



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

แบบสอบถามและแบบประเมินการศึกษาวิจัย เรื่อง กิจกรรมการดำเนินชีวิตกับความสุข

ในผู้ป่วยจิตเภท โรงพยาบาลสวนปรุงจังหวัดเชียงใหม่

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัย เพื่อศึกษาระดับความสุขในผู้ป่วยจิตเภท กับระดับความสามารถและระดับความพึงพอใจในการทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต โดยกิจกรรมการดำเนินชีวิตแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ การดูแลรักษาตนเอง (Activities of daily living) การทำงาน (Work) และกิจกรรมยามว่าง (Leisure) โดยข้อมูลที่ได้จะนำไปวิเคราะห์ผลในภาพรวม ไม่ก่อให้เกิดผลเสีย หรืออันตรายใดๆแก่ผู้ตอบ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณในความร่วมมือในการตอบแบบประเมิน และการให้ข้อมูลเพื่อเป็นประโยชน์ในการวิจัยครั้งนี้

คำชี้แจง

ในการศึกษาวิจัยนี้ แบ่งข้อมูลออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 ดัชนีชี้วัดความสุขของคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความสามารถในการประกอบกิจกรรมการดำเนินชีวิต (The Canadian Occupational Performance Measure: COPM)

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

1. วัน เดือน ปี เกิด
2. อายุ () 20-30 ปี () 41-50 ปี
() 31-40 ปี () 51-60 ปี
3. เพศ () ชาย () หญิง
4. ชนิดของโรคจิตเภท
5. สถานภาพการสมรส () โสด () คู่ () ม้าย
() หย่า () แยกกันอยู่
6. ระดับการศึกษา () ไม่ได้เรียน () ประถมศึกษา () มัธยมศึกษา
() อนุปริญญา () ปริญญาตรี () อื่นๆ(ระบุ).....
7. ศาสนา () พุทธ () คริสต์ () อิสลาม
() พราหมณ์-ฮินดู () ซิกข์ () อื่นๆ(ระบุ).....
8. อาชีพ () ว่างาน () ค้าขาย () รับจ้าง
() เกษตรกรรม () รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ
() อื่นๆ(ระบุ).....
9. รายได้จากการทำงาน (ต่อเดือน)
- () ต่ำกว่า 5,000 บาท () 5,000 - 10,000 บาท
() 10,001 - 20,000 บาท () มากกว่า 20,000 บาท
10. จำนวนครั้งที่มารับการรักษา ครั้ง

11. บทบาทที่รับผิดชอบภายในครอบครัว (เลือกได้มากกว่า 1)

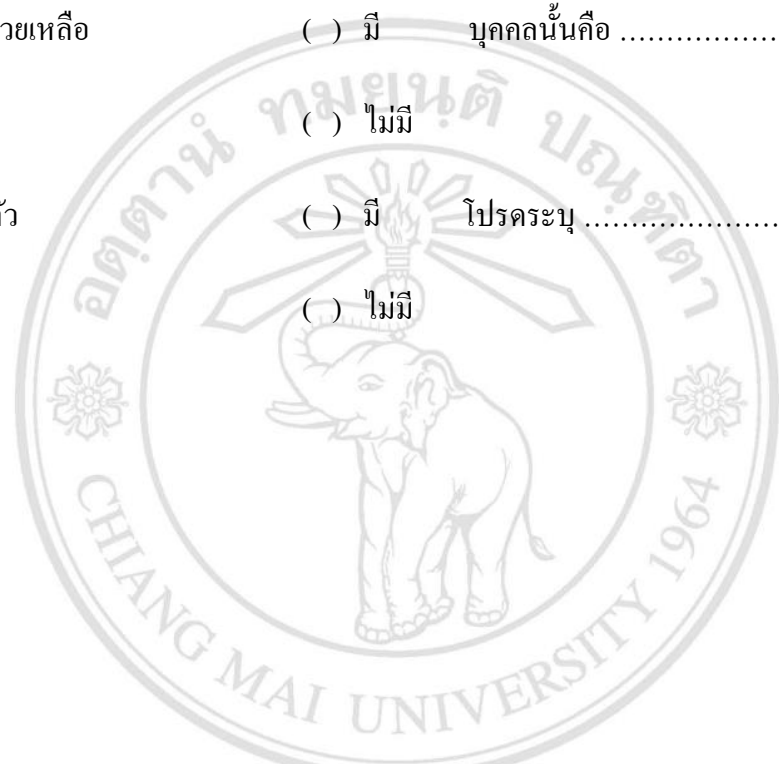
- พ่อ แม่ ลูก
- พี่/น้อง ปู่/ย่า/ตา/ยาย ลุง/ป้า/น้า/อา
- อื่นๆ(ระบุ).....

12. ผู้ดูแลหรือช่วยเหลือ มี บุคคลนั้นคือ

ไม่มี

13. โรคประจำตัว มี โรคระบุ

ไม่มี



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ส่วนที่ 2 **ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น Thai Happiness Indicators (THI –15)**

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่มีข้อความตรงกับตัวท่านมากที่สุด

คำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์ของท่านในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา ให้ท่านสำรวจตัว ท่านเองและประเมินเหตุการณ์ อารมณ์หรือความคิดเห็นและความรู้สึกของท่านว่าอยู่ในระดับใด และตอบลงในช่องคำตอบที่เป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด โดยคำตอบจะมี 4 ตัวเลือก คือ

ไม่เลย หมายถึง ไม่มีเหตุการณ์ อารมณ์ ความรู้สึก หรือไม่เห็นด้วยกับเรื่องนั้น ๆ

เล็กน้อย หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อารมณ์ ความรู้สึกหรือเห็นด้วยในเรื่องนั้นๆเพียงเล็กน้อย

มาก หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อารมณ์ ความรู้สึกในเรื่องนั้นๆมาก หรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆมาก

มากที่สุด หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อารมณ์ ความรู้สึกหรือเห็นด้วยในเรื่องนั้นๆมากที่สุด

ข้อที่	คำถาม	ไม่เลย	เล็กน้อย	มาก	มาก
1	ท่านรู้สึกว่าคุณชีวิตมีความสุข				
2	ท่านรู้สึกภูมิใจใน				
3	ท่านต้องไปรับการรักษาพยาบาลเสมอๆเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตและทำงานได้				
4	ท่านพึงพอใจในรูปร่างหน้าตาของท่าน				
5	ท่านมีสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อนบ้าน				
6	ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จและความก้าวหน้าในชีวิต				
7	ท่านมั่นใจที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต				
8	ถ้าสิ่งต่าง ๆ ไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง ท่านจะรู้สึกหงุดหงิด				
9	ท่านสามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ด้วยตัวท่านเอง				
10	ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหา				
11	ท่านมีความสุขกับการริเริ่มงานใหม่ ๆ และมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ				
12	ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านไร้ค่า ไม่มีประโยชน์				
13	ท่านมีเพื่อนหรือญาติพี่น้องคอยช่วยเหลือท่านในยามที่ท่านต้องการ				
14	ท่านมั่นใจว่าชุมชนที่ท่านอยู่อาศัยมีความปลอดภัยต่อท่าน				
15	ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียด				

เมื่อรวมคะแนนทุกข้อแล้วนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติที่กำหนดดังนี้

- คะแนน 33 – 45 คะแนน หมายถึง มีความสุขมากกว่าคนทั่วไป (good)
- คะแนน 27 – 32 คะแนน หมายถึง มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป (fair)
- 26 คะแนน หรือน้อยกว่า หมายถึง มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป (poor)

ส่วนที่ 3 แบบประเมินความสามารถในการทำกิจกรรมสำหรับผู้ป่วยจิตเวช
(The Canadian Occupational Performance Measure: COPM)

Performance areas	ระดับความสามารถ ในการทำกิจกรรม	ระดับความพึงพอใจ ต่อการทำกิจกรรม	ไม่มีโอกาสได้ทำกิจกรรม นี้ (โปรดระบุเหตุผล)
A: Activities of Daily Living			
1. Grooming			
2. Oral hygiene			
3. Bathing/Showering			
4. Toileting			
5. Dressing			
6. Feeding and eating			
7. Medication routines			
8. Health maintenance			
9. Socialization			
10. Functional communication			
11. Community mobility			
12. Emergency response			
รวมคะแนน			

● คะแนนเฉลี่ย ด้าน Activities of Daily Living

1. ระดับความสามารถในการทำกิจกรรม คะแนน $\text{หารด้วยจำนวนกิจกรรมที่ทำ} = \dots\dots$ คะแนน
2. ระดับความพึงพอใจต่อกิจกรรม คะแนน $\text{หารด้วยจำนวนกิจกรรมที่ทำ} = \dots\dots$ คะแนน

Performance areas	ระดับความสามารถ ในการทำกิจกรรม	ระดับความพึงพอใจ ต่อการทำกิจกรรม	ไม่มีโอกาสได้ทำกิจกรรม นี้ (โปรดระบุเหตุผล)
B: Work and Productive activities			
1. Home management			
a. Clothing care			
b. Cleaning			
c. Meal preparation			
d. Shopping			
e. Money management			
f. Household maintenance			
g. Safety procedure			
2. Care of others			
3. Education activities			
4. Vocational activities			
a. Vocational exploration			
b. Job acquisition			
c. Work or job performance			
d. Volunteer participation			
รวมคะแนน			
C: Leisure activity			
1. Leisure exploration			
2. Leisure performance			
รวมคะแนน			

- คะแนนเฉลี่ย ด้าน Work and Productive activities

1. ระดับความสามารถในการทำกิจกรรม คะแนน หาดด้วยจำนวนกิจกรรมที่ทำ = คะแนน
2. ระดับความพึงพอใจต่อกิจกรรม คะแนน หาดด้วยจำนวนกิจกรรมที่ทำ = คะแนน

- คะแนนเฉลี่ย ด้าน Leisure activity

1. ระดับความสามารถในการทำกิจกรรม คะแนน หาดด้วยจำนวนกิจกรรมที่ทำ = คะแนน
2. ระดับความพึงพอใจต่อกิจกรรม คะแนน หาดด้วยจำนวนกิจกรรมที่ทำ = คะแนน

ข้อมูลเกี่ยวกับแบบประเมินที่ใช้คัดกรองกลุ่มตัวอย่าง

1. **แบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย (Mini-Mental State Examination หรือ MMSE-Thai 2002, TMSE)**(คณะกรรมการจัดทำแบบทดสอบสภาพสมองเบื้องต้นฉบับภาษาไทย, 2542)

เป็นเครื่องมือสำหรับวัดระดับ Cognitive state ในผู้ป่วยที่มีความพิการทางสมองประกอบด้วย 5 ส่วน 11 ข้อคำถามทดสอบ 6 ด้านคือ Orientation, Registration, Attention, Calculation, Recall และ Language มี คะแนน 0 - 30 คะแนนใช้เวลาในการทำแบบทดสอบประมาณ 5 - 10 นาทีศึกษาผลการทดสอบพบว่าสามารถแยกผู้ป่วยสองกลุ่มอาการได้ คือ Organic dementia และ Function psychiatric disorder รวมถึงมีการศึกษามาตรฐานในการวินิจฉัยภาวะสมองเสื่อมกับภาวะ Delirium ได้ค่าความไว (Sensitivity) เท่ากับร้อยละ 87 ค่าความจำเพาะ (Specificity) เท่ากับร้อยละ 82 มีจุดตัดที่ คะแนน 23 จาก 30 คะแนน

ในงานวิจัยครั้งนี้ใช้แบบทดสอบTMSE เพื่อใช้เป็นแบบประเมินในการกำหนดเกณฑ์คัดเข้าของกลุ่มตัวอย่าง โดยจะต้องมีคะแนนความรู้ความเข้าใจในคำปกติคือในกรณีไม่ได้เรียนหนังสือจะต้องได้คะแนนไม่ต่ำกว่า 15 คะแนน, เรียนระดับประถมศึกษาได้คะแนนไม่ต่ำกว่า 18 คะแนนและเรียนระดับสูงกว่าประถมศึกษาได้คะแนนไม่ต่ำกว่า 23 คะแนน

2. **Social and Occupational Functioning Assessment Scale (SOFAS)**

(พันธุภา กิตติรัตน์ไพบุลย์, 2544)

การใช้แบบประเมิน SOFAS คือการให้คะแนนโดยนักกิจกรรมบำบัดโรงพยาบาลสวนปรุง ซึ่งจะเป็นการประเมินรายบุคคลโดยเฉพาะในระดับความสามารถของการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมและการทำกิจกรรม ที่มีได้มีผลกระทบโดยตรงจากอาการทางจิต การประเมินโดยใช้คะแนน SOFAS นั้นจะประเมินในช่วงเวลาจริง ณ ขณะรับการบำบัดรักษาและประเมินโดยนักกิจกรรมบำบัด และอาจสามารถใช้ประเมินระดับการทำกิจกรรมในช่วงเวลาอื่นๆได้ อาทิ การประเมินซ้ำหลังจากการให้การบำบัดรักษาในช่วงเวลาที่ผ่านไป

พิจารณาหน้าที่ทางสังคมและหน้าที่การทำงานอย่างต่อเนื่อง จากมีความสามารถในหน้าที่ดีเลิศจนถึงมีความบกพร่องในหน้าที่อย่างมาก รวมถึงความบกพร่องในหน้าที่อันเกิดจากข้อจำกัดทางร่างกายหรือความบกพร่องอันเกิดจาก

ความเจ็บป่วยทางจิต จะประเมินเฉพาะความบกพร่องในหน้าที่ที่เป็นผลโดยตรงจาก ปัญหาสุขภาพกายหรือสุขภาพจิต ส่วนผลที่เกิดจากการขาดโอกาสและข้อจำกัดด้าน สิ่งแวดล้อมจะไม่นำมาพิจารณาร่วมด้วย

หลักเกณฑ์ (หมายเหตุ: ใช้ค่าระหว่างกลางของหลักเกณฑ์ตามความ เหมาะสม เช่น 45, 68, 72)

ระดับการให้คะแนน

- 91 – 100 มีความสามารถในหน้าที่ดีเยี่ยมในหลายกิจกรรมอย่างรอบด้าน
- 81 – 90 มีความสามารถในหน้าที่ทุกด้านดี ทั้งด้านหน้าที่ทางกรงานและหน้าที่ทาง สังคม
- 71 – 80 มีความบกพร่องในหน้าที่ทางสังคม การงาน หรือ โรงเรียนน้อยมาก (เช่น มี ความขัดแย้งกับคนอื่นนานๆที่ ทำงานของ โรงเรียน ไม่ทันบางครั้ง)
- 61 – 70 มีความยากลำบากในการปฏิบัติหน้าที่ทางสังคม การงานหรือ โรงเรียนบ้าง แต่หน้าที่โดยรวมยังดีอยู่ สามารถสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายได้บ้าง
- 51 – 60 มีความยากลำบากในการปฏิบัติหน้าที่ทางสังคม การงาน หรือ โรงเรียนปาน กลาง (เช่น มีเพื่อนน้อย มีข้อขัดแย้งกับกลุ่มหรือผู้ร่วมงาน)
- 41 – 50 มีความยากลำบากในการปฏิบัติหน้าที่ทางสังคม การงานหรือ โรงเรียนอย่าง มาก (เช่น ไม่มีเพื่อน หรือ ไม่สามารถปฏิบัติงานได้)
- 31 – 40 มีความบกพร่องในหน้าที่หลายด้าน เช่น การงาน โรงเรียน ความสัมพันธ์ใน ครอบครัว (เช่น ผู้ป่วยซึมเศร้าจนหลีกเลี่ยงเพื่อนฝูง ไม่สนใจครอบครัวและ ไม่สามารถทำงานได้ กรณีเด็กที่ชอบตีเด็กที่ตัวเล็กกว่า คือที่บ้าน และสอบ ตกที่โรงเรียน)
- 21 – 30 ไม่สามารถที่จะปฏิบัติหน้าที่ได้ในเกือบทุกด้าน (เช่น นอนทั้งวัน ไม่มีงาน ทำ ไม่มีบ้าน หรือ ไม่มีเพื่อน)
- 11 – 20 ไม่สามารถดูแลสุขอนามัยส่วนตัวได้นานๆที่ ไม่สามารถที่จะปฏิบัติหน้าที่ ได้โดยไม่ต้องพึ่งพา
- 1–10 ไม่สามารถดูแลสุขอนามัยส่วนตัวได้เลย ไม่สามารถที่จะปฏิบัติหน้าที่โดย ไม่ทำอันตรายต่อตัวเองหรือผู้อื่น หรือ โดยไม่มีการช่วยเหลือจากภายนอก (เช่น การดูแลจากพยาบาล)
- 0 ข้อมูลไม่เพียงพอ

คำอธิบายหัวข้อที่ใช้ในแบบประเมิน COPM (หทัยชนก อภิโกมลกร ,2547)

A. กิจวัตรประจำวัน หรือกิจกรรมการดูแลรักษาตนเอง Activity of Daily Living : ประกอบด้วย

1. การประทิน โทม (Grooming) หมายความว่ารวมทั้งตั้งแต่การจัดหาให้ได้มา และการใช้
อุปกรณ์ต่างๆในการแต่งตัว ได้แก่ อุปกรณ์กำจัดขน (มีดโกน เครื่องโกนหนวด ครีมน
ฯลฯ) การแต่งหน้าและการล้างเครื่องสำอาง การอาบน้ำ หวีผม แต่งผม การดูแล เล็บ
มือและเท้า การดูแลผิวหนัง ใบหู ดวงตา และการใช้น้ำยาดับกลิ่น
2. การดูแลช่องปาก (Oral hygiene)หมายความว่ารวมทั้งตั้งแต่ การจัดหาให้ได้มา และการใช้
อุปกรณ์ต่างๆในการดูแลช่องปาก ตั้งแต่การแปรงฟัน บ้วนปาก ใช้ไหมขัดฟัน หรือ
แม้แต่การดูแลฟันปลอม (ถ้ามี)
3. การอาบน้ำ (Bathing/Showering)หมายความว่ารวมทั้งตั้งแต่การจัดหาให้ได้มาและการใช้
อุปกรณ์ต่างๆในการอาบน้ำ ตั้งแต่การใช้สบู่ การล้างตัว เช็ดตัว การทรงท่า/ทรงตัว
ขณะอาบน้ำ และการเคลื่อนย้ายตัว เพื่อไปอาบน้ำ
4. การใช้ห้องน้ำ(Toileting)หมายความว่ารวมทั้งตั้งแต่การจัดหาให้ได้มาและการใช้อุปกรณ์
ต่างๆในการใช้ห้องน้ำ ตั้งแต่การถอด/สวมเสื้อผ้า การทรงท่า/ทรงตัว ขณะใช้ห้องน้ำ
การทำความสะอาดร่างกาย การทำความสะอาดหลังการขับถ่าย การเคลื่อนย้ายตัว
และอาจรวมถึงการดูแลพิเศษอื่นๆ หากผู้รับบริการต้องใช้สายสวนปัสสาวะ หาก
ผู้รับบริการต้องใช้สายสวนปัสสาวะหรือทำโคลอสโตมิ
5. การดูแลอุปกรณ์ส่วนบุคคล (Personal device care)การทำความสะอาด การดูแลและ
บำรุงรักษาอุปกรณ์เสริมต่างๆ เช่น เครื่องช่วยฟัง แว่นตา คอนแทกเลนส์ เครื่องดาม
อวัยวะเทียม ยา หรืออุปกรณ์คุมกำเนิด เป็นต้น
6. การแต่งตัว (Dressing)หมายถึงการสวมใส่เสื้อผ้า ที่รวมทั้งตั้งแต่การเลือกเสื้อผ้าที่
เหมาะกับกาลเทศะจนถึงกระบวนการใส่/ถอดเสื้อผ้า เครื่องประดับ รองเท้า อาจ
รวมถึงการใส่/ถอดอุปกรณ์ช่วยหรืออุปกรณ์เสริมต่างๆ (ถ้ามี)
7. การรับประทานอาหาร (Feeding and eating)หมายความว่ารวมทั้งตั้งแต่การจัดอาหาร ตั้ง
โต๊ะ เลือกอุปกรณ์ การนำอาหาร หรือเครื่องดื่มจากภาชนะมาถึง การดูด การเคี้ยว

การกลืน ปฏิบัติยาสะท้อนกลับที่เกี่ยวข้อง เช่น การสำลัก การไอ และยั้งรวมถึง การจัดหาอาหารบำรุงร่างกายพิเศษอื่นๆด้วย

8. การรับประทานยา (Medication routines) หมายความว่ารวมทั้ง การจัดหา ยา การเปิดปิดภาชนะบรรจุ การรับประทานยา ตามระยะเวลาและปริมาณที่กำหนด รวมถึงการสังเกตและรายงานอาการข้างเคียงหลังจากรับประทานยา
 9. การดูแลสุขภาพ (Health maintenance) หมายความว่า การสร้าง พัฒนา และการคงไว้ซึ่งพฤติกรรมในการหลีกเลี่ยงป้องกันการเจ็บไข้ได้ป่วย การส่งเสริมสุขภาพ เช่น การออกกำลังกาย การควบคุมอาหาร การลดปัจจัยเสี่ยง เป็นต้น
 10. การเข้าสังคม (Socialization) คือการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆอย่างเหมาะสมกับวิถีทางสังคมและวัฒนธรรม ตามความต้องการของตนเอง
 11. การสื่อสาร (Functional communication) หมายความว่า การใช้เครื่องมือต่างๆเพื่อรับและส่งข้อมูล ได้แก่ เครื่องเขียน (จดหมาย โทรศัพท์ โทรสาร เครื่องพิมพ์ดีด คอมพิวเตอร์ รวมถึงระบบต่างๆที่ใช้ขอความช่วยเหลือเมื่อฉุกเฉิน และเครื่องช่วยต่างๆสำหรับผู้พิการทางการสื่อสาร เช่น อักษรเบรลล์ การสื่อสารสำหรับคนหูหนวก ฯลฯ
 12. การเคลื่อนย้ายตัว (Functional mobility) หมายความว่า การเคลื่อนย้ายจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง เช่น การเคลื่อนย้ายตัวบนเตียง การใช้ล้อเข็น การเคลื่อนย้ายตัวจากล้อเข็นไปยังที่ต่างๆเช่น เตียง รถ ห้องน้ำ และอื่นๆ
 13. การเคลื่อนย้ายตัวและการเดินทางภายในชุมชน (Community mobility) ที่รวมถึงการคมนาคม ทั้งการเดินทางโดยพาหนะส่วนตัวและบริการของรัฐ
 14. การตอบสนองต่อภาวะฉุกเฉิน (Emergency response) ได้แก่ การตระหนักถึงภัยอันตรายที่เกิดขึ้นอย่างทันทีทันใด หรือที่ไม่คาดหมายไว้ได้อย่างทันท่วงทีและแสดงปฏิบัติการตอบสนองได้อย่างเหมาะสม เพื่อลดอันตรายเหล่านั้นได้
- B. งานหรือกิจกรรมที่มีผลผลิต (Work and Productive activities) โดยอาจเป็นการทำเพื่อหาเลี้ยงชีพหรือเพื่อประโยชน์ต่อตนเอง หรือแก่สังคมประกอบด้วย
1. การดูแลบ้าน (Home management) ได้แก่ การจัดหา การดูแลรักษาสิ่งของและสิ่งแวดล้อมรอบๆตัวที่อยู่ในความครอบครองของตนเอง หรือของครอบครัว

- a. การดูแลเสื้อผ้า (Clothing care) ซึ่งรวมถึง การจัดหาและการใช้ผลิตภัณฑ์ต่างๆที่เกี่ยวข้อง ตั้งแต่การซัก (ซักมือ หรือใช้เครื่องซักผ้า) การพับ การรีด การจัดเก็บ และการซ่อมแซมเสื้อผ้า
 - b. การจัดหาและการใช้ผลิตภัณฑ์ต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการทำความสะอาด (Cleaning) ตั้งแต่การเก็บกวาด การทิ้งขยะ การดูดฝุ่น การถูพื้น การขัดถู ล้างหน้าต่าง ทำความสะอาดกระจก จัดเตียง
 - c. การเตรียมอาหาร และการล้างและจัดเก็บ (Meal preparation and Clean up) กิจกรรมนี้จะเริ่มตั้งแต่การวางแผนให้ได้อาหารที่มีคุณค่าตามต้องการ (โดยเฉพาะกลุ่มที่ต้องควบคุมอาหารเป็นพิเศษ เช่น มีความดันโลหิตสูง เบาหวาน เป็นต้น) การเตรียม การจัดโต๊ะ เติมน้ำ การเปิด-ปิดภาชนะ ตู้และลิ้นชัก การใช้อุปกรณ์รับประทานอาหาร การทำครัว การล้างและการจัดเก็บ (ทั้งอาหารและอุปกรณ์)
 - d. การจัดเตรียมสิ่งที่ต้องการซื้อ การเลือกและการซื้อ การเลือกใช้วิธีจ่าย (Shopping) (เช่น เงินสด หรือเครดิต) กระบวนการที่เกี่ยวข้อง เช่น การต่อรองราคา การตกลงเรื่องสินเชื่อ เป็นต้น
 - e. การจัดการการเงิน (Money management) จะเริ่มตั้งแต่การจัดทำงบประมาณการใช้ จ่าย การใช้จ่าย และการใช้บริการธนาคาร
 - f. การดูแลรักษาบ้าน (Household maintenance) บริเวณบ้าน สนาม เครื่องใช้ต่างๆ ยานพาหนะ และข้าวของอื่นๆที่อยู่ในบ้าน
 - g. การรู้จักวิธีการและดำเนินการเพื่อความปลอดภัย ป้องกันภัย และอุบัติเหตุต่างๆ (Safety procedure)
2. การดูแลเด็ก คู่ครอง พ่อแม่ หรือบุคคลอื่นๆ (Care of others) เช่น การดูแลทางร่างกาย (หาอาหารให้ ทำความสะอาดร่างกาย ฯลฯ) การอบรมสั่งสอน การสื่อสาร การจัดหา กิจกรรมที่เหมาะสมกับวัยให้ เป็นต้น
 3. ความสามารถในการรับรู้ข้อมูลใหม่ (Education activities) ได้แก่ การมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ เช่น การเข้าโรงเรียน การเรียนรู้จากชุมชน หรือการเรียนรู้จากการทำงาน ซึ่งเริ่มตั้งแต่การสำรวจความสนใจของตนเองว่า อยากเรียนรู้ในเรื่องอะไร การเข้าชั้นเรียน การเรียนรู้ ผ่านงานที่ได้รับมอบหมาย หรือการเรียนรู้จากกลุ่ม

4. กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับอาชีพ (Vocational activities) ได้แก่
- a. การสำรวจความถนัด ความสนใจ และการพัฒนาทักษะ เพื่อการเลือกอาชีพที่เหมาะสม (Vocational exploration)
 - b. การให้ได้มาซึ่งงานที่ต้องการ (Job acquisition) ซึ่งเริ่มตั้งแต่การหาโอกาสและเลือกงานที่ต้องการ สมัครงานและการสัมภาษณ์
 - c. คือ ประสิทธิภาพในการทำงาน (Work or job performance) ทั้งในแง่เวลา และผลงาน และพฤติกรรมในการทำงานอื่นๆ
 - d. การเป็นอาสาสมัคร หรือทำงาน โดยไม่ได้รับค่าจ้าง (Volunteer participation) เพื่อประโยชน์ของคนอื่น กลุ่มต่างๆ หรือเพื่อสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง
- C. กิจกรรมที่ทำเพื่อตอบสนองต่อความต้องการภายในของตนเอง เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลิน ความผ่อนคลาย ความสนุกสนาน หรือเพื่อแสดงตัวตนของตนเอง ที่ทำบ่อยที่สุด หรือทำเป็นประจำ (Leisure activity)
- 1. การสำรวจหาความสนใจ ทักษะ และโอกาสในการทำกิจกรรมเพื่อการนันทนาการ (Leisure exploration)
 - 2. การวางแผนและการทำกิจกรรมนันทนาการกับกิจกรรมอื่นๆ ได้ และการจัดการดูแลอุปกรณ์ต่างๆที่ใช้ในการทำกิจกรรมนันทนาการ (Leisure performance)

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-นามสกุล	นางสาว ชลันดา เดชะ
วัน เดือน ปี เกิด	21 พฤศจิกายน พ.ศ. 2530
ประวัติการศึกษา	ปีการศึกษา 2552 วิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชากิจกรรมบำบัด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ประสบการณ์ (ถ้ามี)	นักกิจกรรมบำบัด โรงพยาบาลสวนปรุง นักกิจกรรมบำบัด (นอกเวลา) คลินิกกิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ นักกิจกรรมบำบัด โครงการช่างบำบัดออกทิสติก คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
อื่นๆ (ถ้ามี)	พ.ศ. 2553-2554 คณะกรรมการนักศึกษาบัณฑิตศึกษา คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่



รับมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ight © by Chiang Mai University
rights reserved