

## วิธีการเขียนบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ (REFLECTION)

ใจความหลักของ Reflection คือการที่นักเรียนใคร่ครวญและตกตะกอนความรู้หลังจากการเรียนรู้ผ่านคำถามที่ว่า... “ที่ผ่านมาเราเรียนรู้อะไรบ้าง และสิ่งที่เรียนมันเชื่อมโยงกับชีวิตเราอย่างไร” แล้วเขียนสะท้อนออกมาผ่านรูปแบบต่อไปนี้ ความยาว 1 หน้า A4 ขึ้นไป

**ชื่อหัวข้อ :** ตั้งชื่อเรื่องตามที่ต้องการ

### ส่วนที่ 1

**Review ;** สรุปเนื้อหาและภาพรวมการเรียนรู้ที่ผ่านมา เลือกบทเรียนสำคัญมาเล่าให้ฟัง และเล่าสิ่งที่เราได้เรียนรู้จากสัปดาห์นั้น



จะแทรกอุปมาอุปไมยเกี่ยวกับเนื้อหาแล้วค่อยบรรยายก็ได้ ไม่ซีเรียส

### ส่วนที่ 2

**Reflect ;** ความรู้สึกรู้สึก ความคิด สิ่งที่เกิดขึ้นในใจเราหลังจากได้เรียน เล่าถึงบทเรียนสำคัญที่เราได้เรียนรู้ในวันนี้

เช่น...จากการได้รู้จักตัวเองทั้งหมด ผมรู้สึกเศร้าใจมาก เพราะที่ผ่านมาผมไม่เคยได้หยุดคิดถึงชีวิตตัวเองเลย

### ส่วนที่ 3 – เป็นส่วนที่ครูให้ความสำคัญมากที่สุด

**Reflexivity ;** ความรู้สึกหรือบทเรียนที่เราได้ เชื่อมโยงกับชีวิตเราอย่างไร มันเกิดผลกระทบอะไรกับโลกภายในหรือชีวิตเราอย่างไร เช่น ทำให้เรานึกถึงเรื่องวัยเด็กที่เราผิดพลาดไปส่งผลให้เราอยากเปลี่ยนแปลงตัวเองให้ดีขึ้น

เช่น...ที่ผมเศร้าใจมากเพราะผมไม่ค่อยมีเวลาให้ตัวเองที่จะคิดทบทวนตัวเอง ผมติดมือถือ ติดเพื่อน บางทีก็ยอมเพื่อนหมด ตัวเองยังงี้ก็ได้ เหมือนทอดทิ้งตัวเองมานาน วันนี้ได้รู้ว่ามันสำคัญเพราะการเป็นตัวของตัวเองอย่างเต็มที่มันทำให้เราใช้ชีวิตอย่างอิสระ

### วิธีการส่ง

- ส่งภายในวันที่ครูกำหนด
- ส่งที่อีเมลประจำ sec / งานชิ้นใหม่ก็ reply ไปเรื่อยๆ ไม่ต้องส่งเมลใหม่ะคร้าบ
- หัวกระดาษ เขียน เลขที่ - รหัสนิสิต - ชื่อ - ครั้งที่

### เกณฑ์การให้คะแนน (10 คะแนนต่อชิ้น)

- ตรงเวลา 1 คะแนน
- ใจความครบถ้วน 4 คะแนน
- เชื่อมโยงกับชีวิตได้ 4 คะแนน
- สะกดถูกต้อง 1 คะแนน

**\*\*ถ้าส่งไม่ตรงเวลา หักเหลือครึ่งหนึ่งนะจ๊ะ ☺**

ไม่ต้องกังวลเรื่องภาษาเป็นทางการหรือไม่ทางการ เขียนมันออกมาจากใจและเป็นตัวเอง เขียนเหมือนครูเป็นเพื่อนคนหนึ่งที่ยากระบายให้ฟัง เขียนเพื่อเอาไว้ให้ตัวเองกลับมาอ่านในอนาคต ตั้งใจกับมัน เพราะมันอาจจะมี jigsaw สำคัญในแต่ละงานที่ช่วยเราในอนาคตได้นะ รักๆ ☺