

ภาคผนวก ง

โปรแกรมการปฐษาเชิงพฤติกรรม

**โปรแกรมการปรึกษาเชิงพฤติกรรมต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพทำงานของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2**  
**และพฤติกรรมของครอบครัวในการดูแลสุขภาพทำงานของผู้ป่วย**

**พบกันครั้งที่ 1 (สนทนากลุ่ม 5 ครอบครัว)**

| วัตถุประสงค์                                                                                                                          | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | เวลา   | สื่ออุปกรณ์                                                                                          | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว พร้อมทั้งชี้แจงเกี่ยวกับการวิจัย และขอความร่วมมือในการวิจัย</p> | <p>1. สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว</p> <p>1.1 ผู้วิจัยนัดพบครอบครัว ครั้งที่ 5 ครอบครัว เพื่อทำการสนทนากลุ่ม โดยเริ่มด้วยการแนะนำตนเองกับครอบครัว ด้วยสีหน้าที่ยิ้มแย้มท่าทางที่เป็นมิตร หลังจากนั้นให้ครอบครัวแนะนำตนเอง เพื่อให้ผู้เข้าร่วมวิจัยทำความรู้จักกันเคย ทำกิจกรรมนันทนาการเพื่อให้เกิดความผ่อนคลาย เป็นกันเอง</p> | 5 นาที | <ul style="list-style-type: none"> <li>- เครื่องบันทึกเสียง</li> <li>- สมุดสำหรับจดบันทึก</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- การสร้างบริบทของครอบครัวเพื่อการเปลี่ยนแปลงความเชื่อ เป็นกระบวนการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้บริการสุขภาพกับครอบครัว โดยค้นหาบริบทที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลง โดยการสร้างสัมพันธภาพแบบมีส่วนร่วม โดยการให้ความสำคัญกับครอบครัวในฐานะผู้เชี่ยวชาญด้านความเจ็บป่วย พยายามเป็นผู้เชี่ยวชาญ ด้านการจัดการสร้างสัมพันธภาพแบบไม่ใช้อำนาจ ให้ความสำคัญกับผู้ป่วย และครอบครัวเพื่อสร้างความไว้วางใจ และส่งเสริมความร่วมมือที่ดีระหว่างครอบครัว และพยาบาล (Wright &amp; Bell, 2009)</li> </ul> |

| วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                             | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | เวลา                        | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                                    | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ครูรอบครัวเข้าใจวัตถุประสงค์ของการวิจัย การดำเนินการ ระยะเวลา และขอบเขตการวิจัย</p> <p>- เพื่อให้ผู้ช่วยเบบาวาน และครอบครัว เกิดความไว้วางใจในตัวผู้วิจัย และทราบบทบาทหน้าที่ของแต่ละคน</p> | <p>1.2 ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย วิธีการดำเนินงานระยะเวลา และขอบเขตของการสนทนา และขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย การเข้าร่วมวิจัย ซึ่งเจ้านัดวัน เวลา สถานที่ ในการรับโปรแกรมการปรึกษาเชิงพฤติกรรม</p> <p>1.3 ผู้วิจัยชี้แจงบทบาทหน้าที่ของผู้วิจัย ผู้ช่วยเบบาวาน และครอบครัว ให้ทราบถึงแต่ละคน มีบทบาทหน้าที่ ดังนี้คือ</p> <p>- ผู้วิจัยทำหน้าที่ผู้อำนวยการ ผู้สนับสนุน ผู้นำ สนทนา กระตุ้นถาม ใช้คำถามกระตุ้น การสะท้อนคิด สรุปผลการสนทนา เพื่อเป็นแนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้ช่วยเบบาวานในการดูแลสุขภาพเท่าๆ โดยให้ครอบครัวกระทำเพื่อกระตุ้นสนับสนุน ผู้ช่วยเบบาวาน ในการส่งเสริมสุขภาพที่จะป้องกันอันตรายที่เกิดกับเท่า</p> | <p>5 นาที</p> <p>5 นาที</p> | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> | <p>- การชี้แจงวัตถุประสงค์ และขั้นตอนต่าง ๆ ในการดำเนินการวิจัยที่ชัดเจนจะช่วยลดความวิตกกังวล และช่วยให้สัมพันธภาพ ระหว่างผู้วิจัยกับผู้ช่วยเบบาวาน และครอบครัวดีขึ้น (Wright &amp; Bell, 2009)</p> <p>- ชี้แจงหน้าที่ของผู้ช่วยเบบาวาน และครอบครัว และผู้วิจัยเพื่อให้ผู้ช่วยเบบาวาน และครอบครัว เกิดความไว้วางใจในตัวผู้วิจัย และทราบบทบาทหน้าที่ของแต่ละคน</p> |

| วัตถุประสงค์                                                                                                                   | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | เวลา    | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                                                                                                                                          | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ครอบครัวเข้าใจถึงพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่ถูกต้อง และสร้างความเข้าใจให้ตรงกันกับพยาบาลผู้ดูแล</p> | <p>- ผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวทำหน้าที่ตอบแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ส่วนบุคคล และครอบครัวและแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 พฤติกรรมสุขภาพของครอบครัวในการดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2</p> <p>1.4 ประเมินสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน</p> <p>สัมภาษณ์ข้อมูลทั่วไป ส่วนบุคคล และครอบครัว และแบบวัดพฤติกรรมสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2</p> <p>พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของครอบครัวในการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ก่อนการศึกษา ให้ผู้มีการดูแลสุขภาพเท้า</p> <p>1.5 ให้ผู้ป่วยและครอบครัวดู VCD เรื่อง พฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวานที่ถูกต้อง</p> | 30 นาที | <ul style="list-style-type: none"> <li>- แบบประเมินสุขภาพเท้า</li> <li>- แบบสัมภาษณ์</li> <li>- แบบวัดพฤติกรรม</li> <li>- คู่มือการดูแลสุขภาพเท้า</li> <li>- อ้างอิงจากสมาคมผู้ให้ความรู้โรคเบาหวาน (2551)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- การตรวจสอบสุขภาพเท้า เป็นการตรวจสภาพเท้า และตรวจหาภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นถึงที่ต้องตรวจ คือ การตรวจลักษณะผิวหนัง, การตรวจลักษณะเล็บเท้า</li> <li>- ความสะอาด และลักษณะของเล็บเท้า</li> <li>- การตรวจประเมินความผิดปกติของรูปร่างเท้า, การตรวจประเมินสภาพกล้ามเนื้อและกระดูก และการเคลื่อนไหวของเท้า, การตรวจประเมินระบบประสาทส่วนปลาย</li> <li>- เป็นการตรวจการรับรู้ลึกของเท้า</li> </ul> |
|                                                                                                                                | <p>- เพื่อให้ครอบครัวเข้าใจถึงพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวานที่ถูกต้อง และสร้างความเข้าใจให้ตรงกันกับพยาบาลผู้ดูแล</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 20 นาที |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

| วัตถุประสงค์                                                                                                                                            | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | เวลา   | สื่อ-อุปกรณ์                                            | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ทราบถึงปัญหาและความต้องการที่แท้จริงของผู้ป่วยเบาหวานและครอบครัว</p>                                                                       | <p>2. การดำเนินการสนทนากลุ่ม</p> <p>2.1 ใช้ One Question โดยให้ครอบครัวถามคำถามที่ต้องการทราบเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน 1 คำถาม โดยใช้คำถาม 1 คำถามให้ครอบครัว (ผู้ป่วยหรือครอบครัว) ถามในวันนี้นี้ คุณ (ผู้ป่วยหรือครอบครัว) อยากจะถามอะไรมากที่สุด เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน</p>         | 5 นาที | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> | <p>- การกระตุ้นให้ครอบครัวถามหนึ่งคำถามที่ต้องการคำตอบ (One Question) เป็นวิธีการใช้และมีประสิทธิภาพมากที่สุดในการแยกแยะปัญหา การให้ถามคำถามเดียวจะเป็นการทำให้ผู้ป่วย และครอบครัวสะท้อนคิดถึงปัญหาที่สำคัญที่สุดที่กำลังเผชิญอยู่ ทำให้พยาบาลทราบปัญหา และความต้องการที่แท้จริงของผู้ป่วย และครอบครัว (Wright &amp; Bell, 2009)</p> |
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวสามารถค้นหาเปิดเผย และแยกแยะความเชื่อเกี่ยวกับการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวานที่ครอบครัวเคยปฏิบัติ</p> | <p>2.2 ให้ครอบครัวเล่าเรื่องราวการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน ที่ครอบครัวเคยปฏิบัติมา โดยใช้คำพูดหรือเขียนครอบครัวให้บอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้า ดังนี้</p> <p>“คุณ (ผู้ป่วยหรือครอบครัว) ช่วยเล่าเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้าที่คุณ (ผู้ป่วยหรือครอบครัว) เคยปฏิบัติให้ฟังหน่อยได้ไหมคะ”</p> | 5 นาที | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> | <p>- การให้ครอบครัวเล่าเรื่องราวประสบการณ์ที่เคยผ่านมา ทำให้ครอบครัวได้บอกเล่าความคิด ความเชื่อ และความรู้สึก ที่ช่วยให้พยาบาลเข้าใจความคิด ความเชื่อ และความเชื่อ ความรู้สึก ตลอดจนความสามารถของครอบครัวต่อสิ่งนั้น ๆ (Wright &amp; Bell, 2009)</p>                                                                                 |

| วัตถุประสงค์                                                                                                               | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | เวลา          | สื่อ-อุปกรณ์                                            | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วย และครอบครัวสามารถปรับเปลี่ยนความเชื่อที่เป็นอุปสรรค ที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การดูแลเท้า</p> | <p>2.3 โดยการกระตุ้นให้ผู้ป่วย และครอบครัว ตอบคำถาม ดังนี้แล้วถามดังนี้</p> <p>“คุณ (ผู้ป่วยหรือครอบครัว) คิดว่าอย่างไร มีเหตุผลอย่างไร ถึงดูแลเท้าแบบนี้คะ”</p> <p>“การดูแลเท้าแบบนี้ คุณคิด (ผู้ป่วยหรือครอบครัว)ว่าจะเกิดผลอย่างไร”</p> <p>- ถ้าผู้ป่วย และครอบครัวมีความเชื่อที่เป็นอุปสรรค ถ้ามีผู้วิจัย ผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว ต้องช่วยกันท้าทายความเชื่อให้ลองปฏิบัติ ดังนี้แล้วถามดังนี้</p> <p>“ถ้าคุณ (ผู้ป่วยหรือครอบครัว) ลองปฏิบัติตามวิธีที่กลุ่มแนะนำจะดีไหมคะ”</p> <p>“ถ้าคุณ (ผู้ป่วยหรือครอบครัว) ได้ลองปฏิบัติ ถ้าได้ผลอย่างไร คราวหน้ามาพูดคุยกันอีกทีนะคะ”</p> | <p>5 นาที</p> | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> | <p>- การกระตุ้นให้ผู้ป่วย และครอบครัวพูดถึงความเชื่อที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรมสุขภาพผู้ป่วยเบาหวานที่เกิดจากการเจ็บป่วยทำให้ผู้วิจัย ผู้ป่วย และครอบครัวรับทราบถึงปัญหา และอุปสรรค เพื่อสามารถจัดสิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน</p> |

| วัตถุประสงค์                                                                                                  | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | เวลา    | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                                            | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วย และครอบครัวสามารถส่งเสริมความเชื่อที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดูแลสุขภาพได้</p>     | <p>2.4 ถ้าผู้ป่วย และครอบครัวมีความเชื่อที่ส่งเสริมความเชื่อที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดูแลสุขภาพเมื่อผู้ป่วย และครอบครัวบอกเล่าถึงการเปลี่ยนแปลงในทางบวก ผู้วิจัยให้คำปรึกษาเสริมแรงบวกให้ปฏิบัติต่อไป</p> <p>- ชื่นชมในจุดแข็ง และความมีศักยภาพของครอบครัวในการส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน</p> <p>2.5 ให้ข้อมูลจากการวิจัย เรื่อง การปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ความสำคัญของการครอบครัวในการส่งเสริมการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน แนวทางการส่งเสริมการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่เหมาะสม</p> | 5 นาที  | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p>                                                                 | <p>- การกระตุ้นให้ผู้ป่วย และครอบครัวพูดถึงความเชื่อที่ส่งเสริมความเชื่อที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมดูแลสุขภาพเมื่อผู้ป่วย และครอบครัวบอกเล่าถึงการเปลี่ยนแปลงในทางบวก ผู้วิจัยให้คำปรึกษาเสริมแรงบวก ทำท่ายความเชื่อให้ปฏิบัติเพื่อให้เกิดการปฏิบัติที่ยั่งยืนต่อไป</p> |
| <p>- เพื่อให้ครอบครัวได้รับข้อมูลเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่ถูกต้องเหมาะสม</p> | <p>2.5 ให้ข้อมูลจากการวิจัย เรื่อง การปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ความสำคัญของการครอบครัวในการส่งเสริมการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน แนวทางการส่งเสริมการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่เหมาะสม</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 10 นาที | <p>- คู่มือการดูแลสุขภาพเท้า</p> <p>- ผลงานวิจัยเกี่ยวกับ การปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว</p> | <p>- การใช้ผลที่ได้จากการวิจัยหรือการใช้กระบวนการวิจัยในการทำท่าย และเปลี่ยนแปลงความเชื่อ ซึ่งการนำเสนอข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกครอบครัวรับฟังความรู้ใหม่ๆ อาจเกิดการยอมรับ และปรับเปลี่ยนวิธีการแก้ปัญหา</p>                                           |

| วัตถุประสงค์                                                                                        | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | เวลา                        | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                                                                             | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วย และครอบครัวสามารถสะท้อนคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน</p> | <p>3. การสะท้อนคิด โดยการเปิดโอกาสให้ผู้ป่วย และครอบครัวสะท้อนคิดแสดงความคิดเห็น เกี่ยวกับการสนทนากันบ้างครั้งนี้ ความเชื่อที่ส่งเสริมให้ผู้ป่วยสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานเมื่อผู้ป่วย และครอบครัวเข้าถึงการเปลี่ยนแปลงทางบวก ผู้วิจัยให้ท้ายอย่างเข้มแข็งเสริมแรงบวก</p> <p>4. สรุปผลการสนทนากับผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว โดยการสรุปเนื้อหาที่พูดคุยกันในวันนี้ ให้กลุ่มช่วยกันสรุปแนวทางการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเท่า บ้านพักในคู่มือการดูแลเท่า</p> <p>- ให้การบ้านอ่านบทพจนานาวทางการดูแลสุขภาพเท่าที่พูดคุยกันที่บ้านพักในคู่มือการดูแลเท่า</p> <p>- นัดผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวครั้งต่อไป โดยบันทึกวันที่นัดหมาย</p> | <p>5 นาที</p> <p>5 นาที</p> | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> <p>- คู่มือการดูแลสุขภาพ</p> <p>เท่า</p> | <p>- การใช้คำถามที่ทำให้เกิดสะท้อนคิด เป็นการใช้คำถามที่กระตุ้น ให้ครอบครัวได้รับรู้ ได้คิด ได้มองย้อนคิดเกี่ยวกับตนเอง ได้คิดถึงผลกระทบที่เกิดขึ้น ทำให้เกิดความเข้าใจในปัญหา เข้าใจความรู้สึก เข้าใจพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของครอบครัว ซึ่งสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่เหมาะสมได้ (Wright &amp; Bell, 2009)</p> <p>- การให้ครอบครัววางแผนกิจกรรมในการทำสิ่งต่าง ๆ เป็นกิจกรรมการพยาบาลเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม (Wright &amp; Bell, 2009) ที่ช่วยให้ครอบครัวมีเป้าหมายในการทำสิ่งนั้น ๆ และการให้ครอบครัวลองนำไปปฏิบัติจริงนั้น ถือเป็นการฝึกทักษะ และสร้างประสบการณ์ใหม่แก่ครอบครัว ปฏิบัติที่เหมาะสมได้</p> |

### การพบครั้งที่ 2 (สนทนารายครอบครัว)

| วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                                                                  | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | เวลา   | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                         | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวาน ครอบครัว และผู้วิจัย ร่วมกันสร้างบริบทให้เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้ป่วยเบาหวานในการดูแลสุขภาพเท้า</p> <p>- เพื่อให้ทราบถึงปัญหาและความต้องการที่แท้จริงของผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว</p> | <p><b>1. สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว</b></p> <p>1.1 ผู้วิจัยไปพบผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวที่บ้าน กล่าวทักทายด้วยน้ำเสียงสุภาพอ่อนโยน</p> <p><b>2. การดำเนินการสนทนابำบัด</b></p> <p>2.1 ใช้ One Question โดยให้ครอบครัวถามคำถามที่ต้องการทราบเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน 1 คำถาม โดยใช้คำถามเชิงเชิญของผู้ป่วยเบาหวาน 1 คำถาม เช่น “ถ้ามีคำถาม 1 คำถามให้คุณ (ผู้ป่วยหรือครอบครัว) ถามในวันนี้ คุณ (ผู้ป่วยหรือครอบครัว) อยากจะถามอะไรมากที่สุดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน</p> | 5 นาที | <ul style="list-style-type: none"> <li>- เครื่องบันทึกเสียง</li> <li>- สมุดสำหรับจดบันทึก</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- การสร้างสัมพันธภาพเป็นขั้นตอนแรกที่พยาบาลจะต้องสร้างให้เกิดขึ้น และคงไว้ตลอดช่วงให้การพยาบาล พยาบาลจะต้องมีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัวเพื่อช่วยพัฒนาความไว้วางใจของครอบครัวต่อพยาบาล และส่งเสริมความร่วมมือที่ดีระหว่างครอบครัว และพยาบาล (Wright &amp; Bell, 2009)</li> <li>- การกระตุ้นให้ครอบครัวถามหนึ่งคำถามที่ต้องการคำตอบ (One Question) เป็นวิธีการใช้และมีประสิทธิภาพมากที่สุดในการแยกแยะปัญหาการให้ถามคำถามเดียวจะเป็นการทำนายให้ผู้ป่วยและครอบครัวสะท้อนคิดถึงปัญหาที่สำคัญที่สุดที่กำลังเผชิญอยู่ ทำให้พยาบาลทราบปัญหา และความต้องการที่แท้จริงของผู้ป่วย และครอบครัว (Wright &amp; Bell, 2009)</li> </ul> |

| วัตถุประสงค์                                                                                                                                               | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | เวลา                          | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                                    | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| - เพื่อให้ผู้ป่วย<br>เบาหวาน<br>และครอบครัว<br>สามารถค้นหา<br>เปิดเผย ความเชื่อ<br>และแยกแยะ<br>ความเชื่อเกี่ยวกับ<br>พฤติกรรม การดูแลสุขภาพ<br>สุขภาพเท้า | <p>2.2 เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว ได้เล่าเรื่องราวเกี่ยวกับ การดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน โดยใช้คำถามปลายเปิดดังนี้ ถามผู้ป่วย และครอบครัว “จากการที่พูดคุยกันครั้งนี้แล้ว นำไปปฏิบัติแล้ว เกิดผลอย่างไร”</p> <p>2.3 ผู้วิจัยกับผู้ป่วย และครอบครัวพูดคุยถึงความสามารถของตนเอง และ ครอบครัวเกี่ยวกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวานที่เกิดขึ้น ในครอบครัว โดยกระตุ้นให้ผู้ป่วย และครอบครัว ได้เล่า และเปิดเผยความรู้สึก เกี่ยวกับพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท้าที่เกิดขึ้น โดยใช้แนวคำถามดังนี้ “คุณ (ผู้ป่วยเบาหวาน) มีความเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการรักษาที่คุณ ได้รับจากสถาน บริการสุขภาพ”</p> <p>“ทุกวันนี้คุณ (ผู้ป่วยเบาหวาน) ดูแลเท้า อย่างไรบ้าง อาทิเช่น การรักษาความ สะอาด การตรวจเท้า การระมัดระวังการเกิดแผล การบริหารเท้า การนวดเท้า”</p> <p>“คุณ (ครอบครัว) อยากให้ผู้ป่วยเบาหวานดูแลเท้า อย่างไรบ้าง”</p> <p>“คุณ (ครอบครัว) ช่วยเหลือเกี่ยวกับการดูแลเท้าของผู้ป่วย อย่างไรบ้าง”</p> <p>ใช้คำถามเจาะลึก ดังนี้ “หลังจากคุณ (ครอบครัว) ช่วยทำแล้ว เป็นอย่างไรบ้าง”</p> | <p>10 นาที</p> <p>10 นาที</p> | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> | <p>- การประเมินผู้ป่วย และครอบครัว โดยใช้คำถามปลายเปิด (Opened Questioning) เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้ป่วย และครอบครัวมีส่วนร่วมในการสนทนามากที่สุด สามารถตอบคำถาม ได้อย่างอิสระ เกิดความชัดเจนของข้อมูล (Wright &amp; Bell, 2009)</p> <p>- ความเชื่อเกี่ยวกับความเจ็บป่วย และการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวานว่าปฏิบัติได้ถูกต้องหรือไม่ เป็นการให้ผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวบอกเล่าเรื่องราวความคิด ความเชื่อ ในการปฏิบัติพฤติกรรมในการดูแลสุขภาพเท้าว่าปฏิบัติตัว ได้ถูกต้องหรือไม่ โดยการที่ผู้ป่วย และครอบครัวบอกเล่าเรื่องราวความคิด และเรื่องราวความ คิด ในการปฏิบัติพฤติกรรมตนเองของผู้ป่วยเบาหวานตามความเชื่อความเจ็บป่วย (Wright &amp; Bell, 2009)</p> |

| วัตถุประสงค์                                                                                                    | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | เวลา    | สื่อ-อุปกรณ์                                            | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- ผู้ป่วย และครอบครัว สามารถปรับเปลี่ยนความเชื่อที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน</p> | <p>2.4 ความเชื่อที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน ผู้วิจัยจะถามเจาะลึกเพื่อให้ได้ข้อมูลเพิ่มเติม โดยกระตุ้นให้ผู้ช่วยเบาหวาน และครอบครัวตอบคำถามดังแนวคำถามนี้</p> <p>“ดิฉันชื่นชมครอบครัวของคุณ (ผู้ป่วย) มาก ที่ดูแลเอาใจใส่สุขภาพของคุณ (ผู้ป่วย) ในการดูแลสุขภาพเท่าเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่เท่า ๆ ที่มีการงานที่ต้องรับผิดชอบมาก”</p> <p>“คุณ (ครอบครัว) คิดว่า เขา (ผู้ป่วย) ดูแลเท่าแบบนี้ ทำให้เกิดผลอะไรบ้าง”</p> <p>“มีเหตุผลอะไรที่เขา (ผู้ป่วย) ทำแบบนี้”</p> <p>“คุณ (ผู้ป่วย) คิดอะไร ถึงดูแลเท่าแบบนี้”</p> <p>- ให้ข้อมูลเรื่องการปฏิบัติพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน การสนับสนุนของครอบครัวในการส่งเสริมการปฏิบัติพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน แนวทางการส่งเสริมการปฏิบัติพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวานที่เหมาะสม</p> | 10 นาที | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> | <p>ครอบครัวรับทราบถึงปัญหา และอุปสรรค เพื่อสามารถจัดสิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน</p> <p>- การใช้เทคนิค วิธีการต่าง ๆ เช่น การชื่นชม การถามคำถาม การเสนอเรื่องเล่าที่มีประโยชน์ การพูดในสิ่งที่ครอบครัวไม่สามารถพูดได้ ฯลฯ เป็นการเชิญให้ผู้ป่วยและครอบครัวสะท้อนคิด และเปิดช่องว่างสำหรับความเชื่อใหม่ (Wright &amp; Bell, 2009) นำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงความเชื่อที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรม การดูแลสุขภาพของผู้ป่วยเบาหวาน</p> |

| วัตถุประสงค์ | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | เวลา    | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                                                                                                                                                                                     | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              | <p>- ผู้วิจัยเสนอข้อมูล เล่าเรื่องราวจากงานวิจัย และกรณีศึกษา แนวปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกรมการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง และเหมาะสม ก่อนให้เกิดผลทางบวก สามารถป้องกันภาวะแทรกซ้อนที่ทำได้ ประโยชน์ที่ผู้ป่วย และครอบครัว ได้รับมีผลตามมาอย่างไรบ้าง ดังแนวคำถามนี้</p> <p>“ดิฉันได้ทราบข้อมูลของผู้ป่วยเบาหวานคนหนึ่ง ไปพบแพทย์ด้วยอาการเท้าชาพอไปตรวจร่างกายกับแพทย์ แพทย์วินิจฉัยว่าเป็นโรคเบาหวาน ผู้ป่วยวิตกกังวลทางครอบครัวได้ให้กำลังใจ คอยสนับสนุนกระตุ้นเตือนให้ผู้ป่วยดูแลรักษาความสะอาดเท้า และซับเท้าให้แห้ง คอยตรวจเท้าให้ผู้ป่วย ระวังอันตรายไม่ให้เกิดแผลโดยกระตุ้นเตือนให้ผู้ป่วยสวมรองเท้าที่มีลักษณะหุ้มเท้าตลอดทั้งใน บ้าน และนอกบ้าน ช่วยตัดเล็บเท้าให้ คอยนวดเท้า และกระตุ้นเตือนให้ผู้ป่วยบริหารเท้าตลอด กระตุ้นเตือนไม่ให้ผู้ป่วยแช่เท้าใน น้ำอุ่นหรือน้ำธรรมดา จากผลของการดูแลเอาใจใส่ของครอบครัว ทำให้ผู้ป่วยสามารถดูแลสุขภาพเท้าของตนเองได้อย่างถูกต้อง และเหมาะสม และไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนที่เท้า”</p> | 10 นาที | <ul style="list-style-type: none"> <li>- เครื่องบันทึกเสียง</li> <li>- สมุดสำหรับจดบันทึก</li> <li>- คู่มือการดูแลสุขภาพเท้า</li> <li>- ผลงานวิจัย</li> <li>- เกี่ยวกับการปฏิบัติพฤติกรรมกรมการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน</li> <li>- และครอบครัว</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- การใช้ผลที่ได้จากการวิจัยหรือการใช้กระบวนการวิจัยในการทำทนาย และเปลี่ยนแปลงความเชื่อ ซึ่งการนำเสนอข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้เป็นการเปิดโอกาสให้สมาชิกครอบครัวรับฟังความรู้ใหม่ ๆ อาจเกิดการยอมรับ และปรับเปลี่ยนวิธีการแก้ปัญหา (Wright &amp; Bell, 2009)</li> <li>- การเสนอข้อมูลเป็นการตอบสนองทางสติปัญญาการรับรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน เพื่อนำไปสู่การรับรู้ที่ถูกต้องและนำไปเป็นทางเลือกในการแก้ไขปัญหในการเท้า และเปลี่ยนแปลงความเชื่อได้อย่างถูกต้อง และเหมาะสม</li> </ul> |



| วัตถุประสงค์ | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | เวลา    | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              | <p>4. สรุปผลการสนทนากับผู้ช่วยเบหาวาน และครอบครัว โดยการสรุปเนื้อหาที่พูดคุยกันในวันนี้</p> <p>- ให้นำกลับบ้านไป คือให้แต่ละคนไปลองทำกิจกรรมส่งเสริมการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบหาวานที่เหมาะสมกับบริบทของครอบครัวที่บ้าน และให้ลงบันทึกการปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบหาวานลงในสมุดคู่มือการดูแลสุขภาพเท้า</p> <p>- นัดผู้ช่วยเบหาวาน และครอบครัว ครั้งต่อไป โดยบันทึกวันที่นัดหมาย</p> | 10 นาที | <ul style="list-style-type: none"> <li>- เครื่องบันทึกเสียง</li> <li>- สมุดคำหับ</li> </ul> | <p>- การให้ครอบครัววางแผนกิจกรรมในการทำสิ่งต่าง ๆ เป็นกิจกรรมการพยาบาลเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรม (Wright &amp; Bell, 2009) ที่ช่วยให้ครอบครัวมีเป้าหมายในการทำสิ่งต่าง ๆ และการให้ครอบครัวลองนำไปปฏิบัติจริงนั้น ถือเป็น การฝึกทักษะ และสร้างประสบการณ์ใหม่แก่ครอบครัว ซึ่งสามารถนำไปสู่การปฏิบัติที่เหมาะสมได้ (อุมพร ตรีงคสมบัติ, 2544)</p> |

พบกันครั้งที่ 3 (สนทนากลุ่ม 5 ครอบครัว)

| วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                                                                | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | เวลา   | สื่อ-อุปกรณ์                                            | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวาน และผู้วิจัย ร่วมกัน สร้างบริบทให้เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับการปฏิบัติกรรมผู้ป่วยเบาหวานในการดูแลสุขภาพเท้า</p> <p>- เพื่อให้ทราบถึงปัญหาและความต้องการที่แท้จริงของผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว</p> | <p>1. สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว</p> <p>1.1 ผู้วิจัย ไปพบผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวที่ศาลากลางบ้านในชุมชน กล่าวทักทายด้วยน้ำเสียงสุภาพอ่อนโยน ทำกิจกรรมนันทนาการเพื่อให้เกิดความผ่อนคลาย เป็นกันเอง</p> <p>2. ดำเนินการสนทนากลุ่ม</p> <p>2.1 ใช้ One Question โดยให้ครอบครัวถามคำถามที่ต้องการทราบเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน 1 คำถาม โดยใช้คำถาม เชื้อเชิญให้ครอบครัวถามคำถาม เช่น “ถ้ามีคำถาม 1 คำถามให้คุณถามในวันนี้ คุณอยากจะถามอะไรมากที่สุดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน”</p> | 5 นาที | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> | <p>- การสร้างสัมพันธภาพเป็นขั้นตอนแรกที่สำคัญ จะต้องสร้างให้เกิดขึ้น และคงไว้ตลอดช่วงให้การพยาบาล พยาบาลจะต้องมีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัว เพื่อช่วยพัฒนาความไว้วางใจของครอบครัวต่อพยาบาล และส่งเสริมความร่วมมือที่ระหว่างครอบครัว และพยาบาล</p> <p>- การกระตุ้นให้ครอบครัวถามหนึ่งคำถามที่ต้องการคำตอบ (One Question) เป็นวิธีการใช้ และมีประสิทธิภาพมากที่สุดในการแยกแยะปัญหา การถามคำถามเดียวจะเป็นการทำทนายให้ผู้ป่วย และครอบครัวสะท้อนคิดถึงปัญหาที่สำคัญที่สุดที่กำลังเผชิญอยู่ ทำให้พยาบาลทราบปัญหา และความต้องการที่แท้จริงของผู้ป่วย และครอบครัว (Wright &amp; Bell, 2009)</p> |

| วัตถุประสงค์                                                                                                                     | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | เวลา    | สื่อ-อุปกรณ์                                            | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว สามารถค้นหา เปิดเผย ความเชื่อ และแยกแยะ ความเชื่อเกี่ยวกับ พฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท่า</p> | <p>2.2 เปิดโอกาสให้ผู้ป่วย และครอบครัว ได้เล่าระบายนความรู้สึที่ เกิดขึ้นเกี่ยวกับการสนทนาค้างนี้หลังจากที่ผู้ป่วย ได้ปฏิบัติดูแลทำ ผู้ป่วยได้เรียนรู้ว่า เราบ้างหลังจากพบกันครั้งที่แล้ว โดยกระตุ้นให้ผู้ป่วย เบาหวาน และครอบครัวตอบคำถาม ให้ใช้คำถามปลายเปิดดังนี้ “จากครั้งที่แล้วที่ให้การบ้านไป คือให้แต่ละคน ไปลองทำกิจกรรม ส่งเสริมการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท่าของผู้ป่วย เบาหวานที่เหมาะสมกับบริบทของครอบครัวที่บ้าน และให้ลงบันทึก การปฏิบัติกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท่าของผู้ป่วย เบาหวานลงในสมุดคู่มือการดูแลสุขภาพเท่าด้วยนั้น ได้ทำหรือเปล่าคะ ถ้าได้ทำ ทำอย่างไรบ้าง ให้แต่ละครอบครัวช่วยเล่าให้กลุ่มฟังหน่อยค่ะ” ถ้าพบว่าผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวมีการปฏิบัติพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท่าไปในทางบวก ผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวก โดยกล่าวชมเชย ชื่นชมศักยภาพของผู้ป่วย และครอบครัว พร้อมทั้งกระตุ้นให้ ผู้ป่วย และครอบครัวปฏิบัติต่อไป ตามผู้ป่วย และครอบครัว “ถ้าไม่ได้ ทำมีปัญหา และอุปสรรคอะไรบ้าง” ตามผู้ป่วย และครอบครัว “แล้วจะทำอย่างไรต่อไป ทั้งผู้ป่วย และครอบครัว”</p> | 20 นาที | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> | <p>- เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว ได้เปิดเผยความเชื่อความเชื่อเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท่า โดยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้ แนวทางการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเท่า การให้ข้อมูล การชื่นชม การท้าทายความเชื่อ และการปฏิบัติ จะส่งผลให้ผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว เห็นความสำคัญ และนำไปปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเท่า เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด และ ความเชื่อที่มีต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท่าที่ส่งเสริมให้เกิดความสำนึก และ นำไปสู่การปฏิบัติ คือ ผู้ป่วยเบาหวาน ชนิดที่ 2 และครอบครัวมีการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมสุขภาพสามารถดูแลสุขภาพเท่าได้อย่างเหมาะสม (Wright &amp; Bell, 2009)</p> |

| วัตถุประสงค์                                                                                               | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | เวลา    | สื่อ-อุปกรณ์                                                                  | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| - เพื่อสร้างความเชื่อมั่นต่อการเปลี่ยนแปลงที่ดี                                                            | 2.3 ชื่นชมครอบครัวสำหรับการเปลี่ยนแปลงที่ดีในทางส่งเสริม พฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 5 นาที  | - เครื่องบันทึกเสียง<br>- สมุดสำหรับจดบันทึก                                  | - การชื่นชมครอบครัวสำหรับการเปลี่ยนแปลงที่ดี ช่วยให้ครอบครัวรู้สึกถึงความดีความสามารถของตนเอง เพิ่มความมั่นใจในความสามารถของครอบครัว ที่นำไปสู่การปฏิบัติที่เหมาะสมต่อไป (Wright & Bell, 2009)<br>- ครอบครัวรับทราบถึงปัญหา และอุปสรรคเพื่อสามารถจัดสิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน |
| - ผู้ป่วย และครอบครัวสามารถปรับเปลี่ยนความเชื่อที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน | 2.4 เมื่อผู้ป่วย และครอบครัว มีความเชื่อที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน ผู้วิจัยจะถามเจาะลึกเพื่อให้ได้ข้อมูลเพิ่มเติม และผู้วิจัยใช้เทคนิคการสนทนา เสนอข้อมูลเรื่องราว เพื่อการปรับเปลี่ยนความเชื่อให้ผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวสามารถดูแลสุขภาพเท้าได้อย่างถูกต้อง และเหมาะสม<br>“ขอให้แต่ละครอบครัวบอกเล่าการทดลองปฏิบัติในกิจกรรมแต่ละครั้งเกี่ยวกับกรดูแลสุขภาพเท้า อาทิเช่น การรักษาความสะอาด การตรวจเท้า การระมัดระวังการเกิดแผล การบริหารเท้า การนวดเท้า ฯลฯ” ใครทำได้ ใครมีปัญหาทำไม่ได้ ได้ทดลองปฏิบัติแล้ว เกิดผลอย่างไรบ้าง” | 10 นาที | - เครื่องบันทึกเสียง<br>- สมุดสำหรับจดบันทึก<br>- สมุดคู่มือการดูแลสุขภาพเท้า | - การใช้เทคนิค วิธีการต่าง ๆ เช่น การชื่นชม การถามคำถาม การเสนอเรื่องเล่าที่มีประโยชน์ ฯลฯ เป็นการเชื่อเชิญให้ผู้ป่วย และครอบครัวสะท้อนคิดและเปิดช่องว่างสำหรับความเชื่อใหม่ (Wright & Bell, 2009) นำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงความเชื่อที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพเท้าของผู้ป่วยเบาหวาน                       |

| วัตถุประสงค์ | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | เวลา | สื่อ-อุปกรณ์ | เหตุผลเชิงทฤษฎี |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------|-----------------|
|              | <p>- ถ้าพบว่าไม่มีใครมีปัญหาหลังจากทดลองปฏิบัติแล้วทำไมได้<br/>ผู้วิจัย ผู้ป่วย และครอบครัว ต้องช่วยกันปรับเปลี่ยนให้เป็น<br/>ความเชื่อที่เป็นผลให้เกิดความสำเร็จ โดยให้คำถาม เช่น<br/>“มีปัญหาคำถามอะไรที่จะช่วยให้เราทำได้”<br/>“ขอให้กลุ่มช่วยกันหาแนวทางการแก้ไขปัญหานั้นที่ไม่ได้จากการดูแลเท่า”</p> <p>- จากนั้นผู้วิจัยสรุปแนวทางการแก้ไขปัญหาคำถามที่<br/>ผู้ป่วย และครอบครัวควรรู้ไปปฏิบัติ และทำความเข้าใจ<br/>ปฏิบัติต่อไป</p> <p>- ผู้วิจัยพูดชื่นชม และชี้แจง ความเป็นประโยชน์<br/>ความสามารถของบุคคล และครอบครัวในการปรับเปลี่ยน<br/>ความเชื่อที่เป็นอุปสรรคต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพทำของ<br/>ผู้ป่วยเบาหวาน และผู้วิจัยกระตุ้นให้เกิดการปฏิบัติตาม<br/>ต่อไป</p> |      |              |                 |

| วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                  | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | เวลา                                         | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                 | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วย และครอบครัวสามารถแยกแยะความแตกต่างของการเปลี่ยนแปลงและส่งเสริมความเชื่อที่เอื้อต่อการเปลี่ยนแปลงเพื่อ</p> <p>ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การดูแลสุขภาพเท่าของ ผู้ป่วยเบาหวาน</p> | <p>2.5 ผู้วิจัยกับผู้ป่วยและครอบครัวร่วมกันประเมินการเปลี่ยนแปลงความเชื่อจากการพูดคุยที่ผ่านมา</p> <p>“หลังจากได้ทดลองปฏิบัติการกิจกรรมการดูแลเท่าที่เราได้พูดคุยกันตลอด คุณมีการเปลี่ยนแปลงดีขึ้น อย่างไรบ้าง”</p> <p>“มีผลต่อครอบครัวคุณอย่างไรบ้างคะ” ในกรณีของผู้ป่วย และครอบครัว</p> <p>บอกเล่าถึงการเปลี่ยนแปลงนั้นผู้วิจัยกระตุ้นถามต่อเพื่อให้เข้าใจการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัว</p> <p>3. การสะท้อนคิดเกี่ยวกับการสนทนابقบัด</p> <p>- เปิดโอกาสให้ผู้ป่วยและครอบครัวสะท้อนคิดเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท่า และเมื่อผู้ป่วย และครอบครัวบอกเล่าถึงการเปลี่ยนแปลงในทางบวก ผู้วิจัยให้คำขย่งชมเชยเสริมแรงบวกจากนั้นสรุปเนื้อหาที่พูดคุยกันวันนี้</p> <p>4. จากนั้นสรุปเนื้อหาที่พูดคุยทั้งหมดที่ผ่านมา และนัดผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวครั้งต่อไป โดยบันทึกวันที่นัดหมาย ให้การบ้าน โดยแต่ละครอบครัวสรุปการเปลี่ยนแปลงทางการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเท่าทำให้เกิดผลอย่างไรบ้างทั้งผลดี ผลเสีย แล้วบันทึกในคู่มือการดูแลเท่า</p> | <p>10 นาที</p> <p>10 นาที</p> <p>10 นาที</p> | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> <p>- สมุดคู่มือการดูแลสุขภาพเท่า</p> | <p>- เป็นการพูดคุยเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นเพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น การปรับเปลี่ยนความเชื่อ และพฤติกรรม เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวคงไว้ซึ่งพฤติกรรม และการปฏิบัติที่ดีนั้น (Wright &amp; Bell, 2009)</p> |

พบกันครั้งที่ 4 (สนทนากลุ่ม)

| วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                                                                                                 | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | เวลา   | สื่อ-อุปกรณ์                                              | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวาน และผู้วิจัย ร่วมกัน ครอบครัวยุติ และผู้วิจัย ร่วมกัน สร้างบริบทให้เอื้อต่อการ ปรับเปลี่ยนความเชื่อเกี่ยวกับ พฤติกรรมผู้ป่วยเบาหวานใน การดูแลสุขภาพเท้า</p> <p>- เพื่อให้ทราบถึงปัญหา และ ความต้องการที่แท้จริงของ ผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว</p> | <p>1. สร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับผู้ป่วย เบาหวาน และครอบครัว</p> <p>1.1 ผู้วิจัยไปพบผู้ป่วยเบาหวาน และ ครอบครัวที่ศาลากลางบ้านในชุมชน กล่าวทักทายด้วยน้ำเสียงสุภาพอ่อนโยน ทำ กิจกรรมนันทนาการเพื่อให้เกิดความผ่อนคลาย เป็นกันเอง</p> <p>2. ดำเนินการสนทนากลุ่ม</p> <p>2.1 ใช้ One Question โดยให้ครอบครัวถาม คำถามที่ต้องการทราบเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ เท้าของผู้ป่วยเบาหวาน 1 คำถาม โดยใช้คำถาม เชื้อเชิญให้ครอบครัวถามคำถาม เช่น “ถ้ามี คำถาม 1 คำถามให้คุณถามในวันนี้ คุณอยากจะ ถามอะไรมากที่สุดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท้า ของผู้ป่วยเบาหวาน”</p> | 5 นาที | <p>- เครื่อง บันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับ จดบันทึก</p> | <p>- การสร้างสัมพันธภาพเป็นขั้นตอนแรกที่สำคัญ จะต้องสร้างให้เกิดขึ้น และคงไว้ตลอดช่วงให้การ พยาบาล พยาบาลจะต้องมีสัมพันธภาพที่ดีกับครอบครัว เพื่อช่วยพัฒนาความไว้วางใจของครอบครัวต่อพยาบาล และส่งเสริมความร่วมมือที่ระหว่างครอบครัว และ พยาบาล</p> <p>- การกระตุ้นให้ครอบครัวถามหนึ่งคำถามที่ต้องการ คำตอบ (One Question) เป็นวิธีการใช้ และมี ประสิทธิภาพมากที่สุดในการแยกแยะปัญหา การให้ ถามคำถามเดียวจะเป็นการทำทนายให้ผู้ป่วย และ ครอบครัวด้วยตนเองถึงปัญหาที่สำคัญที่สุดที่กำลัง เผชิญอยู่ ทำให้พยาบาลทราบปัญหา และความต้องการ ที่แท้จริงของผู้ป่วยและครอบครัว (Wright &amp; Bell, 2009)</p> |

| วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                              | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | เวลา    | สื่อ-อุปกรณ์                                            | เหตุผลเชิงทฤษฎี                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วยเบาหวาน และสามารถ</p> <p>ครอบครัว เปิดเผย</p> <p>ค้นหา เปิดเผย</p> <p>ความเชื่อ และ</p> <p>แยกแยะความเชื่อ</p> <p>เกี่ยวกับพฤติกรรม</p> <p>การดูแลสุขภาพ</p> <p>ของผู้ป่วยเบาหวาน</p> | <p>2.2 เปิดโอกาสให้ผู้ช่วยเบาหวาน และครอบครัว ได้เล่าเรื่องราวความรู้สึก และสิ่งที่ปฏิบัติเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเท่าที่ถึงความสามารถเปลี่ยนแปลงทางปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเท่าที่ โดยกระตุ้นให้ผู้ช่วยเบาหวาน และครอบครัวตอบคำถาม ดังแนบคำถามนี้</p> <p>“จากครั้งที่แล้วที่ให้การบ้านไป คือให้แต่ละครอบครัวสรุปการเปลี่ยนแปลงทางการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเท่า ที่ทำให้เกิดผลอย่างไบบ้าง ทั้งผลดี ผลเสีย แล้วบันทึกในคู่มือการดูแลสุขภาพเท่าที่ช่วยนั้น ได้ทำหรือเปล่าคะ ถ้าได้ทำ ทำอย่างไรบ้าง ให้แต่ละครอบครัวช่วยเล่าให้กลุ่มฟังหน่อยคะ” ถ้าพบว่าผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวมีการปฏิบัติพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท่าที่ไปในทางบวก ผู้วิจัยให้แรงเสริมทางบวก โดยกล่าวชมเชย ชื่นชมศักยภาพของผู้ป่วย และครอบครัว พร้อมทั้งกระตุ้นให้ผู้ช่วย และครอบครัวปฏิบัติตามไป</p> | 10 นาที | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> | <p>- เปิดโอกาสให้ผู้ช่วยเบาหวาน และครอบครัว ได้เปิดเผยความเชื่อภายในการดูแลสุขภาพเท่าที่ โดยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ความรู้ แนวทางการปฏิบัติในการดูแลสุขภาพเท่าที่ การให้ข้อมูล การชื่นชม การท้าทายความเชื่อ และการปฏิบัติ จะส่งผลให้ผู้ช่วยเบาหวาน และครอบครัวเห็นความสำคัญ และนำไปปฏิบัติในการดูแลเท่าที่ เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด และความเชื่อที่มีต่อพฤติกรรมดูแลสุขภาพเท่าที่ส่งเสริมให้เกิดความสำนึก และนำไปสู่การปฏิบัติคือ ผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 และครอบครัวมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพสามารถดูแลสุขภาพเท่าได้อย่างเหมาะสม (Wright &amp; Bell, 2009)</p> |





| วัตถุประสงค์                                                                                                                                                                                                 | กิจกรรม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | เวลา    | สื่อ-อุปกรณ์                                                                                                                                                        | เหตุผลเชิงทฤษฎี |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|
| <p>- เพื่อให้ผู้ป่วย และครอบครัวตระหนักถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น</p> <p>ที่เกิดจาก</p> <p>การปรับเปลี่ยน</p> <p>ความเชื่อ และพฤติกรรมเพื่อให้ผู้ป่วย และครอบครัวคงไว้ซึ่งพฤติกรรม และปฏิบัติที่ดีนั้น</p> | <p>- โดยการจำลองการเปลี่ยนแปลงเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี ilar จะได้รับการชื่นชม ผู้วิจัยให้คำยอชมเชยเสริมแรงบวก โดยชื่นชมยินดีระหว่างกัน ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ประกาศชัยชนะว่าผู้ป่วย และครอบครัวสามารถทำได้ เพื่อให้สิ่งเหล่านั้นดำเนินต่อไปให้เกิดการปฏิบัติอย่างยั่งยืนต่อไป</p> <p>- การเผยแพร่ความสำเร็จในการเปลี่ยนแปลง โดยการนำรูปแบบการเปลี่ยนแปลงในครอบครัวที่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาหรือการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี โดยเปิดโอกาสให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในแต่ละครอบครัวได้บอกเล่าประสบการณ์ในการดูแลสุขภาพ</p> <p>เท่าที่นำรูปแบบการเปลี่ยนแปลงในครอบครัวที่ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาหรือการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีที่ได้รับกับครอบครัวอื่นที่มีบริบทคล้ายกัน</p> <p>3. การสะท้อนคิด กระตุ้นให้กลุ่มผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัว สรุปผลการสนทนานำมาใช้ในการปรับเปลี่ยนความเชื่อต่อการดูแลสุขภาพเท่า</p> <p>4. กลุ่มร่วมกันสรุป สิ่งดีที่ผู้ป่วย และครอบครัวจะนำกลับไปปฏิบัติ</p> <p>5. ผู้วิจัยสรุปผลการเปลี่ยนแปลง/ การปฏิบัติ จากการที่พูดคุยทั้งหมดที่ผ่านมา ขอบคุณผู้ป่วยเบาหวาน และครอบครัวที่เข้าร่วมการวิจัย</p> <p>6. ทำ Post-Test พฤติกรรมสุขภาพเท่าของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 และครอบครัวผู้ป่วยตามแบบประเมินชุดเดิม ยกเว้นข้อมูลส่วนบุคคล</p> <p>7. ดำเนินการปิดสัมมนา</p> | 20 นาที | <p>- เครื่องบันทึกเสียง</p> <p>- สมุดสำหรับจดบันทึก</p> <p>- แบบประเมินสุขภาพเท่า</p> <p>- แบบสัมภาษณ์</p> <p>- แบบวัดพฤติกรรม</p> <p>- คู่มือการดูแลสุขภาพเท่า</p> |                 |
|                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 30 นาที |                                                                                                                                                                     |                 |