

ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ก
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา
ของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

- | | |
|--|--|
| 1. แพทย์หญิงดาวชมพู พัฒนประภาพันธุ์ | อาจารย์แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตเวช
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ โรงพยาบาล
รามธิบดี |
| 2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ร.อ. หญิง ดร. ศิริพันธุ์ สาสัตย์ | รองคณบดีฝ่ายวิจัยและวิเทศสัมพันธ์
คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย |
| 3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เอกอุมา วิเชียรทอง | อาจารย์ประจำกลุ่มวิชาการพยาบาล
สุขภาพจิตและจิตเวช
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ |
| 4. ดร.ภรภัทร เสงอุดมทรัพย์ | อาจารย์ประจำสาขาวิชาการพยาบาล
สุขภาพจิตและจิตเวช
คณะพยาบาลศาสตร์
มหาวิทยาลัยบูรพา |
| 5. นางสาวเรณู อินทร์ตา | พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
โรงพยาบาลกบินทร์บุรี
จังหวัดปราจีนบุรี |

ภาคผนวก ข

โปรแกรมการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล
ของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

**แผนการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล
ของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม**

วิธีปฏิบัติ	เป็นการระลึกถึงความหลังรายบุคคล
สถานที่ดำเนินการ	บ้านของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมโปรแกรม
ระยะเวลาดำเนินการ	8 ครั้ง ครั้งละ 30- 60 นาที ตามอาการของผู้สูงอายุ 2 ครั้งต่อสัปดาห์
วัตถุประสงค์ทั่วไป	เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ต่อความสามารถในการรู้คิด และ ความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมระดับน้อย
ลักษณะของโปรแกรม ประกอบด้วย	
ครั้งที่ 1	สร้างสัมพันธภาพ และฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล และให้ ผู้สูงอายุระลึกถึงความประทับใจในวัยเด็ก (ช่วงอายุ 6-12 ปี)
ครั้งที่ 2	ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในครั้ง ที่หนึ่ง และให้ผู้สูงอายุได้มีการย้อนระลึกถึงความประทับใจในวัยเด็ก (ช่วงอายุ 6-12 ปี)
ครั้งที่ 3	ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในครั้ง ที่หนึ่ง และสอง ให้ผู้สูงอายุได้มีการย้อนระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความ ประทับใจในวัยรุ่น (ช่วงอายุ 13- 20 ปี)
ครั้งที่ 4	ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในสาม ครั้งก่อน และให้ผู้สูงอายุได้มีการย้อนระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความ ประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (21-40 ปี)
ครั้งที่ 5	ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในสี่ ครั้งก่อน และให้ผู้สูงอายุได้มีการย้อนระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความ ประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (21-40 ปี)
ครั้งที่ 6	ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในห้า ครั้งก่อน และให้ผู้สูงอายุได้มีการย้อนระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความ ประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนปลาย (ช่วงอายุ 41-60 ปี)
ครั้งที่ 7	ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในหก ครั้งก่อน และให้ผู้สูงอายุได้มีการย้อนระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความ ประทับใจในวัยสูงอายุตอนต้น (ช่วงอายุ 60- 69 ปี)

ครั้งที่ 8

ฝึกการรับรู้ วัน เวลา สถานที่ และบุคคลทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันในเจ็ด
ครั้งก่อน และให้ผู้สูงอายุได้มีการย้อนระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความ
ประทับใจในวัยสูงอายุตอนปลาย (ช่วงอายุ 70 ขึ้นไป) ถึงปัจจุบัน ผู้วิจัยสรุป
และประเมินสภาพสมองเบื้องต้น ความผาสุกในชีวิต และนัดหมายอีก 2
สัปดาห์ เพื่อติดตามผล

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ขั้นตอนของกิจกรรม
ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้สูงอายุและผู้วิจัย	1. เมื่อผู้วิจัยไปถึงบ้านผู้สูงอายุ ผู้วิจัยแสดงความเคารพโดยการยกมือไหว้ผู้สูงอายุและกล่าวคำว่า “สวัสดีค่ะ” ด้วยน้ำเสียงอ่อนโยน สีหน้าแสดงความเป็นมิตร พร้อมทั้งกล่าวแนะนำตนเอง และขออนุญาตเรียกผู้สูงอายุว่า “คุณลุง...” หรือคุณป้า.....” ตามด้วยชื่อของผู้สูงอายุ	2 นาที		- การสร้างสัมพันธภาพโดยการแนะนำตนเองเป็นการสร้างความคุ้นเคย ช่วยลดความตึงเครียด ความวิตกกังวลของผู้สูงอายุเกี่ยวกับความแปลกหน้าของผู้วิจัย และสร้างความมั่นใจ ความเชื่อมั่น ความประทับใจในการพบกันระหว่างผู้วิจัยและผู้สูงอายุ (First impression) - การสร้างสัมพันธภาพเป็นขั้นตอนแรกที่มีความสำคัญในการระลึกถึงความหลังเนื่องจากการสร้างสัมพันธภาพทำหน้าที่เป็นสื่อกลางให้ผู้สูงอายุเกิดการเปลี่ยนแปลงและเกิดความร่วมมือ - เพื่อสร้างความต่อเนื่องและทบทวนความจำระยะสั้น (Recent memory) ของผู้สูงอายุ	
	2. ผู้วิจัยทบทวนกับผู้สูงอายุโดยกล่าวว่า “ผู้วิจัยเคยมาพบกับผู้สูงอายุแล้วครั้งหนึ่งเมื่อ...” (บอก วัน เดือน ปี ที่ผู้วิจัยมาพบ รวมทั้งเหตุการณ์ที่	3 นาที			

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อสร้างบรรยากาศที่เป็นมิตร - เพื่อให้ผู้สูงอายุทราบวัตถุประสงค์และประโยชน์ของการเข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลัง	สัมพันธ์กับวันที่เคยมาพบกับผู้สูงอายุ ซึ่งผู้วิจัยได้ขออนุญาตและขอความร่วมมือและผู้สูงอายุได้ขออนุญาตผู้วิจัยแล้ว ผู้วิจัยได้นัดผู้สูงอายุมาพบในวันนี้ 3. ผู้วิจัยพูดคุย ชักถามเรื่องทั่วไปเกี่ยวกับชีวิตความเป็นมาของผู้สูงอายุ เช่น ภาวะสุขภาพ กิจกรรมที่ผู้สูงอายุได้ปฏิบัติในวันนี้ เป็นต้น 4. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์การมาพบผู้สูงอายุที่บ้านครั้งนี้ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุย้อนคิดถึง ความหลัง ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่ประทับใจ เมื่อผู้สูงอายุย้อนคิดถึงแล้วทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีความสุข โดยการพูดคุยกับผู้วิจัย ใช้เวลาระลึกความหลังแต่ละครั้งประมาณ 30- 60 นาที และผู้วิจัยจะมาพบผู้สูงอายุ	2 นาที 3 นาที		- การพูดคุยชักถามเรื่องทั่วไป ช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกผ่อนคลายความวิตกกังวลในการเข้าร่วมกิจกรรม - เพื่อกำหนดข้อตกลงในการระลึกถึงความหลังและเตรียมผู้สูงอายุก่อนเริ่มและยุติการระลึกถึงความหลัง - ระยะเวลาในการระลึกถึงความหลังของผู้สูงอายุแต่ละครั้งขึ้นอยู่กับภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุแต่ละคนส่วนใหญ่ใช้เวลาประมาณ 30-60 นาที	

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	เพื่อเข้าร่วมโปรแกรมระลึกถึงคุณที่บ้าน 8 ครั้ง โดยจะมาสัปดาห์ละ 2 ครั้ง - ในระหว่างอธิบายวัตถุประสงค์ ผู้วิจัยอธิบายอย่างช้า ๆ และเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุซักถามข้อสงสัยเป็นระยะ ๆ - ผู้วิจัยเลือกสถานที่ภายในบ้านของผู้สูงอายุ ในส่วนที่มีบรรยากาศค่อนข้างเงียบ แสงสว่างเพียงพอ อากาศถ่ายเทสะดวก เหมาะสมตามสภาพร่างกายของผู้สูงอายุ กล่าวคือไม่ร้อนหรือหนาวเกินไป - ผู้วิจัยนั่งหันหน้าเข้าหาผู้สูงอายุในลักษณะเผชิญหน้าหรือนั่งด้านข้าง โดยหันหน้าเข้าหาผู้สูงอายุ และนั่งห่างจากผู้สูงอายุประมาณ 2-3 ฟุต กรณีที่ผู้สูงอายุมีปัญหาด้านการได้ยินผู้วิจัยนั่งห่างจากผู้สูงอายุ 1 ฟุต 5. ผู้วิจัยดำเนินการระลึกถึงคุณร่วมกับ			- การจัดสิ่งแวดล้อมให้อึดอัดต่อการระลึกถึงคุณเพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกเป็นส่วนตัวและสะดวกสบาย - การจัดระยะห่างระหว่างผู้วิจัยและผู้สูงอายุเพื่อให้อึดอัดการสื่อสาร (Use of space)	

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ที่ถูกต้อง	การบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล กับผู้สูงอายุครั้งที่ 1 ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้ 5.1 ขั้นการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ดำเนินการดังนี้ - ผู้วิจัยแจ้งให้ผู้สูงอายุทราบว่าผู้วิจัยจะถามคำถามให้ผู้สูงอายุตอบ โดยคำถามเหล่านี้เป็นคำถามที่ง่าย ผู้วิจัยไม่ต้องการที่จะดูถูกความรู้ความสามารถของผู้สูงอายุแต่เป็นคำถามที่ใช้เพื่อฝึกการรับรู้สิ่งแวดล้อมตามสภาพความเป็นจริง คำถามที่ผู้วิจัยถามคือ “วันนี้เป็นวันอะไร” “วันที่เท่าไร” “เดือนอะไร” “ปี พ.ศ. อะไร” “ขณะนี้เวลาเท่าไร” “ที่นั่งที่ไหน” และ “บุคคลที่อยูในบ้านเป็นใคร ชื่ออะไร” โดยถามทีละคำถามช้า ๆ ด้วยน้ำเสียงที่ชัดเจน อาจมีคำพูดทวนซ้ำประโยค ปล่อยให้เวลาให้	10 นาที	- นาฬิกา - ปฏิทิน	- การใช้ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปเป็นคำถามในการกระตุ้นให้ผู้สูงอายุรับรู้สิ่งแวดล้อมตามสภาพความเป็นจริง เป็นวิธีที่ช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และแก้ไขความสับสนของผู้สูงอายุได้ - ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีการเข้าใจภาษาพูดเสื่อมถอยลงจากการเปลี่ยนแปลงของเซลล์ประสาททำให้เกิดความผิดปกติของการรับรู้ ประกอบกับความสามารถในการได้ยินลดลง ดังนั้นควรสื่อสารโดยการใช้คำพูดสั้น ๆ ชัดเจน และพูดซ้ำ ๆ	

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเองรู้สึกพึงพอใจในช่วงชีวิตวัยเด็ก - เพื่อเรียกความจำหรือข้อมูลที่ได้นบันทึกไว้แล้วนำออกมาประมวลซ้ำอีกครั้ง เพื่อเพิ่มความเข้าใจในตนเอง	ผู้สูงอายุคิด เมื่อผู้สูงอายุไม่สามารถตอบได้ผู้วิจัยบอกคำตอบที่ละเอียดโดยใช้อุปกรณ์ช่วยกระตุ้นการรับรู้แล้วให้ผู้สูงอายุทวนคำตอบที่ได้รับ 5.2 ขั้นตอนการระลึกถึงความหลัง ผู้วิจัยได้แบ่งออกเป็น 4 ระยะ ดังนี้ (1) ระยะระลึกถึงความทรงจำในอดีต (Remembering) ปฏิบัติดังนี้ - ผู้วิจัยเปิด โอกาสให้ผู้สูงอายุเลือกเหตุการณ์ที่ประทับใจอย่างมีรูปแบบ โดยให้ระลึกถึงความประทับใจในวัยเด็ก (ช่วงอายุ 6-12 ปี) ที่ผู้สูงอายุอยากเล่าให้ผู้วิจัยฟังมากที่สุด ด้วยการใช้คำถามปลายเปิดว่า “ถ้าพูดถึงชีวิตในวัยเด็ก ช่วงเวลาอายุ 6-12 ปี คุณลุง/ คุณป้า มีเหตุการณ์หรือความทรงจำอะไรที่คิดถึงแล้วรู้สึกมีความสุขสนุกสนานมากที่สุด	5 นาที	- แผ่นภาพ ของเล่นในสมัยก่อน (แสดงในเอกสารแนบ หมายเลข 1) - ตัวอย่างของเล่นจริง - แผ่นภาพเกี่ยวกับการเล่น	- การให้ผู้สูงอายุระลึกถึงความหลังตามพัฒนาการช่วยให้ผู้สูงอายุระลึกความหลังได้ง่าย ครอบคลุมทุกช่วงวัย และป้องกันการสับสนในผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมเนื่องจากมีการระลึกถึงความหลังเรียงลำดับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นก่อน- หลัง - การให้ผู้สูงอายุเลือกเหตุการณ์อย่างมีรูปแบบจะช่วยลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุจากปัญหาที่ผู้สูงอายุไม่ทราบว่าจะเริ่มตรงไหน - การระลึกถึงเหตุการณ์ที่ประทับใจ จะ	

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	พอจะกรุณาเล่าให้ฟังหน่อยได้ไหมคะ” ผู้วิจัยใช้ความเงียบ (Silence) พร้อมทั้งแสดงท่าทีว่ามีความพร้อมในการฟังผู้สูงอายุ หากผู้สูงอายุนิ่งเงียบไปนานหรือบอกว่านึกอะไรไม่ออก ผู้วิจัยกระตุ้นผู้สูงอายุโดยใช้แผ่นภาพเกี่ยวกับของเล่นในสมัยก่อน แผ่นภาพหนังสือเรียน โรงเรียนในสมัยก่อน ชุดนักเรียนในสมัยก่อน หรือภาพถ่ายภาพเพื่อน ๆ เป็นต้น		หนังสือเรียน โรงเรียน ชุด นักเรียนใน สมัยก่อน (แสดงใน เอกสารแนบ หมายเลข 2)	ช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกพึงพอใจในตนเอง ยอมรับชีวิตที่เป็นอยู่ของตนเอง - สิ่งที่ช่วยสนับสนุน หรืออุปกรณ์ที่ใช้ในการกระตุ้นให้ระลึกถึงความหลัง ส่วนใหญ่สิ่งที่นำมาใช้กระตุ้นบ่อยมักกระตุ้นประสาทสัมผัสการมองเห็นซึ่งมีส่วนช่วยให้การระลึกถึงความหลังเกิดได้เร็วขึ้น - พัฒนาการของวัยเด็ก เป็นวัยที่เริ่มเรียนรู้ที่จะใช้ทักษะที่จำเป็นของร่างกายในการเล่น เรียนรู้ที่จะปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนวัยเดียวกัน พัฒนาทักษะพื้นฐานในการอ่าน-เขียน เด็กวัยนี้จะเริ่มเข้าโรงเรียน เล่นแบบเด็กทารก เปลี่ยนมาเป็นการเล่นที่มีกฎเกณฑ์ เล่นของเล่นจริง ๆ น้อยลง แต่หันมาเล่นของเล่นกึ่ง	

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
-เพื่อให้ผู้สูงอายุได้แบ่งปันประสบการณ์ความรู้สึก อารมณ์	(2) ระบายแบ่งปันประสบการณ์ให้ผู้อื่นฟัง (Recall) เมื่อผู้สูงอายุเริ่มระลึกถึงความหลังโดยการบอกเล่าให้ผู้วิจัยฟัง ผู้วิจัยรับฟังด้วย	20 นาที		ของจริง เช่น เครื่องไม้เครื่องมือต่าง ๆ มีการวาดภาพ การร้องเพลง เล่นดนตรี การเล่นเกม เป็นต้น - การใช้คำถามปลายเปิด (Opened end question) จะทำให้ผู้สูงอายุมีอิสระในการระลึกถึงความหลังและเป็นการฟื้นฟู ความจำระยะยาว (Long term memory) - การใช้ความเจ็บใจได้อย่างเหมาะสม จะมีประสิทธิภาพดีกว่าการใช้คำพูดใด ๆ ทั้งสิ้น เพราะเป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นว่าพยาบาลเข้าใจยอมรับ และต้องการให้ผู้สูงอายุพูดต่อไป - การผกศึรยะ การออกเสียงในลำคอว่า “อ้อ” เป็นการช่วยกระตุ้นให้ผู้สูงอายุเล่าระบายความรู้สึกต่อไปได้และแสดงให้เห็น	

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
และความคิดที่มีต่อความทรงจำนั้นให้ผู้อื่นฟัง - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เปิดเผยตนเอง(Self expression)	ความตั้งใจ ไม่ขัดจังหวะ ให้การยอมรับในความเป็นบุคคลของผู้สูงอายุ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองรวมทั้งมีการประสานสายตา (Eye Contact) กับผู้สูงอายุ ขานรับอย่างสงบ โดยการฟังกิริยาระ หรือพูดแทรกเมื่อผู้สูงอายุเงิบ เพื่อแสดงให้เห็นว่าผู้วิจัยสนใจในสิ่งที่ผู้สูงอายุพูด เช่น “แล้วเป็นอย่างไรต่อคะ” พร้อมทั้งสังเกตสีหน้าท่าทางของผู้สูงอายุ หากผู้สูงอายุแสดงสีหน้าท่าทางไม่เป็นสุขในสิ่งที่บอกเล่าให้ผู้วิจัยฟัง ผู้วิจัยจะกล่าวกับผู้สูงอายุว่า “ยินดีรับฟัง” หากเรื่องที่ผู้สูงอายุเล่าให้ฟังเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกสบายใจและผ่อนคลายความรู้สึกของผู้สูงอายุ โดยใช้ประโยคคำพูดที่อธิบายเกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึกที่ผู้วิจัย			เห็นว่าผู้วิจัยตั้งใจและสนใจฟังเรื่องต่างๆ อยู่	

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อประเมินคุณค่าของเหตุการณ์และรับรู้ว่าการณ์นั้นมี ความหมายต่อตนเอง อย่างไร - เพื่อให้ผู้สูงอายุมีการ แก้ไขความทรงจำ บางส่วนหรือทำให้ ผู้สูงอายุเกิดมุมมองของ ความทรงจำในด้านใหม่	เข้าใจจากคำพูดและท่าทีของผู้สูงอายุ เช่น “คุณลุง/ คุณป้า รู้สึกท้อแท้ใจเมื่อนึกถึงความ ยากลำบากของตนเอง” (3) ระบุบททวน (Review) ผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุ หลับตา เพื่อระลึกว่าเหตุการณ์นั้นมีความหมายต่อ ผู้สูงอายุอย่างไร	5 นาที			
	(4) ขั้นตอนการสร้างความใหม่ (Reconstruction) - ผู้วิจัยสะท้อนความรู้สึกอารมณ์ของผู้สูงอายุต่อ เหตุการณ์ในอดีต (Reflect feeling) โดยเปิด โอกาสให้ผู้สูงอายุได้ระบายแสดงความคิดและ ความรู้สึกต่อเหตุการณ์ที่เล่าผ่าน และกล่าวสรุป เหตุการณ์ในอดีตที่ผู้สูงอายุเล่าให้ผู้วิจัยฟังสั้น ๆ - ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุซักถามข้อสงสัย	10 นาที		- ใช้เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก (Reflecting) เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าการณ์เข้าใจความรู้สึก ของผู้สูงอายุ - การใช้เทคนิคการสรุป (Summarize) เพื่อให้ ผู้สูงอายุถอดถอนเหตุการณ์ในอดีต และปิด การระลึกความหลังในครั้งนี้ พร้อมย้ำผู้สูงอายุ ในการพบกันครั้งต่อไป	

ครั้งที่ 1 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณที่ผู้สูงอายุได้เล่าเรื่องที่ประทับใจในวัยเด็กของผู้สูงอายุให้ผู้วิจัยฟัง และบันทึกวันนัดและเรื่องที่ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังในครั้งนี้ไว้ในสมุดนัด โดยเขียนด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ ชัดเจน วางไว้ใน ตำแหน่งที่ผู้สูงอายุหาได้ง่าย - ผู้วิจัยนัดหมายให้ผู้สูงอายุเตรียมเลือกเรื่องที่จะระลึกถึงความหลังในครั้งต่อไปเกี่ยวกับความประทับใจในวัยเด็ก เพื่อเล่าให้ผู้วิจัยฟังในครั้งต่อไปที่พบกัน		สมุดบันทึกการนัดหมาย (แสดงในเอกสารแนบหมายเลข 3)	- เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเตรียมตัวในการเลือกเหตุการณ์ในอดีตที่จะนำมาระลึกถึงและเล่าให้ผู้วิจัยฟัง เพื่อช่วยลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ	

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 1)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้สูงอายุและผู้วิจัย	การดำเนินโปรแกรมการระลึกถึงความหลังที่บ้านเป็นรายบุคคลครั้งที่ 2 ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้ 1. เมื่อผู้วิจัยไปที่บ้านผู้สูงอายุ ผู้วิจัยแสดงความเคารพโดยการขมมือไหว้ผู้สูงอายุและกล่าวคำว่า “สวัสดีค่ะ” ด้วยน้ำเสียงอ่อนโยน สีหน้าแสดงความเป็นมิตร เรียกชื่อคุณลุง/คุณป้า ได้อย่างถูกต้อง พร้อมทั้งถามทุกข์สุขของผู้สูงอายุ พูดถึงการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุ (กรณีมีการเปลี่ยนแปลง)	2 นาที		- การสร้างสัมพันธภาพเป็นขั้นตอนแรกที่มีความสำคัญในการระลึกถึงความหลังเนื่องจากการสร้างสัมพันธภาพทำหน้าที่เป็นสื่อกลางให้ผู้สูงอายุเกิดการเปลี่ยนแปลงและเกิดความร่วมมือ	
- เพื่อทบทวนความจำระยะสั้นของผู้สูงอายุ	2. ผู้วิจัยกระตุ้นให้ผู้สูงอายุทบทวนถึงเรื่องราวที่ได้สนทนาในครั้งที่ผ่านมา โดยกล่าวว่า	5 นาที		- การเรียกชื่อผู้สูงอายุอย่างถูกต้อง การบอกถึงการเปลี่ยนแปลง เป็นเทคนิคการรู้จักจดจำ (Giving recognition) แสดงถึงการยอมรับ และชี้ให้ผู้สูงอายุเห็นว่าผู้วิจัยรู้จักเขาในฐานะเป็นบุคคลหนึ่ง ช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าคุณค่าการทบทวนเรื่องราวเป็นวิธีการทดสอบความจำโดยการวัดการระลึกได้ (Recall) ของ	

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อให้ผู้สูงอายุทราบวัตถุประสงค์และประโยชน์ของการเข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลัง	“ผู้วิจัยเคยมาพบกับผู้สูงอายุแล้วครั้งหนึ่งเมื่อ...” (บอกวัน เดือน ปี ที่ผู้วิจัยมาพบ รวมทั้งเหตุการณ์ที่สัมพันธ์กับวันที่เคยมาพบกับผู้สูงอายุ) และถามผู้สูงอายุว่า “คุณลุง/คุณป้าจำได้หรือไม่คะว่าครั้งที่แล้วเราระลึกถึงความหลังเรื่องอะไรคะ” ถ้าผู้สูงอายุจำไม่ได้ผู้วิจัยสรุปให้ฟังสั้น ๆ 3. ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์การมาพบผู้สูงอายุที่บ้านครั้งนี้ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุย้อนคิดถึงความหลัง ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่ประทับใจ เมื่อผู้สูงอายุย้อนคิดถึงแล้วทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีความสุข โดยการพูดคุยกับผู้วิจัยใช้เวลาระลึกถึงความหลังแต่ละครั้งประมาณ 30- 60 นาที ซึ่งการพบกันครั้งนี้เป็นครั้งที่ 2 ผู้วิจัยจะมาพบผู้สูงอายุอีก 6 ครั้ง	3 นาที		ผู้สูงอายุ - เพื่อกำหนดข้อตกลงในการระลึกถึงความหลังและเตรียมผู้สูงอายุก่อนเริ่มและยุติการระลึกถึงความหลัง - ระยะเวลาในการระลึกถึงความหลังของผู้สูงอายุแต่ละครั้งขึ้นอยู่กับภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุแต่ละคนส่วนใหญ่ใช้เวลาประมาณ 30-60 นาที	

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ที่ถูกต้อง	4. ผู้วิจัยดำเนินการระดมสมองถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคลกับผู้สูงอายุครั้งที่ 2 ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้ 4.1 ขั้นการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา และสถานที่ บุคคล ดำเนินการดังนี้ - ผู้วิจัยถามผู้สูงอายุว่า “วันนี้เป็นวันอะไร” “วันที่เท่าไร” “เดือนอะไร” “ปี พ.ศ. อะไร” “ขณะนี้เวลาเท่าไร” “ที่นี่ที่ไหน” และ “ผู้วิจัยชื่ออะไร” โดยถามทีละคำถามช้า ๆ ด้วยน้ำเสียงที่ชัดเจน อาจมีคำพูดทวนซ้ำประโยค ปล่อยให้เวลาให้ผู้สูงอายุคิด เมื่อผู้สูงอายุไม่สามารถตอบได้ผู้วิจัยบอกคำตอบทีละข้อ โดยใช้อุปกรณ์ช่วยกระตุ้นการรับรู้แล้วให้ผู้สูงอายุตวนคำตอบที่ได้รับ	10 นาที	- นาฬิกา - ปฏิทิน	- การใช้ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปเป็นคำถามในการกระตุ้นให้ผู้สูงอายุรับรู้สิ่งแวดล้อมตามสภาพความเป็นจริง เป็นวิธีที่ช่วยส่งเสริมการเรียนรู้และแก้ไขความสับสนของผู้สูงอายุได้ - ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มีการเข้าใจภาษาพูดเสื่อมถอยลงจากการเปลี่ยนแปลงของเซลล์ประสาททำให้เกิดความผิดปกติของการรับรู้ ประกอบกับความสามารถในการได้ยินลดลง ดังนั้นควรสื่อสารโดยการใช้น้ำเสียงที่ชัดเจน และพูดช้า ๆ	

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเองรู้สึกพึงพอใจในช่วงชีวิตวัยเด็ก	4.2 ขั้นตอนการระลึกถึงความหลัง ผู้วิจัยดำเนินการแบ่งเป็น 4 ระยะ เช่นเดียวกับการพบผู้สูงอายุครั้งที่ 1 โดยในระยะแรกให้ระลึกถึงความประทับใจในวัยเด็กที่ผู้สูงอายุได้เตรียมไว้แล้ว ด้วยการใช้คำถามปลายเปิดว่า “ถ้าพูดถึงชีวิตในวัยเด็ก ช่วงเวลาอายุ 6- 12 ปี คุณลุง/ คุณป้า มีเหตุการณ์ หรือความทรงจำอะไรที่คิดถึงแล้วรู้สึกมีความสุขสนุกสนานมากที่สุดพอจะกรุณาเล่าให้ฟังหน่อยได้ไหมคะ” ผู้วิจัยใช้ความเงียบ (Silence) พร้อมทั้งแสดงท่าทีว่ามีความพร้อมในการฟังผู้สูงอายุ หากผู้สูงอายุนิ่งเงียบไปนานหรือบอกว่านี่อะไร ไม่ออก ผู้วิจัยกระตุ้นผู้สูงอายุโดยใช้แผนภาพเกี่ยวกับของเล่นในสมัยก่อน แผนภาพหนังสือเรียน โรงเรียนในสมัยก่อน ชุดนักเรียนในสมัยก่อน	5 นาที	-แผนภาพ ของเล่นในสมัยก่อน (แสดงในเอกสารแนบ หมายเลข 1) - ตัวอย่างของเล่นจริง แผนภาพเกี่ยวกับการเล่น (แสดงในเอกสารแนบ หมายเลข 2)	- พัฒนาการของวัยเด็ก เป็นวัยที่เริ่มเรียนรู้ที่จะใช้ทักษะที่จำเป็นของร่างกายในการเล่นเรียนรู้ที่จะปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนวัยเดียวกันพัฒนาทักษะพื้นฐานในการอ่าน-เขียน เด็กวัยนี้จะเริ่มเข้าโรงเรียน เล่นแบบเด็กทารก เปลี่ยนมาเป็นการเล่นที่มีกฎเกณฑ์ เล่นของเล่นจริง ๆ น้อยลง แต่หันมาเล่นของเล่นกิ่งของจริง เช่น เครื่องไม้เครื่องมือต่าง ๆ มีการวาดภาพ การร้องเพลง เล่นดนตรี การเล่นเกม เป็นต้น	

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	หรือภาพถ่าย ภาพเพื่อน ๆ เป็นต้น ถ้าผู้สูงอายุไม่ได้เรียนหนังสือ หรือไม่มีภาพถ่าย ผู้วิจัยยกตัวอย่างประเด็นสำหรับนำเสนอเพื่อการระลึกถึงความหลัง เช่น บ้านที่ผู้สูงอายุเคยอยู่ในวัยเด็ก การหลบภัยในสงครามโลกครั้งที่ 2 การเดินทางในอดีต เรื่องราวเกี่ยวกับบ้านเกิด เป็นต้น - กระบวนการระลึกถึงความหลังในระยะที่ 2 ถึงระยะที่ 4 ผู้วิจัยดำเนินการเหมือนการพบผู้สูงอายุครั้งที่ 1 - ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ และบันทึกวันนัดและเรื่องที่ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังในครั้งนีไว้ในสมุดนัด - ผู้วิจัยนัดหมายให้ผู้สูงอายุเตรียมเลือกเรื่องที่	35 นาที	สมุดบันทึก การนัดหมาย	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเตรียมตัวใน	

ครั้งที่ 2 (สัปดาห์ที่ 1) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	จะระลึกถึงความหลังในครั้งต่อไปเกี่ยวกับความประทับใจในวัยรุ่น เพื่อให้เล่าให้ผู้วิจัยฟังในครั้งต่อไปที่พบกัน			การเลือกเหตุการณ์ในอดีตที่จะนำมาระลึกถึงและเล่าให้ผู้วิจัยฟัง เพื่อช่วยลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ	

ครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 2)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อทบทวนความจำระยะสั้นของผู้สูงอายุ - เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ที่ถูกต้อง - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเองรู้สึกพึงพอใจในช่วงชีวิตวัยรุ่น	การดำเนินโปรแกรมการระลึกถึงความหลังที่บ้านเป็นรายบุคคลครั้งที่ 3 ผู้วิจัยดำเนินการเช่นเดียวกับการพบผู้สูงอายุครั้งที่ 2 ดังนี้ - สร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้สูงอายุและผู้วิจัย -อธิบายวัตถุประสงค์ - ให้ผู้สูงอายุทบทวนการระลึกถึงความหลังเมื่อ 2 ครั้งที่แล้ว - ผู้วิจัยสอบถามวัน เวลา สถานที่ บุคคล และวัน เดือน ปี เกิด ของผู้สูงอายุ - ผู้วิจัยดำเนินการระลึกถึงความหลัง 4 ระยะ โดยในระยะแรกให้ผู้สูงอายุระลึกถึงความประทับใจในวัยรุ่นที่ผู้สูงอายุได้เตรียมไว้แล้ว ด้วยการให้คำถามปลายเปิดว่า “ในสมัยที่คุณลูก/คุณป้า เป็นวัยรุ่นในช่วงอายุ	2 นาที 3 นาที 5 นาที 10 นาที 40 นาที	- นาฬิกา - ปฏิทิน - ภาพงานประเพณีในสมัยก่อน (แสดงในเอกสารแนบ	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร - พัฒนาการของวัยรุ่นตอนต้น เริ่มรวมตัวอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม ความสัมพันธ์จะอยู่ในรูปของการมีกิจกรรมร่วมกัน ส่วนใหญ่ยังเป็นเพศเดียวกัน อิทธิพลของเพื่อนมีมากกว่าอิทธิพลของครอบครัว ต้องการ	

ครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 2) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	13- 20 ปี มีสิ่งที่ประทับใจอะไรที่คุณลุง/ คุณป้า คิดถึงแล้วรู้สึกมีความสุขหรือสนุกสนานมากที่สุด พอจะกรุณาเล่าให้ฟังหน่อยได้ไหมคะ” หากผู้สูงอายุ นั่งเงียบไปนานหรือบอกว่านี่อะไร ไม่ออก ผู้วิจัย กระตุ้นผู้สูงอายุโดยใช้สื่อประกอบภาพถ่ายในช่วง วัยรุ่น สิ่งของ ภาพงานประเพณีในสมัยก่อน ภาพถ่าย เพื่อนในช่วงอายุ 14 -20 ปี เป็นต้น ถ้าผู้สูงอายุไม่มี สิ่งของดังกล่าวผู้วิจัยยกตัวอย่างหัวข้อเรื่อง เช่น เพื่อนสนิท แฟนคนแรก การแต่งกาย เป็นต้น		หมายเลข 4) -ภาพถ่ายเพื่อน ๆ - สิ่งของ ของขวัญ	เป็นที่ยอมรับของสังคม และดึงดูดใจเพศตรงข้าม จึงเอาใจกับการแต่งกาย เสื้อผ้า ทรงผม เครื่องประดับ นอกจากนี้ยังมีความสนใจ วัฒนธรรมประเพณี การเล่นเกม ต่าง ๆ ที่มีความซับซ้อน มีความยากมากขึ้น มีการ เล่นสะสมสิ่งของ ส่วนพัฒนาการของวัยรุ่นตอน ปลาย ยังมีการรวมตัวกันเป็นกลุ่ม มีเพื่อนต่าง เพศเข้ามาสมทบ สัมพันธภาพของเพื่อนจะเป็น เชิงการมีความสัมพันธ์มากกว่าการทำกิจกรรม ร่วมกัน สนใจเพื่อนสนิทต่างเพศ สนใจการเล่น ต่าง ๆ น้อยลง ชอบแสวงหาและทำตามผู้ที่ตน ยึดถือเป็นวีรบุรุษ เริ่มมีการเลือกคู่ครอง	

ครั้งที่ 3 (สัปดาห์ที่ 2) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	- ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ และบันทึกวันนัดและเรื่องที่ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังในครั้งนี้ ไว้ในสมุดนัด - ผู้วิจัยนัดหมายให้ผู้สูงอายุเตรียมเลือกเรื่องที่จะระลึกถึงความหลังในครั้งต่อไปเกี่ยวกับความประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เพื่อเล่าให้ผู้วิจัยฟังในครั้งต่อไปที่พบกัน		- สมุดบันทึกการนัดหมาย	- เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเตรียมตัวในการเลือกเหตุการณ์ในอดีตที่จะนำมาระลึกถึงและเล่าให้ผู้วิจัยฟัง เพื่อช่วยลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ	

ครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 2)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อทบทวนความจำระยะสั้นของผู้สูงอายุ - เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ที่ถูกต้อง - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเองรู้สึกพึงพอใจในช่วงชีวิตวัยผู้ใหญ่	การดำเนินโปรแกรมการระลึกถึงความหลังที่บ้านเป็นรายบุคคลครั้งที่ 4 ผู้วิจัยดำเนินการเช่นเดียวกับการพบผู้สูงอายุครั้งที่ 2 ดังนี้ - สร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้สูงอายุและผู้วิจัย - อธิบายวัตถุประสงค์ - ให้ผู้สูงอายุทบทวนการระลึกถึงความหลังเมื่อ 3 ครั้งที่แล้ว - ผู้วิจัยสอบถามวัน เวลา สถานที่ และบุคคลกับผู้สูงอายุ สอบถามชื่อบุคคลในภาพถ่ายครอบครัว เมื่อผู้สูงอายุไม่สามารถตอบได้ ผู้วิจัยบอกคำตอบให้ - ผู้วิจัยดำเนินการระลึกถึงความหลัง 4 ระยะ โดยในระยะแรกให้ผู้สูงอายุระลึกถึงความประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นอายุที่ได้เตรียมไว้แล้ว ด้วยการใช้คำถามปลายเปิดว่า “ในสมัยที่	2 นาที 3 นาที 5 นาที 10 นาที 40 นาที	- นาฬิกา - ปฏิทิน - ภาพถ่ายครอบครัว - ภาพถ่ายการท่องเที่ยว ภาพแต่งงานของผู้สูงอายุ	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร - พัฒนาการในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เริ่มมีการเลือกคู่ที่มั่นคงและจริงจัง เรียนรู้ที่จะใช้ชีวิตร่วมกับคู่ครอง เริ่มต้นสร้างชีวิตครอบครัว มีการปรับตัวเพื่อทำหน้าที่บิดา	

ครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 2) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
ตอนต้น	คุณลุง/คุณป้า อายุ 21- 40 ปี สิ่งที่น่าสนใจอะไรที่คิดถึงแล้วรู้สึกมีความสุขหรือสนุกสนานมากที่สุด พอจะกรุณาเล่าให้ฟังหน่อยได้ไหมคะ” หากผู้สูงอายุ นั่งเงียบไปนานหรือบอกว่านี่อะไร ไม่ออก ผู้วิจัยใช้ อุปกรณ์ช่วยกระตุ้น เช่น สิ่งของภายในบ้าน ภาพถ่าย การท่องเที่ยว ภาพถ่ายครอบครัวหรือภาพถ่ายการ แต่งงาน เป็นต้น ถ้าผู้สูงอายุไม่มีภาพถ่ายหรือสิ่งของ ที่น่าสนใจ ผู้วิจัยยกตัวอย่างหัวข้อ เช่น ลูกคนแรก ชีวิตการทำงาน บ้านหลังแรก การแต่งงาน เป็นต้น - ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ และบันทึกวันนัดและเรื่องที่ ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังในครั้งนีไว้ในสมุดนัด		หรือสิ่งของ ภายในบ้านที่ ซื้อหรือได้ รับมาเมื่อช่วง อายุ 21- 40 ปี - สมุดบันทึก การนัดหมาย	มารดา การปรับตัวในชีวิตวัยโต เริ่มมีอาชีพที่ แน่นอนและมั่นคงเริ่มสร้างบ้านและสร้างฐานะ ครอบครัวมีการเข้าร่วมกลุ่มสังคมที่มีความ คล้ายคลึงกัน การบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อ สังคม - สิ่งที่จะช่วยสนับสนุน หรืออุปกรณ์ที่ใช้ในการ กระตุ้นให้ระลึกถึงความหลัง ส่วนใหญ่สิ่งที่ นำมาใช้กระตุ้นบ่อยมักกระตุ้นประสาทสัมผัส การมองเห็นและการได้ยิน ที่นิยมใช้คือ วัสดุ สิ่งของที่ใช้อยู่เป็นประจำ	

ครั้งที่ 4 (สัปดาห์ที่ 2) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	- ผู้วิจัยนัดหมายให้ผู้สูงอายุเตรียมเลือกเรื่องที่จะระลึกถึงความหลังในครั้งต่อไปเกี่ยวกับความประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น โดยเลือกเรื่องที่ไม่ซ้ำกับครั้งนี้ เพื่อเล่าให้ผู้วิจัยฟังในครั้งต่อไปที่พบกัน			- เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเตรียมตัวในการเลือกเหตุการณ์ในอดีตที่จะนำมาระลึกถึงและเล่าให้ผู้วิจัยฟัง เพื่อช่วยลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ	

ครั้งที่ 5 (สัปดาห์ที่ 3)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อทบทวนความจำระยะสั้นของผู้สูงอายุ - เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ที่ถูกต้อง - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเองรู้สึกพึงพอใจในช่วงชีวิตวัยผู้ใหญ่ตอนต้น	การดำเนินโปรแกรมการระลึกถึงความหลังที่บ้านเป็นรายบุคคลครั้งที่ 5 ผู้วิจัยดำเนินการเช่นเดียวกับการพบผู้สูงอายุครั้งที่ 2 ดังนี้ - สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้สูงอายุและผู้วิจัย - อธิบายวัตถุประสงค์ - ให้ผู้สูงอายุทบทวนการระลึกถึงความหลังเมื่อ 4 ครั้งที่แล้ว - ผู้วิจัยสอบถามวัน เวลา สถานที่ และบุคคลกับผู้สูงอายุ ทบทวนชื่อบุคคลในภาพถ่าย - ผู้วิจัยดำเนินการระลึกถึงความหลัง 4 ระยะ โดยในระยะแรกให้ผู้สูงอายุระลึกถึงความประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นที่ได้เตรียมไว้แล้ว ด้วยการใช้คำถามปลายเปิดว่า “ในช่วงที่คุณลุง/คุณป้าอายุ 21-40 ปี สิ่งที่น่าประทับใจอะไรที่	2 นาที 3 นาที 5 นาที 10 นาที 40 นาที	- นาฬิกา - ปฏิทิน - ภาพถ่ายครอบครัว - ภาพถ่ายการท่องเที่ยว ภาพแต่งงานของผู้สูงอายุ	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร - พัฒนาการในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เริ่มมีการเลือกคู่ที่มั่นคงและจริงจัง เรียนรู้ที่จะใช้ชีวิตร่วมกับคู่ครอง เริ่มต้นสร้างชีวิตครอบครัว มีการปรับตัวเพื่อทำหน้าที่บิดามารดา การปรับตัวในชีวิต	

ครั้งที่ 5 (สัปดาห์ที่ 3 ต่อ)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	คุณลุง/ คุณป้า คิดถึงแล้วรู้สึกมีความสุขหรือสนุกสนานมากที่สุดพอจะกรุณาเล่าให้ฟังหน่อยได้ไหมคะ” หากผู้สูงอายุหนึ่งเจียบไปนานหรือบอกว่านึกอะไรไม่ออก ผู้วิจัยใช้อุปกรณ์ช่วยกระตุ้น เช่น สิ่งของภายในบ้าน ภาพถ่ายการท่องเที่ยว ภาพถ่ายครอบครัวหรือภาพถ่ายการแต่งงาน เป็นต้นถ้าผู้สูงอายุไม่มีภาพถ่ายหรือสิ่งของ ผู้วิจัยยกตัวอย่างประเด็นสำหรับนำเสนอเพื่อการระลึกถึงความหลัง เช่น ลูกคนแรก ชีวิตการทำงาน การแต่งงาน บ้านหลังแรก รถคันแรก เป็นต้น - ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ และบันทึกวันนัดและเรื่องที่ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังในครั้งนี้ไว้ในสมุดนัด - ผู้วิจัยนัดหมายให้ผู้สูงอายุเตรียมเลือกเรื่องที่		หรือสิ่งของภายในบ้านที่ซื้อหรือได้รับมาเมื่อช่วงอายุ 21- 40 ปี - สมุดบันทึกการนัดหมาย	โศด เริ่มมีอาชีพที่แน่นอนและมั่นคง เริ่มสร้างบ้านและสร้างฐานะครอบครัวมีการเข้าร่วมกลุ่มสังคมที่มีความคล้ายคลึงกัน การบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม - สิ่งที่จะช่วยสนับสนุน หรืออุปกรณ์ที่ใช้ในการกระตุ้นให้ระลึกถึงความหลัง ส่วนใหญ่สิ่งที่นำมาใช้กระตุ้นบ่อยมักกระตุ้นประสาทสัมผัสการมองเห็นและการได้ยิน ที่นิยมใช้คือวัสดุสิ่งของที่ใช้อยู่เป็นประจำ - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเตรียมตัว	

ครั้งที่ 5 (สัปดาห์ที่ 3) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	จะระลึกถึงความหลังในครั้งต่อไปเกี่ยวกับความประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนปลาย เพื่อเล่าให้ผู้วิจัยฟังในครั้งต่อไปที่พบกัน			ในการเลือกเหตุการณ์ในอดีตที่จะนำมา ระลึกถึงและเล่าให้ผู้วิจัยฟัง เพื่อช่วยลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ	

ครั้งที่ 6 (สัปดาห์ที่ 3)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อทบทวนความจำระยะสั้นของผู้สูงอายุ - เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ที่ถูกต้อง - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเองรู้สึกพึงพอใจในช่วงชีวิตวัยผู้ใหญ่ตอนปลาย	การดำเนินโปรแกรมการระลึกถึงความหลังที่บ้านเป็นรายบุคคลครั้งที่ 6 ผู้วิจัยดำเนินการเช่นเดียวกับการพบผู้สูงอายุครั้งที่ 2 ดังนี้ - สร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้สูงอายุและผู้วิจัย - อธิบายวัตถุประสงค์ - ให้ผู้สูงอายุทบทวนการระลึกถึงความหลังเมื่อ 5 ครั้งที่แล้ว - ผู้วิจัยสอบถามวัน เวลา สถานที่ และบุคคลกับผู้สูงอายุ ทบทวนชื่อบุคคลในภาพถ่าย - ผู้วิจัยดำเนินการระลึกถึงความหลัง 4 ระยะ โดยในระยะแรกให้ผู้สูงอายุระลึกถึงความประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนปลายที่ได้เตรียมไว้แล้ว ด้วยการใช้อคำถามปลายเปิดว่า “ในช่วงที่คุณลุง/คุณป้าอายุ 41-60 ปี สิ่งประทับใจ	2 นาที 3 นาที 10 นาที 5 นาที 40 นาที	- นาฬิกา - ปฏิทิน - ภาพถ่ายครอบครัว - ภาพถ่ายครอบครัว รูปบุตร สิ่งของต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับ	- พัฒนาการเรียนรู้ผู้ใหญ่ตอนปลาย เป็นวัยที่สังคมคาดหวังว่าจะต้องพัฒนาทักษะวุฒิภาวะให้มากขึ้น ต้องมีความรับผิดชอบในด้านต่าง ๆ ทั้งชีวิตส่วนตัวและชีวิตการทำงาน พร้อมทั้งต้องเผชิญ	

ครั้งที่ 6 (สัปดาห์ที่ 3 ต่อ)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	อะไรที่ คุณลุง/ คุณป้า คิดถึงแล้วรู้สึกมีความสุขหรือสนุกสนานมากที่สุดพอจะกรุณาเล่าให้ฟังหน่อยได้ไหมคะ” หากผู้สูงอายุหนึ่งเจียบไปนานหรือบอกว่านึกอะไรไม่ออก ผู้วิจัยใช้อุปกรณ์ช่วยกระตุ้น เช่น ภาพถ่ายครอบครัว ภาพถ่ายลูก ๆ สิ่งของต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับช่วงอายุนั้น ๆ ถ้าผู้สูงอายุไม่มีภาพถ่ายหรือสิ่งของ ผู้วิจัยยกตัวอย่างประเด็นสำหรับนำเสนอเพื่อการระลึกถึงความหลัง เช่น ลูก ๆ ที่ภูมิใจความสำเร็จในชีวิตการทำงาน งานอดิเรก เป็นต้น - ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ และบันทึกวันนัดและเรื่องที่ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังในครั้งนี้ไว้ในสมุดนัด - ผู้วิจัยนัดหมายให้ผู้สูงอายุเตรียมเลือกเรื่องที่		ช่วงอายุนั้น ๆ - สมุดบันทึก การนัดหมาย	กับปัญหาด้านต่าง ๆ บุคคลวัยนี้จะพบความสุขในชีวิต เมื่อประสบความสำเร็จ ในด้านต่าง ๆ และจากการที่วัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายมาก ทำให้กิจกรรมยามว่างหรืองานอดิเรกจะเป็นกิจกรรมเบา ๆ เช่น ปลูกต้นไม้ ฟังดนตรี สะสมของต่าง ๆ เป็นต้น - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเตรียมตัวในการเลือกเหตุการณ์ในอดีตที่จะนำมาระลึกถึงและเล่าให้ผู้วิจัยฟัง เพื่อช่วยลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ	

ครั้งที่ 6 (สัปดาห์ที่ 3) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	จะระลึกถึงความหลังในครั้งต่อไปเกี่ยวกับความประทับใจในวัยผู้สูงอายุตอนต้น เพื่อเล่าให้ผู้วิจัยฟังในครั้งต่อไปที่พบกัน				

ครั้งที่ 7 (สัปดาห์ที่ 4)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อทบทวนความจำระยะสั้นของผู้สูงอายุ - เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ที่ถูกต้อง - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเองรู้สึกพึงพอใจในช่วงชีวิตวัยสูงอายุตอนต้น	การดำเนินโปรแกรมการระลึกถึงความหลังที่บ้านเป็นรายบุคคลครั้งที่ 7 ผู้วิจัยดำเนินการเช่นเดียวกับการพบผู้สูงอายุครั้งที่ 2 ดังนี้ - สร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้สูงอายุและผู้วิจัย - อธิบายวัตถุประสงค์ - ให้ผู้สูงอายุทบทวนการระลึกถึงความหลังเมื่อ 6 ครั้งที่แล้ว - ผู้วิจัยสอบถามวัน เวลา สถานที่ และบุคคลกับผู้สูงอายุ ทบทวนชื่อบุคคลในภาพถ่าย - ผู้วิจัยดำเนินการระลึกถึงความหลัง 4 ระยะ โดยในระยะแรกให้ผู้สูงอายุระลึกถึงความประทับใจวัยผู้สูงอายุตอนต้นที่ได้เตรียมไว้แล้ว ด้วยการใช้คำถามปลายเปิดว่า “ในช่วงที่คุณลุง/คุณป้าอายุ 60 ปี หรือเริ่มเข้าสู่วัยสูงอายุ	2 นาที 3 นาที 10 นาที 5 นาที 40 นาที	- นาฬิกา - ปฏิทิน - ภาพถ่าย - ครอบครั้ว - สิ่งของภายในบ้านหรือภาพถ่ายหรือบทเพลงที่ชอบ	- พัฒนาการในวัยสูงอายุ เป็นช่วงอายุที่บุคคลต้องประสบกับการเปลี่ยนแปลงของชีวิตที่เป็นวิกฤตหลายด้าน เช่น การเกษียณอายุ การจากไปของมิตรสหาย คู่ครอง การสูญเสียตำแหน่งทางสังคม	

ครั้งที่ 7 (สัปดาห์ที่ 4) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	มีสิ่งที่น่าสนใจอะไรที่ คุณลุง/ คุณป้า คิดถึงแล้ว รู้สึกมีความสุขหรือสนุกสนานมากที่สุดพอจะกรุณาเล่าให้ฟังหน่อยได้ไหมคะ” หากผู้สูงอายุหนึ่งเงิบไปนานหรือบอกว่านึกอะไรไม่ออก ผู้วิจัยใช้อุปกรณ์ช่วยกระตุ้น เช่น สิ่งของภายในบ้าน ภาพถ่าย บทเพลงที่ชอบฟัง เป็นต้น ถ้าผู้สูงอายุไม่มีภาพถ่าย สิ่งของ หรือไม่ชอบฟังเพลง ผู้วิจัยยกตัวอย่างประเด็นสำหรับนำเสนอเพื่อการระลึกถึงความหลัง เช่น การใช้ชีวิตหลังเกษียณ การเข้าร่วมกลุ่มกับเพื่อนวัยเดียวกัน การทำบุญกุศล เป็นต้น - ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ และบันทึกวันนัดและเรื่องที่ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังในครั้งนี้ไว้ในสมุดนัด - ผู้วิจัยนัดหมายให้ผู้สูงอายุเตรียมเลือกเรื่องที่		- สมุดบันทึกการนัดหมาย	ซึ่งในผู้สูงอายุที่มีการปรับตัวดี จะสามารถเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมได้ดี มีการใช้เวลาหลังเกษียณ ทำตนให้เป็นประโยชน์กับผู้อื่น มีการสมาคมกับเพื่อนวัยเดียวกัน เริ่มมีความสนใจในเรื่องกฎหมายบ้านเมืองและศาสนา - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสเตรียมตัวในการเลือกเหตุการณ์ในอดีตที่จะนำมาระลึกถึงและเล่าให้ผู้วิจัยฟัง เพื่อช่วยลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุ	

ครั้งที่ 7 (สัปดาห์ที่ 4) ต่อ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
	จะระลึกถึงความหลังในครั้งต่อไปเกี่ยวกับความประทับใจในวัยสูงอายุนอนปลายถึงชีวิตปัจจุบันเพื่อเล่าให้ผู้วิจัยฟังในครั้งต่อไปที่พบกันซึ่งการพบกันครั้งที่ 8 จะเป็นครั้งสุดท้ายของการเข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลัง				

ครั้งที่ 8 (สัปดาห์ที่ 4)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
- เพื่อทบทวนความจำระยะสั้นของผู้สูงอายุ - เพื่อกระตุ้นให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ที่ถูกต้อง - เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเองรู้สึกพึงพอใจ	การดำเนินโปรแกรมการระลึกถึงความหลังที่บ้านเป็นรายบุคคลครั้งที่ 8 ผู้วิจัยดำเนินการเช่นเดียวกับการพบผู้สูงอายุครั้งที่ 2 ดังนี้ - สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้สูงอายุและผู้วิจัย - อธิบายวัตถุประสงค์ - ให้ผู้สูงอายุทบทวนการระลึกถึงความหลังเมื่อ 7 ครั้งที่แล้ว - ผู้วิจัยสอบถามวัน เวลา สถานที่ และบุคคลกับผู้สูงอายุ ทบทวนชื่อบุคคลในภาพถ่าย - ผู้วิจัยดำเนินการระลึกถึงความหลัง 4 ระยะ โดยในระยะแรกให้ผู้สูงอายุระลึกถึงการทำบุญกุศลที่ได้เตรียมไว้แล้ว ด้วยการใช้	2 นาที 3 นาที 10 นาที 5 นาที 40 นาที	- นาฬิกา - ปฏิทิน - ภาพถ่ายครอบครัวผู้สูงอายุ	- ผู้สูงอายุเป็นวัยที่มักย้อนคิดถึงอดีต ถ้าสามารถยอมรับได้ว่ามีชีวิตที่ดี และได้ทำดีที่สุด ทำประโยชน์และหน้าที่มา	

ครั้งที่ 8 (สัปดาห์ที่ 4 ต่อ)

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ-อุปกรณ์	เหตุผลเชิงทฤษฎีและเทคนิคการสื่อสาร	ผลการดำเนินกิจกรรม
ในช่วงชีวิตวัยสูงอายุ ตอนปลายถึงปัจจุบัน	คำถามปลายเปิดว่า “ในช่วงเวลาปัจจุบันนี้คุณลุง/คุณป้า มีเหตุการณ์อะไรที่รู้สึกประทับใจเมื่อคิดถึงแล้วรู้สึกมีความสุขหรือสนุกสนานมากที่สุดพอจะกรุณาเล่าให้ฟัง หน่อยได้ไหมคะ” - ผู้วิจัยกล่าวขอบคุณ และบันทึกวันนัดและเรื่องที่ผู้สูงอายุได้ระลึกถึงความหลังในครั้งนี้ไว้ในสมุดนัด - ผู้วิจัยนัดหมายให้ผู้สูงอายุในการติดตามประเมินผลครั้งต่อไป อีก 2 สัปดาห์เพื่อติดตามประเมินความสุขในชีวิต และประเมินความสามารถในการรู้คิด โดยใช้แบบประเมินสภาพสมองเบื้องต้น ของผู้สูงอีกครั้ง		- สมุดบันทึกการนัดหมาย	เต็มที่แล้วและยอมรับว่าคนเราเกิดมาแล้วก็ต้องตาย ยอมรับสภาพร่างกายของตน ก็จะเป็นผู้สูงอายุที่มีความสุข	

ภาคผนวก ค
เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

แบบประเมินผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

ส่วนที่ 1 แบบคัดกรองกลุ่มตัวอย่าง

- แบบประเมินสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย (MMSE-Thai 2002)
- แบบวัดความเศร้าของผู้สูงอายุของไทย (TGDS)

ส่วนที่ 2 แบบประเมินผลของโปรแกรมการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคลต่อความสามารถในการรู้คิดและความผาสุกของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

- แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม
- แบบประเมินสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย (MMSE-Thai 2002)
- แบบประเมินความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

แบบวัดภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุไทย

Thai Geriatric Depression Scale: TGDS

โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้ออย่างละเอียด และประเมิน ความรู้สึกของท่านในช่วงเวลา
หนึ่งสัปดาห์ที่ผ่านมา

ให้ขีด / ลงในช่องที่ตรงกับ “ใช่” ถ้าข้อความในข้อนั้นตรงกับความรู้สึกของท่าน

ให้ขีด / ลงในช่องที่ตรงกับ “ไม่ใช่” ถ้าข้อความในข้อนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

- | | | |
|--|-----|--------|
| 1. คุณพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ตอนนี้ | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 2. คุณไม่ชอบทำในสิ่งที่เคยสนใจหรือเคยทำเป็นประจำ | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 3. คุณรู้สึกชีวิตของคุณว่างเปล่าไม่รู้จะทำอะไร | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 4. คุณรู้สึกเบื่อหน่ายบ่อย ๆ | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 5. คุณหวังว่าจะมีสิ่งที่ดี เกิดขึ้นในวันหน้า | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 6. คุณมีเรื่องกังวลอยู่ตลอดเวลา และเลิกคิดไม่ได้ | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 7. ส่วนใหญ่แล้วคุณรู้สึกอารมณ์ดี | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 8. คุณรู้สึกกลัวว่าจะมีเรื่องไม่ดีเกิดขึ้นกับคุณ | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 9. ส่วนใหญ่คุณรู้สึกมีความสุข | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 10. บ่อยครั้งที่คุณรู้สึกไม่มีที่พึ่ง | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 11. คุณรู้สึกกระวนกระวาย กระสับกระส่ายบ่อย | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 12. คุณชอบอยู่กับบ้านมากกว่าที่จะออกนอกบ้าน | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 13. บ่อยครั้งที่คุณรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับชีวิตข้างหน้า | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 14. คุณคิดว่าความจำของคุณไม่ดีเท่าคนอื่น | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 15. การที่มีชีวิตอยู่ถึงปัจจุบันนี้ เป็นเรื่องน่ายินดี | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 16. คุณรู้สึกหมดกำลังใจหรือเศร้าบ่อย ๆ | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 17. คุณรู้สึกว่าชีวิตคุณค่อนข้างไม่มีคุณค่า | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 18. คุณรู้สึกกังวลมากกับชีวิตที่ผ่านมา | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 19. คุณรู้สึกว่าชีวิตนี้ยังมีเรื่องน่าสนุกอีกมาก | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 20. คุณรู้สึกลำบากที่จะเริ่มต้นทำอะไรใหม่ ๆ | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 21. คุณรู้สึกกระตือรือร้น | ใช่ | ไม่ใช่ |

- | | | |
|--|-----|--------|
| 22. คุณรู้สึกสิ้นหวัง | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 23. คุณคิดว่าคนอื่นดีกว่า | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 24. คุณอารมณ์เสียง่ายกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ อยู่เสมอ | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 25. คุณรู้สึกอยากร้องไห้บ่อย ๆ | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 26. คุณมีความตั้งใจในการทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดได้ไม่นาน | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 27. คุณรู้สึกสดชื่นในการตื่นนอนตอนเช้า | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 28. คุณไม่อยากพบปะ พูดคุยกับคนอื่น | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 29. คุณตัดสินใจอะไรได้เร็ว | ใช่ | ไม่ใช่ |
| 30. คุณมีจิตใจ สบาย แจ่มใสเหมือนก่อน | ใช่ | ไม่ใช่ |

หมายเหตุ

1. ก่อนใช้แบบทดสอบนี้กับผู้สูงอายุ ต้องบอกให้ผู้ทดสอบทราบก่อนว่าต้องการทดสอบเกี่ยวกับความรู้สึกและอารมณ์ เพื่อนำมาเป็นประโยชน์ในการศึกษาหาค่าปกติในคนไทยสูงอายุ และนำมาใช้เป็นเกณฑ์มาตรฐานต่อไป
2. การคิดคะแนน 10 ข้อ 1, 5, 7, 9, 15, 19, 21, 27, 29, 30 ถ้าตอบว่า "ไม่ใช่" ได้ 1 คะแนน ข้อที่เหลือถ้าตอบว่า "ใช่" ได้ 1 คะแนน
3. การแปลผล
 - 0-12 คะแนน ผู้สูงอายุปกติ
 - 13-18 คะแนน ผู้สูงอายุมีความเศร้าเล็กน้อย (Mild depression)
 - 19-24 คะแนน ผู้สูงอายุมีความเศร้าปานกลาง (Moderate depression)
 - 25-30 คะแนน ผู้สูงอายุมีความเศร้ารุนแรง (Severe depression)

สรุปผลการประเมิน.....

แบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง ให้ขีดเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ☐ หรือเติมคำในช่องว่าง

1. เพศ

☐ 1. ชาย

☐ 2. หญิง

2. ปัจจุบันท่านอายุ.....ปี

3. สถานภาพสมรส

☐ 1. โสด

☐ 2. คู่

☐ 3. หม้าย

☐ 4. หย่า

☐ 5. แยกกันอยู่

4. ระดับการศึกษา

☐ 1. ไม่ได้รับการศึกษา

☐ 2. ประถมศึกษา

☐ 3. มัธยมศึกษา

☐ 4. สูงกว่าระดับมัธยมศึกษา

5. จำนวนสมาชิกในครอบครัว.....คน

6. ความเพียงพอของรายได้

☐ 1. ไม่เพียงพอ

☐ 2. เพียงพอ

7. ท่านมีรายได้หลักจากแหล่งใด

☐ 1. บำนาญ

☐ 2. การประกอบอาชีพ

☐ 3. บุตร-หลาน

☐ 4. อื่น ๆ

8. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

☐ 1. ไม่มี

☐ 2. มี ระบุ.....

.....

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย

Mini-Mental State Examination (MMSE-Thai 2002)

พัฒนาโดย คณะกรรมการจัดทำแบบทดสอบสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย

สถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

ในกรณีที่ผู้ถูกทดสอบอ่านไม่ออกเขียนไม่ได้ ไม่ต้องทำข้อ 4, 9 และข้อ 10

1. Orientation for time (5 คะแนน)

บันทึกคำตอบไว้ทุกครั้ง คะแนน

(ทั้งคำตอบที่ถูกหรือผิด)

(ตอบถูกข้อละ 1 คะแนน)

- | | | |
|------------------------|-------|--------------------------|
| 1.1 วันนี้วันที่เท่าไร | | ☐ |
| 1.2 วันนี้อยู่วันอะไร | | ☐ |
| 1.3 เดือนนี้เดือนอะไร | | ☐ |
| 1.4 ปีนี้ปีอะไร | | ☐ |
| 1.5 ฤดูนี้ฤดูอะไร | | ☐ |

2. Orientation for place (5 คะแนน) (ให้เลือกข้อใดข้อหนึ่ง)

(ตอบถูกข้อละ 1 คะแนน)

- | | | |
|-------|--|--------------------------|
| 2.1 | กรณีอยู่ที่สถานพยาบาล | |
| 2.1.1 | สถานที่ตรงนี้เรียกว่าอะไร และ.....ชื่อว่าอะไร | ☐ |
| 2.1.2 | ขณะนี้อยู่ที่ชั้นที่เท่าไรของตัวอาคาร | ☐ |
| 2.1.3 | ที่นี่อยู่ในอำเภอ-เขตอะไร | ☐ |
| 2.1.4 | ที่นี่จังหวัดอะไร | ☐ |
| 2.1.5 | ที่นี่ภาคอะไร | ☐ |
| 2.2 | กรณีอยู่ที่บ้านของผู้ทดสอบ | |
| 2.2.1 | สถานที่ตรงนี้เรียกว่าอะไร และ บ้านเลขที่เท่าไร | ☐ |
| 2.2.2 | ที่นี่หมู่บ้าน หรือละแวก/คุ้ม/ย่าน/ถนนอะไร | ☐ |
| 2.2.3 | ที่นี่อยู่ในอำเภอ/เขตอะไร | ☐ |
| 2.2.4 | ที่นี่จังหวัดอะไร | ☐ |
| 2.2.5 | ที่นี่ภาคอะไร | ☐ |

3. Registration (3 คะแนน)

ต่อไปนี้เป็นกรทดสอบความจำ ผม (ดิฉัน) จะบอกชื่อของ 3 อย่าง คุณ (ตา,ยาย...) ตั้งใจฟังให้ดีนะ เพราะเพียงครั้งเดียว ไม่มีการบอกซ้ำอีก เมื่อ ผม (ดิฉัน) พูดจบ ให้ คุณ (ตา,ยาย...) พูดทบทวนตามที่ได้ยิน ให้ครบทั้ง 3 ชื่อ แล้วพยายามจำไว้ให้ดี เดี่ยวดิฉันถามซ้ำ การบอกชื่อแต่ละคำให้ห่างกันประมาณ 1 วินาที ต้องไม่ซ้ำหรือเร็วเกินไป (ตอบถูก 1 คำได้ 1 คะแนน)

คะแนน

○ ดอกไม้ ○ เม่น้ำ ○ รถไฟ ☐

ในกรณีที่ทำแบบทดสอบซ้ำภายใน 2 เดือน ให้ใช้คำว่า

○ ต้นไม้ ทอล รถยนต์ ☐

4. Attention/ Calculation (5 คะแนน) (ให้เลือกทำข้อใดข้อหนึ่ง)

ข้อนี้เป็นการคิดเลขในใจเพื่อทดสอบสมาธิคุณ (ตา,ยาย...) คิดเลขในใจเป็นไหม ?

ถ้าตอบคิดเป็นให้ทำข้อ 4.1 ถ้าตอบคิดไม่เป็นหรือไม่ตอบให้ทำข้อ 4.2

4.1 “ข้อนี้คิดในใจเอา 100 ตั้ง ลบออกทีละ 7

ไปเรื่อยๆ ได้ผลลัพธ์เท่าไรบอกมา” ☐

บันทึกคำตอบตัวเลขไว้ทุกครั้ง (ทั้งคำตอบที่ถูกและผิด) ทำทั้งหมด 5 ครั้ง

ถ้าลบได้ 1, 2, หรือ 3 แล้วตอบไม่ได้ ก็คิดคะแนนเท่าที่ทำได้ ไม่ต้องย้ายไปทำข้อ 4.2

4.2 “ผม (ดิฉัน) จะสะกดคำว่า มะนาว ให้คุณ (ตา, ยาย...) ฟังแล้วให้คุณ (ตา, ยาย...) สะกดออก หลังจากพยัญชนะตัวหลังไปตัวแรก คำว่ามะนาวสะกดว่า มอม้า-สระอะ- นอหนู-สระอา-วอเหวน ไหนคุณ (ตา, ยาย...) สะกดออกหลังให้ฟังซิ”

..... ☐

ว า น ะ ม

5. Recall (3 คะแนน)

“เมื่อสักครู่นี้ให้จำของ 3 อย่าง จำได้ไหมมีอะไรบ้าง” (ตอบถูก 1 คำได้ 1 คะแนน)

ดอ○ไม้ แม่น้ำ ○ รถไฟ ☐

ในกรณีที่ทำแบบทดสอบซ้ำภายใน 2 เดือน ให้ใช้คำว่า

ต้น○ไม้ ทะเล ○ รถยนต์ ☐

6. Naming (2 คะแนน)

คะแนน

6.1 ยื่นดินสอให้ผู้ถูกทดสอบดูและถามว่า

“ของสิ่งนี้เรียกว่าอะไร”

..... ☐

6.2 ชี้นำพิกาะข้อมือให้ผู้ถูกทดสอบดูและถามว่า

“ของสิ่งนี้เรียกว่าอะไร”

..... ☐**7. Repetition (1 คะแนน)**

(พูดยตาม ได้ถูกต้อง ได้ 1 คะแนน)

“ตั้งใจฟังผม (ดิฉัน) นะ เมื่อผม (ดิฉัน) พูดข้อความนี้

แล้วให้คุณ (ตา,ยาย...) พูดยตาม ผม (ดิฉัน) จะบอกเพียงทีละวลีเดียว ”

“ใครใคร่ขยายไปไข่”

..... ☐**8. Verbal command (3 คะแนน)**

“ฟังดิฉันนะเดี่ยวผม (ดิฉัน) จะส่งกระดาษให้ แล้วให้คุณ (ตา, ยาย...)

รับด้วยมือขวา พับครึ่งด้วยมือทั้ง 2 ข้าง แล้ววางไว้ที่พื้น...” (พื้น, โต๊ะ, เตียง)

ผู้ทดสอบส่งกระดาษเปล่าขนาดประมาณ เอ-4

ไม่มีรอยพับ ให้ผู้ถูกทดสอบ

○ รับด้วยมือขวา ○ พับครึ่ง ○ วางไว้ที่พื้น รับด้วยมือขวาพับครึ่งด้วยมือทั้ง 2 ข้างแล้ววางที่พื้น ☐**9. Written command (1 คะแนน)**

ต่อไปนี้เป็น

คำสั่งที่เขียนเป็นตัวหนังสือ ต้องการให้คุณ (ตา,ยาย...) อ่าน

แล้วทำตามคุณ (ตา,ยาย...) จะอ่านออกเสียงหรืออ่านในใจก็ได้

ผู้ทดสอบแสดงกระดาษที่เขียนว่า “กลับตา” ○ กลับตาได้ ☐

(ดูที่หน้า 11)

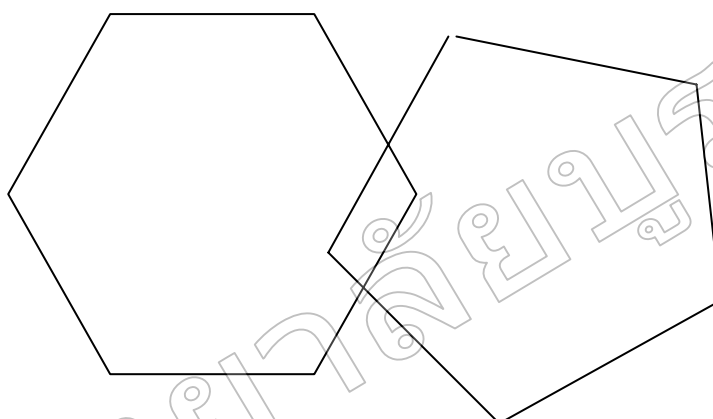
10. Writting (1 คะแนน)ข้อนี้เป็นคำสั่ง “ให้คุณ (ตา, ยาย...) เขียนข้อความอะไรก็ได้ที่อ่านแล้วรู้เรื่อง
หรือมีความหมายมา 1 ประโยค”ประโยคมีความหมาย.....○..... ☐

11. Visuonstruction (1 คะแนน)

คะแนน



ข้อนี้เป็นคำสั่ง “จงวาดภาพให้เหมือนภาพตัวอย่าง”
(ในที่ว่างด้านข้างของภาพตัวอย่าง)



คะแนนรวม.....คะแนน

การแปลผล

จุดตัด (cut- of point) สำหรับคะแนนที่สงสัยภาวะสมองเสื่อม (cognitive impairment)

ระดับการศึกษา	คะแนน	
	จุดตัด	เต็ม
ผู้สูงอายุปกติไม่ได้เรียนหนังสือ(อ่านไม่ออก-เขียนไม่ได้)	≤ 14	23 (ไม่ต้องทำข้อ 4,9,10)
ผู้สูงอายุปกติเรียนระดับประถมศึกษา	≤ 17	30
ผู้สูงอายุปกติเรียนระดับสูงกว่าประถมศึกษา	≤ 22	30

สรุปผลการประเมิน.....

หัตถ์

ตา

แบบสัมภาษณ์เพื่อประเมินความผาสุกในชีวิต

แบบสัมภาษณ์นี้ต้องการทราบความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของท่าน โดยให้ท่านแสดงความคิดเห็นว่าข้อความต่อไปนี้ ตรงกับความรู้สึกนึกคิดของท่านมากน้อยเพียงใด กรุณาแสดงเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด เพียงข้อละ 1 คำตอบ

ข้อความ	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยน้อย	ไม่เห็นด้วย
1. ท่านคิดว่าการที่ร่างกายทำหน้าที่ต่าง ๆ ลดลงนั้นเป็นการเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติ				
2. ท่านรู้สึกว่าการชราเป็นตัวสร้างความรำคาญให้ท่าน				
3. ท่านรู้สึกพอใจในระดับความสามารถทางร่างกายของท่าน				
4.				
5.				
6.				
19. ท่านมีความยินดีในการเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ๆ				
20. ท่านพอใจที่ได้ใช้ความสามารถของท่านให้เกิดประโยชน์				

สมุดบันทึกการนัดหมายประจำตัวผู้สูงอายุ

ชื่อ.....อายุ.....



โปรแกรมการระลึกถึงความหลังประกอบด้วย

- ครั้งที่ 1 การสร้างสัมพันธ์ภาพ และฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล และระลึกถึงความประทับใจในวัยเด็ก (ช่วงอายุ 6-12 ปี)
- ครั้งที่ 2 ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในครั้งที่หนึ่ง และระลึกถึงความประทับใจในวัยเด็ก (ช่วงอายุ 6- 12 ปี)
- ครั้งที่ 3 ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในครั้งที่หนึ่ง และสอง ให้ระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความประทับใจในวัยรุ่นตอนต้น (ช่วงอายุ 13- 20 ปี)
- ครั้งที่ 4 ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในสามครั้งก่อน และระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (21- 40 ปี)
- ครั้งที่ 5 ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในสี่ครั้งก่อน และระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (ช่วงอายุ 21- 40 ปี)
- ครั้งที่ 6 ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในห้าครั้งก่อน และระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความประทับใจในวัยผู้ใหญ่ตอนปลาย (ช่วงอายุ 41-60 ปี)
- ครั้งที่ 7 ฝึกการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล ทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในหกครั้งก่อน และระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความประทับใจในวัยสูงอายุตอนต้น (ช่วงอายุ 60 ขึ้นไป)
- ครั้งที่ 8 ฝึกการรับรู้ วัน เวลา สถานที่ และบุคคลทบทวนเนื้อหาที่พูดคุยกันไปในเจ็ดครั้งก่อน และระลึกถึงความหลังเกี่ยวกับความประทับใจในวัยสูงอายุตอนปลาย (ช่วงอายุ 60 ขึ้นไป) ถึงปัจจุบัน สรุป และประเมินสภาพสมองเบื้องต้น ความผาสุกในชีวิต

ระยะเวลาในการเข้าร่วมโปรแกรม

สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 30- 60 นาที เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์

ตารางการนัดหมายการเข้าร่วมโปรแกรมการระลึกถึงความหลัง

สัปดาห์ที่/ เวลา	กิจกรรม
สัปดาห์ที่ 1 วันที่..... เวลา.....	ครั้งที่ 1 เรื่องที่ระลึกถึง.....
สัปดาห์ที่ 2 วันที่..... เวลา.....	ครั้งที่ 2 เรื่องที่ระลึกถึง.....
สัปดาห์ที่ 3 วันที่..... เวลา.....	ครั้งที่ 3 เรื่องที่ระลึกถึง.....
สัปดาห์ที่ 4 วันที่..... เวลา.....	ครั้งที่ 4 เรื่องที่ระลึกถึง.....
สัปดาห์ที่ 5 วันที่..... เวลา.....	ครั้งที่ 5 เรื่องที่ระลึกถึง.....
สัปดาห์ที่ 6 วันที่..... เวลา.....	ครั้งที่ 6 เรื่องที่ระลึกถึง.....
สัปดาห์ที่ 7 วันที่..... เวลา.....	ครั้งที่ 7 เรื่องที่ระลึกถึง.....

สัปดาห์ที่/ เวลา	กิจกรรม
สัปดาห์ที่ 8 วันที่..... เวลา.....	ครั้งที่ 8 เรื่องที่ระลึกถึง.....
นัดติดตามผล 2 สัปดาห์ต่อมา	ประเมินความผาสุกในชีวิตและสภาพ สมองเบื้องต้น

ภาคผนวก ง

เอกสารการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่องผลของการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการ
รับรู้วัน เวลา สถานที่และบุคคลต่อความสามารถในการรู้คิด และความสุขในชีวิตของ
ผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม..

วันที่ให้คำยินยอม วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึง
วัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมี
ความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะ
บอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่
มีผลกระทบใด ๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อน
เร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยใน
ภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามใน
ใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย

(.....)

ข้าพเจ้าไม่สามารถอ่านหนังสือได้ แต่ผู้วิจัยได้อ่านข้อความในใบยินยอมนี้ให้ข้าพเจ้าฟัง
จนข้าพเจ้าเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้าจึงลงนามหรือประทับลายนิ้วหัวแม่มือของข้าพเจ้าในใบยินยอมนี้
ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย

(.....)

ข้อมูลสำหรับผู้สูงอายุที่เข้าร่วมการวิจัย (สำหรับกลุ่มทดลอง)

การวิจัยเรื่อง ผลของการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่และบุคคลต่อความสามารถในการรู้คิด และความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

เรียน ผู้สูงอายุทุกท่าน ที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ท่านเป็นบุคคลหนึ่งที่ได้รับเชิญให้เข้าร่วมในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เพื่อประเมินผลของการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อรับรู้วัน เวลา สถานที่และบุคคล ต่อความสามารถในการรู้คิดและความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ก่อนท่านจะเข้าร่วมการศึกษาดังกล่าวขอเรียนให้ท่านทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของการศึกษาวิจัย

เนื่องจากการสำรวจความชุกของภาวะสมองเสื่อมในประเทศไทยพบว่ามีมากขึ้นเรื่อยๆ มากขึ้นโดยจะเพิ่มสูงขึ้นในคนที่อายุมากขึ้น ผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อมจะมีการสูญเสียการทำงานของเซลล์สมองในหลายส่วน ทำให้มีความผิดปกติของความสามารถในการรู้คิด (Cognitive function) ด้านต่าง ๆ คือ การรับรู้เวลาสถานที่ ความจำ ความตั้งใจและการคำนวณ ความเข้าใจภาษาและการแสดงออกทางภาษา รวมถึงการจำภาพโครงสร้างด้วยตา โดยความสามารถทั้งหมดจะเสื่อมลงมากขึ้นเมื่อการดำเนินของโรคเพิ่มขึ้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุ คือ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกกลัว มีความสับสน อารมณ์หงุดหงิด วิตกกังวล และรู้สึกสูญเสียความสามารถ นำไปสู่การพึ่งพาบุคคลอื่นในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความผาสุกในชีวิตลดลง จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่าการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล มีประสิทธิผลในการชะลอการดำเนินของภาวะสมองเสื่อม ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลของการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่และบุคคล ต่อความสามารถในการรู้คิด และความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมระดับน้อย

เมื่อท่านได้ตัดสินใจเข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้ ท่านจะได้รับการสัมภาษณ์ตามแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น และได้รับการประเมินสภาพสมองเบื้องต้น และความผาสุกในชีวิตตามแบบประเมินและเข้าร่วมกิจกรรมตามแผนการระลึกถึงความหลังเป็นรายบุคคลที่บ้าน จำนวน 9 ครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 30- 60 นาที

ประการสำคัญที่ท่านควรทราบคือ การเข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้ เป็นไปโดยสมัครใจ ท่านอาจปฏิเสธที่จะเข้าร่วมการวิจัยเมื่อใดก็ได้ หรือถอนตัวจากการศึกษานี้ได้ทุกเมื่อ ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของท่านเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลจะนำเสนอการสรุปผลการวิจัยในภาพรวม ข้อมูล

ต่าง ๆ จะถูกเก็บไว้ในคอมพิวเตอร์ และไม่มีการแพร่กระจายสู่สาธารณะ ขอรับรองว่าจะไม่เปิดเผย
ชื่อของท่านตามกฎหมาย

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด สามารถสอบถามได้โดยตรงจากผู้วิจัยในวันทำการ
เก็บรวบรวมข้อมูล หรือสามารถติดต่อสอบถามได้ตลอดเวลาที่

ชื่อ...นางสาวสุภารัตน์ ปุณโณทก..... โทรศัพท์... 086-6257531.....

ที่อยู่...เลขที่ 1 ม. 6 ต. พัฒนานิคม อ. พัฒนานิคม จ. ลพบุรี 15140

ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านเป็นอย่างยิ่ง ในความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัย

ข้อมูลสำหรับผู้สูงอายุที่เข้าร่วมในการวิจัย (สำหรับกลุ่มควบคุม)

การวิจัยเรื่อง ผลของการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่และบุคคลต่อความสามารถในการรู้คิด และความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

เรียน ผู้สูงอายุทุกท่าน ที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ท่านเป็นบุคคลหนึ่งที่ได้รับเชิญให้เข้าร่วมในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เพื่อประเมินผลของการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อรับรู้วัน เวลา สถานที่และบุคคล ต่อความสามารถในการรู้คิดและความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ ก่อนท่านจะเข้าร่วมการศึกษาดังกล่าวขอเรียนให้ท่านทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของการศึกษาวิจัย

เนื่องจากการสำรวจความชุกของภาวะสมองเสื่อมในประเทศไทยพบว่ามีมากขึ้นเรื่อยๆ มากขึ้นโดยจะเพิ่มสูงขึ้นในคนที่มีอายุมากขึ้น ผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อมจะมีการสูญเสียการทำงานของเซลล์สมองในหลายส่วน ทำให้มีความผิดปกติของความสามารถในการรู้คิด (Cognitive function) ด้านต่าง ๆ คือ การรับรู้เวลาสถานที่ ความจำ ความตั้งใจและการคำนวณ ความเข้าใจภาษาและการแสดงออกทางภาษา รวมถึงการจำภาพโครงสร้างด้วยตา โดยความสามารถทั้งหมดจะเสื่อมลงมากขึ้นเมื่อการดำเนินของโรคเพิ่มขึ้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุ คือ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกกลัว มีความสับสน อารมณ์หงุดหงิด วิตกกังวล และรู้สึกสูญเสียความสามารถ นำไปสู่การพึ่งพาบุคคลอื่นในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความผาสุกในชีวิตลดลง จากการทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมาพบว่า การระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่ และบุคคล มีประสิทธิภาพในการชะลอการดำเนินของภาวะสมองเสื่อม ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาผลของการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่และบุคคล ต่อความสามารถในการรู้คิด และความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมระดับน้อย

เมื่อท่านได้ตัดสินใจเข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้ ท่านจะได้รับการสัมภาษณ์ตามแบบสัมภาษณ์ที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น และได้รับการประเมินสภาพสมองเบื้องต้น และความผาสุกในชีวิตตามแบบประเมินเป็นเวลา 6 สัปดาห์ โดยแบ่งออกเป็น 3 ครั้ง โดยเริ่มครั้งที่ 1 สัปดาห์ที่ 1 เพื่อดำเนินการเก็บข้อมูลตามแบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล และประเมินสภาพสมองเบื้องต้น ครั้งที่ 2 คือสัปดาห์ที่ 4 เพื่อติดตามประเมินผลหลังการทดลองเสร็จสิ้น ครั้งที่ 3 สัปดาห์ที่ 6 เพื่อทำการติดตามประเมินผลหลังการทดลองเสร็จสิ้น 2 สัปดาห์

ประการสำคัญที่ท่านควรทราบคือ การเข้าร่วมในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นไปโดยสมัครใจ ท่านอาจปฏิเสธที่จะเข้าร่วมการวิจัยเมื่อใดก็ได้ หรือถอนตัวจากการศึกษานี้ได้ทุกเมื่อ ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของท่านเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลจะนำเสนอการสรุปผลการวิจัยในภาพรวม ข้อมูลต่าง ๆ จะถูกเก็บไว้ในคอมพิวเตอร์ และไม่มีการแพร่กระจายสู่สาธารณะ ขอรับรองว่าจะไม่เปิดเผยชื่อของท่านตามกฎหมาย

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด สามารถสอบถามได้โดยตรงจากผู้วิจัยที่ไปเก็บรวบรวมข้อมูลในวันทำการเก็บรวบรวมข้อมูล หรือสามารถติดต่อสอบถามได้ตลอดเวลาที่

ชื่อ...นางสาวสุภารัตน์ ปุณโณทก..... โทรศัพท์... 086-6257531

ที่อยู่...เลขที่ 1 ม. 6 ต. พัฒนานิคม อ. พัฒนานิคม จ. ลพบุรี 15140.....

ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านเป็นอย่างยิ่ง ในความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัย

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก จ

เอกสารรับรองโครงการวิจัย



แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

1. ชื่อวิทยานิพนธ์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (ภาษาไทย) ผลของการระลึกถึงความหลังร่วมกับการบำบัดเพื่อการรับรู้วัน เวลา สถานที่และบุคคลต่อความสามารถในการรู้คิด และความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ (English) EFFECT OF REMINISCENCE PROGRAM AND REALITY ORIENTATION ON COGNITIVE FUNCTION AND WELL-BEING OF DEMENTED ELDERLY

2. ชื่อนิติ นางสาวสุภารัตน์ ปุณโณทก

รหัสประจำตัวนิสิต 50910170 หลักสูตร พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชา การพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

☒ ภาคปกติ

☐ ภาคพิเศษ

3. ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ได้พิจารณารายละเอียดวิทยานิพนธ์ เรื่องดังกล่าวข้างต้นแล้ว ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับ

- 1) การเคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นตัวอย่างการวิจัย
- 2) วิธีการอย่างเหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย (Informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์และรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย
- 3) การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายต่อสิ่งที่ศึกษาวิจัยไม่ว่าจะเป็นสิ่งที่มีชีวิต หรือไม่มีชีวิต

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มีมติเห็นชอบ ดังนี้

(✓) รับรองโครงการวิจัย (Approval)

() ไม่รับรอง (Not Approval)

4) ช่วงระยะเวลาในการเก็บข้อมูล วันที่ 1 มิถุนายน 2553 ถึงวันที่ 31 ธันวาคม 2553

4. วันที่ให้การรับรอง: 12 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2553

ลงนาม.....

(รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา วัชรสินธุ์)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา