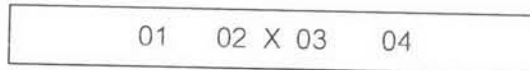


### บทที่ 3

#### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบ Pre-experimental research โดยใช้กลุ่มตัวอย่างหนึ่งกลุ่ม เนื่องจากการศึกษาสภาพของแหล่ง (Setting) ที่ทำการวิจัยในครั้งนี้เป็นสถานสงเคราะห์คนชราที่มีลักษณะปิดคือ ผู้สูงอายุที่รับการสงเคราะห์ทุกคนมีการดำเนินชีวิตร่วมกัน และได้รับการปฏิบัติด้านการให้บริการอย่างเท่าเทียมกัน จึงเป็นการยากที่จะดำเนินการทดลองแบบมีกลุ่มเปรียบเทียบ ซึ่งอาจทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกถูกเลือกปฏิบัติได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงทำการเลือกการวิจัยแบบกึ่งทดลอง ชนิดกลุ่มเดียวแต่ทำการวัดซ้ำ 4 ครั้ง ตามช่วงเวลาที่กำหนด (One group repeated measures) โดยทำการวัดก่อนการทดลอง 2 ครั้ง ห่างกัน 4 สัปดาห์และหลังการทดลอง 2 ครั้งห่างกัน 4 สัปดาห์ เพื่อเป็นการยืนยันที่ให้ผลที่ชัดเจนขึ้น (Polit and Beck, 2004) ซึ่งในช่วง 4 สัปดาห์ระหว่างการวัดแต่ละครั้งผู้วิจัยได้จัดให้กลุ่มตัวอย่างดำเนินชีวิตตามปกติในสถานสงเคราะห์ ดังสรุปแบบของการทดลองคือ

#### แบบการทดลอง



- 01 หมายถึง การวัดก่อนการทดลองครั้งที่ 1
- 02 หมายถึง การวัดก่อนการทดลองครั้งที่ 2
- X หมายถึง โปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม
- 03 หมายถึง การวัดหลังการทดลองครั้งที่ 1
- 04 หมายถึง การวัดหลังการทดลองครั้งที่ 2

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

##### ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ผู้สูงอายุที่พักอาศัยในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุวาสนะเวศม์ จ. พระนครศรีอยุธยา ที่มีความว่าหวในระดัปลานกลางถึงสูง

### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้สูงอายุทั้งเพศชายและเพศหญิงที่พักอาศัยในศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุวาระเวศม์ จ. พระนครศรีอยุธยา ที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เพื่อเข้าร่วมการทดลองดังนี้

1. มีอายุเท่ากับ หรือมากกว่า 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป ทั้งเพศชายและเพศหญิง
2. ไม่มีการเจ็บป่วยรุนแรง และมีสภาพร่างกาย ที่ไม่เป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม
3. มีการรับรู้เกี่ยวกับเวลา สถานที่ และบุคคลถูกต้อง โดยใช้แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย (Mini-Mental State Examination-Thai : MMSE-T 2002) ที่แปลและพัฒนาขึ้นโดยสถาบันเวชศาสตร์ผู้สูงอายุ กรมการแพทย์ โดยเกณฑ์การวัดระดับคะแนนสำหรับบุคคลที่อยู่ในภาวะปกติ ไม่มีสมองเสื่อม ใช้เกณฑ์ดังนี้
  - 3.1 ผู้สูงอายุที่ไม่ได้รับการศึกษา อ่านไม่ออกเขียนไม่ได้ ต้องมีระดับคะแนนไม่ต่ำกว่า 14 คะแนน ในคะแนนเต็ม 23 คะแนน
  - 3.2 ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาในระดับประถมศึกษา ต้องมีระดับคะแนนไม่ต่ำกว่า 17 คะแนน ในคะแนนเต็ม 30 คะแนน
  - 3.3 ผู้สูงอายุที่มีการศึกษาสูงกว่าระดับประถมศึกษา ต้องมีระดับคะแนนไม่ต่ำกว่า 22 คะแนน ในคะแนนเต็ม 30 คะแนน
4. ไม่เป็นโรคจิตหรือโรคประสาท สามารถตอบได้ สื่อความหมายเข้าใจกันได้
5. ผ่านการประเมินระดับความจำเหว่ โดยเป็นผู้ที่มีคะแนนความจำเหว่อยู่ในระดับปานกลางถึงระดับสูง คือมีคะแนนเฉลี่ยความจำเหว่ตั้งแต่ 2.01 ถึง 4.00 (ค่าคะแนนเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 4.00 คะแนน ค่าคะแนนเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 1.00 คะแนน) จากการประเมินโดยใช้แบบวัดความจำเหว่ที่ผู้วิจัยได้ปรับปรุงจากแบบวัดความจำเหว่ของวัลลภา โคสิตานนท์ (2542)
6. ยินดีให้ความร่วมมือในการวิจัย ตามแบบการขอความร่วมมือเป็นผู้ให้ข้อมูลการวิจัย และคำให้การคุ้มครองสิทธิ์

### ขั้นตอนการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

1. ผู้วิจัยประสานงานกับหน่วยงานราชการต้นสังกัดสถานสงเคราะห์คนชราคือ กรมพัฒนาการจัดสวัสดิการ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เพื่อขออนุญาตทำการทดลองและ

เก็บข้อมูล ณ ศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุวาระศร ๖. พระนครศรีอยุธยา แล้วจึงประสานงานกับผู้อำนวยความสะดวกศูนย์ฯ ซึ่งแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย และลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการศึกษา เพื่อขอรายชื่อผู้สูงอายุที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่ต้องการ ได้ผู้สูงอายุทั้งสิ้น 76 คน ในวัน เวลา ที่จะพบผู้สูงอายุเพื่อคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง

2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยและขอความร่วมมือกับผู้สูงอายุตามที่นัดหมายไว้

2.1 ทดสอบสมรรถภาพสมองโดยใช้แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย (Mini-Mental State Examination-Thai : MMSE-T 2002)

2.2 ประเมินระดับความจำเหว่ โดยใช้แบบวัดความจำเหว่ที่ผู้วิจัยได้ปรับปรุงจากแบบวัดความจำเหว่ของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ของ วัลลภา โคสิดานนท์ (2542) โดยจะใช้วิธีการสัมภาษณ์โดยตรงกับตัวผู้สูงอายุ ภายหลังจากประเมินหากพบว่าผู้สูงอายุรายใดมีคะแนนความจำเหว่ในระดับปานกลางถึงสูง และไม่ได้เข้าร่วมในโปรแกรมการลดความจำเหว่ ผู้วิจัยจะต้องดำเนินการส่งต่อกรณีที่เหมาะสมให้แก่บุคลากรที่เกี่ยวข้องในสถานสงเคราะห์ได้รับทราบ เพื่อดำเนินการให้การช่วยเหลือแก่ผู้สูงอายุรายนั้นๆ ต่อไป

3. คัดเลือกผู้สูงอายุที่คะแนนความจำเหว่ในระดับปานกลางถึงสูง ซึ่งมีจำนวน 52 คน สอบถามความสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัย ซึ่งมีผู้สูงอายุสมัครใจเข้าร่วมโครงการจำนวน 31 คน หลังจากนั้นผู้วิจัยแบ่งกลุ่มผู้สูงอายุในการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม ซึ่งกำหนดให้มีสมาชิกกลุ่มละ 8 ถึง 12 คน ทั้งนี้เพื่อให้ขนาดของกลุ่มมีความเหมาะสมในการปฏิบัติกิจกรรม และในการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มย่อย 3 กลุ่มตามความสมัครใจของผู้สูงอายุ ซึ่งสามารถแบ่งกลุ่มได้ดังนี้ คือ กลุ่มที่ 1 ผู้สูงอายุหญิงจำนวน 10 คน กลุ่มที่ 2 ผู้สูงอายุหญิงจำนวน 11 คน และกลุ่มที่ 3 ผู้สูงอายุชายจำนวน 10 คน

4. ผู้วิจัยอธิบาย ชี้แจงถึงรายละเอียดการเข้าร่วมโครงการวิจัย ดังนั้นในโครงการวิจัยนี้มีผู้สูงอายุที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง 31 คน และในระหว่างการทดลองมีผู้สูงอายุขอลงตัวไปจากการทดลองจำนวน 2 คน เนื่องจากมีปัญหาลักษณะสุขภาพ ดังนั้น ผู้สูงอายุที่เหลือเป็นกลุ่มตัวอย่างในการทดลองครั้งนี้ มีจำนวนทั้งสิ้น 29 คน

**เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างออกจากงานวิจัย (Exclusion criteria)**

1. ผู้สูงอายุที่มีความจำเหว่ในระดับต่ำ
2. ผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม

3. ผู้สูงอายุที่ไม่ชอบ และปฏิเสธการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม
4. ผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ตามระยะเวลาที่กำหนด

### การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยคำนึงถึงการยินยอมของกลุ่มตัวอย่างเป็นหลัก โดยชี้แจงพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง เริ่มจากการแนะนำตัวเอง ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย การรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาในการตอบแบบสอบถาม และประโยชน์จากการเข้าร่วมการทดลอง พร้อมทั้งชี้แจงให้ทราบถึงสิทธิของกลุ่มตัวอย่างในการตอบรับ หรือการปฏิเสธการเข้าร่วมการทดลอง ในระหว่างการวิจัยหากกลุ่มตัวอย่างไม่พอใจ หรือไม่ต้องการเข้าร่วมในการวิจัยต่อไป กลุ่มตัวอย่างสามารถบอกเลิกได้ นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างจะได้รับการชี้แจงว่า ข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ และเสนอผลการวิจัยเป็นภาพรวม ในระหว่างตอบแบบสอบถามหากมีข้อสงสัยเกี่ยวกับการทำวิจัยสามารถสอบถามจากผู้วิจัยได้ตลอดเวลา อีกทั้งผู้วิจัยแจ้งให้ผู้สูงอายุที่มีความว่าเหวระดับต่ำได้ทราบว่าจะมีการจัดกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มให้กับผู้สูงอายุที่สนใจภายหลังเสร็จสิ้นการวิจัย

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยเครื่องมือ 3 ชุด คือ

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการกำกับทดลอง

**ชุดที่ 1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย**

แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา สถานภาพการสมรส และระดับการศึกษา จำนวน 5 ข้อ

แบบวัดความจำเหวในผู้สูงอายุ เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยได้ปรับปรุงมาจากแบบวัดความจำเหวของวัลลภา โคลิตานนท์ (2542) ซึ่งได้พัฒนาขึ้นเพื่อใช้ในการประเมินความจำเหวของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ ผู้วิจัยได้ปรับปรุงและนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าจากหนังสือ วารสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวกับความจำเหวของผู้สูงอายุทั้งในและต่างประเทศ

2. ดำเนินการขอใช้เครื่องมือของ วัลลภา โคสิตานนท์ (2542) จากคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แบบวัดความจำเหวของผู้สูงอายุในการวิจัยนี้ ประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 24 ข้อ เป็นข้อคำถามทางบวกจำนวน 9 ข้อ และ ข้อคำถามทางลบจำนวน 15 ข้อ ลักษณะคำถามเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 4 ระดับตามแบบลิเคิร์ต (Likert scale) ตั้งแต่ บ่อยมากหรือเป็นประจำ บ่อย นานๆ ครั้ง และไม่เลย โดยกำหนดให้ผู้ตอบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียว มีความหมายของตัวเลือกดังนี้

บ่อยมากหรือเป็นประจำ	หมายถึง ผู้ตอบมีความรู้สึกกับข้อความนั้นทุกวันหรือเกือบทุกวัน
บ่อย	หมายถึง ผู้ตอบมีความรู้สึกกับข้อความนั้น 2-3 ครั้ง/ สัปดาห์
นานๆ ครั้ง	หมายถึง ผู้ตอบมีความรู้สึกนานๆ ครั้งกับข้อความนั้น
ไม่เลย	หมายถึง ผู้ตอบไม่มีความรู้สึกกับข้อความนั้น

ข้อคำถามทางบวกจำนวน 9 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 18, 19

ข้อคำถามทางลบจำนวน 15 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 3, 4, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 20, 21, 22,

23, 24

#### เกณฑ์การแบ่งคะแนน

กำหนดเกณฑ์ในการให้คะแนนแต่ละข้อคำถามดังนี้

ข้อความ	ข้อความทางบวก (คะแนน)	ข้อความทางลบ (คะแนน)
บ่อยมากหรือเป็นประจำ	1	4
บ่อย	2	3
นานๆ ครั้ง	3	2
ไม่เลย	4	1

ผู้วิจัยแบ่งคะแนนความจำเหวของผู้สูงอายุ ซึ่งมีจำนวน 24 ข้อ มีค่าอยู่ระหว่าง 24-96 คะแนน โดยใช้แบบอิงเกณฑ์ ประยุกต์จากหลักเกณฑ์โดยแบ่งตามค่าเฉลี่ยตามแบบของประคองกรรณสูต (2538) มีเกณฑ์การแบ่งคะแนนเป็น 3 ระดับ คือระดับ ต่ำ ปานกลาง สูง ซึ่งผู้วิจัยสามารถแปลคะแนนความจำเหวในผู้สูงอายุ ออกเป็น 3 ระดับดังนี้ คือ

#### คะแนนเฉลี่ย

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 3.01-4.00 หมายถึง

#### การแปลความหมาย

ความจำเหวของผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูง

คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 2.01-3.00 หมายถึง ความว่าเหวของผู้สูงอายุอยู่ในระดับปานกลาง  
 คะแนนเฉลี่ยระหว่าง 1.00-2.00 หมายถึง ความว่าเหวของผู้สูงอายุอยู่ในระดับต่ำ

#### การหาความตรงตามเนื้อหา (Content Validity)

1. ผู้วิจัยนำเครื่องมือที่ดัดแปลงขึ้น เสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ หลังจากนั้นจึงนำเครื่องมือไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญทางด้านการดูแลผู้สูงอายุเพื่อพิจารณาความถูกต้องเหมาะสมของข้อความ ความครอบคลุมถูกต้องของเนื้อหา และการใช้ภาษา จำนวน 5 คน ดังนี้

- 1.1 อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านจิตเวช 1 คน
- 1.2 อาจารย์พยาบาลผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลผู้สูงอายุ 1 คน
- 1.3 อาจารย์คณะจิตวิทยาผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาผู้สูงอายุ 1 คน
- 1.4 อาจารย์แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาและศิลปะบำบัด 1 คน
- 1.5 อาจารย์คณะศิลปกรรมศาสตร์ ผู้เชี่ยวชาญด้านกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุ

1 คน

โดยคณะผู้ทรงคุณวุฒิได้มีข้อเสนอแนะเพื่อปรับปรุงแบบวัดความว่าเหวสำหรับผู้สูงอายุ ดังนี้

- |            |  |
|------------|--|
| ข้อ 1 – 24 | ตัดคำว่าบ่อยใหม่ที่ ออกทุกข้อคำถาม                                     |
| ข้อ 23     | ปรับข้อคำถามเป็น ท่านรู้สึกที่ไม่อยากพูดกับใคร เพราะไม่ต้องการมีเรื่อง |
| ข้อ 24     | ปรับข้อคำถามเป็น ท่านรู้สึกอยากเก็บความไม่สบายใจไว้เอง โดยไม่เล่า      |

ให้คนอื่นฟัง

2. ผู้วิจัยได้ตรวจสอบหาความตรงตามเนื้อหา ของแบบวัดความว่าเหวสำหรับผู้สูงอายุ โดยนำมาหาค่าความตรงตามเนื้อหา (Content validity index : CVI) ซึ่งเป็นค่าที่แสดงถึงความตรงเชิงเนื้อหาและความครอบคลุมกับนิยามเชิงปฏิบัติการ และการใช้เกณฑ์ค่า CVI ไม่ต่ำกว่า 0.8 โดยคำนวณค่า CVI จากผลการพิจารณาความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับคำนิยามหรือกรอบทฤษฎี และกำหนดระดับการแสดงความคิดเห็นเป็น 4 ระดับ (Polit and Beck, 2004) ดังนี้

- 1 หมายถึง คำถามไม่สอดคล้องกับคำนิยามเลย
- 2 หมายถึง คำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนและปรับปรุงอย่างมาก จึงจะมีความสอดคล้องกับคำนิยาม
- 3 หมายถึง คำถามจำเป็นต้องได้รับการพิจารณาทบทวนและปรับปรุงเล็กน้อย จึงจะมีความสอดคล้องกับคำนิยาม

#### 4 หมายถึง คำถามมีความสอดคล้องกับคำนิยาม

หาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาจากสูตร

$$CVI = \frac{\text{จำนวนคำถามที่ผู้เชี่ยวชาญทุกคนให้ความคิดเห็นในระดับ 3 และ 4}}{\text{จำนวนคำถามทั้งหมด}}$$

ผลการคำนวณได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา = .91

หลังจากปรับแก้ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว ได้แบบวัดความจำเหว่ก่อนนำไปตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ รวมจำนวนทั้งสิ้น 24 ข้อ

#### การหาความเที่ยง (Reliability)

ผู้วิจัยนำแบบประเมินความจำเหว่ของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ ที่ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและปรับปรุงแก้ไขแล้ว มาตรวจสอบความเที่ยงของแบบประเมิน โดยนำไปทดลองใช้กับผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านนครปฐม ที่มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน หลังจากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาหาค่าความคงที่ภายใน (Internal consistency) โดยใช้การคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's coefficient alpha) โดยมีเกณฑ์พิจารณา ดังนี้ กรณีแบบวัดที่มีอยู่แล้วผู้วิจัยนำมาดัดแปลงให้เหมาะสมกับงานวิจัยควรมีค่าความเที่ยง .80 ขึ้นไป และหากเป็นแบบวัดที่สร้างขึ้นใหม่ควรมีค่าความเที่ยง .70 ขึ้นไป (Burn and Grove, 2001) ซึ่งจากการหาความเที่ยงของเครื่องมือทั้งฉบับได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .91

ชุดที่ 2 เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ โปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นตามแนวคิดทฤษฎีกิจกรรมของผู้สูงอายุ (Activity theory) ตามรูปแบบของ McClelland (1982) ในส่วนของกระบวนการการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม (Social activity) โดยการใช้กิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม (Group-art activities) และยึดแนวคิดกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุของ Leitner and Leitner (2004) และแนวทางการทำกลุ่มกับผู้สูงอายุของ Corey and Corey (2006) เป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อลดความจำเหว่ของผู้สูงอายุ

ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม มีการดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ทบทวนวรรณกรรม ศึกษาแนวคิดค้นคว้าจากตำรา เอกสารวิชาการ วารสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ ที่เกี่ยวข้องกับความจำเหว่ในผู้สูงอายุ ทฤษฎีกิจกรรมสำหรับผู้สูงอายุ กิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุ แนวทางการทำกลุ่มของผู้สูงอายุ เพื่อวิเคราะห์และเป็นแนวทางในการสร้างโปรแกรม

2. สรุปเนื้อหาที่สำคัญจากการทบทวนวรรณกรรม หลังจากนั้นกำหนดสาระสำคัญ และโครงสร้างของโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม ประกอบด้วยหลักการและเหตุผล ขั้นตอนของโปรแกรม วัตถุประสงค์ การเตรียม วิธีดำเนินการในแต่ละขั้นตอน ระยะเวลาในการดำเนินการ และการประเมินผลของกิจกรรม

3. จัดทำแผนการดำเนินโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมแต่ละครั้งของโปรแกรม วัตถุประสงค์ทั่วไป วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม การประเมินผล รายละเอียดขั้นตอนวิธีการปฏิบัติของกิจกรรม สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ ระยะเวลาในการปฏิบัติกิจกรรม และการประเมินผล

4. ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา แผนการดำเนินโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม ได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ความถูกต้องเหมาะสมของทุกๆ กิจกรรม ตั้งแต่การเตรียม ขั้นตอนวิธีการปฏิบัติของกิจกรรม สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ ระยะเวลาในการปฏิบัติกิจกรรม และการประเมินผล จากผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ความชำนาญในเรื่อง ศิลปะบำบัด การจัดกิจกรรมศิลปะกับผู้สูงอายุ และการดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 3 คน ดังนี้

4.1 อาจารย์พยาบาลที่มีความรู้ ประสบการณ์ และความชำนาญในการดูแลผู้สูงอายุ จำนวน 1 คน

4.2 แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะบำบัด จำนวน 1 คน

4.3 อาจารย์ด้านศิลปะ ผู้ที่มีความรู้ ประสบการณ์ และความชำนาญในการจัดกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุ จำนวน 1 คน

โดยคณะผู้ทรงคุณวุฒิได้มีข้อเสนอแนะ เพื่อปรับปรุงแผนการดำเนินโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม ดังนี้ คือปรับกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มให้เป็นลักษณะของกิจกรรมศิลปะที่สามารถปฏิบัติได้อย่างอิสระเป็นกิจกรรมที่เปิดกว้าง (Open studio) เพื่อให้ผู้สูงอายุมีอิสระในการปฏิบัติ และปรับภาพรวมของกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มทั้งหมด ให้มีทิศทางที่นำไปสู่การแก้ปัญหา ความว่าเหวของผู้สูงอายุ และการตัดวงจรความว่าเหวของผู้สูงอายุได้ จากนั้นนำโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มที่ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาแล้ว ไปตรวจสอบหาความเที่ยงของเครื่องมือ

5. ตรวจสอบความเที่ยงของเครื่องมือ โดยการนำเครื่องมือที่ใช้ในการทดลองที่ผ่านการตรวจสอบความตรงส่วนเนื้อหาของผู้ทรงคุณวุฒิ และปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำแล้วนำไปศึกษานำร่อง โดยการนำไปทดลองใช้ (Try out) กับผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านนครปฐม ที่มีคุณสมบัติเช่นเดียวกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 5 คน เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของ



ระยะเวลา ลักษณะของกิจกรรม อุปกรณ์และสื่อที่ใช้ในแต่ละกิจกรรม ซึ่งผลการนำไปทดลองใช้พบว่า ผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติกิจกรรมศิลปะได้ทุกกิจกรรม เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ไม่ยากจนเกินไป อุปกรณ์และขั้นตอนในการปฏิบัติกิจกรรมมีความเหมาะสม ผู้สูงอายุมองเห็นว่าการนำผลงานศิลปะที่เสร็จแล้วมาให้ดูก่อนการปฏิบัติจริง ทำให้เกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมมากขึ้น อีกทั้งการสาธิตวิธีการปฏิบัติกิจกรรมอย่างละเอียดและชัดเจน จะทำให้ผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติกิจกรรมศิลปะได้ง่ายขึ้น

หลังจากนั้นนำไปประเมินกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มที่ผ่านการตรวจสอบทั้งความตรงตามเนื้อหาและตรวจสอบความเที่ยงจากการนำไปทดลองใช้ มาปรับปรุงร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์อีกครั้ง เพื่อให้เกิดความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ แล้วจึงนำไปใช้จริงกับกลุ่มตัวอย่าง

#### ขั้นตอนการปฏิบัติโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม

โปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุ เป็นโปรแกรมกิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุที่มีความว่าเหว่ได้เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม โดยผ่านทางกรเข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม โดยโปรแกรมจะมีประโยชน์สำหรับผู้สูงอายุที่ยังพอมีความสามารถในการทำกิจกรรมอยู่บ้าง แม้ว่าอาจบกพร่องในองค์ประกอบของการทำกิจกรรม แต่หากได้รับความช่วยเหลืออย่างเหมาะสมจากบุคลากรผู้ดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งเข้าใจถึงจุดมุ่งหมายของการทำกิจกรรม คือ เพื่อลดความว่าเหว่ให้กับผู้สูงอายุ และเพิ่มศักยภาพในการดำรงชีวิตที่ยืนยาวอย่างมีความสุขต่อไป ทั้งนี้โปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุที่จัดทำขึ้น จะไม่ใช่เป็นสิ่งผูกมัดหรือทำให้ผู้สูงอายุมีภาระมากขึ้น แต่เป็นสิ่งที่ทำอย่างมีจุดหมายคือเพื่อลดความว่าเหว่ของผู้สูงอายุ ดังนั้นในการปฏิบัติกิจกรรมจึงต้องสอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ มีการตัดสินใจร่วมกัน เกิดความอิสระ ส่งเสริมบทบาทของสมาชิกในกลุ่มให้เหมาะสมกับสภาพการณ์และระดับความสามารถ ซึ่งจะเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมความร่วมมือจนบรรลุวัตถุประสงค์ได้ ดังนั้นในขั้นตอนการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุ ผู้นำกลุ่มจึงมีบทบาทที่สำคัญเป็นอย่างยิ่ง และผู้นำกลุ่มที่ดีจะต้องสามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมนั้นได้ และยังคงช่วยเพิ่มความมั่นใจให้แก่สมาชิก โดยเป็นคนคอยกระตุ้น สนับสนุนและพัฒนางานกลุ่มไปสู่ความสำเร็จ โดยโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน และจะจัดกิจกรรมขึ้นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1 - 1½ ชั่วโมง เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง เนื่องจากได้มีการศึกษาพบว่าเป็นระยะเวลาที่เหมาะสมต่อการทำกลุ่มกิจกรรมในผู้สูงอายุ (Corey and Corey, 2006) และเป็นระยะเวลาที่ผู้สูงอายุก่อร่วมกันกิจกรรมกลุ่มแล้วสามารถลดความว่าเหว่ได้ (วริศา มัทยา, 2543) ขั้นตอนของโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม มีดังต่อไปนี้

**ระยะที่ 1** ระยะเตรียมการ (Pregroup stage) เป็นระยะที่มีการวางแผนงาน ออกแบบลักษณะกลุ่มให้เหมาะสมกับปัญหาความว้าวุ่นของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ คัดเลือกสมาชิกกลุ่มโดยคัดเลือกจากผู้สูงอายุทั้งหญิงและชายในสถานสงเคราะห์คนชรา ตามเกณฑ์ที่กำหนด ศึกษาประวัติ ภูมิหลังของผู้สูงอายุแต่ละคน วางแผนการจัดกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มโดยคำนึงถึงค่าใช้จ่าย ความเหมาะสมของกิจกรรม และข้อจำกัดของสมาชิกกลุ่ม วางแผนกำหนดระยะเวลาในการทำกิจกรรมกลุ่ม โดยจะจัดกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มขึ้นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1-1½ ชั่วโมง จัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรม วางแผนประเมินสถานการณ์ที่อาจจะเกิดขึ้นในระหว่างการทำกิจกรรมศิลปะของผู้สูงอายุ ศึกษาพัฒนาทักษะในด้านศิลปะและการทำกลุ่ม ในระยะนี้ใช้เวลา 1 สัปดาห์ก่อนการเริ่มต้นการทำกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม

**ระยะที่ 2** ระยะเริ่มต้นสร้างสัมพันธภาพ (Initial stage) เป็นระยะเริ่มต้นในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับสมาชิกในกลุ่มและระหว่างสมาชิกด้วยกันเอง มีการแนะนำตนเอง บอกวัตถุประสงค์พร้อมทั้งอธิบายถึงลักษณะกิจกรรมศิลปะกลุ่ม ขั้นตอนและกระบวนการในการทำกิจกรรมกลุ่ม ร่วมกันกำหนดข้อตกลงเบื้องต้น กฎเกณฑ์ของกลุ่ม ในระยะนี้ผู้วิจัยจะทำการศึกษาถึงลักษณะบุคลิกภาพและข้อจำกัดของสมาชิกกลุ่มแต่ละบุคคล สังเกตความวิตกกังวล ความกลัวที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุต่อการร่วมทำกิจกรรม ผู้วิจัยสร้างความไว้วางใจและความปลอดภัยให้กับสมาชิกกลุ่ม โดยใช้วิธีการค่อยๆ พัฒนาความรู้สึก ซึ่งจะใช้เวลาช่วงระยะแรกของโปรแกรม คือการทำกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มครั้งที่ 1 ในกิจกรรม "ทักทาย"

**ระยะที่ 3** ระยะปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Transition stage) ในระยะนี้เป็นการเรียนรู้การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น สร้างความมั่นใจให้กับผู้สูงอายุ เพื่อคลายความวิตกกังวล ความกลัว ซึ่งมักเกิดขึ้นในระยะเริ่มต้นการทำกลุ่ม เปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อสงสัยอย่างอิสระ ให้ผู้สูงอายุเปิดเผยตนเองมากยิ่งขึ้น สร้างความไว้วางใจระหว่างกัน ทำความรู้จักสร้างความคุ้นเคย โดยการนำสมาชิกเข้าสู่การทำกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มอย่างง่ายและเป็นอิสระ ค่อยๆ ให้ผู้สูงอายุปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สร้างแรงจูงใจในการทำกิจกรรมแก่สมาชิกกลุ่มโดยการพูดคุย ในระยะนี้จะนำผู้สูงอายุเข้าสู่กิจกรรมครั้งที่ 2 ของโปรแกรม คือ กิจกรรม "ทำความรู้จัก"

**ระยะที่ 4** ระยะดำเนินกิจกรรม (Working stage) ในระยะนี้ผู้สูงอายุจะเกิดความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวกับกลุ่ม ผู้วิจัยนำสมาชิกเข้าสู่กิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มอย่างเต็มรูปแบบของโปรแกรม โดยการเริ่มต้นทำกิจกรรมที่ไม่ซับซ้อน แล้วจึงค่อยๆ ปรับระดับความยากของกิจกรรมตามความเหมาะสม สร้างแรงจูงใจให้กับผู้สูงอายุโดยการนำเสนอผลงานที่ทำสำเร็จแล้วของกิจกรรมแต่ละครั้ง มาให้ผู้สูงอายุดูก่อนการลงมือปฏิบัติจริง มีการอธิบายขั้นตอนพร้อมทั้งสาธิต

วิธีการทำอย่างชัดเจน เปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุซักถามข้อสงสัยในสิ่งที่ไม่เข้าใจ ให้อิสระกับผู้สูงอายุในการปฏิบัติกิจกรรม การเลือกวัสดุ อุปกรณ์ อย่างเต็มที่ ส่งเสริมให้มีการแลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์ การสานสัมพันธ์ภาพระหว่างกันในกลุ่ม การช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน มีการอภิปรายถึงความรู้สึของผู้สูงอายุในการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มแต่ละครั้ง ในระยะนี้เริ่มต้นตั้งแต่กิจกรรมครั้งที่ 3 ถึงกิจกรรมครั้งที่ 11 ของโปรแกรม

**ระยะที่ 5** ระยะสิ้นสุดการทำกลุ่ม (Final stage) เป็นระยะที่สิ้นสุดการทำกิจกรรม มีการสรุปประสบการณ์ทั้งหมดในกลุ่ม สมาชิกแสดงออกถึงความรู้สึกต่อการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม ตั้งแต่ระยะเริ่มต้น ผู้การปฏิบัติกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม และภายหลังสิ้นสุดการทำกลุ่มในภาพรวม เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มระบายความรู้สึกนึกคิดได้อย่างเต็มที่ สอบถามความคิดเห็นของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม ให้สมาชิกกลุ่มทุกคนเลือกกิจกรรมที่ตนเองชอบ พร้อมทั้งให้อธิบายเหตุผลที่ชื่นชอบในกิจกรรมนั้นๆ เปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มซักถามข้อสงสัย ให้คำแนะนำแนวทางการปฏิบัติกิจกรรมภายหลังการเสร็จสิ้นกลุ่ม ในระยะนี้เป็นกิจกรรมครั้งสุดท้ายของโปรแกรมคือ กิจกรรมครั้งที่ 12 กิจกรรม "อำลา"

#### การประเมินผลของโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม

ขั้นตอนการประเมินกิจกรรมเป็นขั้นตอนที่สำคัญอีกขั้นตอนหนึ่ง เนื่องจากสามารถนำผลจากการประเมินกิจกรรมแต่ละครั้งไปสู่การปรับปรุงโปรแกรมให้มีความเหมาะสม และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของกิจกรรมที่กำหนดไว้ การประเมินผลทำให้ทราบถึงประสิทธิผลของโปรแกรมกิจกรรมที่ได้วางไว้ โดยมีการประเมินอย่างต่อเนื่องจากการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มของผู้สูงอายุในแต่ละครั้ง เพื่อให้ทราบถึงความก้าวหน้าของความสามารถในการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุโดยยึดวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้เป็นหลักว่าบรรลุแล้วหรือไม่ หากวัตถุประสงค์นั้นบรรลุแล้วก็ตั้งวัตถุประสงค์ใหม่เพิ่มขึ้นให้เกิดความสามารถใหม่หรืออยู่ในลำดับขั้นสูงขึ้น ในกรณีที่การดำเนินโปรแกรมไม่เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่วาง ผู้นำกลุ่มต้องวิเคราะห์จุดถึงจุดบกพร่องของโปรแกรมโดยย้อนไปพิจารณาตั้งแต่การเริ่มต้น เพื่อพิจารณาวิเคราะห์หาจุดบกพร่องและปรับปรุงโปรแกรมให้มีความเหมาะสมกับสมาชิก และปรับวัตถุประสงค์ใหม่ให้ชัดเจน เพื่อดำเนินกระบวนการของกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มใหม่ต่อไป

ในการประเมินกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มในผู้สูงอายุ ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยจะต้องคอยสังเกตพฤติกรรมของสมาชิกอย่างต่อเนื่อง ความพึงพอใจ และการให้ความร่วมมือของผู้สูงอายุ เวลา สถานที่ที่จัดกิจกรรม วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ เหมาะสมกับสมาชิกและลักษณะของโปรแกรมหรือไม่ ผู้ช่วยเหลือมีเพียงพอกับความต้องการของสมาชิกกลุ่มหรือไม่ รวมทั้งจำนวนผู้สูงอายุที่เข้าร่วม

โปรแกรมกิจกรรมในแต่ละครั้ง เมื่อได้ข้อมูลต่างๆแล้ว ควรนำมาวิเคราะห์โดยจุดแข็ง จุดอ่อนของ โปรแกรมที่ทำ โอกาสและข้อจำกัดที่เคยมีอยู่ ทั้งนี้เพื่อการปรับปรุงโปรแกรมให้มีประสิทธิผลตาม วัตถุประสงค์ที่ได้วางไว้ โดยโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น ประกอบด้วย กิจกรรมดังนี้

### โปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุ

โปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มสำหรับผู้สูงอายุ จะจัดกิจกรรมขึ้นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้ง ละ 1 - 1½ ชั่วโมง เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง ประกอบด้วยกิจกรรมดังนี้

#### ครั้งที่ 1 กิจกรรม "ทักทาย"

**แนวคิด** การเริ่มต้นสร้างสัมพันธภาพ เป็นสิ่งที่จำเป็นเพื่อนำไปสู่ความก้าวหน้าในการสร้างสัม พันธภาพในระยะต่อไป ทั้งนี้การได้เรียนรู้ทำความเข้าใจในระยะเริ่มต้น ทำให้สมาชิกกลุ่มมีการ ปรับตัวและยอมรับว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม โดย Corey and Corey (2006) ได้อธิบายว่าระยะ เริ่มต้นสร้างสัมพันธภาพถือได้ว่าเป็นหัวใจสำคัญของการทำกิจกรรมกลุ่มในผู้สูงอายุ เพราะจะนำไปสู่ การสร้างแรงจูงใจที่ดีในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป

**ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม**

ในการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่มกับผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น ในระยะ เริ่มต้นการสร้างสัมพันธภาพเป็นระยะที่จะต้องให้ความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะบทบาทของ ผู้นำกลุ่ม ในการรักษาระยะห่างของสมาชิกให้ดำเนินไปอย่างราบรื่น ผู้นำกลุ่มจะต้องมีบทบาทในการ กระตุ้นให้สมาชิกได้แสดงออกและทำความเข้าใจซึ่งกันและกัน เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นใน สังคม ผู้นำกลุ่มจะต้องพยายามควบคุมไม่ให้บรรยากาศของกลุ่มเกิดความรู้สึกอึดอัดหรือกดดัน

#### ครั้งที่ 2 กิจกรรม "ทำความเข้าใจ"

**แนวคิด** การทำความเข้าใจสร้างความคุ้นเคยกันระหว่างสมาชิกต่อสมาชิก และการได้ทำความเข้าใจ กับอุปกรณ์ วัสดุ ในการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะซึ่งอาจเป็นสิ่งที่ไม่คุ้นเคยสำหรับผู้สูงอายุ โดยการ เริ่มต้นปฏิบัติกิจกรรมศิลปะอย่างง่าย จะช่วยคลายความวิตกกังวลให้กับกับผู้สูงอายุ ส่งผลให้เกิด การเปิดเผยตนเองมากยิ่งขึ้น เมื่อผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย จะทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และนำมาสู่การปรับตัวเพื่อเรียนรู้การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมต่อไป (Leitner and Leitner, 2004; Corey and Corey, 2006)

### วัตถุประสงค์

- 1) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เกิดความรู้สึกคุ้นเคยระหว่างกัน
- 2) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มทำความรู้จักกับอุปกรณ์ วัสดุ ในการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะ
- 3) เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และค่อยๆปรับตัว เพื่อเรียนรู้การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น เกิดความรู้สึกเป็นหนึ่งเดียวกับกลุ่ม

### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม

ในกิจกรรมนี้ผู้นำกลุ่มจะต้องมีแนวทางในการทำให้สมาชิกเกิดความรู้สึกผ่อนคลาย เช่น การหลับตาหายใจเข้า-ออกยาวๆ ลึกๆ การร่วมกันร้องเพลง หรือการเล่นเกมที่ก่อให้เกิดความสนุกสนานในระยะเวลาสั้นๆ กิจกรรมศิลปะที่จะทำให้สมาชิกกลุ่มทำความรู้จักกับอุปกรณ์ วัสดุ ควรเป็นกิจกรรมศิลปะที่ง่ายและใช้เวลาไม่นาน ที่สิ่งที่แนะนำให้ใช้ในกิจกรรมนี้ คือ สีเทียนหรือสีพาสเทล เนื่องจากเป็นสีที่ผู้สูงอายุจับได้ถนัดมือและไม่ต้องใช้อุปกรณ์เสริมสามารถใช้ได้ทันที

### ครั้งที่ 3 กิจกรรม “กระดาษน้อยแสนสวย” (ระบายสี)

**แนวคิด** การเริ่มต้นการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุ ควรเริ่มจากกิจกรรมที่ไม่มีความซับซ้อน สมาชิกทุกคนสามารถปฏิบัติได้ จะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง และเกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะในครั้งต่อไป (Leitner and Leitner, 2004)

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เกิดความรู้สึกคุ้นเคยระหว่างกันมากยิ่งขึ้น
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย และเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เรียนรู้การสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นในระยะเริ่มต้น
4. เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กระตุ้นการทำงานประสานกันระหว่างสายตากับมือ

### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม

ในกิจกรรมนี้อาจสร้างความรู้สึกอึดอัดในการปฏิบัติกิจกรรมให้กับผู้สูงอายุ ทั้งนี้เนื่องจากการปฏิบัติกิจกรรมในระยะแรกๆ และผู้สูงอายุโดยส่วนใหญ่ไม่มีประสบการณ์ในการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะ ดังนั้นผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยจะต้องให้คำแนะนำหรือให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุในระหว่างการปฏิบัติกิจกรรมอย่างทั่วถึงและใกล้ชิด การระบายสีลงบนกระดาษดินเผาจะช่วยในการกระตุ้นประสาทสัมผัส และดินเผาจะทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกว่าได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติ เกิดความรู้สึกผ่อนคลายมากกว่าการใช้วัสดุที่ผ่านกระบวนการสังเคราะห์อื่นๆ เช่น พลาสติก กล่อง

กระดาษ หรือกล่องโฟม อีกทั้งการกำหนดขนาดของชิ้นงานควรเป็นชิ้นงานขนาดเล็ก และใช้เวลาในการปฏิบัติกิจกรรมไม่นานจนเกินไป ซึ่งจะช่วยสร้างแรงจูงใจให้กับผู้สูงอายุ

#### ครั้งที่ 4 กิจกรรม “ลวดลายสายใย” (ปะติดเศษวัสดุ)

**แนวคิด** การปฏิบัติกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มในระยะเริ่มต้น ยังคงเป็นกิจกรรมที่ไม่มีความซับซ้อน สมาชิกทุกคนสามารถปฏิบัติได้ แต่ทั้งนี้ควรมีการเพิ่มทักษะใหม่ๆ ให้กับผู้สูงอายุ ซึ่งถือได้ว่าเป็นการสร้างแรงจูงใจอีกวิธีหนึ่ง จะทำให้ผู้สูงอายุกู้ถึงความสามารถของตนเอง และเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง (Leitner and Leitner, 2004)

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เกิดความรู้สึกคุ้นเคยระหว่างกันมากยิ่งขึ้น
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย และเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เรียนรู้การสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น
4. เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กระตุ้นการทำงานประสานกันระหว่างสายตากับมือ

**ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม**

การเลือกใช้วัสดุในการสร้างลวดลายในการปะติดเศษวัสดุ ควรเป็นวัสดุที่தாகาวแล้วสามารถยึดเกาะกับชิ้นงานได้ง่าย เช่นในกิจกรรมนี้ ได้เลือกใช้ เชือกปอหลากสีมาติดสร้างลวดลายลงบนโอ่งดินเผา ซึ่งผู้สูงอายุสามารถปฏิบัติกิจกรรมได้ง่าย นอกจากนี้ผู้สูงอายุนำผลงานที่สำเร็จแล้วไปใช้ประโยชน์ได้ เช่น ใช้เป็นภาชนะเก็บสิ่งของชิ้นเล็กๆ

#### ครั้งที่ 5 กิจกรรม “ปั้นดินน้ำมันตามแม่แบบ”

**แนวคิด** การปั้น (Cray) เป็นส่วนหนึ่งของงานศิลปะแขนงประติมากรรม (Sculpture) ซึ่งถ่ายทอดออกมาเป็นลักษณะ 3 มิติ คือมีทั้งความกว้าง ความยาว และความหนา การปั้นเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการใช้กล้ามเนื้อตาและมือ เกิดการทำงานประสานสัมพันธ์กันระหว่างกล้ามเนื้อใหญ่และปลายประสาทย่อย อีกทั้งเป็นการกระตุ้นประสาทสัมผัสโดยเป็นการสัมผัสกับวัสดุที่อ่อนนุ่ม เช่น ดินน้ำมัน ดินเหนียว การเริ่มต้นกิจกรรมในการปั้นใช้รูปแบบการปั้นตามแม่แบบจะทำให้ผู้สูงอายุที่ไม่มีประสบการณ์ เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย และเริ่มต้นจากแม่แบบที่มีรูปทรงที่คุ้นเคย ได้แก่ ทรงกลม ทรงเหลี่ยม เป็นต้น (จารุพรรณ ททรัพย์ปรง, 2542)

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย และเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น
3. เพื่อกระตุ้นประสาทสัมผัส และพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กระตุ้นการทำงานประสานกันระหว่างสายตากับมือ

### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม

การเริ่มต้นกิจกรรมการปั้น โดยการนวดดินน้ำมันถือได้ว่าเป็นการบริหารนิ้วมือที่ดีแม่แบบที่ดีในการเริ่มต้นการปั้น คือ วัตถุประสงค์กลม เนื่องจากเป็นรูปทรงที่สมบูรณ์ที่สุด มองมุมใดก็ไม่เปลี่ยนแปลง ง่ายต่อการถ่ายทอด

### ครั้งที่ 6 กิจกรรม “ปั้นดินน้ำมันอย่างอิสระ”

**แนวคิด** การปั้นเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมการใช้กล้ามเนื้อตาและมือ เกิดการทำงานประสานสัมพันธ์กันระหว่างกล้ามเนื้อใหญ่และปลายประสาทย่อย อีกทั้งเป็นการกระตุ้นประสาทสัมผัส (สุภาวดี พุฒิน้อยและคณะ, 2546) แต่ทั้งนี้การเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ปฏิบัติงานอย่างอิสระ โดยไม่มีแม่แบบ จะทำให้ผู้สูงอายุได้ถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดได้อย่างเต็มที่ (Jones, 2005)

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย และเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดผ่านผลงานศิลปะได้อย่างเต็มที่
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น
4. เพื่อกระตุ้นประสาทสัมผัส และพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กระตุ้นการทำงานประสานกันระหว่างสายตากับมือ

### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม

การปั้นในรูปแบบอิสระ อาจทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกอึดอัดใจได้ในกรณีที่นึกสิ่งที่ยากจะปั้นไม่ได้ ดังนั้นผู้นำกลุ่มหรือผู้ช่วยอาจต้องคอยสังเกตและให้คำแนะนำแก่ผู้สูงอายุที่เกิดปัญหานี้อย่างใกล้ชิด เช่น แนะนำให้ปั้นผลไม้ที่ชอบรับประทาน หรือสิ่งของผู้สูงอายุคุ้นเคย

### ครั้งที่ 7 กิจกรรม “ภาพพิมพ์จากเศษวัสดุทางธรรมชาติ”

**แนวคิด** ภาพพิมพ์ (Printing) ภาพพิมพ์เป็นงานศิลปะอันเกิดจากการออกแบบใช้เส้น ลวดลาย สี แสง เงา รูปแบบ เพื่อถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ลงบนแม่พิมพ์ จากนั้นจึงถ่ายทอดจากแม่พิมพ์ไปสู่กระดาษ หรือพื้นรองรับอื่นๆ ผลงานภาพพิมพ์จึงต่างจากผลงานจิตรกรรม ซึ่งได้รับการถ่ายทอดจากการแสดงออกโดยตรง ในขณะที่ผลงานภาพพิมพ์เป็นการถ่ายทอดขั้นที่สองจากแม่พิมพ์ (ชาญณรงค์ พรุ่งโรจน์, 2544) ดังนั้นภาพพิมพ์จึงเป็นงานที่ซับซ้อนขึ้น แต่หากใช้วัสดุธรรมชาติที่ผู้สูงอายุคุ้นเคยจะทำให้เกิดแรงจูงใจในปฏิบัติงานมากขึ้น

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย และเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดผ่านผลงานศิลปะได้อย่างเต็มที่
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เรียนรู้การสร้างสัมพันธ์ภาพกับ

ผู้อื่น

4. เพื่อกระตุ้นประสาทสัมผัส และพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กระตุ้นการทำงานประสานกัน

ระหว่างสายตากับมือ

**ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม**

กิจกรรมภาพพิมพ์ถือได้ว่าเป็นกิจกรรมศิลปะที่มีความซับซ้อนมากขึ้น ดังนั้นผู้นำกลุ่มจะต้องให้ความสำคัญในขั้นตอนการสาธิต และคอยดูแลช่วยเหลือในระหว่างการปฏิบัติอย่างใกล้ชิด และทั่วถึง ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยควรช่วยเหลือผู้สูงอายุในการสร้างแม่พิมพ์

### ครั้งที่ 8 กิจกรรม “ประดิษฐ์การ์ดอวยพร”

**แนวคิด** การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเกิดบทบาทการเป็นผู้ให้ โดยการใช้กิจกรรมศิลปะเป็นสื่อ เป็นการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้แสดงออกถึงความสามารถที่มีอยู่ในตนเอง เกิดความรู้สึกพึงพอใจในตนเอง เกิดการเรียนรู้สู่สังคมภายนอกมากขึ้น เป็นการเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองให้กับผู้สูงอายุ (Schmid, 2005)

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น โดยการส่งเสริมให้เกิดบทบาทการเป็นผู้ให้
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดผ่านผลงานศิลปะได้อย่างเต็มที่



3. เพื่อให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น

4. พัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กระตุ้นการทำงานประสานกันระหว่างสายตากับมือ ภายหลังการปฏิบัติกิจกรรมในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการจัดส่งการ์ดอวยพร พร้อมทั้ง VCD ชุด "แรงใจจากคุณตาคุณยาย" ซึ่งเป็นการรวบรวมคำพูดความรู้สึกของผู้สูงอายุที่ได้ถ่ายทอดฝากไปยังทหารที่กำลังปฏิบัติหน้าที่ในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ภายใต้อาณัติของ ขบวนการประชาชนเพื่อสังคมที่เป็นธรรม (ขบวนการประชาชนเพื่อสังคมที่เป็นธรรม) ผู้สูงอายุที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม ผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุวสาสนะเวศม์ และอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

#### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม

ในการปฏิบัติกิจกรรมนี้ผู้นำกลุ่มจะต้องดำเนินการส่งผลงานของผู้สูงอายุไปให้กับกลุ่มบุคคลในโครงการจริงๆ พร้อมทั้งมีการรายงานให้กับผู้สูงอายุได้ทราบ เพื่อสร้างความมั่นใจและสอดคล้องกับเจตนารมณ์ของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรม

#### ครั้งที่ 9 กิจกรรม "โมบาย 1"

แนวคิด การเรียนรู้การอยู่ร่วมกันในสังคม โดยการมอบหมายงานที่จะต้องผ่านขั้นตอนกระบวนการกลุ่ม ตั้งแต่เริ่มต้นการวางแผนงาน สู่อุปกรณ์ปฏิบัติ จะทำให้สมาชิกกลุ่มได้แลกเปลี่ยนมุมมองความคิดเห็น เรียนรู้การทำงานกลุ่ม และเกิดการปรับตัวในการอยู่ร่วมกัน (Liebmann, 2004)

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาด้านความคิดให้ผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น

3. เรียนรู้การทำงานร่วมกันกับผู้อื่น การปรับตัวในการเข้าสังคม
4. เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กระตุ้นการทำงานประสานกันระหว่างสายตากับมือ

#### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม

ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยจะต้องคอยดูแลไม่ให้เกิดความขัดแย้งภายในกลุ่ม รวมทั้งการเตรียมพร้อมในการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าที่อาจเกิดขึ้นจากการทำงานกลุ่ม เช่น ความขัดแย้งที่เกิดจากความคิดเห็นที่ไม่ตรงกันของสมาชิก ผู้นำกลุ่มจะต้องแก้ไขปัญหาด้วยสันติวิธี

### ครั้งที่ 10 กิจกรรม “โมบาย 2”

**แนวคิด** การเรียนรู้การอยู่ร่วมกันในสังคม โดยร่วมกันทำงานกลุ่ม ทำให้สมาชิกได้เรียนรู้การปรับตัว การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น เกิดการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสม รับรู้ว่าคุณเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และนำมาสู่ความรู้สึกพึงพอใจในชีวิต (Corey and Corey, 2006)

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาด้านความคิดให้ผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น
3. เรียนรู้การทำงานร่วมกันกับผู้อื่น การปรับตัวในการเข้าสังคม
4. เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กระตุ้นการทำงานประสานกันระหว่างสายตากับมือ

#### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม

ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยจะต้องคอยดูแลช่วยเหลือสมาชิกอย่างใกล้ชิด ให้มีการแสดงความคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มโดยถ้อยหน้า และบรรยากาศของกลุ่มดำเนินไปอย่างราบรื่นและเป็นหนึ่งเดียว ไม่เกิดความขัดแย้งขึ้นในกลุ่ม

### ครั้งที่ 11 กิจกรรม “ประดิษฐ์กรอบรูป”

**แนวคิด** การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รับรู้ถึงความสามารถของตนเอง เป็นการเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองให้กับผู้สูงอายุ (Coopersmith, 1981) และเมื่อมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกัน จะทำให้ผู้สูงอายุรับรู้ว่าคุณเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม (McClelland, 1982)

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาด้านความคิดให้ผู้สูงอายุ ส่งเสริมให้เกิดความคิดสร้างสรรค์
2. เพื่อให้ผู้สูงอายุรู้สึกผ่อนคลาย และเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
3. เพื่อให้ผู้สูงอายุเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพกับ

ผู้อื่น

4. เพื่อพัฒนากล้ามเนื้อมัดเล็ก กระตุ้นการทำงานประสานกันระหว่างสายตากับมือ

#### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม

ผู้นำกลุ่มและผู้ช่วยควรให้ความดูแลและช่วยเหลือในกรณีที่ผู้สูงอายุ ต้องการใช้อุปกรณ์ เช่น การใช้มีดในการตัดแผ่นพลาสติก เพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้น ดังนั้นจึงควรมีการเตรียมตัดแผ่นพลาสติกให้กับผู้สูงอายุไว้ล่วงหน้า

## ครั้งที่ 12 กิจกรรม “อ้อลา”

**แนวคิด** การสรุปกิจกรรม โดยมีการเปลี่ยนความคิดเห็น การได้แสดงความรู้สึก ทำให้ผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้ในการปรับตัวเข้าสู่สังคม มองเห็นคุณค่าของกิจกรรมทางสังคม และสามารถนำประโยชน์ที่ได้รับไปสู่การปรับใช้ในชีวิตประจำวันต่อไป (Corey and Corey, 2006)

### วัตถุประสงค์

1. ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง
2. ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกที่ดีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของสังคม
3. เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุแสดงออกถึงความรู้สึกต่อการทำกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม ตั้งแต่ระยะเริ่มต้น สุระยะการทำกิจกรรมในแต่ละครั้ง และภายหลังสิ้นสุดการทำกิจกรรมกลุ่ม
4. ผู้สูงอายุยอมรับถึงวาระสิ้นสุดการทำกลุ่ม

### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติกิจกรรมจากการทดลองภาคสนาม

การแจ้งวาระการสิ้นสุดการทำกลุ่มไว้ล่วงหน้า หรือการมอบตารางเวลาการปฏิบัติกิจกรรมกลุ่มให้กับสมาชิก มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งโดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีปัญหาด้านจิตใจ ทั้งนี้เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการเรียนรู้และมีเวลาในการปรับตัว พร้อมทั้งมีการเตรียมตัวรับมือกับการสิ้นสุดการทำกลุ่ม

## สรุปขั้นตอนของโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม



### ชุดที่ 3 เครื่องมือกำกับการทดลอง ประกอบด้วย

#### 1. แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง

แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ของ จีรนาฏ ยิ่งศักดิ์มงคล (2544) ซึ่งสร้างตามแนวคิดการเห็นคุณค่าในตนเองของ Coopersmith (1984) และ Ebersole and Hess (1995) มีการหาความเที่ยงของเครื่องมือ โดยใช้การคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's coefficient alpha) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .73 ประกอบด้วยข้อคำถาม 25 ข้อ เป็นข้อคำถามที่มีความหมายด้านลบ 18 ข้อ และมีความหมายทางบวกจำนวน 7 ข้อ วิธีการตอบและการให้คะแนน เป็นแบบเลือกตอบเพียงคำตอบเดียวว่า "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" ที่ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด ดังนี้คือ

"ใช่" หมายถึง เมื่อผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบ

"ไม่ใช่" หมายถึง เมื่อผู้ตอบเห็นว่าข้อความนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกของผู้ตอบ

เกณฑ์กำหนดการให้คะแนนในแต่ละข้อคำถาม มีดังนี้

ข้อคำถามที่มีความหมายเชิงบวก ถ้าผู้ตอบ ตอบว่า "ใช่" จะได้ 1 คะแนน

ถ้าผู้ตอบ ตอบว่า "ไม่ใช่" จะได้ 0 คะแนน

ข้อคำถามที่มีความหมายเชิงลบ ถ้าผู้ตอบ ตอบว่า "ใช่" จะได้ 0 คะแนน

ถ้าผู้ตอบ ตอบว่า "ไม่ใช่" จะได้ 1 คะแนน

คะแนนที่เป็นไปได้ทั้งหมดของแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองจะอยู่ระหว่าง 0 ถึง 25 คะแนน

เกณฑ์การประเมินผลการกำกับการทดลอง มีดังนี้

เครื่องมือกำกับการทดลองนี้ ใช้ในการยืนยันเพื่อให้ผู้วิจัยมั่นใจถึงการทำกิจกรรมหรือการดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม สามารถช่วยเพิ่มความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของกลุ่มผู้สูงอายุ อันนำมาสู่การลดความหวาดได้ในที่สุด ซึ่งตามแนวคิดทฤษฎีกิจกรรมในรูปแบบของ McClelland (1982) พบว่าเมื่อบุคคลมีการแยกตัวเองออกจากสังคม (Social isolation) หากนำกิจกรรมทางสังคม (Social activity) เข้าไปช่วยปรับอารมณ์ ก็จะทำให้รู้สึกตนเองมีคุณค่าเพิ่มขึ้น (Increase self-esteem) และลดความหวาดได้ในที่สุด ดังนั้นผู้วิจัยจึงวัดการเห็นคุณค่าในตนเองในสัปดาห์ที่ 5 ก่อนสิ้นสุดกิจกรรมทั้งหมดของโปรแกรม 1 สัปดาห์ โดยกำหนด คือ ผู้สูงอายุจะต้องมีคะแนนความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มากกว่าหรือเท่ากับ 15 คะแนน จากคะแนนเต็ม 25 คะแนน คิดเกณฑ์คือ มากกว่าร้อยละ 60 เป็นผู้ผ่านเกณฑ์การกำกับการทดลอง

ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 29 คน ผ่านเกณฑ์การกำกับการทดลองทุกคน คือมีคะแนนความรู้สึกรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง มากกว่าร้อยละ 60

## 2. แบบบันทึกการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม

ผู้วิจัยกำหนดการเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มของกลุ่มตัวอย่างเป็นเครื่องมือกำกับการทดลอง โดยกำหนดเกณฑ์การประเมินผลการกำกับการทดลอง ดังนี้คือ ผู้สูงอายุจะต้องเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มอย่างน้อย 10 ครั้ง ในจำนวนทั้งหมด 12 ครั้งของโปรแกรม คิดเกณฑ์คือมากกว่าร้อยละ 80 เป็นผู้ผ่านเกณฑ์การกำกับการทดลอง

ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้พบว่าผู้สูงอายุที่ผ่านเกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน 31 คน ต่อมาในระหว่างการทดลอง มีผู้สูงอายุ 2 คนที่มีปัญหาทางสุขภาพทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ถึงร้อยละ 80 ทำให้เหลือกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ทั้งหมด 29 คน ซึ่งผ่านเกณฑ์การกำกับการทดลองทุกคน คือเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม มากกว่าร้อยละ 80

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

เริ่มตั้งแต่วันที่ 9 ธันวาคม 2549 ถึง 15 มีนาคม 2550 โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากคณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เสนออธิบดีกรมพัฒนาการจัดสวัสดิการ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล

2. เมื่อได้รับการอนุมัติจากอธิบดีกรมพัฒนาการจัดสวัสดิการ กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการศูนย์พัฒนาการจัดสวัสดิการสังคมผู้สูงอายุวาระเวศม์ จ. พระนครศรีอยุธยา แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขอความร่วมมือในการวิจัย และขอใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3. ผู้วิจัยสำรวจรายชื่อผู้สูงอายุ คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนด

4. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

- 4.1 ผู้วิจัยติดต่อกับผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา ซึ่งผ่านการประเมินระดับความว่าเหว่ โดยเป็นผู้ที่มีคะแนนความว่าเหว่อยู่ในระดับระดับปานกลางถึงระดับสูง (ถือเป็นคะแนนความว่าเหว่ก่อนการทดลองครั้งที่ 1) ผู้วิจัยสร้างสัมพันธภาพ แนะนำตนเอง แจ้งวัตถุประสงค์ ขั้นตอนในการทำวิจัย และขอความร่วมมือในการทำวิจัย พร้อมทั้งชี้แจงถึงการพิทักษ์สิทธิ์ของ

ผู้เข้าร่วมการวิจัย เมื่อผู้สูงอายุยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างเช่นไบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

4.2 หลังจากการประเมินความว่าเหวก่อนการทดลองครั้งที่ 1 ผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างร่วมกิจกรรมตามปกติของสถานสงเคราะห์เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ แล้วจึงประเมินวัดความว่าเหวก่อนการทดลองครั้งที่ 2

4.3 ผู้วิจัยจัดกระทำโปรแกรมศิลปะแบบกลุ่มจนครบ 12 ครั้ง เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ หลังจากนั้นผู้วิจัยประเมินความว่าเหวหลังการทดลองครั้งที่ 1

4.4 เมื่อสิ้นสุดโปรแกรมผู้วิจัยได้ให้กลุ่มตัวอย่างร่วมกิจกรรมตามปกติของสถานสงเคราะห์เป็นระยะเวลา 4 สัปดาห์ แล้วจึงประเมินความว่าเหวหลังการทดลองครั้งที่ 2

## ขั้นตอนการดำเนินการทดลอง

### 1. ชั้นเตรียมการทดลอง

1.1 การเตรียมตัวของผู้วิจัย ผู้วิจัยเตรียมความพร้อมของตนเอง เพื่อเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถในการจัดกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มแก่ผู้สูงอายุ ดังนี้คือ

1.1.1 ศึกษาค้นคว้า ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มแก่ผู้สูงอายุ

1.1.2 ขอคำแนะนำ ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมศิลปะที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุจากผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่อาจารย์คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทาและแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะบำบัด โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์

1.1.3 เข้าร่วมอบรมเชิงปฏิบัติการ ในโครงการศิลปะบำบัดกับศิลปิน โดยผู้เชี่ยวชาญด้านศิลปะบำบัดจากประเทศแคนาดา Ms. Lucille Proulx ณ ชลิตเกลอรี่ เป็นเวลา 3 วัน ตั้งแต่วันที่ 9 ถึง 11 เดือนธันวาคม พ.ศ. 2549

1.1.4 ร่วมสังเกตการณ์และเป็นผู้ช่วยในการจัดกิจกรรมศิลปะบำบัดจากแพทย์หญิงพัชรินทร์ สุคนธาภิรมณ์ ณ พัทลุง ซึ่งเป็นแพทย์ผู้ชำนาญด้านศิลปะบำบัด ณ หอผู้ป่วยเด็กโรคเรื้อรัง รพ. จุฬาลงกรณ์ ดึก สก. ชั้น 16 ทุกวันพุธ เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์

1.1.5 เข้าร่วมอบรมศิลปะสำหรับบุคคลทั่วไป จากมหาวิทยาลัยศิลปากร ณ หอศิลป์เจ้าฟ้า ทุกวันเสาร์-อาทิตย์ ในเดือนกันยายน พ.ศ. 2549

1.2 ผู้วิจัยเตรียมอุปกรณ์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย อุปกรณ์สำหรับการจัดกิจกรรม ได้แก่ กระดาษ สี พู่กัน กรรไกร กาว กระดาษสี เชือกปอ กระดาษกาวสองหน้า แผ่นพลาสติก และอุปกรณ์ตกแต่ง เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามวัดความจำเหวของผู้สูงอายุ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ แบบบันทึกการเข้าร่วมโปรแกรม กิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม

1.3 การเตรียมสถานที่สำหรับการทดลอง

## 2. ขั้นตอนการทดลอง

เริ่มตั้งแต่วันที่ 8 มกราคม 2550 ถึง 15 กุมภาพันธ์ 2550 โดยมีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้

2.1 นำรายชื่อของผู้สูงอายุที่คัดเลือกได้จากการประเมินวัดความจำเหว โดยมีระดับความจำเหวในระดับปานกลางถึงสูง จัดแบ่งกลุ่มตามความสมัครใจของผู้สูงอายุในการปฏิบัติกิจกรรมเป็น 3 กลุ่ม โดยกำหนดให้มีสมาชิกกลุ่มละ 8 ถึง 12 คน ทั้งนี้เพื่อให้ขนาดของกลุ่มมีความเหมาะสมในการปฏิบัติกิจกรรม โดยการจัดกิจกรรมของแต่ละกลุ่มจะจัดตารางกำหนดการดังนี้

- 1) กลุ่มที่ 1 ทำกิจกรรมทุกวันจันทร์และวันพฤหัสบดี เวลา 9.00น. ถึง 10.30น.
- 2) กลุ่มที่ 2 ทำกิจกรรมทุกวันจันทร์และวันพฤหัสบดี เวลา 12.30น. ถึง 14.00น.
- 3) กลุ่มที่ 3 ทำกิจกรรมทุกวันจันทร์และวันพฤหัสบดี เวลา 14.30น. ถึง 16.00น.

2.2 ปฐมนิเทศน์ ชี้แจงรายละเอียด การนัดหมายวัน เวลา สถานที่ ของแต่ละกลุ่ม

2.3 การจัดโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่มให้กับกลุ่มตัวอย่าง จะจัดกิจกรรมขึ้นสัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 1-1½ ชั่วโมง เป็นระยะเวลา 6 สัปดาห์ รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง เนื่องจากได้มีการศึกษาพบว่า เป็นระยะที่เหมาะสมต่อการทำกลุ่มกิจกรรมในผู้สูงอายุ (Corey and Corey, 2006) และเป็นระยะเวลาที่ผู้สูงอายุร่วมกิจกรรมกลุ่มแล้วสามารถลดความจำเหวได้ (วิริศา มัทยา, 2543)

## การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้สูงอายุ นำมาวิเคราะห์แจกแจงความถี่ และคำนวณค่าร้อยละ



2. คำนวณค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนความจำเหวของผู้สูงอายุ ครั้งที่ 1 ครั้งที่ 2 ก่อนการทดลองและครั้งที่ 1 ครั้งที่ 2 หลังการทดลอง

3. ทดสอบการแจกแจงผลคะแนนความจำเหวของกลุ่มตัวอย่าง ที่ได้จากการประเมินทั้ง 4 ครั้ง โดยการประเมินก่อนการทดลอง 2 ครั้ง ห่างกัน 4 สัปดาห์ และประเมินหลังการทดลอง 2 ครั้ง ห่างกัน 4 สัปดาห์ ด้วยสถิติ One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05 (ดังแสดงในภาคผนวก จ)

4. ทดสอบความเท่ากันของความแปรปรวนระหว่างคะแนนความจำเหว (Homogeneity of variance test) ของกลุ่มตัวอย่าง จากการประเมินก่อนการทดลอง 2 ครั้ง และหลังการทดลอง 2 ครั้ง ด้วย Levene test ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (ดังแสดงในภาคผนวก จ)

5. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความจำเหวจากแบบวัดความจำเหวของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลอง 2 ครั้ง และหลังการทดลอง 2 ครั้ง ใช้สถิติทดสอบการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำ (Repeated Measures ANOVA) ที่ระดับนัยสำคัญ .05

6. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความจำเหวของกลุ่มตัวอย่างระหว่างก่อนการทดลองครั้งที่ 1 ก่อนการทดลองครั้งที่ 2 หลังการทดลองครั้งที่ 1 และหลังการทดลองครั้งที่ 2 โดยการทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ (Pairwise comparison) โดยดูเงื่อนไขของความแปรปรวนข้อมูลระหว่างกลุ่ม ซึ่งถ้าข้อมูลระหว่างกลุ่มมีความแปรปรวนเท่ากันจะทดสอบโดย Scheffe test แต่ถ้าข้อมูลระหว่างกลุ่มมีความแปรปรวนไม่เท่ากัน จะทดสอบโดย Dunnett's T3 test ที่ระดับนัยสำคัญ .05

7. วิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ข้อมูลจากการอภิปรายของกลุ่มตัวอย่างหลังจากปฏิบัติกิจกรรม และจากการสัมภาษณ์ความรู้สึกของผู้สูงอายุจากการเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมศิลปะแบบกลุ่ม

## สรุปขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย

