

Αναστοχασμός

Reflection

Author: Κατερίνα Φυλακτού

Δίπλωμα Γενικής Νοσηλευτικής CCRN BSc (Hons) Nursing Studies Ανώτερη Νοσηλευτική Λειτουργός

Περίληψη

Ο Αναστοχασμός είναι μια ανθρώπινη δραστηριότητα που όλοι μας χρησιμοποιούμε στην καθημερινή μας ζωή γιατί αυξάνει την πιθανότητα της μάθησης από τις εμπειρίες.

Η εργασία αυτή αναφέρεται στη διεθνή βιβλιογραφία αναφορικά με τον αναστοχασμό, στις εμπειρίες και τα τέσσερα στοιχεία της διαδικασίας επαναξιολόγησης των εμπειριών καθώς επίσης στα τρία στοιχεία του αναστοχασμού.

Abstract

Reflection is an important human activity that everyone uses in daily life because it increases the possibility of learning from experiences.

This work refers, in international references of reflection, experience, the three components of reflection and the four elements of re-evaluation of experience.

Εισαγωγή

Τα τελευταία χρόνια η νοσηλευτική δέχεται αρκετές προκλήσεις σαν αποτέλεσμα των αναγκών που πηγάζουν από τις αλλαγές του σχεδίου υγείας. Οι αλλαγές αυτές επιβάλλουν στους νοσηλευτές να προσαρμοστούν με τις απαιτήσεις και τις ανάγκες υγείας όπως αυτές διαμορφώνονται στις μέρες μας. Μέγιστη σημασία δίδεται στα επίπεδα μόρφωσης και πρακτικής για ανύψωση των επιπέδων του επαγγέλματος σε ακαδημαϊκό επίπεδο και ανάπτυξη επιστημονικών γνώσεων τεκμηριωμένων με έρευνες που θα οδηγήσουν τους νοσηλευτές σε αποτελεσματική και αποδοτική εργασία.

Για ανταπόκριση των προσδοκιών της κοινωνίας και των υπηρεσιών υγείας μέσα σ' ένα σύγχρονο σύστημα υγείας με ευρωπαϊκές προδιαγραφές επιβάλλεται η χρήση του αναστοχασμού και εκείνων των προκλήσεων που οδηγούν στην τελειότητα της νοσηλευτικής άσκησης.

Αναστοχασμός

Οι Boyd & Fales (1983) έχουν ορίσει τον

αναστοχασμό σαν «Τη διαδικασία η οποία εξετάζει τον εσωτερικό κόσμο και εξερευνά ένα ζήτημα που μας ανησυχεί, που προκαλείται από μια εμπειρία, η οποία δημιουργεί και ξεκαθαρίζει σημασίες από προσωπική σκοπιά και έχει σαν αποτέλεσμα να αλλάξει τις αναντιλήψεις μας» ενώ οι Boud, Keogh & Walter (1985) περιγράφουν τον αναστοχασμό σαν «Μια σπουδαία ανθρώπινη δραστηριότητα στην οποία οι άνθρωποι ξαναζούν τις εμπειρίες τους, τις σκέφτονται και τις αξιολογούν». Το να δουλεύεις με τις εμπειρίες σου είναι σπουδαίο στη μάθηση. Η ικανότητα του ατόμου να αναστοχάζεται αποτελεσματικά αναπτύχθηκε σε διάφορα στάδια, σε διάφορους ανθρώπους και μπορεί αυτή η ικανότητα να χαρακτηρίζει εκείνους που μαθαίνουν αποτελεσματικά από τις εμπειρίες τους. Να μαθαίνεις από τις εμπειρίες σου είναι μια σύνθετη διαδικασία και τα αποτελέσματα εξαρτώνται από τις γνωστικές και συναισθηματικές αντιδράσεις του ανθρώπου και στο πλαίσιο στο οποίο μαθαίνει. Η διαδικασία του αναστοχασμού αυξάνει την ικανότητα μάθησης. Με το να καταλαβαίνουμε τις δικές μας εμπειρίες μπορούμε να καταλάβουμε και τις εμπειρίες των άλλων.

Με τον αναστοχασμό βοηθούμε τον εαυτό μας, αξιολογούμε τις σκέψεις καθώς επίσης και τα συναισθήματα μας και με νέες πληροφορίες που γεννιούνται στο μυαλό μας μπορούμε να έχουμε πιο λογική και αναλυτική κρίση, να δημιουργήσουμε νέες διορατικότητες, μεθοδικότητα και αλλαγή των αντιλήψεων και της συμπεριφοράς μας βελτιώνοντας την προσφορά μας στο χώρο εργασίας μας αλλά και τον ίδιο τον εαυτό μας σαν άνθρωπο.

Ο αναστοχασμός είναι ένας από τους μηχανισμούς που πρέπει να μάθουν οι νοσηλευτές να εφαρμόζουν στην καθημερινή νοσηλευτική πρακτική τους σαν αποτέλεσμα προαγωγή της ποιότητας φροντίδας του ασθενούς και ενδυνάμωση της πολυθεματικής ομάδας υγείας.

Ο Leffere (1995) υποστήριξε ότι ο αναστοχασμός βοηθά τον επαγγελματία νοσηλευτή να ξεκαθαρίσει τις σκέψεις και αντιλήψεις του ενθαρρύνοντάς τον να μαθαίνει νέα πράγματα ενώ ο Cervero (1988) διευκρίνισε ότι η διαδικασία του αναστοχασμού είναι πολύ σημαντική στη νοσηλευτική εκπαίδευση και καλεί τους νοσηλευτές να τον χρησιμοποιούν στις πράξεις που εκτελούν γιατί είναι η ουσία του έργου τους.

Στην ανασκόπηση της διεθνούς βιβλιογραφίας έγινε φανερό η απουσία και η έλλειψη ξεκάθαρης έννοιας του αναστοχασμού. (Mejirow 1981, Goodman 1984, Powel 1989) Οι μόνοι γραφείς που έδωσαν ορισμό του αναστοχασμού είναι οι Boyd & Fales (1983). Επίσης οι Boyd και άλλοι (1985) προσπάθησαν να περιγράψουν τον αναστοχασμό. Ενώ ο Street (1991) αναφέρθηκε στον αναστοχασμό στη νοσηλευτική σαν κάτι που μπορεί να ενδυναμώσει τους νοσηλευτές, να γίνουν γνώστες των δικών τους γνώσεων και πράξεων.

Από την άλλη πλευρά, ο Schon (1987) αναγνώρισε τον αναστοχασμό σαν τη διαδικασία απόκτησης γνώσεων μέσα από την άσκηση και επίλυση περίπλοκων προβλημάτων, ενώ ο Palmer & Burns (1984) υποστήριξαν την διαδικασία του αναστοχασμού ως πολύ χρήσιμη στη δουλειά μας και στις καθημερινές μας δραστηριότητες.

Ο Schon (1983) διέκρινε δύο είδη αναστοχασμού: Αναστοχασμό κατά την πράξη και αναστοχασμό μετά την πράξη. Το πρώτο είδος αναστοχασμού επηρεάζει τις αποφάσεις του νοσηλευτή και τη φροντίδα που προσφέρει στον ασθενή ενώ ο αναστοχασμός μετά την πράξη βοηθά στην ανάπτυξη δεξιοτήτων. Οι επαγγελματίες νοσηλευτές μαθαίνουν και με τους δύο τρόπους αναστοχασμού.

Ο Schon (1983), Boyd κ.α. (1985) υποστήριξαν ότι ο αναστοχασμός κατά την άσκηση βελτιώνει την ικανότητα των επαγγελματιών στον εντοπισμό και επίλυση των προβλημάτων.

Ο αναστοχασμός κατά την πράξη φαίνεται να κάνει την επαγγελματική άσκηση πιο αποτελεσματική σε σύγκριση με τον αναστοχασμό μετά την πράξη όπου ο επαγγελματίας σκέφτεται το γεγονός που συνέβηκε με σκοπό να καταλάβει τι έγινε αφού μελετά το αποτέλεσμα.

Ο Haberman (1971) in seed (1996) αναφέρει ότι μέσω του αναστοχασμού κατά και μετά την πράξη ο επαγγελματίας μπορεί να αναγνωρίσει τις πράξεις του ενώ ο Schon (1983), η Benner (1984), ο Argyris, Patman & Smith (1985) θεωρούν τον αναστοχασμό κατά την πράξη σαν τον ιδανικότερο τρόπο ανάπτυξης γνώσεων σ' ένα επάγγελμα που συμπεριλαμβάνεται και πρακτική.

Ο Mejirow (1981) αναφέρεται σε επτά επίπεδα αναστοχασμού. Αυτό της αντίληψης, των σκέψεων και αισθημάτων μέχρι το θεωρητικό αναστοχασμό όπου αυξάνεται η αντίληψη των λόγων, των σκέψεων και πράξεων.

Ο Schon (1991), είναι ο μόνος συγγραφέας ο οποίος διαπίστωσε τρία στάδια αναστοχασμού. Αυτό του συνειδητού αναστοχασμού, κριτικής και αντίληψης.

Ο Schon εξακρίβωσε ότι το 1ο στάδιο της διαδικασίας του αναστοχασμού ξεκινά με την αντίληψη κάποιων δυσάρεστων αισθημάτων και σκέψεων. Το 2ο στάδιο συμπεριλαμβάνει κριτική ανάλυση της κατάστασης η οποίας εποικοδομητική και εξετάζει τα αισθήματα και τις γνώσεις. Το 3ο και τελευταίο στάδιο που περιγράφει ο Schon συμπεριλαμβάνει

την ανάπτυξη νέων αντιλήψεων περί της κατάστασης.

Διάφοροι ερευνητές που ασχολήθηκαν με το θέμα του αναστοχασμού είχαν διαφορετικές απόψεις σχετικά με τον αναστοχασμό κατά την πράξη. Σε μια μελέτη του Powel (1989) αναφέρεται ότι ο αναστοχασμός κατά την πράξη βοηθά τους επαγγελματίες στην απόκτηση δεξιοτήτων ενώ ο Atkins & Murphy (1993) υποστήριξαν ότι ο Powel απέτυχε να αναγνωρίσει τους νοσηλευτές που έκαναν αναστοχασμό κατά την πράξη γιατί δε μπορούσαν να δικαιολογήσουν τις γνώσεις τους πίσω από τις πράξεις τους.

Ο Schon (1991) αναφέρει ότι υπάρχουν νοσηλευτές που δυσκολεύονται να περιγράψουν λεκτικά ή γραπτώς τις εμπειρίες τους και εισηγείται την περιγραφή των εμπειριών τους με τη χρήση ημερολογίου, το οποίο είναι χρήσιμο εργαλείο κατά τον αναστοχασμό.

Ο Atkins & Murphy (1993) υποστήριξαν ότι η χρήση ημερολογίου βοηθά στην έρευνα. Νοσηλευτές που χρησιμοποιούν ημερολόγιο για την καταγραφή των εμπειριών τους μπορούν και να μάθουν από αυτές.

Ο Greenwood (1993) σε μια κριτική που έκανε αναφορικά με τον αναστοχασμό είχε κεντρικό του θέμα το naming & framing. Π.χ. δίνεται τίτλος στο πρόβλημα και μέσα σε πλαίσιο τοποθετείται η κεντρική ιδέα. Ο Schon (1991) θεωρείτο naming & framing σαν μια μορφή δομής εντόπισης προβλημάτων όπου ο επαγγελματίας νοσηλευτής καλείται να εντοπίσει ένα πρόβλημα από μια προβληματική κατάσταση.

Η Benner (1984) περιέγραψε την πεπειραμένη νοσηλεύτρια σαν εκείνη η οποία έχει ενστικτώδη αντίληψη μιας κατάστασης και είναι ικανή να εντοπίσει την πηγή του προβλήματος βάσει των εμπειριών της γι' αυτό αντιμετωπίζει προβληματικές καταστάσεις.

Αναστοχασμός και Εκπαίδευση

Ο αναστοχασμός είναι η διαδικασία εκείνη που θα χρησιμοποιήσει ο εκπαιδευτικός να βοηθήσει το φοιτητή να βελτιώσει τη

πρακτική του, να συνδυάσει τη πρακτική με τη θεωρεία και να εμπεδώσει τις νέες γνώσεις και δεξιότητες στη πράξη (Jarvis 1992).

Οι φοιτητές είναι αναγκασμένοι να αναζητούν νέους τρόπους μάθησης με στόχο να φτάσουν σε υψηλά επίπεδα επαγγελματισμού. Σ' αυτό θα τους βοηθήσει η διαδικασία του αναστοχασμού.

Η ανάγκη βελτίωσης στο χώρο εργασίας και η προσφορά ποιοτικής φροντίδας επιβάλλει στους νοσηλευτές να προσαρμοστούν στα νέα δεδομένα ούτως ώστε έχουν ενεργό ρόλο στις αλλαγές και προκλήσεις της σημερινής κοινωνίας του 21ο αιώνα (James and Clarke 1994).

Η συνεχής εκπαίδευση παίζει ρόλο κλειδί στην υλοποίηση αυτών των αλλαγών και προκλήσεων και βοηθά τους νοσηλευτές στην απόκτηση νέων γνώσεων, βελτίωση της πρακτικής άσκησης στο χώρο εργασίας (Collins 2002).

Η χρήση του αναστοχασμού στη πρακτική σύμφωνα με τον Collins (2002) επηρεάζει τους φοιτητές και τους βοηθάει να αντιμετωπίζουν διάφορες δύσκολες καταστάσεις και να λύουν πολύπλοκα προβλήματα.

Σύμφωνα με τον Atkins and Murphy (1993) χρήσιμα στοιχεία στη διαδικασία του αναστοχασμού είναι η αυτογνωσία, η ικανότητα μάθησης από τις εμπειρίες, κριτική ανάλυση των προβλημάτων ή αμφιβολιών και ακολούθως έρευνα μέσω τεκμηρίωσης.

Ακολούθως ο Atkins and Murphy (1993), (Collins 2002), αναφέρεται στη σύνθεση η οποία είναι η αφομοίωση τις νέας γνώσης με τη παλιά. Το τελευταίο στάδιο το οποίο χρειάζεται να κάνει ο επαγγελματίας είναι η αξιολόγηση των πράξεων και εμπειριών του.

Εμπειρίες:

Στη Νοσηλευτική ο Watson το 1991, ανακάλυψε ότι η λέξη εμπειρία χρησιμοποιείται με 4 τρόπους:

- Έκθεση σε ένα γεγονός, μια κατάσταση, ένα συναίσθημα, μια πληροφορία.
- Ένα γεγονός, μια κατάσταση, ένα συναίσθημα.

- Το σύνολο των γνώσεων που αποκτήθηκαν σε μια χρονική περίοδο.
- Ο χρόνος που έχει περάσει στην υπηρεσία της Νοσηλευτικής.

Εντούτοις, αν και οι εμπειρίες έχουν συνδεθεί με τη μάθηση, η απόκτηση νέων αντιλήψεων και εκτιμήσεων θα εξαρτηθούν από τη φύση των εμπειριών και την αντίδραση των ατόμων. Το πιο πρόσφατο καθορίζεται με τη σειρά του από τις προηγούμενες εμπειρίες. Δεν είναι μόνο το άτομο που επηρεάζεται από την κατάσταση ή το γεγονός, αλλά και η κατάσταση και το γεγονός επηρεάζονται από το άτομο. Παρατηρώντας μέσα στο χρόνο, η εμπειρία παραμένει δυναμική και επηρεάζει (για το καλύτερο ή το χειρότερο) τις συμπεριφορές που βοηθούν στο να καθοριστεί η ποιότητα των μετέπειτα εμπειριών.

Για να μάθουμε από την εμπειρία μας πρέπει να τη νιώσουμε. Από τη στιγμή που ένα γεγονός ή μια κατάσταση γίνεται αντικείμενο μιας ποικιλίας επεξηγήσεων - ανάλογα με το πρόσωπο που τη βιώνει - είναι λογικό να πούμε ότι το νόημα υπάρχει με το άτομο και δεν είναι εσωτερικό της κατάστασης ή του γεγονότος που συμβαίνει.

Οι άνθρωποι περνούν μια διαδικασία όταν ψάχνουν για νόημα με το οποίο παρατηρούν, αναλύουν, προβλέπουν και ελέγχουν τις εμπειρίες. Ο Kelly (1955) εισηγήθηκε ότι τα άτομα κατασκευάζουν ένα αντιπροσωπευτικό μοντέλο του κόσμου στο μυαλό τους το οποίο χρησιμοποιούν για να εξηγήσουν τις παρούσες εμπειρίες. Αυτό με τη σειρά του, τους βοηθά να σχεδιάσουν ένα σχέδιο δράσης σε σχέση με τις εμπειρίες τους, που αλλάζουν και αντικαθιστούν όταν κάτι που περιμένουν να συμβεί δεν συμβαίνει. Για το σκοπό αυτό, το νόημα των εμπειριών μπορεί να εκτιμηθεί μόνο όταν βλέπεται από τη μοναδική προσωπική σκοπιά του ατόμου.

Η διαδικασία του αναστοχασμού αυξάνει την πιθανότητα της μάθησης από τις εμπειρίες - είναι η σημαντική διαφορά μεταξύ ενός ατόμου που επαναλαμβάνει τις ίδιες εμπειρίες πολλές φορές, γίνεται πολύ προοδευτικός στη συμπεριφορά - ή μαθαίνει από τις εμπειρίες σε τέτοιο βαθμό που συνειδητά ή ασυνείδητα αλλάζει.

Υπάρχουν 3 στοιχεία του αναστοχασμού:

A Επιστρέφοντας στην εμπειρία

B Προσέχοντας τα συναισθήματα

Γ, Επαναξιολογώντας την εμπειρία.

Επιστρέφοντας στην εμπειρία: Αυτό περιλαμβάνει το ξανατιάξιμο, την επανασύλληψη και την επαναθέσπιση των γεγονότων, των σκέψεων και των συναισθημάτων. Σε αυτό το στάδιο είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι το προσωπικό χτίσιμο επηρεάζει τις αντιλήψεις μας και αποκλείει την άποψή μας για θέματα που μπορεί να χρειάζονται επανεκτίμηση.

Προσέχοντας τα συναισθήματα: Δεν μπορούμε να εκτιμήσουμε και να αξιολογήσουμε αποτελεσματικά τις εμπειρίες μας χωρίς ένα συγκεκριμένο επίπεδο επίγνωσης του εαυτού που περιλαμβάνει τη μεταφορά στο συνειδητό αυτές τις πολλαπλές πλευρές της κατανόησης των εαυτών μας.

Αυτή η διαδικασία ονομάζεται μετατροπή αντιλήψεων και είναι όταν ένα άτομο γίνεται κρίσιμα γνώστης του πόσο οι συνηθισμένοι τρόποι σκέψεων και δράσεων περιορίζουν ή αλλοιώνουν την κατανόηση του εαυτού μας και των άλλων. Εντούτοις, η διαδικασία μπορεί να είναι ενοχλητική και δύσκολη.

Όταν εξηγούμε (αναλύουμε) μια εμπειρία της δίνουμε μια σημασία, η οποία είναι προσωπική. Οι σκέψεις μας, τα συναισθήματα και οι πράξεις συμβάλλουν σ' αυτό που βιώνουμε και όλα αυτά είναι πλευρές του εαυτού μας. Με αυτό τον τρόπο, πρέπει πρώτα να καταλάβουμε το δικό μας μέρος στην εμπειρία, έτσι ώστε να καταλάβουμε ολόκληρη την εμπειρία.

Επαναξιολογώντας την εμπειρία: Υπάρχουν 4 στοιχεία της διαδικασίας αυτής.

1. Συνδυασμός. Για να μαθαίνουμε αποτελεσματικά από την εμπειρία είναι απαραίτητο να συνδέσουμε τις ιδέες και τα συναισθήματα που προκύπτουν από την αρχική εμπειρία και, μέσω της διαδικασίας του αναστοχασμού, της υπάρχουσας γνώσης και τάσης. Οι τεχνικές που χρησιμοποιούνται για να βοηθήσουν αυτό τον συνδυασμό βασίζονται πάνω στην ικανότητα να αναστέλλουμε

βιαστικές και αναλυτικές κρίσεις και να «παίζουμε» με οποιεσδήποτε σκέψεις και συναισθήματα μας έρχονται.

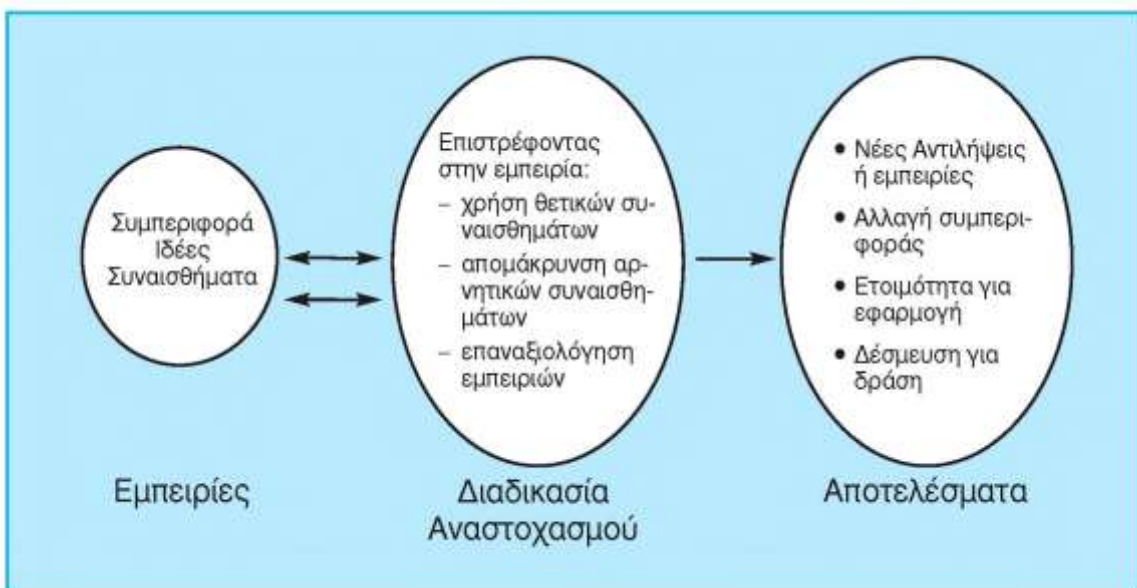
2. Ολοκλήρωση. Παίρνοντας τις πληροφορίες που γεννώνται από το συνδυασμό πρέπει να επεξεργαστούμε για να αποφασίσουμε εάν έχουν νόημα ή είναι χρήσιμη σε εμάς. Με την εξερεύνηση των σχέσεων μεταξύ των σκέψεων και των συναισθημάτων, μπορούμε να συνθέσουμε τις πληροφορίες για να φτάσουμε σε νέες εσωτερικές θεωρήσεις.

3. Έγκριση. Η νέα εκτίμηση που φτάνει στη φάση της ολοκλήρωσης πρέπει να εξεταστεί για να δούμε εάν είναι αληθινή, τόσο μέσα στην υπάρχουσα γνώση και πιστεύω, όσο και σε καινούργιες καταστάσεις. Μπορούμε να δοκιμάσουμε την εφαρμογή των ιδεών στο μυαλό μας - σκεφτόμενοι διαμέσου των σταδίων που θα έπρεπε να έχουμε περάσει για να φέρουμε εις πέρας ένα σχέδιο δράσης - ή σε ένα μέρος ειδικά διαμορφωμένο και σχεδιασμένο για να μαθαίνουμε και το οποίο είναι ελεύθερο από αποστάσεις του πραγματικού κόσμου. Με οποιοδήποτε τρόπο μπορούμε να πειραματιστούμε με τις καινούργιες μας ιδέες και να τροποποιήσουμε το αντικείμενο εάν είναι απαραίτητο.

4. Καταλληλότητα. Ανάλογα με τη φύση της νέας γνώσης που γεννήθηκε από τη διαδικασία του αναστοχασμού, μπορεί να είναι απαραίτητο να πάρουμε την ολοκλήρωση των ιδεών ένα βήμα παρακάτω, και να τις προσαρμόσουμε κατά ένα πολύ σημαντικό τρόπο. Όταν αναστοχαζόμαστε, σε σημαντικές εμπειρίες της ζωής μας, μπορεί να μάθουμε κάτι για το εαυτό μας που μας επηρεάζει σε βαθύ επίπεδο. Τέτοια γνώση μπορεί να γίνει μέρος του δικού μας και μοναδικού συστήματος αξιών. Η σημασία του εαυτού σε σχέση με τον αναστοχασμό σημειώθηκε από τους Boyd & Fales (1983) που εισηγούνται ότι αναστοχασμός είναι:

«Η διαδικασία δημιουργίας και ξεκαθαρίσματος του νοήματος της εμπειρίας (παλιών και τωρινών) σε όρους του εαυτού (ο εαυτός σε σχέση με τον εαυτό και ο εαυτός σε σχέση με τον κόσμο). Τα αποτελέσματα της διαδικασίας οδηγούν σε μια αλλαγμένη αντίληψη και σκεπτικό.

Η εμπειρία η οποία εξερευνείται και εξετάζεται για να δημιουργήσει νόημα - σημασία εστιάζεται γύρω ή ενσωματώνει ένα ενδιαφέρον κεντρικής σημασίας στο εαυτό.



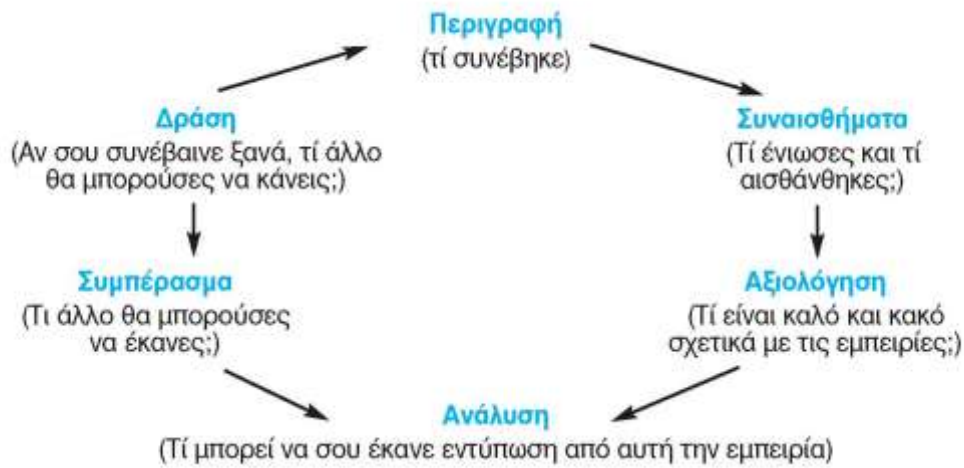


Figure 1. Boud, Keogh and Walker, 1985

Συμπέρασμα

Η μάθηση μέσω αναστοχασμού είναι η διαδικασία διαφώτισης, ενδυνάμωσης και απελευθέρωσης του επαγγελματία νοσηλευτή, (Fay 1987) που μαθαίνει από τις εμπειρίες του βελτιώνοντας την ποιότητα φροντίδας που προσφέρει στον άρρωστο και στον πελάτη.

Για ανταπόκριση των προσδοκιών της κοινωνίας και των υπηρεσιών υγείας απαιτείται αποτελεσματική κλινική άσκηση. Γι' αυτό η χρήση του αναστοχασμού στην άσκηση μας είναι υποχρεωτική.

Βιβλιογραφία

- Argyris, C. Punctnam and Smith, D.M. (1985). Action Science, San Francisco: Jossey Bass
- Alkins, S. and Murphy, K (1993), Reflection: a review of the literature, Journal of Advanced Nursing, 18pp. 188-119
- Benner, P. (1984) From Notice to Expert: Excellence and power in clinical nursing practice, Menlo Park: Addison-Wesley Publishing Company Inc.
- Boud, D.; Keogh, R. and Walker, O. (eds) (1985). Reflection: turning experience into learning, Kogan Page.
- Boud, E.M. and Fales, A.W. (1983). Reflective learning: key to learning from experience, Journal of Humanistic Psychology, 23(2), Spring, pp. 99-117.
- Cewero, R. (1988), Effective continuing education Professional "W" Nurse education today (1994) (14), pp. 91-98.
- Collins J.M. (2002), Reflection on the Changing Learning, Needs of Nurses: A Challenge for Nursing continuing Educators. Journal of Continuing Education in Nursing. Mar/Apr 2002, 33,2 Broquest Medical Library.
- Fay, B. (1987) Johns, G. (1995), framing learning through reflection within Carper's fundamental ways of knowing in nursing. Journal of Advanced Nursing, 1995, 22, pp. 226-234.
- Goodman, J. (1984), Reflection and teacher education: a Case study and theoretical analysis, N. Palmer et al (Eds), (1994), Reflective Practice in Nursing: The Growth of the Professional Practitioner, London, Blackwell Science.
- Greenwood, J. (1993), Reflective Practice. A critique of the work of Argyris and Schon. Journal of Advanced Nursing, 18 pp. 1183- 1187.
- James, C.R. and Clarke B.A. (1994) Reflective Practice in nursing: issues and implications for nurse education, Nurse education today 14, 82-90.
- Jarvis P. (1992), Reflective Practice and nursing, Nurse Education Today 12, 174-181, UK.
- Habermas. (1971) Cited in Seed, A. (1996), Education: Context & Practice, London, Butterworth.
- Kelly, G.A. (1995), The Psychology of Personal Constructs, New York, W.W. Norton and Co. Inc.
- Leffere, R.A. (1995) Critical Thinking in Nursing, A practical Approach, USA, W.B. Saunders Company.
- Mejirow, J. (1981), A critical theory of Adult learning and education, Adult Education, 32 (1), pp. 1-23.
- Palmer, A. & Burns, S. (1994) (Eds). Reflective Practice In Nursing: The Growth of the Professional Practitioner, London, Blackwell Science.
- Powell, J.H. (1989). The Reflective Practitioner in Nursing, Journal of Advanced Nursing, 14(10), October, pp. 824-832
- Street, A. (1991), "W" Palmer et al (1994). Reflective Practice in Nursing, USA, Blackwell Science.
- Schon, D.A., (1983), The Reflective Practitioner: How Professionals think in action, New York: Basic Books, Inc.
- Schon, D.A., (1987), Educating the Reflective Practitioner, San Francisco, Jossey Bass.
- Schon, D.A., (1991), The Reflective Practitioner, Jossey Bass, San Francisco.
- Watson, S.S. (1991). An analysis of the concept of experience, Journal of Advanced Nursing, 16 (9), September, pp. 1117-1121.