

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
การพิทักษ์สิทธิ์ของผู้เข้าร่วมวิจัย และ
แผนการระลึกถึงความหลัง

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัย

迪ฉันชื่อ พินลักษณ์ นิติภากรณ เป็นนักศึกษาพยาบาลปริญญาโท คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนูรพา กำลังทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมการระลึกถึงความหลังต่อภาวะซึมเศร้าและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุในสถานสหเคราะห์คนชรา” 迪ฉันขอความร่วมมือจากท่านในการเข้าร่วมวิจัยในครั้งนี้ โดยเข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลัง จำนวน 5 ครั้ง เป็นเวลา 5 สัปดาห์ ซึ่งจะใช้เวลาในการเข้ากลุ่มพูดคุยกัน ประมาณ 45-60 นาที และตอบแบบสัมภาษณ์เกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคล แบบสัมภาษณ์ภาวะซึมเศร้า และแบบสัมภาษณ์ความพึงพอใจในชีวิต การตอบแบบสัมภาษณ์และการเข้าร่วมกลุ่มกับ迪ฉันจะเก็บข้อมูลของท่านไว้เป็นความลับ และจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อท่าน ข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์ในการนำมาพัฒนาการดูแลผู้สูงอายุต่อไป

ในขณะเข้าร่วมการวิจัย ท่านมีสิทธิที่จะถอนตัวได้โดยไม่มีข้อแม้ใด ๆ และหากมีข้อสงสัยใด ๆ ท่านสามารถติดต่อ迪ฉันได้ที่ 06-3426018, 038-327797 ได้ตลอดเวลา 迪ฉันหวังว่า คงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านเป็นอย่างดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

พินลักษณ์ นิติภากรณ
ผู้วิจัย

สำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านหรือได้รับคำอธิบายตามรายละเอียดข้างบนอย่างครบถ้วน และมีความเข้าใจเป็นอย่างดี

ยินดีเข้าร่วมวิจัย

ไม่ยินดีเข้าร่วมวิจัย

(ลงชื่อ).....

วันที่ 24 เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2457

แผนการระลึกถึงความหลัง

วิธีการปฏิบัติ	เป็นการระลึกถึงความหลังรายกลุ่ม (Group Reminiscence)
สถานที่ดำเนินการ	สถานสงเคราะห์คนชราสวัสดิ์ในพระสังฆราชูปถัมภ์
จังหวัดพระนครศรีอยุธยา	
ระยะเวลาปฏิบัติ	5 ครั้ง ครั้งละ 45 – 60 นาที 2 ครั้งต่อสัปดาห์ ทุกวันอังคารและ
วันพฤหัสบดี เวลา 09.30 – 10.30 น.	
ขนาดกลุ่ม	6 คน
วัตถุประสงค์ทั่วไป	<ol style="list-style-type: none"> 1. เพื่อลดภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ 2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความเพิงพอใจในชีวิต

๔. รูปแบบของกิจกรรม
ครุภที่ 1 (สูตรบทเรียน)

วัสดุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	บทสรุปท้าย
เพื่อสร้างสมรรถภาพ ที่ดีระหว่างผู้คนภายใน และภายนอก	<p>1. ผู้วัยรุ่นสามารถเข้าใจสิ่งที่ได้รับมาเป็นตัวเรียนและนำไปใช้ ความเมตตาหรือผู้คนอย่างมีศรัทธาและขออนุญาตเรียกผู้คนอย่างดี “คุณ” ดัง... “หือๆ” คุณเป้า... ”ตามต่อไปนี้คุณผู้หญิงอายุ 2. ผู้วัยรุ่นจะลองใช้ภาษาไทยพูดคุยเช่นกันการเข้ามาสู่การลีฟท์ ความทั้งสองแหล่งน้ำที่ ของผู้คนในภาคใต้ในการดำเนินการกิจกรรม จำนวนครั้งที่ พากันเดินทาง 5 ครั้ง หัวห้อในการเข้ามาสู่ เส้นที่ ให้มีการเข้า ก่อสร้าง ครั้งละ 45-60 นาที สถานที่ ที่ในภาคใต้จะมีต่อครั้ง แนะนำ โครงการให้ผู้คนอย่างได้รับประโยชน์มากที่สุดต่อไป</p>	ขั้นตอน 5 นาที	การสร้างสัมพันธ์ในครอบครัวและนำความเชิงและ สร้างความตื่น醒อย่างทำให้เกิดความตึงเครียด ก้าว แสดงความเปล่าน้ำใจของผู้จัด นำเสนอเจ้าผู้หญิง อย่างไม่แนียบกับผู้จัด
	<p>ความทั้งสองแหล่งน้ำที่ ของผู้คนในภาคใต้ในการดำเนินการกิจกรรม จำนวนครั้งที่ พากันเดินทาง 5 ครั้ง หัวห้อในการเข้ามาสู่ เส้นที่ ให้มีการเข้า ก่อสร้าง ครั้งละ 45-60 นาที สถานที่ ที่ในภาคใต้จะมีต่อครั้ง แนะนำ โครงการให้ผู้คนอย่างได้รับประโยชน์มากที่สุดต่อไป</p>	ขั้นตอน 15 นาที	- การซื้อขายแบบที่นักปฏิสูติจากภาษาไทยไปโดยการ ยกน้ำเสียงและการเข้ามาสู่การลีฟท์ที่ความต้องการทำ ให้ผู้คนสามารถเข้ามาสู่การลีฟท์ที่ความต้องการ พร้อมในคราวเดียว
	<p>3. เมื่อได้รับข้อมูลและเข้าใจแล้ว ผู้วัยรุ่นจะร่วมทำกิจกรรม “การแบ่ง นำต้นไม้” โดยเริ่มจากผู้จัดเป็นผู้แบ่งนำต้นไม้เข้ามาในภาคใต้ คนเดียวที่ต้องแบ่ง ซึ่งจะเริ่มที่ จังหวัดที่ได้รับภารกิจงาน “การนำต้นไม้ รับประทานอาหารและไอล์ฟในภาคใต้” และให้เจ้าผู้หญิงฯ นำต้นไม้ ได้แม่นำต้นไม้</p>	ขั้นตอน 20 นาที	- การให้ผู้หญิงฯ ทำกิจกรรมการแบ่งนำต้นไม้ จังหวะ ให้ผู้หญิงฯ บริโภคความคุ้นเคยและเป็นภารกิจความรู้ จักกันในภารกิจและช่วยเหลือผู้หญิงฯ แต่ผู้หญิง อย่างบันดาล

วัสดุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	มาตรฐานที่ต้องปฏิรูป
ตามที่ เช่นได้ในระดับไหนให้ประเมินตามได้รับและเปิดโอกาสให้ผู้เรียน เข้าสู่ตัวการณ์อย่างต่อเนื่องและบันทึก	4. ผู้จัดและผู้สอนพยายามสร้างสิ่งที่ “ใจกลางการทำกิจกรรม” ให้มีความเป็น โครงสร้างที่ชัดเจนและมีความสอดคล้องกันเพื่อให้สามารถประเมินได้ 5. ผู้จัดต้องปักใจในครรภ์ “ผู้เรียนพัฒนา” ให้สามารถทราบเบื้องต้นของความสามารถ และความต้องการของเด็กๆ ในการพัฒนาต่อไป	ใช้เวลา 10 นาที	- การสรุปในภาษาทำกิจกรรมโดยสรุปไปใช้เทคนิคการ สรุป (summarize) นี้จะทำให้ผู้สอนอยู่ “ตัวบทกว่า เสียง” ได้จากการสรุปมาสร้างสรรค์ถึงความหลัง

ครั้งที่ 2 (สู่เด็ก)

วัสดุประสงค์	กิจกรรม	บุคลากร	มาตรฐานที่ประเมิน
เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกดีความหลงบันผู้สูงอายุในครั้งที่ 2 ผู้รัก ความหลังในช่วงซึ่งเด็ก วัยเด็ก ชนเรียน	การดำเนินการสุ่มภาระรับผู้สูงอายุในครั้งที่ 2 ผู้รัก ดำเนินการสุ่มตามภาระนั้น ตั้งแต่ ชนเรียน	บุคลากร 5 นาที	- การสร้างความเป็นกันเองโดยการล่าสุดรู้สึก ผู้สูงอายุ จวัดทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้เมื่อยแล้ว กระบวนการนี้เชื่อร่วงต่าง ๆ ในครอบครัวรู้สึก ผ่านมาเป็นกระบวนการความจำในระยะสั้น
1. ผู้จัดยกระดับผู้สูงอายุและแสดงความตระหนักรู้ความสำคัญของผู้สูงอายุ ให้เด็กในช่วงเวลาเดียวกันที่เด็กมีความทุกข์ทรมานผู้สูงอายุ และภาวะตื้น ให้ผู้สูงอายุพากเพียรเชื่อร่วงต่าง ๆ ที่ได้สอนไว้ในครั้งที่ผ่านมา 2. ผู้จัดยกเว้นประศัพเครื่องของเด็กผู้สูงอายุในครั้งนี้	ผู้เด็ก 10 นาที	1. ผู้จัดยกเว้นประศัพเครื่องของเด็กผู้สูงอายุ 3 ชุดเดือนละครั้ง 1.1 ผู้จัดจะรีบให้ผู้สูงอายุได้รับสิ่งความต้องการที่ต้องการ ให้เด็กให้ผู้สูงอายุได้เป็นผู้เลือกอาหารตามท้อง อาชีวะและทางเดิน ต้นไม้สักประทับใจมากที่สุดในวัยเด็ก โดยผู้รักจะถามผู้สูงอายุว่า “ถ้าให้ คุณดู.../คุณป่วย... ลูกชายจะไปไหนถึงจะดีมากสุด” คุณป่วย.../คุณป่วย จะไปเป็นอย่างแรกที่ ประทับใจหรือภูมิใจมากที่ สุด ซึ่งแล้วไงหันกลับไป “เหมือน...	- การใช้ผู้สูงอายุเป็นเครื่องหมายในการตัดสินใจ ให้ผู้สูงอายุสามารถมีความปล่อยเปิด (Opened end Question) จะทำให้ผู้สูงอายุรู้ วิสัยในกระบวนการเชิงความหลังและเป็นการพูด ความจำในระยะยาว

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	เหตุผลเชิงพาณิชย์
<p>1.2 ผู้จัดการทักษะการเรียน เพื่อให้ผู้สนใจฯ “ได้เรียนรู้สิ่งความหลัง 1.3 เมื่อผู้สนใจฯ เลือกห้องเรียนทางภาคภาษาตามแนวแล้ว ผู้จัดฯ ให้ สมการ์ทนาข้อมูลทางด้านสัมภาระ โดยผู้จัดฯ เป็นผู้จัดเป็นผู้สอนที่ “รู้” 2. ผู้จัดการทัศนคติความหมายของครัวเรือนในอดีตที่ “ผู้สนใจฯ เผชิญมา” (Experiencing)</p> <p>ผู้จัดฯ ให้ผู้สนใจฯ ทราบถึงความต้องการรักษาความปลอดภัยในครัวเรือน หมายความว่าผู้สนใจฯ ไม่ต้องกลัวภัยจากภายนอกและไม่ต้องกลัวภัยจากภายใน</p> <p>3. ผู้จัดการแบบประเมิน “ให้เก็บเพื่อสอนผ่านมาศึกษา” (Social Interaction) มีวิธีการดังนี้</p> <p>3.1 ผู้จัดการจะตั้งใจให้ผู้สนใจฯ ฟัง “ถึงเหตุการณ์ที่ ตามแรงรู้สึกไปปฏิบัติในวัยเด็กให้กับบุตรสาวที่มีบุตรคนเดียว”</p> <p>3.2 ผู้จัดฯ เลือกห้องเรียนด้วยผู้สนใจฯ ที่ “มีความคล้ายคลึงกันและมีห้อง กันไปเพื่อความต่อเนื่อง”</p> <p>3.3 ผู้จัดฯ ให้ผู้สนใจฯ ฟังเหตุการณ์ของตนเองในอดีต</p>	<p>“เข้ามา 5 นาที</p> <p>“เข้ามา 10 นาที</p>	<p>- การที่ “ให้ผู้สนใจฯ รู้สึกว่าครัวเรือนของตนเป็นสิ่งที่ “รู้” ให้กับความต้องการของผู้สนใจฯ ที่ “รู้” ความต้องการของผู้สนใจฯ ที่ “รู้” คุณค่าของ “ไม่ใช่แค่การทำอาหาร” ให้กับความทรงจำที่ “รู้”</p> <p>- การที่ “ให้ผู้สนใจฯ รู้สึกว่าครัวเรือนเป็นสิ่งที่ “รู้” ให้กับความต้องการของผู้สนใจฯ ที่ “รู้” เทคนิคในการพัฒนาร่างกายส่วนตัวของผู้สนใจฯ ที่ “รู้” เทคนิคการใช้คำพูด “General Lead” จะทำให้ผู้สนใจฯ พลิกความหลัง (Imagination) ในช่วง “ผู้จัดฯ ให้คำแนะนำอย่างไร” และเป็นการสร้างเครื่องมือปฏิสัมพันธ์ ซึ่งตัวอย่างได้แก่ “เมื่อวานนี้คุณได้ “ไปไหน” ในสังคมและสัมผัสนุน “ให้มีการเปิดเผยตนเอง” (Self Expression)</p>	

ការប្រព័ន្ធឌីជីថល	វិធានរាយ	ទម្រង់	អេឡិចត្រូនិកបញ្ជី
<p>ផ្តល់ស្នើសុំ</p> <p>1. ធ្វើឱ្យបានដឹងពីការងារដែលបានស្នើសុំឡើងដើម្បីស្វែងរកសេវាទីផ្សេងៗទៀត ដើម្បីប្រាការការងារ ខ្លួន</p> <p>2. ធ្វើឱ្យបានដឹងពីការងារដែលបានស្នើសុំឡើងដើម្បីស្វែងរកសេវាទីផ្សេងៗទៀត ដើម្បីប្រាការការងារ</p> <p>3. ធ្វើឱ្យការងារបានស្នើសុំឡើងដើម្បីស្វែងរកសេវាទីផ្សេងៗទៀត ដើម្បីប្រាការការងារ</p>	<p>ក្រុងការងារ 10 នាក់</p>	<p>ក្រុងការងារ 10 នាក់</p>	<p>- ការស្នើសុំរាយការងារដោយបានដឹងពីការងារដែលបានស្នើសុំឡើងដើម្បីប្រាការការងារ ឡាតាំងការស្មែរ (Summarize) ដើម្បីប្រើបានការប្រាការ</p>

ครุํงที่ 3 (สัญญาที่ 2)

วัสดุประสงค์	เพื่อให้ผู้สูงอายุรักษา ความหลังในช่วงชีวิต วัย暮年	กิจกรรม	เวลา	มาตรฐาน
เพื่อให้ผู้สูงอายุรักษา ความหลังในช่วงชีวิต วัย暮年	การทำนิยามาสูงวัยตามหลักการพัฒนาสูงอายุในครั้งที่ 3 ผู้สูงอายุ ดำเนินการกลุ่มตามห้องเรียน ดังนี้ ชั้นเรียนต้น	1. ผู้สูงอายุล่าสุดต่อผู้สูงอายุและแสดงความคิดเห็นของผู้สูงอายุตัวแทนของเมือง ในครั้งนี้ เสียงที่ คอมมิชชันพาร์กที่เดินทางมาท่องเที่ยวผู้สูงอายุ และการตั้งให้ผู้ สูงอายุพากษาตัวเองว่าตัว ฯ ที่ได้สนใจในครั้งที่ ผ่านมา 2. ผู้สูงอายุตัดสินใจลงคะแนนว่าต้องการเข้าร่วมในครั้งนี้	ใช้เวลา 5 นาที	- การสร้างความเป็นมิตรโดยการล่าสุดผู้สูงอายุ จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความคุ้นเคยและการพูดคุย เรื่องราวด้วย ในการสนทนาร่วมที่ผ่านมาเป็นการ ทบทวนความจำในระยะล่าสั้น (Recent Memory) ของ ผู้สูงอายุ - การซึ้งเจตนาประสัตในงานเข้าร่วมจะทำให้ผู้สูงอายุ เกิดความเข้าใจในการทำสิ่งงานระหว่างล้านความหลัง
เพื่อให้ผู้สูงอายุรักษา ความหลังในช่วงชีวิต วัย暮年	1. ผู้สูงอายุล่าสุดต่อผู้สูงอายุและแสดงความคิดเห็นของผู้สูงอายุตัวแทนของเมือง ในครั้งนี้ เสียงที่ คอมมิชชันพาร์กที่เดินทางมาท่องเที่ยวผู้สูงอายุ และการตั้งให้ผู้ สูงอายุพากษาตัวเองว่าตัว ฯ ที่ได้สนใจในครั้งที่ ผ่านมา 2. ผู้สูงอายุตัดสินใจลงคะแนนว่าต้องการเข้าร่วมในครั้งนี้	ใช้เวลา 10 นาที	ใช้เวลา 10 นาที	- การให้ผู้สูงอายุเลือกหน้าที่การนำเสนอต่อทั้งบุคคล ทักษะการถ่ายแบบสอบถามปลายเปิด (Opened end Question) จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกสะดวกในการรับฟัง ความหลังและเป็นกันกัน

วัสดุประสงค์	กิจกรรม	ขั้นตอน	เหตุผลเชิงทฤษฎี
“เมื่อครั้งที่ คุณป้า... เป็นวัยรุ่น คุณป้า.../คุณป้า จำต้องมีความรู้สึกทางสังคมในสิ่งที่ ประทับใจหรือภูมิใจมากที่ สุด ซึ่งล่าให้พัฒนาอย่าง “ไม่น่าเบื่อ”	<p>1.2 ผู้จัดฯใช้ทักษะการเรียน เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีเวลาสร้างสักการศึกษาความหลัง</p> <p>1.3 เมื่อผู้สูงอายุสื่อสารทางภาษาเด็กภาษาไทยได้ครบถ้วนแล้ว ผู้จัดฯให้สุมาริกา บอกร่องรอยความรู้สึกในสิ่งที่ ได้ยินด้วยภาษาเด็กไป เมื่อผู้จัดฯได้</p> <p>2. ภูมิภาคต้นทางความหมายของภาษาในอดีตที่ ผู้สูงอายุเลียนแบบ</p>	ให้เวลา 5 นาที	- กรณีจำจำนำร่องภาษาตามความหมายของทางสังคมที่ผู้สูงอายุรู้สึกว่า “ไม่น่าเบื่อ”
(Experiencing)	<p>ผู้จัดฯให้ผู้สูงอายุฟังบทรา炊คำรู้สึกที่ “ให้รู้สึกว่าเหตุการณ์นี้มีความหมาย ต่อผู้สูงอายุอย่างไร</p> <p>3. ภูมิภาคแบ่งเป็นภูมิศาสบริเวณที่ “ให้เป็นชนเผ่า” ตามชนเผ่าพื้นที่ (Social Interaction) มีวิธีการต่อไปนี้</p> <p>3.1 ผู้จัดฯ กะตุ่นให้ผู้สูงอายุเข้าถึงเหตุการณ์ที่ “ทำให้คุณเข้มแข็ง” ความรู้สึกว่า “ผู้สูงอายุนี้เก็บสมารถในการสื่อสารไม่สูง” ให้รับฟังที่ลับคุณ</p> <p>3.2 ผู้จัดฯเลือกอาหารที่ “ผู้สูงอายุที่ “มีความคล้ายคลึงกัน” มากที่สุดและยกให้ “ไปเพื่อความต้อนรับ”</p> <p>3.3 ผู้จัดฯให้ผู้สูงอายุได้เล่าเรื่องเหตุการณ์ของตนเองครบทุกคน</p>	ให้เวลา 30 นาที	<ul style="list-style-type: none"> - กรณีให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่า “สิ่งของตนนี้ “ไม่ใช่ของตัวเอง” - กรณีผู้สูงอายุรู้สึกว่า “ต้องการคำชี้แจง” เกี่ยวกับภาระที่ต้องรับ - กรณีผู้สูงอายุรู้สึกว่า “ไม่สามารถโน้มน้าวใจ” เหตุใดก็ตาม - กรณีผู้สูงอายุรู้สึกว่า “ไม่สามารถเข้าใจ” (Active and Empathic Listening) และพนิคการใช้คำพูดนำ (General Lead) จะทำให้ผู้สูงอายุผ่อนผันเข้าบูรณาภรณ์ - ความหลัง (Immersion) ในช่วงเช้าวันที่ 4 ผู้สูงอายุจะได้สัมผัสถึงสิ่งที่ “ไม่ใช่ของตัวเอง”

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	ใช้เวลา	เหตุผลเชิงทฤษฎี
ชุมชน	ขับเคลื่อน 1. ผู้จัดและผู้สูงอายุร่วมกันสร้างป้องกันอาชญากรรมในชุมชนริมน้ำและชุมชนที่ได้รับผลกระทบ 2. ผู้อ่อนเพลิดใจอาสาให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมที่ดีและสุข 3. ผู้ช่วยเหลือปรับเปลี่ยนและเตือนภัยมาอย่างต่อไป	ใช้เวลา 10 นาที	- การออกแบบกิมมิคด้วยแบบสูง雅โดยใช้ เทคนิคการสร้าง (Yogaanize) นั้น จะเป็นการป้องกัน ชุมชนให้ความหลังไม่ครั้งนี้

ครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 2)

วัสดุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	เหตุผลเชิงภาษา
เพื่อให้ผู้รู้ภาษาอังกฤษ รีบความหลังในเรื่อง ศิริทวารผู้เป็น	การดำเนินการสูงมากของลูกค้าที่ซื้อสูงอย่างในครั้งที่ 4 ผู้รู้จะคำนึงถึงความต้องดูแล ดังนี้ ชั้มเรียนตน	ใช้เวลา 5 นาที	- การสร้างความเป็นกันเองโดยการล่ากับผู้รู้อย่างชาญ จะทำให้ผู้รู้อยากรีบความต้องดูแลและทราบเหตุ因 เรื่องราวด้วย ไม่การสอนหน้าครั้งที่ ผ่านมาเป็นการ ทบทวนความจำในระยะสั้น (Recent Memory) ชุด
	<p>1. ผู้รู้จะลากเส้นตัวผู้รู้ลงบนกระดาษและดึงความคาดการณ์ผู้รู้ลงอย่างเดียวกันนี้อีก ให้วรรณ้ำเสียงที่ ถอนหายใจลงกระดาษท่าที่ผู้รู้อยู่ และลงที่ตัว ให้ผู้รู้ลงอย่างพยายามที่สุดที่สุด ที่ได้ลงท่านในครั้งที่ ผ่านมา</p> <p>2. ผู้รู้จะยกตัวไปประยุกต์ลงกระดาษที่การเขียนลงในครั้งที่</p> <p>ชุดดำเนินการ ผู้รู้จะได้แบ่งเป็น 3 ช่วงโดยรอบ ดังนี้</p> <p>1. ผู้รู้จะเลือกเหตุการณ์ใดดีทางภาษา (Memory) ปฏิบัติตามนี้คือ</p> <p>1.1 ผู้รู้จะลงเรื่องราวที่ผู้รู้เคยฟังคราวหลัง โดยให้ผู้รู้อยากรู้สึก เพื่อให้ผู้รู้อยากรู้เรื่องราวที่ผู้รู้เคยฟังคราวหลัง ผู้รู้เป็นเหตุการณ์ที่ทำให้ตน เข้มแข็งรู้สึกภูมิใจในเรื่องทำงาน โดยผู้รู้จะพยายามผู้รู้อย่างว่า “ทำให้ คุณดู.../ดูดี... ยอดเยี่ยม เป็นเรื่องที่ดีที่สุดในการทำงานแล้ว คุณดู.../ คุณทำได้ในมติของคุณได้ในมติของคุณ”</p>	<p>ใช้เวลา 10 นาที</p> <p>- การให้ผู้รู้อยากรู้สึกเหตุการณ์เปิดตัวทางภาษา โดยใช้ ทักษะการถามแบบค้าตอบปลายเปิด (Opened end Question) จะทำให้ผู้รู้อยากรู้เรื่องราวในการรับสั่ง ความหลังและประเมินการทำงาน ความชำนาญ ความเจ้าในระยะ</p>	

วัสดุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	เหตุผลเชิงทฤษฎี
	<p>1.2 ผู้จัดประชุมและการเสียง เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีเวลาลื้อกิจกรรมหลัง 1.3 เมื่อผู้สูงอายุลื้อกิจกรรมทางกายภาพได้ครบทุกชนิดแล้ว ผู้จัดให้เตรียมอาหาร ของรักให้ผู้สูงอายุเรียนรู้น้ำ โดยผู้จัดจะเป็นผู้จัดบันทึกไว้</p> <p>2. ภัยภารกิจทั่วไปของห้องพักผ่อน เช่นการดูแลตัวเอง ผู้สูงอายุต้องสามารถ (Experiencing) ผู้จัดให้ผู้สูงอายุหลับตาฟังเสียงและน้ำเสียงสีสันแห่งห้องพักผ่อนนี้เมื่อความหมาย ต่อผู้สูงอายุอย่างไร</p> <p>3. ภัยภารกิจที่บ้านประสนบากาโน้มให้กับเพื่อนสนมหรือพี่น้อง (Social Interaction) มีวิธีการดังนี้</p> <p>3.1 ผู้จัดจะตั้งใจให้ผู้สูงอายุเล่าเรื่องเหตุการณ์ที่ทำให้他們อยู่เมื่อวาน ก่อนใจให้เข้าร่วมทำกิจกรรมให้กับสมาชิกในกลุ่มได้รับเพื่อหลักคณ</p> <p>3.2 ผู้จัดเลือกอาหารที่ผู้สูงอายุชอบ เช่น กุ้งเผา ผู้สูงอายุที่ มีความต้องการสูง ในการดูแลตัวเอง</p> <p>3.3 ผู้จัดให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมที่ห้องพักผ่อน เช่น กิจกรรมที่ห้องพักผ่อน</p>	ให้เวลา30นาที	<ul style="list-style-type: none"> - การที่ให้ผู้สูงอายุมีการทำความหมายของเหตุการณ์ให้เสร็จสิ้นแล้ว ผู้จัดจะให้ผู้สูงอายุมีการทำความหมายของเหตุการณ์ที่ มีช่วงเวลาเดียวกันนั้นและน้ำเสียงเดียวกันนั้นโดยใช้เวลาเดียวกันนั้น - การที่ให้ผู้สูงอายุมีการทำความหมายของเหตุการณ์ให้เสร็จสิ้นแล้ว ผู้จัดจะให้ผู้สูงอายุมีการทำความเข้าใจ เทคนิคการฟังอย่างมีส่วนร่วมและตัวอย่างความเข้าใจ (Active and Empathetic Listening) และเทคนิคการใช้ คำชี้นำ (General Lead) ทำให้ผู้สูงอายุฟังหูกับ ความหลัง (Immersion) ในช่วงที่ผู้จัดทำกิจกรรมและเป็น การส่งเสริมการปฏิสัมพันธ์ในสังคมและสนับสนุนให้ผู้ การปิดเผยตนเอง (Self Expression)

វិធានប្រជែង	កិច្ចរម	ទេស	អគ្គនាយកដ្ឋានរី
ឲ្យនត្វូរ	<p>1. ផ្តល់ព័ត៌មានយោងរាយរាយការណ៍ប្រព័ន្ធគារស្នើសាលានូវការទីផ្សារជាតិទាំងប្រចាំរដ្ឋាភិបាល</p> <p>2. ផ្តល់ព័ត៌មានដែលស្នើសាលាប្រព័ន្ធគារស្នើសាលានូវការទីផ្សារជាតិ</p> <p>3. ផ្តល់ព័ត៌មានពីការស្នើសាលាដែលមានមុខទីទាំងប្រចាំរដ្ឋាភិបាល</p>	<p>“អ្នកគោលាទៀនាមី”</p> <p>“អ្នកគោលាទៀនាមី”</p>	<p>- ការធ្វើការស្នើសាលាដែលស្នើសាលានូវការទីផ្សារជាតិ</p> <p>ហើយការស្នើសាលាដែលបានបញ្ជាក់ថាបានបង្ហាញដោយក្រុមហ៊ុនការពិភពលោក (Summarize) នឹង បានបង្ហាញដោយក្រុមហ៊ុនការពិភពលោក។</p>

ครุฑ์ที่ 5 (สับดาหรือที่ 3)

วัตถุประสงค์	ผู้จัดทำแบบประเมินการติดตามขั้นตอนวิธีนี้	กิจกรรม	เวลา	เหตุผลเชิงทาง生理
เพื่อยกระดับลักษณะความ หลังและเสริมสร้างพัฒนาพ ฤทธิ์ในการติดตามขั้นตอน ต่อไป	ผู้จัดทำแบบประเมินการติดตามขั้นตอนวิธีนี้ ชุมชนเด่น	<p>เข้าเดล่า 5 นาที</p> <p>เข้าเดล่า 35-40 นาที</p> <p>เข้าเดล่า 1 นาที</p> <p>เข้าเดล่า 1 นาที</p> <p>เข้าเดล่า 1 นาที</p> <p>เข้าเดล่า 1 นาที</p>	<p>- การสร้างความเป็นอันตรายโดยการถ่อกล้ามล่าสัตว์สัตว์สูงชั้นตาย จุดที่ให้ผู้สูงอายุเกิดความตื่นคายและอาการแพหอบเมื่อ เรื่องราวต่างๆ ในกรณีพัฒนาคนรักที่ผ่านมาเป็นการ ทบทวนความจำในระยะล่าสั้น (Recent Memory) ของ ผู้สูงอายุ</p> <p>- การให้ผู้สูงอายุฝึกการหายใจและการหายใจสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถหายใจได้ด้วยตนเองเป็นการช่วย ให้ผู้สูงอายุสามารถหายใจด้วยตนเองที่สูงชั้นตาย (Recent Memory)</p> <p>- การให้ผู้สูงอายุพูดถึงความภารภิจารณ์ตามมาด้วย ไฟฟ้าและการตอบคำถามแบบปิดๆ แบบปิดๆ (Opened end Question) จะทำให้ผู้สูงอายุมีความสนใจในการรับฟัง ถึงความภารภิจารณ์</p> <p>- การให้ผู้สูงอายุฟังความภารภิจารณ์ตามมาด้วย ไฟฟ้าและการตอบคำถามแบบปิดๆ แบบปิดๆ (Opened end Question) จะทำให้ผู้สูงอายุมีความสนใจในการรับฟัง</p>	

ภาคผนวก ช
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจโปรแกรมการระลึกถึงความหลัง

- | | |
|--|---------------------------------|
| 1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อัจฉราพร สีหิรัญวงศ์ ภาควิชาสุขภาพจิตและ | การพยาบาลจิตเวช |
| | คณะพยาบาลศาสตร์ |
| | มหาวิทยาลัยมหิดล |
| 2. นายแพทัยทรงสิทธิ์ อุดมสิน | จิตแพทย์ประจำโรงพยาบาลชลบุรี |
| 3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นารีรัตน์ สงวนวงศ์พนา หัวหน้าภาควิชาวิทยาศาสตร์ปืนธูราน | การพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ |
| | มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 4. นางสาวจงกรม ทองจันทร์ | อาจารย์ประจำภาควิชาการพยาบาล |
| | ผู้ใหญ่และผู้สูงอายุ |
| | วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนียะลา |
| | จังหวัดยะลา |
| 5. นางร่มิดา คงเจริญ | พยาบาลวิชาชีพ 7 ปฏิบัติงานกลุ่ม |
| | งานเวชกรรมลังค์คุม |
| | โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร |
| | จังหวัดปราจีนบุรี |

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

สวนที่ 1 แบบล้มภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ

1. เพศ () 1. ชาย
() 2. หญิง

2. อายุ ปี

3. สถานภาพสมรส () 1. คู่
() 2. โสด
() 3. ม่าย
() 4. หย่าหรือแยกกันอยู่

4. ระดับการศึกษา () 1. ไม่ได้รับการศึกษา
() 2. ประถมศึกษา
() 3. มัธยมศึกษา

ส่วนที่ 2 แบบวัดความเครียในผู้สูงอายุไทย (Thai Geriatric Depression Scale - TGDS)

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้ออย่างละเอียด และประเมินความรู้สึกของท่านในช่วงเวลา 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา

- ให้ขีด / ลงในช่องที่ตรงกับ “ใช่” ถ้าข้อความในข้อนั้นตรงกับความรู้สึกของท่าน
- ให้ขีด / ลงในช่องที่ตรงกับ “ไม่ใช่” ถ้าข้อความในข้อนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1. ท่านพอยใจบีบชีวิตความเป็นอยู่ตอนนี้		
2. ท่านไม่อยากทำในสิ่งที่เคยสนใจหรือเคยทำเป็นประจำ		
3. ท่านรู้สึกชีวิตของท่านช่วงนี้ว่างเปล่า ไม่รู้จะทำอะไร		
4. ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายบ่อยๆ		
5. ท่านหวังว่าจะมีสิ่งที่ดีเกิดขึ้นในวันหน้า		
6. ท่านมีเรื่องกังวลอยู่ตลอดเวลา และเลิกคิดไม่ได้		
7. ส่วนใหญ่แล้วท่านรู้สึกอารมณ์ดี		
8. ท่านรู้สึกกลัวว่าจะมีเรื่องไม่ดีเกิดขึ้นกับท่าน		
9. ส่วนใหญ่ท่านรู้สึกมีความสุข		
10. บอยครั้งที่ท่านรู้สึกไม่มีที่พึ่ง		
11. ท่านรู้สึกกระวนกระวาย กระสับกระสายบ่อยๆ		
12. ท่านชอบอยู่กับบ้านมากกว่าที่จะออกนอกบ้าน		
13. บอยครั้งที่ท่านรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับชีวิตข้างหน้า		
14. ท่านคิดว่าความจำของท่านไม่ดีเท่าคนอื่น		
15. การที่มีชีวิตอยู่ถึงปัจจุบันนี้ เป็นเรื่องน่ายินดีใช่หรือไม่		
16. ท่านรู้สึกหมดกำลังใจ หรือเครียดบ่อยๆ		
17. ท่านรู้สึกว่าชีวิตท่านค่อนข้างไม่มีคุณค่า		
18. ท่านรู้สึกกังวลมากกับชีวิตที่ผ่านมา		
19. ท่านรู้สึกว่าชีวิตนี้ยังมีเรื่องน่าสนุกอีกมาก		
20. ท่านรู้สึกลำบากที่จะเริ่มต้นทำอะไรใหม่ๆ		

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
21. ท่านรู้สึกกระตือรือร้น		
22. ท่านรู้สึกสัมผัสหวัง		
23. ท่านคิดว่าคนอื่นดีกว่าท่าน		
24. ท่านอารมณ์เสียง่ายกับเรื่องเล็กๆ น้อยๆ		
25. ท่านรู้สึกอยากร้องไห้บ่อยๆ		
26. ท่านมีความตั้งใจในการทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ได้ไม่นาน		
27. ท่านรู้สึกสดชื่นในเวลาตื่นนอนตอนเช้า		
28. ท่านไม่อยากพบปะพูดคุยกับคนอื่น		
29. ท่านตัดสินใจอะไรได้เร็ว		
30. ท่านมีจิตใจสนับายน่าจะมีสี เหงื่อนก่อน		

ส่วนที่ 3 แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้ออย่างละเอียดและประเมินความรู้สึกของท่านในช่วงเวลาที่ผ่านมาให้ชัดเจนอย่างมาก (ลงในช่องที่แสดงความคิดของท่านว่าท่านเห็นด้วยหรือไม่ เห็นด้วยมากน้อยเพียงใด คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ไม่เห็นด้วย ไม่ตัดสินใจ เห็นด้วย และเห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อความ	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	ไม่ตัด สินใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. เมื่ออายุมากขึ้น ฉันรู้สึกสนับายนากกว่าที่เคยคิดไว้					
2. ฉันได้เรียนจากอุปสรรคของชีวิตมากกว่าคนอื่น ๆ ที่ฉันรู้จัก					
3. ปัจจุบันนี้เป็นเวลาที่แห่งหนอยู่ที่สุดในชีวิตของฉัน					
4. ฉันรู้สึกสนับายนemo อายุยังน้อยอยู่					
5. ชีวิตของฉันควรจะสุขสนับายนากกว่าที่เป็นอยู่เวลานี้					
6. ปัจจุบันนี้เป็นเวลาที่ดีที่สุดในชีวิตของฉัน					
7. สิ่งที่ฉันทำส่วนมากซ้ำซากน่าเบื่อหน่าย					
8. ฉันหวังว่าในอนาคตจะมีอะไรดี ๆ เกิดขึ้นกับฉัน					
9. สิ่งต่าง ๆ ที่ฉันทำยังคงเป็นสิ่งที่น่าสนใจ เหมือนเช่นเคย					
10. ฉันรู้สึกดีว่าแก่เฒ่าและค่อนข้างจะอ่อนแรง					
11. เมื่อหวานนึกถึงความหลัง ฉันรู้สึกชื่นชมตัวเองมากอยู่					
12. หากตั้งต้นชีวิตใหม่ได้ ฉันก็ไม่ขอแลบไปตั้งต้นอีก					
13. ฉันยังดูกระชับกระแขงดี เมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่นวัยเดียวกัน					
14. ฉันยังทำแผนการที่จะทำอะไร ๆ ในเวลาข้างหน้าอยู่อีก					
15. หวานึกถึงความหลังแล้ว ฉันไม่ได้สมหวังในสิ่งสำคัญ ๆ ที่อยากได้					
16. เมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่นแล้ว ฉันเครัวสร้อยป่ออยมากกว่าเขา					
17. ฉันได้รับความสมหวังในชีวิตไม่ใช่น้อย					
18. ใคร ๆ จะว่าอย่างไรก็ตาม ฉันรู้สึกว่าคนโดยทั่ว ๆ ไปกำลังเหลลงไม่ใช่ขึ้น					