

ตลอดวารสารฉบับนี้ผู้อ่านทุกท่านคงได้เข้าถึงเนื้อหา และใจความสำคัญในหลายๆ แง่มุมเกี่ยวกับการโค้ชในบริบทการศึกษาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ไม่ว่าจะเป็นทักษะที่จำเป็นในการเป็นโค้ชทางการศึกษา ความท้าทายในการโค้ชผู้เรียนยุคใหม่ และการสร้างความสัมพันธ์ที่เหมาะสมระหว่างโค้ชและผู้เรียน แต่ประเด็นจากมุมมองของผู้เรียน ยังไม่ได้ถูกกล่าวถึงมากนักในวารสารเล่มนี้



ในบทความ Students' voice นี้ ผู้เขียนตั้งใจนำแง่มุมของนักศึกษาแพทย์มาสรุปและนำเสนอให้แก่ผู้อ่านทุกท่าน ซึ่งในวารสารฉบับนี้ได้มีโอกาสรับฟังความเห็นนักศึกษาแพทย์จากต่างคณะและหลากหลายชั้นปี จำนวน 7 คน ซึ่งทุกคนล้วนมีประสบการณ์ในการถูกโค้ชในช่วงระหว่างเรียน โดยผู้เขียนหวังว่า บทความนี้จะมีส่วนในการสร้างมุมมอง ความเข้าใจให้แก่ผู้อ่าน เพื่อที่จะเข้าใจผู้เรียนได้มากยิ่งขึ้นและนำไปประยุกต์ใช้กับการโค้ชในการเรียนการสอนการศึกษาระดับวิทยาศาสตร์สุขภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ผ่านประเด็นคำถาม ดังนี้

1. การมีโค้ชในระหว่างการเรียนแพทย์มีประโยชน์ในการเรียนแพทย์ของคุณอย่างไรบ้าง
2. คุณลักษณะของโค้ชที่นักศึกษาต้องการปรึกษาเมื่อพบเจอปัญหาระหว่างการเรียน
3. อุปสรรคที่ทำให้กระบวนการโค้ชไม่มีประสิทธิภาพ ในมุมมองของนักศึกษา
4. แบ่งปันประสบการณ์ที่ได้รับจากการโค้ชที่ประทับใจในระหว่างการเรียน

นพ.ณาน จิตรนำทรัพย์

ศูนย์ความเป็นเลิศด้านการศึกษาระดับวิทยาศาสตร์สุขภาพ
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

1

การมีโค้ชในระหว่างการเรียนแพทย์มีประโยชน์ในการเรียนแพทย์ของคุณอย่างไรบ้าง

โดยรวมผู้ให้สัมภาษณ์เห็นตรงกันว่า การมีโค้ชในระหว่างการเรียนแพทย์นั้นมีประโยชน์อย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นด้านการให้คำแนะนำ ชี้แนะแนวทางในการเรียนซึ่งทำให้ผู้เรียนไปสู่เป้าหมายการเรียนรู้ได้ โดยในแต่ละชั้นปีของการเรียนแพทย์นั้นมีเนื้อหาที่เยอะและหลากหลาย อาศัยการปรับตัวที่มาก นอกจากนี้ โค้ชยังช่วยเตรียมพร้อมให้นักศึกษาที่ต้องเผชิญความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดในอนาคต สังคมที่เปลี่ยนแปลง การทำงานที่ต้องเจอผู้คนหลากหลาย การปรับตัวในการใช้ชีวิตในสังคมใหม่

“การมีโค้ชทำให้รู้สึกเหมือนมีคนคอยแนะนำตลอดการเรียน เพราะว่าในการเรียนแพทย์ แต่ละชั้นปีก็จะมีเนื้อหา มีแนวทางในการเรียนที่แตกต่างกันไป การมีโค้ชก็จะทำให้เราสามารถเตรียมพร้อมรับกับความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดในอนาคตได้ดีมากขึ้น เหมือนมีคนคอย guide รายละเอียดให้ หากมีปัญหาอะไรระหว่างการเรียนก็มีที่ปรึกษาให้ปรึกษาให้ถึง นอกจากเรื่องการเรียนแล้ว บางทีโค้ชก็เป็นที่ปรึกษาในด้านของการใช้ชีวิตในสังคมที่ต้องเจอกับคนมากมาย มีหลายบทบาทมากขึ้น”

นศพ.ณภัค



“การมีโค้ชช่วยให้มีที่ปรึกษาด้านการเรียน เหมือนพี่สาวหรือพี่ชายคอยให้กำลังใจไม่ให้หมดไฟ ร่วมยินดีวันที่เราสำเร็จและช่วยเหลือในครั้งที่เราลำบาก”

นพ.พัชกรส์

จะเห็นได้ว่ามุมมองของนักศึกษาแพทย์ต่อโค้ชมีความแตกต่างกัน นอกจากโค้ชจะเป็นที่ปรึกษาแล้ว บางท่านเปรียบว่าโค้ชเสมือนเพื่อนที่คอยเดินไปกับเราตลอดการเรียนแพทย์ หรือเสมือนครอบครัวที่คอยให้กำลังใจไม่ให้เราหมดไฟในวันที่เหนื่อยล้า คอยรับฟังปัญหา รวมถึงร่วมยินดีในวันที่เราประสบความสำเร็จ

2

คุณลักษณะของโค้ชที่นักศึกษาต้องการปรึกษาเมื่อพบเจอปัญหาระหว่างการเรียน

เห็นได้ว่าคุณสมบัติหลักของโค้ชที่ถูกพูดถึงเป็นหลักคือ มีความคิดที่เปิดกว้างพยายามเข้าใจมุมมองของคนที่มาปรึกษาปัญหา ไม่ด่วนตัดสินผู้ที่มาปรึกษา มองปัญหาอย่างเป็นกลาง โดยโค้ชอาจเข้มงวดได้บ้างแต่ไม่ควรมากเกินไปจนกดดันให้ผู้เรียนรู้สึกวิตกกังวล และคุณสมบัติอื่นๆ ที่นักศึกษากล่าวถึง ได้แก่ การที่โค้ชนั้นมีเวลาที่มีมากพอในการรับฟังคำปรึกษา โค้ชควรจะมีบุคลิกที่ดีซึ่งบ่งบอกถึงความน่าเชื่อถือ มีคำแนะนำที่มีหลักการและเหตุผลประกอบ ซึ่งทำให้นักศึกษาแพทย์เข้าใจและนำไปใช้ได้จริง

“ผมชอบโค้ชที่ใจเย็น สอนแบบค่อยเป็นค่อยไป ทีละ step และมีความตั้งใจที่จะสอนจริงๆ อาจจะถูกได้บ้างไว้เป็นแรงผลักดันเรา แล้วก็ที่สำคัญที่สุดสำหรับผมคือมีการแสดงออกถึงความจริงใจ เพราะความจริงใจทำให้เรารู้และมั่นใจว่าเขามีเจตนาที่ดีจริงๆ และทำให้เราสบายใจที่จะรับฟังได้ดีมากขึ้นครับ”

นศพ. สุวิจักขณ์



“โค้ชควรเข้าใจมุมมองของคนที่ประสบปัญหา มีประสบการณ์ และสามารถให้คำแนะนำ โดยที่ไม่ยึดตัวเองเป็นที่ตั้งเกินไป”

นศพ. จิรวัดณ์



“โค้ชควรมี attitude ที่ดี เข้าใจความรู้สึกของผู้มาปรึกษา พร้อมให้คำปรึกษา ใส่ใจในการให้คำปรึกษา รวมถึงมีแนวทางในการแก้ปัญหาที่ดี ไม่ดูเอาความคิดตนเองเป็นหลัก นอกจากนี้ควรเป็นผู้ใหญ่ที่น่าเคารพ พูดจาดี มีหลักการ”

นศพ. ฌภัก

ซึ่งคุณสมบัติข้างต้นแสดงให้เห็นว่า หากโค้ชมีความตั้งใจและจริงใจที่จะช่วยเหลือ ผู้เรียนจะรับรู้และมั่นใจได้ว่าโค้ชมีเจตนาที่ดี สบายใจในทุกๆ ครั้งที่ขอความช่วยเหลือจากโค้ช

3

อุปสรรคที่ทำให้กระบวนการโค้ชไม่มีประสิทธิภาพในมุมมองของนักศึกษา

แบ่งออกเป็นประเด็นหลัก 2 ประเด็น ได้แก่ เรื่องมุมมองของโค้ชต่อผู้เรียนและการที่ผู้เรียนเข้าถึงโค้ชได้ยากในแง่มุมมองของโค้ช ผู้ให้สัมภาษณ์คิดว่าบางครั้งโค้ชไม่ได้ทราบถึงความรู้พื้นฐาน สภาพจิตใจ ลักษณะนิสัยของผู้เรียน ยึดมุมมองของตนเองเป็นหลัก ทำให้หลายครั้งการสื่อสารและให้ความช่วยเหลือเป็นไปด้วยความยากลำบาก โดยถ้ามีความไม่เข้าใจกัน เกิดความอึดอัดขึ้นซึ่งอาจเกิดจาก generation gap สุดท้ายทั้งสองฝ่ายอาจต้องมีการหารือกันถึงทางออก

ประเด็นที่สองคือการที่ผู้เรียนเข้าถึงโค้ชได้ยากไม่ว่าจะเป็น ภาพลักษณ์ที่ห่างไกลกันของนักศึกษาแพทย์กับอาจารย์ ความไม่กล้าของผู้เรียนที่จะปรึกษา และเวลาของอาจารย์แพทย์ที่มีอย่างจำกัด ในขณะที่ในการเป็นโค้ช การเข้าใจปัญหาร่วมกับผู้เรียนถือเป็นเรื่องที่สำคัญ ต้องใช้เวลาและเปิดใจระหว่างกัน

“การยึดมุมมองและประสบการณ์ของโค้ชในการให้คำปรึกษามากเกินไป เพราะปัญหาเดียวกันที่เกิดขึ้นกับแต่ละคน มีความร้ายแรงไม่เท่ากัน และแต่ละคนก็มีวิธีการแก้ปัญหาที่ต่างกัน โค้ชควรให้ทางเลือกในการแก้ปัญหาแล้วให้นักศึกษานำไปปรับใช้มากกว่าที่จะเจาะจงวิธีการที่โค้ชเองเคยทำมาแล้วได้ผล”

นศพ.จิรวัดมน์

“การมีภาพลักษณ์ที่ห่างไกลกันของนักศึกษาแพทย์กับอาจารย์ และก็ความไม่กล้าของนักศึกษาแพทย์ที่จะเข้าไปปรึกษาอาจารย์ รวมถึงโอกาสการเข้าถึงอาจารย์ หรือผู้ที่ให้คำปรึกษา ก็เป็นปัญหาเช่นกัน”

นศพ.ธนบดี



“ตารางเวลาที่ไม่ตรงกันของอาจารย์และนักศึกษา ทำให้ นักศึกษาแพทย์หาเวลานัดมาพบอาจารย์ได้ยากในบางครั้ง”

นศพ.รัญชน์ลภัส

4

แบ่งปันประสบการณ์ได้รับการโค้ชที่ประทับใจในระหว่างการเรียน

ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่เกิดความประทับใจต่อโค้ชช่วงที่ตนได้รับคำแนะนำในช่วงที่ยากลำบาก โดยเฉพาะช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงในการเรียนแพทย์ ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยน rotation หรือการขึ้นชั้นปี โดยได้ทั้งคำแนะนำในด้านการเรียน การปรับตัวต่อสิ่งใหม่ๆ ที่เกิดขึ้น การหา learner type ของผู้เรียน มีการรับฟังถึงปัญหาจากโค้ช การรับฟัง feedback ผู้เรียน ซึ่งโค้ชจะนำไปหารือกับอาจารย์ท่านอื่นๆ เพื่อแก้ปัญหา ทำให้ผู้เรียนรู้สึกว่าคุณได้รับการดูแลเอาใจใส่ นอกจากนี้การที่มีรุ่นพี่ให้ material สรุปเนื้อหา รวมถึง practical point ต่างๆ ในการทำงาน ก็เป็นสิ่งที่น่าประทับใจไม่แพ้กัน

“จะเป็นการได้รับคำแนะนำจากอาจารย์แพทย์ ช่วงที่ผม suffer กับการเรียนแพทย์เพราะไม่สามารถจำเนื้อหาทั้งหมดได้เนื่องจากในสไลด์ของอาจารย์บางท่านใช้ตัวหนังสือเป็นหลัก โดยไม่มีภาพประกอบเลย อาจารย์ที่ให้คำแนะนำได้แนะนำว่าให้ไปหาก่อนว่าตัวเองเป็น learner type ไหน แล้วค่อยหาวิธีการอ่านที่เหมาะสมกับตัวเอง เช่น visual learner ควร grouping ข้อมูลออกมาเป็นแผนผัง”

นศพ.จิรวัดณ์

“จริงๆ ส่วนตัวผมเคยได้รับประสบการณ์เหล่านี้แบบประปราย หลายครั้ง ทั้งการมีพี่แพทย์ใช้ทุน ช่วยสรุปเนื้อหา gross anatomy แบบเข้าใจได้ง่ายขึ้น การมีอาจารย์คอยตอบคำถาม หรือช่วยไต่เราเวลาที่ไม้อ่เข้าใจ มีพี่ๆ ปีสูงๆ คอยแนะนำเทคนิค/รูปแบบการเรียนต่างๆ ให้ได้เตรียมพร้อมล่วงหน้า ซึ่งสำหรับผมก็รู้สึกขอบคุณโค้ชทุกคนมากๆ ที่ทำให้ผมยังสามารถเรียนและรอดมาถึงทุกวันนี้ได้ครับ”

นศพ.สุวิจักขณ์



“เป็นที่ในเวิร์ด medicine ที่ช่วยให้คำแนะนำตอนขึ้นนอร์ตใหม่ เพราะขึ้นไปวันแรกๆ ยังไม่ค่อยรู้ระบบการทำงานในนอร์ต”

นศพ.ชัยวัฒน์

“ทุกครั้งที่ได้เจอกันอาจารย์จะคอยถามไถ่ความเป็นอยู่ เช็ควินิจฉัยจิตใจของแต่ละคน เวลา feedback อะไรที่เราารู้สึกว่าไม่ค่อยโอเคที่ได้พบเจอมาตอนเรียนหรือวนวอร์ด อาจารย์จะถามรายละเอียดเพิ่มเติม เพื่อไป feedback กับอาจารย์ผู้ใหญ่ต่อไป ทำให้รู้สึกว่าคุณไม่ได้รับฟังอย่างเดียว แต่พยายามที่จะช่วยเหลือเราด้วย”

นศพ.รัฐชนลภัส

โดยสรุปผู้สัมภาษณ์คิดเห็นตรงกันว่าโค้ชนั้นสำคัญอย่างมากในการเรียนแพทย์ ไม่ว่าจะเป็นผู้ที่คอยให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัว ทั้งด้านการเรียนและการใช้ชีวิตแก่ผู้เรียนในช่วงที่ยากลำบาก ซึ่งโค้ชนั้นไม่ได้จำเป็นที่จะต้องเป็นอาจารย์ อาจเป็นรุ่นพี่หรือคนอื่นที่เปรียบเสมือนครอบครัวที่คอยรับฟังและให้คำปรึกษา โดยการที่จะเป็นโค้ชที่ดีและมีประสิทธิภาพนั้นจำเป็น ที่จะต้องมีคุณสมบัติ เช่น มีความคิดที่เปิดกว้าง การไม่ด่วนตัดสิน มีเวลาในการร่วมเข้าใจปัญหาของผู้เรียน รวมถึงการมีทัศนคติที่ดีต่อผู้เรียน ซึ่งถ้าโค้ชมีคุณสมบัติข้างต้นจะทำให้ผู้เรียนรู้สึกสบายใจในทุกๆครั้งที่ปรึกษาโค้ชและนำหลักการของโค้ชไปปรับใช้ได้อย่างเต็มที่



ขอขอบคุณ

1. นศพ.จิรวัดน์ สายสิทธิ์ นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 3 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
2. นศพ.รัฐชนลภัส เพชรสุทธิ นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 6 คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี
3. นศพ.ธนบดี แซ่ล้อ นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 6 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
4. นศพ.ณภัค บัณฑิตฤทธิเดช นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 5 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
5. นพ.พัชกรสรส์ นามวิชัยศิริกุล แพทย์ใช้ทุนชั้นปีที่ 1 โรงพยาบาลมหาราชนครราชสีมา
6. นศพ.สุวิจักขณ์ ตันวรรณรักษ์ นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 2 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
7. นศพ.ชัยวัฒน์ บุปผาชาติ นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 4 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล