

นิพนธ์ต้นฉบับ

Original article

# การเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดหลังการฝึกปฏิบัติ การพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิตของนักศึกษาพยาบาล

สมจิตต์ เวียงเพิ่ม ศษ.ด.\*

วัชรีย์ แสงสาย พย.ม.\*

แสงนภา บารมี พย.ม.\*

ภาวิณี เสาะสืบ พย.บ.\*\*

\* วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา

\*\* วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

วันรับ:	1 พ.ย. 2562
วันแก้ไข:	30 มี.ค. 2563
วันตอบรับ:	5 พ.ค. 2563

**บทคัดย่อ** การจัดการเรียนการสอนภาคปฏิบัติถือเป็นหัวใจของการจัดการศึกษาทางการพยาบาล เพื่อมุ่งพัฒนาให้ผู้เรียนได้พัฒนาทักษะความสามารถในการปฏิบัติการพยาบาล พัฒนาทักษะการรู้คิด และการแก้ปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ ในการปฏิบัติงาน การนำการสะท้อนคิดมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน ทำให้นักศึกษาพยาบาลได้มีโอกาสย้อนทบทวนสิ่งที่ตนเองปฏิบัติ ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น มุ่งมองในการแก้ไขปัญหาต่างๆ การวิจัยเชิงคุณภาพครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดหลังการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิตของนักศึกษาพยาบาล โดยผู้ให้ข้อมูลเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ที่ฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิตจำนวน 40 คน รวบรวมข้อมูลจากบันทึกสะท้อนคิดประจำวันเกี่ยวกับประสบการณ์การฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิตของนักศึกษา ระหว่างมีนาคม-เมษายน 2561 วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา ผลการวิจัยพบ 3 ประเด็นหลักคือ (1) ประสบการณ์การเรียนรู้ ได้แก่ การทำกลุ่มบำบัด การซักประวัติผู้ป่วยจิตเวช จิตเวชชุมชน และการสร้างสัมพันธภาพเพื่อการบำบัด (2) สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสหวิชาชีพกับนักศึกษา และสัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ป่วย และ (3) ประสบการณ์เชิงอารมณ์ วิตกกังวล กลัวในการสร้างสัมพันธภาพเพื่อการบำบัดระยะเริ่มต้น จากผลการวิจัยพบว่าการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นเอื้อต่อการสะท้อนคิดประสบการณ์ของนักศึกษา การสะท้อนคิดของนักศึกษาในการฝึกภาคปฏิบัติมีผลทั้งในระดับตัวบุคคล และระดับวิชาชีพ ดังนั้น ผู้สอนควรช่วยเหลือส่งเสริมพฤติกรรมสะท้อนคิดของนักศึกษา อันจะนำไปสู่การเป็นพยาบาลวิชาชีพที่มีความรู้ความสามารถต่อไปในอนาคต

**คำสำคัญ:** การเรียนรู้; การสะท้อนคิด; นักศึกษาพยาบาล; ปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต

## บทนำ

การจัดการเรียนการสอนภาคปฏิบัติ ถือเป็นหัวใจสำคัญของการศึกษาพยาบาลที่แสดงถึงคุณภาพของการจัดการศึกษาพยาบาล เนื่องจากการเรียนการสอนภาค-

ปฏิบัติ เป็นการนำความรู้จากภาคทฤษฎีสู่โลกแห่งความจริงในการฝึกภาคปฏิบัติ และประสบการณ์ทางคลินิกเป็นองค์ประกอบสำคัญในการเตรียมผู้เรียนสู่การทำงานในอนาคต<sup>(1)</sup> การเรียนการสอนภาคปฏิบัติไม่เพียงแต่พัฒนา

ทักษะทางคลินิกและสังเคราะห์ทฤษฎีและฝึกปฏิบัติดูแลผู้ป่วยเท่านั้น แต่ยังเป็นกระบวนการทางสังคมที่จะนำผู้เรียนเข้าสู่วัฒนธรรมทางวิชาชีพได้เรียนรู้ที่จะคิดเหมือนพยาบาล และได้พบเห็นแบบอย่างที่ดีในคลินิก<sup>(2)</sup> นอกจากนี้ แหล่งฝึกในคลินิกจัดเป็นสภาพแวดล้อมของการเรียนรู้ที่ดีที่สุด เนื่องจากเป็นสถานการณ์จริง สภาพแวดล้อมภายในหอผู้ป่วย ได้แก่ สถานการณ์ต่างๆ เครื่องมือเครื่องใช้ ผู้ป่วยและเจ้าหน้าที่ที่มสุขภาพก็เป็นสิ่งสำคัญ เพราะสิ่งแวดล้อมเหล่านี้กระตุ้นและเร้าต่อความต้องการของนักศึกษา ทำให้นักศึกษาแสดงปฏิกิริยาโต้ตอบต่อสิ่งแวดล้อม หรือมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมก่อให้เกิดการเรียนรู้ ส่งผลให้ผู้เรียนสร้างความรู้ด้วยตนเองภายใต้บริบทสิ่งแวดล้อม มีโอกาสพัฒนาความสามารถเชิงวิชาชีพและเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ดังนั้น ผู้สอนต้องค้นหาวิธีการสนับสนุนให้ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติทางคลินิกอย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งวางแผนประสบการณ์ทางคลินิกให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้

การจัดการเรียนการสอนจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ เนื่องจากการพยาบาลเป็นวิชาชีพที่เน้นการปฏิบัติและเป็นการปฏิบัติที่กระทำต่อเพื่อนมนุษย์ การนำวิธีการสะท้อนคิดมาใช้ เป็นวิธีที่สามารถทำให้นักศึกษาได้พัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล สามารถนำความรู้ทางทฤษฎีเชื่อมโยงสู่การปฏิบัติได้เป็นอย่างดี อันจะช่วยให้นักศึกษาสามารถระบุปัญหาอธิบายและแก้ปัญหาการปฏิบัติการพยาบาลและให้เหตุผลได้อย่างรอบคอบมากขึ้น นอกจากนี้การใช้กระบวนการสะท้อนคิดยังเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการพัฒนาการปฏิบัติการพยาบาล<sup>(3)</sup> ก่อให้เกิดการพัฒนาความรู้ทางการพยาบาลและเกิดการดูแลผู้ป่วยที่ครอบคลุมแบบองค์รวมมากขึ้นต่อไป สามารถใช้การสะท้อนคิดโดยการสนทนา การเขียน การเล่าประสบการณ์แลกเปลี่ยนระหว่างเพื่อนในกลุ่มด้วยกัน ทำให้นักศึกษาได้มีโอกาสคิดย้อนทบทวนสิ่งที่ตนเองปฏิบัติและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นพร้อมทั้งมุมมองในการแก้ปัญหาต่างๆ

นอกจากนี้การเขียนบันทึกสะท้อนคิด เป็นบทสนทนา

ระหว่างนักศึกษาและอาจารย์ ยังสามารถใช้เป็นเครื่องมือในการประเมินทักษะการเขียน เชื่อมโยงกับการสอนและประสบการณ์ทางคลินิก

จากการศึกษาของ McGuire L และคณะ<sup>(4)</sup> นักศึกษาบอกถึงประโยชน์ของบันทึกสะท้อนคิด ดังนี้ (1) การมีส่วนร่วม (2) การสนทนากับอาจารย์ (3) การคิดอย่างมีวิจารณญาณ (4) การเชื่อมโยงทฤษฎีสู่การปฏิบัติ (5) คุณค่าของวิชาชีพ/การตระหนักรู้ในตนเอง และ (6) การพัฒนาทักษะการสื่อสารด้วยการเขียน

การจัดการเรียนการสอนในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต มุ่งเน้นให้นักศึกษาสามารถฝึกปฏิบัติการพยาบาลในบุคคลที่มีปัญหาทางจิต โดยครอบคลุมการสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสารเพื่อการบำบัด จัดกิจกรรมเพื่อการบำบัด นำกระบวนการพยาบาลมาใช้ในการปฏิบัติการพยาบาลผู้ป่วยจิตเวชและให้ความรู้ทางสุขภาพจิต โดยตระหนักถึงบทบาทในการสร้างเสริม ป้องกัน บำบัดและฟื้นฟูศักยภาพในระดับบุคคล ครอบครัวและชุมชน ดังนั้น การนำแนวทางการสะท้อนคิดมาใช้ในการเรียนการสอนภาคปฏิบัติเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาคุณภาพการสอนทางการพยาบาลที่ต้องการเพิ่มศักยภาพการเรียนรู้ของนักศึกษาในการเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเองและของเพื่อนในกลุ่ม เพื่อก่อให้เกิดความสามารถในการคิดวิเคราะห์แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับหลักการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดหลังการฝึกปฏิบัติโดยให้นักศึกษามีอิสระในการเขียนบันทึกสะท้อนคิด เพื่อส่งเสริมความสามารถในการแก้ปัญหาเชิงสร้างสรรค์ทางการพยาบาลในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต ซึ่งจะช่วยให้ นักศึกษามีความสามารถในการแยกแยะข้อมูลอย่างมีเหตุมีผล และตัดสินใจในการแก้ปัญหา วางแผนและให้การพยาบาลอย่างเหมาะสมกับผู้ป่วยและสถานการณ์อย่างมีคุณภาพ อันจะส่งผลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีในสังคม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่ออธิบายการเรียนรู้ผ่านการเขียนบันทึก

สะท้อนคิดหลังการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิตของนักศึกษาพยาบาล

### วิธีการศึกษา

รูปแบบการวิจัยเป็นวิจัยเชิงคุณภาพ มุ่งศึกษาประสบการณ์การฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิตของนักศึกษา ผ่านการเขียนบันทึกสะท้อนคิด โดยบันทึกภายหลังจากสิ้นสุดการปฏิบัติการพยาบาลในแต่ละวัน ด้วยการทบทวนประสบการณ์ของตนเอง

กลุ่มตัวอย่าง เลือกแบบเจาะจงเป็นนักศึกษาพยาบาล-ศาสตร์ ชั้นปีที่ 3 ที่ฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต ปีการศึกษา 2560 จำนวน 40 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบบบันทึกการสะท้อนคิดภายหลังจากสิ้นสุดการปฏิบัติการพยาบาล ตามแนวคิดของ Gibbs G<sup>(5)</sup> ประกอบด้วย 6 ขั้นตอนคือ ขั้นตอนบรรยายเหตุการณ์ ขั้นตอนบอกความรู้สึกที่เกิดขึ้น ขั้นตอนประเมินความคิดเห็นต่อสถานการณ์ ขั้นตอนวิเคราะห์ภาพรวมของสถานการณ์ ขั้นตอนหาข้อสรุป และขั้นตอนวางแผนการกระทำ โดยการเขียนบันทึกสะท้อนคิดสัปดาห์ละ 1-3 ครั้ง นาน 3 สัปดาห์

ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่ มีนาคม-เมษายน 2561 โดยชี้แจงวัตถุประสงค์และรายละเอียดขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลของการศึกษาวิจัยให้แก่กลุ่มตัวอย่างพร้อมแจกแนวทางการเขียนบันทึกการสะท้อนคิดให้แก่นักศึกษา โดยแจ้งให้นักศึกษาทราบว่า การเข้าร่วมวิจัยครั้งนี้ไม่มีผลต่อคะแนนการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต และขอความร่วมมือจากนักศึกษาในการเขียนบันทึกการสะท้อนคิด

ข้อมูลที่ได้จากบันทึกสะท้อนคิด นำมาวิเคราะห์โดยการวิเคราะห์เนื้อหา การตรวจสอบความถูกต้องและความเชื่อมั่นของผลการวิจัยดังนี้ (1) ความน่าเชื่อถือ ผู้วิจัยตรวจสอบความถูกต้องโดยให้ผู้ให้ข้อมูลยืนยันหลังจากที่ผู้วิจัยวิเคราะห์ประเด็น และให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความครอบคลุม ความลึกซึ้ง ความอึดตัวของข้อมูล (2) การพึงพากับเกณฑ์อื่น ผู้วิจัยวิเคราะห์การเขียนบันทึก

สะท้อนคิด จากนั้นนำประเด็นมาอภิปรายร่วมกับผู้ร่วมทำวิจัยจำนวน 3 คนเพื่อพิจารณาประเด็นหลักและสาระไปในทางเดียวกัน (3) การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลที่หลากหลายเพื่อรวบรวมข้อมูลในเรื่องเดียวกัน โดยการใช้การสังเกตการปฏิบัติงานของนักศึกษา

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย โครงการวิจัยผ่านการพิจารณาโดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เลขที่ COE59/003 คณะผู้วิจัยดำเนินการวิจัยโดยคำนึงถึงจริยธรรมและหลักจรรยาบรรณในการทำวิจัย รวมทั้งการพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมวิจัยโดยเคร่งครัดและต่อเนื่อง โดยมีหลักการคือ การเคารพสิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย การรักษาความลับ ความยุติธรรม ความซื่อสัตย์ และความประพฤติดี ดังนั้นผู้เข้าร่วมการวิจัยเป็นผู้ตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้หรือไม่ โดยมีได้มีการบังคับ ชูเชิญหรือหลอกลวงใดๆ ทั้งสิ้น

### ผลการศึกษา

ข้อมูลได้จากการวิเคราะห์เนื้อหาบันทึกสะท้อนคิดของนักศึกษาในการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต พบ 3 ประเด็นหลัก คือ (1) ประสบการณ์การเรียนรู้ (2) สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (3) ประสบการณ์เชิงอารมณ์ มีรายละเอียดดังนี้

#### ประเด็นที่ 1 ประสบการณ์การเรียนรู้

นักศึกษาสะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต ในประเด็นที่สำคัญ 4 ประเด็น คือ

1.1 การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์การทำกลุ่มบำบัดในผู้ป่วยจิตเวช ได้แก่ กลุ่มฝึกการทำกลุ่มให้ความรู้ กลุ่มออกกำลังกาย และกลุ่มศิลปะ ในด้านของนักศึกษาผู้ทำกลุ่ม ได้เรียนรู้การทำงานเป็นทีมที่ต้องมีทั้งบทบาทของการเป็นผู้นำและผู้ตาม รวมถึงทีมที่ดีต้องร่วมมือทำงานและแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่เกิดขึ้น ในด้านของผู้ป่วยได้เรียนรู้ที่จะให้ความสำคัญกับผู้ป่วย โดยการให้ผู้ป่วยเข้า

มามีส่วนร่วมและรับรู้กับสิ่งที่นักศึกษาจะจัดให้ รวมถึงให้ความใส่ใจในอารมณ์ความรู้สึกระหว่างทำกลุ่มบำบัดและจัดการอารมณ์นั้น ๆ อย่างเหมาะสม เพื่อให้เกิดบรรยากาศที่ดี เช่น การทำกิจกรรมระบายสี มีผู้ป่วยอาการซึมเศร้าและร้องไห้ จึงได้เปลี่ยนกิจกรรมที่ทำให้ผู้ป่วยผ่อนคลายขึ้น เป็นต้น ในด้านตัวกิจกรรม ได้เรียนรู้ว่าการทำกิจกรรมง่าย ๆ อย่างการออกกำลังกาย กลับไม่ใช่เรื่องง่ายเมื่อทำกับผู้ป่วยจิตเวช เพราะผู้ป่วยบางคนไม่เข้าใจชาย-ขวา หรือสนใจเพลงที่เปิดมากกว่าการออกกำลังกายตามผู้นำ เป็นต้น ดังนั้น การออกแบบกิจกรรมใด ๆ สำหรับผู้ป่วยจิตเวช จะต้องคำนึงถึงลักษณะเฉพาะของกลุ่มเป้าหมายด้วย

1.2 การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์การซักประวัติผู้ป่วยนอกในผู้ป่วยเด็กและผู้ใหญ่ นักศึกษาได้เข้าใจถึงความท้าทายสำคัญในการซักประวัติผู้ป่วยคือ ผู้ป่วยจะพูดวนไปวนมา จึงต้องควบคุมให้ผู้ป่วยอยู่ในประเด็นที่ต้องการ หากผู้ป่วยหลงประเด็นต้องดึงให้กลับมาในประเด็นที่พูดคุยอยู่ และต้องระมัดระวังไม่ถามคำถามซ้ำไปซ้ำมา ซึ่งอาจทำให้ผู้ป่วยเกิดความไม่พอใจและไม่เปิดใจในการให้ข้อมูล การซักประวัติผู้ป่วยยังทำให้ได้เรียนรู้ว่า โรคทางจิตเวชไม่ใช่โรคที่จะเกิดกับใครได้ง่าย ๆ ต้องมีเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดอย่างมากจนผู้ป่วยไม่สามารถจัดการกับความเครียดได้ ซึ่งการจะควบคุมโรคได้อย่างดีนั้น ผู้ป่วยต้องเคร่งครัดกับการรับประทานยาตามแพทย์สั่ง

นอกจากนั้นนักศึกษายังได้เรียนรู้ว่าการรับประทานยาไม่ได้ผลในทุกกลุ่มอาการทางจิตเวช โดยเฉพาะการรับประทานยาของเด็กสมาธิสั้น สามารถช่วยควบคุมพฤติกรรมเพียงไม่กี่ชั่วโมง เมื่อยามหมดฤทธิ์ ผู้ป่วยก็มีพฤติกรรมเช่นเดิม ดังนั้น ควรปรับพฤติกรรมการเลี้ยงดูของครอบครัวเป็นหลัก อย่างไรก็ตาม พฤติกรรมการเลี้ยงดูของครอบครัวที่ไม่สมดุล กล่าวคือ ความรักที่ผู้ปกครองมีต่อเด็กมากเกินไป อาจทำให้ตามใจจนเด็กเอาแต่ใจตนเอง ตื้อ ในทางตรงกันข้าม ครอบครัวที่ให้ความรักน้อยเกินไปก็จะทำให้เด็กขาดความอบอุ่น อาจทำให้เป็น

สาเหตุในการป่วยทางจิตของเด็ก

1.3 การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์การเยี่ยมบ้านผู้ป่วยจิตเวชในชุมชน นักศึกษาได้เยี่ยมครอบครัวที่มีผู้ป่วยทางสุขภาพจิต ผู้ป่วยเรื้อรัง หรือผู้ป่วยติดเตียง โดยเข้าเยี่ยมครอบครัวสัปดาห์ละ 1 วัน นักศึกษาได้ระบุว่าเข้าใจบทบาทของพยาบาลจิตเวชในชุมชนมากขึ้น เรียนรู้การสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้รับบริการและเทคนิคการสัมภาษณ์ประวัติผู้ป่วยเพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วน ซึ่งการสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาทางจิตใจนั้นเป็นเรื่องยากกว่าทางกาย ต้องเข้าใจและให้เวลาผู้ป่วยได้เปิดใจ นอกจากนี้ได้เรียนรู้ว่าสมาชิกครอบครัวพยายามดูแลสุขภาพของกันและกัน เช่น เมื่อคุณยายเป็นโรคหัวใจ คุณตาที่เล็กสูบบุหรี่ทันที เป็นต้น

ดังนั้นการให้การพยาบาลต้องให้สมาชิกครอบครัวมีส่วนร่วม และการตัดสินใจด้านสุขภาพต้องเป็นของครอบครัวไม่ใช่พยาบาล นักศึกษาเรียนรู้ที่จะต้องยึดหยุ่นต่อสถานการณ์และยอมรับการตัดสินใจของผู้ป่วย ถึงแม้ผู้ป่วยจะเลือกการปฏิบัติที่ไม่ถูกต้องก็ตาม เช่น ในกรณีที่นักศึกษาให้ข้อมูลเกี่ยวกับโทษของการดื่มสุรารอบด้านแล้ว แต่ผู้ป่วยก็ปฏิเสธการเลิกดื่มสุราและยังยืนยันจะดื่มต่อไป นักศึกษาก็ยอมรับการตัดสินใจนั้น สุดท้ายนักศึกษาได้เข้าใจเรื่องการดูแลผู้ป่วยอย่างเป็นองค์รวมมากขึ้น ได้ฝึกทักษะการวางแผนการพยาบาลได้อย่างครบถ้วนและครอบคลุมทั้งกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณที่เป็นรูปธรรมชัดเจนขึ้นกว่าการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วย

1.4 การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์การสร้างสัมพันธ์ภาพเพื่อการบำบัด การสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้ป่วยจิตเวชเป็นพื้นฐานของการพยาบาลจิตเวช นักศึกษาได้เรียนรู้ว่า จะต้องทำให้ผู้ป่วย “ไว้วางใจ” จึงจะให้การบำบัดที่มีคุณภาพได้ เพราะความไว้วางใจทำให้ผู้ป่วยกล้าเปิดใจที่จะให้ข้อมูลกับนักศึกษา นักศึกษามีการเตรียมตัวก่อนการไปสนทนากับผู้ป่วยด้วยการศึกษาเพิ่มประวัติ เพื่อให้ทราบข้อมูลพื้นฐานของผู้ป่วย และเข้าใจลักษณะอาการปฏิกิริยาที่ผู้ป่วยแสดงออกขณะสนทนากัน ซึ่งการเตรียมตัวดี

ช่วยกระชับเวลาในการสนทนา ช่วยผู้ป่วยบางคนไม่ รู้สึก  
รำคาญที่ต้องทำกิจกรรมอะไรที่ยาวนาน

นอกจากนั้นนักศึกษายังได้เรียนรู้การใช้เทคนิคการ  
สื่อสารเพื่อการบำบัด เช่น การใช้เทคนิคบอกความจริง  
กับผู้ป่วยที่มีความผิดปกติการรับรู้

### ประเด็นที่ 2 สัมพันธภาพระหว่างบุคคล

นักศึกษาสะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการฝึก  
ปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต ในประเด็นที่  
สำคัญ 2 ประเด็น คือ

2.1 สัมพันธภาพระหว่างสาขาวิชาชีพกับนักศึกษา ใน  
บันทึกสะท้อนคิดของนักศึกษาส่วนใหญ่มีความประทับใจ  
จากการสังเกตการณ์การปฏิบัติงานของสาขาวิชาชีพ เช่น  
แพทย์ นักจิตวิทยา พยาบาลพี่เลี้ยงในการดูแลรักษา  
ผู้ป่วยจิตเวช นักศึกษาได้เรียนรู้การรักษา การให้กำลังใจ  
และการให้คำแนะนำแก่ผู้ป่วยและญาติ ซึ่งการเรียนรู้นี้  
ทำให้นักศึกษาเข้าใจ นำสนใจมากกว่าการเรียนใน  
ห้องเรียน และง่ายต่อการอ่านหนังสือเพิ่มเติม นอกจากนี้  
นั้นนักศึกษาได้ระบุว่าประทับใจการต้อนรับและการให้  
ความร่วมมือของพยาบาลพี่เลี้ยงโรงพยาบาลส่งเสริม-  
สุขภาพตำบลและอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน  
ในการเรียนรู้จิตเวชชุมชน

2.2 สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ป่วย ในบันทึก  
สะท้อนคิดของนักศึกษาได้เรียนรู้ถึงการสร้างสัมพันธภาพ  
ระหว่างนักศึกษากับผู้ป่วยที่ดีและไม่ดี สัมพันธภาพ  
ระหว่างนักศึกษากับผู้ป่วยที่ไม่ดีมักเกิดขึ้นในระยะเริ่มต้น  
ของการสร้างสัมพันธภาพเพื่อการบำบัด นักศึกษาระบุว่า  
ได้เรียนรู้พฤติกรรมต่อต้านของผู้ป่วยที่แสดงออกในระยะ  
เริ่มต้น ได้แก่ นิ่งเฉยและเงียบ รู้สึกรำคาญที่ต้องคุยกับ  
นักศึกษา หรือผู้ป่วยไม่ยอมเล่า บอกว่าเล่าไปก็ไม่  
ประโยชน์ ทำให้นักศึกษารู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถ  
ช่วยแก้ปัญหาทางด้านจิตใจของผู้ป่วยได้

แต่อย่างไรก็ตาม สัมพันธภาพเพื่อการบำบัดสามารถ  
ดำเนินไปด้วยดี โดยเฉพาะการทำกลุ่มบำบัด นักศึกษาได้  
สะท้อนว่า ผู้ป่วยอยากเข้าร่วมกิจกรรม ชื่นชอบใน  
กิจกรรมที่นักศึกษาจัดให้ ผู้ป่วยที่เงียบ ๆ ก็เริ่มกล้าพูด

และแสดงออกมากขึ้น รู้สึกผ่อนคลาย สนุกสนาน  
นักศึกษารู้สึกภูมิใจต่อความสำเร็จในการดำเนินกลุ่ม  
บำบัด และภูมิใจจากการที่ผู้ป่วยให้ความไว้วางใจและ  
ให้การยอมรับนักศึกษา

### ประเด็นที่ 3 ประสบการณ์เชิงอารมณ์

นักศึกษาสะท้อนประสบการณ์เชิงอารมณ์ผ่านการฝึก  
ปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิต ในบันทึก  
สะท้อนคิด นักศึกษาเขียนบรรยายความรู้สึกและอารมณ์ที่  
แตกต่าง ซึ่งมีทั้งอารมณ์ทางบวกและทางลบ ได้แก่ ความ  
ประทับใจ ดีใจ สนุก สบายใจ ภูมิใจ รู้สึกไร้ความสามารถ  
รู้สึกผิด หดหู่ วิตกกังวล กลัว นักศึกษาส่วนใหญ่พบว่า  
ตนเองอยู่ในสถานการณ์ใหม่ทำให้เกิดความกลัว และ  
ความวิตกกังวล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการสร้างสัมพันธ-  
ภาพกับผู้ป่วยเป็นครั้งแรก นักศึกษาไม่แน่ใจในความ  
สามารถของตนเอง กลัวการเริ่มต้นการสนทนา กลัวว่าการ  
สนทนาจะไม่ใช่ลักษณะของการบำบัด กลัวว่า ผู้ป่วยจะ  
ไม่ให้ความร่วมมือ และในระยะยุติสัมพันธภาพนักศึกษา  
รู้สึกกังวลว่าจะมีวิธีการสื่อสารอย่างไรในระยะนี้เพื่อยุติ  
สัมพันธภาพกับผู้ป่วยได้

### วิจารณ์

การเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดหลังการฝึกปฏิบัติการ  
พยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิตของนักศึกษาพยาบาลพบ  
ว่ามี 3 ประเด็นที่แสดงถึงการสะท้อนคิดเกี่ยวกับ  
เหตุการณ์ การฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทาง  
จิตจากบันทึกสะท้อนคิดของนักศึกษาพยาบาล ได้แก่  
ประสบการณ์การเรียนรู้ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล และ  
ประสบการณ์เชิงอารมณ์

การสะท้อนคิดส่งเสริมประสบการณ์การเรียนรู้ ข้อ-  
ค้นพบของงานวิจัยว่า นักศึกษาได้เขียนบรรยายประสบ-  
การณ์และสะท้อนคิดว่าเกิดอะไรขึ้น ซึ่งในระหว่างการ  
สะท้อนคิดทำให้เกิดการเชื่อมโยงระหว่างประสบการณ์  
กับความรู้ที่จะนำไปสู่การเรียนรู้ ซึ่งการเรียนรู้เกิดขึ้นจาก  
ประสบการณ์ที่นักศึกษาเข้าใจและผ่านการตอบสนองต่อ  
ประสบการณ์ของตนเอง ประสบการณ์ คือความรู้ ซึ่งไม่

สามารถเรียนรู้ได้จากประสบการณ์เพียงอย่างเดียว แต่การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้จากการสะท้อนคิดประสบการณ์จากผลการบันทึกสะท้อนคิดของนักศึกษาพบว่า นักศึกษาได้กำหนดให้ผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางของการดูแลโดยใช้การสะท้อนคิดประสบการณ์เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลที่ถูกต้องและมีคุณภาพ นอกจากนี้บันทึกสะท้อนคิดของนักศึกษาได้สะท้อนให้เห็นถึงการพัฒนาความสามารถในการแก้ปัญหาและปฏิบัติการพยาบาลให้ถูกต้องสอดคล้องกับการศึกษาของ Harris M<sup>(6)</sup> ที่พบว่า นักศึกษามีการพัฒนาความสามารถในการกำหนดปัญหา วิเคราะห์ปัญหา และแนวทางในการแก้ปัญหาได้จากการสะท้อนคิด

สัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่มีประสิทธิภาพ ข้อค้นพบของงานวิจัยว่า สหวิชาชีพเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับนักศึกษาในสถานการณ์คลินิกที่แสดงให้เห็นถึงความเชี่ยวชาญทางคลินิกในการปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วยและญาติ ในขณะที่เดียวกันการสร้างสัมพันธภาพเพื่อการบำบัดซึ่งสัมพันธภาพระหว่างสหวิชาชีพกับนักศึกษา สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับญาติ ส่งผลให้เกิดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่น่าพอใจ และเป็นประสบการณ์ในคลินิกที่เหมาะสมและสร้างความประทับใจให้กับนักศึกษา นอกจากนี้สัมพันธภาพระหว่างสหวิชาชีพกับนักศึกษา สัมพันธภาพระหว่างนักศึกษากับผู้ป่วย ส่งผลให้เกิดสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่น่าพอใจ เป็นประสบการณ์ในคลินิกที่เหมาะสม<sup>(7)</sup> ช่วยให้นักศึกษาพัฒนาจิตใจตนเอง และช่วยพัฒนานักศึกษาให้เป็นพยาบาลที่มีความรับผิดชอบ และมีคุณภาพ ส่งผลดีต่อวิชาชีพพยาบาล<sup>(8)</sup>

การสะท้อนคิดส่งเสริมประสบการณ์เชิงอารมณ์ ข้อค้นพบของงานวิจัยว่า การสะท้อนคิดของนักศึกษาเพื่อลดความวิตกกังวล และความรู้สึกลึกซึ้งต่อสุขภาพจิตของนักศึกษา สอดคล้องกับงานวิจัยของ Sun F และคณะ<sup>(9)</sup> ที่พบว่า การเขียนบันทึกสะท้อนคิดช่วยการระบายความรู้สึก เช่น ความวิตกกังวล ส่งผลให้นักศึกษาเกิดการตระหนักรู้ในตนเองและสามารถเผชิญกับสถานการณ์ที่ตั้งเครียดได้ดีขึ้น ประสบการณ์ชีวิต ความคาดหวัง และอารมณ์เป็นตัวอย่างทางการศึกษาของนักศึกษายาบาล

ที่เป็นส่วนสำคัญของการเรียนรู้ในสภาพแวดล้อมทางคลินิก Harris M<sup>(10)</sup> กล่าวว่า การเขียนบันทึกสะท้อนคิดในระหว่างการฝึกภาคปฏิบัติจะช่วยพัฒนาประสบการณ์ทางวิชาชีพให้กับนักศึกษา ได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง ประสบการณ์ทางอารมณ์ของตนเอง และการรับรู้ในการตอบสนองต่ออารมณ์ของผู้อื่น นอกจากนี้ การเขียนบันทึกสะท้อนคิดยังเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้นักศึกษาสามารถประเมินประสบการณ์ที่ได้รับอย่างมีวิจารณญาณ<sup>(11)</sup> อีกทั้งยังช่วยให้นักศึกษาล้ำเหยียดกับความรู้สึกลึกซึ้งของตนเอง ด้วยการเขียนระบายความรู้สึกในบันทึกสะท้อนคิด และเสริมพลังแก่นักศึกษาในการเผชิญกับสถานการณ์ที่ยู่ยากในคลินิก

ข้อค้นพบของงานวิจัยครั้งนี้ว่า การเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดหลังการฝึกปฏิบัติการพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาทางจิตของนักศึกษายาบาลมี 3 ประเด็นคือ ประสบการณ์การเรียนรู้ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล และประสบการณ์เชิงอารมณ์

### ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. การบันทึกสะท้อนคิด เป็นการเขียนความรู้สึกและเหตุการณ์ต่าง ๆ ระหว่างการฝึกปฏิบัติ เช่น ความวิตกกังวล ความกลัวเพื่อบรรเทาอารมณ์ด้านลบ ต่าง ๆ ซึ่งอาจเป็นอุปสรรคต่อกระบวนการเรียนรู้ของนักศึกษา
2. นอกจากการบันทึกสะท้อนคิดโดยการเขียน อาจนำบันทึกสะท้อนคิดมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในกลุ่ม จะช่วยให้อาจารย์รับทราบความรู้สึกและปัญหาต่าง ๆ ของนักศึกษา ทำให้สามารถช่วยเหลือการฝึกปฏิบัติของนักศึกษาได้เหมาะสมขึ้น
3. ควรจัดให้มีการใช้บันทึกสะท้อนคิดในรายวิชาการฝึกปฏิบัติการพยาบาลอื่น ๆ เพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ให้แก่ักศึกษา

### เอกสารอ้างอิง

1. Koh LC. Academic staff perspectives of formative assessment in nurse education. Nurse Education in Practice

- [Internet]. 2010 [cite 2019 Sep 15];10(4):205-9. Available from: <http://centlib.medilam.ac.ir/documents/10129/37159/Academic+staff+perspectives+of+formative+assessment+in+nurse+education.pdf>
2. Jackson D, Mannix J. Clinical nurses as teachers: insights from students of nursing in their first semester of study. *Journal of Clinical Nursing* [Internet]. 2001 [cite 2019 Sep 15];10(2):270-7. Available from: [https://www.academia.edu/781186/Clinical\\_Nurses\\_As\\_Teachers\\_Insights\\_From\\_Students\\_of\\_Nursing\\_In\\_Their\\_First\\_Semester\\_of\\_Study](https://www.academia.edu/781186/Clinical_Nurses_As_Teachers_Insights_From_Students_of_Nursing_In_Their_First_Semester_of_Study)
  3. Catherine AA, Pamela M, Catherine N, Sharon SL, Melinda SM, Christine Y, et al. Enacting narrative pedagogy: the lived experiences of students and teachers. *Nursing and Health Care Perspectives* [Internet]. 2001 [cite 2019 Sep 15];22(5):252-9. Available from: [https://www.researchgate.net/publication/7786249\\_Enacting\\_narrative\\_pedagogy\\_The\\_lived\\_experiences\\_of\\_students\\_and\\_teachers](https://www.researchgate.net/publication/7786249_Enacting_narrative_pedagogy_The_lived_experiences_of_students_and_teachers)
  4. McGuire L, Lay K, Peter J. Pedagogy of reflective writing in professional education. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning* [Internet]. 2009 [cite 2019 Sep 15]; 9(1): 93-107. Available from: [https://www.researchgate.net/publication/234630691\\_Pedagogy\\_of\\_Reflective\\_Writing\\_in\\_Professional\\_Education](https://www.researchgate.net/publication/234630691_Pedagogy_of_Reflective_Writing_in_Professional_Education)
  5. Gibbs G. *Learning by doing: A guide to teaching and learning methods*. Further education unit. Oxford: Oxford Polytechnic; 1988.
  6. Harris M. Is journaling empowering? Students' perceptions of their reflective writing experience. *Health SA Gesundheit* [Internet]. 2005 [cite 2019 Sep 15]; 10(2): 47-60. Available from: [https://scholar.google.co.th/scholar?q=Is+journaling+empowering%3F+Students%20%99+perceptions+of+their+reflective+writing+experience&hl=th&as\\_sdt=0&as\\_vis=1&oi=scholar](https://scholar.google.co.th/scholar?q=Is+journaling+empowering%3F+Students%20%99+perceptions+of+their+reflective+writing+experience&hl=th&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar)
  7. Reljic NM, Pajnikihar M, Fekonja Z. Self-reflection during first clinical practice: the experiences of nursing students [Internet]. 2019 [cite 2019 Sep 15];72(1):61-6. Available from: <https://education-old.abzums.ac.ir/Portal/file/?473785/1-s2.0-S0260691718309158-main.pdf>
  8. Kuo CL, Turton M, Cheng SF, Lee-Hsieh J. Using clinical caring journaling. *Journal of Nursing Research* [Internet]. 2011 [cite 2019 Sep 15];19(2):141-9. Available from: [https://www.researchgate.net/profile/Chien\\_Lin\\_Kuo/publication/51141199\\_Using\\_Clinical\\_Caring\\_Journaling/links/5c355ca4a6fdcc6b59d8ef3/Using-Clinical-Caring-Journaling.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Chien_Lin_Kuo/publication/51141199_Using_Clinical_Caring_Journaling/links/5c355ca4a6fdcc6b59d8ef3/Using-Clinical-Caring-Journaling.pdf)
  9. Sun FK, Long A, Tseng YS, Huang HM, You JH, Chiang CY, et al. Undergraduate student nurses' lived experiences of anxiety during their first clinical practicum; a phenomenological study. *Nurse Education Today* 2016; 37(1):21-6.
  10. Harris M. Scaffolding reflective journal writing negotiating power. *Play and position*. *Nurse Education Today* 2008;28(3):314-26.
  11. Silvia B, Valerio D, Lorenza G. The reflective journal: a tool for enhancing experience-based learning in nursing students in clinical practice. *Journal Nursing Education Practice* [Internet]. 2013 [cite 2019 Sep 15];3(3):103-12. Available from: [https://www.researchgate.net/publication/272658192\\_The\\_reflective\\_journal\\_A\\_tool\\_for\\_enhancing\\_experience\\_based\\_learning\\_in\\_nursing\\_students\\_in\\_clinical\\_practice](https://www.researchgate.net/publication/272658192_The_reflective_journal_A_tool_for_enhancing_experience_based_learning_in_nursing_students_in_clinical_practice)

**Abstract: Learning through Reflection After Nursing Practice Training for People with Mental Health Problems of Nursing Students**

Somjitt Wiangperm, Ed.D.\*; Watcharee Sangsai, M.N.S.\*; Sangnapa Baramee, M.N.S.\*; Phawinee Soasuep, B.N.S.\*\*

\* Boromarajonani College of Nursing, Nakhon Ratchasima Province; \*\* Boromarajonani College of Nursing, Surin Province, Thailand

*Journal of Health Science 2020;29(6):1095-102.*

Clinical teaching management is considered a key to nursing education management aiming at developing learners' skill and competency in nursing practice and cognitive skills, as well as in situation-based problem-solving during their work. Applying reflection to clinical teaching management helps nursing students to learn regarding what they did, its consequences, and perspectives to solve the problems. The qualitative research aimed to understand perception and experience among the third-year nursing students regarding learning through reflection after nursing practice training on the subject of Nursing Care of Person with Mental Health Problems Practicum. The participants were 40 nursing students. Data were collected by using written diary of reflection between March and April 2018. Content analysis was used to analyze the data. The results of the study illustrated three main concepts follows: 1) the learning experience consist of group therapy, psychiatric history-taking, communication mental health and therapeutic relationship; 2) Interpersonal relationships consist interdisciplinary relationships and patient relationships; and 3) emotional experience consist of anxiety and worried during initial phase of therapeutic relationship. The result of the study showed that interaction with each other, help to facilitate in students' reflective process. Nursing students' reflection during clinical practice is effective learning in personal and professional level. Therefore, nursing instructors should help to promote the reflection behavior of nursing students while clinical practice. This will help nursing students learn to become high standards of professionalism in their work.

**Keywords:** learning; reflection; nursing students; mental health problem nursing practice