเรียนรู้จากมัน				
19. ฉันทบทวนการกระทำของตนเอง				
20. ฉันแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของฉันกับผู้อื่น				

2. การประเมินคุณภาพของการสะท้อนคิด เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการให้ข้อมูลย้อนกลับแก่นักศึกษาในการพัฒนาตนเองและใช้ในการวัดและประเมินผลของรายวิชา โดย

ผู้เขียนได้พัฒนาแบบประเมินการสะท้อนคิดโดยใช้รูบริก (rubrics) ตามแนวคิดของ Gibbs<sup>5</sup> ดังตารางที่ 3



ตารางที่ 3 แบบประเมินการสะท้อนคิดโดยใช้รูบริค (rubrics) ตามแนวคิดของ Gibbs

รายการ	ระดับคะแนน				
	4	3	2	1	0
1. บรรยายหรือบันทึกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในการเรียนรู้	บรรยายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ครอบคลุมและชัดเจนทุกประเด็น	บรรยายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ครอบคลุมแต่ยังไม่ชัดเจนทุกประเด็น	บรรยายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ครอบคลุมบางประเด็น และไม่ชัดเจน	บรรยายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้เพียงผิวเผินแสดงรายละเอียดได้น้อย	ไม่บรรยาย
2. การเปิดเผยความคิด ความรู้สึกต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น พฤติกรรมตนเอง และพฤติกรรมของผู้อื่น	แสดงความคิด ความรู้สึกทั้งด้านบวกและด้านลบอย่างตรงไปตรงมาต่อ 1. เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และ 2. พฤติกรรมของตนเอง และ 3. พฤติกรรมของผู้อื่น	แสดงความคิด ความรู้สึกทั้งด้านบวกและด้านลบอย่างตรงไปตรงมาต่อ 1. เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และ/หรือ 2. พฤติกรรมของตนเอง และ/หรือ 3. พฤติกรรมของผู้อื่น	แสดงความคิด ความรู้สึกเพียงด้านบวก หรือด้านลบอย่างตรงไปตรงมาต่อ 1. เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น หรือ 2. พฤติกรรมของตนเอง หรือ 3. พฤติกรรมของผู้อื่น	แสดงความคิด ความรู้สึกด้านบวกหรือด้านลบเพียงเล็กน้อยต่อ 1. เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น หรือ 2. พฤติกรรมของตนเอง หรือ 3. พฤติกรรมของผู้อื่น	ไม่แสดงความคิด ความรู้สึก
3. วิเคราะห์เหตุการณ์หรือประสบการณ์การเรียนรู้	วิเคราะห์เหตุการณ์หรือประสบการณ์การเรียนรู้เชื่อมโยงกับแนวคิด ทฤษฎี หลักการได้อย่างสมเหตุสมผลทั้งหมด	วิเคราะห์เหตุการณ์หรือประสบการณ์การเรียนรู้เชื่อมโยงกับแนวคิด ทฤษฎี หลักการได้อย่างสมเหตุสมผลเป็นส่วนใหญ่	วิเคราะห์เหตุการณ์หรือประสบการณ์การเรียนรู้เชื่อมโยงกับแนวคิด ทฤษฎี หลักการได้อย่างสมเหตุสมผลบางส่วน	วิเคราะห์เหตุการณ์หรือประสบการณ์การเรียนรู้เชื่อมโยงกับแนวคิด ทฤษฎี หลักการได้อย่างสมเหตุสมผลเป็นบางส่วน	ไม่มีการวิเคราะห์
4. การตัดสินใจหรือประเมินค่า(ด้านบวกหรือด้านลบ) เหตุการณ์ การกระทำของตนเอง และของผู้อื่น	การประเมินค่าเหตุการณ์ และการกระทำของตนเอง และของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม โดยนำทฤษฎีมาอ้างอิงได้อย่างถูกต้องทั้งหมด	การประเมินค่าเหตุการณ์ และการกระทำของตนเอง และของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม โดยนำทฤษฎีมาอ้างอิงถูกต้องเป็นส่วนใหญ่	การประเมินค่าเหตุการณ์ หรือการกระทำของตนเองหรือของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม โดยนำทฤษฎีมาอ้างอิงถูกต้องเพียงบางส่วน	การประเมินค่าเหตุการณ์หรือการกระทำของตนเองหรือของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม แต่ไม่นำทฤษฎีมาอ้างอิงหรือนำมาอ้างอิงน้อยมาก	ไม่มีการประเมินค่าหรือการประเมินค่าไม่ถูกต้อง
5. สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้	สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ได้อย่างครอบคลุม และชัดเจนทั้งหมดจากการวิเคราะห์อย่างเป็นเหตุและผล	สรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้ได้อย่างครอบคลุม และชัดเจนเป็นส่วนใหญ่จากการวิเคราะห์เป็นเหตุและผล	สรุปสิ่งที่เรียนรู้ได้ครอบคลุม แต่ยังไม่ชัดเจนจากการวิเคราะห์เพียงผิวเผิน	สรุปสิ่งที่เรียนรู้เพียงผิวเผิน ไม่ครอบคลุมและไม่ชัดเจน	ไม่สรุปสิ่งที่เรียนรู้
6. ระบุแนวทางในการพัฒนาได้อย่างชัดเจน	1. ระบุประเด็น/แนวทางในการพัฒนาตนเองได้อย่างครอบคลุม และอธิบายทุกประเด็นได้ชัดเจนทั้งหมด และ 2. ระบุแนวทางในการเผชิญกับเหตุการณ์ในลักษณะที่คล้ายคลึงกันในอนาคตได้ชัดเจนทุกประเด็น	1. ระบุประเด็น/แนวทางในการพัฒนาตนเองได้ครอบคลุมทุกประเด็น แต่อธิบายได้ชัดเจนในบางประเด็น และ 2. ระบุแนวทางในการเผชิญกับเหตุการณ์ในลักษณะที่คล้ายคลึงกันในอนาคตได้ชัดเจนเป็นส่วนใหญ่	1. ระบุประเด็น/แนวทางในการพัฒนาตนเองไม่ครอบคลุม แต่อธิบายได้ชัดเจนในบางประเด็น และ 2. ระบุแนวทางในการเผชิญกับเหตุการณ์ในลักษณะที่คล้ายคลึงกันในอนาคตได้ชัดเจนบางส่วน	1. ระบุประเด็น/แนวทางในการพัฒนาตนเองได้ไม่ครอบคลุมและอธิบายประเด็นได้เพียงผิวเผิน และ 2. ระบุแนวทางในการเผชิญกับเหตุการณ์ในลักษณะที่คล้ายคลึงกันในอนาคตได้อย่างผิวเผิน	1. ไม่ระบุแนวทางในการพัฒนาตนเอง และ 2. ไม่ระบุแนวทางในการเผชิญกับเหตุการณ์ในลักษณะที่คล้ายคลึงกันในอนาคต

3. การประเมินระดับของการสะท้อนคิด เป็นการประเมินที่สำคัญอีกมิติหนึ่ง เพื่อใช้ในการประเมินระดับการพัฒนาของทักษะทางปัญญาของผู้เรียนและสอดคล้องตามความสามารถของผู้เรียนในแต่ละคนและแต่ละชั้นปี มีนักการศึกษาได้กล่าวถึงระดับการสะท้อนคิดไว้หลายแนวคิด<sup>19-21</sup> โดยมีเกณฑ์การพิจารณาที่คล้ายกัน คือ เริ่มจากระดับที่สามารถ

บรรยายหรือเล่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จนถึง ระดับของการตระหนักรู้ในการกระทำหรือสิ่งที่เกิดขึ้น หรือสามารถตัดสินใจโดยเชื่อมโยงกับทฤษฎีและผลกระทบที่เกิดขึ้นได้อย่างลึกซึ้ง ซึ่งเป็นการสะท้อนคิดขั้นสูงที่แสดงถึงการมีทักษะทางปัญญาขั้นสูงนั่นเอง ดังตารางที่ 4<sup>16</sup>

ตารางที่ 4 ระดับของการสะท้อนคิด คำอธิบาย และตัวอย่างของการสะท้อนคิดในแต่ละระดับ

ระดับการสะท้อนคิด	คำอธิบาย	ตัวอย่าง
ระดับ 1 การบรรยาย (Descriptive level)	ผู้เรียนแสดงให้เห็นถึงสิ่งที่ได้มาหรือการพัฒนาความรู้ใหม่ที่ได้รับจากประสบการณ์การเรียนรู้ที่สำคัญ จากตัวอย่างแสดงให้เห็นว่าผู้เรียนมีความเข้าใจเกี่ยวกับประสบการณ์ใหม่จากหลักฐานเชิงประจักษ์	“ดิฉันได้เรียนรู้ว่าถ้าดิฉันเข้าหาผู้ป่วยบ่อยๆ ทำให้ผู้ป่วยไว้วางใจดิฉันมากขึ้น ในแต่ละวันดิฉันจะพยายามทักทาย ชักถามผู้ป่วยบ่อยๆ เกี่ยวกับอาการ ความเป็นอยู่ในหอผู้ป่วย กิจกรรมที่ผู้ป่วยทำในแต่ละวันผู้ป่วยจึงยอมที่จะเล่าเรื่องให้ฟังทีละเล็กละน้อย ”
ระดับ 2 การเข้าใจ (Empathic level)	ผู้เรียนแสดงให้เห็นถึงความคิดเกี่ยวกับความเชื่อ ค่านิยม และทัศนคติของตนเองและผู้อื่น จากตัวอย่างแสดงให้เห็นเกี่ยวกับความคิดความรู้สึกของนักศึกษาเมื่อถูกผู้ป่วยปฏิเสธ	“ดิฉันได้คุยกับผู้ป่วยเหมือนเช่นทุกวันที่ผ่านมาแต่โดนผู้ป่วยปฏิเสธ ดิฉันไม่ได้รู้สึกเสียใจหรือผิดหวังมากมาย แต่ดิฉันรู้สึกว่าคุณป่วยยังไม่ไว้วางใจดิฉัน มันเป็นเรื่องที่ทำทนายมาก”
ระดับ 3 การวิเคราะห์ (Analytic level)	ผู้เรียนสามารถประยุกต์สิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ในสถานการณ์อื่นในชีวิตของตนเองและวิชาชีพได้ จากตัวอย่างแสดงให้เห็นว่านักศึกษานำหลักการสร้างสัมพันธภาพไปใช้ในการติดต่อสื่อสารกับผู้ป่วย	“ดิฉันใช้หลักการสร้างสัมพันธภาพในการยอมรับพฤติกรรมของผู้ป่วย เพราะผู้ป่วยไม่พร้อมพูดคุยในขณะนั้น”
ระดับ 4 การรู้คิดหรือ อภิปัญญา (Metacognitive level)	ผู้เรียนแสดงให้เห็นถึงการตรวจสอบกระบวนการคิดและการเรียนรู้ สิ่งที่ได้เรียนรู้ วิธีการเรียนรู้ และการเรียนรู้ใหม่ หรือความรู้ใหม่เปลี่ยนแปลงความรู้เก่าหรือประสบการณ์เดิมได้อย่างไร จากตัวอย่างแสดงให้เห็นว่านักศึกษามีความสามารถวิเคราะห์ผลกระทบได้อย่างลึกซึ้ง และกำหนดวิธีการแสวงหาความรู้ได้ด้วยตนเอง	“ดิฉันจะต้องไปศึกษาเทคนิคการสนทนาจากตำรามากขึ้น แต่ดิฉันเชื่อว่าการอ่านจากตำราเพียงอย่างเดียวคงจะไม่ทำให้เข้าใจอย่างเต็มที่ ดิฉันต้องสังเกตและสอบถามจากพี่พยาบาลที่มีประสบการณ์ตรง เพราะผู้ป่วยเป็นปัจเจกบุคคล”

## ข้อเสนอแนะในการนำการสะท้อนคิดไปใช้ในการพัฒนาการจัดการเรียนรู้

การสะท้อนคิดเป็นกระบวนการที่ผู้เรียนมีการทบทวนไตร่ตรองเกี่ยวกับการกระทำของตนเองจากสถานการณ์ที่ตนเองเข้าไปมีส่วนร่วมจากมุมมองที่หลากหลายก่อให้เกิดความเข้าใจในปรากฏการณ์นั้นและตระหนักรู้ในความหมายการกระทำของตนเองและคุณค่าในประสบการณ์ที่เรียนรู้อีกมากขึ้น ดังนั้นในการนำการสะท้อนคิดไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนภาคปฏิบัตินั้น ผู้สอนหรือผู้บริหารการศึกษาควรดำเนินการ ดังนี้

1. การเตรียมความพร้อมของทีมผู้สอน ทีมผู้สอนควรได้รับการพัฒนาความรู้ ความเข้าใจและทักษะในการจัดการเรียนรู้โดยการสะท้อนคิดร่วมกันเพื่อให้เกิดความเข้าใจและสามารถนำไปปฏิบัติในแนวทางเดียวกันได้ ซึ่งจะนำไปสู่การออกแบบการสะท้อนคิดในการจัดการเรียนการสอนร่วมกันอย่างเป็นระบบและเป็นขั้นตอน จนสามารถกระตุ้นการสะท้อนคิดของนักศึกษาได้อย่างเป็นระบบ สามารถใช้คำถามสำคัญที่ทำให้ให้นักศึกษาคิดอย่างลึกซึ้งและเกิดการเปลี่ยนแปลงการปฏิบัติให้ดีขึ้น เพื่อส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาทักษะการจัดการเรียนรู้โดยการสะท้อนคิดอย่างต่อเนื่องรวมทั้งทำให้เกิดผลการพัฒนาจากการจัดการเรียนรู้ได้อย่างชัดเจนมากขึ้น

2. การเตรียมความพร้อมของนักศึกษา เพื่อให้ นักศึกษาได้ตระหนักเห็นความสำคัญของการเรียนรู้จากการสะท้อนคิด นักศึกษาจึงควรได้รับการเตรียมความพร้อมทั้งในด้านความเข้าใจในลักษณะวิธีการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด และมีโอกาสในการฝึกทักษะการสะท้อนคิดอย่างเพียงพอ รวมทั้งการฝึกทักษะในการตั้งคำถามที่ดี ซึ่งเป็นการป้องกันไม่ให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกว่าไร้ประโยชน์จากการสะท้อนคิดในรูปแบบต่างๆ

3. ผู้สอนควรมีการประเมินผลการสะท้อนคิดร่วมกับนักศึกษาอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้นักศึกษามีแนวทางในการพัฒนาการสะท้อนคิดอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ผู้สอนควรมีการประเมินผล ปรับปรุงและพัฒนาการจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิดร่วมกับทีมผู้สอนคนอื่นอย่างต่อเนื่องเช่นกัน เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงพัฒนาการจัดการเรียนรู้โดยการสะท้อนคิดให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ช่วยให้การจัดการเรียนรู้โดยการสะท้อนคิดประสบความสำเร็จได้ ทำให้ผู้สอนและนักศึกษาเกิดความสุข ความภูมิใจในการจัดการเรียนรู้ และนำไปสู่การพัฒนาให้นักศึกษาให้มีความกระตือรือร้น เกิดการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องและมีวุฒิภาวะในตนเองมากขึ้น

## สรุป

การสะท้อนคิดเป็นแนวคิดเกี่ยวกับวิถีคิด ซึ่งส่งเสริมให้ผู้เรียนมีการคิดทบทวนและตรวจสอบความคิด ความรู้สึกทัศนคติ ความเชื่อที่ซ่อนอยู่ภายในที่มีผลต่อการกระทำของตนเองในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อทำความเข้าใจความหมายและสรุปการเรียนรู้ที่ได้จากการปฏิบัติภายใต้สถานการณ์นั้น สิ่งสำคัญในการสะท้อนคิดคือผู้เรียนต้องเปิดใจ ซื่อสัตย์ต่อตนเอง สะท้อนคิดในประเด็นที่เป็นไปตามที่คาดหวังหรือผิดหวังได้ ซึ่งกระบวนการสะท้อนคิดจะต้องมีการกระทำอย่างต่อเนื่อง ก่อนการปฏิบัติ ขณะปฏิบัติ หลังการปฏิบัติ และการสะท้อนคิดเกิดภายหลังการปฏิบัติเพื่อการนำไปใช้ในสถานการณ์จริง โดยผู้สอนจะต้องมีการตั้งคำถามสะท้อนคิดเพื่อช่วยให้ผู้เรียนตรวจสอบการเรียนรู้ของตนเอง ส่งผลต่อการพัฒนาผู้เรียนให้เกิดการคิดอย่างมีวิจารณญาณและการเรียนรู้ตลอดชีวิต

## References

1. Tanomchayataeat B, Wanitsuppawong P, Niamtade W, Pojanatanti N. The 21st century: The challenge to develop students. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health* 2016;3(2): 208-222. (In Thai).
2. Joonlarat P. Learning Management for Students in the Thailand 4.0 Era. *Veridian E-Journal Silpakorn University* 2018;11(2):2363-80. (In Thai).
3. Royal College of Nursing. An exploration of the challenges of maintaining basic human rights in practice. London: Royal College of Nursing. 2012.
4. Mackintosh C. Reflection: a flawed strategy for the nursing profession. *Nurse Education Today* 1998; 18:553-557.
5. Gibbs G. Learning by doing: A guide to teaching and learning methods. Further education unit. Oxford: Oxford Polytechnic; 1988.
6. Horton-Deutsch S, Sherwood GD. *Reflective Practice: Transforming Education and Improving Outcomes*. Indianapolis: Sigma Theta Tau International; 2017.
7. Armstrong G, Horton-Deutsch S, Sherwood G. Reflection in clinical contexts: learning collaboration and evaluation. In Horton-Deutsch S, Sherwood GD. (Eds) *Reflective Practice: Transforming Education and Improving Outcomes*. Indianapolis: Sigma Theta Tau International; 2017.
8. Barbour JF. The Making of a butterfly: reflective practice in nursing education. *International Journal for Human Caring*. 2013;17(3):7-11.
9. Edwards S. Reflecting differently. New dimensions: reflection-before-action and reflection-beyond-action. *International Practice Development Journal* 2017;7(1):1-14 doi: 10.19043/ipdj.71.002
10. Na Nakhon P. Learning by reflective thinking. *Journal of Research and Curriculum Development*. 2013;3(2):1-20. (in Thai).
11. Greenaway R. Investigating the Value of Reflection Before Action. (cited 29 May 2019) Available from: <http://reviewing.co.uk/articles/Reflection-Before-Action.pdf>
12. Koshy K, Limb C, Gundogan B, Whitehurt K, Jafree DJ. Reflective practice in health care and how to reflect effectively. *Int J Surg Oncol* 2017;2(6):1-3.
13. Jasper M, Rosser M. Reflection and Reflective Practice. In: Jasper M, Rosser M, Mooney G (ed) *Professional Development, Reflection and Decision-Making in Nursing and health Care*. West-Sussex: Wiley-Blackwell; 2013.
14. Wilding MP. Reflective practice: a learning tool for student nurses. *British Journal of Nursing* 2008;17(11):720-4.
15. Jasper, M. *Beginning reflective practice-Foundations in Nursing and Health Care*. Nelson Thornes. Cheltenham. 2003.
16. Ash SL, Clayton PH. Generating, deepening, and documenting learning: the power of critical reflection in applied learning. *Journal of Applied Learning in Health Education*. 2009;1:25-48.

17. Ekthamasuth C, Suvithayasiri K. Cognitive constructivism through problem solving thinking skill. Journal of Boromarajonani College of Nursing, Bangkok 2017;33(1):177-83. (in Thai).
18. Chettha K. Developing of reflective clinical skills of nursing students through journal writing in teaching and counseling in health. Journal of Phrapokkiao Nursing College 2013;24(2): 12-20. (in Thai)
19. Clark DR. Learning through reflection. (cited 2019 May 29) Available from: <http://www.nwlink.com/~donclark/hrd/development/reflection.html>
20. Kirkpatrick D. Another book at evaluating training programs. Alexandria, VA: ASTD; 1995.
21. Kanmalia Y, Suikraduang A. Evaluation of training program for new nurses to enhance caring behavior. Sociology Study 2015;5(7):584-91.