

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามสำหรับการคัดกรองกลุ่มตัวอย่าง

แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

แบบสอบถามสุขภาพผู้ป่วย PHQ-9

แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย

แบบสอบถามความสามารถในการเงินสภาพ

แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในวงเล็บหรือเติมข้อความลงในช่องว่าง ตามความเป็นจริง

วันที่เก็บข้อมูล ____/____/2555		Record
เลขที่แบบสอบถาม		No. []
1. เพศ	1. <input type="checkbox"/> ชาย 2. <input type="checkbox"/> หญิง	Sex []
2. อายุ	ปี (ถ้าเกิน 6 เดือน ให้นับเพิ่มเป็นอีก 1 ปี)	Age []
3. มือข้างที่ถนัด	1. <input type="checkbox"/> ขวา 2. <input type="checkbox"/> ซ้าย	Hand []
4. สถานภาพสมรส	1. <input type="checkbox"/> โสด 2. <input type="checkbox"/> สมรส 3. <input type="checkbox"/> หม้าย	Status []
5. ระดับการศึกษาสูงสุด	1. <input type="checkbox"/> ประถมศึกษา 2. <input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนต้น 3. <input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนปลาย 4. <input type="checkbox"/> อนุปริญญาหรือเทียบเท่า 5. <input type="checkbox"/> ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า 6. <input type="checkbox"/> สูงกว่าปริญญาตรี	Educ []
6. อาชีพปัจจุบันของท่าน คือ	1. <input type="checkbox"/> ไม่ได้ทำ 2. <input type="checkbox"/> เกษตรกรรม 3. <input type="checkbox"/> รับจ้าง 4. <input type="checkbox"/> ค้าขาย 5. <input type="checkbox"/> ข้าราชการบำนาญ 6. <input type="checkbox"/> อื่นๆ โปรดระบุ.....	Roecu []
7. อาชีพเดิมของท่าน คือ	1. <input type="checkbox"/> ไม่ได้ทำ 2. <input type="checkbox"/> เกษตรกรรม 3. <input type="checkbox"/> รับจ้าง 4. <input type="checkbox"/> ค้าขาย 5. <input type="checkbox"/> รับราชการ 6. <input type="checkbox"/> อื่นๆ โปรดระบุ.....	Poecu []
8. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่	1. <input type="checkbox"/> ไม่มี 2. <input type="checkbox"/> มี โปรดระบุ.....	Health []
9. ท่านเคยมีอาการเจ็บป่วยทางจิตเวชหรือไม่	1. <input type="checkbox"/> ไม่มี 2. <input type="checkbox"/> มี โปรดระบุ.....	Psych []
10. ท่านมีกิจกรรมที่ต้องทำเวลาพักผ่อนหรือยามว่างหรือไม่	1. <input type="checkbox"/> ไม่มี 2. <input type="checkbox"/> มี โปรดระบุ	Active []
11. ท่านเคยได้รับการฝึกความจำมาก่อนหรือไม่	1. <input type="checkbox"/> ไม่เคย 2. <input type="checkbox"/> เคย โปรดระบุ	Memo []

แบบสอบถามสุขภาพผู้ป่วย PHQ-9

ในช่วง 2 สัปดาห์ ที่ผ่านมา ท่านมีอาการดังต่อไปนี้ บ่อยแค่ไหน
(โปรดทำเครื่องหมาย “✓” ในช่องที่ตรงกับคำตอบของท่าน)

อาการ	ไม่เคย	มีบางวัน ไม่บ่อย	มีค่อนข้าง บ่อย	มีเกือบ ทุกวัน
1. เบื่อ ทำอะไรๆ ก็ไม่เพลิดเพลิน				
2. ไม่สบายใจ ซึมเศร้า หรือท้อแท้				
3. หลับยาก หรือหลับ ๆ ตื่น ๆ หรือหลับมากเกินไป				
4. เหนื่อยง่าย หรือไม่ค่อยมีแรง				
5. เบื่ออาหาร หรือกินมากเกินไป				
6. รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง - คิดว่าตัวเองล้มเหลว หรือเป็นคนทำให้ตัวเองหรือครอบครัวผิดหวัง				
7. สมาธิไม่ดี เวลาทำอะไร เช่น ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ หรือทำงานที่ต้องใช้ความตั้งใจ				
8. พุด หรือทำอะไรช้า จนคนอื่นมองเห็นหรือ กระสับกระส่าย จนอยู่ไม่นิ่งเหมือนเคย				
9. คิดทำร้ายตนเอง หรือคิดว่าถ้าตาย ๆ ไป เสียคงจะดี				

แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย

Mini – Mental State Examination: Thai Version (MMSE – Thai)

1. Orientation for time (5 คะแนน) บันทึกคำตอบไว้ทุกครั้ง คะแนน
(ตอบถูกข้อละ 1 คะแนน) (ทั้งคำตอบที่ถูกและผิด)
- 1.1 วันนี้วันที่เท่าไร
- 1.2 วันนี้วันอะไร
- 1.3 เดือนนี้เดือนอะไร
- 1.4 ปีนี้ปีอะไร
- 1.5 ฤดูนี้ฤดูอะไร

2. Orientation for place (5 คะแนน)
(ตอบถูกข้อละ 1 คะแนน)
- 2.1 สถานที่ตรงนี้เรียกว่าอะไร และบ้านเลขที่อะไร
- 2.2 ที่นี้หมู่บ้าน หรือละแวก/คุ้ม/ย่าน/ถนนอะไร
- 2.3 ที่นี้อำเภอเขต / อะไร
- 2.4 ที่นี้จังหวัดอะไร
- 2.5 ที่นี้ภาคอะไร

3. Registration (3 คะแนน)

ต่อไปนี้เป็น การทดสอบความจำ ดิฉันจะบอกชื่อของ 3 อย่าง คุณ (ตา, ยาย....) ตั้งใจฟังให้ดิฉัน เพราะจะบอกเพียงครั้งเดียว ไม่มีการบอกซ้ำอีก เมื่อผม (ดิฉัน) พูดจบ ให้คุณ (ตา, ยาย....) พูดทบทวนตามที่ได้ยิน ให้ครบทั้ง 3 ชื่อ แล้วพยายามจำไว้ให้ดี เดี่ยวดิฉันจะถามซ้ำ

* การบอกชื่อแต่ละคำให้ห่างกันประมาณหนึ่งวินาที ต้องไม่ซ้ำหรือเร็วเกินไป

(ตอบถูก 1 คำได้ 1 คะแนน)

ดอกไม้ แม่น้ำ รถไฟ

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

ข้อนี้เป็นการคิดเลขในใจเพื่อทดสอบสมาธิ คุณ (ตา, ยาย....) คิดเลขในใจเป็นไหม ?

ถ้าตอบคิดเป็น ทำข้อ 4.1 ถ้าตอบคิดไม่เป็นหรือไม่ตอบ ให้ทำข้อ 4.2

4.1 “ข้อนี้คิดในใจเอา 100 ตั้ง สบออกทีละ 7 ไปเรื่อยๆ ได้ผลเท่าไรบอกมา”

.....

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...) ”

สะกดถอยหลังจากพยัญชนะตัวหลังไปตัวแรก คำว่า มะนาว สะกดว่า มอม่้า-สระอะ-นอหนุ-สระอา

-วอแหวน ไหนคุณ (ตา, ยาย...) สะกดถอยหลัง ให้ฟังซิ”

ว อ แ ห ว น

5. Recall (3 คะแนน)

“เมื่อสักครู่ที่ให้จำของ 3 อย่างจำได้ไหมมีอะไรบ้าง” (ตอบถูก 1 คำได้ 1 คะแนน)

ดอกไม้ แม่น้ำ รถไฟ

6. Naming (2 คะแนน)

6.1 ยื่นดินสอให้ผู้ถูกทดสอบดูแล้วถามว่า

“ของสิ่งนี้เรียกว่าอะไร”

6.2 ชี้นำพิก้าข้อมือให้ผู้ถูกทดสอบดูแล้วถามว่า

“ของสิ่งนี้เรียกว่าอะไร”

7. Repetition (1 คะแนน)

(พูดตามได้ถูกต้องได้ 1 คะแนน)

ตั้งใจฟังผม (ดิฉัน) เมื่อผม (ดิฉัน) พูดข้อความนี้

แล้วให้คุณ (ตา, ยาย) พูดตาม ผม (ดิฉัน) จะบอกเพียงครั้งเดียว

“ใครใครขายไก่ไข่”

8. Verbal command (3 คะแนน)

ข้อนี้ฟังคำสั่ง “ฟังดีๆ นะเดี๋ยวผม (ดิฉัน) จะส่งกระดาษให้คุณ แล้วให้คุณ (ตา, ยาย...) ”

รับด้วยมือขวา พับครึ่งกระดาษ แล้ววางไว้ที่.....” (พื้น, โต๊ะ, เติง)

ผู้ทดสอบแสดงกระดาษเปล่าขนาดประมาณ เอ-4 ไม่มีรอยพับ ให้ผู้ถูกทดสอบ

รับด้วยมือขวา พับครึ่ง วางไว้ที่ (พื้น, โต๊ะ, เติง)

9. Written command (1 คะแนน)

“ต่อไปเป็นคำสั่งที่เขียนเป็นตัวหนังสือ ต้องการให้คุณ (ตา, ยาย....) อ่าน แล้วทำตาม (ตา, ยาย....) จะอ่านออกเสียงหรืออ่านในใจก็ได้”

ผู้ทดสอบแสดงกระดาษที่เขียนว่า “หลับตา” หลับตา.....

10. Writing (1 คะแนน)

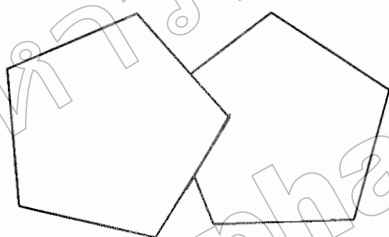
“ข้อนี้จะเป็นคำสั่งให้ “คุณ (ตา, ยาย....) เขียนข้อความอะไรก็ได้ที่อ่านแล้วรู้เรื่อง หรือมีความหมายมา 1 ประโยค”

ประโยคมีความหมาย

11. Visual Construction (1 คะแนน)

ข้อนี้เป็นคำสั่ง “จงวาดภาพให้เหมือนภาพตัวอย่าง”

(ในช่องว่างด้านขวาของภาพตัวอย่าง)



คะแนนรวม

แบบสอบถามความสามารถในการจินตภาพ

คำชี้แจง

การจินตภาพ หมายถึง การสร้างภาพในความคิดหรือมองเห็นภาพในใจ โดยที่ไม่มีภาพจริง ๆ เป็นตัวกระตุ้นทางสายตาในขณะนั้น

แบบสอบถามฉบับนี้ มีโจทย์สถานการณ์ 4 สถานการณ์ เป็นสถานการณ์ที่เป็นเรื่องใกล้ตัว 2 สถานการณ์ และสถานการณ์ที่เป็นสิ่งแวดล้อมทั่วไป 2 สถานการณ์ ในแต่ละสถานการณ์มีเหตุการณ์ สำหรับจินตภาพ สถานการณ์ละ 4 เหตุการณ์ รวมเป็น 16 เหตุการณ์ โดยแต่ละเหตุการณ์ท่านจะต้อง สร้างภาพในความคิด จากนั้นระบุระดับความชัดเจนของภาพในความคิดที่สร้างขึ้น ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ดังนี้

- 5 หมายถึง ภาพที่มองเห็นในสมองชัดเจนและเจิดจ้าเสมือนภาพจริง
- 4 หมายถึง ภาพที่มองเห็นในสมองชัดเจนและเจิดจ้าพอสมควร แต่ไม่ชัดเสมือนภาพจริง
- 3 หมายถึง ภาพที่มองเห็นในสมองชัดเจนและเจิดจ้าปานกลาง
- 2 หมายถึง ภาพที่มองเห็นในสมองคลุมเครือและพร่ามัว
- 1 หมายถึง ท่านคิดถึงสิ่งนั้น แต่ไม่สามารถมองเห็นภาพในสมองได้

การระบุระดับความชัดเจนของภาพในความคิดที่สร้างขึ้นเป็นการระบุที่จำเพาะ สำหรับเหตุการณ์นั้น โดยไม่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์อื่น ผู้วิจัยขอรับรองว่าจะเก็บรักษาข้อมูลเป็น ความลับและการตอบแบบสอบถามจะไม่มีผลทำให้ท่านได้รับความเสียหายใด ๆ ทั้งสิ้น และเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้ ขอความกรุณาท่านตอบแบบสอบถามครบทุกข้อตาม ความเป็นจริง

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ที่ท่านสละเวลาอันมีค่าในการตอบแบบสอบถามฉบับนี้

จุไรรัตน์ ดวงจันทร์

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตามความชัดเจนในการสร้างภาพในความคิดของท่าน

เหตุการณ์ ที่	รายการ	ระดับความชัดเจน				
		5	4	3	2	1
สถานการณ์ที่ 1 (เหตุการณ์ที่ 1 – 4) ท่านคิดถึงภาพใครบางคนหรือเพื่อนที่ท่านเคยเห็นเขาบ่อยมากที่สุด (แต่คน ๆ นั้นไม่ได้อยู่กับท่าน ในขณะนี้) และเมื่อท่านได้นึกถึงภาพนั้น ๆ เสร็จสิ้นแล้ว ให้จินตนาการถึงเหตุการณ์ต่อไปนี้						
1.	รูปหน้า ศีรษะ และลำตัว					
2.	ทรงผม ใบหน้าและรอยยิ้ม					
3.	ท่าทางและจังหวะในการก้าวเดิน					
4.	การแต่งกายหรือเสื้อผ้าที่ชอบสวมใส่บ่อย ๆ					
สถานการณ์ที่ 2 (เหตุการณ์ที่ 5 – 8) ท่านคิดถึงภาพพระอาทิตย์ขึ้น และเมื่อท่านได้นึกถึงภาพนั้น ๆ เสร็จสิ้นแล้ว ให้จินตนาการถึง เหตุการณ์ต่อไปนี้						
5.	พระอาทิตย์กำลังโผล่ขึ้นเหนือขอบฟ้า ที่มีมฆมน					
6.	ท้องฟ้าสีสดใสล้อมรอบพระอาทิตย์					
7.	ฝูงนกบินออกหากิน					
8.	พระภิกษุเดินบิณฑบาต					
สถานการณ์ที่ 3 (เหตุการณ์ที่ 9 – 12) ท่านคิดถึงภาพร้านขายของชำใกล้บ้านที่ท่านเคยไปบ่อยที่สุด และเมื่อท่านได้นึกถึงภาพนั้น ๆ เสร็จสิ้นแล้ว ให้จินตนาการถึงเหตุการณ์ต่อไปนี้						
9.	ลักษณะโดยรวมของหน้าร้าน และทางเข้าร้าน					
10.	ชั้นวางของ และการจัดวางสินค้า					
11.	รายการและชนิดของสินค้าที่วางขาย					
12.	หน้าตาและรูปร่างของคนขาย หรือเจ้าของร้าน					

เหตุการณ์ ที่	รายการ	ระดับความชัดเจน				
		5	4	3	2	1
สถานการณ์ที่ 4 (เหตุการณ์ที่ 13 – 16) ท่านคิดถึงภาพสภาพภูมิประเทศริมคลอง และเมื่อท่านได้นึกถึงภาพนั้น ๆ เสร็จสิ้นแล้ว ให้ จินตนาการถึงเหตุการณ์ต่อไปนี้						
13.	รูปร่างของลำคลอง					
14.	บ้านทรงไทยที่มีศาลาริมน้ำ					
15.	ชนิดและรูปร่างต้นไม้สองฝั่งคลอง					
16.	เรือที่แล่นผ่านไปมา					

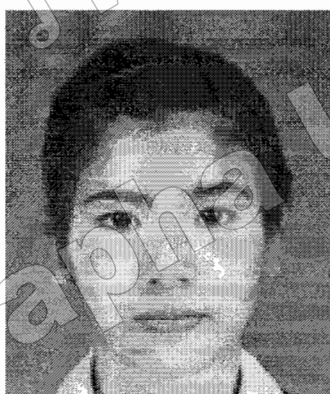
มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ข

เตรียมพร้อมสำหรับการจำใบหน้า
และชื่อ ครั้งที่ 2

+



นัยนา
นัยน์ตากลมโต

พิจารณาจากวลี
ซึ่งจะประกอบด้วยส่วนใด
ส่วนหนึ่งของชื่อและ
ลักษณะเด่นของภาพใบหน้า
ให้จำทั้งวลี ใบหน้าและชื่อ

ให้เวลา 5.5 วินาที

หน้าจอร่างสีตัด ปรากฏนาน 3.5 วินาที ให้
คิดถึงภาพใบหน้าและชื่อจากวลีที่ผ่านมา

เตรียมพร้อมสำหรับการจำใบหน้า
และชื่อ ครั้งที่ 3

+



เจิมพร

พิจารณาจากวลี
ซึ่งจะประกอบด้วยส่วนใด
ส่วนหนึ่งของชื่อและ
ลักษณะเด่นของภาพใบหน้า
ให้จำทั้งวลี ใบหน้าและชื่อ

เจิมให้พรบนหน้าผากกว้าง

ใช้เวลา 5.5 วินาที

หน้าจ่อว่างสี่ตา ปากกวนาน 3.5 วินาที ให้
คิดถึงภาพใบหน้าและชื่อจากวลีที่ผ่านมา

เตรียมพร้อมสำหรับการจำใบหน้าและ
ชื่อ ครั้งต่อไป

+

ระยะทดสอบ

- การทดสอบการจำใบหน้ากับชื่อ 30 ครั้ง ต่อเนื่องกันไป
- ในแต่ละครั้งประกอบด้วย
 - เครื่องหมาย + ให้จ้องมองที่เครื่องหมายนี้
 - รูปภาพใบหน้า ชื่อ จงระลึกว่าเป็น
 - คู่เก่า หมายถึง คู่ใบหน้ากับชื่อ ที่เคยเห็นว่าปรากฏคู่กันในระยะศึกษา
 - คู่ผสม หมายถึง ทั้งใบหน้าและชื่อเคยเห็นในระยะศึกษา แต่สลับคู่กัน
 - คู่ใหม่ หมายถึง ทั้งใบหน้าและชื่อนี้ไม่เคยเห็นมาก่อนในระยะศึกษา

— หน้าจอให้กดปุ่มระบุคำตอบ โดย

- ปุ่มหมายเลข 1 เมื่อต้องการตอบว่าเป็นคู่เก่า
 - ปุ่มหมายเลข 2 เมื่อต้องการตอบว่าเป็นคู่ผสม
 - ปุ่มหมายเลข 3 เมื่อต้องการตอบว่าเป็นคู่ใหม่
- ทดสอบจนครบ 30 ครั้ง

ตัวอย่างในระยะทดสอบ

เครื่องหมาย + นี้จะปรากฏเป็นเวลา
1 วินาที ให้จ้องมองนิ่ง ๆ ที่
เครื่องหมายนี้

+



ให้เวลานาน 2.5 วินาที
เพื่อคิดว่าเป็นคูโบหน้า
และชื่อชนิดโต

โสกา

ดูชื่อว่าคุณเคยเห็นหรือไม่ ถ้าเคยเห็นให้
ระลึกถึงวลีที่เชื่อมโยงกับชื่อ แล้วดูว่า
สัมพันธ์กับจุดเด่นบนใบหน้าหรือไม่

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

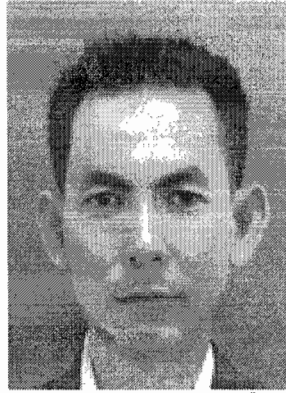
กดปุ่มหมายเลข 1 หรือ 2 หรือ 3 เพื่อระบุ
ชนิดของคู่ชื่อใบหน้าและชื่อให้เร็วที่สุด

กรณากดปุ่มระบุคำตอบ

คำตอบที่ถูกต้อง คือ 3 = คู่ใหม่
เพราะทั้งใบหน้าและชื่อไม่เคยเห็นมา
ก่อนในระยะศึกษา

เตรียมพร้อมสำหรับการทดสอบการจำ
ใบหน้าและชื่อ ครั้งที่ 2

+



ให้เวลาานาน 2.5 วินาที
เพื่อคิดว่าเป็นคู่ใบหน้า
และชื่อชนิดใด

บรรจง

คุณชื่อว่าคุณเห็นหรือไม่ ถ้าเคยเห็นให้
ระลึกถึงวลีที่เชื่อมโยงกับชื่อ แล้วดูว่า
สัมพันธ์กับจุดเด่นบนใบหน้าหรือไม่

กรรณากตปุ้มระบุคำตอบ

คำตอบที่ถูกต้อง คือ 1 = คู่เก่า เพราะทั้ง
หน้าและชื่อนี้ปรากฏคู่กันในระยะเวลา

เตรียมพร้อมสำหรับการทดสอบการจำ
ใบหน้าและชื่อ ครึ่งต่อไป

+



ให้เวลานาน 2.5 วินาที
เพื่อคิดว่าเป็นคู่ใบหน้า
และชื่อนิคโค

นัยนา

คุณชื่อที่เคยเห็นหรือไม่ ถ้าเคยเห็นให้
ระลึกถึงวลีที่เชื่อมโยงกับชื่อ แล้วคิดว่า
สัมพันธ์กับจุดเด่นบนใบหน้าหรือไม่

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

กรณีกดปุ่มระบุคำตอบ

คำตอบที่ถูกต้อง คือ 2 = ถูกสม เพราะ
เป็นข้อที่เคยเห็นมาก่อน แต่มีใจใบหน้า
ที่คู่กับข้อนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

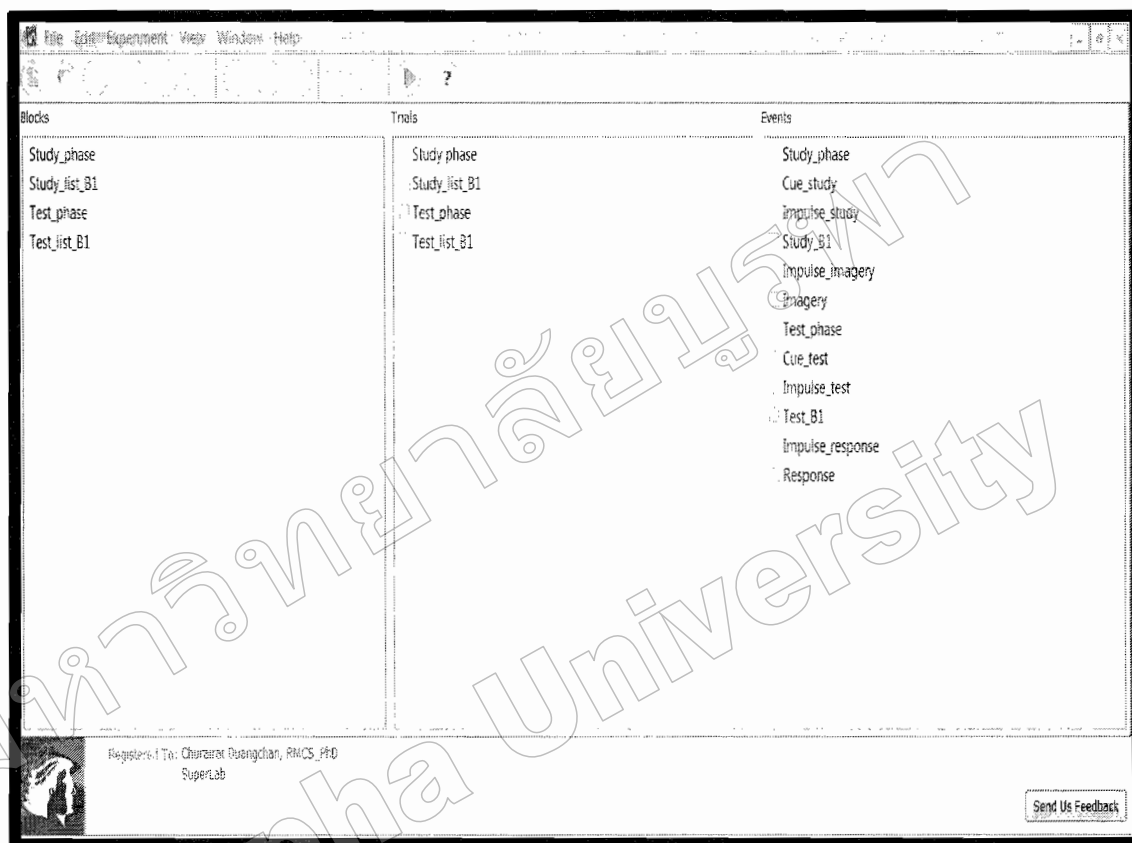
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. รองศาสตราจารย์ ดร.สุพิมพ์ ศรีพันธ์วรสกุล วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา
มหาวิทยาลัยบูรพา
2. ดร.ภัทราวดี มากมี วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา
มหาวิทยาลัยบูรพา
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุกัลยา ปริญญาญกุล คณะเทคโนโลยีสังคม
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก
วิทยาเขตจันทบุรี
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ อรวรรณ ทองเพิ่ม คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ บุษกร ปันหูน คณะครุศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

ภาคผนวก ค

ตัวอย่างกิจกรรมการจำความสัมพันธ์คู่ใบหน้ากับชื่อ
(Face-Name Associative Recognition Task)



ภาพที่ 27 ลักษณะหน้าต่างของกิจกรรมการจำความสัมพันธ์คู่ใบหน้ากับชื่อ บนโปรแกรม SuperLab 4.5

แบบฝึกหัดการเรียนรู้ (Learning Practice) สำหรับกิจกรรมการจำ
ความสัมพันธ์คู่ใบหน้ากับชื่อ โดยวิธีการจินตภาพเชิงปฏิสัมพันธ์
จากวลีที่มีความหมาย

แบบฝึกหัดสำหรับกิจกรรมการจำคู่ใบหน้าและชื่อ
โดยการจินตภาพจากวลีที่มีความหมาย

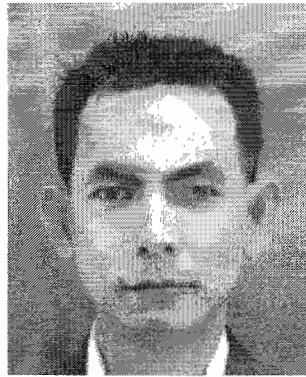
ระยะศึกษา

- การจำคู่ใบหน้าและชื่อ 20 ครั้ง ต่อเนื่องกันไป
- ในแต่ละครั้ง จะประกอบด้วย
 - เครื่องหมาย + ให้จ้องมองที่เครื่องหมายนี้
 - ดูรูปภาพใบหน้า ชื่อ และวลี ตั้งใจจำ เพราะจะมีการทดสอบความจำในระยะต่อไป
 - หน้าจอว่างสีดำ ให้คิดถึงภาพใบหน้าและชื่อ จากวลีที่ผ่านมา
- ปฏิบัติซ้ำจนครบ 20 ครั้ง

ตัวอย่างในระยะศึกษา

เครื่องหมาย + นี้จะปรากฏเป็นเวลา 1 วินาที
เป็นสัญญาณเตือนว่าภาพใบหน้าและชื่อกำลังจะ
ปรากฏ ให้ลองมองนิ่ง ๆ ที่เครื่องหมายนี้

+



พิจารณาจากวลี
ซึ่งจะประกอบด้วยส่วนใด
ส่วนหนึ่งของชื่อและ
ลักษณะเด่นของภาพใบหน้า
ให้จำทั้งวลี ใบหน้าและชื่อ

บรรจง

บานจนทูกางออกมา

ใช้เวลา 5.5 วินาที

หน้าจอรหัสลับ ปราบกฏนาน 3.5 วินาที ให้
คิดถึงภาพใบหน้าและชื่อจากวลีที่ผ่านมา