

การประยุกต์ใช้การปฏิบัติการสะท้อน ในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาล*

An Application of Reflective Practice to Nursing Practicum

อรุณี ไชยฤทธิ์¹ และวิมล จังสมบัติศิริ²

Arunee Chaiyarit¹ and Wimol Jangsombatsiri²

¹วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี พระพุทธบาท

Boromarajonani College of Nursing, Praputhabath, Thailand.

²โรงพยาบาลชลบุรี

Chonburi Hospital

69 Sukhumvit Road, Baan Suan Muang, Chonburi 20000, Thailand.

¹Corresponding Author. Email: achaiyarit@yahoo.com

Doi : 10.14456/jmcupeace.2017.100



บทคัดย่อ

การปฏิบัติการสะท้อนเป็นกระบวนการสำคัญที่ส่งเสริมให้นักศึกษาพยาบาลมีการเติบโตในเชิงวิชาชีพให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ในการดูแลผู้ป่วยได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งการดูแลผู้ป่วยที่ตั้นนั้นนักศึกษาพยาบาลจะต้องรับรู้เกี่ยวกับตนเอง ผู้ป่วย ครอบครัวและสิ่งแวดล้อม เพื่อส่งเสริมให้มีการวางแผนการดูแลที่สอดคล้องกับปัญหาของผู้ป่วย มีความรอบคอบและพิจารณาปัญหาอย่างมีสติลึกซึ้ง และมีความเข้าใจผู้อื่น โดยมีจิตใจความเป็นมนุษย์มากขึ้น รับรู้ความหมายของสิ่งที่ปฏิบัติต่อผู้อื่นมากขึ้น ส่งผลให้เข้าใจถึงพฤติกรรมของผู้ป่วยที่ตอบสนองต่อความเจ็บป่วย เนื่องจากทุกพฤติกรรมที่ผู้ป่วยแสดงออกนั้นมีความหมายและมีผลต่อการรักษาพยาบาล ซึ่งการคิดพิจารณาอย่างลึกซึ้งและการปฏิบัติการสะท้อนประสบการณ์ที่นักศึกษาเรียนรู้ออกมาจะช่วยให้สามารถวิเคราะห์ปัญหาและวางแผนการดูแลผู้ป่วยได้อย่างเหมาะสมเพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยมีสุขภาพที่ดีขึ้น

บทความนี้ได้นำเสนอประเด็นที่เกี่ยวข้องได้แก่ ความสำคัญของการปฏิบัติการสะท้อน การปฏิบัติการสะท้อนกับการฝึกปฏิบัติทางการพยาบาล เทคนิคสำคัญสำหรับผู้เรียนปฏิบัติการสะท้อนและสรุปเพื่อเป็นแนวทางในการค้นคว้าสำหรับผู้สนใจต่อไป

คำสำคัญ: การประยุกต์; การปฏิบัติการสะท้อน; นักศึกษาพยาบาล

Abstract

Reflective practice is a significant procedure to promote nursing professional development and to enhance levels of quality care in nursing students. With respect to the process of reflective practice, self-perception of nursing students can help these students to provide effectiveness in caring for patients. Additionally, nursing students should know about patients, families and their environment. Nursing students can use these data to plan for effective care to the patient. Self-perception of nursing students leads these students to have mindfulness. Furthermore, these students can consider all aspects of patient problems. Also, nursing students can have humanistic care for the patient. In Addition, nursing students should understand the behavior of the patient because all patient behaviors have the meaning and these behaviors represent for response of the patient to illness and affect to treatment and care. Mindfulness and deeply consideration to reflect experience of nursing students can help these students to analyze and plan for caring to the patient that can improve the patient health status.

This paper focuses on the significant of reflective practice, the use of reflective practice in nursing practicum, technique of reflective practice for nursing students, and summarization for interested person for further searching.

Keyword: Application; Reflective Practice; Nursing Student

บทนำ

การผลิตบัณฑิตพยาบาลที่มีคุณภาพนั้นต้องผ่านกระบวนการเรียนการสอนที่ประกอบด้วยการเรียนรู้ในภาคทฤษฎีและปฏิบัติ โดยการปูพื้นฐานตั้งแต่การศึกษาทั่วไปจนถึงการศึกษาเชิงวิชาชีพการพยาบาลเพื่อให้ นักศึกษาพยาบาลมีความรู้ที่พร้อมในการนำไปสู่การปฏิบัติการพยาบาลที่มีคุณภาพที่ส่งมอบแก่ผู้ป่วย (Bandasak et al., 2016) การฝึกปฏิบัติที่ห่อหุ้มเป็นประสบการณ์การเรียนรู้ในเชิงวิชาชีพของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งปัญหาสำคัญที่บั่นทอนของการฝึกภาคปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลนั้นคือ ไม่สามารถนำความรู้ที่ได้จากการเรียนรู้ภาคทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติได้จริง ไม่สามารถดูแลผู้ป่วยได้สอดคล้องกับปัญหาที่แท้จริงของผู้ป่วย ดังนั้นผู้สอนจึงต้องใช้วิธีการสอนที่ทำให้ นักศึกษาสามารถประยุกต์ใช้ความรู้ในการดูแลผู้ป่วยได้ในสถานการณ์จริงที่ห่อหุ้ม เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับบริการที่มีคุณภาพและส่งผลให้ผู้ป่วยหรือทุเลาจากอาการที่เป็นอยู่ ซึ่งวิธีการที่สำคัญในการแก้ไขปัญหานี้ได้แก่ การปฏิบัติการสะท้อน (Reflective practice) นั้นเป็นเทคนิคพื้นฐานสำคัญสำหรับพยาบาลในการดูแลผู้ป่วย (Oelofsen, 2012; Thiamwong et al., 2014)

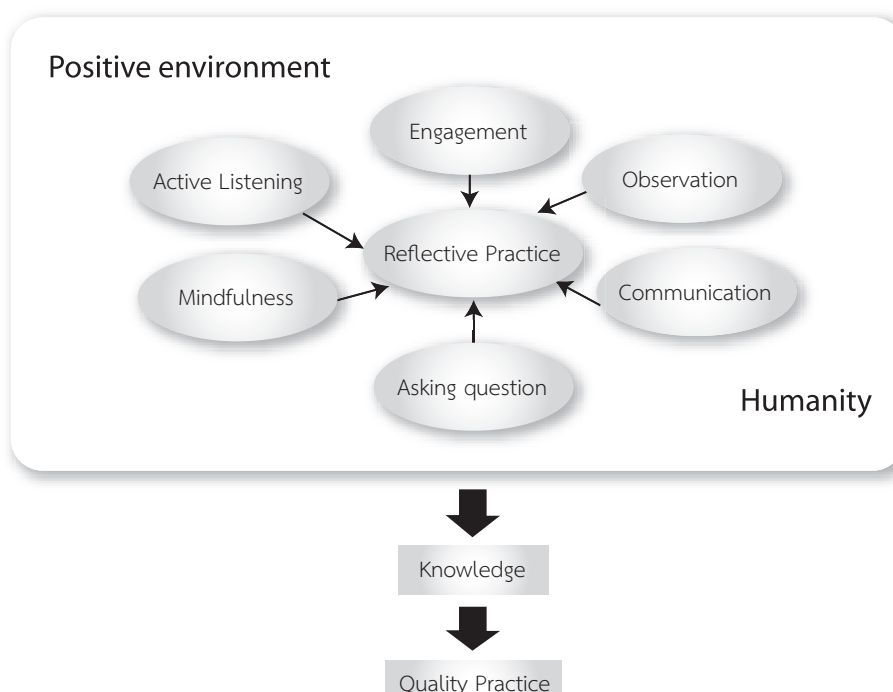
จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่ผ่านมาชี้ให้เห็นถึงความหมายของการปฏิบัติการสะท้อนในหลายประเด็นได้แก่ การปฏิบัติการสะท้อน (Reflective practice) หมายถึง การสำรวจความคิดและการกระทำของตนเองอย่างลึกซึ้งครบถ้วนในทุกมุมมอง (Sherwood & Horton-Deutsch, 2014) นอกจากนี้ยังมีความหมายของการสะท้อนในประเด็นอื่นๆ อีกได้แก่ การพิจารณาเหตุการณ์ต่างๆ จากมุมมองที่แตกต่าง การเรียนรู้จากประสบการณ์ การเรียนรู้ตนเองอย่างมีเป้าหมาย การค้นหาความจริงจากภายในตัวตนของเรา การใช้แรงผลักดันภายในของบุคคล (Oelofsen, 2012; Schon, 1987) จากความหมายต่างๆ ที่กล่าวมานั้น ส่วนใหญ่การปฏิบัติการสะท้อนเริ่มจากการมองประสบการณ์ที่ตนเองต้องการเรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายที่วางไว้ ซึ่งการสะท้อนนั้นสามารถนำมาใช้ได้ทั้งต่อตนเองในการเรียนรู้สิ่งต่างๆ ในวิชาการศึกษาทั่วไปและวิชาชีพพยาบาล สำหรับในเชิงวิชาชีพพยาบาลนั้น การปฏิบัติการสะท้อนนั้นมุ่งเน้นที่ตนเอง เพื่อนร่วมงาน ผู้ป่วย ครอบครัว ชุมชนและสิ่งแวดล้อม

เมื่อทบทวนบทความต่างๆ ทั้งในและต่างประเทศ จะเห็นคำที่เกี่ยวข้อง 2 คำ ได้แก่ การสะท้อนคิด (reflective thinking) และ การปฏิบัติการสะท้อน (reflective practice) ซึ่งถูกใช้สลับกันไปมา (Sherwood & Horton-Deutsch, 2015; Thiamwong, Sonpaveerawong, McManus, & Suwanno, 2014; Treenai, 2014) สำหรับในบทความนี้ผู้เขียนใช้คำว่าปฏิบัติการสะท้อนเนื่องจากมีความหมายตรงกับสถานการณ์ที่ศึกษา

ในบทความนี้ได้ประยุกต์ใช้แนวคิดการปฏิบัติการสะท้อนในการฝึกภาคปฏิบัติวิชาการพยาบาล บุคคลที่มีปัญหาสุขภาพ 1 ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 2 ซึ่งควรมีใช้เทคนิคการปฏิบัติการสะท้อนทั้งในเชิงความคิด การรับรู้ และประสบการณ์ต่างๆ ที่ได้รับการฝึกปฏิบัติการพยาบาลเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์การเรียนรู้ต่อไป

การปฏิบัติการสะท้อน (Reflective practice)

ในการดำเนินชีวิตประจำวันและการทำงานมีการใช้เทคนิคการสะท้อนเพื่อให้กิจกรรมหรืองานที่กระทำอยู่ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ได้มีการนำเทคนิคการสะท้อนมาใช้ในการศึกษาของหลายสาขาวิชาชีพเพื่อให้นักศึกษาได้ผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ตามเป้าหมายในการเรียนการสอน (Sherwood & Horton-Deutsch, 2015) สำหรับการใช้เทคนิคสะท้อนในวงการศึกษพบว่า Schon (1987) ได้ประยุกต์ใช้การสะท้อนเป็นเครื่องมือในการเรียนรู้จากประสบการณ์ โดยพิจารณาอย่างรอบคอบ ระมัดระวังและเข้าใจในความเชื่อ หรือความรู้ภายใต้บริบทของเหตุการณ์นั้นๆ การประยุกต์ใช้การสะท้อนทางการพยาบาลมีการนำมาใช้ทั้งในอังกฤษ อเมริกา และออสเตรเลีย ซึ่งมุมมองการสะท้อนในปัจจุบันกล่าวได้ว่าเป็นความสามารถในการเข้าถึง การสร้างความรู้สึกของการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์การทำงานให้บรรลุผลการปฏิบัติที่พึงปรารถนา มีประสิทธิภาพและพึงพอใจ การสะท้อนขณะทำงานเพื่อให้มีการปรับปรุงวิธีการทำงานให้ดีขึ้นนั้นมีเป้าหมายคือ การเชื่อมโยงการเรียนรู้ทั้งในภาคทฤษฎีและการปฏิบัติ เกี่ยวกับเทคนิคการเรียนรู้และประสบการณ์และบูรณาการทั้งสองสิ่งเข้าด้วยกันเพื่อให้บรรลุเป้าหมายสูงสุดของการเรียนรู้



แผนภาพที่ 1 การเรียนรู้โดยใช้ การปฏิบัติการสะท้อน (Reflective practice)

การเรียนรู้โดยวิธีปฏิบัติการสะท้อน (Reflective practice) (แผนภาพที่ 1) เป็นการเรียนรู้ที่มีความสัมพันธ์กันของวิธีการเรียนรู้ต่างๆ โดยเน้นการมีส่วนร่วม (Engagement) ของผู้เรียน ผู้สอนและบุคคลต่างๆ ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง และโดยการเรียนรู้อย่างมีสติ (Mindfulness) ทั้งของผู้เรียนและผู้สอน การใช้สติพิจารณาใคร่ครวญปัญหาหรือสถานการณ์ที่เรียนรู้ในหลายมุมมอง โดยใช้ทักษะของการสังเกต (Observation) อย่างรอบคอบ การสื่อสาร (communication) ในหลายช่องทางและการฟังอย่างมีประสิทธิภาพ (Active listening) โดยผู้สอนไม่ตำหนิ หรือตัดสินผู้เรียน ผู้สอนมีหน้าที่ในการใช้คำถามกระตุ้น (Asking question) ไม่เน้นการตอบคำถามหรือเฉลยคำตอบให้ผู้เรียนแต่กระตุ้นให้ผู้เรียนคิดหาคำตอบด้วยตนเอง และผู้สอนต้องสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ให้เปิดกว้าง ผ่อนคลายและปลอดภัย (Positive learning environment) เพื่อให้ผู้เรียนได้รับรู้สิ่งที่กำลังศึกษา การรับรู้ความรู้สึกและอารมณ์ของผู้เรียน โดยเน้นจิตใจความเป็นมนุษย์ (Humanity) ทั้งของผู้เรียนและผู้สอน สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการเรียนรู้แบบสะท้อนนั้นประกอบด้วย กรณีศึกษา (Unfolding case study), รูปภาพ หรือสถานการณ์จริงหรือสถานการณ์จำลอง ซึ่งการประยุกต์ใช้การสะท้อนในการเรียนการสอนพยาบาลนั้นสามารถใช้ได้กับนักศึกษาในทุกชั้นปี โดยมีเป้าหมายของการเรียนรู้คือ ผู้เรียนสามารถนำความรู้ (Knowledge) ที่ได้ไปสู่การปฏิบัติ (Practice) ที่มีคุณภาพ (Sherwood & Horton-Deutsch, 2015)

ปฏิบัติการสะท้อนกับการฝึกปฏิบัติทางการพยาบาล

การเรียนรู้ทางการพยาบาลนั้นต้องมีความเชื่อมโยงของเนื้อหากับประสบการณ์ที่ได้จากการฝึกปฏิบัติอย่างต่อเนื่องทั้งก่อนฝึกปฏิบัติ ขณะฝึกปฏิบัติและหลังฝึกปฏิบัติการพยาบาลเพื่อพัฒนาความรู้และความเชี่ยวชาญด้านสุขภาพจากประสบการณ์การทำงาน (Kaewprom, Bootum, Pratum, & Yuthavisut, 2014) ซึ่งการปฏิบัติสะท้อนอย่างเป็นระบบของผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งหมดเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของ ผู้ป่วย ญาติ นักศึกษาพยาบาล ทีมพยาบาลและวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง เป็นการส่งผ่านประสบการณ์ของผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการดูแลผู้ป่วยทุกคน โดยวัตถุประสงค์สำคัญของการสะท้อนคือการมองอย่างลึกซึ้งในแต่ละสถานการณ์และมองในหลายมุมมองเพื่อพยายามค้นหาประเด็นที่ขาดหายไป หรือสิ่งที่ถูกมองข้ามไปจากประสบการณ์นั้นๆ เพื่อพัฒนาให้เกิดความเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ ความเข้าใจของนักศึกษาพยาบาล ผู้ป่วย ครอบครัวและผู้ที่เกี่ยวข้อง และมีการพัฒนาปรับปรุงการให้บริการดูแลผู้ป่วยที่ดีขึ้นและเหมาะสมมากขึ้น

จากปัญหาการฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาในรายวิชาฝึกปฏิบัติการพยาบาลผู้ป่วยที่มีปัญหาสุขภาพ 1 ของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 2 ซึ่งเป็นการฝึกปฏิบัติการให้การพยาบาลผู้ป่วยวิชาวินิจฉัย ของนักศึกษาพยาบาล พบปัญหว่านักศึกษาขาดความมั่นใจ ไม่รู้ว่าจะตนเองจะเริ่มดูแลผู้ป่วยจากส่วนไหนก่อน ส่งผลให้นักศึกษาไม่สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยที่ได้รับมอบหมาย ดังนั้นการจะพัฒนาขีดความสามารถของนักศึกษาโดยใช้เทคนิคปฏิบัติการสะท้อน ให้สามารถใช้ความรู้จากทฤษฎีในการดูแล

ผู้ป่วยได้นั้นนักศึกษาจะต้องการปฏิบัติการสะท้อนตนเองให้เข้าใจแล้วนักศึกษาจึงจะสามารถปฏิบัติการสะท้อนประสบการณ์การดูแลผู้ป่วยเพื่อการเรียนรู้และเติบโตในเชิงวิชาชีพพยาบาล โดยรายละเอียดการปฏิบัติการสะท้อนตนเองของนักศึกษามีดังนี้

การปฏิบัติการสะท้อนประสบการณ์ตนเอง

โดยพื้นฐานนั้นนักศึกษาแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับลักษณะส่วนบุคคล ประสบการณ์ ครอบครัว สังคมและสิ่งแวดล้อม (Pansawat, 2016) ที่หล่อหลอมนักศึกษามาตั้งแต่กำเนิด และมาเมื่อนักศึกษาเข้าสู่การเรียนการสอนในวิชาชีพพยาบาลซึ่งเป็นวิชาชีพที่มีลักษณะเฉพาะและองค์ความรู้ของสาขาวิชาชีพที่แตกต่างจากความรู้พื้นฐานที่นักศึกษาได้เรียนรู้มาก่อน ดังนั้นการรับรู้ของนักศึกษาเกี่ยวกับความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับวิชาชีพพยาบาลจึงมีความแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับลักษณะและพื้นฐานของนักศึกษาแต่ละคน แต่อย่างไรก็ตามการเรียนการสอนพยาบาลนั้นมุ่งเน้นให้นักศึกษามีคุณลักษณะ 6 ด้าน ได้แก่ คุณธรรมและจริยธรรม ความรู้ ปัญญา ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ ตัวเลข การสื่อสารและเทคโนโลยี และทักษะปฏิบัติเชิงวิชาชีพ ซึ่งทักษะด้านความรู้ เป็นทักษะที่นักศึกษาต้องได้รับและสามารถนำไปปฏิบัติให้การดูแลผู้รับบริการอย่างมีคุณภาพ จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง การที่จะสนับสนุนการเรียนรู้ให้นักศึกษาสามารถเรียนรู้และนำไปสู่การปฏิบัติได้จริงนั้น ผู้สอนและนักศึกษาต้องมียุทธศาสตร์การเรียนรู้เดียวกันและทำงานร่วมกันเพื่อพัฒนาวิธีการเรียนรู้ให้บรรลุเป้าหมาย

กระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนต้องเข้าใจตนเองก่อนว่าตนเองต้องการเรียนรู้อะไร โดยทั่วไปมักพบว่าผู้เรียนมักมาเรียนตามตารางเวลาที่กำหนด โดยไม่ทราบเหตุผลว่าการที่ตนเองเข้ามาเรียนเพื่ออะไร เมื่อเรียนแล้วจะได้ความรู้อะไร และสุดท้ายไม่ทราบว่าความรู้ที่ได้จะเอาไปใช้ทำอะไรเมื่อตนเองต้องให้การดูแลผู้ป่วยในสถานการณ์จริงในวิชาชีพภาคปฏิบัติการพยาบาล จากรูปแบบการเรียนรู้ของผู้เรียนดังที่กล่าวมาจึงไม่แปลกเลยที่มักพบว่า อาจารย์ผู้สอนหลายๆ ท่านมีประสบการณ์ที่นักศึกษาเมื่อขึ้นปฏิบัติงานที่หอผู้ป่วยหรือหน่วยบริการต่างๆ ดูแลผู้ป่วยไม่ได้ วางแผนการพยาบาลไม่สอดคล้องกับปัญหาผู้ป่วยและไม่ได้ลงมือปฏิบัติการพยาบาลที่สำคัญให้แก่ผู้ป่วย จากปัญหานี้เมื่อนำมาสะท้อนคิดจะพบว่ามีปัจจัยหลายๆ อย่างที่ทำให้เกิดปัญหานักศึกษาไม่สามารถดูแลผู้ป่วยได้จริง ทั้งๆ ที่สถานศึกษาพยาบาลได้พยายามสอนนักศึกษาโดยใช้เทคนิคที่หลากหลายเพื่อให้ผลการเรียนรู้สามารถนำไปสู่การปฏิบัติได้จริง แต่ยังพบว่านักศึกษามีปัญหาในการตัดสินใจวางแผนดูแลผู้ป่วย ซึ่งปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้แก่ นักศึกษาไม่เข้าใจตนเองและผู้อื่นจึงทำให้ไม่สามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้

ในการฝึกปฏิบัติการสะท้อนนักศึกษานั้นจะต้องสะท้อนการรับรู้และความคาดหวังของตนเองต่อการฝึกปฏิบัติในรายวิชาที่กำหนด โดยการสะท้อนเพื่อรับรู้ตนเองของนักศึกษาสามารถดำเนินการโดยตนเองหรือผู้สอนเป็นผู้ดำเนินการสะท้อนให้ก็ได้ การปฏิบัติการสะท้อนมีวิธีดำเนินการโดยใช้คำถามหรือวิธีการสนทนากลุ่มให้นักศึกษาสะท้อนความรู้สึกของตนเองออกมา ซึ่งจะช่วยให้นักศึกษาทำความเข้าใจเป้าหมายและความคาดหวังของตนเองต่อการเรียนรู้ จากผลการสะท้อนความคิดดังกล่าวจะเป็นข้อมูลให้นักศึกษา

สามารถวางแผนงานในการฝึกปฏิบัติของตนเองเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ตนเองได้สะท้อนไว้ตั้งแต่

ก่อนฝึกปฏิบัติงาน ซึ่งกระบวนการสะท้อนประสบการณ์และความคิดของนักศึกษานั้นสามารถทำได้ตั้งแต่

ก่อนฝึกปฏิบัติ ขณะปฏิบัติและหลังปฏิบัติงานขึ้นอยู่กับปัญหาของการฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการปฏิบัติการสะท้อน

การที่ผู้เรียนจะรู้จักและเข้าใจตนเองนั้น จะต้องผ่านกระบวนการสะท้อนความคิดและประสบการณ์ตนเองออกมา ซึ่งกิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ นั้น ประกอบด้วย ดนตรี เพลง การนั่งสมาธิ การเขียน และการถามโดยใช้คำถามสะท้อน เป็นต้น ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ผู้สอนสามารถแทรกเข้าไปในการเรียนการสอนทำให้การเรียนการสอนมีคุณภาพมาก การฝึกปฏิบัติสะท้อน (Reflective practice) ในช่วงแรกนั้น ผู้ปฏิบัติจำเป็นต้องใช้เครื่องมือได้แก่ Framework, instruction, structure และ guideline ในการดำเนินการสะท้อนประสบการณ์ แต่ต่อมาเมื่อมีการใช้อย่างชำนาญแล้วก็ไม่จำเป็นต้องใช้อีกต่อไปสามารถดำเนินการสะท้อนได้อย่างเป็นธรรมชาติ การสะท้อนเป็นวิธีการที่ทำให้ผู้สะท้อนและผู้ที่ถูกสะท้อนอยู่กับความเป็นปัจจุบันมากที่สุด ซึ่งการดูแลผู้ป่วยนั้นเป็นการกระตุ้นให้ผู้ป่วยแก้ปัญหาด้วยตนเอง ไม่ใช่พยาบาลเข้าไปแก้ปัญหาให้ ซึ่งหมายความว่า เป็นการร่วมกันดูแลสุขภาพของผู้ป่วยไม่ใช่ดูแลผู้ป่วยโดยที่ผู้ป่วยไม่มีส่วนร่วมในการดูแลตนเองซึ่งจะไม่เกิดผลดีต่อสุขภาพของผู้ป่วยได้

บทบาทของครูผู้สอนปฏิบัติการสะท้อน

การสอนนักศึกษาพยาบาลให้สามารถให้การดูแลผู้ป่วยให้ได้ผลดีนั้นอาจารย์พยาบาลจะต้องเตรียมความพร้อมของตนเองก่อน ซึ่งการเตรียมความพร้อมของอาจารย์พยาบาลนั้นประกอบด้วย การเตรียมความพร้อมในฐานะ วิชาชีพ (Professional), ครู (educator) และ บุคคล (person) ซึ่งแต่ละบทบาทนั้นมีความสำคัญ สัมพันธ์กันและแยกออกจากกันไม่ได้ อาจารย์ผู้สอนจะต้องใช้ความสามารถในการดึงบทบาทต่างๆ ออกมาใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมในการเรียนการสอน

บทบาทสำคัญของอาจารย์พยาบาลนั้น บทบาทของผู้ส่งเสริมสนับสนุน (Facilitator) ในการสนทนากลุ่ม ประชุมหรืออภิปราย โดยนักเรียนทุกคนมีส่วนร่วมอย่างเท่าเทียมกันในการแสดงความคิดเห็น ไม่ตำหนิหรือติตราผู้เรียน สร้างสิ่งแวดล้อมที่เป็นเชิงสร้างสรรค์ในการเรียนรู้เพื่อให้นักเรียนสามารถสะท้อนความรู้สึกรของตนเองออกมาได้มากที่สุดและไม่ขัดจังหวะทำให้มีความต่อเนื่องในการเรียนรู้ ดังที่กล่าวมาข้างต้นแล้วว่า การสะท้อนเป็นวิธีการที่ทำให้ผู้สะท้อนอยู่กับปัจจุบันและทราบถึงสิ่งที่ยังขาดหายไป และสามารถทำให้เกิดความแตกต่างในการสอนหรือดูแลนักศึกษาได้ การจะเป็นผู้สะท้อนที่ดีจะต้องเป็นผู้ฟังที่ดีด้วย (Active listening) ซึ่งการเป็นผู้ฟังที่ดีมีการฝึกโดยการฟังอย่างตั้งใจโดยไม่ขัดและรับข้อมูลอย่างสนใจและ

แสดงการรับรู้ใส่ใจในการสนทนา การหยุดฟังจะส่งผลให้ผู้ฟังได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์และรับรู้ถึงอารมณ์และความรู้สึกของผู้ที่สนทนาด้วย ดังนั้นผู้เรียนจะต้องได้แนวคิดในการมองสิ่งใดทุกครั้งที่ การมองอะไรต้องมองให้ลึกซึ้งตั้งแต่ภายนอก ถึงแก่นแท้ภายใน รวมถึงสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่อยู่รอบล้อมรอบ จึงจะทำให้เข้าใจถึงธรรมชาติของสิ่งที่ตนเองพิจารณาอยู่จะช่วยให้การฝึกปฏิบัติการสะท้อนได้ผลดียิ่งขึ้น ทำให้เข้าใจตนเอง ผู้ป่วยและสิ่งแวดล้อมอื่นๆ ทำให้สามารถนำไปใช้ในการฝึกภาคปฏิบัติการพยาบาลผู้ป่วยได้อย่างเหมาะสมกับปัญหาของผู้ป่วย

การประยุกต์ใช้ปฏิบัติการสะท้อนในการฝึกภาคปฏิบัติการศึกษาพยาบาล

การปฏิบัติการสะท้อนนั้นไม่จำเป็นที่จะต้องทำเมื่อเกิดปัญหาเท่านั้น บุคคลสามารถประยุกต์ใช้ปฏิบัติการสะท้อนได้ตลอดเวลา เมื่อพบกับสิ่งใดก็ตามที่เข้ามาในชีวิต การฝึกสะท้อนบ่อยๆ จะช่วยให้มีความคิดที่เชื่อมโยง แดกแขนงความคิด เพื่อให้เข้าใจสาเหตุและผลของเหตุการณ์ต่างๆ ได้ การสะท้อนจะช่วยให้ประสบการณ์ต่างๆ ที่ไม่เคยสนใจมาก่อนในชีวิตจะทำให้ผู้สะท้อนได้เห็นมุมมองใหม่ๆ ที่ตนเองเคยละเลยไม่เห็นความสำคัญและได้แนวทางในการจัดการสิ่งต่างๆ เพิ่มมากขึ้น ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างหนึ่งของปฏิบัติการสะท้อน กระบวนการปฏิบัติการสะท้อนของนักศึกษาพยาบาลนั้นเริ่มต้นจากการคิดอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต ซึ่งปฏิบัติการสะท้อนในระยะแรกนั้น ผู้สะท้อนอาจปฏิบัติด้วยตนเอง แต่สำหรับผู้ที่ย้อนประสบการณ์ในการสะท้อนอาจมีผู้ช่วยในการกระตุ้นให้เกิดการสะท้อนประสบการณ์ที่พบหรือการเรียนรู้ออกมา

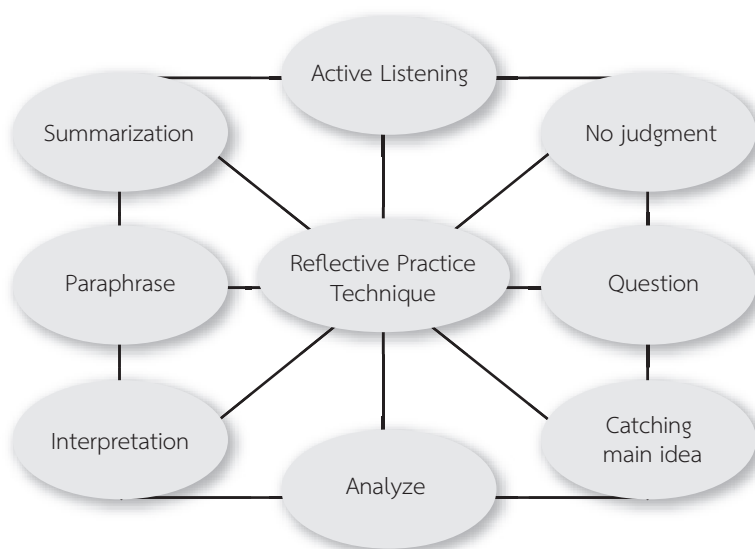
ปฏิบัติการสะท้อนประสบการณ์ที่ได้ผลดีนั้นจะต้องส่งผลให้เกิดความเติบโตในเชิงความคิด ความรู้ และประสบการณ์ และสามารถนำสิ่งที่สะท้อนคิดไปปฏิบัติการแก้ปัญหาได้จริง (Treenai, 2014) จากการฝึกปฏิบัติการสะท้อนในนักศึกษาที่ขึ้นฝึกปฏิบัติในหอผู้ป่วยในรายวิชาการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาสุขภาพ 1 พบว่า การใช้เทคนิคการสะท้อนที่ได้ผลต้องมีการเตรียมตัวและการปฏิบัติทั้งผู้สอนและผู้เรียน เพื่อให้ปฏิบัติการสะท้อนได้ผลลัพธ์ที่ตั้งเป้าหมายไว้ ผู้สอนหรืออาจารย์ต้องมีการเตรียมตัวโดยการกำหนดวัตถุประสงค์ของการสะท้อน ศึกษาวิธีการสะท้อนที่เหมาะสมกับผู้เรียน และสร้างบรรยากาศการสะท้อนเชิงสร้างสรรค์เพื่อให้ผู้เรียนรู้สึกปลอดภัยและมั่นใจในการสะท้อนความรู้สึกตนเองออกมา และนอกจากนี้เทคนิคสำคัญที่ผู้สอนต้องคำนึงถึงได้แก่ เทคนิคในการปฏิบัติการสะท้อนของผู้สอนและผู้เรียน (Sherwood & Horton-Deutsch, 2014; 20015)

เทคนิคสำคัญของครูผู้สอนปฏิบัติการสะท้อน

การสอนโดยใช้ปฏิบัติการสะท้อนนั้นต้องใช้วิธีการเทคนิคในการสอนซึ่งจะช่วยให้การเรียนการสอนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ (แผนภาพที่ 2) ซึ่งเทคนิคสำคัญของการปฏิบัติการสะท้อนประกอบด้วย

1. การฟังอย่างตั้งใจ (Active listening) เป็นการฟังโดยไม่ขัดจังหวะการปฏิบัติสะท้อนของผู้เรียน การฝึกนักศึกษาในการฟังอย่างตั้งใจพบว่าประสบผลสำเร็จ ทำให้ผู้พูดสามารถพูดได้มากขึ้น ผู้ฟังสามารถฟังได้ข้อมูลมากขึ้น นักศึกษาได้ตระหนักถึงการฟังอย่างอดทน ไม่พูดขัดแย้ง ที่อยากพูด ซึ่งนักศึกษาได้กล่าวภายหลังการฝึกปฏิบัติการสะท้อนว่าเป็นสิ่งที่ตนเองไม่เคยคิดมาก่อนว่าพฤติกรรมกรฟังของตนเองนั้นขัดจังหวะผู้พูด ทำให้ผู้พูดไม่สามารถพูดเกี่ยวกับข้อมูลที่มีประโยชน์ในการดูแลรักษาออกมา ส่งผลให้ไม่ทราบปัญหาที่แท้จริงของผู้ป่วยได้

2. การไม่ตัดสิน (No judgment) อุปสรรคในการเก็บข้อมูลหรือการค้นหาค้นหาปัญหาของผู้ป่วยที่พบบ่อยเกิดจากการตัดสินหรือด่วนสรุปปัญหาหรือความต้องการของผู้ป่วยไปก่อนทั้งๆ ที่ยังได้ข้อมูลจากผู้ป่วยไม่สมบูรณ์ทำให้การตัดสินใจผิดพลาด นำไปสู่การวางแผนการดูแลที่ไม่เหมาะสมและไม่แก้ไขปัญหาของผู้ป่วยจากการฝึกปฏิบัติพบว่านักศึกษาด่วนสรุปปัญหาของผู้ป่วยโดยใช้ประสบการณ์ของตนเองโดยไม่ได้อยู่บนพื้นฐานของข้อมูลที่แท้จริงของผู้ป่วย ดังนั้นการรับฟังนักศึกษา ผู้ป่วยและผู้ที่เกี่ยวข้องโดยไม่ด่วนสรุปจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ต้องคำนึงถึง



แผนภาพที่ 2 เทคนิคสำคัญของการสอนโดยใช้ Reflective Practice

3. การตั้งคำถามกระตุ้น (Question) การตั้งคำถามเป็นกระบวนการที่ทำให้ได้ข้อมูลครบถ้วน ดังนั้นการฝึกถามคำถามเป็นสิ่งสำคัญมาก จากการฝึกปฏิบัติสะท้อนพบว่ามีปัญหาที่นักศึกษา มักใช้คำถามปลายปิดจึงทำให้จำกัดคำตอบและไม่ได้ข้อมูลในรายละเอียดที่ผู้ป่วยต้องการสื่อสารกับผู้ให้บริการสุขภาพ ผู้สอนต้องฝึกผู้เรียนในการตั้งคำถามที่ดีต้องประกอบด้วยข้อคำถามที่ชัดเจนไม่วกวน สับสน ตรงประเด็นที่ต้องการถามหรือตรงวัตถุประสงค์ที่ต้องการถาม การใช้คำถามต้องต้องใช้ให้ถูกช่วงของการสะท้อน เช่น คำถามเปิดประเด็น คำถามทวน คำถามเจาะประเด็น คำถามเพื่อหารายละเอียด เป็นต้น ดังนั้นการตั้งคำถามเป็นสิ่งสำคัญและสะท้อนการเรียนรู้ของนักเรียนอย่างมาก

4. การจับใจความ (Catching main idea) เป็นวิธีการในการหาเนื้อหาสำคัญที่ผู้ป่วยหรือผู้ที่สะท้อนประสบการณ์ต้องการสื่อสารให้ผู้ฟังทราบดังนั้นตลอดการสนทนา ผู้ฟังต้องมีความตั้งใจจดจ่อกับเนื้อหาที่สนทนาเพื่อจับใจความที่ฟังหรือสังเกตอยู่

5. การวิเคราะห์ (Analyze) สะท้อนสิ่งที่เกิดขึ้นในส่วนที่เกี่ยวข้องกับผู้ป่วย บุคคลรอบข้างและสิ่งแวดล้อม การวิเคราะห์เป็นกระบวนการที่อาจเกิดขึ้นก่อนปฏิบัติการสะท้อน ขณะทำการสะท้อนหรือหลังปฏิบัติการสะท้อนแล้ว ซึ่งจะช่วยให้การเรียนรู้ที่รอบด้านมากขึ้น

6. การแปลความ (Interpretation) ได้แก่ ความรู้ การตั้งคำถาม การตั้งสมมติฐาน ค่านิยมและความเชื่อ กระบวนการของการแปลความหมายนั้นต้องเป็นพื้นฐานที่เกิดจากการทำงานร่วมกันของผู้สอนและผู้เรียน สำหรับการปฏิบัติงานในคลินิกเป็นการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างผู้ป่วยครอบครัวและผู้ให้บริการสุขภาพ

7. การทวนความ (Paraphrase) เป็นการพูดซ้ำเพื่อทบทวนข้อมูลหรือการรับรู้ประสบการณ์ในขณะปฏิบัติการสะท้อนเพื่อทำความเข้าใจให้ตรงกันระหว่างผู้เรียนและผู้สอนเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการปฏิบัติการสะท้อน

8. การสรุปความ (Summarization) เมื่อจับใจความได้ต้องมีการสรุปความเป็นระยะๆ เพื่อทำความเข้าใจร่วมกันระหว่างผู้พูดและผู้ฟัง การสรุปความอาจจะทำเมื่อสิ้นสุดการสะท้อน หรือขณะที่สนทนาสะท้อนแล้วมีความไม่ชัดเจนในเนื้อหาที่สนทนาจึงมีการสรุปเป็นระยะๆ

เทคนิคสำคัญสำหรับผู้เรียนปฏิบัติการสะท้อน

สำหรับผู้เรียน ผู้ป่วย หรือผู้ที่ถูกสะท้อนนั้นต้องให้ความร่วมมือในการเรียนรู้โดยการสะท้อนความรู้สึกที่แท้จริง ผู้เรียนต้องเปิดใจกว้างมองประสบการณ์ที่ได้รับหรือสิ่งที่ได้เห็นหรือสัมผัส ด้วยสติและพิจารณาความรู้สึกและการรับรู้ของตนเองจากสิ่งที่พบเห็น คิดและบรรยายออกมาตามการรับรู้และความรู้สึกที่ได้สัมผัสจริงๆ โดยไม่มีการแปลความหรือตีความที่บิดเบือนไปจากความจริงที่ได้พบเห็น (Sherwood & Horton-Deutsch, 2014; 20015) สำหรับเทคนิคที่ผู้สะท้อนควรมุ่งเน้นในการสะท้อนประสบการณ์ประกอบด้วย

1. การมีส่วนร่วม (Engagement) ได้แก่ การมีสติตั้งมั่นกับสิ่งที่เรียนรู้ เมื่อบุคคลทำการสะท้อนประสบการณ์ บุคคลนั้นต้องเข้าไปมีส่วนในเหตุการณ์นั้นๆ เพื่อรับรู้ถึงอารมณ์ความรู้สึกและปฏิกิริยาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสถานการณ์นั้นๆ

2. การมีสติ (Mindfulness) หรืออยู่กับปัจจุบัน ในการสนทนาและการสังเกตขณะทำการสะท้อนนั้นผู้ที่ถูกสะท้อนจะต้องใช้ความละเอียดรอบคอบในการพิจารณาสิ่งที่พบหรือสิ่งที่เกิดและใช้สติในการคิดวิเคราะห์สิ่งที่ประสบหรือเห็นมองในมุมที่แตกต่างกันออกไปทำให้สามารถเห็นในสิ่งที่ไม่เคยสังเกตมาก่อน

3. การเปิดกว้างในการสะท้อนประสบการณ์ต่างๆ (Open mind) การเปิดใจกว้างของผู้ที่ถูกสะท้อนจะทำให้สามารถบรรยายประสบการณ์ที่ตนเองออกมาอย่างครบสมบูรณ์โดยไม่ปิดบัง ทำให้เกิดประโยชน์การรับรู้ข้อมูลและความรู้สึกต่อประสบการณ์ของตนเอง

4. สะท้อนความรู้สึกของตนเองอย่างตรงไปตรงมา (Directly reflection of experience) ทำให้การสะท้อนได้มุมมองที่ไม่ซ่อนเร้น เป็นการเปิดเผยข้อมูลที่เป็นจริงครบถ้วน สามารถนำมาสรุปและวิเคราะห์ปัญหาที่แท้จริงของผู้ที่ถูกสะท้อนได้

5. ซื่อสัตย์ต่อความรู้สึกของตนเอง (Honest) การวางใจเป็นกลางพูดหรือสะท้อนประสบการณ์ของตนเองออกมานอกจากจะเป็นการสื่อสารข้อมูลที่ถูกต้องของผู้ถูกสะท้อนให้ผู้ปฏิบัติการสะท้อนฟังแล้ว ยังเป็นการสื่อให้ผู้สะท้อนเองเข้าใจตนเองได้มากขึ้นและมีเวลาในการทบทวนความรู้สึกของตนเองและในบางรายสามารถแก้ไขปัญหของตนเองได้โดยที่ผู้ปฏิบัติการสะท้อนทำบทบาทในการสะท้อนข้อมูลให้ชัดเจนขึ้นเพื่อให้ผู้สะท้อนเห็นตนเองได้ชัดเจน

การประยุกต์ใช้กระบวนการสะท้อนก่อนปฏิบัติการพยาบาลในวิชา ฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาสุขภาพ 1 ทำให้ได้ประสบการณ์การใช้เทคนิคการสะท้อนในการฝึกปฏิบัติการดูแลผู้ป่วยผู้ป่วยที่มีปัญหาสุขภาพทางอายุรกรรม ซึ่งมีความเจ็บป่วยทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ดังนั้นการที่นักศึกษาจะดูแลผู้ป่วยที่มีความซับซ้อนของปัญหาได้ดีจะต้องมีความเข้าใจทั้งตัวนักศึกษาที่เป็นผู้ดูแลผู้ป่วย เข้าใจผู้ป่วย ครอบครัว และปัจจัยแวดล้อม ซึ่งสิ่งที่ได้เรียนรู้ร่วมกันจากการใช้เทคนิคการสะท้อนในวิชาที่ฝึกปฏิบัติพบว่าผู้เรียนสามารถสะท้อนประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ได้อย่างละเอียดและรอบคอบมากขึ้น ดังที่นักศึกษารายหนึ่งกล่าวว่าตนเองได้มองเห็นมุมมองที่ไม่เคยสังเกตมาก่อนในเหตุการณ์เดียวกันที่เคยฝึกปฏิบัติ นอกจากนี้ผู้เรียนยังพบว่าตนเองรับฟังผู้ป่วยมากขึ้น ไม่พูดขัดจังหวะผู้ป่วยเหมือนเมื่อก่อน มีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้ป่วย ผู้ป่วยไวใจ ทำให้ได้ข้อมูลจากผู้ป่วยมากขึ้น ทั้งๆ ที่ไม่ได้เตรียมคำถามเกี่ยวกับข้อมูลเหล่านั้นมาก่อน ทำให้ได้ข้อมูลผู้ป่วยครบถ้วน สามารถนำมาวางแผนการพยาบาลและทำให้ผู้ป่วยอาการดีขึ้น นอกจากนี้นักศึกษารู้สึกภูมิใจและประสบความสำเร็จในการฝึกปฏิบัติการดูแลผู้ป่วย

จากการประยุกต์ใช้ปฏิบัติการสะท้อนตามทัศนะของผู้เขียนสามารถกล่าวได้ว่า การเรียนรู้โดยใช้การสะท้อนนั้นเป็นรูปแบบการเรียนรู้ที่ได้ผลดีอีกรูปแบบหนึ่งที่ใช้เป็นทางเลือกในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลของนักศึกษาพยาบาลเพื่อก่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ที่ทำให้สามารถให้การดูแลผู้ป่วยอย่างมีคุณภาพ

มีคุณค่า โดยคำนึงถึงความเป็นมนุษย์ของผู้ป่วย และนักศึกษาพยาบาลมีความเติบโตในเชิงวิชาชีพการพยาบาล ซึ่งสรุปได้ว่าผลที่ได้จากการใช้ปฏิบัติการสะท้อนในภาคปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลนั้นก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งในระดับบุคคลคือผู้สอน ผู้เรียน ผู้ป่วยและครอบครัว นอกจากนี้ในระดับองค์กรและชุมชนพบว่าผู้ป่วยได้รับการดูแลที่มีคุณภาพมากขึ้น ดังนั้นการปฏิบัติการสะท้อนจึงเป็นวิธีการสอนที่เหมาะสมในการนำไปใช้ในการศึกษาพยาบาล

สรุป

ผลที่ได้จากการปฏิบัติการสะท้อนในการฝึกภาคปฏิบัติของนักศึกษาพยาบาลนั้นมีประโยชน์หลายประการได้แก่ ผู้เรียนพึงผู้ป่วยมากขึ้นอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น นักศึกษาเข้าใจผู้ป่วย เห็นอก เห็นใจ และเข้าใจพฤติกรรมของผู้ป่วยที่ตอบสนองต่อความเจ็บป่วยมากขึ้น นอกจากนี้ นักศึกษาเข้าใจตนเองมากขึ้น จับอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้ ทำให้สามารถควบคุมตนเองได้ มีความเติบโตในเชิงวิชาชีพ พัฒนาความรู้มากขึ้น ไม่เครียด และมีเป้าหมายในการฝึกปฏิบัติให้ประสบผลสำเร็จ ละมีทัศนคติที่ถูกต้องต่อวิชาชีพในการดูแลผู้ป่วย สิ่งที่ช่วยให้การเรียนรู้มีผลดีมากขึ้นได้แก่ การฝึกบ่อยๆ และการเลือกผู้ป่วยที่น่าสนใจทำให้ผู้เรียนเห็นภาพการสะท้อนที่ชัดเจน ปัญหาที่พบจากการใช้เทคนิคการสะท้อนในวิชาชีพปฏิบัติพบว่า ในช่วงการฝึกสะท้อนช่วงแรกใช้เวลานานการฝึกในการสะท้อนตนเองของผู้เรียน เข้าถึงผู้ป่วย การใช้คำถามที่ถูกต้อง นักศึกษาติดกับภาพการดูแลที่ต้องพึ่งพาวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง การใช้วิธีการสะท้อนในการเรียนการสอนพยาบาลเป็นวิธีการที่มีประโยชน์ทำให้นักศึกษาฝึกมองสิ่งต่างๆ หรือสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างรอบคอบมากขึ้น ซึ่งเป็นทักษะสำคัญของวิชาชีพเพราะพยาบาลจะต้องมีความไวต่อความผิดปกติทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคมและอารมณ์ ของผู้ป่วย เพื่อให้สามารถดักจับปัญหาของผู้ป่วยได้แต่เนิ่นๆ เพื่อวางแผนการดูแลผู้ป่วยที่ถูกต้อง ในภาพรวมของการใช้เทคนิคการสะท้อนพบว่าก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของนักศึกษา ผู้สอน ผู้ป่วย ครอบครัวและทีมสุขภาพ ควรประยุกต์ใช้เทคนิคการสะท้อนเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อไป

References

- Bandasak, T. et al. (2016). Being Learner in 21st Century: Teacher and Nursing Students' Perspectives. *Journal of MCU Peace Studies*, 4(2), 175-189.
- Kaewprom, C. et al. (2014). Perception of Nursing Student toward Reflection Journal. *Journal of Nursing and Education*, 7(3), 101-112.
- Oelofsen, N., (2012). Using reflective practice in frontline nursing. *Nursing Time*, 108(24), 22-24.
- Pansawat, N. (2016). Nurse Characteristics of Professional Nurses' Practices Based on the Way of Bodhisattva's Perfection Practices. *Journal of MCU Peace Studies*, 4(2), 120-133.
- Schon, D. A., (1987). *Educating the reflective practitioner*. SAN Francisco: Jossey-Bass.
- Sherwood, G. D., & Horton-Deutsch, S. (2015). *Reflective Organizations on the front Lines of Qsen & Reflective Practice Implementation*. Indianapolis: Sigma Theta Tau International Honor Society of Nursing.
- Sherwood, G. D., & Horton-Deutsch, S. (2014). *Reflective Practice Transforming Education and Improving Outcome*. Indianapolis: Sigma Theta Tau International Honor Society of Nursing.
- Thiamwong, L. et al. (2014). Usefulness and Barrier of Reflective Practice in Nursing Students. *Journal of the Police Nurse*, 6(2), 122-133.
- Treenai, S. (2014). Learning by Reflective Practice in Advanced Pediatric Nursing Practicum: Experience and Learning Results of Graduate Nursing Students. *Journal of the Royal Thai army Nurses*, 15(2), 378-385.