

ผลของการจัดการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติการสะท้อนคิดเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยใช้สมุนไพรไทยต่อพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาล Effects of Learning through Reflective Practices on Breastfeeding Promotion using Thai Herbs on Reflection Behavior of Nursing Students

Corresponding author E-mail: s.lakana2018@gmail.com*

(Received: 2022, May 24; Revised: 2023, May 10;

Accepted: 2023, May 16)

ลักขณา ศรีบุญวงศ์ (Lakana Sriboonwong)^{1*}

สุนิดา ชูแสง (Sunida Chosang)¹

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังการจัดการเรียนการสอนผ่านการสะท้อนคิด 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังได้รับการจัดการเรียนการสอนเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้สมุนไพรไทย โดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมของนักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามปกติ และ 3) ศึกษาความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาพยาบาล ชั้นปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต จำนวน 30 คน (กลุ่มละ 15 คน) การวิจัยนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองชนิดสองกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบประเมินพฤติกรรมสะท้อนคิดและแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติแบบบรรยาย paired t-test และ independent t-test

ผลการศึกษาพบว่า 1) ค่าเฉลี่ยของพฤติกรรมการสะท้อนคิดของกลุ่มทดลองหลังจัดการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการสะท้อนคิดหลังการทดลองของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเขียนบันทึกการเรียนรู้โดยรวมอยู่ในระดับดี ส่วนความคิดเห็นเกี่ยวกับอุปสรรคของการเขียนบันทึกการเรียนรู้โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ผลการศึกษานี้ใช้เป็นข้อมูลในการส่งเสริมการจัดการเรียนรู้ โดยผ่านการสะท้อนคิดสำหรับนักศึกษาพยาบาล

คำสำคัญ: การปฏิบัติการสะท้อนคิด, สมุนไพรไทยส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่, พฤติกรรมการสะท้อนคิด

ABSTRACT

Quasi experimental research aimed to 1) compare reflective behaviors of nursing students before and after attending reflective learning process 2) compare reflective behaviors of nursing students on Breastfeeding Promotion using Thai Herbs before and after received the instructional management by promoting reflective thinking skills and regular teaching method, and 3) investigate nursing students' opinions regarding the writing lesson learned reports from practicing. Samples were third-year 30 nursing students, faculty of nursing, Suan Dusit University. Samples were categorized into the experimental group and control group equally (N=15 in each group). This study was a quasi-experimental, two group pre-test, post-test design. The research instruments were the reflective thinking behaviors scores and opinion about writing lessons learned practicing reports. Data were analyzed by using descriptive statistic, paired t-test and independent t-test.

The results of the study showed that 1) In experimental group, after completing the reflective learning class, mean scores of reflective behaviors of nursing students were higher than baseline with statistical significance at $p < .05$ 2) the reflective behaviors mean scores of nursing students who received the instructional management by promoting reflective skills were higher compared to the control group with statistical significance at .5, and 3) Mean score of opinions regarding benefits of writing lessons learned from practicing was at a good level. Besides, the obstacles of writing lessons learned from practicing were at a moderate level. The results of this study could be a basic information to improve learning skill by using reflective practices skill learning among nursing students.

Keywords: Reflective practices, Breastfeeding using Thai herbs, Reflection Behavior

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การศึกษาพยาบาลในปัจจุบันได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลกทั้งวัฒนธรรม เทคโนโลยีและเศรษฐกิจ ที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการที่คนหลักสูตรพยาบาลที่ต้องเสริมสร้างผู้เรียนให้มีคุณลักษณะของการพยาบาลในศตวรรษที่ 21 ที่ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ (Learning skill) ได้แก่ ทักษะ การคิดวิเคราะห์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การแก้ปัญหา การตัดสินใจทางคลินิก การคิดสร้างสรรค์ การใช้ข้อมูลสารสนเทศ และการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Pornsima, 2016) บทบาทครูผู้สอนจึงควรส่งเสริมทักษะแห่งอนาคตให้กับผู้เรียน เพราะเป็นทักษะที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติการพยาบาล จึงเป็นความท้าทายของผู้สอนในการหาวิธีการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้นักศึกษาพยาบาลมีทักษะดังกล่าว การสะท้อนคิดการปฏิบัติ (Reflective practice) ได้รับการยอมรับว่าเป็นมโนทัศน์ที่สำคัญในการจัดการเรียนรู้ในหลักสูตรพยาบาลศาสตร์ เพราะเป็นแนวคิดที่

สามารถส่งเสริมทักษะที่สำคัญในการปฏิบัติการพยาบาล ได้แก่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การแก้ปัญหา และการตัดสินใจทางคลินิก (Braine, 2009)

การสะท้อนคิดเป็นกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบที่มีการคิดใคร่ครวญอย่างถี่ถ้วน คิดไตร่ตรอง ทบทวนย้อนกลับไปในประเด็นหรือประสบการณ์ที่ผ่านมา เพื่อเปลี่ยนประสบการณ์เหล่านั้นให้เป็นการเรียนรู้ และความรู้ ซึ่งจะส่งผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมุมมองและแนวคิดใหม่ โดยอาศัยการคิด กระบวนการทางปัญญาและทัศนคติ เชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิมที่มีอยู่ รวมทั้งเป็นการสำรวจตนเองเพื่อค้นหาว่าตนเองรู้และ ไม่รู้อะไร จนนำไปสู่ความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้เพิ่มขึ้น (Phligbua, 2913) จึงเป็นการบูรณาการความรู้และการปฏิบัติที่ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การทบทวนประสบการณ์ 2) การตรวจสอบความคิดความรู้สึกของตนเอง 3) การประเมินผลกระทบของเหตุการณ์ 4) การวิเคราะห์โดยเชื่อมโยงกับความรู้หรือประสบการณ์เดิม 5) การสรุปความรู้ความเข้าใจใหม่ 6) การวางแผนการดำเนินการในอนาคต (Gibbs, 1988) ซึ่งการเขียนบันทึกสะท้อนคิด (Reflective journal) เป็นกิจกรรมหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาทักษะสะท้อนคิดได้ (Kaewprom, Boontham, Pratoom & Yuthavisut, 2014) การสะท้อนคิดจึงมีความสำคัญและจำเป็นที่ผู้สอนควรมีการพัฒนาความรู้ด้านนี้ให้กับนักศึกษาควบคู่ไปกับทักษะการพยาบาล

การจัดการเรียนการสอนทางคลินิกเป็นการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากสภาพจริง เพื่อให้ผู้เรียนสามารถประยุกต์ใช้องค์ความรู้ทางการพยาบาลสู่การปฏิบัติการพยาบาลได้อย่างถูกต้องตามมาตรฐานวิชาชีพ ในการเรียนภาคปฏิบัติผู้เรียนจะต้องเผชิญกับสถานการณ์ หรือปัญหาทางคลินิกที่ซับซ้อน หลากหลาย โดยเฉพาะผู้เรียนที่ยังไม่เคยมีประสบการณ์การฝึกภาคปฏิบัติมาก่อน นอกจากนี้ผู้เรียนจะต้องเผชิญกับผู้ป่วยที่มีปัญหาด้านร่างกายและจิตใจร่วมด้วย รวมถึงครอบครัวของผู้ป่วยและบุคลากรทางด้านสุขภาพซึ่งแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกัน ผู้เรียนจึงต้องมีความเข้มแข็งทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจและองค์ความรู้ เพื่อให้การฝึกปฏิบัติการพยาบาลผ่านพ้นไปด้วยดี รวมถึงการมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะนักศึกษาพยาบาลที่มีประสบการณ์น้อยในการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาล จึงขาดทักษะที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติการพยาบาล ได้แก่ การคิดวิเคราะห์ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ การแก้ปัญหา การตัดสินใจทางคลินิก และการสื่อสารกับผู้ป่วยและบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้อง จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่าการสอนโดยการสะท้อนคิดสามารถประเมินความรู้ ทัศนคติและทักษะการปฏิบัติการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลได้ครบถ้วน และเป็นวิธีที่ผู้สอนสามารถประเมินปัญหาการเรียนรู้ของผู้เรียนและสามารถแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นระหว่างฝึกปฏิบัติการพยาบาลได้อย่างเป็นปัจจุบัน และยังช่วยส่งเสริมการเรียนรู้จากประสบการณ์ในคลินิก การสะท้อนคิดการปฏิบัติเป็นการคิดใคร่ครวญเกี่ยวกับการปฏิบัติงานที่เป็นปัญหาเพื่อจะได้เรียนรู้จากสถานการณ์แล้วนำไปพัฒนา ปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงในการปฏิบัติให้ดีขึ้น (Wisanskoonwong, Fahy & Hastie, 2011) นอกจากนี้การสะท้อนคิดยังช่วยเชื่อมโยงความรู้ระหว่างภาคทฤษฎีและการปฏิบัติ โดยการทบทวนประสบการณ์ด้วยการใคร่ครวญเพื่อทำความเข้าใจและเรียนรู้กับความหมายของสถานการณ์ ทำให้มีการเปลี่ยนผ่านความรู้จากการปฏิบัติไปสู่ความรู้ที่สามารถนำไปใช้ในอนาคตได้ (Sinthuchai, Dejpituksirikul & Yoksuriyan, 2018) การสะท้อนคิดการปฏิบัติจึงควรนำมาบูรณาการในการสอนภาคปฏิบัติของการพยาบาล

ทั้งนี้จากการศึกษาของ พิชฌาย์วีร์ สิ้นสวัสดิ์ (Sinsawad, 2019) เกี่ยวกับผลของการจัดการเรียนรู้ การปฏิบัติการสะท้อนคิดต่อพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาล พบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลหลังจัดการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดโดยรวมสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .5 และจากการศึกษาผลของการพัฒนาทักษะและระดับการสะท้อนคิดด้วยโปรแกรมการเรียนรู้การสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดนนทบุรี ของวารุณี สุรววัฒนกุล, ทรงเสลา นาถจำนง และ ยศพล เหลืองโสมนภา (Suworawatanakul, Nartchamnong & Leangsomnapa, 2016) พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยทักษะการสะท้อนคิดและระดับการสะท้อนคิดที่ดีขึ้น โดยคะแนนเฉลี่ยทักษะการสะท้อนคิดก่อนกับหลังใช้โปรแกรมการเรียนรู้การสะท้อนคิดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 การศึกษาที่กล่าวมาชี้ให้เห็นถึงรูปแบบการจัดการเรียนการสอนแบบสะท้อนคิดทำให้นักศึกษาพยาบาลมีพฤติกรรมการสะท้อนคิดเพิ่มขึ้นได้ แต่ยังไม่พบการศึกษารูปแบบนี้ในวิชาชีพปฏิบัติการพยาบาลมารดา ทารกและการผดุงครรภ์ 2 ที่บางส่วนมีการจัดการเรียนการสอนในหอผู้ป่วยหลังคลอด อีกทั้งนักศึกษาพยาบาลกลุ่มนี้ยังไม่เคยผ่านการขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาล เนื่องจากสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด 19 จึงทำให้ส่วนใหญ่ได้เรียนรู้จากการจัดการเรียนการสอนผ่านระบบออนไลน์

ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญและได้บูรณาการพันธกิจสำคัญของสถาบันอุดมศึกษาด้านการศึกษาวิจัย การจัดการเรียนการสอนและทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมเข้าด้วยกัน เพื่อให้ นักศึกษาพยาบาลได้เห็นถึงความสำคัญและคุณค่าของศิลปและวัฒนธรรมไทยที่มีการปลูกฝัง ส่งเสริมและพัฒนาสิ่งที่ตั้งมั่นให้อยู่ในจิตสำนึกและวิถีชีวิต มีความเชื่อมั่นในการดำรงชีวิตอย่างมีคุณค่า สามารถรองรับกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมได้ ซึ่งกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือกมีองค์ความรู้จากภูมิปัญญาไทยที่ได้รับการสืบทอดมาและมีการพัฒนาการศึกษาวิจัยสู่การใช้ประโยชน์แก่มารดาหลังคลอดในการเพิ่มปริมาณน้ำนม กระตุ้นให้มีน้ำนมสำหรับเลี้ยงทารกได้เพียงพอ ซึ่งอาหารที่มีสรรพคุณในการบำรุงน้ำนมมีความสำคัญมาก เพราะมารดาหลังคลอดต้องมีการรับประทานอาหารที่ครบถ้วนเพื่อผ่านน้ำนมแม่ ทั้งนี้ได้มีการนำเนื้อหาวิทยานิพนธ์ของภาคทฤษฎีโดยเฉพาะที่เน้นเกี่ยวกับส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาประยุกต์เข้ากับการส่งเสริมภูมิปัญญาไทยโดยใช้อาหารที่เป็นสมุนไพรไทยที่สามารถช่วยกระตุ้น เพิ่มการสร้างและหลั่งน้ำนมของมารดาหลังคลอด เพื่อตอบสนองแผนงานของกระทรวงสาธารณสุข วรรณรงค์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ที่ตั้งเป้าหมายปี 2568 ไว้ว่าทารกควรได้รับนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน ร้อยละ 50 ซึ่งในปัจจุบันอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวนาน 6 เดือน มีเพียงร้อยละ 14 (Department of Health, 2022) ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลการจัดการเรียนรู้โดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดต่อพฤติกรรมสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาล ความรู้ที่ได้จะช่วยยืนยันถึงประสิทธิผลและความเหมาะสมของการจัดการเรียนการสอนที่จะเป็นประโยชน์ต่อการดูแลผู้ป่วยต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังการจัดการเรียนการสอนผ่านการสะท้อนคิด
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังได้รับการจัดการเรียนการสอนโดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมของนักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามปกติ
3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติการพยาบาลการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้สมุนไพรไทยของนักศึกษาพยาบาล

สมมติฐานการวิจัย

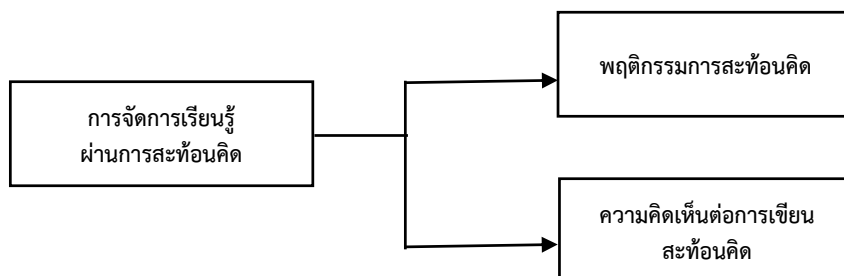
1. คะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลหลังการจัดการเรียนการสอนผ่านการสะท้อนคิดมีค่าสูงกว่าก่อนสอน
2. คะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลหลังการจัดการเรียนการสอนผ่านการสะท้อนคิดมีค่าสูงกว่านักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามปกติ

ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างของการวิจัยการสะท้อนคิดในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์ 2 คือนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ซึ่งขึ้นฝึกปฏิบัติงานในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษาที่ 2564 ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 จำนวน 30 คน
2. วิธีการสะท้อนคิดในรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์ 2 ใช้วิธีการเขียนสะท้อนคิด (reflective writing)

กรอบแนวคิดของการวิจัย

การสะท้อนคิดเป็นกระบวนการคิด ทบทวน ไตร่ตรอง (reflective thinking) เป็นการพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างรอบคอบโดยใช้สติ เป็นวิธีที่จะช่วยให้ผู้เรียนเชื่อมโยงความรู้จากทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติ มีการตัดสินใจที่เหมาะสมในการปฏิบัติงาน ซึ่งการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมหนึ่งที่ช่วยพัฒนาทักษะสะท้อนคิดได้ ในการเขียนบันทึกสะท้อนคิดแต่ละครั้งผู้เขียนต้องทำการวิเคราะห์การเรียนรู้จากเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่ง มีการทบทวนความรู้สึกต่อเหตุการณ์และคิดวิเคราะห์เหตุการณ์โดยเชื่อมโยงกับเนื้อหาวิชาที่เรียน (Billings & Kowalski, 2006) และการเขียนบ่อย ๆ จะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกระบวนการคิดได้ ทำให้ทราบถึงจุดที่ควรปรับปรุงของตนเอง เกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์เดิมหรือเหตุการณ์ที่คล้ายคลึงกัน โดยผสมผสานความรู้ใหม่ที่ได้จากการสะท้อนคิดเข้ากับความรู้เดิมที่มีอยู่ และนำมาพัฒนา ปรับปรุงและวางแผนนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในอนาคต หากมีการปฏิบัติซ้ำ ๆ หลายครั้งจะเกิดเป็นพฤติกรรมที่ถาวรเป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แนวคิดวงจรสะท้อนคิด (reflective cycle) ของกิบส์ (Gibbs, 1988) ที่ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน มาช่วยส่งเสริมกระบวนการคิดของผู้เรียนโดย 1) อธิบายประสบการณ์การเรียนรู้ 2) บรรยายความรู้สึกจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้น 3) ประเมินผลกระทบของการกระทำหรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น 4) วิเคราะห์เชื่อมโยงประสบการณ์ หรือการกระทำกับองค์ความรู้ที่เรียนจากภาคทฤษฎี 5) สรุปการเรียนรู้ที่ได้ใหม่จากสถานการณ์หรือองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง และ 6) การวางแผนนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในอนาคตเพื่อให้ นักศึกษาพยาบาลเห็นคุณค่ากับการเรียนรู้โดยผ่านการคิดอย่างเป็นระบบ สามารถนำความรู้ไปพัฒนางานและปรับใช้ในอนาคตต่อไป โดยเขียนเป็นความสัมพันธ์ของตัวแปรได้ดังนี้



ภาพที่ 1 แสดงกรอบแนวคิดการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi Experimental Research) แบบสองกลุ่มวัดผลก่อนและหลังการทดลอง (two group pre – test, post – test design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์ 2 ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2564 จำนวน 99 คน โดยกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างที่คัดเข้าศึกษา (inclusion criteria) ดังนี้

1) ลงทะเบียนเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์ 2 เป็นครั้งแรก 2) ไม่เคยเรียนโดยใช้การสะท้อนคิดมาก่อน 3) ยินดีเข้าร่วมโครงการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (purposive random sampling) โดยเลือกเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ที่ลงทะเบียนเรียนรายวิชาปฏิบัติการพยาบาลมารดา ทารก และการผดุงครรภ์ 2 ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2564 และเป็นผู้เตรียมขึ้นฝึกปฏิบัติงานที่หอผู้ป่วยนมสาวชิวาธ 8A โรงพยาบาลวชิรพยาบาล คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล โดยผู้วิจัยเป็นผู้นิเทศ จำนวนทั้งหมด 30 คน เป็นกลุ่มควบคุม 15 คน และกลุ่มทดลอง 15 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย 3 ชุด ดังนี้

1. รูปแบบการเขียนสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยใช้อาหารสมุนไพรไทยที่ปรับปรุงและพัฒนาขึ้นจากแนวคิดวงจรสะท้อนคิด (reflective cycle) ของกิบบส์ (Gibbs, 1988) ประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การบรรยายจากการคิดทบทวนรายละเอียดของสถานการณ์ที่เกิดขึ้นบนหอผู้ป่วยเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) การทบทวนความรู้สึกที่มีต่อสถานการณ์ที่ตนเองเลือกในขณะปฏิบัติงาน โดยการสะท้อนคิดจากการสังเกตความรู้สึกและการรับรู้ว่าตนเองรู้สึกอย่างไรหรือคิดอย่างไร 3) การประเมินจากประสบการณ์นั้น ๆ ว่ามีความคิดความรู้สึกเกี่ยวกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นส่งผลกระทบทางบวกหรือทางลบอย่างไร 4) การวิเคราะห์สถานการณ์ว่าสิ่งที่เกิดขึ้นมีอะไรบ้างที่เป็นอุปสรรค มีอะไรบ้างที่สามารถช่วยให้สถานการณ์ดีขึ้น โดยมีการอ้างอิงเชื่อมโยงหลักการและองค์ความรู้จากทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง 5) การสรุปการเรียนรู้จากประสบการณ์และวิธีการแก้ไขปัญหาโดยใช้เหตุผลประกอบ และ 6) การคิดวางแผนเพื่อนำความรู้

ไปใช้ในการพยาบาลผู้ป่วยในอนาคต ที่เป็นการปรับปรุงหรือพัฒนาให้ดีขึ้น ซึ่งแนวคำถามเป็นแบบกึ่งโครงสร้าง (semi-structured questionnaire)

2. แบบประเมินพฤติกรรมสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยใช้อาหารสมุนไพรไทย ที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบประเมินพฤติกรรมสะท้อนคิดของ เชษฐา แก้วพรม (Kaewprom, 2013) ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อ โดยถามถึงความถี่ของการแสดงพฤติกรรมสะท้อนคิด ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ 1 = ไม่เคยทำ 2 = ทำนาน ๆ ครั้ง 3 = ทำบ่อย ๆ และ 4 = ทำเป็นประจำ วัดค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมินเท่ากับ .87 การแปลผลคะแนนรวมพฤติกรรมสะท้อนคิด โดยใช้เกณฑ์ดังนี้ คะแนน 1.00 - 1.50 หมายความว่า มีพฤติกรรมระดับต่ำ คะแนน 1.51 - 2.50 หมายความว่า มีพฤติกรรมระดับปานกลาง คะแนน 2.51 - 3.50 หมายความว่า มีพฤติกรรมระดับสูง และ คะแนน 3.51 - 4.00 หมายความว่า มีพฤติกรรมระดับสูงมาก

3. แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้ที่ผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้ของ เชษฐา แก้วพรม (Kaewprom, 2013) ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับประโยชน์ของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ จำนวน 10 ข้อ และอุปสรรคของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ จำนวน 5 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ได้แก่ 1 = ไม่เห็นด้วย 2 = เห็นด้วยน้อย 3 = เห็นด้วยปานกลาง และ 4 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง วัดค่าความเชื่อมั่นของแบบประเมินเท่ากับ .86 การแปลผลคะแนนรวมความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้ โดยใช้เกณฑ์ดังนี้ คะแนน 1.00 - 1.50 หมายความว่า มีความคิดเห็นต่อเรื่องนั้นในระดับไม่ดี คะแนน 1.51 - 2.50 หมายความว่า มีความคิดเห็นต่อเรื่องนั้นในระดับพอใช้ คะแนน 2.51 - 3.50 หมายความว่า มีความคิดเห็นต่อเรื่องนั้นในระดับปานกลาง และ คะแนน 3.51 - 4.00 หมายความว่า มีความคิดเห็นต่อเรื่องนั้นในระดับดี

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

1. การหาความตรงของเครื่องมือ (content validity)

ผู้วิจัยนำแบบเขียนสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้อาหารสมุนไพรไทย แบบประเมินพฤติกรรมสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้อาหารสมุนไพรไทย และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการสะท้อนคิด ให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบหาความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (content validity) และความเหมาะสมของภาษา หลังจากผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาแล้ว ผู้วิจัยนำแบบสะท้อนคิดมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมทั้งด้านภาษาและความถูกต้องในเนื้อหาตามคำแนะนำ ซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิประกอบด้วย อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยและการสะท้อนคิด 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านสูติศาสตร์ 1 ท่าน และพยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษด้านสูติศาสตร์ 1 ท่าน

2. การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (reliability)

ผู้วิจัยนำแบบเขียนสะท้อนคิด แบบประเมินพฤติกรรมสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้อาหารสมุนไพรไทย และแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการสะท้อนคิด ไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลที่มีลักษณะเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาก่อนจำนวน 30 คน และหาค่าความเชื่อมั่นสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Alpha coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งสองฉบับเท่ากับ .87 และ .86 ตามลำดับ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลตั้งแต่เดือน มกราคม พ.ศ. 2565 ถึง เดือน เมษายน พ.ศ. 2565 ดังนี้

1. วางแผนการจัดการเรียนการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากสถานการณ์จริงโดยออกแบบกิจกรรมการเรียนการสอนโดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิด

2. ปฐมนิเทศนักศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ ขั้นตอนการทดลอง การเก็บรวบรวมข้อมูลและการพิทักษ์สิทธิ์ ซึ่งไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อวิชาที่กำลังเรียนและรายละเอียดการทำกิจกรรมการจัดการเรียนการสอน จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบประเมินพฤติกรรมการสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยใช้อาหารสมุนไพรไทย ใช้เวลา 1 ชั่วโมง

3. ดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ดังนี้

การเก็บข้อมูลจากกลุ่มควบคุมก่อนจำนวน 15 คน แบ่งเป็นกลุ่มย่อยกลุ่มละ 7 คน จำนวน 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน จำนวน 1 กลุ่ม ภายหลังจากการได้รับการยินยอม ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยให้กลุ่มควบคุมทำแบบประเมินพฤติกรรมการสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้อาหารสมุนไพรไทยก่อนทำกิจกรรมการเรียนการสอนตามปกติเป็นเวลา 2 สัปดาห์ ให้กลุ่มควบคุมได้รับการจัดการเรียนการสอนแบบปกติ ได้แก่ การสอนภาคปฏิบัติ 2 สัปดาห์ (สัปดาห์ละ 3 วัน) การสอนข้างเตียงและการสอนในคลินิก 1 ครั้ง จำนวน 1 ชั่วโมง หลังจากการจัดการเรียนการสอน 2 สัปดาห์ ให้กลุ่มควบคุมทำแบบประเมินพฤติกรรมการสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยใช้อาหารสมุนไพรไทย เมื่อเสร็จสิ้นการตอบแบบสอบถามแล้ว และภายหลังจากเสร็จสิ้นการวิจัย ผู้วิจัยจะให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะและนำวิธีการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดไปสอนเสริมให้กับนักศึกษาในกลุ่มควบคุมและนักศึกษาที่สนใจนอกเวลาเรียน

กลุ่มทดลอง จำนวน 15 คน แบ่งเป็นกลุ่มย่อยกลุ่มละ 7 คน จำนวน 1 กลุ่ม กลุ่มละ 8 คน จำนวน 1 กลุ่ม ภายหลังจากการได้รับการยินยอม ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูล ให้กลุ่มทดลองทำแบบประเมินพฤติกรรมการสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้อาหารสมุนไพรไทย และเข้าร่วมกิจกรรมการจัดการเรียนการสอนโดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดเป็นเวลา 2 สัปดาห์ (สัปดาห์ละ 3 วัน) โดยสัปดาห์ที่ 1 ระหว่างสัปดาห์ให้กลุ่มทดลองเขียนใบงานการเขียนบันทึกการเรียนรู้จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นขณะฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยสัปดาห์ละ 1 ฉบับ (รายเดี่ยว) เพื่อดำเนินกิจกรรมตามแนวคิด reflective cycle ของกิบบส์ (Gibbs, 1988) ซึ่งประกอบด้วยความคิด 6 ขั้นตอน 1) การคิดทบทวนรายละเอียดของสถานการณ์ที่เกิดขึ้นบนหอผู้ป่วยเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จากใบงานการเขียนบันทึกการเรียนรู้จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นขณะฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยที่กลุ่มตัวอย่างบันทึกสถานการณ์ที่ตนเองสนใจมา 1 สถานการณ์ 2) การทบทวนและบรรยายความรู้สึกที่มีต่อสถานการณ์ที่ตนเองเลือกลงในแบบบันทึกการเรียนรู้ 3) การประเมินผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อสถานการณ์นั้น ๆ โดยให้นักศึกษาเขียนถึงปัญหาที่เกิดขึ้นจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของมารดาหลังคลอด 4) การวิเคราะห์เชื่อมโยงประสบการณ์กับองค์ความรู้ที่เรียนจากภาคทฤษฎี โดยให้ค้นหาความรู้ทฤษฎีเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในสถานการณ์ที่เลือกเพื่อนำมาให้การพยาบาลเพิ่มเติมที่เน้นการส่งเสริมการใช้สมุนไพรไทย 5) การสรุปการเรียนรู้จากประสบการณ์และองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ ให้ประเมินผลการพยาบาลและเขียนสรุปผลการเรียนรู้ที่ได้จากสถานการณ์จริง และ 6) การคิดวางแผนเพื่อนำความรู้ไปใช้ในการให้การพยาบาลในอนาคต โดยให้เขียนการวางแผนการพยาบาล เพื่อพัฒนาในการให้การพยาบาลผู้ป่วยต่อไป จากนั้นเมื่อสิ้นสุดสัปดาห์ผู้วิจัยจัดการเรียนการสอน 1 ชั่วโมง เพื่อให้

ผู้เข้าร่วมวิจัยนำเสนอบันทึกการเรียนรู้ของตนเองต่อสมาชิกในกลุ่มทั้งหมด 7 – 8 คน ต่อกลุ่ม หลังจากนั้นผู้เข้าร่วมวิจัยส่งใบงานเพื่อรับคำแนะนำและข้อเสนอเพิ่มเติมเพื่อนำข้อเสนอแนะที่ได้รับไปใช้ในการให้การพยาบาลผู้ป่วยในสัปดาห์ที่ 2 ระหว่างสัปดาห์ที่ 2 ให้กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้เช่นเดียวกับสัปดาห์ที่ 1 เมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรม 2 สัปดาห์ ให้กลุ่มทดลองทำแบบประเมินความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติและแบบประเมินพฤติกรรมกรรมการสะท้อนคิดการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยใช้อาหารสมุนไพรไทยหลังการทำกิจกรรมการจัดการเรียนการสอนโดยส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิด

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย

การวิจัยนี้ผ่านการพิจารณาโดยคณะกรรมการพิจารณาและควบคุมวิจัยในคนของมหาวิทยาลัยสวนดุสิต เลขที่ SDU-RDI 2021-034 เมื่อวันที่ 16 กรกฎาคม พ.ศ. 2564 ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยนี้โดยคำนึงถึงจริยธรรมและหลักจรรยาบรรณในการทำวิจัย โดยชี้แจงเรื่องการพิทักษ์สิทธิอย่างเป็นลายลักษณ์อักษรในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย รวมทั้งการพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมวิจัยอย่างเคร่งครัด โดยการเคารพสิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย การรักษาความลับ ความยุติธรรมและความซื่อสัตย์ ข้อมูลจะได้รับการเก็บรักษาเป็นความลับและนำไปใช้ในการวิจัยครั้งนี้เท่านั้น โดยจะนำเสนอข้อมูลในภาพรวม ดังนั้นผู้เข้าร่วมวิจัยเป็นผู้ตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้หรือไม่ โดยมิได้มีการบังคับใด ๆ ทั้งสิ้น

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง วิเคราะห์ด้วยสถิติความถี่และร้อยละ
2. ข้อมูลความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้ของนักศึกษาพยาบาลวิเคราะห์ด้วยสถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
3. เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมกรรมการสะท้อนคิดของกลุ่มตัวอย่างก่อนและหลังการจัดการเรียนการสอนโดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดด้วยสถิติ paired t-test
4. เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมกรรมการสะท้อนคิดของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองด้วยสถิติ independent t-test

ผลการวิจัย

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างพบว่า นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 จำนวน 30 คน ประกอบด้วย กลุ่มทดลอง จำนวน 15 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 15 คน กลุ่มควบคุม ร้อยละ 86.66 (13 ราย) มีอายุอยู่ระหว่าง 21 – 22 ปี ร้อยละ 100.00 (15 ราย) เป็นเพศหญิง ร้อยละ 86.66 (13 ราย) มีค่าเกรดเฉลี่ยสะสมส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 3.01 - 3.50 และร้อยละ 26.68, 26.68 ตามลำดับ (4, 4 ราย ตามลำดับ) ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคกลาง กลุ่มทดลอง ร้อยละ 100.00 (15 ราย) มีอายุอยู่ระหว่าง 21 – 22 ปี ร้อยละ 98.33 (14 ราย) เป็นเพศหญิง ร้อยละ 6.67 (1 ราย) เป็นเพศชาย ร้อยละ 86.66 (13 ราย) มีค่าเกรดเฉลี่ยสะสมส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 3.01 - 3.50 และร้อยละ 40.02 (6 ราย) ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ส่วนที่ 2 เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิด ผลการวิจัยพบว่าคะแนนพฤติกรรมกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนทดลองมีค่าเท่ากับ 59.80 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.51 และคะแนนพฤติกรรมกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษา

พยาบาลกลุ่มทดลองหลังการทดลองมีค่าเท่ากับ 68.80 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.28 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังการทดลองพบว่ามีความแตกต่างกัน ($p < .05$) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาล ก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดของกลุ่มทดลอง ($n = 15$)

รายการ	คะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิด		t-test	p-value
	$\bar{x}$	SD		
ก่อนทดลอง	59.80	4.51	4.84	.000
หลังทดลอง	68.80	3.28		

ส่วนที่ 3 เปรียบเทียบพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังได้รับการจัดการเรียนรู้ โดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมของนักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามปกติ ผลการวิจัยพบว่าก่อนการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลในกลุ่มทดลองเท่ากับ 59.80 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.51 และค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลในกลุ่มควบคุมเท่ากับ 57.93 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.81 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมพบว่าพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกัน

หลังการทดลองพบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลในกลุ่มทดลองเท่ากับ 68.80 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.28 และค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลในกลุ่มควบคุมเท่ากับ 61.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.22 เมื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมพบว่าพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมแตกต่างกัน ($p < .05$) สรุปผลได้ว่าวิธีการจัดการเรียนรู้แบบส่งเสริมการสะท้อนคิดให้กับนักศึกษามีผลต่อพฤติกรรมการสะท้อนคิดในการเรียนรู้ด้วยตนเองของนักศึกษา และเมื่อดูคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิดจะพบว่ามีค่าคะแนนเฉลี่ยหลังทดลองสูงกว่าก่อนทดลอง ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังได้รับการจัดการเรียนรู้ โดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดระหว่างกลุ่มทดลอง (n=15) และกลุ่มควบคุม (n=15) ของนักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ตามปกติ

รายการ	คะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิด		t-test	p-value
	$\bar{x}$	SD		
ก่อนทดลอง				
กลุ่มทดลอง	59.80	4.51	1.23	.23
กลุ่มควบคุม	57.93	3.81		
หลังทดลอง				
กลุ่มทดลอง	68.80	3.28	5.50	.000
กลุ่มควบคุม	61.20	4.22		

$p < .05$

ส่วนที่ 4 ความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาล ผลการวิจัยพบว่าคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาล ด้านประโยชน์ของการเขียนบันทึกการเรียนรู้โดยรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{x}=3.74$, SD= .44) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ทำให้ฉันได้เรียนรู้จากเหตุการณ์รอบตัว ทำให้ฉันมีโอกาสประยุกต์นำทฤษฎีมาใช้ลงสู่การปฏิบัติ และทำให้ฉันได้พัฒนาเพื่อเตรียมทักษะการสื่อสารมากขึ้น ($\bar{x}=3.87$, SD = .34) อยู่ในระดับดี ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือให้ฉันมีทักษะการตัดสินใจที่ดีขึ้น ($\bar{x}=3.47$, SD= .72) อยู่ในระดับปานกลาง ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาล ด้านประโยชน์ของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ (n = 15)

ประโยชน์ของการเขียนบันทึกการเรียนรู้	$\bar{x}$	SD	แปลผล
1. ทำให้ฉันได้เรียนรู้จากเหตุการณ์รอบตัว	3.87	.34	ดี
2. ทำให้ฉันมองสถานการณ์ต่างๆ ด้วยมุมมองใหม่	3.80	.40	ดี
3. ทำให้ฉันได้ค้นคว้าและเรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้น	3.67	.47	ดี
4. ทำให้ฉันมีความรับผิดชอบมากขึ้น	3.73	.44	ดี
5. ทำให้ฉันมีโอกาสประยุกต์นำทฤษฎีมาใช้ลงสู่การปฏิบัติ	3.87	.34	ดี
6. ให้ฉันมีทักษะการตัดสินใจที่ดีขึ้น	3.47	.72	ปานกลาง
7. ทำให้ฉันได้คิดทบทวนสถานการณ์ของตนเองทั้งทางบวกและทางลบ	3.53	.62	ดี
8. ทำให้ฉันได้ฝึกการคิดวิเคราะห์มากขึ้น	3.80	.40	ดี
9. ทำให้ฉันได้พัฒนาเพื่อเตรียมทักษะการสื่อสารมากขึ้น	3.87	.34	ดี
10. ทำให้ฉันเข้าใจความคิด ความรู้สึกของตนเอง	3.80	.34	ดี
คะแนนโดยรวม	3.74	.44	ดี

ผลการวิจัยพบว่าคะแนนเฉลี่ยความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลด้านอุปสรรคของการเขียนบันทึกการเรียนรู้โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.60$, $SD = .92$) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือการหาประเด็นการเรียนรู้ไม่ได้เป็นอุปสรรคของการเขียนสะท้อนคิด และการมีเวลาอันจำกัด ทำให้ฉันได้เรียนรู้ไม่ดีเท่าที่ควร ($\bar{x} = 2.67$, $SD = .94$) อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ฉันไม่คุ้นเคยกับการเขียนสะท้อนคิด ($\bar{x} = 2.20$, $SD = .91$) อยู่ในระดับพอใช้ ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลด้านอุปสรรคของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ ($n = 15$)

อุปสรรคของการเขียนบันทึกการเรียนรู้	$\bar{x}$	SD	แปลผล
1. ฉันไม่คุ้นเคยกับการเขียนสะท้อนคิด	2.20	.91	พอใช้
2. การมีเวลาอันจำกัด ทำให้ฉันได้เรียนรู้ไม่ดีเท่าที่ควร	2.67	.94	ปานกลาง
3. คำชี้แจงที่น้อยเกินไปทำให้ฉันเขียนสะท้อนคิดได้ไม่ดี	2.40	1.02	พอใช้
4. การขาดสิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ ทำให้ฉันเขียนสะท้อนคิดได้ไม่ดี	2.47	.96	พอใช้
5. การหาประเด็นการเรียนรู้ไม่ได้เป็นอุปสรรคของการเขียนสะท้อนคิด	3.27	.77	ปานกลาง
คะแนนโดยรวม	2.60	.92	ปานกลาง

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเรื่องการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้สมุนไพรไทยของนักศึกษาพยาบาลที่ได้เรียนรู้จากการจัดการเรียนการสอนผ่านการสะท้อนคิดด้านประโยชน์และอุปสรรคของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ มีดังนี้ ผลการศึกษาพบว่าหลังการจัดการเรียนการสอนผ่านการสะท้อนคิด ด้านประโยชน์ของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ นักศึกษาบอกว่า “ฉันได้เรียนรู้ว่าจะนำความรู้ที่เรียนมาใช้กับเคสที่ได้รับมอบหมาย เช่น หลัก 4 จุด การเอาลูกเข้าเต้า การช่วยเหลือเมื่อแม่หลังคลอดมีเต้านมคัดตึง และฉันยังให้คำแนะนำเพิ่มเรื่องอาหารและสมุนไพรไทยที่ช่วยเพิ่มน้ำนม” “ฉันมีมุมมองใหม่ ๆ ที่กว้างขึ้น เพราะฉันไม่ค่อยรู้เรื่องพวกนี้ เคยได้ยินแต่คนแสบบ้านพูดว่าหลังคลอดให้กินแกงเลียง แต่จากการค้นคว้าเพิ่มเติมเรื่องพืชสมุนไพรที่ช่วยสร้างและกระตุ้นการเพิ่มของน้ำนม เช่น ใบแมงลัก ฟักทอง มะรุ้ม เป็นต้น ทำให้ฉันมีความรู้เรื่องพวกนี้มากขึ้น” “ถ้าฉันไม่ได้ค้นคว้าหรือสืบค้นเกี่ยวกับอาหารสมุนไพรไทยที่ช่วยเพิ่มการหลั่งน้ำนม ฉันไม่รู้เลยว่าเอาความรู้อะไรไปแนะนำคนไข้ ฉันจึงได้มุมมองใหม่ ๆ จากการสืบค้นเกี่ยวกับภูมิปัญญาไทย” “ฉันได้ค้นคว้าและเรียนรู้ด้วยตนเองเพิ่มมากขึ้น โดยการค้นคว้าหาข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตเรื่องอาหารและสมุนไพรไทยที่ช่วยกระตุ้นเพิ่มน้ำนม เพราะส่วนใหญ่ที่ฉันได้ยินมีแค่ ให้กินน้ำขิง หรือแกงเลียง แต่จริง ๆ มีมากกว่านั้น เช่น ใบแมงลัก ฟักทอง มะรุ้ม มะละกอ ใบกะเพรา เป็นต้น”

นอกจากนี้นักศึกษายังบอกว่า “ฉันมีความรับผิดชอบและมีความกระตือรือร้นเพิ่มมากขึ้น เวลาให้คำแนะนำคนไข้ เรื่องที่เขายังไม่ค่อยรู้ เกี่ยวกับอาหารและสมุนไพรไทยที่ช่วยเพิ่มน้ำนม ดูเขาสงสัยและตั้งใจฟังที่เราพูด มีการซักถาม และเราตอบได้ ฉันดีใจมาก จึงทำให้อยากหาความรู้ใหม่ ๆ มาให้คำแนะนำแก่แม่หลังคลอดมากขึ้น” “ฉันได้นำเอาความรู้จากที่เรียนมาเรื่องการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาสอน และให้คำแนะนำในเคสของตนเอง และคนไข้ที่อยู่ในห้อง และให้คำแนะนำเพิ่มเติมเรื่องอาหารและสมุนไพรไทยที่

ช่วยเพิ่มน้ำหนักด้วย” “หนูมีทักษะการตัดสินใจที่ดีขึ้น เพราะก่อนจะให้ความรู้กับคุณแม่ หนูจะถามก่อนว่าคุณแม่ชอบกินอะไร ไม่ชอบกินอะไร ชอบอาหารสมุนไพรไหม แล้วหนูไปค้นคว้าเมนูอาหารสมุนไพรบำรุงน้ำหนัก จากเว็บไซต์ นิติสารแม่บ้านและเลือกเมนูที่เขาทานได้เอามาให้คำแนะนำ ได้แก่ ต้มจิตหมูสับใบตำลึง ตำลึง ผัดใส่ไข่ ฟักทองผัดไข่ ฟักทองนึ่ง ไก่ผัดขิง หรือต้มน้ำขิงอุ่น ๆ มะละกอผัดไข่” “หนูได้ทบทวนสถานการณ์ของตนเอง เพราะถ้าหนูไม่ได้ให้ความรู้เพิ่มเติมเรื่องการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยสมุนไพรไทย เขาอาจจะให้ลูกกินนมแม่ไม่นาน เพราะท้องที่แล้วก็แค่ 1 เดือน และตอนนี้ น้ำหนักก็ไหลน้อย แค่นี้” เมื่อคืนนอนหลับ 2 ครั้ง” และที่เกี่ยวกับการคิดวิเคราะห์นั้น นักศึกษาบอกว่า “ฉันได้ฝึกการคิดวิเคราะห์มากขึ้นว่าทำอะไรให้เขาสนใจสิ่งที่ฉันจะพูด เพื่อให้เขาสนใจฉันสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้นาน ๆ ฉันจึงค้นคว้ามาเยอะ จากเว็บไซต์ หนังสือ นิติสารแม่บ้าน เกี่ยวกับเมนูอาหารสมุนไพรบำรุงน้ำหนัก มีพืชสมุนไพรหลายชนิด มีตัวอย่างเมนูอาหารหลายอย่าง มีรูปให้ดูด้วย เขายังขอถ่ายรูปเก็บไว้เลย ฉันดีใจมาก ๆ” และ “หนูมีเตรียมตัวมากขึ้น ก่อนที่จะไปสอนคุณแม่ หนูฝึกพูดมากขึ้น เพราะพูดไม่เก่ง พูดติด ๆ ขัด ๆ กลัวเขาไม่รู้เรื่อง หนูฝึกให้คำแนะนำกับเพื่อนที่หอพัก” “ฉันคิดว่าเป็นประสบการณ์ที่ดี เนื่องจากเขาเป็นคุณแม่ตั้งครรภ์ท้องที่ 5 ตอนนั้นคิดว่าแม่จะมีประสบการณ์มากแล้ว จึงกลัวว่าแม่จะไม่สนใจ แต่พอไปให้คำแนะนำ เขาตั้งใจฟัง ตั้งใจดูรูปตัวอย่างเมนูอาหารเป็นอย่างมาก มีการซักถาม ฉันว่าได้ประโยชน์ทั้งตัวฉันเองที่ได้ฝึกทักษะการปฏิบัติ ตัวแม่เองก็ได้ความรู้ด้วย”

ด้านอุปสรรคของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ นักศึกษาบอกว่า “ตอนแรกเขียนไม่ค่อยได้เลย ไม่ถนัดการเขียนบรรยาย แต่เขียนไปบ่อย ๆ หลายครั้ง ก็เริ่มดีขึ้น คือต้องเขียนให้ผู้อ่านมองเห็นภาพ” “เวลาขึ้นฝึกมีน้อย และได้เขียน 2 ฉบับ ก็ยังเขียนได้ไม่ค่อยดี แต่ก็ดีกว่าครั้งแรกมาก สื่อความหมายได้มากขึ้น” “เวลาขึ้นฝึกมีน้อย และมีงานต้องทำส่งหลายวิชา อาจทำให้มีเวลาค้นคว้าได้ไม่เต็มที่” “อาจารย์อธิบายให้ฟัง และช่วยชี้แนะ และให้คำแนะนำเป็นระยะ ทำให้เข้าใจมากขึ้น ถ้าได้ฝึกเขียนมากกว่านี้ก็จะเขียนได้ดีขึ้น” “มหาวิทยาลัยมีสัญญาณอินเทอร์เน็ต แต่ถ้านั่งทำงานอยู่ด้วยกันหลาย ๆ คนก็จะแย่งสัญญาณกันบ้าง” “ไม่ค่อยได้ยืมหนังสือจากห้องสมุด เพราะต้องใช้เวลาในการหาหนังสือเยอะกว่า ส่วนใหญ่จะค้นคว้าจากอินเทอร์เน็ต เพราะเร็วและหาง่าย” “เราก็ต้องหาประเด็นจากสถานการณ์ที่พบในเคสที่ได้รับที่เชื่อมโยงกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้สมุนไพรไทย เคสแรกยังสับสนเพราะมีปัญหาทั้งน้ำหนักไม่ไหล เต้านมเริ่มคัด และไม่คอยให้ลูกดูดนม เคสที่สองเข้าใจมากขึ้นว่าต้องเลือกมา 1 สถานการณ์ เพื่ออธิบายอย่างละเอียดตามขั้นตอน”

อภิปรายผล

1. พฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลหลังการจัดการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดสูงกว่าก่อนสอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าการจัดการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดโดยการให้นักศึกษาเขียนบันทึกการเรียนรู้ช่วยพัฒนาการคิดได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการเขียนบันทึกการเรียนรู้ตามหัวข้อที่กำหนดในช่วงระยะเวลา 2 สัปดาห์ ช่วยให้นักศึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงในกระบวนการคิดที่ต่อเนื่อง (Koole et al., 2011) อีกทั้งยังได้รับการส่งเสริมโดยใช้เทคนิคการสะท้อนคิด 6 ขั้นตอน ของกิบส์ (Gibbs, 1988) ได้แก่ 1) การคิดทบทวนรายละเอียดของสถานการณ์ที่เกิดขึ้นบนหอผู้ป่วย 2) การทบทวนความรู้สึกที่มีต่อสถานการณ์ 3) การประเมินผลกระทบที่เกิดต่อสถานการณ์นั้น ๆ 4) การคิดเชื่อมโยง

สถานการณ์ตามหลักเหตุผลหรือองค์ความรู้จากทฤษฎีต่าง ๆ 5) การสรุปการเรียนรู้จากประสบการณ์และองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ และ 6) การคิดวางแผนเพื่อนำความรู้ไปใช้ในการพยาบาลที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต ซึ่งแต่ละขั้นตอนจะส่งเสริมให้กลุ่มตัวอย่างเกิดพฤติกรรมสะท้อนคิด หลังจากที่ผ่านมาการเขียนบันทึกการเรียนรู้หลาย ๆ ครั้ง มีผลทำให้กลุ่มตัวอย่างได้มีโอกาสคิดใคร่ครวญอย่างถี่ถ้วน คิดไตร่ตรองทบทวนในประเด็นหรือประสบการณ์ที่ผ่านมา เพื่อเปลี่ยนประสบการณ์เหล่านั้นให้เป็นการเรียนรู้และความรู้ที่มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมุมมองและแนวคิดใหม่ โดยอาศัยการคิด กระบวนการทางปัญญาและทัศนคติ เชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิมที่มีอยู่ รวมทั้งเป็นการสำรวจตนเองเพื่อค้นหาว่าตนเองรู้และไม่รู้อะไร จนนำไปสู่ความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้เพิ่มขึ้น (Phligbua, 2013)

การสะท้อนคิดจากการปฏิบัติจึงมีความสำคัญต่อการคิดตัดสินใจ แก้ไขปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ ให้ตรงตามความต้องการของผู้ป่วย รวมทั้งช่วยให้เข้าใจเหตุผลของการปฏิบัติได้ดีขึ้น (Khumtorn, Suppasri & Akarasuwankun, 2017) การฝึกการสะท้อนคิดเป็นวิธีการจัดการเรียนรู้ที่สามารถนำไปใช้เพื่อพัฒนาศักยภาพผู้เรียน โดยผ่านกระบวนการพูดหรือการเขียนซึ่งจะช่วยให้ผู้เรียนได้เชื่อมโยงความรู้จากทฤษฎีสู่การปฏิบัติได้ ทำให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองและผู้ป่วยมากขึ้น ส่งผลต่อการดูแลผู้ป่วยอย่างเข้าใจธรรมชาติและเกิดคุณธรรมจริยธรรมที่ดี แสดงให้เห็นว่าการบูรณาการสะท้อนคิดกับรายวิชาภาคปฏิบัติที่มุ่งเน้นสถานการณ์เกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้สมุนไพรไทยทำให้นักศึกษามีการคิดวิเคราะห์ ทบทวนไตร่ตรองอย่างมีเหตุผล และทำความเข้าใจผ่านประสบการณ์ที่ได้รับเกี่ยวกับความเชื่อจากวิถีชีวิตของตนเอง เรื่องอาหารเพิ่มน้ำนมหรือความรู้บนพื้นฐานของสิ่งที่สนับสนุนการคิดที่ได้จากการสืบค้นที่พบว่า องค์ความรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาไทยที่ได้รับการสืบทอดมาและมีการพัฒนาศึกษาวิจัยสู่การใช้ประโยชน์แก่มารดาหลังคลอดในการเพิ่มปริมาณน้ำนม กระตุ้นให้มีน้ำนมสำหรับเลี้ยงทารกได้เพียงพอ ซึ่งอาหารที่มีสรรพคุณในการบำรุงน้ำนมมีความสำคัญมาก เพราะมารดาหลังคลอดต้องมีการรับประทานอาหารที่ครบถ้วนเพื่อผ่านน้ำนมแม่ อาหารที่เหมาะสมต่อมารดาหลังคลอด คือ โปรตีนจากไก่ ปลา เนื้อ นม ผสมผักพื้นบ้าน อาหารที่เป็นยาบำรุงกระตุ้นน้ำนมแม่ที่มีส่วนผสมของพริกไทย ขิง หัวหอม หัวปลี พักทอง เป็นต้น นักศึกษาจึงสามารถเชื่อมโยงเนื้อหาความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากภาคทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติที่ต้องมีการค้นคว้าเพิ่มเติมเกี่ยวกับสมุนไพรไทยที่ช่วยเพิ่มปริมาณน้ำนมให้กับมารดาหลังคลอดในสถานการณ์จริงเมื่อขึ้นฝึกปฏิบัติงานทางการพยาบาล สอดคล้องกับผลการวิจัยของ พิชฌาย์วีร์ สิ้นสวัสดิ์ (Sinsawad, 2019) และลำเจียก กำธร และคณะ (Khumtorn et al., 2017) ที่พบว่าค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลหลังจัดการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดโดยรวมสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และการศึกษาของ เชษฐา แก้วพรม (Kaewprom, 2013) ที่พบว่า การเขียนบันทึกการเรียนรู้เป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมให้นักศึกษามีทักษะสะท้อนคิดและเมื่อปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจะทำให้การสะท้อนคิดในแต่ละครั้งที่เขียนครอบคลุมมากยิ่งขึ้น เกิดการพัฒนากระบวนการคิดขั้นสูง และเมื่อปฏิบัติซ้ำ ๆ หลายๆ ครั้ง จะเกิดเป็นพฤติกรรมที่ถาวร เป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิต และสอดคล้องกับการศึกษาของ อรัญญา บุญธรรม และคณะ (Boontham et al., 2015) ที่พบว่ากิจกรรมการบันทึกผลการเรียนรู้ช่วยให้เกิดการพัฒนาความมั่นใจในตนเอง การตระหนักรู้ในตนเอง การคิดวิเคราะห์ ทักษะการสื่อสาร ทักษะการทำงานเป็นทีม ทักษะการเรียนรู้ และการปรับตัวเข้าสู่วิชาชีพพยาบาล ดังนั้นการจัดการเรียนรู้โดยผ่านการสะท้อนคิดจึงเป็นอีกรูปแบบหนึ่งที่ช่วยให้นักศึกษามีการทบทวนเหตุการณ์ ความรู้สึก มีความตระหนักรู้ในตนเองเปลี่ยนประสบการณ์เป็นความรู้

ซึ่งมีฐานมาจากการปฏิบัติจริงและนำความรู้ใหม่ไปปรับใช้ในสถานการณ์ใหม่หรือในอนาคตต่อไป อีกทั้งยังเป็นการพัฒนาตนเองและการดูแลผู้ป่วยอีกด้วย

2. พฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลก่อนและหลังได้รับการจัดการเรียนการสอนโดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกัน โดยพบว่าคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 อาจเนื่องจากทักษะการสะท้อนคิดการปฏิบัติเป็นวิธีหรือกลยุทธ์หนึ่งในการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ให้เพิ่มขึ้น ซึ่งเทคนิคที่ได้รับการยอมรับว่าสามารถสร้างทักษะการสะท้อนคิดได้อย่างมีประสิทธิภาพคือการใช้วิธีการเขียนบันทึก (Journal writing) เกี่ยวกับการปฏิบัติงานที่เป็นปัญหาเพื่อจะได้เรียนรู้จากสถานการณ์แล้วนำไปพัฒนา ปรับปรุง และเปลี่ยนแปลงในการปฏิบัติให้ดีขึ้น (Wisanskoonwong, Fahy & Hastie, 2011) การฝึกพัฒนาให้เกิดพฤติกรรมการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณและพฤติกรรมการสะท้อนคิดตามความเคยชินจะเกิดในภาคปฏิบัติ โดยเฉพาะในพฤติกรรมการสะท้อนคิดตามความเคยชินจะเกิดกับประสบการณ์ทางวิชาชีพในกรณีที่นักศึกษาพบเจอประสบการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นประจำ ไม่ยุ่งยากซับซ้อน ในขณะที่พฤติกรรมการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณจะเกิดในกรณีที่ต้องเผชิญกับกรณีฉุกเฉินที่ไม่ได้เกิดขึ้นบ่อย ๆ ทำให้นักศึกษาต้องเพิ่มกระบวนการคิดอย่างมีเหตุและผลมากขึ้นเพื่อการแก้ไขปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต (Kember, Leung & Jones, 2012) นอกจากนี้ผู้สอนร่วมกันสะท้อนคิดกับผู้เรียนโดยใช้เทคนิคการสะท้อนคิด 6 ขั้นตอนของกิบบส์ เป็นวิธีที่ทำให้ผู้เรียนได้ทบทวนทั้งความรู้สึกรู้สึกและการกระทำของตนเอง เกิดการประเมินศักยภาพของตนเอง เรียนรู้จุดบกพร่องของตนเองและค้นหาวิธีการแก้ไขพัฒนาให้ดีขึ้น (Wichainat, 2014) จากการรายงานการสะท้อนคิดของนักศึกษาพบว่านักศึกษามีการค้นคว้าความรู้เพิ่มขึ้นทราบถึงจุดเด่นและจุดด้อยของตนเองในขณะปฏิบัติงาน และยังสามารถบอกแนวทางในการพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น ส่งผลให้นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง สอดคล้องกับผลการวิจัยที่ผ่านมาที่พบว่ามีค่าเฉลี่ยคะแนนพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนโดยการส่งเสริมทักษะการสะท้อนคิดสูงกว่านักศึกษาที่ได้รับการจัดการเรียนการสอนตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05, .01 และ 0.1 ตามลำดับ (Chaisa & Janwijit, 2020; Sangyenphan, Photisuvan & Saisophon, 2019; Phormpayak et al., 2019) ดังนั้น การสะท้อนคิดจึงมีความสำคัญและจำเป็นที่ผู้สอนควรมีการพัฒนาความรู้ด้านนี้ให้กับนักศึกษาควบคู่ไปกับทักษะการพยาบาล

3. ความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลโดยรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{x}$ = 3.74, SD = .44) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือทำให้นักศึกษาได้เรียนรู้จากเหตุการณ์รอบตัว มีโอกาสประยุกต์นำทฤษฎีมาใช้ลงสู่การปฏิบัติ และทำให้มีการพัฒนาเพื่อเตรียมทักษะการสื่อสารมากขึ้น แสดงว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมหนึ่งที่จะช่วยพัฒนาทักษะสะท้อนคิดได้ (Kaewprom et al., 2014) กระบวนการสะท้อนคิดจะช่วยดึงประสบการณ์เชิงลึก ช่วยให้ผู้เรียนใช้เวลาในการคิดพิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบคอบในสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่ต้องเผชิญ โดยเฉพาะการฝึกภาคปฏิบัติ (Epp, 2008) และยังเป็นการสะสมความรู้ที่ได้จากประสบการณ์เพื่อนำมาพัฒนาการปฏิบัติงานให้ดียิ่งขึ้น เป็นการถ่ายโอน

ความรู้จากประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้และช่วยให้นักศึกษามองประสบการณ์ด้วยมุมมองใหม่ที่แตกต่างจากเดิม ซึ่งนำไปสู่การคิดพัฒนาดตนเองให้ดีขึ้นกว่าเดิม การเรียนรู้โดยการให้นักศึกษาสะท้อนคิดจึงมีส่วนช่วยให้นักศึกษาได้กลับมาคิดทบทวน ทำความเข้าใจ เกิดการพัฒนาและทำให้เกิดการเรียนรู้มากขึ้น (Kunaviktiku, 2015) สอดคล้องกับที่นักศึกษากล่าวว่า “การขึ้นฝึกปฏิบัติและทำในประเด็นที่กำหนดครั้งนี้ทำให้ต้องมีการค้นหาความรู้เพิ่มขึ้นจากแหล่งข้อมูลอื่นที่ไม่ใช่เอกสารในบทเรียน” “ทำให้เรียนรู้เพิ่มขึ้นจากประสบการณ์ที่ได้รับจริงบนหอผู้ป่วยและมีการนำความรู้จากทฤษฎีที่เรียนมาประยุกต์ใช้กับแม่หลังคลอด” “รู้สึกภูมิใจที่ได้ช่วยเหลือแม่หลังคลอดที่มีปัญหาน้ำนมไหลน้อย และจิตใจที่เห็นเขาตั้งใจฟัง มีการซักถามเมื่อเราให้คำแนะนำ เรื่องสมุนไพรที่ช่วยเพิ่มน้ำนม” “ความรู้เรื่องสมุนไพรช่วยเพิ่มน้ำนมที่ค้นคว้ามาช่วยทำให้เราได้เพิ่มพูนความรู้มากขึ้นและสามารถให้คำแนะนำแก่แม่หลังคลอดได้” สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ชองก์ (Chong, 2009) ที่พบว่า การเขียนบันทึกสะท้อนคิดทำให้มีโอกาสดำเนินการทบทวนประสบการณ์ของตนเองทั้งทางบวกและทางลบ ทำให้มีความเพียรพยายามในการเรียนรู้มากขึ้น และจากการศึกษาของ พิชฌายีวีร์ สิ้นสวัสดิ์ (Sinsawad, 2019) ที่พบว่าค่าเฉลี่ยความคิดเห็นเกี่ยวกับประโยชน์ของการเขียนบันทึกการเรียนรู้โดยรวมอยู่ในระดับดี ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ทำให้ได้เรียนรู้จากเหตุการณ์รอบตัว รองลงมาคือ ทำให้มีความรับผิดชอบและทำให้ได้ค้นคว้าเรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้น และสอดคล้องกับการศึกษาของเชษฐา แก้วพรม และคณะ (Kaewprom et al., 2014) ที่พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่เห็นว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ ช่วยพัฒนากระบวนการคิดวิเคราะห์ ส่งเสริมการตระหนักรู้ในตนเองและพัฒนาทักษะการเขียน และการศึกษาของเชษฐา แก้วพรม (Kaewprom, 2013) ที่พบว่า การเขียนบันทึกสะท้อนคิดช่วยให้เกิดการพัฒนาในหลาย ๆ ด้าน เช่น การคิดวิเคราะห์ การตระหนักรู้ในตนเอง ทักษะการสืบค้นข้อมูล และทักษะการเขียน เป็นต้น

ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือให้ฉันมีทักษะการตัดสินใจที่ดีขึ้น ($\bar{x} = 3.47$, $SD = .72$) อยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นเพราะนักศึกษาพยาบาลยังไม่มีประสบการณ์จริงหรือประสบการณ์โดยตรงในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานที่หอผู้ป่วยหลังคลอด ไม่เคยดูแลให้การพยาบาลแก่มารดาหลังคลอด ซึ่งความรู้ส่วนใหญ่ได้จากการเรียนรู้ภาคทฤษฎีและบางส่วนได้จากค้นคว้าเพิ่มเติมของตนเอง แต่ยังไม่เคยนำความรู้ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในการดูแลมารดาหลังคลอด ประกอบกับมีประสบการณ์น้อยในการให้คำแนะนำคำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยเฉพาะเกี่ยวกับการใช้สมุนไพรไทยที่ช่วยกระตุ้นการเพิ่มน้ำนม นักศึกษาพยาบาลจึงใช้ประสบการณ์เดิมที่มีอยู่ในตนเองของแต่ละคนช่วยในการพิจารณา และตัดสินใจในการให้คำแนะนำ คำปรึกษา หรือการแก้ไขปัญหาที่พบจากการดูแลมารดาหลังคลอดแต่ละรายบนพื้นฐานองค์ความรู้ที่ได้รับจากการเรียนรู้เรื่องการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากภาคทฤษฎี

ในส่วนของการอุปสรรคต่อการเขียนบันทึกการเรียนรู้การปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาล โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.60$, $SD = .92$) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การเลือกประเด็นในการเขียนบันทึกไม่ได้ และการมีเวลาอันจำกัดทำให้ได้เรียนรู้ไม่ดีเท่าที่ควร อาจเป็นเพราะนักศึกษาพยาบาลมีประสบการณ์ในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานน้อยและต้องพบกับสถานการณ์หลายอย่างที่เกิดขึ้น จึงทำให้ค้นหาประเด็นที่จะนำมาเขียนบันทึกไม่พบหรือมีประเด็นที่น่าสนใจหลายประเด็นจนเลือกไม่ได้ อีกทั้งการเขียนบันทึกสะท้อนคิดแต่ละครั้งต้องใช้เวลาค่อนข้างมากในการคิดใคร่ครวญและถ่ายทอดความคิดของตนเองผ่านการเขียนบันทึก การมีเวลาไม่เพียงพอจึงทำให้การเขียนบันทึกสะท้อนคิดได้ไม่ดีเท่าที่ควร (Farrah, 2012) สอดคล้องกับ ผลการวิจัยของ เชษฐา แก้วพรม

และคณะ (Kaewprom et al., 2014) ที่พบว่าอุปสรรคของนักศึกษาในการเขียนบันทึกสะท้อนคิด คือ การหาประเด็นการเรียนรู้ไม่ได้ ความไม่คุ้นเคยกับการเขียนบันทึกสะท้อนคิด และการมีเวลาอันจำกัดทำให้เขียนบันทึกได้ไม่ดี และของ พิชฌาย์วีร์ สิ้นสวัสดิ์ (Sinsawad, 2019) ที่พบว่าอุปสรรคของการเขียนบันทึกการเรียนรู้โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือการมีเวลาจำกัดทำให้เรียนรู้ไม่ดีเท่าที่ควร รองลงมาคือ การหาประเด็นการเรียนรู้มาเขียนบันทึกไม่ได้และไม่คุ้นเคยกับการเขียนบันทึกการเรียนรู้ ดังนั้น นักศึกษาพยาบาลจึงควรที่จะต้องได้รับการพัฒนาทักษะการสะท้อนคิดควบคู่ไปกับการเรียนรู้ภาคทฤษฎี เพื่อให้เกิดประสบการณ์ใหม่ ๆ หรือองค์ความรู้ต่าง ๆ ที่มีความจำเป็นเกี่ยวกับงานปฏิบัติการพยาบาล

ส่วนการเขียนบันทึกการเรียนรู้เรื่องการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยใช้สมุนไพรไทยของนักศึกษาพยาบาลหลังการจัดการเรียนการสอนผ่านการสะท้อนคิด ด้านประโยชน์ของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ พบว่านอกจากนักศึกษาจะเขียนด้านประโยชน์ของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ผ่านสะท้อนคิดในหัวข้อดังกล่าวข้างต้นแล้ว ยังสามารถเขียนรายละเอียดที่ได้จากประสบการณ์โดยตรงในการขึ้นฝึกปฏิบัติงานครั้งนี้ อาทิเช่น “เคสแรกหนูให้ข้อมูลคุณแม่แม่ไม่ครบ นอกจากสอนเรื่องการดูนมอย่างถูกวิธี การเอาลูกเข้าเต้า ทำอุ้ม หนูบอกแค่สมุนไพรที่เพิ่มการไหลของน้ำนม แต่ไม่ได้บอกเมนูอาหารว่ามีเมนูชนิดไหนบ้างที่ช่วยเพิ่มน้ำนม หนูจึงได้แนะนำคุณแม่แม่ในเคสที่ 2 และเอารูปให้ดูว่ามีสมุนไพรไทยชนิดไหนบ้าง พร้อมตัวอย่างเมนูอาหารหลายอย่าง เช่น ชিং ฟักทอง ใบกะเพรา ใบตำลึง กุ้ยช่าย หัวปลี พริกไทย มะละกอ ให้นำมาทำอาหารพวก ไข่ผัดขิง ผัดกะเพรา ต้มเลือดหมูใส่ใบตำลึง แกงปลาใส่หัวปลี เป็นต้น” แสดงให้เห็นว่านักศึกษาพยาบาลได้มีการคิด ทบทวนจากประสบการณ์ที่ได้รับ ได้ฝึกทักษะการตัดสินใจ เกิดการคิดวิเคราะห์และการแก้ปัญหาที่อาจพบในการฝึกปฏิบัติงานจริงในแหล่งฝึก ซึ่งถือว่ามีความสำคัญต่อการเป็นพยาบาลที่มีความสามารถในการให้การพยาบาลในอนาคต

นอกจากนี้นักศึกษาพยาบาลยังบอกว่า “ได้ค้นคว้าข้อมูลเพิ่มเติมจากอินเทอร์เน็ต จึงนำมาให้คำแนะนำคุณแม่แม่หลังคลอดเรื่องอาหารบำรุงน้ำนม สมุนไพรเพิ่มน้ำนม ได้แก่ ตำลึง ใบกะเพรา ฟักทอง กุ้ยช่าย ใบแมงลัก พริกไทย ชিং มะรุม หัวปลี มะละกอ ให้เอามาทำเป็นอาหารที่ทำได้ง่าย ๆ เช่น ผัดใบกุ้ยช่าย ไข่ผัดขิง ปลาผัดขิง แกงหัวปลี ผัดกะเพรา” “หนูดีใจมากที่อาจารย์ให้ค้นคว้าความรู้ด้านนี้เพิ่ม เพราะยังมีความรู้ไม่มากพอ และคนไข้บอกว่าท้องที่แล้วไม่ได้มีคนแนะนำรายละเอียด แล้วตนเองก็ไม่ทานขิง ทั้งขิงสดและน้ำขิง พอหนูแนะนำเรื่องเมนูอาหาร เช่น แกงเลียง ผัดบวบใส่ไข่ ผัดฟักทอง ไข่ผัดขิง ต้มจิตตำลึง และสมุนไพรหลาย ๆ อย่าง เช่น ใบกระเพรา ใบแมงลัก หัวปลี มะรุม ฟักทอง ตำลึง บวบ และเอารูปให้ดู เขายังขอถ่ายรูปไว้ หนูดีใจมาก ๆ” และ “ก่อนจะให้ความรู้คุณแม่ หนูจะถามก่อนว่าคุณแม่ชอบกินอะไร ไม่ชอบกินอะไร ชอบอาหารสมุนไพรไหม แล้วหนูไปค้นคว้าเมนูอาหาร สมุนไพรพื้นบ้านบำรุงน้ำนมจากเว็บไซต์ นิติสารแม่บ้าน และเอามาแนะนำคุณแม่ แม่ได้แก่ น้ำขิง ไข่ผัดขิง ปลานึ่งใส่ขิง ต้มจิตหมูใส่ใบตำลึง ตำลึงผัดใส่ไข่ มะละกอผัดไข่ ฟักทอง ผัดไข่ ฟักทองนึ่ง” “...เขาอยู่ในสังคมเมือง อาจต้องปรับเปลี่ยนใช้เป็นผลิตภัณฑ์สมุนไพรกระตุ้นการสร้างน้ำนม เช่น เครื่องดื่มผงสกัดจากขิง เพื่อความสะดวกสบาย...” แสดงว่าการเขียนบันทึกสะท้อนคิดเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ ช่วยให้เกิดการพัฒนาในหลาย ๆ ด้าน เช่น การค้นคว้า การคิดวิเคราะห์โดยในระหว่างที่เขียนบันทึกนักศึกษาได้มีโอกาสคิดวิเคราะห์ เกิดการตระหนักรู้ในตนเองเพราะเป็นการเปิดโอกาสให้นักศึกษาได้ทบทวนตัวเองเพื่อประเมินข้อดี ข้อเสีย จากนั้นก็ทำการปรับปรุงหรือพัฒนาตนเอง เพิ่มทักษะการสืบค้นข้อมูล และทักษะการเขียน (Kaewprom et al., 2014)

นักศึกษายังบอกว่า “ภายหลังให้คำแนะนำเรื่องอาหารและสมุนไพรไทยที่ช่วยเพิ่มน้ำนม พอหนูซักถาม แม่ตอบว่า ท้องที่ผ่านมาให้ลูกกินนมแม่แค่ 1-2 เดือน แต่ลูกคนนี้จะตั้งใจให้นมแม่ไปยาว ๆ เลย พอได้ยินแม่ตอบกลับแบบนี้ หนูยิ้มแฉ่งเลย รู้สึกดีใจมาก ๆ ที่แม่ให้ความสำคัญกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่” “แม่บอกว่าท้องที่แล้วไม่มีน้ำนม จึงให้ลูกกินนมแม่ไม่ถึงเดือน หนูจึงให้ความรู้จากที่เรียนมาและเพิ่มเรื่องอาหารกับสมุนไพรไทยที่ช่วยเพิ่มน้ำนม ให้กำลังใจคุณแม่ และบอกว่าไม่ต้องกังวลว่าน้ำนมจะไม่ไหล หากทำตามคำแนะนำน้ำนมก็จะกลับมาไหลดีแน่นอน” แสดงว่าการเขียนสะท้อนคิดจะช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนได้กลับมาคิดทบทวนตนเอง ทั้งความรู้สึก การคิด ทำความเข้าใจ และฝึกฝนปฏิบัติด้วยตนเอง เรียนรู้ปัญหาจากสถานการณ์จริง ค้นหาวิธีการแก้ไขและนำไปปรับปรุงเพื่อให้เกิดการพัฒนาและทำให้เกิดการเรียนรู้มากขึ้น (Wichainate, 2014)

สำหรับด้านอุปสรรคของการเขียนบันทึกการเรียนรู้ นักศึกษาบอกว่า “ตอนแรกเขียนไม่ค่อยได้เลย ไม่นัดการเขียนบรรยาย...” “อาจารย์อธิบายให้ฟัง ช่วยชี้แนะ และให้คำแนะนำเป็นระยะ ทำให้เข้าใจมากขึ้น...” อธิบายได้ว่าครูผู้สอนต้องเป็นผู้ชี้แนะแนวทางการเขียนบันทึก สะท้อนสิ่งที่เห็นจุดอ่อนของการเขียนให้นักศึกษามีการพัฒนาตนเอง จนเกิดกระบวนการตามขั้นตอนของการสะท้อนคิดในที่สุด ผลที่ได้จากการฝึกฝนจะเป็นองค์ความรู้ในตนเองที่นักศึกษานำไปใช้ประโยชน์ต่อไปได้ (Suworawatanakul et al., 2016)

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. อาจารย์ควรนำวิธีการจัดการเรียนรู้ด้วยวิธีการเขียนสะท้อนคิดไปใช้ในรายวิชาอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติการพยาบาล โดยมีการกำหนดประเด็นในการเขียนบันทึกและเกณฑ์การให้คะแนนที่ชัดเจน เพื่อการยืนยันผลการศึกษากับผลของการจัดการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติการสะท้อนคิด
2. อาจารย์ควรนำวิธีการจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิดไปใช้ร่วมกับวิธีการสอนอื่น ๆ เพื่อศึกษาประสิทธิภาพการสอนที่เน้นการพัฒนาทักษะทางปัญญาและพัฒนาองค์ความรู้อันเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาทางด้านการศึกษาต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดในเรื่อง การเปรียบเทียบคุณสมบัติของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง และเรื่องการวิเคราะห์เนื้อหาการเขียนสะท้อนคิดของนักศึกษา จึงควรศึกษาแบบเปรียบเทียบคุณสมบัติของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองว่าไม่มีความแตกต่างกัน และควรมีการวิเคราะห์ข้อมูลจากผู้สอนต่อการสะท้อนคิดจากการเขียนบรรยายโดยนักศึกษา เพื่อให้เห็นผลของการจัดการเรียนการสอนที่ชัดเจนยิ่งขึ้น
2. ศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติการสะท้อนคิดต่อพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลในรายวิชาภาคปฏิบัติวิชาอื่น ๆ เพื่อพัฒนาองค์ความรู้ที่สามารถนำไปใช้ได้อย่างกว้างขวางในลักษณะปฏิบัติการพยาบาล
3. ศึกษาผลของการจัดการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติการสะท้อนคิดต่อพฤติกรรมการสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาลในรายวิชาภาคทฤษฎี เพื่อเป็นการเชื่อมโยงความรู้จากทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติการพยาบาล และสามารถนำไปใช้ในอนาคตได้

References

- Billings, D. & Kowalski, K. (2006). Journaling: a strategy for developing reflective practitioners. *The journal of Continuing Education in Nursing*, 37(3), 104-106.
- Boontham, A., Yoothavisut, S., Bualuang, T., Kaewprom, C. & Rungruang, K. (2015). Effect of integrated reflective therapeutic communication report on improving nurse student's reflection. *Journal of Phrapokklao Nursing College*, 26(1), 24-34. (in Thai).
- Braine, M. E. (2009). Exploring new nurse teachers' perception and understanding of reflection: an exploratory study. *Nursing Education in practice*. 2009, 9(4), 262-270.
- Chaisa, P. & Janwijit, S. (2020). The effects of reflective thinking skill promoting based learning and instruction on reflective thinking behaviors among nursing students. *Journal of Education Studies*, 48(1), 224-238. (in Thai).
- Chong, M. C. (2009). Is reflectivne practice a useful task for student Nurses. *Asian Nursing Research*, 3(3), 110-120.
- Department of Health. (2022). Ministry of Public Health campaigns to raise breastfeeding, aiming for the year '2025', pushing 50 percent to be exclusive breastfeeding for 6 months. Retrieved (2022, January 20) from <https://www.prd.go.th/th/content/category/detail/id/9/iid/34094> (in Thai).
- Epp, S. (2008). The value of reflective journaling in undergraduate nursing education: a literature review. *International Journal of Nursing Studies*, 45(9), 1379-1388.
- Farrah, M. (2012). Reflective journal writing as effective technique in the writing process. *An-Najah University Journal for Research – Humanities*, 26(4), 997-1025.
- Gibbs, G. (1988). *Learning by doing: A guide to teaching learning methods*. Oxford Brookes University.
- Kember, D., Leung, D., Jones, A., et al., (2012). Development of questionnaire to measure the level of reflective thinking. *Assessment & Evaluation in Higher Education*. 2000, 25(4), 380-395.
- Kaewprom, C. (2013). The developing reflective skills of nursing students by writing learning in teaching and counseling courses. *Journal of Phrapokklao Nursing College*, 24(2), 12-20. (in Thai).
- Kaewprom, C., Boontham, A., Pratoom, L., & Yuthavisut, S. (2014). Peregptions of nurse students towards reflective journal. *Journal of Nursing and Education*, 7(3), 101 – 112.
- Khumtorn, L., Suppasri, J., & Akarasuwankun. (2017). Nursing care of persons with psychiatric problems: the development of a practicum course to promote reflection skills among

- nursing students. The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health, 4(1), 15-27. (in Thai).
- Kunaviktikul, W. (2015). Teaching and learning in the discipline of nursing in the 21st century. Nursing Journal, 42(2), 152-156. (in Thai).
- Phligbua, W. (2013). Reflection faculty of nursing Mahidol University. Retrieved (2021, May 26) from https://ns.mahidol.ac.th/english/th/departments/MN/th/km/56/km_reflection.html. (in Thai).
- Phormpayak, D., Sattayawong, W., Rattana-Umpa, J., Hamtanon, P. & Rungkavat, V. (2019). The effects of using simulation based learning and reflective thinking skill promoting on nursing students' reflective thinking behavior and clinical decision-making abilities. The Journal of Baromarajonani College of Nursing, Nakhonratchasima, 25(2), 57-71. (in Thai).
- Pornsima, D. (2016). Thai teachers 4.0. Matichon online. Retrieved (2021, February 21) from https://www.matichon.co.th/columnists/news_345042 (in Thai).
- Sangyenphan, C., Photisuvan, C. & Saisophon, P. (2019). The development of learning activities to enhance reflective thinking using reflective journal writing. Dusit Thani College Journal, 13(3), 393-408. (in Thai).
- Sinsawad, P. (2019). Effects of learning through reflective practices on reflective behaviors of nursing students. Journal of Nursing, Siam University, 20(39), 88-98. (in Thai).
- Sinthuchai, S., Dejpituksirikul, S., & Yoksuriyan, P. (2018). Reflective practice in nursing education. Journal of The Royal Thai Army Nurses, 19(2), 15-23. (in Thai).
- Suworawatanakul, W., Nartchamnong, S. & Leaungsomnapa, Y. (2016). 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, 27(1), 61-71. (in Thai).
- Wichainate, K. (2014). Reflective thinking: teaching students to develop critical thinking in nursing practice. Journal of The Police Nurse, 6(2), 188-199. (in Thai).
- Wisanskoonwong, P., Fahy, K. & Hastie, C. (2011). Reflections on the practice of facilitating group-based antenatal education: Should a midwife wear a uniform in the hospital setting. International journal of Nursing Practice, 17(6), 628-635.