



การสะท้อนคิด: แนวคิดและการนำไปประยุกต์ใช้ ในการเรียนการสอน Reflection: Concept and Application in Courses of Learning

ธนพล บรรดาศักดิ์* กนกพร เทียนคำศรี** นฤมล จันทระเกษม** สุภมาส ตามบุญ**

Thanapol Bundasak,* Kanokporn Thiankumsri,** Narumol Jangasem,** Supamas Tamboon**

*, ** วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี พระพุทธบาท คณะพยาบาลศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก จ.นนทบุรี

*, ** Boromarajonani College of Nursing, Praputhabat, Faculty of Nursing, Praboromarajachanok Institute,
Nonthaburi Province

* Corresponding Author: teacherdream27@gmail.com

บทคัดย่อ

การสะท้อนคิด เป็นวิธีการหนึ่งที่อาจารย์ผู้สอนสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอนทั้งภาคทฤษฎีและปฏิบัติเพื่อให้นักศึกษาได้ฝึกพัฒนากระบวนการคิดอย่างเป็นระบบ และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ บนพื้นฐานของหลักฐานเชิงประจักษ์ ทำให้นักศึกษาเชื่อมโยงความรู้จากภาคทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติ อันนำไปสู่การแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอเกี่ยวกับความสำคัญของการสะท้อนคิด การจัดการเรียนการสอนโดยใช้วิธีการสะท้อนคิด รูปแบบการสะท้อนคิด แนวทางการพัฒนาความสามารถในการสะท้อนคิด องค์ประกอบสู่ความสำเร็จของการนำการสะท้อนคิดมาใช้ในการเรียนการสอน การประยุกต์การสะท้อนคิดตามแนวคิดของ Gibbs ของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ที่ฝึกภาคปฏิบัติในวิชาปฏิบัติการพยาบาลขั้นพื้นฐาน และข้อเสนอแนะในการนำการสะท้อนคิดไปใช้ในการเรียนการสอน

คำสำคัญ: การสะท้อนคิด การเรียนการสอน รูปแบบการสะท้อนคิดของ Gibbs

Abstract

Reflection is one of the methods that teachers can apply to theory and practice, so that students can practice and develop the processes of systems thinking and critical thinking based on evidence-based practice. Reflection helps them to link knowledge from theory, so they can practice effective problem-solving. This article aimed to show the significance of reflection, types of reflection, a model of reflection, guidelines for developing reflection, and factors to success fully use reflection in education. The study applied reflection

Received: June 1, 2020; Revised: September 9, 2020; Accepted: September 16, 2020

following Gibbs' model among second-year students who were practising in a fundamental nursing practicum and offered recommendations for using reflection in courses of learning.

Keywords: reflection, education, Gibbs' model of reflection

บทนำ

ปัจจุบันโลกเข้าสู่ยุคศตวรรษที่ 21 ที่มีการเปลี่ยนแปลงของข้อมูลข่าวสาร หรือองค์ความรู้ อยู่ตลอดเวลา ทำให้ผู้เรียนต้องมีทักษะในการเรียนรู้ การคิดวิเคราะห์ และการคิดแก้ไขปัญหา เพื่อให้สามารถตอบสนองกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น¹ ดังนั้นการจัดการศึกษาเพื่อให้ผู้เรียนเกิดทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การคิดแก้ไขปัญหา และการตัดสินใจทางคลินิก จึงเป็นที่มาของกรอบแนวคิดการจัดการศึกษาในปัจจุบันและเป็นความท้าทายของผู้สอนที่จำเป็นต้องใช้กลวิธีที่สามารถช่วยให้ผู้เรียนมีทักษะกระบวนการคิดและการตัดสินใจที่เหมาะสม² โดยพบว่า การสะท้อนคิด (Reflection) เป็นวิธีการสำคัญที่ช่วยพัฒนาผู้เรียนให้เกิดสิ่งเหล่านั้นได้ เพราะการสะท้อนคิดเป็นวิธีการจัดการเรียนรู้ที่พัฒนาความสามารถของผู้เรียนในการทำความเข้าใจ วิเคราะห์ และอธิบายเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ช่วยให้ผู้เรียนสามารถปรับมุมมองความคิดและนำสิ่งที่ได้ซึ่งเป็นความรู้ใหม่ไปวางแผนตัดสินใจแก้ไขปัญหา รวมถึงการคิดแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม³ ซึ่งจะช่วยให้เกิดการคิดอย่างมีวิจารณญาณ^{4,5} การสะท้อนคิดจึงเป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลได้ทบทวนความคิด ความรู้สึกของตนเอง จะช่วยให้เกิดความตระหนักรู้ในตนเอง หรือเกิดกระบวนการทางความคิดอย่างเป็นระบบเป็นขั้นตอน รวมไปถึงการวิเคราะห์เหตุการณ์รอบด้านด้วยมุมมองที่หลากหลายทำให้เกิดการพัฒนากระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณและช่วยพัฒนาทักษะการแก้ไขปัญหา⁵ นอกจากนี้การ

สะท้อนคิดยังช่วยพัฒนาทักษะการตั้งคำถามเชิงคิดวิเคราะห์ ทักษะการสืบค้นข้อมูลด้วย⁶ ดังนั้นการจัดการเรียนการสอนในปัจจุบันจึงจำเป็นต้องปลูกฝังหรือเสริมสร้างการสะท้อนคิดให้กับผู้เรียน อันจะนำไปสู่กระบวนการคิดแก้ไขปัญหา และการตัดสินใจทางคลินิกที่เหมาะสมต่อไป

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอความสำคัญของการสะท้อนคิด การจัดการเรียนการสอนโดยใช้วิธีการสะท้อนคิด รูปแบบของการสะท้อนคิด แนวทางการพัฒนาความสามารถในการสะท้อนคิด องค์ประกอบสู่ความสำเร็จของการนำการสะท้อนคิดมาใช้ในการเรียนการสอน การประยุกต์การสะท้อนคิดตามแนวคิดของ Gibbs ของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ที่ฝึกภาคปฏิบัติในวิชาปฏิบัติการพยาบาลขั้นพื้นฐาน และข้อเสนอแนะในการนำการสะท้อนคิดไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน ผลลัพธ์ของการสะท้อนคิดจะช่วยพัฒนาทักษะทางปัญญา โดยส่งเสริมความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การแก้ไขปัญหาในการพยาบาล การให้เหตุผลทางคลินิก และการตัดสินใจทางคลินิก นอกจากนี้การสะท้อนคิดจะช่วยพัฒนานักศึกษาในด้านการคิดวิเคราะห์ผลของการปฏิบัติงานของตนเอง สามารถนำเสนอแนวทางการพัฒนาและปรับปรุงแก้ไข และนำไปปรับใช้ในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลในรายวิชาอื่นๆ ต่อไป

ความหมายของการสะท้อนคิด

John Dewey⁷ เป็นผู้ริเริ่มแนวคิดการสะท้อนคิดในหนังสือชื่อ "How we think" โดยให้

ความหมายของการสะท้อนคิดว่าเป็นการคิดพิจารณาและไตร่ตรองอย่างถี่ถ้วนเกี่ยวกับความเชื่อหรือความรู้บนพื้นฐานของสิ่งสนับสนุนการคิดนั้นๆ รวมถึงการคิดแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ยังมีผู้ให้ความหมายการสะท้อนคิดในลักษณะอื่นๆ เช่น Gibbs⁴ และ Horton-Deutsch & Sherwood⁵ กล่าวว่า การสะท้อนคิดเป็นวิธีการที่ช่วยพัฒนาความสามารถของผู้เรียนในการทำความเข้าใจ แยกแยะ และอธิบายเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ช่วยให้ผู้เรียนสามารถปรับมุมมองความคิดของตนเอง อันเป็นการพัฒนาการคิดอย่างมีวิจารณญาณและการคิดแก้ไขปัญหา จากความหมายของการสะท้อนคิดสามารถสรุปได้ว่า การสะท้อนคิดเป็นกระบวนการคิดพิจารณาสิ่งต่างๆ อย่างรอบคอบ ซึ่งเป็นวิธีการที่ทำให้เกิดการทบทวนและสะท้อนการกระทำของตนเอง เพื่อให้เกิดความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ สามารถคิดและแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม นำไปสู่การพัฒนาปรับปรุงตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการทำผิดพลาดที่เคยเกิดขึ้น

≡ ความสำคัญของการสะท้อนคิด ≡

การสะท้อนคิดมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน เนื่องจากช่วยให้ผู้เรียนเกิดการตระหนักต่อการเรียนรู้ของตนเอง สามารถกำหนดแนวทางหรือเป้าหมายในการเรียนรู้ของตนเองได้ โดยการสะท้อนคิดเป็นกระบวนการคิดพิจารณาจากเหตุและผลของปัญหาหรือสภาพเหตุการณ์สามารถจำแนกรายละเอียด วิเคราะห์จุดเด่นและจุดด้อย ตลอดจนสามารถนำเสนอวิธีการ หลักการหรือความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้น ซึ่งอาศัยความรู้จากประสบการณ์เดิมของตนเองเชื่อมโยงกัน มีการตรวจสอบองค์ความรู้ที่เกิดขึ้น ทำให้เกิดความคิดและมุมมองใหม่ๆ ที่สามารถเป็นแนวทางในการตัดสินใจแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อีกทั้งหลักการสะท้อนคิดยังมุ่งเน้นให้ผู้เรียนอภิปรายถึงเหตุผลในการกระทำ ซึ่งจะช่วยพัฒนาการใช้เหตุผลทางคลินิก และนำไปสู่การคิดอย่างมีวิจารณญาณและการตัดสินใจทางคลินิก⁷

สำหรับการสะท้อนคิดกับการศึกษาวิชาชีพการพยาบาลนั้น การสะท้อนคิดเป็นวิธีหนึ่งในการสร้างแรงจูงใจที่จะพัฒนาการเรียนรู้ตลอดชีวิต พัฒนาผู้เรียนให้มีระดับความคิดที่สูงขึ้น และเป็นกลวิธีการสอนที่มีความสำคัญทั้งในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ทำให้นักศึกษาได้ทบทวนตนเองทั้งในด้านความคิด ความรู้สึก และการกระทำ รวมทั้งการประเมินตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่การค้นหาวិธีการพัฒนาตนเอง และพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาลให้ดีขึ้น มองเห็นความสำคัญของการปฏิบัติการพยาบาล สามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปพัฒนาการวางแผนกิจกรรมการพยาบาลเพื่อให้เกิดผลลัพธ์การพยาบาลที่ดี⁸ การสะท้อนคิดยังเป็นการที่นักศึกษาได้คิดวิเคราะห์ตนเองอย่างมีวิจารณญาณ ช่วยให้นักศึกษาเกิดการตระหนักรู้ในตนเองทั้งในด้านพุทธิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย สามารถประเมินตนเอง พิจารณาหาข้อบกพร่องในตนเอง หลีกเลี่ยงการทำผิดพลาดที่เคยเกิดขึ้นในอดีตและนำไปพัฒนาปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น⁹ ผลลัพธ์การสะท้อนคิดจะส่งเสริมความสามารถด้านการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การแก้ปัญหาในการพยาบาล การให้เหตุผลทางคลินิก และการตัดสินใจทางคลินิก ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพการพยาบาลและความปลอดภัยของผู้รับบริการ¹⁰ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าการสะท้อนคิดเป็นทักษะจำเป็นสำหรับนักศึกษาพยาบาลซึ่งจะช่วยให้ นักศึกษาตระหนักในความหมายของการกระทำของตนเอง ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนวิธีการคิด และการตัดสินใจ ซึ่งจะช่วยให้เกิดการพัฒนานตนเองให้ดียิ่งขึ้น นำสิ่งที่เรียนรูมาประยุกต์ใช้การแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยพบว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่ม

ทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการตัดสินใจทางคลินิกหลังการทดลองสูงกว่า นักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ¹¹ และนักศึกษาพยาบาลภายในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยของทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ¹² นอกจากนี้ยังพบว่า พยาบาลวิชาชีพที่มีทักษะสะท้อนคิดการปฏิบัติการพยาบาลที่ดีจะมีการพัฒนาแนวปฏิบัติที่ดีในการดูแลผู้รับบริการ มีการแก้ปัญหาผ่านกระบวนการคิดไตร่ตรองด้วยเหตุผล ซึ่งจะช่วยส่งเสริมสมรรถนะเชิงวิชาชีพการพยาบาล¹³ ส่งผลต่อการดูแลผู้รับบริการอย่างเข้าใจในธรรมชาติของมนุษย์และมีความเอื้ออาทรเกิดขึ้น¹⁴ ดังนั้นการพัฒนากระบวนการสะท้อนคิดจึงมีความสำคัญสำหรับนักศึกษาพยาบาล

จากความสำคัญของการสะท้อนคิดสามารถสรุปได้ว่า การสะท้อนคิดมีความสำคัญต่อการคิด การตัดสินใจทางคลินิกเพื่อแก้ไขปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้งช่วยให้เข้าใจเหตุผลการปฏิบัติได้ดีมากขึ้น การฝึกการสะท้อนคิดจะเป็นกระบวนการที่นำไปสู่การคิดอย่างมีวิจารณญาณที่ส่งผลให้มีการปฏิบัติและแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกทั้งการสะท้อนคิดยังมีความสำคัญต่อวิชาชีพการพยาบาลทั้งนักศึกษาพยาบาลและพยาบาลวิชาชีพ ซึ่งจะช่วยพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ทำให้มีความละเอียดรอบคอบในการพิจารณาสิ่งต่างๆ มากขึ้นก่อนการตัดสินใจเชื่อและปฏิบัติ อีกทั้งการสะท้อนคิดยังช่วยเชื่อมโยงความรู้จากภาคทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติได้ รวมทั้งมีการตัดสินใจเชิงจริยธรรมที่เหมาะสมในการปฏิบัติงานต่อไป

การจัดการเรียนการสอนโดยใช้ วิธีการสะท้อนคิด

วิธีการจัดการเรียนการสอนโดยใช้วิธีการสะท้อนคิด สามารถนำมาประยุกต์ใช้ทั้งการจัดการเรียนการสอนภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ซึ่งสามารถสรุปได้ดังนี้

ภาคทฤษฎี การจัดการเรียนการสอนโดยวิธีการสะท้อนคิดสามารถทำได้หลายวิธี แต่ที่นิยมใช้ คือ การเขียนบันทึก การแสดงบทบาทสมมติ และการใช้สถานการณ์จำลอง สามารถสรุปได้ดังนี้¹⁵

1. การเขียนบันทึก เป็นการให้ผู้เรียนเขียนบันทึกการเรียนรู้จากประสบการณ์ ซึ่งอาจเป็นในลักษณะของการเขียนบรรยายเล่าเหตุการณ์หรือการกระทำว่าทำอะไร พร้อมเหตุผลของการกระทำในเหตุการณ์นั้นๆ แล้ววิเคราะห์ตัวเองว่าที่ตนเองได้ทำลงไปยังมีวิธีอื่นได้อีกหรือไม่ และเพราะอะไรถึงไม่เลือกวิธีอื่น ทั้งนี้สิ่งสำคัญของการเขียนบันทึกในภาคทฤษฎีจะประสบความสำเร็จ คือ อาจารย์ผู้สอนควรชี้แจงวัตถุประสงค์ของการสอนด้วยวิธีนี้ให้ผู้เรียนเข้าใจก่อนลงมือปฏิบัติว่าเป็นสิ่งที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ ไม่ใช่แต่การทำงานส่งเพียงเท่านั้น

2. การแสดงบทบาทสมมติ โดยผู้สอนแบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย มอบหมายสถานการณ์ล่วงหน้าเพื่อให้ผู้เรียนมีเวลาเตรียมตัวสำหรับการแสดง และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีอิสระในการแสดงออกในสถานการณ์นั้นๆ เช่น การมอบหมายให้ผู้เรียนแสดงบทบาทในสถานการณ์ที่ผู้รับบริการเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาล โดยแสดงบทบาทเป็นแพทย์ พยาบาล ผู้รับบริการ และญาติ เมื่อการแสดงบทบาทสมมติเสร็จสิ้นแล้วผู้สอนจึงทำการอภิปรายกลุ่มเพื่อสะท้อนคิดซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนได้รู้จักและเข้าใจความรู้สึกของตนเอง ได้สะท้อนคิดเกี่ยวกับคุณค่าและความสามารถของตนเอง

มีมุมมองต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น และช่วยพัฒนาทักษะการแก้ไขปัญหา

3. การสอนโดยใช้สถานการณ์จำลอง เป็นการสอนในลักษณะเสมือนจริง เพื่อให้ผู้เรียนสามารถประเมิน วางแผนให้การพยาบาล รวมทั้งการประเมินการดูแลผู้ป่วยได้ ซึ่งในการสะท้อนคิดด้วยวิธีการสอนโดยใช้สถานการณ์จำลอง จะช่วยให้ผู้เรียนได้ทบทวนและประเมินผลกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปวางแผนการพัฒนาการปฏิบัติให้ดีขึ้นเมื่อต้องเจอกับสถานการณ์แบบเดิมอีก

ภาคปฏิบัติ จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า มีการนำเสนอการสะท้อนคิดในการปฏิบัติการพยาบาลในประเด็นที่คล้ายกัน ดังนั้นบทความนี้ผู้เขียนจึงได้นำเสนอการสะท้อนคิดในภาคปฏิบัติไว้ 4 ประเภท เนื่องจากสามารถอธิบายในบริบทการปฏิบัติการพยาบาลและการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาลได้ใกล้เคียงที่สุดสามารถสรุปได้ดังนี้¹⁶

1. การสะท้อนคิดก่อนการปฏิบัติการพยาบาล (Reflection-before-action) เป็นการทบทวนความรู้จากภาคทฤษฎีก่อนที่จะลงมือการปฏิบัติจริง ซึ่งการสะท้อนคิดก่อนการลงมือปฏิบัติเป็นการช่วยให้นักศึกษานำเอาความรู้หรือประสบการณ์เดิมมาคิดพิจารณาก่อนลงมือปฏิบัติจริง เช่น นักศึกษาทบทวนความรู้เกี่ยวกับวิธีการดูแลในผู้ป่วยที่ใส่ท่อช่วยหายใจ เป็นต้น

2. การสะท้อนคิดในขณะปฏิบัติการพยาบาล (Reflection-in-action) เป็นการที่นักศึกษา มีการคิดใคร่ครวญอย่างถ่องแท้เกี่ยวกับสิ่งที่กำลังปฏิบัติ และเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่ช่วยพัฒนาการตัดสินใจแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าให้กับนักศึกษา เช่น ขณะนักศึกษา กำลังดูแลผู้ป่วย ได้มีการคิดทบทวนว่าตนเองทำสิ่งที่ถูกต้องตามขั้นตอนหรือไม่ มีอะไรที่ทำผิดพลาดหรือยังทำ

ได้ไม่ดี และต้องพัฒนาปรับปรุงในครั้งต่อไป เป็นต้น การสะท้อนคิดเช่นนี้จะช่วยให้นักศึกษาเรียนรู้วิธีการปฏิบัติที่เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมความสามารถในการตัดสินใจทางคลินิกของนักศึกษา

3. การสะท้อนคิดภายหลังการปฏิบัติการพยาบาล (Reflection-on-action) เป็นการสะท้อนคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ภายหลังจากการปฏิบัติการพยาบาลสิ้นสุดลง การสะท้อนคิดหลังปฏิบัตินี้จะช่วยให้นักศึกษาเกิดการตระหนักรู้เกี่ยวกับอารมณ์และเข้าใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างลึกซึ้ง โดยการใช้คำถามที่สะท้อนให้นักศึกษาคิดพิจารณาเกี่ยวกับการปฏิบัติการพยาบาลของตนเองที่เกิดขึ้นอย่างลึกซึ้งทั้งในจุดดีและจุดที่ต้องพัฒนา การตอบสนองของผู้รับบริการ เพื่อวิเคราะห์ ประเมินหาข้อสรุปจากการเรียนรู้ประสบการณ์นั้นๆ เช่น ภายหลังการดูแลผู้ป่วย นักศึกษาลองคิดทบทวนสิ่งที่ตนเองปฏิบัติกับผู้ป่วยว่ามีจุดดีและจุดที่ตนเองต้องปรับปรุงแก้ไขอะไรบ้าง มีประเด็นใดที่ตนเองต้องพัฒนาเพิ่มเติม เพื่อให้การดูแลครั้งต่อไปดีขึ้น เป็นต้น

4. การสะท้อนคิดที่เกิดภายหลังการปฏิบัติในการปรับนำไปใช้ในสถานการณ์จริง (Reflection-beyond-action) เกิดภายหลังสิ้นสุดการปฏิบัติ นักศึกษาสะท้อนคิดในสิ่งที่ยังไม่ได้เรียนรู้และสิ่งที่ยังไม่มีรู้ ซึ่งเป็นการสะท้อนคิดเกี่ยวกับความรู้และความเชื่อของนักศึกษาจากการปฏิบัติการพยาบาลที่ผ่านมา อาจารย์ใช้คำถามที่ให้นักศึกษามีการวางแผนการปฏิบัติที่จะนำไปใช้ในสถานการณ์จริงในอนาคต หรืออาจกล่าวได้ว่าเป็นการเตรียมนักศึกษาเพื่อเข้าสู่ชีวิตจริงต่อไป

รูปแบบการสะท้อนคิด

นักวิชาการได้มีการนำเสนอรูปแบบและกรอบแนวคิดการสะท้อนคิดไว้หลายรูปแบบ เช่น รูปแบบการสะท้อนคิดของ Schon¹⁷, Driscoll¹⁸, Holm & Stephenson¹⁹ และ Gibbs⁴ โดยรูปแบบการสะท้อนคิดของ Schon¹⁷ เป็นการแบ่งช่วงเวลาที่บุคคลจะเกิดการสะท้อนคิด แต่ไม่ได้อธิบายถึงกระบวนการและขั้นตอนของการสะท้อนคิด สำหรับรูปแบบการสะท้อนคิดของ Driscoll¹⁸ ซึ่งมี 3 ขั้นตอน เป็นรูปแบบที่สั้น เข้าใจง่าย และไม่ซับซ้อน แต่ส่วนใหญ่จำกัดการสะท้อนคิดในลักษณะย้อนหลังมากกว่าการสะท้อนคิดขณะเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้น ในขณะที่ของ Holm & Stephenson¹⁹ เป็นเพียงการนำเสนอแนวคำถามที่สามารถนำไปใช้ในการสะท้อนคิดได้ง่ายมากขึ้น ซึ่งในบทความนี้ผู้เขียนนำเสนอรูปแบบการสะท้อนคิดของ Gibbs⁴ ซึ่งมี 6 ขั้นตอน ซึ่งจะช่วยให้ผู้สะท้อนคิดเกิดกระบวนการทบทวนและพิจารณาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเป็นระบบ และเป็นขั้นตอน และเป็นรูปแบบที่สามารถนำมาใช้ทั้งขณะเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นหรือหลังเหตุการณ์สิ้นสุดแล้ว สรุปได้ดังนี้

1. การบรรยายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (Description-What happened?) เป็นการบรรยายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยให้ความสำคัญกับรายละเอียดของเหตุการณ์โดยไม่ตัดสินหรือหาข้อสรุป โดยใช้คำถามว่า “เกิดเหตุการณ์อะไรขึ้นบ้าง”

2. ความรู้สึก (Feelings-What were you thinking and feeling?) เป็นการบรรยายความคิดและความรู้สึกต่อเหตุการณ์ โดยพยายามที่จะค้นหาความหมายและเข้าใจความคิด ความรู้สึกนั้น อันเป็นการเพิ่มการตระหนักรู้ในตนเอง และต้องซื่อสัตย์ต่อความรู้สึกของตนเอง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเป็นได้ทั้งความรู้สึกพึงพอใจหรือไม่พึง

พอใจก็ได้ การอธิบายความรู้สึกอย่างเปิดเผยจะช่วยให้ นักศึกษาวิเคราะห์ตนเองได้อย่างลึกซึ้ง โดยใช้คำถามที่ว่า “เราคิดและรู้สึกอย่างไรต่อเหตุการณ์นั้นๆ”

3. การประเมินผล (Evaluation-What was good and bad about the experience?)

เป็นการประเมินสถานการณ์โดยใช้ประสบการณ์ว่า มีความคิด ความรู้สึกเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นไปในทิศทางบวกหรือทางลบอย่างไร มีคุณค่า มากน้อยเพียงใด ในขั้นตอนนี้นักศึกษาสามารถนำหลักการ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องมาอ้างอิงและสนับสนุนการประเมินหรือการปฏิบัติการพยาบาล ของตนเองได้ โดยใช้คำถามที่ว่า “สิ่งดีๆ หรือสิ่งที่ ไม่ดีที่เกิดขึ้นในประสบการณ์นี้คืออะไรบ้าง” หรือ “บุคคลอื่นมีปฏิกิริยาต่อสถานการณ์นั้นอย่างไรบ้าง” เป็นต้น

4. การวิเคราะห์ (Analyze-What else can you make of the situation?) เป็นการ

สะท้อนที่เจาะลึกลงไปเพื่ออธิบายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น อาจมีการใช้คำถามเพื่อค้นหาคำตอบในขั้นประเมินผล เช่น “มีสิ่งใดที่เราสามารถทำได้ดีแล้วบ้าง” หรือ “มีอะไรที่คนอื่นทำได้เหมาะสมแล้วบ้าง” หรือ “มีสิ่งใดที่เราทำผิดพลาดหรือไม่ เป็นไปตามที่คาดหวังบ้าง” เป็นต้น โดยนักศึกษา ควรมีการนำหลักการ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง มาอธิบายเกี่ยวกับเหตุการณ์ และมีกรเปรียบเทียบ ประสบการณ์ของตนเองในขั้นตอนนี้

5. การสรุป (Conclusion-What else could you have done?) เป็นการสรุปความคิด

รวบยอดจากการวิเคราะห์โดยใช้เหตุผล หรือสรุป สิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน รวมถึงการสรุปแนวทางการ แก้ไขปัญหา และการอธิบายทางเลือกอื่นที่อาจจะ ใช้ในการตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้ โดยใช้คำถามที่ว่า “สิ่งที่ได้เรียนรู้จากประสบการณ์นี้ คืออะไร” “มีวิธีการอื่นที่สามารถทำแตกต่างจาก นี้ได้อีกหรือไม่” หากเป็นประสบการณ์ที่ดีต้องมี

การอภิปรายต่อว่า หากทำแบบเดิมจะทำให้เกิดประสบการณ์ที่ติดต่อกันหรือไม่ หรือจะต้องมีการปรับเปลี่ยนอะไรเพิ่มเติมให้ดีขึ้น แต่หากเป็นประสบการณ์ที่ไม่ดี จะต้องแสดงให้เห็นถึงวิธีการหลีกเลี่ยง และมีวิธีการอย่างไรที่จะป้องกันไม่เกิดเหตุการณ์แบบนี้ขึ้นอีกครั้ง ขั้นตอนนี้เป็น การอธิบายสิ่งที่เกิดขึ้นจากมุมมองที่แตกต่างกัน และอาศัยข้อมูลที่น่าเชื่อถือในการตัดสินใจ จึงเปรียบได้ว่าผู้เรียนกำลังมีการพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเองและพฤติกรรมของผู้อื่นที่เกี่ยวข้องกับ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

6. การวางแผนการปฏิบัติ (Action plan-If it rose again what would you do?) เป็นการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปวางแผนการปฏิบัติในอนาคต โดยใช้คำถามที่ว่า “สิ่งที่จำเป็นที่ต้องเตรียมตัวหากต้องเผชิญกับเหตุการณ์ลักษณะนี้อีกในอนาคตคืออะไร” หรือ “เราจะทำอย่างไรถ้าเกิดเหตุการณ์เช่นนี้อีก” หรือ “มีสิ่งใดบ้างที่เราจำเป็นต้องพัฒนาให้ดีขึ้น” เป็นต้น

อย่างไรก็ตามประเด็นที่ควรนำมาสะท้อนคิดนั้น แบ่งได้เป็น 2 ประเด็น²⁰ คือ 1) ประเด็นที่เป็นไปตามที่คาดหวังและประสบความสำเร็จ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างกำลังใจ ความมั่นใจ ส่งผลให้ผู้เรียนปฏิบัติสิ่งนั้นซ้ำๆ ในสถานการณ์ใหม่ที่คล้ายกันได้เป็นอย่างดี และ 2) ประเด็นที่ไม่เป็นไปตามที่คาดหวังหรือประเด็นที่ผิดพลาด ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ในการที่จะพัฒนาแนวทางหรือขั้นตอนการปฏิบัติที่แตกต่างจากเดิมเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีขึ้น

≡ แนวทางการพัฒนาความสามารถ ≡ ในการสะท้อนคิด

การสะท้อนคิดเป็นทักษะทางปัญญาที่อาศัยกระบวนการคิดขั้นสูงที่สามารถพัฒนาได้ การพัฒนาทักษะดังกล่าวทำได้โดยการกระตุ้น

ผู้เรียนในการนำประสบการณ์มาคิดวิเคราะห์ในประเด็นต่างๆ ตามลำดับ ตามขั้นตอนของการสะท้อนคิด และตามวัตถุประสงค์ของการสะท้อนคิด ดังนั้นการกำหนดประเด็นหรือการตั้งคำถามที่ช่วยกระตุ้นการคิดถือเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนาทักษะการสะท้อนคิด เพราะการกำหนดประเด็นคำถามที่ชัดเจนและเรียงลำดับไปตามขั้นตอนของการสะท้อนคิดจะช่วยให้ผู้เรียนสามารถคิดวิเคราะห์ได้อย่างชัดเจน และส่งเสริมกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบ จากการศึกษาที่ผ่านมาได้มีการนำวิธีการต่างๆ มาพัฒนาความสามารถในการสะท้อนคิด เช่น การเขียนบันทึกสะท้อนคิด (Journal writing) การสนทนา (Dialogue) การวิเคราะห์อุบัติการณ์ (Incident analysis) การแสดงบทบาทสมมติ (Role play) การใช้ภาพศิลปะกระตุ้นความคิด (Visual thinking strategies) การสะท้อนคิดเป็นกลุ่ม (Reflecting in group) การใช้สถานการณ์จำลอง (Simulation) เป็นต้น บทความนี้ผู้เขียนขอยกตัวอย่างการพัฒนาความสามารถในการสะท้อนคิดด้วยวิธีการเขียนบันทึกเหตุการณ์ และการสะท้อนคิดเป็นกลุ่ม ซึ่งเป็นวิธีที่ผู้เขียนใช้กับนักศึกษาพยาบาลเป็นประจำในการเรียนการสอน สามารถสรุปได้ดังนี้

1. การเขียนบันทึกเหตุการณ์หรือบันทึกการสะท้อนคิด (Journal writing) เป็นการเขียนบันทึกเกี่ยวกับลำดับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นหรืออาจจะเป็นความคิด ความรู้ ประสบการณ์ วิธีการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนสำรวจความคิด ความรู้สึก การปฏิบัติ และเหตุผลของตนเองเมื่อเผชิญสถานการณ์จริง โดยเล่าถึงประสบการณ์ที่มีความหมายทั้งประสบการณ์ที่ดีและไม่ดี ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความชัดเจนในความรู้และการกระทำของตนเอง อีกทั้งวิธีการนี้ยังช่วยให้ผู้เรียนเชื่อมโยงทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติ พัฒนาทักษะการตระหนักรู้ในตนเอง การคิดอย่างมีวิจารณญาณ

และค้นหาแนวทางแก้ไขปัญหา²¹ การเขียนบันทึกการสะท้อนคิดนั้น ผู้เรียนต้องเข้าใจจุดประสงค์ การเขียนบันทึกการสะท้อนคิด โดยการเขียนบันทึกการสะท้อนคิดมุ่งเน้นการเขียนในสิ่งที่จำ เป็น พิจารณาความรู้ที่จะนำไปใช้ และอะไรที่เป็น ความรู้ใหม่ที่ต้องการได้รับ และจะเข้าถึงข้อมูล เหล่านั้นได้อย่างไร เมื่อผู้เรียนเขียนความคิดลงไป ความคิดเหล่านั้นจะถูกจัดรูปแบบให้เป็นระบบดีขึ้น ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความชัดเจนในความรู้ และ วิเคราะห์สถานการณ์ได้อย่างลึกซึ้ง จึงอาจกล่าว ได้ว่าการเขียนบันทึกการสะท้อนคิดนั้น จะช่วยให้ ผู้เรียนเข้าใจตนเองมากขึ้น ช่วยพัฒนาทักษะทาง ปัญญาและการคิดอย่างมีวิจารณญาณ อีกทั้งการ เขียนบันทึกการสะท้อนคิดยังเหมาะกับผู้เรียนที่ไม่ ค่อยกล้าพูด ทำให้ผู้เรียนเหล่านี้ได้แสดงความคิด ความรู้สึกต่างๆ ที่ได้จากการฝึกปฏิบัติ และนำไปสู่ การพัฒนาทักษะการแก้ไขปัญหาก็ได้ วิธีการนี้ผู้เขียน ใช้เป็นประจำในการเรียนการสอนภาคปฏิบัติ โดย ออกแบบเป็นการบันทึกการเรียนรู้ โดยเริ่มต้นจาก การอธิบายวัตถุประสงค์ของการเขียนบันทึก และ มอบหมายให้ผู้เรียนเขียนบันทึกเหตุการณ์ 1 เรื่อง ที่ได้เรียนรู้จากประสบการณ์การฝึกภาคปฏิบัติ เสร็จสิ้นในแต่ละวันทันที เพราะผู้เรียนยังจำ เหตุการณ์ ความคิด และความรู้สึกได้ดี ลักษณะ การเขียนบันทึกสะท้อนคิดมี 4 วิธี คือ การเขียน บรรยาย (Descriptive) เป็นการเขียนลักษณะเล่า เหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการทำงานและความรู้สึกที่ ทำงานนั้นสำเร็จ เช่น ให้ผู้เรียนเขียนเล่าเหตุการณ์ ที่ตนเองประทับใจและการกระทำในเหตุการณ์นั้น ว่าเขาทำอะไร เป็นต้น การเขียนบรรยายสะท้อน เหตุผล (Descriptive reflection) เป็นการหาเหตุผล มาสนับสนุนการกระทำที่เกิดขึ้น เช่น การให้ ผู้เรียนเขียนเหตุผลของการกระทำในเหตุการณ์ นั้นๆ ว่าเพราะอะไรเขาถึงทำเช่นนั้น เป็นต้น การ เขียนสะท้อนความคิดในรูปแบบการสนทนากับ

ตัวเอง (Dialogic reflection) เป็นการเขียนอธิบาย เหตุผลของการตัดสินใจกระทำ และคิดหาวิธีการ อื่นๆ โดยการมองย้อนกลับไปยังการกระทำต่อ เหตุการณ์นั้นๆ เช่น การให้ผู้เรียนเขียนโดยการ นึกย้อนไปถึงเหตุการณ์นั้นๆ แล้ววิเคราะห์ตนเอง ว่าเลือกวิธีนั้นเพราะอะไร และมีวิธีอื่นอีกหรือไม่ เพราะอะไรถึงไม่เลือกวิธีอื่น และการเขียนสะท้อน คิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical reflection) เป็น การเขียนที่มีความชัดเจนในการกระทำและการ ตัดสินใจ โดยมีการเชื่อมโยงถึงบริบทสังคม และ จริยธรรมร่วมด้วย

2. การสะท้อนคิดเป็นกลุ่ม (Reflecting in group) เป็นการพูดคุยเพื่อแสดงความคิดเห็น ความรู้สึก และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน ทำให้สมาชิกกลุ่มทั้งหมดมีส่วนร่วมในการสะท้อนคิด มีการพัฒนาความเข้าใจในตนเอง และการปฏิบัติ งานให้ดีขึ้น และยังเป็นการฝึกทักษะการฟังที่มี ประสิทธิภาพ โดยปัจจัยที่ส่งเสริมกระบวนการ เรียนรู้จากการสะท้อนคิดเป็นกลุ่ม คือ การไม่จัด กลุ่มที่ใหญ่เกินไป โดย 1 กลุ่มไม่ควรเกิน 15 คน เพราะการที่กลุ่มใหญ่เกินไปอาจไปยับยั้งการ สะท้อนคิดของผู้เรียนบางคนได้ ซึ่งจะทำให้การ สะท้อนคิดกับผู้เรียนไม่ทั่วถึง รวมทั้งผู้สอนต้องมึ การเตรียมประเด็นคำถามเพื่อกระตุ้นให้เกิด กระบวนการคิด และความเข้าใจอย่างลึกซึ้งต่อ ประเด็นนั้นๆ สมาชิกในกลุ่มสามารถนำเสนอ ประสบการณ์ ความคิดเห็น และมุมมองในลักษณะ ที่แตกต่างกัน เพื่อค้นหากรอบแนวคิดของกลุ่ม ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสรู้สิ่งใหม่ และนำไปสู่ การเปลี่ยนแปลงความรู้ใหม่ร่วมกัน อีกทั้งการ สะท้อนคิดเป็นกลุ่มยังช่วยให้สมาชิกในกลุ่ม สนับสนุนซึ่งกันและกัน ให้ข้อเสนอแนะ ให้ข้อมูล สะท้อนกลับ และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกัน และกัน ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้อย่างลึกซึ้งมากขึ้น เกิดความมั่นใจและรู้สึกมีคุณค่าในการปฏิบัติ มี

ทางเลือกใหม่ในการคิดแก้ไขปัญหา^{22,23} นอกจากนี้คุณลักษณะของผู้เรียนในกลุ่มยังมีความสำคัญต่อการสะท้อนคิด ซึ่งลักษณะผู้เรียนที่ทำให้การเรียนรู้แบบสะท้อนคิดแบบกลุ่มประสบความสำเร็จนั้น ต้องมีการสนใจที่จะเรียนรู้ด้วยตนเอง มีความกล้าแสดงออกทางความคิด ซื่อสัตย์ต่อความรู้สึกของตนเอง และเห็นคุณค่าของประสบการณ์ที่ผ่านมาว่าเป็นประโยชน์ในการเรียนรู้ ดังนั้นผู้สอนจำเป็นต้องประเมินคุณลักษณะของผู้เรียนก่อนเริ่มการสะท้อนคิด ซึ่งการสะท้อนคิดแบบกลุ่มจะเกิดประสิทธิผลก็ต่อเมื่อสมาชิกในกลุ่มทุกคนมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเป็นความรู้ใหม่ต่อไป

การประยุกต์การสะท้อนคิด

ตามแนวคิดของ Gibbs ของนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ที่ฝึกภาคปฏิบัติ วิชาปฏิบัติการพยาบาลขั้นพื้นฐาน

แนวคิดการสะท้อนคิดของ Gibbs เป็นกระบวนการสะท้อนคิดที่เป็นระบบและมีขั้นตอนที่ชัดเจน ซึ่งกระบวนการสะท้อนคิดของ Gibbs ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ผู้เขียนได้นำมาประยุกต์ใช้กับนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 ที่ฝึกภาคปฏิบัติวิชาปฏิบัติการพยาบาลขั้นพื้นฐาน ณ หอผู้ป่วยศัลยกรรมกระดูก นักศึกษาได้รับมอบหมายให้ดูแลผู้ป่วยที่มีการติบแคบของกระดูกสันหลังส่วนเอวบริเวณ L₄-L₅ และได้รับการผ่าตัดเชื่อมต่อกระดูกสันหลังด้วย Pedicular screw (Laminectomy with spinal fusion with pedicular screw fixation) โดยให้นักศึกษาเขียนบันทึกการสะท้อนคิดตามแนวคิดของ Gibbs ซึ่งตัวอย่างบันทึกสะท้อนคิดที่นำเสนอในบทความนี้เป็นต้นฉบับจริง

บันทึกการสะท้อนคิด ของนักศึกษาพยาบาล

วันนี้เป็นวันที่สองของการขึ้นฝึกงาน ดิฉันก็ยังมีความรู้สึกตื่นเต้นอยู่ วันนี้เริ่มปรับตัวเรียนรู้กระบวนการทำงานของหอผู้ป่วย ตลอดจนการปรับตัวให้เข้ากับบุคลากรและสถานที่ได้บ้างแล้ว วันนี้ได้รับมอบหมายดูแลคุณลุงอายุ 58 ปี หลังผ่าตัดเชื่อมกระดูกสันหลังมาแล้ว 3 วัน ดิฉันก็เตรียมตัวโดยการศึกษาข้อมูลแฟ้มประวัติและเดินเข้าไปคุยกับผู้ป่วย แต่ญาติผู้ป่วยบอกว่า อยากให้ผู้ป่วยได้นอนพักก่อน เพิ่งจะได้ยาแก้ปวดแล้วนอนหลับไป และเมื่อช่วงเวลาประมาณ 10.00 น. ดิฉันเห็นว่า คุณป้าซึ่งเป็นญาติผู้ป่วยเดินมาคุยกับพยาบาล ซึ่งพี่พยาบาลได้บอกว่าญาติเขาไม่อยากจะให้นักศึกษามาดูแล ขอให้เป็นพยาบาลหรืออาจารย์ เพราะไม่ไว้วางใจนักศึกษา (1A-Des) ตอนนั้นดิฉันก็รู้สึกเสียใจ (2A-Feel) ซึ่งเราต้องเอาชนะใจคุณป้า ต้องทำให้คุณป้ายอมรับเราให้ได้ (3A-Eva) มันเกิดคำถามขึ้นในใจว่า เพราะอะไรญาติถึงไม่อยากจะให้เราเข้าไปดูแล เพราะเราเป็นนักศึกษาที่ยังไม่มีประสบการณ์เขาเลยไม่ไว้วางใจ ใช้คำพูดที่ไม่เหมาะสมหรืออาจจะเป็นเพราะคุณป้าเขารักและเป็นห่วงคุณลุงมาก (4A-Ana) แต่ ณ ตอนนั้นดิฉันก็คิดอะไรต่อไม่ออก ไม่รู้จะพูดอย่างไร ก็เลยบอกกับพี่พยาบาลและคุณป้าว่า “ไม่เป็นไรค่ะ แต่ถ้ามีอะไรให้หนูช่วยเหลือที่พอจะช่วยได้ บอกหนูได้นะคะ เพราะหนูได้รับมอบหมายให้ดูแลคุณลุงค่ะ” (2B-Feel) และคุณป้าก็ยิ้มแล้วบอกว่า “ขอบใจนะหนู” ดิฉันรู้สึกดีใจมากที่คุณป้าบอกแบบนั้น และคิดว่าสิ่งที่พูดออกไปนั้นน่าจะเป็นสิ่งดีและเหมาะสม เพราะดิฉันใช้หลักการสร้างสัมพันธภาพที่ได้เรียนมาจากวิชาการให้คำปรึกษาเรื่องการยอมรับพฤติกรรมและความไม่ไว้วางใจซึ่งพบได้ ซึ่งอาจารย์เคยสอนไว้ว่าถ้าเขายังไม่ไว้วางใจเรา

ในฐานะที่เราเป็นนักศึกษาพยาบาลจะต้องยอมรับ
เขาก่อน และค่อยๆ สร้างความไว้วางใจ (3B-Eva)

เวลา 13.30 น. ดิฉันได้เข้าไปวัดสัญญาณชีพ
ให้กับคุณลุง ขณะนั้นคุณลุงตื่นแล้ว คุณป้าและ
คุณลุงยิ้มให้ฉัน ดิฉันก็ยิ้มตอบ และก็บอกคุณป้า
ว่า “คุณลุงคะ คุณลุงมีไข้คะ” ดิฉันขออนุญาต
คุณป้าจะเช็ดตัวลดไข้ให้คุณลุง และเอายาลดไข้มา
ให้คุณลุงด้วย คุณป้าอนุญาตให้ฉันเช็ดตัวลดไข้ให้
คุณลุง (1B-Des) ดิฉันรู้สึกดีใจมาก (2B-Feel)
จากที่เมื่อเช้าคุณป้าจะไม่ยอมให้ดิฉันได้ดูแลคุณลุง
แต่บัดนี้คุณป้าอนุญาต เช็ดตัวลดไข้เสร็จ ก็ได้ขอ
อนุญาตซักประวัติเพื่อนำข้อมูลไปเขียน Nursing
care plan และนำมาวางแผนการพยาบาล ซึ่ง
คุณป้าและคุณลุงก็ให้ข้อมูลกับฉันเป็นอย่างดี
นั้นแสดงว่าคุณป้าน่าจะไว้วางใจในตัวดิฉันมากขึ้น
(4B-Ana) ซึ่งจากการรวบรวมข้อมูลปัญหาของ
คุณลุง พบว่า คุณลุงยังมีการขาชาและปวดแผล
อยู่ จึงยังไม่ลุกเดิน ดิฉันนำข้อมูลมาปรึกษา
กับอาจารย์และพี่พยาบาล และได้รับคำแนะนำให้
ทำการออกกำลังกายบนเตียงก่อนเพื่อเพิ่มความ
แข็งแรงของกล้ามเนื้อขา ดิฉันจึงได้ขออนุญาต
อาจารย์ใช้โทรศัพท์มือถือค้นหาการฟื้นฟูสภาพ
ผู้ป่วยหลังการผ่าตัดเชื่อมกระดูกสันหลังและพบ
ทำการบริหารร่างกายที่เหมาะสมกับผู้ป่วย จึงได้
นำมาปรึกษากับอาจารย์และพี่พยาบาล และได้
อนุญาตนำไปใช้กับผู้ป่วยได้ ซึ่งในระหว่างที่ดิฉัน
ได้ทำการฟื้นฟูสภาพคุณลุงด้วยการแนะนำทำการ
ออกกำลังกาย และพาคุณลุงทำ ซึ่งคุณลุงก็ให้
ความร่วมมือและพยายามทำได้ดี มีอาจารย์และพี่
พยาบาลมาอยู่ด้วย เพื่อมาให้กำลังใจดิฉันและ
คุณลุง พร้อมให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ทำให้คุณลุง
และคุณป้ายิ้ม และบอกว่า “พรุ่งนี้พาลุงทำอีกนะ”

จากประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วยวันนี้
ดิฉันได้เรียนรู้ว่า การสร้างสัมพันธภาพที่ดีเพื่อการ
สร้างความไว้วางใจเป็นสิ่งสำคัญมากในการที่จะให้

การพยาบาลผู้ป่วยแต่ละราย ถ้าผู้ป่วยหรือญาติไม่
อนุญาต เราก็ไม่สามารถทำได้ เพราะเป็นสิทธิของ
ผู้รับบริการข้อหนึ่งที่จะปฏิเสธหรือยินยอมรับการ
รักษา เราจะต้องอดทน และพยายามเข้าหาผู้ป่วย
และญาติด้วยความเต็มใจ ยิ้มแย้มแจ่มใส จึงจะทำ
ให้ผู้ป่วยและญาติไว้วางใจ (5A-Con) ดิฉันดีใจ
มากที่ผู้ป่วยและญาติไว้วางใจในตัวดิฉัน ถึงวันนี้
คุณลุงจะยังทำไม่ได้เต็มที่เพราะอาจจะยังปวด
แผลอยู่ก็ตาม แต่ก็ดีใจที่ผู้ป่วยได้ทำ ดังนั้นในวัน
พรุ่งนี้ดิฉันจะไปค้นหาความรู้เพิ่มเติมจากตำรา
มากขึ้น และจะสอบถามจากอาจารย์และพี่พยาบาล
เพิ่มเติมเพราะเป็นผู้มีประสบการณ์ตรงในการดูแล
ผู้ป่วย (6A-Act)

≡ การวิเคราะห์บันทึกการสะท้อนคิด ≡

จากบันทึกการสะท้อนคิดของนักศึกษา
ผู้เขียนได้วิเคราะห์ผลการบันทึกสะท้อนคิดตาม
แนวคิดของ Gibbs ทั้ง 6 ขั้นตอน ได้ดังนี้

1. การบรรยายเหตุการณ์ (Description)

1A-Des = นักศึกษาบรรยายเกี่ยวกับการ
ถูกผู้รับบริการซึ่งเป็นญาติปฏิเสธการสร้าง
สัมพันธภาพและการให้การพยาบาล

1B-Des = นักศึกษาบรรยายเกี่ยวกับการ
สร้างสัมพันธภาพกับผู้รับบริการ และ
ผู้รับบริการยินดีและอนุญาตให้นักศึกษาให้การ
พยาบาลได้

2. การบรรยายความรู้สึก (Feeling)

2A-Feel = นักศึกษาบรรยายความรู้สึก
เมื่อถูกปฏิเสธการสร้างสัมพันธภาพในช่วงแรก

2B-Feel = นักศึกษาบรรยายความคิด
ที่เกิดขึ้นในเหตุการณ์เฉพาะหน้า

3. การประเมินผล (Evaluation)

3A-Eva = นักศึกษาคิดว่าสิ่งที่ผู้รับ
บริการหรือญาติปฏิเสธนักศึกษาในการให้การ
พยาบาลเป็นสิ่งที่ทำทนาย มีคุณค่า และน่าค้นหา

3B-Eva = นักศึกษามีการประเมินและตัดสินใจการเรียนรู้ของตนเองว่าเหมาะสม และสอดคล้องกับการทฤษฎีการสร้างสัมพันธภาพโดยมีการนำแนวคิดทฤษฎีมาสนับสนุนการประเมินผลของตนเอง

4. การวิเคราะห์ (Analysis)

4A-Ana = นักศึกษาพยายามค้นหาสาเหตุ เหตุผล หรือข้อมูลสนับสนุนมาอธิบายเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าเพราะอะไรตนเองจึงถูกปฏิเสธในการให้การพยาบาล

4B-Ana = นักศึกษาให้ข้อมูลสนับสนุนความก้าวหน้าในการสร้างสัมพันธภาพโดยผู้รับบริการเกิดความไว้วางใจ

5. การสรุป (Conclusion)

5A-Con = นักศึกษาสรุปการเรียนรู้เกี่ยวกับวิธีการสร้างสัมพันธภาพเพื่อให้เกิดความไว้วางใจ และสรุปความสำคัญของการสร้างความไว้วางใจ

6. การวางแผนการปฏิบัติ (Action)

6A-Act = นักศึกษามีการวางแผนการปฏิบัติการพยาบาลในครั้งต่อไปโดยการที่จะศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยหลังผ่าตัดเชื่อมกระดูกสันหลัง

ภายหลังที่ทำการสะท้อนคิดประสบการณ์การฝึกภาคปฏิบัติกับนักศึกษาเป็นรายกลุ่มเสร็จสิ้นและสอบถามการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง นักศึกษาสะท้อนถึงการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองสรุปได้ดังนี้

1. มีเจตคติต่อการฝึกงานดีขึ้น การสะท้อนคิดทำให้นักศึกษารู้สึกดีต่อการฝึกภาคปฏิบัติ และชอบการฝึกงานมากขึ้น ดังตัวอย่างคำพูดนักศึกษา เช่น

“ตอนแรกหนูกลัวการฝึกงานมาก หลังฝึกงานเสร็จรู้สึกว่ายาก ชอบ อยากรับงานต่อ อยากรู้ว่าคนไข้ต่อ อยากรู้ให้เขาหาย”

2. เข้าใจตนเองและผู้รับบริการมากขึ้น

การสะท้อนคิดทำให้นักศึกษาเข้าใจตนเองและผู้รับบริการมากขึ้น พร้อมทั้งพัฒนาตนเองดังตัวอย่างคำพูดนักศึกษา เช่น

“ตอนที่ญาติปฏิเสธที่ไม่ต้องการให้หนูดูแลคุณลุง ตอนแรกเสียใจนะค่ะ แต่มันก็เป็นเหมือนกระจกส่องเราให้กลับมามองตัวเราว่าเราอาจจะยังไม่น่าเชื่อถือที่จะไปดูแลชีวิตใครสักคน ถ้าหนูเป็นคุณป้าก็อาจจะทำแบบเดียวกันเราเลย ต้องมาพัฒนาตัวเราให้มันดีขึ้น ประสบการณ์ครั้งนี้ทำให้เข้าใจความต้องการของญาติและผู้รับบริการมากขึ้น”

“การสะท้อนคิดทำให้เกิดการเชื่อมโยงระหว่างโลกภายนอกกับโลกภายในของ ผม ทำให้ผมเข้าใจตัวเองมากขึ้น รู้ว่าเราดีไม่ดียังไง และจะต้องพัฒนาอะไรตรงไหนบ้าง เพื่อให้ผลลัพธ์ในการดูแลผู้ป่วยออกมาดี”

“เราสามารถเข้าถึงใจผู้รับบริการได้ว่าเขาต้องการหายกลับไปอยู่บ้าน ต้องการได้รับการดูแลที่ดี”

3. ฟังผู้อื่นมากขึ้นและพูดรู้เรื่องมากขึ้น

การสะท้อนคิดทำให้นักศึกษามีพัฒนาการในการสื่อสารทั้งในด้านการฟังผู้อื่น และพูดให้คนอื่นเข้าใจมากขึ้น ดังตัวอย่างคำพูดนักศึกษา เช่น

“เรียนรู้ที่จะรับฟังผู้อื่นมากขึ้น”

“รู้สึกตัวเองพูดหรือบอกอะไร จะสื่อสารอะไรได้เข้าใจมากขึ้นกว่าก่อน”

ในปัจจุบันมีการนำแนวคิดและหลักการของการสะท้อนคิดไปประยุกต์ใช้ในการเรียนการสอนทางการพยาบาลทั้งในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ซึ่งหลักฐานเชิงประจักษ์แสดงให้เห็นว่านักศึกษามีทักษะการสะท้อนคิด และระดับการสะท้อนคิดที่สูงขึ้น ดังเช่น นักศึกษาพยาบาลกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการสะท้อนคิดและระดับการสะท้อนคิดดีขึ้น ภายหลังการเข้าร่วม

โปรแกรมการเรียนรู้สะท้อนคิดโดยการเขียนบันทึกการเรียนรู้²⁴⁻²⁶ ซึ่งผลการวิจัยเสนอแนะให้สถาบันการศึกษานับสนุนการจัดการเรียนการสอนแบบสะท้อนคิดเพื่อให้เกิดทักษะการคิดวิเคราะห์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ สามารถเชื่อมโยงความรู้จากภาคทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติได้

ข้อเสนอแนะในการนำการสะท้อนคิดไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า การสะท้อนคิดเป็นทักษะที่จำเป็น และเป็นวิธีที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีการเชื่อมโยงความรู้ทางทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติได้ โดยเฉพาะสำหรับวิชาชีพการพยาบาล ซึ่งเป็นวิชาชีพที่ต้องปฏิบัติในสถานการณ์จริงที่หลากหลาย และเกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ ซึ่งต้องปฏิบัติการพยาบาลโดยใช้กระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณ การเรียนรู้จากประสบการณ์หรือการสะท้อนคิดจากการปฏิบัติ มีความสำคัญต่อการคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งจะช่วยให้เกิดทักษะในการแก้ปัญหา รวมทั้งช่วยให้เข้าใจเหตุผลของการปฏิบัติการพยาบาลได้ดีขึ้น ดังนั้นการฝึกสะท้อนคิดจะเป็นกระบวนการที่นำไปสู่การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การพัฒนาทักษะทางปัญญา และความคิดสร้างสรรค์²⁷ ที่ส่งผลให้มีการปฏิบัติและการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตามจากปัญหาและอุปสรรคที่ผ่านมา พบว่านักศึกษายังไม่เข้าใจการเขียนสะท้อนคิด เขียนมาแบบสั้นๆ ไม่คุ้นชินกับการเรียนการสอนแบบสะท้อนคิด ตลอดจนอาจารย์ยังมีประสบการณ์ในการสอนแบบสะท้อนคิดไม่เท่ากัน และยังเข้าใจประเด็นการสะท้อนคิดไม่ตรงกัน ดังนั้นผู้เขียนขอเสนอแนะในการนำการสะท้อนคิดไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติดังนี้

1. การเตรียมอาจารย์ผู้สอน สามารถกระทำดังนี้

1.1 การทำความเข้าใจคุณลักษณะอาจารย์ผู้สอนที่จะทำให้การสะท้อนคิดประสบความสำเร็จ^{15,28} ซึ่งสรุปได้ดังนี้

1.1.1 มีการสร้างแรงจูงใจในการเรียน มีการใช้คำถามปลายเปิด เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาได้แสดงวิธีการคิดหรือแสดงความคิดเห็น เช่น “มีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้น” “มีใครอยู่ในเหตุการณ์นั้นบ้าง” หรือ “เพราะอะไรตัวเราจึงอยู่ในเหตุการณ์นั้น” เป็นต้น

1.1.2 เป็นผู้ฟังที่ดี ใส่ใจผู้เรียน มีความเข้าใจในตัวนักศึกษา และเป็นที่ปรึกษาให้กับนักศึกษาได้

1.1.3 มีความอดทน ควบคุมอารมณ์ได้ดี

1.1.4 สามารถเชื่อมโยงความรู้และหาแนวทางการแก้ไขปัญหาพร้อมกับนักศึกษา และช่วยให้นักศึกษาได้เรียนรู้จากข้อผิดพลาด พร้อมให้กำลังใจ ตลอดจนกล่าวชมเชยเมื่อนักศึกษาปฏิบัติได้ดี

1.1.5 เป็นคนช่างสังเกตและมีความอยากรู้อยากเห็น พร้อมทั้งจะเรียนรู้จากประสบการณ์หรือสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัวอยู่เสมอ

1.1.6 มีการพัฒนาและฝึกฝนตนเองให้มีศักยภาพในการสะท้อนคิดอย่างต่อเนื่อง

1.1.7 เป็นแบบอย่างที่ดีในการสะท้อนคิด ซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าและความสำคัญของการฝึกการสะท้อนคิด

1.2 อาจารย์ผู้สอนควรได้รับการพัฒนาความรู้ความเข้าใจ และทักษะการเรียนการสอนแบบสะท้อนคิดร่วมกัน อาจเป็นการเชิญวิทยากรที่มีความเชี่ยวชาญมาบรรยายและทำกิจกรรมกลุ่มหรือจัดประชุมการจัดการความรู้ (KM) ตลอดจน

การพัฒนาอาจารย์โดยการให้ไปอบรมระยะสั้นในหลักสูตรการสะท้อนคิด เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ และสามารถปฏิบัติได้ไปในทิศทางเดียวกัน อันนำไปสู่การพัฒนาการสะท้อนคิดให้นักศึกษาได้ อย่างเป็นระบบและครบขั้นตอน

1.3 กำหนดรายวิชาภาคทฤษฎีที่จะมีการเรียนการสอนแบบสะท้อนคิด หากทุกรายวิชาในภาคทฤษฎีกำหนดให้มีวิธีการเรียนการสอนแบบสะท้อนคิดอาจจะทำให้เกิดความเบื่อหน่ายแก่นักศึกษา แต่สำหรับภาคปฏิบัติอาจกำหนดการเขียนบันทึกสะท้อนคิดไว้ใน Requirement ของรายวิชาหรือไม่กำหนดก็ได้ แต่อาจารย์ผู้สอนภาคปฏิบัติควรมีการสอนแบบสะท้อนคิด เพราะการสะท้อนคิดมีความสำคัญที่จะช่วยให้เกิดการทบทวนตัวนักศึกษาถึงเหตุการณ์และสิ่งที่ได้ปฏิบัติ ฝึกทักษะกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบ คิดสร้างสรรค์ นำไปสู่กระบวนการแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ อันเป็นประโยชน์สูงสุดในการที่นักศึกษาจะพัฒนาตนเองเพื่อการดูแลผู้รับบริการด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ต่อไป

2. การเตรียมนักศึกษา สามารถกระทำดังต่อไปนี้

2.1 การอธิบายคุณลักษณะของผู้เรียนที่จะทำให้การสะท้อนคิดประสบความสำเร็จ²⁹

2.1.1 มีความพร้อมในการเรียนรู้ เรียนรู้ด้วยตนเอง และต้องเข้าใจในลักษณะวิธีการเรียนการสอนด้วยวิธีการสะท้อนคิด

2.1.2 สามารถคิดเชื่อมโยงและสรุปประเด็นในสิ่งที่เรียนรู้ได้ดี

2.1.3 กล้าแสดงความคิดเห็น มีความซื่อสัตย์ต่อความรู้สึกของตนเอง สามารถสะท้อนความรู้สึกของตนเองอย่างตรงไปตรงมา

2.1.4 เป็นคนช่างสังเกต ช่างสงสัย ใฝ่เรียนรู้ และเห็นคุณค่าของประสบการณ์ที่ผ่าน มาว่าเป็นประโยชน์ในการเรียนรู้

2.2 อาจารย์ผู้สอนควรมีการเตรียมความพร้อมของนักศึกษาในการจัดการเรียนการสอนแบบสะท้อนคิด โดยอธิบายให้นักศึกษาทุกคนมีความรู้ ความเข้าใจในกระบวนการสะท้อนคิด รวมทั้งการเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ฝึกทักษะการสะท้อนคิด ฝึกการตั้งคำถามปลายเปิด ฝึกการคิดอย่างเป็นระบบและเชื่อมโยงความรู้ โดยมีอาจารย์ผู้สอนคอยให้คำปรึกษาและแนะนำ เพื่อให้ นักศึกษาทุกคนได้รับประโยชน์จากการสะท้อนคิด สูงที่สุด กิจกรรมที่อาจจัดขึ้นเพื่อพัฒนาการสะท้อนคิดของนักศึกษา เช่น การฝึกปฏิบัติการสะท้อนคิดในเหตุการณ์ที่นักศึกษาประทับใจ การแสดงบทบาทสมมติแล้วมีการอภิปรายกลุ่มเพื่อสะท้อนคิด เป็นต้น

3. การจัดการเรียนการสอน วิธีการจัดการเรียนการสอนที่จะทำให้การสะท้อนคิดประสบความสำเร็จ^{9,30} สรุปได้ดังนี้

3.1 ปรับกิจกรรมการเรียนการสอนลดรายละเอียดของเนื้อหา มุ่งเน้นประเด็นสำคัญของเหตุการณ์ที่สามารถนำมาสะท้อนคิดเพื่อการเรียนรู้ กิจกรรมการเรียนการสอนที่ส่งเสริมการสะท้อนคิด เช่น ใช้การวิเคราะห์กรณีศึกษา การประชุมกลุ่มย่อย การเขียนบันทึกการเรียนรู้ เป็นต้น

3.2 การสร้างบรรยากาศที่ดี ไม่ให้ตึงเครียดเกินไป ซึ่งจะเอื้ออำนวยให้เกิดการเรียนรู้

3.3 การอธิบายวิธีการวัดและประเมินผลที่ชัดเจนแก่นักศึกษา เพื่อไม่ให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกลบกับการประเมินผล การเรียนรู้

3.4 การชี้แจงวัตถุประสงค์ของการเรียนการสอนแบบสะท้อนคิด โดยการเรียนการสอนต้องมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้



บทสรุป

การสะท้อนคิด เป็นกระบวนการคิด ไตร่ตรอง ทบทวน และพิจารณาสิ่งต่างๆ อย่าง รอบคอบ ซึ่งเป็นวิธีการที่ช่วยบุคคลได้ทบทวน และสะท้อนการกระทำของตนเอง ช่วยให้เกิด ความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ นำไปสู่การพัฒนาตนเอง และการแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่นเดียวกับนักศึกษา พยาบาล ซึ่งหากได้รับการส่งเสริมให้มีทักษะการ สะท้อนคิด ย่อมส่งผลให้นักศึกษาได้ประเมิน ตนเอง วิเคราะห์ความคิด ความรู้สึก และการ

กระทำของตนเอง อันเป็นการเสริมสร้างทักษะ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การให้เหตุผลทาง คลินิก ตลอดจนเกิดการเรียนรู้ที่จะนำมาซึ่งการ พัฒนาและปรับปรุงแนวทางการแก้ไขปัญหาต่อไป ได้อย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตามการจัดการ เรียนการสอนด้วยวิธีการสะท้อนคิดจะประสบ ผลสำเร็จได้ จะต้องมีการเตรียมอาจารย์ผู้สอน และนักศึกษาให้เกิดความรู้และความเข้าใจใน ประเด็นการสะท้อนคิดที่ตรงกัน เพื่อให้เกิด ประโยชน์สูงสุดของการเรียนการสอนด้วยวิธีการ สะท้อนคิดต่อไป

เอกสารอ้างอิง

1. Tanomchayataeat B, Wanitsupawong 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):208-22. (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. Beam RJ, O'Brien RA, Neal M. Reflective practice enhance public health nurse implementation of nurse-family partner-ship. Public Health Nurs 2010;27:131-9.
4. Gibbs G. Learning by doing: a guide to teaching and learning methods, further education unit. Oxford: Oxford Polytechnic; 1988.
5. Horton-Deutsch S, Sherwood GD. Reflective practice: transforming education and improving outcomes. Indianapolis: Sigma Theta Tau International; 2017.
6. Towndrow PA, Ling TA, Venthan AM. Promoting inquiry through science reflective journal writing. Eurasia J Math Sci and Tech Ed 2008;4:279-83.
7. Alfaro-Lefevre R. Critical thinking critical reasoning and clinical judgment. 5thed. St. Louise: Sauders Elsevier; 2013.
8. Mueannadon R, Tirapaiwong Y, Srichairattanakull J, Yutthayong S. Learning development through reflection. Journal of Health and Nursing Research 2019;35(2):13-25. (in Thai).
9. Wichainate K. Reflective thinking: teaching students to develop critical thinking in nursing practice. Journal of The Police Nurse 2014;6(2):187-99. (in Thai).
10. Sinthuchai S, Dejpituksirikul S, Yoksuriyan P. Reflective practice in nursing education. Journal of The Royal Thai Army Nurses 2018;19(2):15-23. (in Thai).



11. Sinthuchai S, Sawekngam W, Pasiphol S. Development of an instructional model based on scaffolding and reflective practice approach to promote clinical decision making ability of nursing students. *Journal of The Royal Thai Army Nurses* 2017;18(3):134-43. (in Thai).
12. Khorphon S, Pankeaw J, Sarobol T, Choopun K, Chomchan S, Boonlue N. Promoting of critical thinking skills in nursing students through reflective thinking. *Nursing Journal* 2019;46(1):83-96. (in Thai).
13. Rees KL. The role of reflective practices in enabling final year nursing students to respond to the distressing emotional challenges of nursing work. *Nurse Education Practice* 2013;13(1):48-52.
14. Hentz P, Lauterbach S. Becoming self-reflective: caring for self & others. *International Journal for Human Caring* 2005;9(1):24-8.
15. Sherwood GD, Deutsch SH. Reflective practice: transforming education and improving outcomes. Indianapolis: Sigma Theta Tau International; 2014.
16. Edwards S. Reflecting differently, New dimensions: reflection-before-action and reflection beyond-action. *International Practice Development Journal* 2017;7(1):1-14.
17. Schon DA. The reflective practitioner: how professionals think in action. USA: Basic Books; 1983.
18. Driscoll J. Practicing clinical supervision: a reflective approach for healthcare professionals. Edinburgh: Elsevier; 2007.
19. Holm D, Stephenson S. Reflection-a student's perspective. In Palmer A, Burns S, Bulman C, editors. *Reflective practice in nursing: the growth of the reflective practitioner*. Oxford: Blackwell Scientific, London; 1994. P. 53-62.
20. 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.
21. Lasater K, Nielsen A. Reflective journaling for clinical judgment development and evaluation. *Journal of Nursing Education* 2009;48(1):40-4.
22. Carter B. Reflecting in groups. In Bulman C, Schutz S, editors. *Reflective practice in nursing*. 5th ed. Oxford: Blackwell Science; 2013. p. 93-120.
23. Tsang A. In-class reflective group discussion as a strategy for the development of students as evolving professionals. *International Journal for the Scholarship of Teaching and Learning* 2011;5(1):1-20.
24. Suworawatanakul W, Nartchamnong, Leaungsomnapa Y. The effects of developing reflective thinking skills and levels of reflection using reflective thinking learning program on nursing student, Boromarajonani College of Nursing Changwat Nonthaburi. *Journal of Phrapokklao Nursing College* 2016;27(1):61-71. (in Thai).

25. Khumtorn L, Suppasri J, Akarasuwankun T. Nursing care of persons with psychiatric problems: the development of a practicum course to promote reflection skills among nursing student. The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health 2017;4(1):15-27. (in Thai).
26. Sinsawad P. Effects of learning through reflective practices on reflective behaviors of nursing students. Journal of Nursing, Siam University 2019;20(39):88-98. (in Thai).
27. Choeisuwan V. Teaching nursing students to develop creative thinking. Royal Thai Navy Medical Journal 2019;46(2):474-86. (in Thai).
28. Chaffey LJ, de Leeuw EJ, Finnigan GA. Facilitating students' reflective practice in a medical course: literature review. Educ Health (Abingdon) 2012;25(3):198-203.
29. Tsingso C, Bosnic-Anticevich S, Smith L. Reflective practice and its implications for pharmacy education. Am J Pharm Educ 2014;78(1):18.
30. Stingu MM. Reflective practice in teacher education: facts and trends. Procd Soc Behv 2012;33:617-21.