

ผลของการระลึกถึงความหลัง ต่อภาวะซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง  
ของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชุมชน จังหวัดปราจีนบุรี

เรณู อินทร์ตา

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา

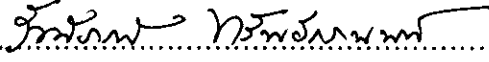
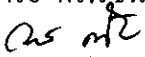
กรกฎาคม 2548

ISBN 974-502-534-8

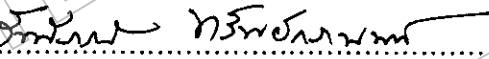
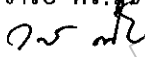
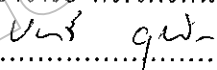
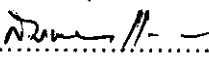
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบปากเปล่าวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณา  
วิทยานิพนธ์ของ เรณู อินทร์ดา ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

.....  ..... ประธาน  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์)  
.....  ..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วารี กังใจ)  
.....  ..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม)

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....  ..... ประธาน  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์)  
.....  ..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วารี กังใจ)  
.....  ..... กรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม)  
.....  ..... กรรมการ  
(นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน)  
.....  ..... กรรมการ  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมหมาย แจ่มกระจ่าง)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ ของมหาวิทยาลัยบูรพา

.....  ..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)  
วันที่...A.....เดือน...กุมภาพันธ์.....พ.ศ. 2548

## ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาจากท่านอาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วารี กังใจ และ รองศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม ที่กรุณาให้คำปรึกษา และข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ตลอดจนช่วยตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ทุกขั้นตอนการวิจัย รวมทั้งผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยขอกราบ ขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมหมาย แจ่มกระจ่าง คณะกรรมการสอบปากเปล่าที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขจนทำให้ วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณผู้สูงอายุ เจ้าหน้าที่สถานีนามขลาคะเคียน และผู้นำสุขภาพ ชุมชนทุกท่านที่ให้โอกาส สละเวลาและให้ความร่วมมืออย่างดีในการวิจัยครั้งนี้

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ พี่สาว น้องสาว หลาน และเพื่อน ร่วมงานที่เป็นกำลังใจและให้ความช่วยเหลือตลอดมา ขอขอบคุณสำหรับกำลังใจและการช่วยเหลือ ตลอดระยะเวลาที่ทำการศึกษาจากพี่ ๆ เพื่อน ๆ และน้อง ๆ ร่วมสาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ คุณความดี คุณค่า และประโยชน์ที่ได้รับจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่ บพกาภิ ครู อาจารย์ และผู้สูงอายุทุกท่านที่มีส่วนร่วมให้วิทยานิพนธ์เสร็จสมบูรณ์ด้วยดี

เรณู อินทร์ตา

44910233: สาขาวิชา: การพยาบาลผู้สูงอายุ; พย.ม. (การพยาบาลผู้สูงอายุ)

คำสำคัญ: การระลึกถึงความหลัง/ ภาวะซึมเศร้า/ ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง/ ผู้สูงอายุในชุมชน

เรณู อินทร์ตา: ผลของการระลึกถึงความหลังต่อภาวะซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในชุมชน จังหวัดปราชินบุรี (THE EFFECT OF REMINISCENCE ON DEPRESSION AND SELF-ESTEEM OF THE ELDERLY IN THE COMMUNITY OF PRACHINBURI PROVINCE) อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์: รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์, Ph.D., วารีกังใจ, พย.ค., ไพรัตน์ วงษ์นาม, ค.ค. 142 หน้า. ปี พ.ศ. 2548. ISBN 974-502-534-8

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบศึกษา 2 กลุ่มวัดซ้ำ เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการระลึกถึงความหลังต่อภาวะซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในชุมชน จังหวัดปราชินบุรี มีคะแนนความซึมเศร้าอยู่ระหว่าง 13-24 คะแนน จำนวน 20 คน สุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 10 คน กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ กลุ่มทดลองได้รับการระลึกถึงความหลังแบบรายบุคคลที่บ้านและการพูดคุยความสัมพันธ์ ใช้ระยะเวลา 8 สัปดาห์ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล โดยใช้แบบประเมินภาวะซึมเศร้าของนิพนธ์ พวงรินทร์ และคณะ (2537) แบบประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของเขาวลัยณ์ มหาสิทธิวัฒน์ (2529) ซึ่งผู้วิจัยนำแบบประเมินทั้งสองชุดไปทดลองใช้และหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาคได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.75 และ 0.76 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่มและเปรียบเทียบพหุคูณแบบนิวแมน-คูลส์

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองต่อคะแนนภาวะซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลังมีภาวะซึมเศร้าในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ต่ำกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 เมื่อเปรียบเทียบภาวะซึมเศร้าในระยะหลังการทดลองและในระยะติดตามผล ทั้งสองกลุ่มพบว่ากลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลังมีภาวะซึมเศร้าทุกช่วงต่ำกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาการทดลองต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ ผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลังมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล สูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อเปรียบเทียบความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล ทั้งสองกลุ่มพบว่ากลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลังมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองทุกช่วงสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

การศึกษาครั้งนี้ แสดงให้เห็นแนวทางในการนำวิธีการระลึกถึงความหลังไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการพยาบาลเพื่อลดภาวะซึมเศร้าและเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง

4910233: MAJOR: GERONTOLOGICAL NURSING; M.N.S. (GERONTOLOGICAL NURSING)

KEYWORDS: REMINISCENCE/ DEPRESSION/ SELF-ESTEEM/ THE ELDERLY IN COMMUNITY

PRACHINBURI PROVINCE: THE EFFECT OF REMINISCENCE ON DEPRESSION AND SELF-ESTEEM OF THE ELDERLY IN THE COMMUNITY OF PRACHINBURI PROVINCE.

THESIS ADVISORS: RARCHARNEEPORN SUBGRANON, Ph.D., WAREE KANGCHAI, D.N.S., PAIRAT WONGNAM, Ph.D. 142 P. 2005. ISBN 974-502-534-8

This research was designed as a two-group, repeated measure experimental research, and aimed to study the effects of reminiscence on depression and self-esteem among the elderly in the community of Prachinburi Province. The sample consisted of 20 elderly who had the depression mean score of 13-24. Simple random sampling, was used to select 10 sample into the experimental group and 10 into the control group. The experimental group received one - to - one reminiscence at home. The control group received regular training. A pre-test and post-test of depression level and self-esteem were assessed using Nipon depression assessment tool and Youvaluck self-esteem assessment tool. The Cronbach Alpha of these two tools were 0.75 and 0.76. Frequencies, percentage, mean, standard deviation, repeated measures analysis of variance: one between-subject variable and one within-subject variable and Newman -Keuls method were used for data analysis.

The result of the study showed that

1. There was a statistically significant interaction between method and interval on depression at a .01 level. The post-test scores on depression of reminiscence in the experimental group after the experiment and at the follow up stage were lower than before using reminiscence. The post-test score on depression in experimental group after the experimental and at the follow up stage were lower than the control group at a .01 level of significance
2. There was a statistically significant interaction between method and interval on self-esteem at a .01 level. The post-test score on self-esteem of reminiscence in the experimental group after the experiment and at the follow up stage were higher than before using reminiscence. The post-test score on self-esteem in experimental group after the experiment and at the follow up stage was higher than the control group at .01 level of significance

Reminiscence of elderly was recommended to decrease depression and increase self-esteem.

## สารบัญ

|                                                            | หน้า |
|------------------------------------------------------------|------|
| บทคัดย่อภาษาไทย .....                                      | ง    |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....                                    | จ    |
| สารบัญ .....                                               | ค    |
| สารบัญตาราง .....                                          | ช    |
| สารบัญภาพ .....                                            | ฉ    |
| บทที่                                                      |      |
| 1 บทนำ.....                                                | 1    |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....                       | 1    |
| คำถามในการวิจัย.....                                       | 4    |
| วัตถุประสงค์ในการวิจัย.....                                | 4    |
| สมมติฐานการวิจัยและเหตุผลสนับสนุนการวิจัย.....             | 5    |
| ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....                             | 8    |
| ขอบเขตของการวิจัย.....                                     | 8    |
| นิยามศัพท์เฉพาะ .....                                      | 9    |
| กรอบแนวคิดในการวิจัย.....                                  | 9    |
| 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....                      | 11   |
| แนวคิดเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ .....              | 11   |
| แนวคิดเกี่ยวกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ..... | 28   |
| แนวคิดเกี่ยวกับการระลึกถึงความหลังของผู้สูงอายุ.....       | 35   |
| ผลของการระลึกถึงความหลังในผู้สูงอายุ.....                  | 42   |
| 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....                                  | 45   |
| ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....                              | 46   |
| เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....                            | 49   |
| การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ.....                         | 51   |
| ขั้นตอนการดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล .....       | 52   |
| การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง .....                      | 59   |

## สารบัญ (ต่อ)

| บทที่                                                                      | หน้า |
|----------------------------------------------------------------------------|------|
| การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้.....                                      | 59   |
| 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....                                                | 61   |
| สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....                                   | 61   |
| การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....                                           | 61   |
| ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....                                                  | 62   |
| 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....                                      | 77   |
| สรุปผลการวิจัย.....                                                        | 77   |
| อภิปรายผลการวิจัย.....                                                     | 78   |
| ข้อเสนอแนะ.....                                                            | 80   |
| บรรณานุกรม.....                                                            | 83   |
| ภาคผนวก.....                                                               | 97   |
| ภาคผนวก ก การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมวิจัยและแผนการระลึกถึงความหลัง..... | 98   |
| ภาคผนวก ข รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ.....                                         | 129  |
| ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....                                  | 131  |
| ภาคผนวก ง แนวทางการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ.....                                 | 138  |
| ประวัติย่อของผู้วิจัย.....                                                 | 142  |

## สารบัญตาราง

| ตารางที่                                                                                                                                                                                             | หน้า |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1 เปรียบเทียบลักษณะและพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง .....                                                                                                                          | 31   |
| 2 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามข้อมูลพื้นฐาน .....                                                                                                                                            | 63   |
| 3 ข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในระยะก่อน<br>การทดลองระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม .....                                                | 65   |
| 4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ<br>ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง .....                                                                                | 66   |
| 5 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง<br>และระยะติดตามผล .....                                                                                                        | 68   |
| 6 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมต่อภาวะซึมเศร้า<br>ของผู้สูงอายุ .....                                                                                                          | 69   |
| 7 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุในกลุ่มทดลองในระยะก่อน<br>การทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ด้วยวิธีทดสอบแบบ<br>นิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Method) .....               | 70   |
| 8 ข้อมูลและค่าสถิติพื้นฐานคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุใน<br>ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ในกลุ่มทดลองและ<br>กลุ่มควบคุม .....                              | 71   |
| 9 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของ<br>ผู้สูงอายุระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง .....                                                                   | 72   |
| 10 ผลการทดสอบผลย่อยของวิธีการทดลองในระยะก่อนการทดลองระยะหลังการทดลอง<br>และระยะติดตามผล .....                                                                                                        | 74   |
| 11 ผลการทดสอบย่อยของระยะเวลาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมต่อความรู้สึกมีคุณค่า<br>ในตนเองของผู้สูงอายุ .....                                                                                            | 75   |
| 12 ผลการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุใน<br>กลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล<br>ด้วย วิธีทดสอบแบบนิวแมน-คูลส์ (Newman-Keuls Method) ..... | 76   |

## สารบัญภาพ

| ภาพที่                                                                                                                  | หน้า |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....                                                                                             | 10   |
| 2 ความแตกต่างของการทบทวนชีวิตและการระลึกถึงความหลัง.....                                                                | 38   |
| 3 รูปแบบการทดลอง.....                                                                                                   | 45   |
| 4 แสดงการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....                                                                                     | 48   |
| 5 แสดงขั้นตอนการดำเนินการทดลอง.....                                                                                     | 58   |
| 6 กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการกับระยะเวลาของการทดลองต่อ<br>ภาวะซึมเศร้าของผู้สูงอายุ.....                 | 67   |
| 7 กราฟเส้นแสดงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการกับระยะเวลาของการทดลองต่อ<br>ความรู้สึกลึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ..... | 73   |