

การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐานด้วยการเรียนรู้  
แบบสะท้อนคิด สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตร้อยเอ็ด\*

Enhance Learning Effectiveness of the Meditation Course Based on the  
Reflective Method for the Freshy Class Mahamakut Buddhist University  
Roi Et Campus

พระครูวิกรมธรรมธัช<sup>1</sup> และพระครูชัยรัตนากร<sup>2</sup>  
Phrakhruwikromthammathach<sup>1</sup> and Phrakruchairattanakorn<sup>2</sup>  
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด<sup>1,2</sup>  
Mahamakut Buddhist University Roi Et Campus<sup>1,2</sup>  
Email : Peera0957182627@gmail.com

**บทคัดย่อ**

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐานด้วยการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จำนวน 139 รูป/คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสังเกตและแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐานด้วยการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด สอดคล้องกับทักษะการเรียนรู้ 5 ด้าน ได้แก่ 1)ด้านคุณธรรม จริยธรรม 2)ด้านความรู้ 3)ด้านทักษะทางปัญญา 4)ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และ 5)ด้านทักษะการวิเคราะห์ จำแนกผลการศึกษาออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านผู้สอน ด้านนักศึกษา ด้านการจัดการเรียนรู้ และ ด้านการวัดและประเมินผล หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**คำสำคัญ :** การพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน; การจัดการเรียนรู้; การเรียนรู้แบบสะท้อนคิด

\* Received March 17, 2020; Revised June 19, 2020; Accepted June 30, 2020

## ABSTRACT

The objective of the research is to enhance learning effectiveness of the meditation course based on the reflective method for the freshy class of MBU Roi Et Campus. The freshy students, totally 139 in number, are the target group, selected by means of specific sampling. The research tools consist of observation form and questionnaire. The statistics used in data analysis included percentage, mean and standard deviation,

The research results showed that the effectiveness of learning the meditation course was consistent with the five learning skills, namely, (1) morality and ethics, (2) knowledge, (3) intelligence, (4) personal interaction and (5) analysis. The test divided into four categories, i.e., teachers, students, learning management and measurement and assessment, featured the higher scores of the post-test than those of the pre-test with the statistically significant difference at .05.

**Keywords :** Enhance Learning Effectiveness; Learning Management; Reflective Learning Method  
Meditation Practice

### 1. ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

การจัดการเรียนรู้และประสบการณ์เพื่อการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติ ธรรมฐานด้วยการจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด เพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาสามารถเชื่อมโยงความคิดจากการ เผชิญสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกันมาก่อนมาใช้ในการวิเคราะห์เพื่อแก้ไขในสถานการณ์ใหม่ได้ การปฏิบัติ ธรรมฐานจำเป็นต้องใช้สติ สมาธิและปัญญาอย่างใคร่ครวญ และต้องใช้ความสามารถทางสติปัญญา ในการคิด พิจารณา ไตร่ตรอง แยกแยะว่าการกระทำใดดี ถูกหรือผิด สามารถอธิบายให้ได้ว่าทำไมจึงคิด และทำ เช่นนั้น (จินตนา ยูนิพันธ์, 2550 : 368) การคิดพินิจวิเคราะห์ ตรึกตรอง ใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง โดยเริ่มจากความสงสัยใคร่รู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับความคิดความเชื่อหรือองค์ความรู้ที่ยึดถือกันอยู่และใช้ความ พยายามในการค้นหาคำตอบโดยอาศัยเหตุผลและข้อมูลอ้างอิง เรียกว่า การสะท้อนคิด (Dewey, 1993) ซึ่งการสะท้อนคิดด้วยตนเอง เป็นกระบวนการ ตรวจสอบ ภายในตัวบุคคลและค้นหาสิ่งที่บุคคลสนใจจะ เกิดขึ้นโดยการกระตุ้นจากประสบการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมามีผลนำไปสู่การเปลี่ยนมุมมองและแนวคิดใหม่ การสะท้อนคิดด้วยตนเองถือเป็นบริบทของการเรียนรู้โดยอาศัยกระบวนการทางปัญญาและทัศนคติต่อ การกระทำซึ่งแต่ละบุคคลสามารถค้นหาได้ จากประสบการณ์เดิมของตนเอง นำไปสู่ความเข้าใจและ

ยอมรับสิ่งใหม่ๆ (Boud, Keogh, & Walker, 2005) จึงถือได้ว่าการสะท้อนคิดด้วยตนเองเป็นศักยภาพของบุคคลในการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนมุมมองโดยเกิดขึ้นอย่างเป็นกระบวนการ นักวิชาการที่สนใจเรื่องการสะท้อนคิดได้จัดระดับการสะท้อนคิดออกเป็นขั้นตอนต่างๆ เช่น Matthew-Maich จัดไว้ 5 ขั้นตอน ได้แก่ การย้อนคิด การนำเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมาเล่าหรือเขียน บันทึก การวิเคราะห์ความรู้สึกถึงเหตุการณ์ การหาแนวทางการแก้ปัญหา และการวางแผนปฏิบัติที่เป็นมุมมองใหม่ ขณะที่ Gibbs (1998) จัดไว้ 6 ขั้นตอน โดยบรรยาย ประสบการณ์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ วิเคราะห์และประเมินว่าดีหรือไม่ดี วิเคราะห์โดยภาพรวม สรุปแนวคิด และวิธีการแก้ปัญหาโดยใช้เหตุผลประกอบและวางแผนเพื่อการนำไปใช้ แม้จะมีการจัดระดับขั้นตอนที่หลากหลายของนักวิชาการ แต่สาระโดยสรุป คือ มีการบรรยายเหตุการณ์ที่พบวิเคราะห์และหาแนวทางแก้ปัญหา เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนทักษะการสะท้อนคิด วิธีการส่งเสริมเพื่อให้เกิดทักษะการสะท้อนคิดทำได้หลายวิธี แต่วิธีการที่นิยมใช้กันมาก คือ การสนทนาและการเขียน (ศิราณี เก็จกรแก้ว, 2552) ทั้งนี้ คณะผู้วิจัยเห็นว่าการเขียนบันทึก การเรียนรู้ เป็นวิธีการหนึ่งที่น่าจะช่วยให้นักศึกษาได้มีการพัฒนากระบวนการคิดที่ดีขึ้นได้ การฝึกการสะท้อนคิดต้องอาศัยการตระหนักรู้ในตนเอง และการเข้าใจในตนเองที่สะท้อนคิดด้วยตนเองเป็นประจำ มองประสบการณ์เดิม ผสานความรู้ใหม่ และพัฒนากลายเป็นความรู้ใหม่ในที่สุด โดยมีผู้สอนเป็นผู้ชี้แนะแนวทางการเขียนบันทึกสะท้อนสิ่งที่ตนสนใจของการเขียน ให้ นักศึกษาพัฒนาตนเอง จนเกิดกระบวนการตาม ขั้นตอนของการสะท้อนคิดในที่สุด ผลที่ได้จากการฝึกฝน จะเป็นองค์ความรู้ในตนเองที่นักศึกษานำไปใช้ประโยชน์ต่อไปได้ คณะผู้วิจัยจึงนำแนวคิดนี้มาพัฒนาโปรแกรมการเรียนรู้ที่นอกเหนือไปจากการเรียนรู้ในห้องเรียน โดยใช้แนวคิดกระบวนการสะท้อนคิดด้วยตนเองของ Gibbs เป็นแนวทางการพัฒนาเพื่อเพิ่มศักยภาพของ

ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด โดยคาดหวังว่าการเขียนบันทึกการเรียนรู้ จะช่วยให้เกิดการคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบและนำไปใช้ประโยชน์กับการเรียนรู้ในอนาคตได้

จากความสำเร็จและความต้องการดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยเห็นว่ามีความจำเป็นต้องพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐานสำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิดเพื่อพัฒนาการเรียนการสอนให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐานสำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด โดยใช้รูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด

### 3. สมมติฐานการวิจัย

3.1 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐานด้วยการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2561 หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

### 4. ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

4.1 ทำให้ทราบผลสัมฤทธิ์การจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิดในรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐาน สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2561 หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง

### 5. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองเพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐานด้วยการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2561 จำนวน 139 รูป/คน โดยการสุ่มแบบเจาะจง เทคนิควิธีการหรือนวัตกรรมที่ใช้ คือ การจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด เพื่อการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐาน สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด โดยใช้แบบทดลองกลุ่มเดียวโดยการทดสอบก่อนการทดลองและทดสอบหลังการทดลอง เครื่องมือวิจัยในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบสังเกตพฤติกรรมและแบบสอบถาม การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้ 1)ชี้แจงเพื่อทำความเข้าใจกับนักศึกษาถึงวิธีการทดลอง จุดประสงค์การทดลอง และวิธีการประเมินผล 2)ทำการทดสอบก่อนการทดลอง (Pretest) โดยใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐาน 3)ดำเนินการสอนโดยผู้วิจัยเป็นผู้สอน ตามชุดการอ่านที่จัดทำขึ้น ใช้เวลาในการทดลอง 10 ชั่วโมง 4)ทำการทดสอบหลังการทดลอง (Posttest) โดยใช้แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐานชุดเดิมที่ใช้ทดสอบก่อน การทดลอง 5)วัดความพึงพอใจในการใช้ชุดนวัตกรรม 6)ตรวจให้คะแนนการทำแบบทดสอบ แล้วนำผลคะแนนที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติ 7)สรุปและอภิปรายผลการทดลอง การวิเคราะห์ข้อมูลและแปลความหมาย ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัย ดังนี้ 1)การหาค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบ วัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติธรรมกรรมฐานของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ก่อนและหลังการทดลอง 2)เปรียบเทียบผลลัพธ์ 3)วิเคราะห์ผลแบบวัดความพึงพอใจ ด้วยวิธีการทางสถิติ

## 6. ผลการวิจัย

6.1 การพัฒนาผลสมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติกรรมฐานด้วยการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ซึ่งสอดคล้องกับทักษะการเรียนรู้ 5 ด้าน ได้แก่ 1)ด้านคุณธรรม จริยธรรม 2)ด้านความรู้ 3)ด้านทักษะทางปัญญา 4)ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และ 5)ด้านทักษะการวิเคราะห์ จำแนกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ ด้านผู้สอน ด้านนักศึกษา ด้านการจัดการเรียนรู้ และด้านการวัดและประเมินผล หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนี้

6.1.1 ด้านผู้สอน พบว่า หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองที่ระดับมากทุกข้อ ผู้สอนมีการ มอบหมายงานล่วงหน้าเพื่อให้นักศึกษามีเวลาเตรียมตัวและคิดวิเคราะห์ และติดตามการสะท้อนคิดอย่างสม่ำเสมอ ผู้สอนต้องระบุเป้าหมาย หัวข้อการสอน วัตถุประสงค์ และความต้องการที่ชัดเจน โดยให้ความร่วมมือกันทุกคนอย่างพร้อมเพรียง ไม่ปิดกั้นให้ใครคนใดคนหนึ่ง และผู้สอนมีหน้าที่ยิ้มแย้มแจ่มใส ไม่ตำหนินักศึกษา ต้องนิ่ง ไม่ชี้หน้าแต่ควรตั้งคำถามที่เป็นเหตุเป็นผล

6.1.2 ด้านนักศึกษา พบว่า หลังการทดลอง พบว่า สูงกว่าก่อนการทดลองที่ระดับมากทุกข้อ ได้แก่ ฟึก การคิดวิเคราะห์ ต้องมีการวางแผนที่ดี แบ่งเวลาในการเขียนให้เหมาะสม มีอิสระในการเขียน มีความ กระตือรือร้น และมีทักษะการตั้งคำถามที่ดี และมีการเรียนรู้จากสภาพการจริงเรียนรู้ตรงกับความต้องการ ความสนใจและความถนัดของตน

6.1.3 ด้านการจัดการเรียนรู้ พบว่า หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองที่ระดับมากทุกข้อ ได้แก่ บันทึกการเรียนรู้ในการจัดการเรียนการสอน เช่น Journal writing หรือ Learning log สามารถนำไปใช้ ในการสะท้อนความคิดนักศึกษาทั้งในภาคทฤษฎีและปฏิบัติ การสะท้อนการคิดโดยการเขียนบันทึก ควรให้ เวลาในการสะท้อนคิดอย่างเหมาะสม ไม่สั้นจนเกินไป เช่น ควรให้นักศึกษาลองฝึกเขียนในสัปดาห์แรก จากนั้น ควรสะท้อนการคิดในสัปดาห์ถัดไป

6.1.4 ด้านการวัดและประเมินผล พบว่า หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองที่ระดับมากทุกข้อ คือ ใช้ Authentic assessment ในการประเมิน แต่ควรมีการทำข้อตกลงระหว่างผู้สอนและนักศึกษาซึ่งจะต้องมีการกำหนดสิ่งที่ต้องการวัดให้ชัดเจน และประเมินจากการเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้ โดยให้เขียน ภายหลังจากการเรียนรู้ในแต่ละวันหรือสัปดาห์ว่าต้องการเรียนรู้อะไรเพิ่มเติม มีปัญหาด้านใดบ้าง ต้องการ อะไร เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการเรียนการสอนต่อไป

## 7. อภิปรายผลการวิจัย

การพัฒนาผลสมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาการปฏิบัติกรรมฐานด้วยการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด สำหรับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด มีความสอดคล้องกับ ทักษะการเรียนรู้ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านคุณธรรม จริยธรรม ด้านความรู้ ด้านทักษะทางปัญญา ด้านทักษะ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และด้านทักษะการวิเคราะห์ จำแนกเป็น 4 ด้าน หลังการทดลองสูงกว่าก่อน การทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สามารถอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

7.1 ด้านผู้สอน หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองที่ระดับมากทุกข้อ คือ ผู้สอนมีการ มอบหมายงานล่วงหน้าเพื่อให้นักศึกษามีเวลาเตรียมตัวและคิดวิเคราะห์ และติดตามการสะท้อนคิด อย่างสม่ำเสมอซึ่งผู้สอนสามารถระบุเป้าหมาย หัวข้อการสอน วัตถุประสงค์ และความต้องการที่ชัดเจน โดย ให้ความร่วมมือกันทุกคนอย่างพร้อมเพรียง ไม่ปิดกั้นให้ใครคนใดคนหนึ่ง สอดคล้องกับที่ Sherwood (2014) กล่าวว่า ผู้สอนมีบทบาทสำคัญในการเป็นผู้กระตุ้นให้ผู้เรียนได้ฝึกการสะท้อนคิด ทั้งนี้ลักษณะ ผู้สอนที่ทำให้การจัดการเรียนการสอนด้วยเทคนิคการสะท้อนคิดประสบความสำเร็จ คือ ผู้สอน จะต้องเป็นคน ที่มีความใส่ใจผู้เรียน เป็นผู้ที่มีความอยากรู้ อยากเห็น และเรียนรู้จากประสบการณ์และ สิ่งต่างๆ ที่อยู่ รอบตัวเสมอ รวมถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีในการดูแลตนเองให้แก่ผู้เรียนด้วย นอกจากนี้ ผู้สอนจะต้อง สามารถช่วยให้ผู้เรียนสามารถคิดวิเคราะห์เหตุการณ์หรือประสบการณ์ที่เรียนรู้ได้ และให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ จากข้อผิดพลาดต่างๆ ซึ่ง Chaffey and Finnagan (2012) เห็นว่าผู้สอน ที่ประสบการณ์น้อยอาจต้องอาศัยอาจารย์ที่มีประสบการณ์เข้ามาช่วย นอกจากนี้ ผู้สอนผู้สอนต้องฝึกฝน ตนเองให้มีศักยภาพใน ระดับการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณให้ข้อคิดเห็นว่าถ้าผู้เรียนไม่เห็นต้นแบบ ของการสะท้อนคิดจากผู้สอน ผู้เรียนจะให้คุณค่ากับการฝึกการสะท้อนคิดลงทันที

7.2 ด้านนักศึกษา หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองที่ระดับมากทุกข้อ คือ ฝึกการคิดวิเคราะห์ ต้องมีการวางแผนที่ดี แบ่งเวลาในการเขียนให้เหมาะสม มีอิสระในการเขียน มีความกระตือรือร้น และมีทักษะการตั้งคำถามที่ดี และมีการเรียนรู้จากสภาพการจริงเรียนรู้ตรงกับความต้องการความสนใจ และความถนัดของตน สอดคล้องกับที่ Finlay L. (2008) กล่าวว่า ลักษณะของผู้เรียนที่ทำให้การเรียน แบบสะท้อนคิดประสบความสำเร็จต้องมีการเรียนรู้ด้วย ตนเองพร้อมและมีแรงจูงใจที่จะเรียนรู้มีความสงสัย ใฝ่รู้ และเห็นคุณค่าของประสบการณ์ที่ผ่านมาว่าเป็น ประโยชน์ในการเรียนรู้ ดังนั้น จึงอาจมีความจำเป็น ที่ผู้สอนควรมีการประเมินผู้เรียนก่อนว่ามีคุณลักษณะดังกล่าวหรือไม่ และถ้าประเมินแล้ว พบว่า ผู้เรียน ไม่มีคุณลักษณะดังกล่าวก็จำเป็นที่ต้องมีการเตรียมความพร้อมให้ผู้เรียนก่อน โดยอาจใช้กระบวนการ เพื่อละลายพฤติกรรมผู้เรียน และรวมทั้งการอธิบายถึง ประโยชน์ของการเรียนการสอนโดยใช้เทคนิค การสะท้อนคิดว่าจะเกิดประโยชน์กับผู้เรียนอย่างไรบ้าง

7.3 ด้านการจัดการเรียนรู้ หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองที่ระดับมากทุกข้อ คือ บันทึก การเรียนรู้ในการจัดการเรียนการสอน เช่น Journal writing หรือ Learning log สามารถนำไปใช้ในการ สะท้อนความคิดนักศึกษาทั้งในภาคทฤษฎีและปฏิบัติ การสะท้อนการคิดโดยการเขียนบันทึก สอดคล้อง กับ ที่ Johns (2000), ปิยาณี ณ นคร และคณะ (2559), อัศนี วันชัย และคณะ (2560) ที่เห็นสอดคล้อง กันว่า กระบวนการสะท้อนคิดเป็นการพิจารณาสิ่งต่างๆ อย่างรอบคอบโดยใช้สติและมีสมาธิ ซึ่งเป็นวิธีการ ที่ทำให้ตัวเราได้ทบทวนและสะท้อน การกระทำของตน (Reflective Practice) โดยสามารถแสดงออกได้ ทั้งการพูดและการเขียน เพื่อให้เกิด ความเข้าใจและเกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ แสวงหาคำตอบโดย ใช้เหตุผล แก้ไขปัญหา นำไปสู่การพัฒนาปรับปรุงตนเอง และปรับปรุงงานให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น ซึ่ง Finlay L., (2008), Karimi S. et al, (2017) เห็นว่า สิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ที่สำคัญ คือ การเตรียม แหล่งข้อมูลที่สนับสนุนการเรียน เวลา โอกาสและเครื่องมือสำหรับการสะท้อนคิดให้เพียงพอ ให้พร้อม ที่จะให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ ผูกการอธิบาย และฝึก การสะท้อนคิด และรวมทั้งประสบการณ์ที่นำมาสอน ต้องมีความซับซ้อนเพียงพอผู้สอนอาจ กระตุ้นให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็นต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เป็นต้น

7.4 ด้านการวัดและประเมินผล พบว่า หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองที่ระดับมากทุกข้อ คือ ใช้ Authentic assessment ในการประเมินโดยมีการทำข้อตกลงระหว่างผู้สอนและนักศึกษา ซึ่ง จะต้องมี การกำหนดสิ่งที่ต้องการวัดให้ชัดเจน ในการประเมินจากการเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้ โดยให้ เขียน ภายหลังจากเรียนรู้ในแต่ละวัน หรือ สัปดาห์ ว่าต้องการเรียนรู้อะไรเพิ่มเติม มีปัญหาด้านใดบ้าง ต้องการ อะไร เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการเรียนการสอนต่อไป สอดคล้องกับที่ ปิยาณี ณ นคร และคณะ (2559) อัศนี วันชัย และคณะ (2560) กล่าวว่า การสอนโดยใช้เทคนิคการสะท้อนคิดจะช่วยให้ผู้สอน สามารถประเมินความรู้ ทักษะ และทักษะการปฏิบัติของนักศึกษาได้ และแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้เรียน ได้ทันเวลาที่ในขณะที่ผู้เรียนได้ประโยชน์ คือ สามารถประเมินศักยภาพและจุดบกพร่องของตนเอง และ ค้นหาวิธีการเพื่อปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นและสามารถบูรณาการความรู้ทางทฤษฎีสู่การการปฏิบัติได้จริงซึ่ง สอดคล้องกับที่ Wichainate, K. (2014) ได้ศึกษาวิจัยของ Lutz et al (2016) พบว่า การสะท้อนคิดช่วยให้ผู้เรียนเผชิญสถานการณ์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และการเขียนบันทึกการสะท้อนคิดทำให้ผู้เรียน ตระหนักถึงความคิดและการกระทำของตนเองมากขึ้น ซึ่ง Larsen et al (2016) เห็นว่านอกจากนี้ ในแง่ ของคุณภาพ การสอนโดยใช้เทคนิค การสะท้อนคิด ยังเป็นกลยุทธ์สำคัญในการช่วยให้นักศึกษา คิดเกี่ยวกับการปฏิบัติและแนวทางในการพัฒนาคุณภาพของการฝึกปฏิบัติ โดยการตั้งคำถามว่าจะทำ อย่างไรให้งานดี ขึ้น ซึ่ง Sherwood (2014) เห็นว่าการบูรณาการความรู้ และประสบการณ์ที่มีอยู่ส่งผล ให้เกิดคุณภาพอย่างต่อเนื่อง และ ประการสำคัญคือเมื่อผู้เรียนมีการฝึกการสะท้อนคิด อย่างสม่ำเสมอจะทำให้ผู้เรียนคนนั้น สามารถเชื่อมความรู้สึกของตนเองให้เข้ากับทุกอย่างที่อยู่รอบตัว ของเขา ไม่ว่าจะเป็นกาย อารมณ์ ความรู้สึก จิตใจ จิตวิญญาณ สติ และปัญญา ซึ่งสอดคล้องกับ

รายละเอียดของรายวิชา (Course Specification) ข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางการบริหารจัดการของรายวิชาการปฏิบัติกรรมฐาน มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด ที่ได้กำหนดไว้

## 8. ข้อเสนอแนะ

### 8.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

8.1.1 มหาวิทยาลัยควรมีนโยบายการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบสะท้อนคิด เพื่อให้ให้นักศึกษาได้แสดงความคิดและความรู้สึกโดยไม่ ปิดกั้นรวมทั้งได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ที่แตกต่างไปจากความคิดเดิมของตน

### 8.2 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ปฏิบัติ

8.2.1 ผู้สอนควรมีการบริหารจัดการเวลาในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ให้เป็นไปตามที่กำหนด และไม่ควรมีให้สมาชิกคนใดคนหนึ่งสะท้อนคิดมากเกินไป เพราะอาจจะทำให้สมาชิกในกลุ่มคนอื่นๆ เกิดความเบื่อหน่ายได้

8.2.2 การนำรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิดไปใช้ในบริบทวิชาอื่น ผู้สอนควรคำนึงถึง ศักยภาพของผู้เรียนด้วย เนื่องจากการสะท้อนคิดที่ก่อให้เกิดประสิทธิผลนั้นจำเป็นต้องมีประสบการณ์ และเวลาในการบ่มเพาะความรู้ ทักษะ เพื่อนำไปสู่การขยายผลทางความคิดและพัฒนาวิธีคิด อันจะส่งผล ให้การสะท้อนคิดนั้นมีความลุ่มลึกและหลากหลาย

8.2.3 ควรมีการนำรูปแบบการจัดการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด ไปใช้ในรายวิชา ระดับชั้นปีอื่น เพื่อ ศึกษาความสามารถด้านกระบวนการคิดขั้นสูงขึ้นไป

### 8.3 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

8.3.1 ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่อง รูปแบบการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้วยการเรียนรู้แบบสะท้อนคิด สำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด

8.3.2 ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ด้วยการเรียนของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด โดยใช้หลักธรรมทางพุทธศาสนา

## 9. บรรณานุกรม

- จินตนา ยูนิพันธุ์. (2550). จริยธรรมในการประกอบวิชาชีพพยาบาล เอกสารการสอนชุดวิชาหน่วยที่ 1-8 **ประสบการณ์วิชาชีพการพยาบาล**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ปิยาณี ณ นคร และคณะ. (2559). การศึกษาแนวทางการจัดการเรียนรู้ผ่านการสะท้อนคิดเพื่อพัฒนากระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณในนักศึกษาพยาบาล. *Rama NursJ.* 22(2). 206-221.



- ศิริธานี เกียรติกรแก้ว. (2552). การจัดการเรียนการสอนภาคปฏิบัติโดยวิธีการส่งเสริมการสะท้อนคิด. **วารสารการพยาบาลและสุขภาพ**. 3(3). 10-17.
- อัศนี วันชัย และคณะ. (2560). การจัดการเรียนการสอนโดยใช้เทคนิคการสะท้อนคิดในการศึกษาพยาบาล. **วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ**. 11(2). 105-115.
- Boud D, Keogh R, Walker D. (2005). **What is reflection in learning?** In: Boud D, Keogh R, Walker D, Editors. **Reflection : Turning experience into learning**. Oxford : Routledge.
- Chaffey LJ, de Leeuw EJ, Finnigan GA. (2012). Facilitating students' reflective practice in a medical course : Literature review. **Educ Health (Abingdon)**. 25(3). 198-203.
- Dewey J. (1933). **How we think: A restatement of the relation of reflective thinking to the educative process**. Boston, NY : D.C. Heath and Company.
- Finlay L. (2008). **Reflecting on "reflective practice" (Internet)**. Boston, NY : D.C. Heath and Company.
- Gibbs G. (2005). **Learning by doing: A guide to teaching learning methods**. London : FEU.
- Karimi S. et al. (2017). **A qualitative inquiry into nursing students' experience of facilitating reflection in clinical setting**. Oxford : Routledge.
- Larsen et al. (2016). Using reflection to influence practice: Student perceptions of daily reflection in clinical education. **Perspect Med Educ**. 5(5). 285-291.
- Lutz et al. (2016). Reflective practice and its role in facilitating creative responses to dilemmas within clinical communication—a qualitative analysis. **BMC Med Educ**. 16(1). 301-314.
- Sherwood. (2014). **Reflective practice: Transforming education and improving outcomes**. Indianapolis : Sigma Theta Tau International.
- Wichainate K. (2014). Reflective thinking: Teaching students to develop critical thinking in nursing practice. **Journal of The Police Nurse**. 6(2). 187-99.