

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้วิจัย

1. นางเพ็ญพรรณ ขจรศิลป์ อาจารย์หัวหน้าภาควิชาการพยาบาลจิตเวช วิทยาลัย
พยาบาลบรมราชชนนี ชลบุรี
2. น.ส.สุดา วิลเลิส พยาบาลปฏิบัติผู้เชี่ยวชาญด้านการพยาบาล
อายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์ หัวหน้าหอผู้ป่วย
อายุรกรรมหญิง คึกสก.6 โรงพยาบาลชลบุรี
3. ผศ.อารีรัตน์ สัมพรพงษ์นา หัวหน้าภาควิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาล
ศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
4. นายสถาพร ภูระก้านตรง นักดนตรีไทย ผู้อำนวยการโรงเรียนสถาพรวิทยา
5. นายชัยวุฒิ อินปรางค์ ผู้เชี่ยวชาญด้านดนตรีบำบัด สว่างคนิवास
สภากาชาดไทย

ภาคผนวก ข

หนังสือขอความอนุเคราะห์



ที่ ศธ 0528.03/ค.ม.ส

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ค.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

12 กุมภาพันธ์ 2547

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยและสวัสดิการ

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวธรรมรญา อุคม นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตร-
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมบันทึกการโดยการเล่นอังกะลุงในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า
ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์ ประธานกรรมการ มีความประสงค์
ขออำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก ผู้ที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปที่มารับการสงเคราะห์ใน
สถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี เป็นระยะเวลามากกว่า 1 เดือน สามารถมองเห็น
ได้ยินเสียงและสื่อสารได้เข้าใจ ไม่เจ็บป่วยเป็นโรคร้ายแรงที่อยู่ในระยะแสดงอาการ สามารถใช้แขน
ได้อย่างน้อย 1 ข้าง ไม่เคยมีประสบการณ์ในการเล่นอังกะลุงและเป็นผู้สูงอายุที่ได้รับการวินิจฉัยว่า
มีภาวะซึมเศร้าระดับต่ำโดยใช้แบบทดสอบความซึมเศร้าของผู้สูงอายุไทย (TGDS) โดยผู้วิจัยจะ
ขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 23 - 27 กุมภาพันธ์ 2547 (ติดต่อผู้วิจัยโทร.
0-6317-7805)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า
จะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466



ที่ ศธ 0528.03/0034

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
ต.แสนสุข อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

13 มกราคม 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย

เรียน อาจารย์ชัยวุฒิ อินทร์ปรารักษ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย แก้วโครงข่อยวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวธรรมรุจา อุดม นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตร-
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์
เรื่อง ประสิทธิภาพของโปรแกรมบันทึกการโดยการเล่นอังกะลุงในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า
ในความควบคุมดูแลของ ผศ.ดร.รัชนิกรณ์ ทรัพย์กรานนท์ ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอน
การสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญ
ในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ
เพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่ง
ว่าคงจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมวล จิตถาวร)

รองคณบดีฝ่ายวิจัยและประกันคุณภาพ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ภาคผนวก ก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ส่วนที่ 1 แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล

แบบบันทึกเลขที่ [] []

วันที่บันทึกข้อมูล.....

1. ชื่อ.....สกุล.....
2. อายุ.....ปี
3. เพศ

☐ 1. ชาย	☐ 2. หญิง
---------------------------------	----------------------------------
4. สถานภาพสมรส

☐ 1. โสด	☐ 2. คู่
☐ 3. ม้าย	☐ 4. หย่า/แยก
5. ระดับการศึกษา

☐ 1. ไม่ได้ศึกษา	☐ 2. ประถมศึกษา	☐ 3. มัธยมศึกษาหรืออาชีวศึกษา
☐ 4. อุดมศึกษา	☐ 5. สูงกว่าอุดมศึกษา	
6. ประวัติการมีโรคประจำตัว

☐ 1. ไม่มีโรคประจำตัว	☐ 2. มีโรคประจำตัว.....(ระบุโรค)
--	---

ส่วนที่ 2 แบบวัดความซึมเศร้าในผู้สูงอายุของไทย (Thai Geriatric Depression Scale – TGDS)

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้ออย่างละเอียด และประเมินความรู้สึกของท่านในช่วงเวลา 1 สัปดาห์ที่ผ่านมา

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

	ใช่	ไม่ใช่
1. คุณพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ตอนนี้		
2. คุณไม่ชอบทำอะไรในสิ่งที่เคยสนใจหรือเคยทำเป็นประจำ		
3. คุณรู้สึกชีวิตของคุณช่วงนี้ว่างเปล่าไม่รู้จะทำอะไร		
4. คุณรู้สึกเบื่อหน่ายบ่อยๆ		
5. คุณหวังว่าจะมีสิ่งที่ดีเกิดขึ้นในวันหน้า		
6. คุณมีเรื่องกังวลอยู่ตลอดเวลาและเลิกคิดไม่ได้		
7. ส่วนใหญ่แล้วคุณรู้สึกอารมณ์ดี		
8. คุณรู้สึกกลัวว่าจะมีเรื่องไม่ดีเกิดขึ้นกับคุณ		
9. ส่วนใหญ่คุณรู้สึกมีความสุข		
10. บ่อยครั้งที่คุณรู้สึกไม่มีที่พึ่ง		
11. คุณรู้สึกกระวนกระวาย กระสับกระส่ายบ่อยๆ		
12. คุณชอบอยู่กับบ้านมากกว่าที่จะออกนอกบ้าน		
13. บ่อยครั้งที่คุณรู้สึกวิตกกังวลเกี่ยวกับชีวิตข้างหน้า		
14. คุณคิดว่าความจำของคุณ ไม่ดีเท่าคนอื่น		
15. การมีชีวิตอยู่ถึงปัจจุบันนี้เป็นเรื่องน่ายินดี		
16. คุณรู้สึกหมดกำลังใจหรือเศร้าใจบ่อยๆ		
17. คุณรู้สึกว่าชีวิตของคุณค่อนข้างไม่มีคุณค่า		
18. คุณรู้สึกกังวลมากเกี่ยวกับชีวิตที่ผ่านมา		
19. คุณรู้สึกว่าชีวิตนี้ยังมีเรื่องสนุกอีกมากมาย		
20. คุณรู้สึกลำบากที่จะเริ่มต้นทำอะไรใหม่ๆ		
21. คุณรู้สึกกระตือรือร้น		

	ใช่	ไม่ใช่
22. คุณรู้สึกสิ้นหวัง		
23. คุณคิดว่าคนอื่นดีกว่าคุณ		
24. คุณอารมณ์เสียง่ายกับเรื่องเล็กน้อยๆอยู่เสมอ		
25. คุณรู้สึกอยากร้องไห้บ่อยๆ		
26. คุณมีความตั้งใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้ไม่นาน		
27. คุณรู้สึกสดชื่นในเวลาตื่นนอนตอนเช้า		
28. คุณไม่ชอบพบปะพูดคุยกับคนอื่น		
29. คุณตัดสินใจอะไรได้เร็ว		
30. คุณมีจิตใจสบายแจ่มใสเหมือนก่อน		

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ

คำชี้แจง ผู้สัมภาษณ์ชี้แจงให้ผู้สูงอายุทราบว่า ข้อความที่อ่านให้ฟังต่อไปนี้ตรงกับความรู้สึกของผู้สูงอายุเพียงใด โดยเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว คำตอบไม่มีถูกหรือผิด

เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นอย่างมากหรือเป็นส่วนใหญ่มาก
เห็นด้วย หมายถึง เห็นด้วยกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วย หมายถึง ไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้น
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง หมายถึง ไม่เห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นอย่างมากหรือเป็นส่วนใหญ่มาก

ข้อ	ข้อความ	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่เห็น ด้วย	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	
1.	ท่านเป็นคนมีคุณค่าทัดเทียมผู้อื่น					[]
2.	ท่านยังเป็นที่พึ่งพาของลูกหลานเสมอ					[]
3.	ท่านรู้สึกว่าคุณทำอะไรไม่สำเร็จเลย					[]
4.	ท่านสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้ดีเท่าผู้อื่น ในวัยเดียวกัน					[]
5.	ท่านมีความภาคภูมิใจในตนเองน้อย เหลือเกิน					[]
6.	ท่านมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง					[]
7.	โดยทั่วไปท่านพอใจในตนเอง					[]
8.	ท่านรู้สึกว่ามีความนับถือตนเองน้อย กว่าที่ควรจะเป็น					[]
9.	ขณะนี้ท่านรู้สึกว่าตนเองไร้ประโยชน์					[]
10.	บางครั้งท่านคิดว่าท่านไม่มีอะไรดีเลย					[]

โน้ตอังกะลุงที่ใช้ในการทำกิจกรรม

โน้ตเพลงที่ใช้ฝึกเล่นอังกะลุง

โด - ค
เร - ร
มี - ม
ฟา - ฟ
ซอล - ซ
ลา - ล
ที - ท

เพลงโหมโรงยะวา

----	---ม	---ซ	---ม	---ซ	---ม	---ม	---ม
----	---ร	---ม	---ร	---ม	---ร	---ร	---ร
----	---ค	---ร	---ค	---ร	---ค	---ค	---ค
----	---ล	---ค	---ล	---ค	---ล	---ล	---ล

เพลงช้าง

----	---ซ	---ซ	---ซ	----	-ซ-ม	-ร-ม	-ซ-ค
----	---ซ	---ซ	---ซ	----	-ซ-ม	-ร-ม	-ซ-ค
----	-ซ-ม	-ร-ม	-ค-ร	-ค-ล	-ค-ค	--ลซ	ลค--
-ค-ล	-ค-ค	--ลซ	ลค--	-ซ-ล	-ซ-ม	---ร	---ค

เพลงตามองตา

- - - -	- - - ด	- - - ท	- - - ล	- - - -	- ด - ล	- ช - ม	- ช - ล
- ด - ช	- ด - ม	- - - -	- ช - ล	- - - -	- - - ด	- ด - ช	- ล - ด
- - - -	- - - ด	- ด - ช	- ล - ด	- ด - ล	- ช - ด	- - - ล	- ช - ม
- - - -	- ด - ด	- ด - ร	- ช - ม	- - - -	- ด - ด	- ด - ร	- ช - ม
- - - ร	- ด - ร	- ด - ด	- ล - ด				

เพลงใกล้เข้าไปอีกนิด

- - - -	- - - ล	- - ด ร	- ด - ม	- - - -	- ม - ม	- - ด ร	- ด - ล
- - - -	- ม - ช	- - - ช	- - - ช	- - - ด	- - ร ม	- - - ช	- - - ร
- - - -	- ด - ด	- ม - ร	- ด - ล	- - - -	- ช - ม	- ร - ม	- ด - ร
- - - -	- ด - ด	- ม ร ด	- ล - ช	- - - -	- ด - ด	- ม ร ด	- ล - ช
- ช - -	- ช - ม	- - ร ม	- ด - ร				

เพลงพรปีใหม่

- - - -	- ด ร ม	- ม - ร	- ร - ช	- - - -	- ฟ ช ล	- ล - ช	- ฟ - ท
- - - -	- ล ท ด	- ด - ท	- ล - ม	- - - -	- ร ม ช	- ช - ฟ	- ม - ร
- - - -	- ด ร ม	- ม - ร	- ด - ช	- - - -	- ฟ ช ล	- ล - ช	- ฟ - ท
- - - -	- ล ท ด	- ด - ท	- ล - ม	- - - -	- ร ม ช	- ช - ฟ	- ร - ด
- - - -	- ล ท ด	- ด - ท	- ช - ล	- ท - ช	- ล - ฟ	- ม - ฟ	ช ล ท ช
- - - -	- ล ท ด	- ด - ท	- ล - ฟ	- - - -	- ล ช ม	- ม - ร	- ด - ร
- - - -	- ด ร ม	- ม - ร	- ด - ช	- - - -	- ฟ ช ล	- ล - ฟ	- ฟ - ท
- - - -	- ล ท ด	- ด - ท	- ล - ม	- - - -	- ร ม ช	- ช - ฟ	- ท - ด

เพลงลอยกระทง

- - - -	- ช - ช	- ม - ช	- ถ - ด	- - - ร	- ด - ถ	- - - ช	- - - ม
- - - ช	- ถ - ด	- - - ถ	- ด - -	- ช - ถ	- ด - ร	- ด - ถ	- ช - ช
- - - -	- - - ด	- - - ด	- - ด ด	- - - -	- - - ช	- - - ช	- - ช ช
- - - ด	- ด - ด	- - - ร	- ม - -	- ม - ร	- ด - ถ	- - ช ถ	- ด - ร
- - - -	- ม - ม	- ม - ม	- - ม ม	- - - -	- ด - ด	- ด - ด	- - ด ด
- - ร ด	- ถ - ช	- ม - ช	- - ถ ด	- - ร ด	- ถ - ช	- ม - ช	- - ถ ด

หมายเหตุ โน้ตอังกฤษที่ใช้ในการทำกิจกรรม

ด แทนเสียงโน้ตตัว โด

ร แทนเสียงโน้ตตัว เร

ม แทน

เสียงโน้ตตัว มี

ฟ แทนเสียงโน้ตตัว ฟา

ช แทนเสียงโน้ตตัว ซอล

ล แทนเสียงโน้ต

ตัว ลา

ท แทนเสียงโน้ตตัว ที

แผนการจัดกิจกรรมนันทนาการโดยใช้การเล่นอังกะลุง

แผนการดำเนินกิจกรรม คือ แนวทางการดำเนินการอย่างมีแบบแผนที่ผู้วิจัยจัดขึ้น โดยให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าได้ใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มด้วยการฝึกเล่นอังกะลุง กิจกรรมประกอบด้วย การเข้ากลุ่มสร้างสัมพันธภาพ การฝึกทักษะเกี่ยวกับการเล่นอังกะลุง กิจกรรมการเล่นอังกะลุง การเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้แสดงความคิดเห็น การให้แรงเสริมโดยการให้กำลังใจและการชมเชย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดการสร้างสัมพันธภาพ มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลและสิ่งแวดล้อม

2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความรู้ และทักษะเกี่ยวกับการเล่นอังกะลุง

3. เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถเล่นอังกะลุงได้

4. เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินจากการเข้าร่วมกิจกรรม

5. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุกล้าแสดงออก

6. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความมั่นใจและเกิดความรู้สึกรักคุณค่าในตนเอง

สถานที่ดำเนินการ ห้องประชุมสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี
ระยะเวลาปฏิบัติ ครั้งละ 1 ชั่วโมง 3 ครั้งต่อสัปดาห์ ในวันจันทร์ วันพุธ และ
วันศุกร์ เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์

กลุ่มเป้าหมาย ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง
จังหวัดชลบุรี

อุปกรณ์ประกอบกิจกรรม

1. อังกะลุง
2. กระดาษบรรจุนोटเพลงสำหรับเล่นอังกะลุง
3. แฟ้มประวัติผู้สูงอายุ
4. ป้ายชื่อ
5. บอร์ด
6. แก้ว
7. สมุดจดบันทึก
8. ไม้สำหรับตี

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
1. เพื่อเตรียมความพร้อมด้านบุคคล สถานที่ และอุปกรณ์	ขั้นเตรียมการก่อนดำเนินกิจกรรม 1. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเตรียมความพร้อมของตนเองด้านร่างกายและจิตใจ ดังนี้ 1.1 ด้านร่างกาย รักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง 1.2 ด้านจิตใจ มีความมั่นใจ ตั้งใจในการจัดกิจกรรม ไม่มีความวิตกกังวล 2. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเตรียมข้อมูลเบื้องต้นของผู้สูงอายุ ได้แก่ ชื่อ นามสกุล อายุ เพศ สถานภาพสมรส และอาชีพ 3. จัดทำป้ายชื่อสำหรับผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และผู้สูงอายุ ที่เข้าร่วมกิจกรรมทุกคน 4. จัดเตรียมสถานที่โดยจัดเก้าอี้ที่นั่งสำหรับผู้สูงอายุ เป็นรูปครึ่งวงกลมหันหน้ามาทางหน้าห้องที่ใช้เป็นสถานที่ทำกิจกรรมกลุ่ม 5. จัดเตรียมอังกฤษ ละครดาบบรรจุโน้ตเพลง และไม้สำหรับตีโน้ตเพลงในการทำกิจกรรมให้พร้อม	- เพิ่มประวัติผู้สูงอายุ - ป้ายชื่อ - เก้าอี้ - อังกฤษ - ละครดาบบรรจุ	- การเตรียมความพร้อมในการจัดกิจกรรมจะช่วยลดปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินกิจกรรม ทำให้การดำเนินกิจกรรมเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ - เป็นการเตรียมความพร้อมของผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยเกี่ยวกับข้อมูลเบื้องต้นของผู้สูงอายุเพื่อใช้ในการดำเนินกิจกรรม - เพื่อช่วยส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มสามารถสื่อสาร สร้างสัมพันธ์ภาพและทำความรู้จักกัน ได้ง่ายขึ้น - เป็นการจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อเอื้ออำนวยต่อการสื่อสาร การเรียนรู้ และการทำกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ - เพื่อเตรียมความพร้อมของอุปกรณ์ และความสะดวกในการดำเนินกิจกรรม

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
2. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และผู้สูงอายุ	สำหรับการใช้งาน ขั้นดำเนินการกิจกรรม เมื่อผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยพบผู้สูงอายุเป็นรายกลุ่ม ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยจัดปายชื้อ แสดงความเคารพ โดยการยกมือไหว้ผู้สูงอายุ และกล่าวคำทักทายด้วยน้ำเสียงอ่อนโยน เมื่อผู้สูงอายุมาครบทุกคนแล้ว ดำเนินกิจกรรมตามระยะดังนี้ 1. ระยะเปิดกลุ่ม (10 นาที) 1.1 ผู้วิจัยแนะนำวัน เวลา และสถานที่ 1.2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยแนะนำตนเอง พร้อมทั้งให้ผู้สูงอายุได้แนะนำ ชื่อ นามสกุล ชื่อเล่น อายุ ภูมิภาค 1.3 ผู้วิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ วิธดำเนินการ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลา ขั้นตอนดำเนินการวิจัย บทบาทหน้าที่และสิ่งที่คุณช่วยผู้สูงอายุต้องรับทราบ	โน้ตเพลงและปายชื้อ	- เพื่อให้ผู้สูงอายุรับรู้ วัน เวลา และสถานที่ - ลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุเกี่ยวกับความแปลกหน้าของผู้วิจัย - เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถจดจำ ทำความรู้จักกัน และได้มีการแสดงออก สร้างความคุ้นเคยสร้างความเชื่อถือและความไว้วางใจ - เพื่อให้ผู้สูงอายุเข้าใจถึงวัตถุประสงค์ ขั้นตอนและประโยชน์ของการทำกิจกรรม - เพื่อกำหนดข้อตกลงในการทำกิจกรรม - การอธิบายถึงที่ผู้สูงอายุต้องรับทราบเพื่อนำไป

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
3. เพื่อเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะที่จำเป็นสำหรับการฝึกเล่นอังกะลุง	พร้อมทั้งร่วมกันกำหนดกติกาในการทำกิจกรรมกลุ่มเพื่อนำไปปฏิบัติร่วมกัน และเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุซักถามข้อสงสัยเป็นระยะ ๆ 2. ระยะดำเนินการกลุ่ม (40 นาที) 2.1 ผู้วิจัยซักถามความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโน้ตเพลง จังหวะ และประสบการณ์เกี่ยวกับการเล่นดนตรีของผู้สูงอายุแต่ละท่านที่มีอยู่เดิม 2.2 ผู้วิจัยให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุในเรื่อง จังหวะ การอ่านโน้ตเพลง การจับ การเขย่าอังกะลุง และการเก็บรักษา โดยการบรรยาย เปิดโอกาสให้ซักถาม และสาธิต	- กระดาษ บรรทัด โน้ตเพลง - หึง - ไม้สำหรับตี - อังกะลุง - บอร์ด	ปฏิบัติอย่างชัดเจนทำให้ผู้สูงอายุได้มีเวลาเตรียมพร้อมที่จะปฏิบัติ เป็นการช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด ความวิตกกังวล และความรู้สึกลึกถึงตามหลักการเร้าทางอารมณ์ (Emotional arousal) รวมทั้งเป็นการเตรียมผู้สูงอายุในการยุติกิจกรรม - เป็นการประเมินความรู้ความเข้าใจและพื้นฐานทางดนตรีของผู้สูงอายุ - การบรรยาย การซักถาม และการสาธิตเป็นวิธีการสอนที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เนื่องจากเป็นการให้ความรู้ด้วยเนื้อหาที่มีการเตรียมไว้แล้ว ทำให้ผู้เรียนเกิดความคิดและแรงจูงใจในการปฏิบัติ พฤติกรรมที่ถูกต้องตามที่สุดอนต้องการ การใช้แผ่นกระดาษบรรทัดโน้ตเพลงประกอบการบรรยาย และการใช้อังกะลุงสาธิตการจับ การเขย่าอังกะลุง จะช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้และทำความเข้าใจได้ดียิ่งขึ้นมากกว่าการฟังเพียงอย่างเดียว

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
	2.3 ผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุถืออ่างกะละคนละ 1 ถัง 1 เสียงด้วยมือข้างที่ถนัดและให้ผู้สูงอายุฝึกเขย่าอ่างกะลุงให้ผู้วิจัยเป็นรายบุคคล ให้คำชมเชยผู้สูงอายุที่สามารถเขย่าอ่างกะลุงได้ถูกต้อง ปลอดภัย และให้ข้อเสนอแนะในผู้สูงอายุที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้อง 2.4 ผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุนอกเสียงโน้ตอ่างกะลุงดับทันทือทีละคนและให้ผู้สูงอายุเขย่าอ่างกะลุงตามโน้ตเพลงบนบอร์ดตามที่ผู้วิจัยกำหนด เช่น หากผู้วิจัยชี้โน้ตเพลงบนแผ่นบรรทัดเพลงสัญลักษณ์อักษร “ด” ซึ่งเป็นอักษรแทนโน้ตเพลง “โด” ผู้สูงอายุที่ถืออ่างกะลุงอักษร “ค” ต้องเป็นผู้เขย่าอ่างกะลุง หลังจากนั้นก็ให้ผู้สูงอายุเขย่าอ่างกะลุงไล่เสียงโน้ตจาก “โด” ไปถึง “ที” และจาก “ที” ย้อนกลับมา “โด” เมื่อผู้สูงอายุสามารถเขย่าอ่างกะลุงไล่เสียงตามโน้ตได้ถูกต้องแล้ว	- กระดาษบรรทัดเพลง “โหมโรงชะวาว”	- เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเครื่องดนตรีการได้ทดลองปฏิบัติกับเครื่องดนตรีจริงจะช่วยให้ส่งเสริมให้เกิดความรู้และความเข้าใจได้มากขึ้นเมื่อเกิดความรู้ ความเข้าใจแล้วจะเป็นแรงเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความสุข สนใจ และมั่นใจในการทำกิจกรรม - การให้คำชมเชย การปลอดภัย และการให้ข้อเสนอแนะเป็นการเสริมแรงจิตใจในการทำกิจกรรม - เป็นการทดสอบความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับโน้ตเพลงที่ผู้สูงอายุได้รับจากผู้วิจัย ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความจำ และความเข้าใจ ซึ่งเพลง “โหมโรงชะวาว” เป็นเพลงพื้นฐานที่ใช้ในการฝึกเล่นอ่างกะลุง เหมาะสำหรับการใช้ไล่เสียงโน้ตและเล่นได้ง่าย เมื่อสามารถเขย่าอ่างกะลุงเป็นเพลงได้จะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าการตนเองประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรม เกิดความมั่นใจ สร้างแรงจูงใจในการทำกิจกรรมในครั้งต่อไป

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
4. เพื่อประเมินผลการทำกิจกรรม ได้สอดคล้องกับความเป็นจริง และ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้แสดงออก	ผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุเขย่าอ่างกะลุงตามโน้ตเพลง “โหมโรงชะวาก” 2.5 ผู้วิจัยให้คำชมเชยผู้สูงอายุที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง ให้กำลังใจและทบทวนความจำ ความเข้าใจ ให้ผู้กับผู้สูงอายุที่ปฏิบัติไม่ถูกต้องหรือจำโน้ตอังกะลุงที่ตนเองถือไม่ได้ จนผู้สูงอายุสามารถจำโน้ตอังกะลุงของตนและปฏิบัติได้ถูกต้องทุกคน 3. ระยะสรุปกลุ่ม (10 นาที) 3.1 ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุซักถามปัญหาและข้อสงสัย ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการได้ฝึกเล่นอังกะลุง 3.2 ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการพบกันเพื่อทำกิจกรรมในครั้งต่อไป 3.3 ผู้วิจัยกล่าวปิดกลุ่ม		- เป็นการให้แรงเสริมกับผู้สูงอายุในการทำกิจกรรม - การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ซักถามเป็นการลดความตึงเครียดจากการเกิดปัญหาในการปฏิบัติ - การได้แสดงความคิดเห็นจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้แสดงออกด้านความคิด อารมณ์ และเกิดการสื่อสารสร้างสัมพันธ์ภาพ - ผู้วิจัยทราบถึงผลการดำเนินกิจกรรม - เป็นการนัดหมายและเตรียมความพร้อมให้ผู้สูงอายุทราบถึงการพบกันในครั้งต่อไป - เพื่อให้ผู้สูงอายุทราบถึงการยุติกิจกรรม

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
5. เพื่อสรุปผลการดำเนินกิจกรรม	ขั้นสรุปกิจกรรม 1. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยร่วมกันอภิปรายการดำเนินกิจกรรม 2. ผู้วิจัยจดบันทึกการทำกลุ่ม พฤติกรรมของสมาชิก กลุ่มทุกคน ปัญหา และข้อเสนอแนะจากการร่วมกลุ่มกิจกรรมของสมาชิก	- สมุดบันทึก	การสรุปกิจกรรมจะช่วยให้ผู้วิจัยทราบถึงปัญหาและข้อเสนอแนะต่าง ๆ เพื่อนำไปใช้ในการแก้ไข้ปัญหาและปรับปรุงรูปแบบการดำเนินกิจกรรมในครั้งต่อไป ช่วยให้การดำเนินกิจกรรมกลุ่มในครั้งต่อไปประสบความสำเร็จมากขึ้น

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
1. เพื่อเตรียมความพร้อมด้านบุคคล สถานที่ และอุปกรณ์.	ขั้นเตรียมการก่อนดำเนินกิจกรรม เช่นเดียวกับสัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1		- การเตรียมความพร้อมในการจัดกิจกรรมจะช่วยให้การดำเนินการจัดกิจกรรมเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และผู้สูงอายุ	ขั้นดำเนินกิจกรรม เมื่อผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยพบผู้สูงอายุเป็นรายกลุ่ม ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยพูดคุยชื่อ แสดงความเคารพ โดยการยกมือไหว้ผู้สูงอายุ และกล่าวคำทักทาย ด้วยน้ำเสียงอ่อนโยน เมื่อผู้สูงอายุมาครบทุกคนแล้ว ดำเนินกิจกรรมตามระยะดังนี้ 1. ระยะเปิดกลุ่ม (10 นาที) 1.1 ผู้วิจัยแนะนำวัน เวลา และสถานที่ 1.3 ผู้วิจัยซักถาม พูดคุยกับผู้สูงอายุเกี่ยวกับความรู้ที่ได้รับในครั้งก่อน ปัญหา และอุปสรรคที่พบด้วยคำถามปลายเปิดพร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันเกี่ยวกับการเล่นองกะลุง	- ป้ายชื่อ	- สร้างความคุ้นเคย สร้างความเชื่อถือ และสร้างความไว้วางใจระหว่างผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัยกับผู้สูงอายุและระหว่างผู้สูงอายุกับผู้สูงอายุ
		- บอร์ด	- เพื่อให้ผู้สูงอายุรับรู้เกี่ยวกับวัน เวลา และสถานที่ - ส่งเสริมในการสื่อสารสร้างสัมพันธภาพ ผูกใจให้ผู้สูงอายุได้ย่นคิด ทบทวนความทรงจำ และสื่อสารสร้างสัมพันธภาพซึ่งช่วยให้ผู้สูงอายุได้แสดงออกทางด้านความคิดและอารมณ์

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ทบทวนความรู้ และความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะที่จำเป็นในการฝึกเล่น อังกะลุง	1.4 ผู้วิจัยแจ้งให้ผู้สูงอายุทราบถึงวัตถุประสงค์ของการทำกิจกรรมให้ผู้สูงอายุทราบ 2. ระยะดำเนินการกลุ่ม (40 นาที) 2.1 ผู้วิจัยทบทวนความรู้ และความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะในการเล่นอังกะลุงของผู้สูงอายุ โดยให้ผู้สูงอายุอ่านโน้ตในแผ่นกระดาษบรรจุโน้ตเพลงเป็นรายกลุ่ม และรายบุคคล หลังจากนั้น ผู้วิจัยนำอังกะลุงให้ผู้สูงอายุถือคนละ 1 ดับ 1 เสียง และให้ผู้สูงอายุบอกโน้ตอังกะลุงดับที่ตนถือเป็นรายบุคคลรวมทั้งให้ผู้สูงอายุเข้าอังกะลุงตามโน้ตเพลงบนบอร์ดตามที่ผู้วิจัยกำหนด เช่น หากผู้วิจัยโน้ตอักษร “ด” ซึ่งแทนโน้ตเพลงเสียง “โด” ผู้สูงอายุที่ถืออังกะลุงที่มีสัญลักษณ์ “ด” ต้องเป็นผู้เข้าอังกะลุง 2.2 ผู้วิจัยให้คำชมเชยผู้สูงอายุที่สามารถปฏิบัติได้ถูกต้อง ให้กำลังใจและทบทวนความจำความเข้าใจกับผู้สูงอายุที่ยังปฏิบัติไม่ถูกต้องหรือจำโน้ตอังกะลุงที่	- อังกะลุง - หิ้ง - แผ่นกระดาษบรรจุโน้ตเพลง - ไม่มีสำหรับที่	- เพื่อให้ผู้สูงอายุทราบถึงวัตถุประสงค์ของการทำกิจกรรมในแต่ละครั้งซึ่งจะช่วยลดความตึงเครียดความกลัว และความวิตกกังวลในการทำกิจกรรมลงได้ - เนื่องจากผู้สูงอายุมีข้อจำกัดในเรื่องของความคิดและความจำจึงจำเป็นต้องมีการทบทวนความรู้และความเข้าใจของผู้สูงอายุ โดยใช้เทคนิคของการสอนผู้ใหญ่มากขึ้น ทั้งในเรื่องของการได้ในการมองเห็น และการได้ปฏิบัติประกอบกันเพื่อช่วยให้เกิดความจำ การเรียนรู้และทำความเข้าใจได้ง่ายขึ้น - คำชมเชย การให้กำลังใจ และการทบทวนความจำและความเข้าใจให้กับผู้สูงอายุเป็นการเสริมแรงสูงใจในการทำกิจกรรม ช่วยลดความ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่ออุปกรณ์	เหตุผล
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถร้องเพลงตามโน้ตองกะลุงได้ และเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน	ตนเองถือไม้ได้ จนผู้สูงอายุสามารถจำโน้ตองกะลุงของตนและปฏิบัติตามได้ถูกต้องทุกคน 2.3 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำแผ่นกระดาษบรรจุนโน้ตเพลง “ช้าง” ติดบนบอร์ด ในตำแหน่งที่ผู้สูงอายุสามารถมองเห็น ได้ชัดเจนทุกคน หลังจากนั้นผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยร้องเพลง “ช้าง” ตามโน้ตองกะลุงให้ผู้สูงอายุฟัง พร้อมกับปรบมือ และตั้งคำถามกับจังหวะให้ผู้สูงอายุฟัง หลังจากนั้นจึงให้ผู้สูงอายุปรบมือและร้องเพลงไปพร้อมกับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัย	- กระดาษ บรรจุ โน้ตเพลง “ช้าง”	ตั้งครีดยกให้กับผู้สูงอายุในการทำกิจกรรม - เนื่องจากเพลง “ช้าง” เป็นเพลงที่มีทำนองสนุกสนาน เป็นที่รู้จักของบุคคลทุกวัย มีโน้ตเพลงที่สั้น และง่ายต่อการจำ การฝึกร้องเพลงตามโน้ตจึงนำมาเป็นเพลงแรกให้ผู้สูงอายุได้ฝึกร้อง เมื่อผู้สูงอายุสามารถร้องเพลงตามโน้ตได้ถูกต้องจะรู้สึกว่ายตนเองประสบความสำเร็จในการทำกิจกรรม ซึ่งจะเป็นแรงจูงใจในการทำกิจกรรมต่อไป การร้องเพลงจะทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน เกิดสมาธิ และเป็นพื้นฐานที่ดีในการฝึกเล่นองกะลุง
4. เพื่อประเมินผลการดำเนินกิจกรรมและส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้แสดงออก	3. ระยะสรุปกลุ่ม (10 นาที) 3.1 ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุซักถามข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการได้ฝึกเล่นองกะลุง		- การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ซักถามเป็นการลดความตึงเครียดจากการเกิดปัญหาในการปฏิบัติ - การได้แสดงความคิดเห็นจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้แสดงออกด้านความคิด อารมณ์ และเกิดความรู้สึกสร้างสัมพันธ์ภาพ - ผู้วิจัยทราบถึงผลการดำเนินกิจกรรม

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
5. เพื่อสรุปผลการดำเนินกิจกรรม	3.2 ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการพบกันเพื่อทำกิจกรรมในครั้งต่อไป 3.3 ผู้วิจัยกล่าวปิดกลุ่ม ขั้นสรุปกิจกรรม 1. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยร่วมกันอภิปรายการดำเนินการกลุ่ม 2. ผู้วิจัยจัดบันทึกการทำกลุ่ม พฤติกรรมของสมาชิก กลุ่มทุกคน ปัญหา และข้อเสนอแนะจากการร่วมกลุ่มกิจกรรมของสมาชิก	- สมุดบันทึก	- เป็นการนัดหมายให้ผู้สูงอายุทราบถึงการพบกันอีกครั้งต่อไป - เพื่อให้ผู้สูงอายุทราบถึงการยุติกิจกรรม - การสรุปกิจกรรมจะช่วยให้ผู้วิจัยทราบถึงปัญหาและข้อเสนอแนะต่างๆ เพื่อนำไปใช้ในการแก้ไขปัญหาและปรับปรุงรูปแบบการดำเนินกิจกรรมในครั้งต่อไป ช่วยให้การดำเนินกิจกรรมกลุ่มในครั้งต่อไปประสบความสำเร็จมากขึ้น

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
1. เพื่อเตรียมความพร้อมด้านบุคคล สถานที่ และอุปกรณ์.	ขั้นเตรียมการก่อนดำเนินกิจกรรม เช่นเดียวกับสัปดาห์ที่ 1 ครั้งที่ 1		- การเตรียมความพร้อมในการจัดกิจกรรมจะช่วยลดปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินกิจกรรม ทำให้การดำเนินกิจกรรมเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ
2. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และผู้สูงอายุ	ขั้นดำเนินกิจกรรม เมื่อผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยพบผู้สูงอายุเป็นรายกลุ่ม ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยจัดป้ายชื่อ แสดงความเคารพ โดยการยกมือไหว้ผู้สูงอายุ และกล่าวคำทักทาย ด้วยน้ำเสียงอ่อนโยน เมื่อผู้สูงอายุมาครบทุกคนแล้ว ดำเนินกิจกรรมตามระยะดังนี้ 1. ระยะเปิดกลุ่ม (10 นาที) 1.2 ผู้วิจัยแนะนำวัน เวลา และสถานที่ 1.3 ผู้วิจัยซักถาม พูดคุยกับผู้สูงอายุเกี่ยวกับความรู้ที่ได้รับในครั้งก่อน ปัญหา และอุปสรรคที่พบด้วยคำถามปลายเปิดพร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้พูดแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันเกี่ยวกับการเล่นอังกะลุง	- ป้ายชื่อ - บอร์ด	- สร้างความคุ้นเคย สร้างความเชื่อถือ และสร้างความไว้วางใจ - เพื่อให้ผู้สูงอายุรับรู้เกี่ยวกับวัน เวลา และสถานที่ - ส่งเสริมในการสื่อสารสร้างสัมพันธภาพฝึกให้ผู้สูงอายุได้ย่นคิด ทบทวนความทรงจำ และสื่อสารสร้างสัมพันธภาพซึ่งช่วยให้ผู้สูงอายุได้แสดงออกทางด้านความคิดและอารมณ์

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ทบทวนความรู้ และความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะที่จำเป็นในการฝึกเล่นอ่างกะลุง	1.4 ผู้วิจัยแจ้งให้ผู้สูงอายุทราบถึงวัตถุประสงค์ของการทำกิจกรรมให้ผู้สูงอายุทราบ 2. ระยะดำเนินการกลุ่ม (40 นาที) 2.1 ผู้วิจัยทบทวนความรู้ และความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะในการเล่นอ่างกะลุงของผู้สูงอายุ โดยให้ผู้สูงอายุอ่านโน้ตในแผ่นกระดาษบรรจุโน้ตเพลงเป็นรายกลุ่ม และรายบุคคล หลังจากนั้น ผู้วิจัยนำอ่างกะลุงให้ผู้สูงอายุถือคนละ 1 ตัว 1 เสียง และให้ผู้สูงอายุบอกโน้ตอ่างกะลุงดับที่ตนถือเป็นรายบุคคลรวมทังให้ผู้สูงอายุเขย่าอ่างกะลุงตามโน้ตเพลงบนบอร์ดตามที่ผู้วิจัยกำหนด เช่น หากผู้วิจัยโน้ตอักษร “ด” ซึ่งแทนโน้ตเพลงเสียง “โด” ผู้สูงอายุที่ถืออ่างกะลุงที่มีสัญลักษณ์ “ด” ต้องเป็นผู้เขย่าอ่างกะลุง 2.2 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำแผ่นกระดาษบรรจุโน้ตเพลง “ช้าง” คิดบนบอร์ด ในตำแหน่งที่ผู้สูงอายุสามารถมองเห็นได้ชัดเจนทุกคน หลังจากนั้นผู้วิจัย	-แผ่นกระดาษบรรจุโน้ตเพลง -อ่างกะลุง -ฉิ่ง -ไม้สำหรับตี	- เพื่อให้ผู้สูงอายุมีข้อจำกัดในเรื่องของความคิดและความจำจึงจำเป็นต้องมีการทบทวนความรู้และความเข้าใจของผู้สูงอายุทุกครั้งที่ทำกิจกรรมโดยใช้เทคนิคของการสอนผู้ใหญ่มาร่วมช่วย ทั้งในเรื่องของการได้ยิน การมองเห็น และการได้ปฏิบัติประกอบกันเพื่อช่วยให้เกิดความจำ การเรียนรู้และทำความเข้าใจได้ง่ายขึ้น
4. เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถร้องเพลงตามโน้ตและเล่นอ่างกะลุงได้		- กระดาษบรรจุโน้ตเพลง	- เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดความคุ้นเคยกับโน้ตอ่างกะลุงในเพลงที่จะใช้เล่นอ่างกะลุงแต่ละครั้ง การร้องเพลงตามโน้ตและปรับมือตามจังหวะได้ถูกต้องจะ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
5. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความสนุกสนานเพลิดเพลิน เกิดการแสดงออกทางด้านอารมณ์ และร่างกาย	และผู้ช่วยวิจัยร้องเพลง “ช้าง” ตามโน้ตอังกฤษให้ผู้สูงอายุฟัง พร้อมกับปรบมือ และตบเท้าไปกับจังหวะให้ผู้สูงอายุฟังหลังจากนั้นจึงให้ผู้สูงอายุปรบมือและร้องเพลงพร้อมกับผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยจนผู้สูงอายุสามารถร้องเพลงและปรบมือตามจังหวะได้ถูกต้องทุกคน	“ช้าง”	ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดความเข้าใจ ซึ่งจะช่วยให้สามารถเล่นอังกฤษได้ง่ายขึ้น และเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ผ่อนคลาย ได้แสดงออกทั้งด้านอารมณ์ และร่างกาย
6. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีการสื่อสาร และสร้างสัมพันธภาพ โดยผ่านกระบวนการทางดนตรี	2.3 ผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุเล่นอังกฤษตามโน้ตเพลง “ช้าง” (ใช้โน้ตอังกฤษที่ฝึกร้องเพลงโดยผู้ร่วมกันจากบอร์ดเช่นเดียวกับตอนที่ฝึกร้องเพลง) ซึ่งในการเล่นอังกฤษของผู้สูงอายุ ผู้วิจัยเป็นผู้ชี้โน้ตเพลง ช่วยร้องเพลง ผู้ช่วยวิจัยช่วยชี้ถึงกำกับจังหวะ และช่วยร้องเพลง		- ในการเล่นอังกฤษนั้นผู้เล่นต้องมีสมาธิอยู่ที่โน้ตเพลง และมีความสามัคคีกัน เมื่อให้ผู้สูงอายุเล่นอังกฤษในเพลง “ช้าง” ซึ่งเป็นเพลงที่มีทำนองที่สนุกสนาน ใช้โน้ตและวิธีการเล่นที่ไม่สลับซับซ้อน จึงช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน สัมผัสเรื่องราวที่ยึดติดอยู่ ความสำเร็จจากการเล่นอังกฤษจะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจ การได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มซึ่งมีความสำคัญเท่าเทียมกันจะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ผู้สูงอายุต่างเห็นความสำคัญร่วมกัน
	2.4 ให้คำชมเชยหากผู้สูงอายุสามารถเล่นอังกฤษได้เร็ว หากผู้สูงอายุยังเล่นอังกฤษไม่ได้หรือเล่นไม่ได้		- เป็นการสร้างแรงจูงใจให้กับผู้สูงอายุในการทำกิจกรรม

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
7. เพื่อประเมินผลการดำเนินงาน กิจกรรมและส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ ได้มีการแสดงออก	ข้าผู้วิจัยจะกล่าวทักทายใจ ช่วยอธิบาย และให้ผู้สูงอายุ ออกเสียงพยางค์ใหม่ โดยให้ผู้สูงอายุในกลุ่มช่วย เป็นกำลังใจและช่วยให้คำแนะนำ 3. ระยะสรุปกลุ่ม (10 นาที) 3.1 ผู้วิจัยเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุซักถามข้อสงสัย และแสดงความคิดเห็น พูดคุยกันเกี่ยวกับการได้ฝึก เล่นอังกฤษ 3.2 ผู้วิจัยนัดหมายวัน เวลา และสถานที่ในการ พบกันเพื่อทำกิจกรรมในครั้งต่อไป 3.3 ผู้วิจัยกล่าวปิดกลุ่ม ขึ้นสรุปกิจกรรม 1. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยร่วมกันอภิปรายการดำเนินการกลุ่ม 3. ผู้วิจัยจัดบันทึกการทำกลุ่ม พฤติกรรมของสมาชิก กลุ่มทุกคน ปัญหา และข้อเสนอแนะจากการร่วมกลุ่ม		- การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ซักถามเป็นการลด ความตึงเครียดจากการเกิดปัญหาในการปฏิบัติ - การได้แสดงความคิดเห็นจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้ แสดงออกด้านความคิด อารมณ์ และเกิดการ สื่อสารสร้างสัมพันธ์ภาพ - ผู้วิจัยทราบถึงผลการดำเนินงานกิจกรรม - เป็นการนัดหมายให้ผู้สูงอายุทราบถึงการพบกัน ในครั้งต่อไป
8. เพื่อสรุปผลการดำเนินงานกิจกรรม		- สมุดบันทึก	- การสรุปกิจกรรมจะช่วยให้ผู้วิจัยทราบถึง ปัญหาและข้อเสนอแนะต่าง ๆ เพื่อนำไปใช้ในการ แก้ไขปัญหาและปรับปรุงรูปแบบการดำเนิน กิจกรรมในครั้งต่อไป ช่วยให้การดำเนินงานกิจกรรม กลุ่มในครั้งต่อไปประสบความสำเร็จมากขึ้น

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัย ผู้ช่วยวิจัย และผู้สูงอายุ 2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ทบทวนความรู้ และความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะที่จำเป็นในการฝึกเล่นอังกฤษ 3. เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถร้องเพลงตามโน้ตและเล่นอังกฤษได้ 4. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีความสนุกสนานเพลิดเพลิน เกิดการแสดงออกทางด้านอารมณ์ และร่างกาย 5. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้มีการสื่อสาร และสร้างสัมพันธภาพ โดยผ่านกระบวนการทางดนตรี	ให้ผู้สูงอายุเข้ากลุ่มที่กิจกรรมสัปดาห์ละ 3 วัน คือ วันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ ครั้งละ 1 ชั่วโมง โดยมีกิจกรรมตามขั้นตอนเดียวกันกับครั้งที่ 3 ของสัปดาห์ที่ 1 ในแต่ละครั้งใช้เพลงในการเล่นอังกฤษสำหรับผู้สูงอายุดังนี้ - สัปดาห์ที่ 2 ครั้งที่ 4 เพลง “ช้าง” - สัปดาห์ที่ 2 ครั้งที่ 5 และ 6 เพลง “ตามองตา” - สัปดาห์ที่ 3 ครั้งที่ 7 และ 8 เพลง “ใกล้เข้ามาอีกนิด” - สัปดาห์ที่ 3 ครั้งที่ 9 และ สัปดาห์ที่ 4 ครั้งที่ 10 เพลง “ตามองตา” และเพลง “ใกล้เข้ามาอีกนิด” - สัปดาห์ที่ 4 ครั้งที่ 11 และ 12 เพลง “พรปีใหม่” - สัปดาห์ที่ 5 ครั้งที่ 13 และ 14 เพลง “ลอยกระทง” - สัปดาห์ที่ 5 ครั้งที่ 15 และสัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 16 เพลง “พรปีใหม่” และเพลง “ลอยกระทง” - สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 17 และ 18 ทุกเพลงที่กล่าวมาแล้ว	- ป้ายชื่อ - บอร์ด - ไม้สำหรับตี - อังกฤษ - หิ่ง - แผ่นกระดาษ - บัตร - โน้ตเพลง - สมุดบันทึก	- เพลงที่ใช้ในการเล่นอังกฤษสำหรับผู้สูงอายุเป็นเพลงที่มีทำนองและจังหวะสนุกสนาน ใช้โน้ตและวิธีการเล่นที่ไม่สลับซับซ้อน ประกอบกับการดูโน้ตอังกฤษร่วมกันจากบอร์ด โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้ที่โน้ตจะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถเล่นอังกฤษได้ง่ายขึ้น ผู้วิจัยสามารถสังเกตเห็นพฤติกรรมของผู้สูงอายุขณะเล่นอังกฤษ - การเล่นอังกฤษจะช่วยให้ผู้สูงอายุเกิดสมาธิ มีความจำ เมื่อมีการเล่นอังกฤษอย่างต่อเนื่องจะเกิดความชำนาญทำให้ผู้สูงอายุเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ผ่อนคลายความตึงเครียดและเป็นเรื่องที่ตนยึดติดอยู่ เกิดความสามัคคีและสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกในกลุ่ม - ความสำเร็จจากการเล่นอังกฤษ ประกอบกับการได้แสดงความคิดเห็น พูดคุยกันอย่างต่อเนื่อง จะช่วยสร้างความเชื่อมั่น ความมีคุณค่า และความกล้าแสดงออกให้กับผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	สื่อ/อุปกรณ์	เหตุผล
7. เพื่อยุดัดัมพันนภพด้วยดีระหว่างผู้วิจัยกับผู้สูงอายุ	- สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 17 ผู้วิจัยแจ้งให้ผู้สูงอายุทราบว่า การพบกันในวันเสาร์ที่ 6 ครั้งที่ 18 เป็นครั้งสุดท้ายของการทำกิจกรรม - สัปดาห์ที่ 6 ครั้งที่ 18 ผู้วิจัยให้ผู้สูงอายุกล่าวถึงความรู้สึกที่มีต่อการทำกิจกรรมครั้งนี้ ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยกล่าวถึงความรู้สึกที่มีต่อผู้สูงอายุและการจัดกิจกรรม รวมทั้งกล่าวขอบคุณผู้สูงอายุที่ให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมนี้ด้วยดีตลอดมา		- เป็นการเตรียมผู้สูงอายุเพื่อยุติการทำกิจกรรมและยุติสัมพันธ์ภาพ - เป็นการยุติสัมพันธ์ภาพตามเวลาเมื่อเสร็จสิ้นกิจกรรมตามที่กำหนดไว้ในครั้งแรก และเป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้แสดงออกด้านอารมณ์และความคิด

ภาคผนวก ง

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย

การพิทักษ์สิทธิของผู้เข้าร่วมการวิจัย

ดิฉันนางสาวธรรมรุจา อุดม นิสิตปริญญาโท สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา กำลังทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลของโปรแกรมนันทนาการ โดยการเล่นอังกะลุงในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า” ดิฉันขอความร่วมมือจากท่านในการเข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ โดยเข้าร่วมโปรแกรมการจัดกิจกรรมนันทนาการโดยการเล่นอังกะลุงเป็นเวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 ชั่วโมง และตอบแบบสัมภาษณ์ความซึมเศร้าและความรู้สึกรู้สึกละ 2 ครั้ง คือในระยะก่อนเข้าร่วมการทดลองและระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้น ข้อมูลที่ได้จะเป็นประโยชน์ในการนำไปใช้เป็นแนวทางในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าต่อไป ซึ่งจะนำเสนอเป็นภาพรวมไม่มีการเปิดเผยชื่อและนามสกุลจริง และจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อท่าน

หากท่านยินดีเข้าร่วมการวิจัยและภายหลังเกิดเปลี่ยนใจ ท่านมีสิทธิที่จะถอนตัวได้โดยไม่มีข้อแม้ใด ๆ และหากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการศึกษาครั้งนี้ท่านสามารถสอบถามดิฉันได้ตลอดเวลา ขอขอบคุณท่านที่ให้ความร่วมมือในการศึกษาครั้งนี้

ธรรมรุจา อุดม

ผู้วิจัย

สำหรับผู้เข้าร่วมวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านหรือได้รับคำอธิบายตามรายละเอียดข้างบนอย่างครบถ้วน และมีความเข้าใจเป็นอย่างดี

- ☐ ยินดีเข้าร่วมการวิจัย
- ☐ ไม่ยินดีเข้าร่วมการวิจัย

(ลงชื่อ).....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.2547