



ภาคผนวก ก เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ลงในช่อง ☐ หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริงของท่าน

1. ปัจจุบันท่านมีอายุ.....ปี

2. เพศ

☐ หญิง

☐ ชาย

3. สถานภาพสมรส

☐ โสด

☐ คู่

☐ หม้าย

☐ หย่า

☐ แยกกันอยู่

3. มีรายได้เท่าไร

3.1บาท ต่อ (เดือน , ปี)

4. ท่านจบการศึกษาระดับการศึกษา

☐ ไม่ได้เรียน

☐ ประถมศึกษา

☐ มัธยมศึกษาตอนต้น

☐ มัธยมศึกษาตอนปลาย

☐ อนุปริญญาตรี

☐ ปริญญาตรี / เทียบเท่า

5. ท่านมีหน้าที่อะไรในครอบครัว

☐ เลี้ยงหลาน

☐ งานบ้าน

☐ ทำงานนอกบ้าน เช่น ทำนา รับจ้าง

☐ อื่นๆ ระบุ.....

6. เรื่องใดที่ทำให้ท่านรู้สึกวิตกกังวลบ่อยครั้ง

☐ การเจ็บป่วย

☐ ปัญหาครอบครัว

☐ เพื่อนบ้าน

☐ อื่นๆ ระบุ.....

7. เมื่อรู้สึกไม่สบายใจท่านทำอะไร

- ☐ พูดระบายกับครอบครัว
- ☐ เก็บความรู้สึกไว้คนเดียว
- ☐ หางานอดิเรกทำ
- ☐ เข้าวัด ทำบุญ
- ☐ คุยกับเพื่อนบ้าน
- ☐ อื่นๆ ระบุ.....



ส่วนที่ 2 แบบประเมินโรคซึมเศร้า 9 คำถาม (9Q)

ข้อแนะนำ ถามด้วยภาษาที่สอดคล้องกับท้องถิ่นหรือเหมาะสมกับผู้ถูกสัมภาษณ์ ควรถามให้ได้คำตอบที่ละเอียด ถ้าไม่เข้าใจให้ถามซ้ำ ไม่ควรอธิบายขยายความเพิ่มเติมพยายามให้ได้คำตอบทุกข้อ จากนั้นรวมคะแนนแล้วแปลผลตามตารางแปลผล ควรแจ้งผลตามแนวทางการแจ้งผลอย่างเหมาะสมพร้อมให้คำแนะนำในการปฏิบัติตัวหรือการดูแลรักษาในขั้นตอนต่อไป

ลำดับคำถาม	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา รวมทั้งวันนี้ท่านมีอาการบ่นอะไรบ้าง	ไม่มีเลย	เป็นบางวัน 1-7 วัน	เป็นบ่อย มากกว่า 7 วัน	เป็นทุกวัน
1	เบื่อไม่สนใจอยากทำอะไร	0	1	2	3
2	ไม่สบายใจซึมเศร้าท้อแท้	0	1	2	3
3	หลับยากหรือหลับๆตื่นๆหรือหลับมากเกินไป	0	1	2	3
4	เหนื่อยง่ายหรือไม่ค่อยมีแรง	0	1	2	3
5	เบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป	0	1	2	3

ส่วนที่ 3 แบบวัดความเศร้าในผู้สูงอายุของไทย (ThaiGeriatric Depression Scale, TGDS)

ข้อแนะนำ โปรดอ่านข้อความแต่ละข้ออย่างละเอียด และประเมินความรู้สึกของท่านในช่วงเวลาหนึ่งสัปดาห์ที่ผ่านมา

- ให้ขีด / ลงในช่องที่ตรงกับ "ใช่" ถ้าข้อความในข้อนั้นตรงกับความรู้สึกของท่าน
- ให้ขีด / ลงในช่องที่ตรงกับ "ไม่ใช่" ถ้าข้อความในข้อนั้นไม่ตรงกับความรู้สึกของท่าน

	ใช่	ไม่ใช่
1. คุณพอใจกับชีวิตความเป็นอยู่ตอนนี้		
2. คุณไม่ยากทำในสิ่งที่เคยสนใจหรือเคยทำเป็นประจำ		
3. คุณรู้สึกชีวิตของคุณช่วงนี้ว่างเปล่าไม่รู้จะทำอะไร		
4. คุณรู้สึกเบื่อหน่ายบ่อยๆ		
5. คุณหวังว่าจะมีสิ่งที่ดี เกิดขึ้นในวันข้างหน้า		
6. คุณมีเรื่องกังวลอยู่ตลอดเวลา และเลิกคิดไม่ได้		
7. ส่วนใหญ่แล้วคุณรู้สึกอารมณ์ดี		
8. คุณรู้สึกกลัวว่าจะมีเรื่องไม่ดีเกิดขึ้นกับคุณ		
9. ส่วนใหญ่คุณรู้สึกมีความสุข		

โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อระดับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ

โปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจ สร้างขึ้นจากแนวคิดการสร้างเสริมพลังอำนาจของ กิบสัน (Gibson, 1995) เพื่อนำไปสู่การลดระดับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ กลุ่มเป้าหมาย ผู้สูงอายุ (60-69 ปี) ที่มีระดับภาวะซึมเศร้า ระดับน้อย โดยคัดกรองจากแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้า 9Q ของกรมสุขภาพจิต มีคะแนน 7-12 คะแนน จำนวน 30 ราย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างค้นพบปัญหาตามสภาพการณ์จริงที่กลุ่มตัวอย่างเกิดภาวะซึมเศร้า
2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างสามารถสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณสามารถทบทวนเหตุการณ์ สถานการณ์อย่างรอบคอบ
3. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง สามารถตัดสินใจและจัดการกับปัญหาของตนเองได้อย่างเหมาะสม
4. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างตระหนักตระหนักถึง ความสามารถในการจัดการกับความเจ็บป่วย และคงไว้ซึ่งการดูแลตนเองที่มีประสิทธิภาพ

การสร้างกิจกรรมเสริมสร้างพลังอำนาจต่อระดับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ ตามแนวคิดของกิบสัน

มีกิจกรรมกลุ่ม 2 ครั้ง และติดตามเยี่ยมบ้าน 2 ครั้ง โดยแต่ละครั้งมีรายละเอียด

ครั้งที่ 1 ขึ้นตอนที่ 1-2 การค้นพบสภาพการณ์จริง และการสะท้อนคิดอย่างมีวิจารณญาณ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่ออุปกรณ์
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้วิจัยกับกลุ่มตัวอย่างและกลุ่มตัวอย่างด้วยกัน	1. ระดมการสร้างและคิดวิเคราะห์สัมพันธภาพที่ดี 1.1 กิจกรรมระดมพลเพื่อกิจกรรม สร้างสัมพันธ์กันภาพไม่ระบุโดยทางเปิดเพลง "สวัสดี" แล้วให้กลุ่มตัวอย่างนั่งเป็นวงกลมพร้อมยกมือปรบมือไปด้วย ให้กลุ่มตัวอย่าง 1 คนถือแปรงสีฟัน และเมื่อเพลงเริ่มให้ส่งแปรงไปเรื่อยๆ เมื่อเพลงหยุด แปรงอยู่ที่ใครให้ไปแปรงไปหาคนใดก็ได้พร้อมเกาะเกี่ยวตัวเพื่อให้อุจจาระกัน แล้วเปิดเพลงต่อ จนกระทั่งแปรงไม่ใช้ภายในหนึ่งคืน	20 นาที	แปรงสีฟัน 1 กระป๋อง
2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างค้นพบสภาพการณ์จริงทำ ให้กลุ่มตัวอย่างเกิดภาวะซึมเศร้า	2. การค้นพบสภาพการณ์จริง 2.1 ผู้วิจัยตั้งเรื่องวัตถุประสงค์ในการทำกิจกรรมร่วมกันในเรื่องนี้ และอธิบายขั้นตอนการทำกิจกรรมทั้งหมด และรูปแบบในการทำกิจกรรมวันนี้ โดยเริ่มกิจกรรมด้วยการนำกระดาษ 10 แผ่น มาสนวนกระดาษ โดยกระดาษที่หนึ่ง มีผู้ปกครองนำร่องใช้ จำนวน 30 รูป ต่อจากนั้นผู้ปกครองนำร่องใช้จำนวน 30 รูป ต่อจากนั้นผู้ปกครองนำร่องใช้จำนวน 30 รูป 2.2 ให้กลุ่มตัวอย่างแต่ละคนเลือกรูปภาพส่วนตัวที่ชอบในรูปที่ได้เพียงใบเดียวเลือกให้ตรงกับความรู้สึกของตนเองและนำรูปไปติดในกล่องใบเดียวเลือกให้ตรงกับความรู้สึกของตนเองและนำรูปไปติดในกล่องใบเดียวเลือกให้ตรงกับความรู้สึกของตนเองและนำรูปไปติดในกล่อง	60 นาที	กระดาษ 3 แผ่น รูปหน้าคน 3 แบบ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่ออุปกรณ์
วัตถุประสงค์ 2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง สามารถระบุขั้นตอนต่าง ๆ ที่จำเป็น	2.3 เมื่อแต่ละคนได้ดูใบงานแล้ว สามารถให้ความรู้ของตนเอง แล้วผู้วิจัย ให้แบ่งกลุ่มผู้เรียนโดยแบ่งตามลักษณะที่เป็นหน้าที่แต่ละคน เลือกใบงาน และเสนอให้แต่ละกลุ่มคิดเลือกหัวข้อหลักและวงเวียนหน้า กลุ่มไว้	2.4 เมื่อได้กลุ่มตามรูปที่เลือกแล้ว จากผู้วิจัยมอบหมายกลุ่ม ตัวอย่างว่า มีอะไรเป็นขั้นตอนที่ให้ผู้เรียนเลือกไปหน้าที่ที่ตนเองมีความรู้ลึก เขายิ่งกว่า และอธิบายเพิ่มเติมโดยจะให้ผู้เรียนเลือกหัวข้อหลัก และวงเวียน มีลักษณะเป็นวงกลม หรือคล้ายกับเส้นใหญ่ ที่เกิดขึ้นกับตนเองจนมาในรูป ไม่สมบูรณ์ใจ ท้อแท้หรืออับอาย รู้สึกตนเองไร้ค่า โดยผู้วิจัยนำรูปภาพ ตัวอย่างสถานการณ์ต่างๆ มาให้ดู เช่น รูปภาพที่แสดงว่าเป็น ครอบครัวที่มีความสุขแต่ทะเลาะกัน รูปภาพที่แสดงว่ากำลังกับเพื่อน บ้าน รูปภาพที่แสดงว่ามีคนรักแล้วแต่กลับบ้าน รูปภาพที่แสดงถึงความรัก คนเสียใจ รูปภาพที่แสดงว่าทำงานไม่ไหว รูปภาพที่แสดงว่าเจ็บป่วย เป็น ต้น และมีการละเลยค่า ใช้ชีวิตไม่สนใจสุขภาพของตนเองแล้ว ถ้าหาก ผู้เรียนที่ไม่ได้รูปภาพตัวอย่างใดก็ตรงกับใจขอรับด้วย นวัตกรรม	รูปภาพตัวอย่าง กระดาษเปล่า ดินสอ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่อ/อุปกรณ์
	2.5 ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างได้พูดคุยกันในกลุ่มและเวลาประมาณ 10 นาที เป็นสวดมนต์ และมีภาพคำขวัญที่เตรียมไว้ให้เขาได้ดูก่อน แล้วร่วมกันภาพที่เลือกไว้	10 นาที	
	2.6 ให้กลุ่มตัวอย่างฝึกมีประสบการณ์จากการทำงานและเล่นบทบาทสมมติ และแบ่งสลับกันตามอัตราส่วนที่กำหนด	60 นาที	
	2.7 หัวหน้ากลุ่มออกมาเสนอจากกลุ่มของตนเองเลือกภาพอะไรไปบ้าง และให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดช่วยดูว่าภาพที่หัวหน้ากลุ่มของตนเองเลือก ออกมานำเสนอไหม มีภาพหรือสิ่งไหนกลุ่มภาพใดที่ชื่นชอบบ้าง นำมาใช้ที่หน้าห้อง และเสนอให้ตัวแทนกลุ่มละ 1 คน ที่เป็นตัวแทนภาพที่เลือก ออกมาอธิบายเหตุผลที่เลือกภาพนั้นมาเพราะอะไร		
	2.8 ผู้วิจัยตั้งคำถามให้กับกลุ่มว่า เหตุใดถึงห้ามคนอยู่ละกลุ่มมีความกังวล ความไม่สบายใจแตกต่างกัน แต่ห้ามเลือกภาพเฉพาะตัวของ ความกังวลไม่สบายใจ มาเหมือนกันได้ แล้ว ไม่ค่อยจะรู้ว่ามีอะไรกันภายในในกลุ่ม คือจากนั้นให้ตัวแทนออกมาอธิบายเหตุผลของกลุ่ม		
	ผู้วิจัย แล้วสรุป - บางครั้งมีปัญหามาเจอกัน แต่ความรู้สึกของแต่ละคนจะแตกต่างกัน เพราะฉะนั้นเหตุใด เหตุนี้ทำไมถึงได้ทำเช่นนี้		

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	ชื่อผู้ประณ
	ประวัติความเป็นมาของยาคู และเมื่อถูกกำหนดให้เราใช้รูปทรงในทางตรงกันข้าม ก็คงเห็นได้ว่าเราไม่ได้เป็นโรคจากสิ่งของเหล่านี้แต่อย่างใด ยังมีอีกหลายสิ่งที่เราไม่เคยใช้ ไม่เคยรู้จัก ซึ่งเราก็คงต้องเขียนไว้ในประวัติงาน และใช้ให้เป็นเราก็จะได้ประโยชน์สูงสุดจากสิ่งของเหล่านี้ เรายังมีเรา มาพบกับอีก เพื่อให้ทุกคนได้ค้นพบสิ่งที่เราไม่พบเลย เราสามารถสร้างสรรค์ ที่ใกล้ตัวทำให้เราสบายใจได้ เช่น สิ่งที่เราต้องการให้เป็นอย่างนั้น มัน อย่างนี้ ตามใจเราแล้วมันไม่สวยงาม เป็นอะไรที่มีอนิจจังรวมที่ได้ทำเมื่อครั้งเราลองยอมกับปัญหานี้	40 นาที	ต้นแบบผู้สูงอายุ
	2 จากนี้เรามาเรียนรู้แบบผู้สูงอายุที่มีอายุมากที่สุดในด้านและสุขภาพแข็งแรงมากกว่ากิจกรรม เราจะสามารถเกี่ยวกับความรู้และสุขภาพตนเอง การดำรงชีวิตประจำวัน ที่เป็นอยู่ปัจจุบัน การแก้ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น และให้กลุ่มรักษามองวิธีการดำเนินชีวิตของต้นแบบผู้สูงอายุ		
	2.1 ให้กลุ่มตัวอย่างมาทบทวนความรู้ที่เราได้เรียนรู้จากกระบวนการรอบในบทเรียน เป็นพิเศษในหลายๆ ที่เราให้ก่อนถึงเมื่อมีการระดมความคิดแล้ว และให้กลุ่มผู้สูงอายุได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็นของคนที่ละคน จำนวน 30 คน ผู้จัดเลขาถามว่า สิ่งที่ได้ร่วมกันศึกษานี้ มันมีข้อดีข้อเสียอะไรบ้าง จะทำให้ท่าน		

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่ออุปกรณ์
2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง ตระหนักถึงอำนาจ ความสัมพันธ์ในการจัดการ ความสัมพันธ์ต่าง ๆ กับความสัมพันธ์ภายใน และองค์กร	ผู้เรียนอภิปรายในชั้นเรียน เกี่ยวกับความสัมพันธ์ภายใน และองค์กร	10 นาที	
3. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง มีความรู้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ ภายในและองค์กร	3.1 การบรรยายเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ภายในและ องค์กร	30 นาที	คู่มือ กิจกรรมประจำวัน ทำแล้วเพลิน

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	เวลา	สื่ออุปกรณ์
วัตถุประสงค์	โดยควบคุมการเชื่อมบ้านให้เหลือพื้นที่ตาม แบบวัดตามการเชื่อมบ้านไว้ เวลาเชื่อมบ้าน สละประมาณ 40 นาทีทุกวันศุกร์ตลอด 3 เดือน จะมีค ผู้รับผิดชอบงานนี้ ผู้ดูแลที่มีคุณหา อาทิ พลังงานกับพลังงาน การจัดการ กับความสนใจ	20 นาที	

2. รวมกลุ่มประเมิน ร้องเพลงพื้นบ้าน ก่อนกลับบ้าน และผู้ดูแลจัด กิจกรรมร่วมกัน และนัดหมายในการประเมินระดับความเข้าใจ

แบบขั้นตอนการเยี่ยมชมบ้านผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าระดับน้อย
ใช้เวลาประมาณ 40 นาที

ขั้นตอนที่ 1 กล่าวทักทาย พูดคุยเบื้องต้น
(ใช้เวลาประมาณ 10 นาที)

ขั้นตอนที่ 2 พบพจนานุกรมการเข้าถึงชีวิตหลังความตาย และให้กำลังใจ

- ทักทาย และให้ผู้สูงอายุเล่าเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องในชีวิตหลังความตาย และแนะนำเพิ่มเติม
- ดูภาพบันทึก กิจกรรมประจำวันในท้ายเล่ม เพื่อสังเกตการคงไว้ซึ่งวิถีชีวิต และแนะนำเพิ่มเติมถ้ามีข้อสงสัย
(ใช้เวลาประมาณ 25 นาที)

ขั้นตอนที่ 3 กล่าวชมเชยให้กำลังใจและกล่าวลา และแจ้งใจความ จะนัดพบตามเพื่อประเมินภาวะซึมเศร้าอีกครั้งที่ห้องประชุม โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (ใช้เวลาประมาณ 5 นาที)



คำนำ

ภาวະฉิมเศรในผู้สูงอายุจำเป็นต้องได้รับการดูแลรักษา หากสามารถวิเคราะห์ว่าเป็นโรคซึมเศร้าจริงจะทำให้ผู้สูงอายุได้รับการดูแลรักษาที่เหมาะสมและกลับมามีภาวะปกติได้

หนังสือ “วิธีเสริมสร้างพลังอำนาจในผู้สูงอายุ” จะช่วยให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าสามารถจัดการกับภาวะนี้ได้เป็นอย่างดีและมีจิตใจแจ่มใสดำรงชีวิตที่มีความสุขต่อไป

เกษรา มั่นประสงค์
มีนาคม ๒๕๕๔

สารบัญ

คำนำ

กิจกรรมประจำวันทำแล้วเพลิน๑

วิธีเสริมพลัง๑๓

ร้องเล่นเพลงพื้บ้าน๒๐

การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ๒๙

บทสวดมนต์จิตใจสงบ

สรุป๑๐

เอกสารอ้างอิง ๑๑

ภาวະฉิมเศร

กิจกรรมประจำวันทำแล้วเพลิน

แบบบันทึกกิจกรรมประจำวันทำแล้วเพลิน

โรงเรียนวัดบ้านกุ่มมีกิจกรรมที่ตอบสนองในเชิงจิตวิทยา เป็นการพัฒนาอย่าง
ต่อเนื่องและสม่ำเสมอ มีสื่อการเรียนรู้ที่ทันสมัยและน่าสนใจ
และนักเรียนได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมนี้ นักเรียนทุกคนได้
มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมนี้

ตัวอย่าง

วันที่	กิจกรรม	ช่วงเวลา ทำกิจกรรม	ชื่อ ผู้ทำ	ระยะเวลาที่ผ่าน	
				ก่อน	หลัง
1	กิจกรรม	1 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง	1	2
2	กิจกรรม	1 ชั่วโมง	1 ชั่วโมง	1	2



ประตูบ้าน



ประตูบ้าน



ประตูบ้าน



ประตูบ้าน



ประตูบ้าน



ประตูบ้าน



ประตูบ้าน



ประตูบ้าน



วิธีแก้เบื่อทำอะไรแล้วไม่เพลิน

ผู้สูงวัยสุขภาพดีต้องทำอะไร
ซึ่งจิตใจที่เฉื่อยชาแล้วชอบบ่น
เช่น ปวดหัว ลักสัน อารมณ์หงุดหงิด
ใช้สิ่งใหม่ แต่เวลาผ่านไปก็เบื่อ
ทำเรื่องเดิมๆ ทำซ้ำๆ ไม่ค่อย
ได้ทำพอที่พอจะพอๆ กัน
นี่คือสิ่งที่ต้องแก้ไขให้เร็ว
ที่จะกลับมาจะกลับมาเร็วให้เร็ว...

วิธีแก้เบื่อทำอะไรแล้วไม่เพลิน

ถึงเวลากินข้าว แล้วไม่ไหว
มันจุกจุก จุกจิก กลืนไม่ไหว
ท่านผู้สูงวัยทั้งหลายอย่าตกใจ
เราทำได้มีวิธี
ให้รับประทานทีละน้อย ค่อยๆ เคี้ยว
กินสบายๆ ไม่กลืนเร็ว และสุขสันต์
ไม่ต้องรีบ กินให้บ่อย ได้ทั้งวัน
สารอาหารจะได้พอ เหมาะร่างกาย
กินของอ่อน ย่อยง่าย สบายท้อง
ขอรับรอง อิ่มท้องแน่ แท้จริงหนา
ของที่ชอบกินได้สบายๆ
ในวันหน้าสุขภาพดีทุกวัน...

วิธีแก้บนออนไลน์สบาย

ส่งอายุวิธีหัลบนยากลำบากหนา
จะซมตาหัลบนได้นั้นแสนเข็น
ต่อแต่นั้นเป็นต้นไปไม่ลาเคื้อญ
ใจเย็นๆมีวิธีหัลบน สบาย
สำหรับหนึ่ง กลางวันไม่นานนมาก
ลำดับ สอง ต้องลุกจากที่นอนตอนต้นแล้ว
อย่างนอนแกร่ววีเซาต่อ รอนสาย
ถ้าตั้ง สาม ออกกำลังยัดเส้นมีางาย
ถ้าได้บ ี่นั้นหมายให้ ไม่ว่างงาน
งานที่ว่าหมายถึงทั้งทำได้
ไม่ต้องทำงานหนัก เพิ่มเม็ดเงิน
งานเบาๆที่ชอบ จะสำราญ
ที่ ชื่อนั้นถ้าทำได้ หัลบนสบายเลย...

วิธีคลายกังวลใจ

ในชีวิต ขวย หลง ที่เกิดมา
มีปัญหาให้แก้ใจกันทุกคน
เราไม่ใช่เป็นคนเดียวที่มีปัญหามากเต็ม
และไม่ต้องเป็นปัญญาแก่ใจซม
หาข้อดีให้ของตัวเอง
เช่น อ่านเก่ง ลุยสนุก ลูกหลานรัก
แล้วบันทึกไว้ว่าน่ายางหมดหวัง
จักคลายจากหนักเป็นเบา เราสนใจ
แล้วบอญให้สง ใจบอญ
อันนั้นให้ไปหาปัญญชนกิจได้
อย่ามัวเสียเวลาเสียใจบอญ
แต่ให้ใจสบาย
ที่ สงบนั้นบอญบอญบอญบอญ
ที่ บอญบอญบอญบอญบอญ
ที่ บอญบอญบอญบอญบอญ

ธรรมะสอนใจคลายยึดตน

ขอพวกเราทั้งหลายจำไว้เถิด
ว่าการเกิดนี้ลำบากยากนักหนา
ครั้นคนเราได้กำเนิดเกิดขึ้นมา
ก็กลับพากันถึงซึ่งความตาย

(หลวงวิจิตรวาทการ)

ต้องเวียนเกิดเวียนตายตามบุญบาป
เมื่อไรทราบธรรมแท้ไม่แปรผัน
ไม่ต้องเกิดไม่ต้องตายสลายครั้น
มีเท่านั้นใครหาพบจบกันเอย

(ท่านพุทธทาสภิกขุ)

กายนี้ท่านเปรียบดังทองคำไม่มี
ครั้นดับไปสมมติว่าเป็นผี
เครื่องเบี่ยงนำสะสมสมบัติ
เหมือนกันทั้งผู้ดีและชั่วใจ

(เจ้าพระยาคลัง หน)



พัฒนาผล

พัฒนาผลพัฒนาผล อันจักออกสู่คนเปลี่ยนทุกวัน
พัฒนาผลพัฒนาผล ขุดเข้า ไปสู่ทุก กับสังคมภายใน
พัฒนาผลพัฒนาผล คนผู้สำคัญมาเกี่ยวข้องกับบ้าน
พัฒนาผลพัฒนาผล คนบ้านเดียวกันช่วยกันกวาดลานกับ

บ้านใจเว

พัฒนาผลพัฒนาผล คนผู้สำคัญมาเกี่ยวข้องกับบ้านใจเว
พัฒนาผลพัฒนาผล ขุดเข้า ไปสู่ทุก กับสังคมภายใน

บ้านใจเว

แม่ศรีสุข

พัฒนาผลพัฒนาผล ขุดเข้า ไปสู่ทุก กับสังคมภายใน
พัฒนาผลพัฒนาผล ขุดเข้า ไปสู่ทุก กับสังคมภายใน

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

บ้านใจเว

เชียวรี

เราเสียใจที่ได้นำ สัตว์ญาติมาไว้ที่ข้างล่าง ที่สวนจริงนะ
น้องนะ แม่แพ้ว่าสวนจริงมันน่าเบื่อ เออ เออ เอ็ง เออ
พอได้เป็นขี้หมู

ชุดดินฟ้า

ชุดดินฟ้าก็รู้ พ่อของรักไทยดีปัส เจ้าพวงมาลา
เจ้าแม่เมตตาภาวี่ ชิวก็เทศสาร์ จนป่านนี้ต้องโยธา

เรียนเชียวรี

เรียนเชียวรี ครอบครัวนี้ทำใจน้อย เว้นอะไรสัก
มาคอย ร้องกรงเสียงเป็นเพลง ร้องว่า ร้องว่าก็แพ้
อย่าหลบ อย่าหนีให้พองพอง สำนวนอะไร แหม ขำๆทำให้
เพลงของเรามาก่อน

หน้าหนาว

หน้าหนาว หน้าหนาวหน้าหนาว เสียใจไม่มีบอก

โอย ลมโศกหน้าหนาว หน้าหนาวหน้าหนาว สดุดีสถานแก่
หนาว
ปอกระเจา

เออ เออ เออ เออ ปอกระเจา ปอกระเจา มาสิมา
เสียแล้วละน้อง ผู้ชายใจสองใจจะครองเอาไว้ได้เออ
เออ เออ เออ เราอย่าไม่น่าน้อยใจ เราอย่าไม่น่าน้อยใจ มา
เป็นสาวเอง ไม่ทันสมัยนี้หน้าน้อยใจเสียจริงนะเออ
แต่งไม่

แต่งไม่เลยไป ก็ว่าแต่งให้ลยลย ลอยมาเปล่าๆ
ไม่ได้ทำอะไรสักคน

ฝนตกน้ำใส
ฝนตกน้ำใส น้ำใส สดุดีสถานหน้าหนาว ยาม
เย็นมาเล่นน้ำกับน้องหน้าหนาว โกล้งไปอีกนิด
จิตคิดทำใจให้น้อย สวรรค์น้อยๆ อยู่แวงฟ้าแล้ว รูป
หล่อของใจพี่เอง แม่เฒ่าเป็นใจพี่มากว่า ลอยมาใน
ความฝัน ก็เลยเป็นสาวหน้าหนาว ยัยนี้รักหน้าหนาวเสียแล้ว
เออ

ทั้งใบง

คิดในใจไม่ลง เมล็ดยังไม่มาจับหลังตา ตัวผู้บินไป
ตัวเมียพู่ไข้อยู่บนหลังตา จับแน่นแรงเร็ว ในน้ำจับเลือก
ได้น้ำ ภายหลังเปิด ออกลอด อยู่ในท้องคงตา คุณหมอนไม่
มาด้วย แล้วบัวจะกลัวชีวิต

ทั้งใบงไม่ลง มาเลี้ยงไปมาไล่กรังรัง สงสารแต่
ลูกนก ไม่มีใครกกกันอุ่นรัง

มีเจ้าจ้อง

ดอกไม้กระไรจะพอสด ขาวต้องมีเจ้าของ อยู่ดี อย่า
ลือถึง เจ้าของเขาละมา ชมเล่นพอได้เป็นขวัญตา ชมเล่น
พอได้เป็นขวัญตา ถ้าของเขามาจะได้กินเข้าไป

ต้นโพ

ต้นโพใบแตก เมล็ดงอกโตกลัดได้ ฟังเสียงจำ ไม่
ความละอายเป็นสองใจ

ต้นโพใบแตก เมล็ดงอกโตกลัดได้ ฟังเสียงจำ ไม่
ความละอายเป็นสองใจ

ถ้าใครใบแตกเมล็ดงอกโตกลัดได้ ฟังเสียงจำอย่า

พลรักก็น้องจะไม่ได้ออกหน้าใคร

ถ้าใครใบแตก เมล็ดงอกโตกลัดได้ ฟังเสียง น้องเอ๋ย

ไมควรรวเลยไปห้อมงับใจ

ถ้าใครใบแตก เมล็ดงอกโตกลัดได้ ฟังเสียง น้องเอ๋ย

ไมควรรวเลยไปห้อมงับใจ

ถ้าใครใบแตก เมล็ดงอกโตกลัดได้ ฟังเสียง

ถ้าใครใบแตก เมล็ดงอกโตกลัดได้ ฟังเสียง

ถ้าใครใบแตก เมล็ดงอกโตกลัดได้ ฟังเสียง

ใช้จริง

ใช้จริงที่จริง ถ้าใครรักจริง ก็ให้รักออกมา รักกันเป็นรัก
ด้วย ถ้ารักกันเป็นรักด้วย รักของพ่อจนมาเป็นรักลา

นกเขาพาดู

นกเขาพาดู ฟังเสียงไม่ลงเวลาอย่ามาของ ตัวผู้ตีเข้า
ฟังก่อน จะไม่เสียเปรียบของนกเขา

นกเขกับบ้านเขาไม่ใจของเราอย่างมาของ ตัวเมียตีปีกฟ้าๆ
ตัวผู้ตามรับรู้ดีทุกๆ

ครีมี ครีมี ครีมี

ครีมี ครีมี ครีมีอย่างเดิมทั้งเสียงเลย รักกันเอาไว้เด็ดเหมา
เขาเป็นลนจับไปไกลตามพลงมันเดินยาก ตามพลงมันเดิน
ยาก มันแสนลำบากหัวใจ

โสน

โสน โสน โสน ยอดสร้อยทำไม่มา ไปพบเมียแก้ว เมื่อ
หลับแล้วก็ไม่มา

พญาหงษ์

พระชะ พญาหงส์เอ๋ย สอภิกษณ์ร่ายลงเข้าไปในดงป่ากระ
ดับ สะดิงเอง ค้างลับ เจ้าพญาหงส์เอ๋ย เอ็ง เอ็ง เอ็ง
เอ๋ย

พวงมาลัย

พวงมาลัย เจ้าเอ๋ยจะไปจากห้อง สาวน้อยคอยล่อง จะ
ไปเข้าห้องที่ไหนเล่าเอ๋ย เอ๋ย เอ๋ย เอ็ง

พาเข้าห้อง

จะว่าแล้วนางจะทาน้ำห้อง สาวน้อยคอยล่อง จะเข้าห้อง
ที่ไหนเล่าเอ๋ย สาวเอ๋ยที่แม่รำสอย คนไหนรำด้วยพอเชิญ
น้องว่า อย่าหมาย อย่าเล่น อย่าหมาย อย่าเล่น เห็น
พวงน้อย น้อยน้อย น้อย น้อย น้อย น้อย น้อย น้อย

ขอแก้วคืน

พี่ว่า พี่ว่า คอแห้ง ไม่มีแรงของน้ำดื่มที่ น้ำบ่อฉันก็ไม่
เอา น้ำบ่อฉันก็ไม่เอา จะขอน้ำหวานใช้พี่ดีกว่า

ต้นทอง

กับทองไปปลิว ถ้าถึงสรวงจะปล่อยให้พจนตรึง ๆ
เถิดเถิดน้ำหวาน





ในกรณีที่ผู้ได้รับคำสั่ง

มีคำสั่งหรือมีมติให้

ดำเนินการตามคำสั่ง

นั้นแล้ว ผู้รับคำสั่ง

มีหน้าที่ปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

การบริหารข้อเข้าเมื่อไปทะเล

มีหน้าที่ปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม

คำสั่งนั้นอย่างเคร่ง

ครัดและต้องปฏิบัติตาม



จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้มีผลเป็นทุกข์ทุกใจเลย
จงมีความสวัสดี สุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้น
เทอญ

ฮัตปซิส เทออาเย

Ученые считают, что в будущем в России будет развиваться не столько традиционная медицина, сколько нетрадиционная, основанная на древних рецептах. В частности, восточная медицина, которая имеет богатую историю и опыт.

NEUMAN, EUGENE M.

www.think.org.sg

ชีวประวัติของปราชญ์
 มิ่งรักของพ่อและแม่

(1966-67)

ขอพระราชทานญัตติขานรับเสด็จสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ และสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าจุฬาภรณวลัยลักษณ์ อัครราชกุมารี

จากแม่เมตตา

สัตว์ทั้งหลายต่างปวง ที่เบียดเบียนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกัน
ทั้งสิ้น

จริงเป็นสุขเป็นสุขเกิด อย่างใดมเวรแก่กันและกันเลย

จงเป็นสขเป็นสขเกิด อย่าได้มียศเป็นขงกับและกนเลย

ทุกปี อีกด้วย ประการนี้ มีความสำคัญยิ่งกว่าประการอื่น
ที่ปรากฏชัดชัด ดังกล่าว

การสนทนาให้เจ้ากรรมนายเวร

ข้าพเจ้าขอเทศน์กล่าวการเจริญภาวนา มีดังนี้
กรรมนายเวร ทั้งหลายขอข้าพเจ้าที่ข้าพเจ้าได้มีโอกาสได้
ทำไว้ อันเนื่องด้วยจิตอันบริสุทธิ์ใจจะอยู่ด้วย
หรือไม่ได้ก็ตาม ขอให้ท่านได้รู้และปฏิบัติ ได้มีผล
อันดีแก่กรรมนายเวร ไม่เลยจากข้าพเจ้า ด้วยจิตอัน
ดีด้วย

อาราธนาที่ ๕

พระรัตนตรัย ข้าพเจ้าขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย
และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลก จงดลบันดาล
ให้ข้าพเจ้าได้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบด้วยจิตอัน
ดีด้วย

อนึ่ง ข้าพเจ้า ขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย
และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลก จงดลบันดาล
ให้ข้าพเจ้าได้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบด้วยจิตอัน
ดีด้วย

คำถวายสังฆทาน

อนึ่ง ข้าพเจ้า ขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย
และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลก จงดลบันดาล
ให้ข้าพเจ้าได้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบด้วยจิตอัน
ดีด้วย

อาราธนาที่ ๕

พระรัตนตรัย ข้าพเจ้าขออาราธนาคุณพระศรีรัตนตรัย
และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายในสากลโลก จงดลบันดาล
ให้ข้าพเจ้าได้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบด้วยจิตอัน
ดีด้วย



เอกราช ธรรมะ นิธิ

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

ภาคผนวก ข รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. แพทย์หญิงสุกัญญาวัชรชัยกุล

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

2. ดร.เพ็ญภา แดงด้อมยุทธ์

คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3. อาจารย์มาณิกา เพชรรัตน์

คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวร

4. อาจารย์ยุพาพัทตร์ รักมณีวงศ์

คณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยนเรศวร

5. คุณ อักษร สืบจันทร์

โรงพยาบาลกงไกรลาศ อำเภอกงไกรลาศ จังหวัดสุโขทัย

ภาคผนวก ค เอกสารที่ใช้ในการวิจัย



ประกาศบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการที่ปรึกษาเพื่อควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ระดับปริญญาโท

เพื่อให้การทำวิทยานิพนธ์ของนิสิตระดับปริญญาโท ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อยมีคุณภาพ และมาตรฐานสอดคล้องกับหลักเกณฑ์ของสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา และเป็นไปตามข้อ 24.2.1 แห่งข้อบังคับมหาวิทยาลัยนเรศวร ว่าด้วยการศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา พ.ศ. 2549

ฉะนั้น อาศัยอำนาจตามความในมาตรา 23 แห่งพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยนเรศวร พ.ศ. 2533 บัณฑิตวิทยาลัย จึงแต่งตั้งอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ของ นางสาวกษมา มั่นประสงค์ รหัสประจำตัว 52060101 สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ดังต่อไปนี้

- | | | |
|----------------------|------------|-----------------------------|
| 1. ดร. อู๊ดอภา | ตั้งคำวนิช | ประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ |
| 2. แพทย์หญิงน้ำทิพย์ | ทับทิมทอง | กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ |

ให้อาจารย์ที่ปรึกษาดำเนินการควบคุมการทำวิทยานิพนธ์ ให้เป็นไปตามประกาศมหาวิทยาลัยนเรศวร เรื่อง แนวปฏิบัติในการทำวิทยานิพนธ์ ประกาศ ณ วันที่ 6 ธันวาคม พ.ศ. 2549

ประกาศ ณ วันที่ 30 มิถุนายน พ.ศ. 2554

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คณินิจ กุฬฉินวิบูลย์)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร



เอกสารรับรองโครงการวิจัยในมนุษย์
คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ชื่อโครงการ	ผลของโปรแกรมเสริมสร้างพลังอำนาจต่อระดับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ The effects of empowerment program on depression level in elderly.
ชื่อหัวหน้าโครงการ	นางสาวกษมา มั่นประสงค์
ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา	ดร.จิตติอาภา ดังคำวานิช
เลขสำคัญโครงการ	HE 54-Ep1-0042 (Version 1.0)
เลขที่รับรองโครงการ	55 02 02 0004
สังกัดหน่วยงาน/คณะ	พยาบาลศาสตร์
การรับรอง	ขอรับรองโครงการวิจัยดังกล่าวข้างบนนี้ได้ผ่านการพิจารณาและรับรอง จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ครั้งที่ 1/2555 เมื่อวันที่ 25 มกราคม 2555
วันสิ้นสุดการรับรอง	วันที่ 25 มกราคม 2556
ประเภทการรับรอง	รับรองแบบเร่งรัด

ลงนาม

(นายแพทย์สมเกียรติ บุญสวัสดิ์กุล)
 ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
 กลุ่มสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์สุขภาพ
 มหาวิทยาลัยนเรศวร



ประกาศบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร
เรื่อง อนุมัติให้นิสิตระดับปริญญาโทดำเนินการทำวิจัย
ครั้งที่ 174/2554

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้ นางสาวกษมา มั่นประสงค์ รหัสประจำตัว 52060101 นิสิตระดับปริญญาโท
หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ดำเนินการวิจัยตามโครงการ
วิทยานิพนธ์ที่เสนอ

เรื่อง ภาษาไทย “ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อระดับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ”
ภาษาอังกฤษ “THE EFFECTS OF EMPOWERMENT PROGRAM ON DEPRESSION LEVEL
IN ELDERLY”

โดยมี ดร.ธิดาภา ตั้งจำวนิช เป็นประธานที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

จึงประกาศมาให้ทราบโดยทั่วกัน

ประกาศ ณ วันที่ 11 ตุลาคม พ.ศ. 2554

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์กุล บำรุงไทย)
รองคณบดีฝ่ายบริหาร รักษาการแทน
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร

ภาคผนวก ง หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลวิจัย



คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล
สำนักงานรองคณบดีฝ่ายวิจัย
บางกอกน้อย กรุงเทพฯ 10700
โทร. 0 2419 9407-9

ที่ ศธ 0517.07/23378

วันที่ 14 ธันวาคม 2554

เรื่อง ยินดีให้ความอนุเคราะห์ใช้เครื่องมือวิจัย

เรียน คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร

อ้างถึง หนังสือ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร ที่ ศธ 0527.02.01/5085 ลงวันที่ 19 ตุลาคม 2554

ตามที่ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร ได้ขอความอนุเคราะห์ให้ นางสาวกษมา มั่นประสงค์ รหัสประจำตัว 52060101 นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สังกัดบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร เข้าใช้เครื่องมือ "แบบวัดความเครียดในผู้สูงอายุของไทย จากกลุ่มพื้นที่สมรรถภาพสมอง คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล" โดยมี ศ. นพ.นิพนธ์ พ่วงวิวัฒน์ เป็นประธานในการพัฒนาเครื่องมือ เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง "ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อระดับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ" ความละเอียดดังแจ้งแล้ว

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ทิชาณาแล้วยินยอมให้ นางสาวกษมา มั่นประสงค์ เก็บข้อมูลได้ตามที่ขอความอนุเคราะห์มา ทั้งนี้ในส่วนรายละเอียดขอให้ประสานงานโดยตรงได้ที่ คุณสุนันทา ทองเขียว สาขาวิชาประสาทวิทยา ภาควิชาอายุรศาสตร์ โทรศัพท์ 0-2419-7101-2

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(ศาสตราจารย์นายแพทย์ประสิทธิ์ วัฒนาภา)

รองคณบดี ปฏิบัติงานแทน

คณบดีคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล



ที่ ศธ 0527.02.01/ ๗๗๗

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร
อำเภอเมืองฯ จังหวัดพิษณุโลก 65000

17 ตุลาคม 2554

เรื่อง ขอความร่วมมือเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน สาธารณสุขอำเภอคลองไทร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน.....ฉบับ

ด้วย นางสาวกษมา มั่นประสงค์ รหัสประจำตัว 52060101 นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชา
การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน สังกัดบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร ได้รับอนุมัติให้ดำเนินการทำ
วิทยานิพนธ์ เรื่อง “ผลของโปรแกรมการเสริมสร้างพลังอำนาจต่อระดับภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยสูงอายุ”
เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท สาขาจิตวิทยา โดยมี ศร.อุทัยภา ดั่งคำวานิจ เป็นอาจารย์
ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

ในการทำวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากบุคลากรในหน่วยงานของ
ท่าน บัณฑิตวิทยาลัย จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลใน
การวิจัย ซึ่งจะประโยชน์ทางวิชาการต่อไป บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะ
ได้รับ

ความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดีและขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คณึงนิจ ภู่วินิจฉัย)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร

1. งานวิชาการ บัณฑิตวิทยาลัย

โทร 0-5596-2443-4 ต่อ 115-119

โทรสาร 0-5596-2066

2. นางสาวกษมา มั่นประสงค์

โทร 081-972-7773