

Aprendizaje reflexivo, práctica reflexiva

Steven Jacobs, MN, MA Ed, RN

ES IMPORTANTE que las enfermeras practiquen la autorreflexión. Pero, ¿qué es exactamente la autorreflexión y por qué es importante? Además, ¿cómo se lleva a cabo y se transmite a los demás? Como educador, yo contaba con una experiencia en el aula que me llevó a examinar estas cuestiones en profundidad. En este artículo expongo mis hallazgos.

Mandato por una práctica reflexiva

Yo impartía un curso introductorio de enfermería y, como los buenos educadores de enfermería, hablaba de la necesidad de que los estudiantes incluyeran el proceso de autorreflexión en su práctica. Decía que todos debemos comprometernos con este proceso porque, como enfermeras, debemos evaluar constantemente nuestras acciones, conductas, respuestas y las decisiones que tomamos en nuestra práctica de enfermería. Abordé el por qué la práctica reflexiva es una obligación profesional; el Colegio de Enfermeras de Ontario exige que las enfermeras en activo se comprometan con la práctica reflexiva¹. Durante mi exposición también mostré algunas diapositivas en las que describía la práctica reflexiva. Una diapositiva mostraba un robot con la anotación de que, como enfermeras, no podemos actuar a ciegas, sin reflexionar y sin pensamiento crítico.

Unas semanas más tarde, cuando pregunté por qué las enfermeras deben comprometerse con la autorreflexión, un estudiante escribió solamente: “porque las enfermeras no son robots”. Al principio me desanimé y decepcioné con esta respuesta simple, pero en realidad, ¿qué otra respuesta podía esperar? En mis reflexiones, me di cuenta de que hacemos un flaco favor a este concepto en los planes de estudios de enfermería. Decimos que las enfermeras se deben practicar la autorreflexión, pero no les explicamos ni mostramos qué es realmente

la reflexión. En la mayor parte de nuestro plan de estudios enseñamos contenido, pero como educadores, ¿reflejamos congruentemente si ha habido un aprendizaje?

La reflexión es mucho más que cómo hemos administrado un medicamento concreto. La auténtica reflexión requiere no sólo proporcionar fundamentos para nuestras acciones, sino también explorarnos y examinarnos constantemente, así como a nuestro desarrollo. Esto incluye todos los aspectos de nuestra práctica de enfermería, desde las capacidades comunicativas hasta las interacciones con los demás. La reflexión no solo nos confirma que seguimos los

La auténtica reflexión requiere explorarnos y examinarnos constantemente, incluido nuestro desarrollo.

pasos adecuados para la administración de la medicación, sino que también asegura que nos relacionamos con los pacientes y con nuestros colegas de una manera humana y holística.

Freire dijo que los que quieren comprometerse con los demás deben reexaminarse constantemente. La verdadera práctica reflexiva proporciona a las enfermeras una vía de escape de las afirmaciones impulsivas, rutinarias y críticas sobre situaciones, prácticas, colegas y pacientes².

¿Práctica o aprendizaje reflexivo?

Henderson, Napan y Monterio utilizan el término *aprendizaje reflexivo* para referirse al pensamiento y al análisis consciente de las acciones³. La *práctica reflexiva* es el proceso de obtención de nuevas percepciones a través de la conciencia de sí mismo y de la reflexión crítica sobre las experiencias presentes y pasadas⁴.

Más recientemente, el aprendizaje reflexivo se ha definido como un proceso de poner las experiencias frente a un espejo para examinarlas desde diferentes ángulos, mientras que la práctica reflexiva ayuda a explorar lo que hay “justo más allá del campo visual”⁵. De un modo similar, el Colegio de Enfermeras de Ontario afirma que la práctica reflexiva es un proceso en el que las enfermeras revisan aspectos de su práctica para decidir qué funciona y qué podría hacerse de otra manera¹.

No obstante, la práctica reflexiva en enfermería y/o en formación de enfermería es más compleja que una simple definición.

Como nos recuerda Bagay, la reflexión es un proceso de acción multifacético que toda enfermera profesional considera a lo largo de toda su carrera⁶.

Bulman, Lathlean y Gobbi quisieron explicar más a fondo cómo los formadores y estudiantes de enfermería perciben y utilizan la reflexión en un contexto educativo. Observaron que la reflexión se asocia con la motivación profesional de cada uno por “seguir adelante” y “hacer lo mejor” en la práctica para aprender de la experiencia, y examinarse a uno mismo de manera crítica⁷. No es ninguna novedad. Hace más de 80 años, Dewey determinó que este tipo de reflexión era importante para la búsqueda activa de soluciones ante dificultades a partir de experiencias pasadas para aprender de ello⁸. Bulman et al. también descubrieron que la reflexión se asociaba con la enfermería humanística, haciendo hincapié en la importancia de la expresión activa de uno mismo para cuidar de otros de manera holística⁷.

En el ámbito educativo, gran parte del debate se ha centrado en la importancia de enseñar a los estudiantes a desarrollar capacidades de pensamiento crítico a través del uso de la reflexión, tanto dentro como fuera de la profesión de enfermería⁹⁻¹². Fulton profundiza en esto y afirma que los educadores de enfermería también deben

alentar a los estudiantes a ser pensadores curiosos¹³. El pensamiento curioso descubre problemas. Como los pensadores curiosos están más interesados en las preguntas que en las respuestas, lo cuestionan todo en su práctica, iniciando el proceso de reflexión auténtica y completa¹³. La reflexión auténtica está orientada a la acción. Es un proceso activo de descubrimiento de uno mismo.

Práctica necesaria

Johnson alega que la reflexión es necesaria para determinar cómo se aprende y se piensa, para darle sentido a la información, pensar de manera crítica, ver los problemas desde diferentes perspectivas, desarrollar nuevas percepciones, unir la teoría y la práctica y comprender los propios puntos fuertes y débiles¹¹. La práctica reflexiva en enfermería se correlaciona con el desarrollo de practicantes críticos, autónomos y avanzados¹⁴. En pocas palabras, la práctica reflexiva es necesaria para:

- desarrollar estrategias de respuesta;
- enriquecer la comunicación entre profesionales;
- mejorar la comprensión de la práctica de enfermería por parte de los estudiantes;
- facilitar la expresión de los sentimientos;
- entender los desafíos de la práctica emocional personal;
- ayudar a los estudiantes de enfermería a conocerse a ellos mismos¹⁵⁻¹⁷.

Es evidente que la práctica reflexiva es mucho más que simplemente preguntarse cómo ha ido el turno, y es más que simplemente desaconsejar a las enfermeras y estudiantes de enfermería que apliquen sus conocimientos y capacidades de manera robótica. Para los estudiantes de enfermería, la reflexión también les ayuda a cubrir el hueco entre la nueva información que aprenden y los conocimientos que ya tenían¹⁸. Estas conexiones ayudan a profundizar su comprensión del contenido y del material. No solo aprenden a resolver problemas, sino también a ayudar a los demás y utilizar lo aprendido “de formas nuevas e imaginativas”¹⁸.

Herramientas para la reflexión

Pero ¿cómo incorporar la práctica reflexiva en el ámbito de la enfermería? Henderson, Napan y Monterio ofrecen una escala de reflexión de cinco puntos (reportar, responder, relatar, razonar, reconstruir) que puede verse como

un círculo continuo^{3,11}. Gibbs ofrece otro modelo de reflexión con seis componentes (descripción, sentimientos, evaluación, análisis, conclusión, plan de acción)¹⁹.

Evidentemente, estos son solo dos modelos de práctica reflexiva entre todos los que hay. Lo más importante que hay que considerar es el hecho de que con este y otros modelos, la reflexión es un proceso activo, deliberado y cognitivo en el que se examina una situación desde diferentes puntos de vista, está abierto a nueva información y busca múltiples explicaciones y resultados¹¹.

Pero ¿cuán a menudo describimos estos modelos de reflexión a los estudiantes de enfermería? Les pedimos que escriban reflexiones sobre cómo ha ido su jornada, pero no les pedimos muy a menudo que reflexionen a fondo sobre cómo interactúan con los demás. Claro que les decimos que hay que ser profesional con todos los compañeros. Decimos que hay que irradiar profesionalidad, pero raras veces les explicamos que para ello hay que reflexionar constantemente en cómo actúan con otros, qué están diciendo en el fondo, y cómo lo dicen²⁰. Solo entonces la práctica reflexiva servirá al propósito más grande de poner al corriente a las enfermeras de manera holística.

Cómo pueden los educadores demostrar la práctica reflexiva

Los educadores de enfermería deben ejemplificar la práctica reflexiva. Una de las maneras en que yo lo hago es pidiendo a mis alumnos que rellenen una evaluación anónima de nuestra clase. Les explico que quiero que me den su opinión sobre cómo puedo mejorar mi práctica docente y llegarles, y sobre cómo podemos trabajar todos juntos para mejorar el ambiente de aprendizaje. Esto lo hago a principios del semestre; a la semana siguiente, hablamos de sus comentarios, ideas y opiniones. Yo incorporo todas las opiniones que puedo en el balance del semestre. Brookfield promueve este tipo de práctica reflexiva en la educación porque permite que los formadores se vean a sí mismos a través de los ojos de sus alumnos²¹.

Aunque a menudo los educadores practicamos la reflexión sobre nuestras acciones y nuestra comunicación, debemos recordar que una buena educación siempre se ocupa más del proceso que del producto²². Nuestro trabajo es observar el mundo constantemente desde diferentes puntos de vista. Y esto

solamente puede lograrse demostrándolo y comprometiéndose con la reflexión verdadera sobre todas nuestras acciones y comunicaciones como educadores. ■

BIBLIOGRAFÍA

1. College of Nurses of Ontario. Professional Standards. 2013. www.cno.org/en/learn-about-standards-guidelines/educational-tools/learning-modules/professional-standards/
2. Freire P. Pedagogy of the Oppressed. New York: The Continuum International Publishing Group Inc.; 2005.
3. Henderson K, Napan K, Monterio S. Encouraging reflective learning: an online challenge. In: R. Atkinson, C. McBeath, D. Jonas-Dwyer, R. Philips, eds. Beyond the Comfort Zone: Proceedings of the 21st ASCILITE Conference; 2004.
4. Freshwater D, Taylor B, Sherwood G. International Textbook of Reflective Practice in Nursing. Oxford, UK: Blackwell Publishing; 2008.
5. Freshwater D. The scholarship of reflective practice [position paper]. Indianapolis, IN: Sigma Theta Tau International; 2012.
6. Bagay JM. Self-reflection in nursing. J Prof Nurs. 2012;28(2): 130-131.
7. Bulman C, Lathlean J, Gobbi M. The concept of reflection in nursing: qualitative findings on student and teacher perspectives. Nurse Educ Today. 2012;32(5):e8-e13.
8. Dewey J. How We Think: A Restatement of the Relation of Reflective Thinking to the Educative Process. Lexington, MA: DC Heath and Company; 1933.
9. Bolton G. Reflective Practice: Writing & Professional Development. 3rd ed. London: Sage; 2010.
10. Bourdieu P. Science of Science and Reflexivity. Cambridge: Polity Press; 2004.
11. Johnson JA. Reflective learning, reflective practice, and metacognition: the importance in nursing education. J Nurses Prof Dev. 2013;29(1): 46-48.
12. Swanwick R, Kitchen R, Jarvis J, McCracken W, O'Neil R, Powers S. Following Alice: theories of critical thinking and reflective practice in action at postgraduate level. Teaching in Higher Education. 2014;19(2):156-169.
13. Fulton JS. Reflections on teaching nursing. J Infus Nurs. 2014;37(4):229-230.
14. Mantzoukas S, Jasper MA. Reflective practice and daily ward reality: a covert power game. J Clin Nurs. 2004;13(8):925-933.
15. Elmqvist C, Fridlund B, Ekebergh M. Trapped between doing and being: first providers' experience of "front line" work. Int Emerg Nurs. 2012;20 (3):113-119.
16. Ip WY, Lui MH, Chien WT, Lee IF, Lam LW, Lee DT. Promoting self-reflection in clinical practice among Chinese nursing undergraduates in Hong Kong. Contemp Nurse. 2012;41(2):253-262.
17. Rees KL. The role of reflective practices in enabling final year nursing students to respond to the distressing emotional challenges of nursing work. Nurse Educ Pract. 2013;13(1):48-52.
18. Doyle T. Learner-Centered Teaching: Putting the Research on Learning Into Practice. Sterling, VA: Stylus Publishing LLC; 2011.
19. Gibbs G. Learning by Doing: A Guide to Teaching and Learning Methods. Further Education Unit, Oxford: Oxford Brookes University; 1988.
20. Dewey J. Democracy and Education. Los Angeles, CA: Merchant Books; 2009.
21. Brookfield SD. Becoming a Critically Reflective Teacher. San Francisco, CA: Jossey-Bass; 1995.
22. Palmer PJ. The courage to Teach: Exploring the Inner Landscape of a Teacher's Life. San Francisco, CA: John Wiley & Sons Inc.; 2007.

Steven Jacobs es profesor de educación clínica en el George Brown College en Ontario (Canadá).