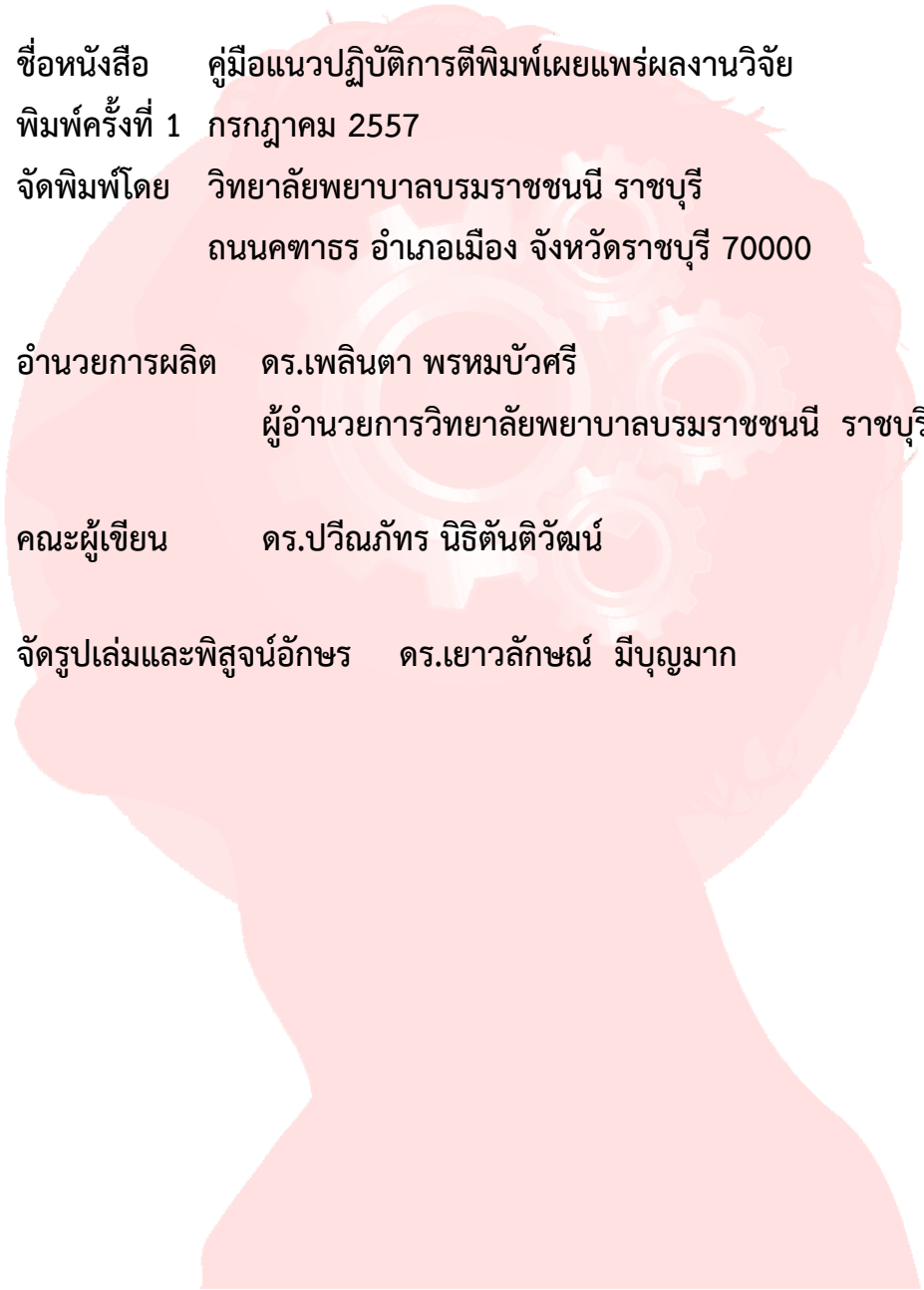


**คู่มือแนวทางการจัดการเรียนการสอน  
โดยใช้การสะท้อนคิด (REFLECTION) 2557**



**ดร.ปวีณาภัทร นิธิตันติวัฒน์  
วิทยาลัยพษบาลบรมราชชนนี ราชบุรี**



ชื่อหนังสือ คู่มือแนวปฏิบัติการตีพิมพ์เผยแพร่ผลงานวิจัย  
พิมพ์ครั้งที่ 1 กรกฎาคม 2557  
จัดพิมพ์โดย วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี  
ถนนคชาธร อำเภอเมือง จังหวัดราชบุรี 70000

ผู้อำนวยการผลิต ดร.เพลินตา พรหมบัวศรี  
ผู้อำนวยการวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี

คณะผู้เขียน ดร.ปวีณภัทร นิรัตน์ดิวัฒน์

จัดรูปเล่มและพิสูจน์อักษร ดร.เยาวลักษณ์ มีบุญมาก



คู่มือแนวการจัดการเรียนการสอน  
โดยใช้การสะท้อนคิด (Reflection)

ดร.ปวีณภัทร นิธิตันติวัฒน์

ดร.เยาวลักษณ์ มีบุญมาก

การจัดการความรู้ กลุ่มงานวิจัย

## คำนำ

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี เป็นสถาบันการศึกษาพยาบาล ระดับอุดมศึกษาที่มีบทบาทหน้าที่ในการผลิต และพัฒนาบุคลากรด้านสาธารณสุข มาเป็นระยะเวลายาวนาน ทั้งนี้ได้มีการพัฒนาการจัดการศึกษามาอย่างต่อเนื่อง เพื่อผลิตบัณฑิตให้มีความรู้ความสามารถทางวิชาการและวิชาชีพ การพัฒนาการจัดการเรียนการสอนของครูผู้สอน จึงมีบทบาทความสำคัญในการช่วยพัฒนา บัณฑิตพยาบาลให้มีคุณภาพอย่างที่สังคมต้องการ

การพัฒนาการจัดการศึกษาเพื่อให้บัณฑิตมีคุณภาพ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี เห็นความสำคัญของการจัดการความรู้ขององค์กร โดยได้มีการเริ่มดำเนินการมาตั้งแต่เดือนพฤษภาคม 2556 ถึง เดือน กรกฎาคม 2557 ซึ่งมีการรวบรวมองค์ความรู้ ที่มีอยู่ในบุคลากรในองค์กรมาพัฒนาให้เป็นระบบ เพื่อให้ทุกคนในองค์กรสามารถเข้าถึงความรู้ และพัฒนาตนเองให้เป็นผู้รู้รวมทั้งปฏิบัติงาน ด้านการจัดการเรียนการสอนได้อย่างมีประสิทธิภาพ วิทยาลัยฯ ได้จัดให้มีการ



## การจัดการความรู้ กลุ่มวิจัย วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี

๒

แลกเปลี่ยนเรียนรู้ให้กับคณาจารย์ของทางวิทยาลัย จำนวน 3 ครั้ง ในประเด็น การเรียนการสอนโดยใช้การสะท้อนคิด นอกจากนี้ยังได้เชิญผู้เชี่ยวชาญจาก ภายนอกเข้ามาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับคณาจารย์กลุ่มเดิมที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้ภายใน วิทยาลัย จำนวน 1 ครั้ง จนเกิดเป็นแนวทางปฏิบัติที่ดีและได้มีการนำความรู้นี้ มาจัดเก็บอย่างเป็นระบบ พร้อมทั้งเผยแพร่แก่อาจารย์ในองค์กรในการนำไปพัฒนา คุณภาพบัณฑิตให้มีความคิดอย่างมีวิจารณญาณต่อไป ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า การจัดการความรู้เล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อทุกท่านที่อ่าน

ขอขอบคุณอาจารย์ ดร.เพลินตา พรหมบัวศรี เป็นอย่างสูง ที่ได้ให้การ สนับสนุนกำลังใจและคำแนะนำมาโดยตลอด และขอขอบคุณอาจารย์ทุกท่านที่มีส่วน ร่วมในแบ่งปันความรู้ครั้งนี้มา ณ โอกาสนี้ด้วย

คณะผู้จัดทำ

กรกฎาคม 2557



## สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
บทนำ	1
ความหมาย	2
ความสำคัญของการสะท้อนคิด	3
องค์ประกอบและหลักการการสะท้อนคิด	4
การวัดและประเมินผล	8
ขั้นตอนของการสะท้อนคิด	9
วิธีการสะท้อนคิดและตัวอย่างคำถาม	10
สรุป	15
เอกสารอ้างอิง	16
รายนามผู้ร่วมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้	17



## บทนำ

การสะท้อนคิดเป็นรูปแบบการคิดที่ช่วยให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ ซึ่งการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจะเกิดจากการรับรู้ ความคาดหวัง ความรู้สึกตนเอง เกี่ยวกับประสบการณ์ แล้วมีการวางแผน หาแนวทางแก้ไขในอนาคต โดยผ่านกระบวนการพูด หรือ เขียน การสะท้อนคิดจึงเป็นทักษะที่จำเป็นสำหรับวิชาชีพพยาบาล เป็นวิธีที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีการเชื่อมโยงความรู้ทางทฤษฎีไปสู่การปฏิบัติได้ รวมทั้งมีการตัดสินใจเชิงจริยธรรมที่เหมาะสมในการปฏิบัติ งานในสถานการณ์ต่างๆ ได้ (อรพรรณ, 2553) โดยเฉพาะครูผู้สอนจะต้องเป็นผู้ให้คำแนะนำที่ดีแก่ผู้เรียน เพราะการเรียนการสอนโดยใช้การสะท้อนคิด ไม่เพียงแต่เป็นการพัฒนากระบวนการคิด แต่ยังช่วยพัฒนาทักษะทางปัญญาของผู้เรียนด้วย



### ความหมาย

การสะท้อนคิด หมายถึง กระบวนการคิดไตร่ตรองทวนสอบ (Reflective Thinking) เป็นการพิจารณาสิ่งต่างๆอย่างรอบคอบโดยใช้สติและมีสมาธิ ซึ่งเป็นวิธีการที่ทำให้เราได้ทบทวนและสะท้อนการกระทำของตน (Reflective Practice) โดยสามารถแสดงออกได้ทั้งการพูดและการเขียน เพื่อให้เกิดความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ แสวงหาคำตอบโดยใช้เหตุผล แก้ไขปัญหา นำไปสู่การพัฒนาปรับปรุงตนเองและปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น (Johns, 2000)

การสะท้อนคิด หมายถึง การคิด พินิจพิเคราะห์ ตรึกตรอง โดยพยายามเริ่มจากความสงสัย ตั้งคำถาม มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ พยายามค้นหาคำตอบ หาเหตุผล และข้อมูลอ้างอิงมาแก้ไขปัญหาให้เหมาะสม





## ความสำคัญของการสะท้อนคิด

การสะท้อนคิดมีความสำคัญต่อการศึกษา เพราะทุกวันนี้มีความรู้ใหม่ๆเพิ่มขึ้นทุกวัน ทำให้ความรู้ที่มีอยู่เดิมๆเริ่มล้าสมัยไม่เหมาะกับผู้เรียนในสภาพปัจจุบัน โดยเฉพาะวิชาชีพพยาบาลที่ต้องพบกับสถานการณ์ที่ไม่คาดคิดอยู่เสมอ และต้องหาทางแก้ไขเฉพาะหน้าอยู่ตลอดเวลา ต้องมีการตัดสินใจ มีความรับผิดชอบสูง และต้องปฏิบัติตามจริยธรรมของวิชาชีพพยาบาล ดังนั้นการสะท้อนคิดจึงเป็นการจัดการเรียนการสอนที่เหมาะสมสำหรับหลักสูตรพยาบาลศาสตร์

การที่ผู้ปฏิบัติมีโอกาสได้สะท้อนคิดด้วยตนเองนั้น เป็นการฝึกการสังเกต การคิดวิเคราะห์ จัดระบบความคิด เพื่อให้สื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างเข้าใจ ต้องเป็นผู้ที่ช่างสังเกต เชื่อมโยงความรู้ เป็นนักคิดและมีการตั้งคำถามที่ดีโดยใช้เหตุผลในการอ้างอิง



### องค์ประกอบและหลักการการสะท้อนคิด

ควรประกอบด้วยด้านต่างๆ ที่ควรคำนึงถึง ดังนี้

#### ด้านครูผู้สอน

1. ครูควรสร้างแรงจูงใจหรือกระตุ้นให้นักศึกษาสนใจการเรียน มีการใช้คำถามปลายเปิด กระตุ้นให้คิดเพื่อให้นักศึกษาได้แสดงความคิดเห็นได้อย่างต่อเนื่อง
2. ครูควรจะสะท้อนคตินักศึกษาได้ทั้งแบบบุคคลหรือแบบกลุ่ม ขึ้นอยู่กับหัวข้อ หรือ สถานการณ์ที่ต้องการสะท้อนตามความเหมาะสม
3. ครูต้องเป็นผู้ฟังที่ดี เปิดใจ มีความเข้าใจและเป็นกันเองกับนักศึกษา เป็นที่ปรึกษาไว้วางใจได้และแก้ปัญหาได้
4. ครูต้องมีความอดทน ควบคุมอารมณ์ได้ดี และพูดจาง่ายๆ เชื่อถือ อบอุ่น ไม่ออกคำสั่ง พร้อมให้นักศึกษาเข้าหาได้ตลอดเวลา



5. ครูต้องเป็นผู้ที่ทำหน้าที่ลดความขัดแย้ง สอนให้นักศึกษากล้าและเก่ง กระตุ้นการเรียนรู้อยู่เสมอ
6. ครูควรให้ความร่วมมือกันทุกคนอย่างพร้อมเพรียง ไม่ปิดกั้นให้ใครคนใดคนหนึ่ง
7. ครูควรมีการเสริมแรงโดยการชมเชยเมื่อนักศึกษาทำได้
8. ครูควรเป็นกัลยาณมิตร เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล
9. ครูต้องสามารถเชื่อมโยงความรู้และหาแนวทางแก้ไขปัญหาร่วมกับนักศึกษาได้อย่างเหมาะสม
10. ครูควรมีหน้าตาที่ยิ้มแย้มแจ่มใส ไม่ตำหนินักศึกษา ต้องนิ่ง ไม่ชี้หน้า แต่ควรตั้งคำถามที่เป็นเหตุเป็นผล
11. ครูควรมีการมอบหมายงานล่วงหน้าเพื่อให้นักศึกษามีเวลาเตรียมตัว และคิดวิเคราะห์ และติดตามการสะท้อนคิดอย่างสม่ำเสมอ ครูต้องระบุเป้าหมาย หัวข้อการสอน วัตถุประสงค์และ requirement ที่ชัดเจน
12. ครูควรเป็นคนช่างสังเกต เปิดใจให้นักศึกษาได้ระบายความรู้สึก ควรไวต่อความรู้สึก



### ด้านนักศึกษา

1. จะต้องมีการเตรียมความพร้อมในการเรียนรู้ ต้องเข้าใจในลักษณะวิธีการเรียนการสอนโดยการสะท้อนคิด และมีส่วนร่วมในการวางแผนการเรียนรู้
2. ต้องฝึกการคิดวิเคราะห์ ต้องมีการวางแผนที่ดี แบ่งเวลาในการเขียนให้เหมาะสม
3. ต้องเข้าใจ สรุปประเด็นและเขียนสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้
4. มีอิสระในการเขียน มีความกระตือรือร้น และมีทักษะการตั้งคำถามที่ดี
5. มีการเรียนรู้จากสภาพการจริง เรียนรู้ตรงกับความต้องการ ความสนใจ และความถนัดของตน
6. นำสื่อต่างๆมาใช้ในการเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสม
7. กล้าแสดงความคิดเห็น มีการสังเกตที่ดี มีความรับผิดชอบ มีวินัย และตรงต่อเวลา
8. มีการใช้ความคิด ความสามารถเชื่อมโยงการเรียนรู้
9. มีความสุขในการเรียนการสอน



### ด้านวิธีการจัดการเรียนการสอน

1. ใช้การวิเคราะห์กรณีศึกษา การประชุมกลุ่ม การสนทนาเป็นรายบุคคล
2. ใช้บันทึกการเรียนรู้ในการจัดการเรียนการสอน เช่น Journal writing หรือ Learning log สามารถนำไปใช้ในการสะท้อนความคิดนักศึกษา ทั้งในภาคทฤษฎีและปฏิบัติ การสะท้อนการคิดโดยการเขียนบันทึก ควรใช้เวลาในการสะท้อนคิดอย่างเหมาะสม ไม่สั้นจนเกินไป เช่น ควรให้นักศึกษาลองฝึกเขียนในสัปดาห์แรก จากนั้น ควรสะท้อนการคิดในสัปดาห์ถัดไป
3. ในการสะท้อนคิดสามารถทำในช่วง การทำ pre-post conference จะช่วยให้นักศึกษาได้มีการเตรียมความพร้อมก่อนการเรียนการสอน
4. การสะท้อนคิดทำบางครั้งต่อหน้าผู้ป่วยเราก็ไม่สามารถสะท้อนได้ทันที แต่สามารถมีการแบ่งปันแลกเปลี่ยนเรียนรู้ได้ภายหลัง เช่น กรณีที่ต้องดูแลผู้ป่วยฉุกเฉิน เมื่อเสร็จการปฏิบัติการพยาบาลครูสามารถซักถามถึง เหตุผลการปฏิบัติได้ภายหลัง
5. การเรียนการสอนต้องมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้



### การวัดและประเมินผล

1. ควรใช้ Authentic assessment ในการประเมิน แต่ควรมีการทำข้อตกลงระหว่างครูและนักศึกษา ซึ่งจะต้องมีการกำหนดสิ่งที่ต้องการวัดให้ชัดเจน
2. ประเมินจากการเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้ โดยให้เขียนภายหลังการเรียนรู้ในแต่ละวัน หรือ สัปดาห์ ว่าต้องการเรียนรู้อะไรเพิ่มเติม มีปัญหาด้านใดบ้าง ต้องการอะไร เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการเรียนการสอนต่อไป



## ขั้นตอนการสะท้อนคิด

การสะท้อนคิดที่ Gibbs ได้เสนอไว้ ประกอบไปด้วย 6 ขั้นตอน คือ

1. การบรรยายที่เกิดจากความรู้สึกที่กำลังเผชิญกับสถานการณ์นั้น ๆ
2. การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกันโดยการสะท้อนการคิดจากการสังเกต ความรู้สึก และการรับรู้
3. การประเมินวิเคราะห์ประสบการณ์ร่วมกันว่าเป็นไปในทางดีหรือไม่ดี
4. ร่วมกันวิเคราะห์สถานการณ์โดยภาพรวม
5. สรุปแนวคิดและวิธีแก้ไขปัญหาร่วมกันโดยใช้เหตุผลประกอบ
6. การวางแผนเพื่อนำไปใช้



### วิธีการสะท้อนคิดและตัวอย่างคำถาม

1. ฝึกตั้งคำถาม เพราะหัวใจสำคัญของการสะท้อนคิด คือ การตั้งคำถามที่ดีทุกขั้นตอนการสอน ดังนั้นจึงควรมีการฝึกตั้งคำถามและตอบคำถามด้วยมุมมองที่หลากหลายเพื่อการพัฒนาคำถามที่ดีขึ้น
2. ฝึกการพูด การสรุปความและการเขียน โดยการใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย
3. มอบหมายงานซึ่งอาจจะเป็นเรื่องเดิมหรือเรื่องที่เกิดขึ้นใหม่เพื่อให้ผู้ปฏิบัติกลับไปศึกษา หาวิธีการแก้ไข
4. เปรียบเทียบและสรุปสิ่งที่ได้มาว่ามีความเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร
5. สร้างบรรยากาศสิ่งแวดล้อมให้น่าเรียนรู้และมีความสุขในการเรียน





## ตัวอย่างการตั้งคำถาม

สถานการณ์ในหอผู้ป่วยศัลยกรรมเด็ก ผู้ป่วยเด็กอายุ 12 ปีรายหนึ่ง นอนพัก  
รักษาตัวด้วยโรคไส้ติ่งอักเสบ หลังผ่าตัด 2 วัน ผู้ป่วยยังคงบ่นปวดแผลเล็กน้อย  
แต่ไม่ยอมลุกไปอาบน้ำ หน้าตาไม่สดชื่น มารดาต้องคอยทำกิจกรรมให้ทุกอย่าง

### คำถามที่ 1

นักศึกษาจะกระตุ้นให้ผู้ป่วยลุกไปอาบน้ำได้อย่างไร

### คำตอบ

ต้องพูดคุยให้กำลังใจ และอธิบายเหตุผลของการต้องลุกเดินภายหลัง

ผ่าตัด.....



## คู่มือแนวการจัดการเรียนการสอน โดยใช้การสะท้อนคิด (Reflection) 2557

### คำถามที่ 2

นักศึกษาจะบอกเหตุผลอะไรบ้างแก่ผู้ป่วยในการไปอาบน้ำ

#### คำตอบ

การลุกเดินจะทำให้ลำไส้เคลื่อนไหวได้ดี ไม่มีภาวะท้องอืด  
นอกจากนี้การอาบน้ำจะทำให้สดชื่น ลดการหมักหมมของเชื้อโรค  
แผลไม่ติดเชื้อ.....

### คำถามที่ 3

ถ้าผู้ป่วยยังคงไม่ยอมลุกเดินไปอาบน้ำ จะทำอย่างไร

#### คำตอบ

พูดคุยให้กำลังใจ ยิ้มแย้มแจ่มใสในการดูแล ประคอง พาลุกเดินไป  
ห้องน้ำ.....



คำถามที่ 4

นักศึกษาจะแนะนำมารดาให้มีส่วนร่วมในการดูแลอย่างไร

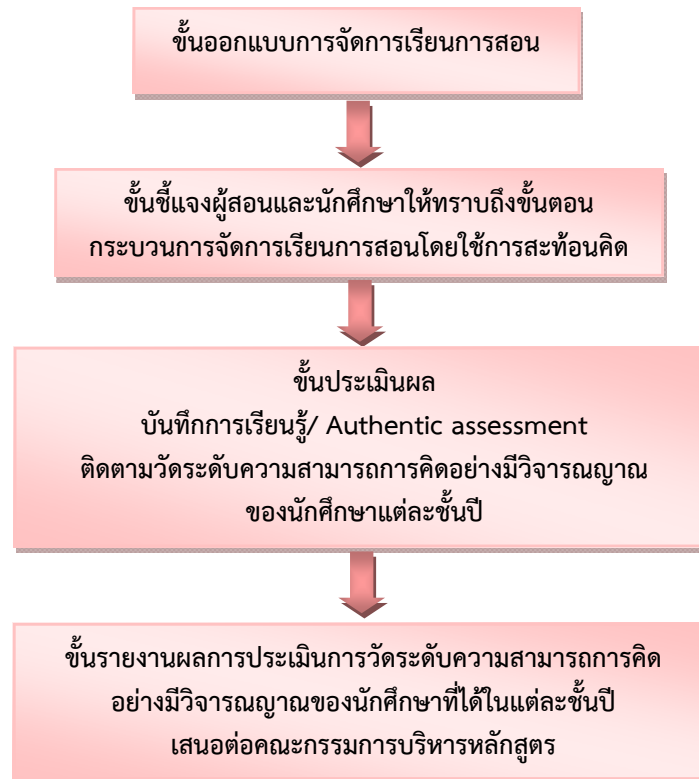
คำตอบ

ระหว่างการประกอบไปห้องน้ำ มารดาต้องมีส่วนร่วมในการปฏิบัติ พร้อมทั้งสอนมารดาในการช่วยเช็ดตัว อาบน้ำให้ผู้ป่วย คอยระวังไม่ให้บาดเจ็บโดนน้ำหรือถูกกระทบ กระเทือน.....

ตัวอย่างข้างต้นเป็นตัวอย่างแนวทางการตั้งคำถามซึ่งจากนั้น เราสามารถนำผลการสะท้อนคิดมาสรุปเป็นประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้ พร้อมทั้งเขียนข้อเสนอแนะแนวทางการแก้ปัญหาเพื่อการปฏิบัติที่พยาบาลที่เหมาะสมในครั้งต่อไป



## ขั้นตอนแนวทางปฏิบัติในการสะท้อนคิด



## สรุป

การสะท้อนคิดเกิดจากตัวผู้เรียนเองที่รับรู้ข้อมูล ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้ทั้งในภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ แล้วจึงนำสถานการณ์นั้นมาคิด วิเคราะห์ใคร่ครวญตามความคิดความเข้าใจของตนเอง ก่อนที่จะบอกต่อผู้อื่นโดยผ่านทั้งทางการพูดและการเขียน วิธีการสะท้อนคิดนี้จึงเป็นการพัฒนาผู้เรียนทั้งวิธีการคิด และทักษะทางปัญญา เป็นการพัฒนาการเรียนรู้ ที่จะสามารถเชื่อมโยงเนื้อหาสาระเข้าด้วยกัน จนเกิดเป็นการเรียนรู้



ด้วยตนเอง นอกจากนี้วิธีการสะท้อนคิดจะได้ผลดีต้องเกิดจากการรับรู้ ความเข้าใจตนเองเป็นสำคัญ มีการสะท้อนที่เป็นเหตุเป็นผล เพื่อหาแนวทางแก้ไข ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม



### เอกสารอ้างอิง

กนกนุช ชื่นเลิศสกุล (2544). การเรียนรู้โดยผ่านการสะท้อนคิด: การศึกษาและ  
การปฏิบัติการพยาบาลในคลินิก. วารสารคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย  
บูรพา, 9(2), 35-48.

เชษฐา แก้วพรหม (2556). การพัฒนาทักษะสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาล  
ด้วยการเขียนบันทึกการเรียนรู้ในรายวิชาการสอนและการให้คำปรึกษา  
ทางสุขภาพ. วารสารวิทยาลัยพยาบาลพระปกเกล้า จันทบุรี, 24(2), 12-20.

อรพรรณ ลือบุญธวัชชัย (2553). การให้คำปรึกษาทางสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 2.  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Johns, Christopher (2000). *Becoming a Reflective Practitioner*. London:  
Blackwell Science.



## รายนามผู้ร่วมการแลกเปลี่ยนเรียนรู้

- |                    |                 |             |
|--------------------|-----------------|-------------|
| 1. นางเยาวลักษณ์   | มีบุญมาก        | วพบ.ราชบุรี |
| 2. นางสาววรรณิณี   | ศรีวิสัย        | วพบ.ราชบุรี |
| 3. นางสาวจรรุจน์   | สมบูรณ์สิทธิ์   | วพบ.ราชบุรี |
| 4. นางชุตติมา      | มาลัย           | วพบ.ราชบุรี |
| 5. นางวิรดา        | อรรถเมธากุล     | วพบ.ราชบุรี |
| 6. นางสาวอรพิน     | สว่างวัฒนเศรษฐ์ | วพบ.ราชบุรี |
| 7. นายวรเดช        | ซ่างแก้ว        | วพบ.ราชบุรี |
| 8. นางวิมลพรรณ     | นิธิพงศ์        | วพบ.ราชบุรี |
| 9. นางกรรณิการ์    | กิจนพเกียรติ    | วพบ.ราชบุรี |
| 10. นางวิภารัตน์   | ยมดิษฐ์         | วพบ.ราชบุรี |
| 11. นางดวงแข       | พิทักษ์สิน      | วพบ.ราชบุรี |
| 12. นางสาวจิริยา   | อินทนา          | วพบ.ราชบุรี |
| 13. นางกาญจนา      | เลิศถาวรธรรม    | วพบ.ราชบุรี |
| 14. นางสาวสุภาพ    | เหมือนชู        | วพบ.ราชบุรี |
| 15. นางกัลยา       | ศรีมหันต์       | วพบ.ราชบุรี |
| 16. นางวิศรา       | ม่วงช่วง        | วพบ.ราชบุรี |
| 17. นางสาวปวีณภัทร | นิธิตันติวัฒน์  | วพบ.ราชบุรี |
| 18. นางสาวปริญดา   | ศรีธราพิพัฒน์   | วพบ.ชัยนาท  |















**จัดทำโดย**

**งานจัดการความรู้ กลุ่มวิจัย**

**วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี**