

การจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1: การทบทวนวรรณกรรมแบบบรรยาย

Art Teaching Management for the Elderly with Dementia Phase 1:
Narrative Literature Review

กิตตินิธิ เกตุแก้ว¹ และชนบพร แสงวณิช²

Kitnithi Katkaew and Khanobbhorn Sangvanich

Received: May 23, 2023

Revised: June 23, 2023

Accepted: June 27, 2023

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบการจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 และ 2) สังเคราะห์การจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 ผลการศึกษาพบว่า การจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 ทั้งในประเทศไทย และต่างประเทศเน้นในเรื่องของการช่วยกระตุ้นการรับรู้และความทรงจำ การบำบัดอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง และหลังจากการใช้กิจกรรมศิลปะนั้นจะช่วยฝึกกระบวนประสาทและสมอง ลดความเครียดฝึกกล้ามเนื้อมัดเล็ก เกิดความภูมิใจในตนเอง และเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น ส่วนการจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 หรือ REST ซึ่งเป็นผลมาจากการสังเคราะห์ มีรายละเอียดดังนี้ 1) R: Recognition & Memory Stimulating เป็นการกระตุ้นการรับรู้ และความทรงจำ 2) E: Emotional Learning เป็นการเรียนรู้เพื่อพัฒนาความสามารถทางอารมณ์และสังคม 3) S: Self-Esteem Rising เป็นการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองและ 4) T:

¹⁻² จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; Chulalongkorn University

Time & Test มีการใช้เวลาทำกิจกรรม 1 ชั่วโมง-1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นประจำและผู้ร่วมกิจกรรมมีการสำรวจตัวเองหลังจากทำกิจกรรม

คำสำคัญ: รูปแบบการจัดการเรียนการสอนศิลปะ, ผู้สูงอายุ, ภาวะสมองเสื่อม

Abstract

The purposes of this academic article were 1) to study and compare the models of art teaching management for the elderly with dementia, Phase 1; and 2) to synthesize the art teaching management for the elderly with dementia, Phase 1. The results of the study found that art teaching management for the elderly with dementia, phase 1 both in Thailand and abroad emphasizing the matter of stimulating perception and memory, emotional therapy and self-esteem. After using art activities, it will help train the nervous system and brain, reduce stress, train small muscles, build self-esteem and see more self-worth. As for the provision of art teaching management for the elderly with dementia, phase 1 or REST was a result of the synthesis. The details were as follows 1) R: Recognition & Memory Stimulating was stimulating perception and memory; 2) E: Emotional Learning was learning to develop emotional and social abilities; 3) S: Self-Esteem Rising was promoting seeing self-worth; and 4) T: Time & Test. There was a regular activity time of 1 hour - 1 hour 30 minutes and participants surveyed themselves after the activity.

Keywords: Art Teaching Management Model, The Elderly, Dementia

บทนำ

ปัจจุบันประเทศไทยได้เข้าสู่สังคมสูงอายุ (Aged Society) ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 แล้ว เพราะมีประชากรสูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปมากกว่า 12 ล้านคน รวมถึงมีอัตราการเกิดประมาณ 600,000 คนต่อปีซึ่งลดลงอย่างต่อเนื่อง หากสถานการณ์เป็นเช่นนี้ต่อไปจะมีการคาดการณ์ว่าภายในปี พ.ศ. 2584 ประเทศไทยจะกลายเป็นสังคมผู้สูงอายุแบบสุดยอด (Hyper Aged Society) ที่มี

สัดส่วนประชากรผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 65 ปี ร้อยละ 20-30 (วิชช์ เกษมทรัพย์, 2564) การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุดำเนินมาควบคู่กับโรคที่ผู้สูงอายุป่วยจำนวนมาก คือ โรคสมองเสื่อม ซึ่งโรคสมองเสื่อม เป็นภาวะที่สมองสูญเสียการทำงานหลายอย่างพร้อมกันอย่างช้า ๆ และถาวร ส่งผลให้ผู้ผู้ป่วยมีปัญหาด้านความจำ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุด้านอารมณ์ การรับรู้ และพฤติกรรมผิดปกติ ซึ่งอาจก้าวร้าว วุ่นวาย หลงผิด ประสาทหลอน เดินออกจากบ้านแบบไม่มีเป้าหมาย ซึมเศร้า หลงลืมทะเลากับผู้อื่น ปัญหาการนอนและตื่นไม่เป็นเวลา โดยจะรุนแรงตามระยะของโรคสมองเสื่อม ผลกระทบเหล่านี้ไม่เพียงแต่มีผลต่อตัวผู้ป่วยเท่านั้น แต่รวมถึงส่งผลกระทบต่อญาติผู้ดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมด้วย ไม่ว่าจะเป็นทั้งทางร่างกาย เช่น ภาวะเหนื่อยล้าจากการดูแล และภาวะเบื่ออาหาร การทำงานของระบบฮอร์โมนลดลง เกิดกล้ามเนื้อตึงเครียด ความดันโลหิตสูง มีผลกระทบต่อด้านจิตใจ เช่น ความวิตกกังวล ความเครียด หงุดหงิดง่ายขึ้น ความรู้สึกท้อแท้ และภาวะซึมเศร้า จากการเป็นคนแปลกหน้าที่ผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมจำไม่ได้ และผลกระทบต่อสังคมและหน้าที่การงาน ซึ่งจะมีความเปลี่ยนแปลงบทบาทและมีบทบาทหน้าที่ที่เพิ่มขึ้นจากเดิม (ชัชวาลวงศ์สารี และศุภลักษณ์ พันทอง, 2561) โดยในปี 2558 พบผู้ป่วยโรคอัลไซเมอร์ประมาณ 6 แสนคน โดยมีผู้ป่วยรายใหม่ประมาณ 100,000 รายต่อปี ประมาณการณ์ว่าในปี 2573 จะมีผู้สูงอายุป่วยเป็นอัลไซเมอร์เพิ่มสูงขึ้นเป็น 1,177,000 คน โดยผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไปมีส่วนในการเป็นโรคนี้นี้ประมาณร้อยละ 5-8 และเมื่อมีอายุ 80 ปีสัดส่วนของการเป็นโรคอัลไซเมอร์สูงถึงร้อยละ 50 (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2563) และประเทศไทยใช้งบประมาณการรักษาขั้นต่ำปีละกว่า 1,810 ล้านดอลลาร์ (Alzheimer's Disease International, 2014) แม้ว่าโรคสมองเสื่อมนี้เป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ และไม่ใช่วิโรคปกติที่จะเกิดขึ้นตามธรรมชาติเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ แต่โรคสมองเสื่อมจะใช้เวลาฟักตัว 15-17 ปีก่อนที่ร่างกายจะแสดงอาการออกมา (Hfocus เจาะลึกระบบสุขภาพ, 2566) แสดงให้เห็นว่าสามารถป้องกันและชะลอการเกิดโรคสมองเสื่อมได้

การศึกษารูปแบบการจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมระยะที่ 1 จึงเป็นประเด็นสำคัญอย่างยิ่งรวมถึงมีความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์ ที่มีประเด็นยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาศักยภาพคนตลอดช่วงชีวิต หนึ่งในเป้าหมายการพัฒนาผู้สูงอายุ คือ การสร้างเสริมสุขภาพ ฟื้นฟูสุขภาพ และการป้องกันโรคให้ผู้สูงอายุ (สุรพงษ์ มาลี, 2561) จึงเรียบเรียงบทความวิชาการเรื่องรูปแบบการจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1: การทบทวนวรรณกรรมแบบบรรยาย มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบการจัดการเรียนการสอนศิลปะ

สำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 2) สังเคราะห์การจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่1 เนื่องจากการใช้ศิลปะในการเรียนการสอนสำหรับผู้สูงอายุเป็นช่องทางหนึ่งที่สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุมีการรับรู้ความรู้สึกของตนเอง ช่วยในการส่งเสริมทักษะการแก้ปัญหาสามารถยอมรับในการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ นอกจากนี้ยังช่วยส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างญาติผู้ดูแลและผู้สูงอายุให้เป็นไปในทิศทางที่ดี

ผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1

ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2564) ซึ่งมีความเปลี่ยนแปลงและเสื่อมถอยในหลายด้าน รวมถึงสามารถเกิดโรคได้ โดยโรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุมี 8 โรค คือ ข้อเข่าเสื่อม หัวใจขาดเลือด ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดสมอง ภาวะไขมันในเลือดสูง มะเร็ง เบาหวาน และโรคสมองเสื่อม (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2563) ซึ่งหนึ่งในโรคที่เป็นปัญหาสำคัญและกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ คือ โรคสมองเสื่อมโดยภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ หรือ Dementia เป็นการเสื่อมถอยทางเขavnปัญญา และด้านสติปัญญา ทำให้เกิดความผิดปกติทางการรับรู้ ความจำ จินตนาการ การคำนวณ การใช้ภาษา และเหตุผลที่สามารถสังเกตเห็นได้ และส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิต ภาวะสมองเสื่อมมาจากสาเหตุ ดังนี้ 1) กลุ่มยาทางจิต เช่น ยานอนหลับ ยาคลายกล้ามเนื้อ 2) โรคซึมเศร้า ความวิตกกังวล 3) การเผาผลาญและต่อมไร้ท่อ โดยเฉพาะภาวะพร่องไทรอยด์ฮอร์โมน ทำให้ปฏิบัติกิจวัตรประจำวันได้เชื่องช้า ท้องผูก และนอนเยอะ 4) ความผิดปกติของตา และหู ทำให้ขาดการกระตุ้นทางประสาท 5) การขาดวิตามิน บี 1, 6, 12 และภาวะนำเกินในโพรงสมอง ทำให้เดินไม่ปกติ เช่น ก้าวขาไม่ออก ขอยเท้าผิดปกติ 6) โรคเนื้องอกและการบาดเจ็บ เช่น เนื้องอกในสมอง 7) การติดเชื้อที่สมอง 8) หลอดเลือดแข็งตัว เลือดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ และการดื่มแอลกอฮอล์ ในระยะนี้ผู้สูงอายุยังสามารถดำเนินกิจวัตรประจำวัน ส่วนใหญ่ได้ด้วยตนเอง สิ่งที่จะก่อให้เกิดอันตรายในระยะนี้ คือ หลงลืมบ่อย ลืมเหตุการณ์ที่เป็นปัจจุบัน จำชื่อคนและสถานที่ใหม่ ๆ ไม่ได้ พุดซ้ำ ๆ ถามซ้ำ ๆ เริ่มมีปัญหาด้านการตัดสินใจ การสื่อสาร การใช้จ่าย เงินและอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย หงุดหงิด โมโหเร็ว (ชัชวาล วงศ์สารี และศุภลักษณ์ พันทอง, 2561) แต่ในขณะเดียวกันก็มีวิธีการดูแลรักษาเพื่อให้อาการดีขึ้น โดยมุ่งเน้นให้ผู้สูงอายุได้แสดงออกผ่านสื่อศิลปะอย่างสร้างสรรค์ บางแนวทางนำความรู้ด้านจิตวิทยาเข้ามาผสมผสาน บางแนวทางใช้การวิเคราะห์สิ่งที่ปรากฏในภาพของผู้สูงอายรร่วมด้วย แนวทางดังกล่าวจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้สำรวจภายในจิตใจของตนเอง ได้สื่อสาร

ผ่านผลงานศิลปะอย่างอิสระ ช่วยคลายความเครียด เกิดความเข้าใจในอารมณ์ความรู้สึก และเกิดการเติบโตทางความคิด ก่อให้เกิดกระบวนการพัฒนาภายในตัวเอง ด้วยเหตุที่ศิลปะเป็นสิ่งที่เปิดกว้าง มีความยืดหยุ่นสูง สามารถปรับใช้ได้กับหลายสถานการณ์ จึงเป็นเครื่องมือที่ช่วยกระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ และยังช่วยชะลอการเกิดภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุได้อีกทางหนึ่ง (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2564) ซึ่งภาวะสมองเสื่อมที่บทความวิชาการนี้ศึกษา คือ ภาวะสมองเสื่อมระยะที่ 1 ซึ่งผู้สูงอายุจะมีการสูญเสียความทรงจำที่ละเอียดละลายน้อย เช่น การลืมของบ่อย และสูญเสียความจำที่เป็นปัจจุบัน ซึ่งควรดำเนินการบำบัดรักษา หรือป้องกันเพื่อลดความรุนแรงของภาวะสมองเสื่อมของผู้สูงอายุที่จะเกิดขึ้นต่อไป

ลักษณะของกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1

ผลการสืบค้นฐานข้อมูลออนไลน์ทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ โดยใช้เกณฑ์การคัดเข้าดังนี้ 1) เป็นกิจกรรมศิลปะที่ออกแบบมาเพื่อใช้กับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม 2) เป็นกิจกรรมศิลปะที่จัดขึ้นไม่เกิน 10 ปี 3) สืบค้นจากแหล่งข้อมูลที่น่าเชื่อถือ ทั้งในฐานข้อมูล และเว็บไซต์ที่ทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุ หรือจัดกิจกรรมศิลปะให้ผู้สูงอายุโดยตรง 4) คำสำคัญ (Key word) ที่ใช้ในการค้นคว้า ได้แก่ รูปแบบการจัดการเรียนการสอนศิลปะ, ผู้สูงอายุ, ภาวะสมองเสื่อม, Art Teaching Management, Elderly, Dementia พบว่า ปัจจุบันการบำบัดผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมสามารถช่วยในการบำบัดและวิธีที่ไม่ช่วยในการบำบัด โดยบทความนี้ศึกษาวิธีการบำบัดผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 ที่ไม่ช่วย และให้ความสำคัญเกี่ยวกับกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 จากการศึกษาเชิงสำรวจของ Lokon, E., Sauer, P.E. & Li, Y. (2019) เกี่ยวกับผลกระทบจากกิจกรรม 5 ประเภทต่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อม ได้แก่ กิจกรรมเปิดใจผ่านศิลปะ (OMA) กิจกรรมศิลปะและดนตรีบำบัด กิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมไม่สร้างสรรค์ และไม่มีกิจกรรม พบว่ามีภาวะสมองเสื่อมมีคะแนนความเป็นอยู่ที่ดีสูงที่สุดในกิจกรรมเปิดใจผ่านศิลปะเมื่อเปรียบเทียบกับกิจกรรมอื่น ๆ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาในประเทศไทย พบว่า กิจกรรมศิลปะช่วยกระตุ้นการมองเห็น กระตุ้นความจำ ผูกสมาธิจดจ่อ ช่วยให้ผ่อนคลาย และช่วยฝึกกล้ามเนื้อเล็กอีกด้วย (ศุภจิตา สรศักดิ์, 2566) ซึ่งลักษณะของกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 ซึ่งสามารถวิเคราะห์ได้ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 วิเคราะห์ลักษณะของกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1

ผู้จัดกิจกรรม	ลักษณะของกิจกรรม	ระยะเวลา	วิธีการวัด ประเมินผล	ผลจากการทำ กิจกรรม
ภรัญวิทย์ อนันต์ติลลฤทธิ (2564)	<p>การรักษาที่ไม่ใช้ยา ประกอบด้วย</p> <p>1) การรักษาที่เน้นการรับรู้ (Cognition-oriented) เช่น ฝึกการรับรู้วันเวลาจากทีวี ปฏิทิน ฝึกจำหน้าคน ร้องเพลง สวดมนต์ เกม หลับตาทายสิ่งของ วาดภาพ เต็นรำ แต่งตัว เต็นแอโรบิก รำไทเก๊ก เป็นต้น</p> <p>2) การรักษาที่เน้นเรื่องอารมณ์ (Emotion-oriented) เช่น จิตบำบัด กิจกรรมที่ผสมผสานการรับรู้เพื่อให้แสดงออกทางอารมณ์แก่ผู้อื่น เป็นต้น</p> <p>3) การรักษาที่เน้นการกระตุ้น (Stimulation-oriented) โดยเน้นกิจกรรมสนทนา การ เล่นไพ่ เล่นเกม ทำงานฝีมือ ศิลปะบำบัด ดนตรีบำบัด เขียนไดอารี่ เป็นต้น</p> <p>4) การรักษาที่เน้นพฤติกรรม (Behavior-oriented) เช่น ชื่นชมเมื่อทำกิจกรรมที่เหมาะสม เบี่ยงเบนความสนใจเมื่อก้าวร้าว เป็นต้น</p> <p>5) การรักษาที่เน้นผู้ดูแล (Caregiver-oriented) เช่น ทำจิตบำบัด ทำกลุ่มศึกษาให้กำลังใจ ผู้ดูแล ส่งผู้ป่วยไปอยู่สถานบริบาลระยะสั้น เป็นต้น</p>	ไม่ได้ระบุ	ไม่ได้ระบุ	ไม่ได้ระบุ
ชัชวาล วงศ์สารี และศุภลักษณ์ พันทอง (2561)	<p>1) รับรู้ความเป็นปัจจุบัน วัน เวลา สถานที่ บุคคล และเหตุการณ์ปัจจุบัน เช่น อ่านหนังสือพิมพ์ การเล่ารายการทีวี/ละคร ฝึกจำชื่อคน ฝึกทาน สิ่งของ ฝึกแต่งตัวด้วยตนเอง</p> <p>2) กระตุ้นพฤติกรรมทางอารมณ์ สะท้อน ประสบการณ์ชีวิตในอดีต เช่น ดูรูปถ่าย</p>	ไม่ได้ระบุ ระยะเวลาที่ แน่นอน แต่ เป็น	ไม่ได้ระบุ	ไม่ได้ระบุ
		กิจกรรมที่ สอดคล้อง ในกิจวัตร ประจำวัน		

ผู้จัดกิจกรรม	ลักษณะของกิจกรรม	ระยะเวลา	วิธีการวัด ประเมินผล	ผลจากการทำ กิจกรรม
	3) กิจกรรมนันทนาการที่ช่วยปรับอารมณ์ เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์ เกมกระดาน ทำงานฝีมือ งานศิลปะ เขียนไดอารี่			
อายุวัฒน์ เนอร์สซิ่งโฮม (2553), รพ.ผู้สูงอายุ Chersery Home (ศุภธิดา สรศักดิ์, 2566)	วาดภาพระบายสี ที่ช่วยผ่อนคลายความเครียด และส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง	ไม่ได้ระบุ ระยะเวลาที่ แน่นอน สามารถทำ ได้ตามเวลา ว่างที่สะดวก ครึ่งละ 1 ชั่วโมง	ไม่ได้ระบุ	1) ลดความเครียด 2) ผีกระบบ ประสาท และ สมอง 3) ผีกความคิด สร้างสรรค์ 4) สร้างความภูมิใจ ในตนเอง 5) ผีกกล้ามเนื้อ เล็ก
นปภัช กั้นแพง ศรี และจิราพร เกศพิชญวัฒนา (2556)	โปรแกรมกิจกรรมศิลปะต่อการเห็นคุณค่าใน ตนเอง โดยใช้กระบวนการจัดกิจกรรมสำหรับ ผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมของนาสโซและซีเลีย (2007) มีขั้นตอน ดังนี้ 1) เสริมจุดแข็ง 2) คงไว้ซึ่งเป้าหมาย 3) สังเกตและบันทึก และใช้แนวคิดศิลปะสำหรับผู้มีภาวะสมองเสื่อม ของบาสติง (2006) 1) ส่งเสริมด้านอารมณ์และการแสดงความรู้สึก 2) ส่งเสริมทักษะการคิดและตัดสินใจ 3) ส่งเสริมความเข้าใจและยอมรับตนเอง 4) ส่งเสริมทักษะการสื่อสารและการเข้าสังคม 5) ส่งเสริมการดูแล	สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้ง ละ 1-1 ชั่วโมงครึ่ง รวม 6 สัปดาห์ รวม ทั้งสิ้น 12 ครึ่ง	ใช้แบบประเมิน การเห็นคุณค่าใน ตนเอง ของโร เซนเบิร์ก ก่อน และหลังการทำ กิจกรรม	เกิดความภูมิใจใน ตนเอง
Anthology Senior Living ประเทศ สหรัฐอเมริกา (2020)	1) งานจิตรกรรม ที่ใช้สีแทนความรู้สึก ความคิด และความทรงจำ 2) ดนตรี ช่วยลดอัตราการเต้นของหัวใจ และ ความดันโลหิต ลดความวิตกกังวล และกระตุ้น การหลั่งสารเอ็นโดรฟิน และกระตุ้นความทรง จำ 3) การสังเกตงานศิลปะ ช่วยกระตุ้นความทรงจำ และดึงดูดความสนใจ และเชื่อมโยงความรู้สึกได้	ไม่ได้ระบุ	ไม่ได้ระบุ	1) กระตุ้นสมอง และความทรง จำ 2) กระตุ้นการ สื่อสารทั้ง ทางอังกฤษ และการพูด

ผู้จัดกิจกรรม	ลักษณะของกิจกรรม	ระยะเวลา	วิธีการวัด ประเมินผล	ผลจากการทำ กิจกรรม
				3) เพิ่มความมั่นใจ ในตนเอง
Museum of Contemporary Art, Brain and Mind Centre, University of Sydney และ Dementia Australia ประเทศออสเตรเลีย (2020)	Artful: Art and dementia มีกิจกรรมสำคัญ ได้แก่ 1) การชมนิทรรศการศิลปะ 2) การสร้างสรรค์งานศิลปะ 3) การทำกิจกรรมศิลปะที่บ้านโดยใช้ Artful - At home pack 4) การจัดนิทรรศการศิลปะ 5) การสนับสนุนผู้ดูแลและผู้มีภาวะสมองเสื่อม โดยมีกระบวนการสำคัญ ดังนี้ 1) กระตุ้นให้มีการคิดทบทวน 2) ให้ความรู้เกี่ยวกับภาวะสมองเสื่อมและต้นตอ สร้างความ มั่นใจ 3) กระตุ้นความทรงจำ 4) เน้นการมีส่วนร่วมทั้งการพูดโต้ตอบ และทำงาน ศิลปะ 5) สร้างกิจกรรมที่ทำให้ทุกคนรู้สึกถึงความสำเร็จ 6) ใช้เทคนิคทางศิลปะที่หลากหลาย เช่น การปั้น การวาดภาพระบายสี การพิมพ์ภาพ การวาด รูปบน iPad การสร้างวิดีโอสตอปโมชัน เป็น ต้น	10 สัปดาห์	ใช้ 1) แบบฟอร์ม ความคิดเห็นของ ผู้ร่วมกิจกรรม 2) Program feedback form กับผู้ร่วมกิจกรรม หลังการร่วม กิจกรรม	1) ได้รับความรู้และ กล้าแสดงออก 2) สร้างสรรค์ พัฒนาความ ไว้วางใจและ ความสัมพันธ์กับ ผู้ร่วมกิจกรรม 3) เห็นคุณค่าใน ตนเองและมี ความมั่นใจมาก ขึ้น
Opening Minds through Art (OMA) ประเทศสหรัฐอเมริกา Levenberg, K., George, D. R. & Lokon, E. (2021)	1) สร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุและผู้เข้าร่วมกิจกรรม 2) ใช้งานศิลปะนามธรรมเป็นตัวกระตุ้น 3) ใช้ศิลปะร่วมสมัยสื่อสารประเด็นความยุติธรรม ในสังคม ทั้งปัญหาและแนวทางแก้ไขร่วมกัน โดยใช้ศิลปะ 4) สร้างงานศิลปะสื่อสารความคิดและเป็น กระบอกเสียงในการสร้างการเปลี่ยนแปลง 5) ใช้งานศิลปะในการสร้างความสัมพันธ์กับคนใน สังคม และเชื่อมโยงประเด็นทางสังคม 6) ทำงานศิลปะเพื่อความสุข สร้างสรรค์งานศิลปะ เพื่อประมวลประสบการณ์	4 ครั้ง	Emotional Thermometers จาก The International Institute of Health (NIH) ประเมินก่อนและ หลังการทำ กิจกรรม ใน ประเด็นการวัด ระดับความทุกข์ ความวิตกกังวล	1) เพิ่มการรับรู้ คุณภาพชีวิต 2) ลดความทุกข์ ความวิตกกังวล ความหดหู่และ ความโกรธ

ผู้จัดกิจกรรม	ลักษณะของกิจกรรม	ระยะเวลา	วิธีการวัด ประเมินผล	ผลจากการทำ กิจกรรม
			ภาวะซึมเศร้า ความโกรธ และ การรับรู้คุณภาพ ชีวิต	
Alzheimer's Disease Association (2019) ประเทศ สิงคโปร์	โครงการ Arts & Dementia ประกอบด้วย กิจกรรม 4 ประเภท ได้แก่ 1) การชื่นชมความงามและการรำลึกความทรงจำ 2) การถ่ายภาพ 3) การทำงานศิลปะ 4) การเคลื่อนไหวและดนตรี โดยมีแนวคิดในการ ทำกิจกรรม ได้แก่ การเน้นคนเป็นศูนย์กลาง (Person-Centred Care; PCC) มองข้ามปัญหา และความยากลำบาก เน้นความสามารถของแต่ละ คน ใช้การกระตุ้นให้เกิดการตอบสนองทาง อารมณ์เชิงบวกเพิ่มการมีส่วนร่วมทางสังคม และคุณภาพชีวิต	ครึ่งละ 1 ชั่วโมง 6-9 ครั้งต่อ สัปดาห์	ใช้แบบสังเกต 1) Dementia Care Mapping ประเมิน พฤติกรรมของ ผู้สูงอายุและผู้ ร่วมกิจกรรม 2) The Bradford Well-Being Profile ประเมิน ความสัมพันธ์ ของความ เป็นอยู่ที่ดีของ ผู้สูงอายุ เมื่อ เวลาผ่านไป	เพิ่มการมีส่วนร่วม ทางสังคม และ พัฒนาคุณภาพชีวิต
ชนบพร แสง วนิช (2563)	กิจกรรมศิลปะ จำนวน 6 กิจกรรม ได้แก่ 1) วาด เส้น 2) วาดภาพระบายสีตามเสียงเพลง 3) ปั้น ตามจินตนาการและ ความรู้สึก 4) ประดิษฐ์ สร้างสรรค์ 5) ออกแบบแผนผังการเดินทาง และ 6) เชื่อมรวมใจสายใยรักทอ	1 ชั่วโมงต่อ สัปดาห์ จำนวน 6 สัปดาห์	ประเมิน โปรแกรมการ บำบัดผู้ป่วย MCI ด้วยกิจกรรม ศิลปะในด้าน อารมณ์ สุนทรียภาพ การ รู้คิด และ คุณภาพชีวิต	มีการสังเกตและใช้ คำที่เกี่ยวข้องกับ ความงาม สุนทรียภาพเพิ่ม มากขึ้น

จากตารางที่ 1 สามารถสรุปได้ว่า ลักษณะของกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะ
สมองเสื่อม ระยะที่ 1 คือ การช่วยกระตุ้นการรับรู้และความทรงจำ การบำบัดอารมณ์ และการเห็น

คุณค่าในตนเอง เทคนิคศิลปะที่สามารถใช้ได้ ได้แก่ การวาดภาพระบายสี การปั้น การทำภาพพิมพ์ การใช้เทคโนโลยีสร้างสรรค์งานศิลปะ การชมนิทรรศการศิลปะ เป็นต้น โดยกระบวนการของกิจกรรมยังให้ความสำคัญกับการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้สูงอายุด้วยกัน อาสาสมัคร ผู้ดูแล หรือศิลปิน ระยะเวลาที่ใช้ทำกิจกรรมขั้นต่ำ 1 ชั่วโมง และ/หรือสามารถเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะได้บ่อยตามที่ต้องการ นอกจากนี้ยังมีการวัดและประเมินผลได้หลากหลายวิธี ไม่ว่าจะเป็นการสัมภาษณ์ความคิดเห็นของผู้ร่วมกิจกรรม การใช้แบบประเมินอารมณ์ การใช้แบบวัดความเป็นอยู่ที่ดี เป็นต้น ซึ่งหลังจากผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว พบว่า ได้ฝึกกระบวนประสาทและสมอง ความเครียดลดลง ฝึกกล้ามเนื้อมัดเล็ก ภูมิใจในตนเอง และเห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น

การวิเคราะห์ทฤษฎีการจัดการเรียนการสอน

ตารางที่ 2 การวิเคราะห์ทฤษฎีการจัดการเรียนการสอน

ทฤษฎีการจัดการเรียนการสอน	Question Based-Learning	CIPPA Model	Project-based learning (PBL)	Blended Learning	Self-Study Method
องค์ประกอบของแผนการสอน					
จุดมุ่งหมาย	การเรียนรู้การสอนโดยใช้คำถามเป็นสำคัญเพื่อให้เกิดการคิด การพิจารณา การไตร่ตรอง และเพื่อประเมินความรู้	การเรียนรู้การสอนที่เน้นให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความคิด และการตัดสินใจ	การเรียนรู้การสอนโดยใช้โครงงานเป็นฐาน เพื่อให้ผู้เรียนหาความรู้ และสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเอง	การเรียนรู้การสอนแบบผสมผสาน ระหว่างการสอนแบบตัวต่อตัวกับการสอนโดยใช้คอมพิวเตอร์เป็นสื่อกลาง เพื่อการเรียนรู้	การเรียนรู้สอนอย่างอิสระ โดยไม่มีการควบคุมโดยตรง หรือเข้าร่วมในห้องเรียน ซึ่งสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองที่บ้านก็ได้ เพื่อพัฒนาความสามารถในการเรียนรู้
กระบวนการ	1) เลือกประเด็นที่จะศึกษา 2) กำหนดขอบเขตหรือเกณฑ์ของ	รูปแบบการสอน 1) C: Construction การจัดการกิจกรรมการเรียนรู้ที่	1) ชี้นำเสนอเป็นการศึกษาสืบค้นประเด็นปัญหา	Bonk, J. & Graham, C. (2006) เสนอกระบวนการดังนี้	1) ตั้งเป้าหมายในการเรียนรู้ที่มีความเป็นไปได้

ทฤษฎีการจัดการ เรียนการสอน องค์ประกอบ ของแผนการสอน	Question Based- Learning	CIPPA Model	Project-based learning (PBL)	Blended Learning	Self-Study Method
	ประเด็นที่จะ ศึกษา 3) ระดับ ความคิด เลือกคำถามที่ โดดเด่น 4) ผู้เรียน เรียนรู้ผ่าน วิธีการ ต่าง ๆ เช่น ฟังพอดแคสต์ ดูวิดีโอ การจับคู่อ่าน เป็นต้น เพื่อ หาคำตอบ ของคำถาม	ผู้เรียนได้สร้าง ความรู้ด้วย ตนเอง 2) I: Interaction การจัดกิจกรรม การเรียนรู้ที่ ผู้เรียนได้มี ปฏิสัมพันธ์กับ บุคคลและแหล่ง เรียนรู้ที่ หลากหลาย 3) P: Physical Participation การจัดกิจกรรม การเรียนรู้ที่ ผู้เรียนได้ เคลื่อนไหว ร่างกาย	2) ชั้นวางแผน เป็นการวาง แผนการ ทำงาน แบ่ง หน้าที่ต่าง ๆ 3) ชั้นปฏิบัติ เป็นการทำงาน สืบค้นข้อมูล ตามแผนที่วาง ไว้ นำข้อมูล มาสรุปและ เตรียม นำเสนอ	1) กำหนด เป้าหมายการ จัดการเรียนรู้ 2) วิเคราะห์ทักษะ ย่อย 3) วิเคราะห์ ผู้เรียนและ บริบท 4) กำหนด วัตถุประสงค์ 5) กำหนดการ วัดผล 6) กำหนดกลยุทธ์ การสอน	2) เรียนรู้ด้วย วิธีที่แตกต่าง เช่น อ่าน หนังสือหรือ บทความ ชม วิดีโอทางการ ศึกษา เล่น เกมทางการ ศึกษา เป็นต้น 3) ตระหนักรู้ใน ตนเองถึง ความสามารถ และสิ่งที่ สนใจ 4) จัดบันทึกสิ่ง ที่ได้เรียนรู้ ทุกวัน
กระบวนการ	5) ปรับแต่ง/ ปรับปรุง คำถามตาม การเรียนรู้ 6) สะท้อนสิ่ง ที่ได้เรียนรู้ 7) บันทึก สรุปความรู้ที่ ได้ และ นำเสนอสิ่งที่ ได้เรียนรู้ ผ่านกระดาษ โน้ต วิดีโอ	4) P: Process Learning การ จัดกิจกรรมการ เรียนรู้ที่ผู้เรียน ได้เรียนรู้ กระบวนการ ต่าง ๆ 5) A: Application การจัดกิจกรรม การเรียนรู้ที่ ผู้เรียนนำ ความรู้ไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน	4) ชั้นประเมิน ผล เป็นการ ประเมินผล การทำ โครงการทั้ง ครูประเมิน และนักเรียน ประเมิน ตนเอง (อัญชลี ทอง เอม, 2561)	7) กำหนดสื่อการ สอน 8) พัฒนาเนื้อหา การเรียนรู้ 9) วัดและ ประเมินผล Hrastinski, S. (2019) เสนอว่า 1) กำหนดโม ทัศน์การ เรียนรู้ 2) กำหนดสัดส่วน เนื้อหา โดย	5) ทำ แบบฝึกหัด คำถามเพื่อ เสริมทักษะ ซึ่งอาจใช้ การ เสริมแรง รางวัล หรือ ความท้าทายเพื่อ กระตุ้น ความสนใจ

ทฤษฎีการจัดการ เรียนการสอน องค์ประกอบ ของแผนการสอน	Question Based- Learning	CIPPA Model	Project-based learning (PBL)	Blended Learning	Self-Study Method
	พอร์ตโฟลิโอ พอดแคสต์ เป็นต้น (Heick, T., 2021)	กระบวนการสอน 1) ทบทวนความรู้ เดิม 2) แสวงหาความรู้ ใหม่ 3) ทำความ เข้าใจความรู้/ เชื่อมโยง ความรู้ใหม่กับ ความรู้เดิม 4) แลกเปลี่ยน ความรู้ความ เข้าใจกับกลุ่ม 5) สรุปและจัด ระเบียบการ เรียนรู้ 6) แสดงผลงาน 7) ประยุกต์ใช้ ความรู้ (ทัสนี ฮ่องคำ, 2564)		เนื้อหาทาง ออนไลน์ควร อยู่ที่ 30-79% และ 50% ของเวลาเรียน ทั้งหมดควร เรียนแบบตัว ต่อตัว	6) หยุดพักเพื่อ ผ่อนคลาย และเพิ่ม สมาธิ (Oxford Learning Centres, 2015; Harvest International School, n.d.)
บทบาทผู้สอน	เตรียมคำถาม ใช้ คำถามในการ ดำเนินการจัดสื่อ การสอนสำหรับ ค้นคว้า และสรุป บทเรียน	สนทนา ชักถาม จัดเตรียมแหล่ง เรียนรู้ แลกเปลี่ยน ความรู้ และร่วม สรุปบทเรียน	ให้คำปรึกษา ติดตาม ความก้าวหน้า สังเกต สรุปและ ประเมินผลการ ทำงาน	จัดแบ่งสัดส่วน การเรียนรู้ เลือก วิธีการจัดการ เรียนรู้ และ จัดการเรียนรู้	ไม่มี
บทบาทผู้เรียน	ตอบคำถาม ร่วมกันค้นคว้า และร่วมสรุป บทเรียน	สนทนา ตอบ คำถาม ใช้แหล่ง เรียนรู้ แลกเปลี่ยน ความรู้ และร่วม สรุปบทเรียน	ศึกษาค้นคว้า ข้อมูล วาง แผนการทำงาน ลงมือทำงาน สรุปอภิปรายผล	เข้าร่วมการเรียนรู้	กำหนด เป้าหมายการ เรียน จัดเวลา เรียนรู้ เรียน โดยใช้สื่อชนิด

ทฤษฎีการจัดการ เรียนการสอน องค์ประกอบ ของแผนการสอน	Question Based- Learning	CIPPA Model	Project-based learning (PBL)	Blended Learning	Self-Study Method
	การวัดและประเมินผล	ใช้คำถามในชั้น สรุปและ ประเมินผล	สะท้อนความคิด สรุปความรู้ นำ ผลงานไปจัดแสดง และนำความรู้ไปใช้ ประโยชน์ หรือ แก้ปัญหา	นำเสนอผลงาน และประเมินผล ใช้โครงงานใน การประเมินผล ครูและนักเรียน ประเมินผล ร่วมกัน	ให้ผลตอบกลับ หลังการเรียนรู้

จากตารางที่ 2 การวิเคราะห์ทฤษฎีการจัดการเรียนการสอน พบว่า แนวทางที่สามารถนำไปใช้ในการพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 ได้แก่ 1) การใช้คำถามในการสร้างประเด็นศึกษาหรือกำหนดเรื่อง 2) การวิเคราะห์ทักษะย่อย 3) การสร้างปฏิสัมพันธ์กับบุคคลและแหล่งเรียนรู้ 4) การแบ่งหน้าที่กันทำงานระหว่างกลุ่ม การใช้ร่างกายในการลงมือปฏิบัติ 5) การเลือกใช้สื่อการเรียนรู้ที่มีความหลากหลายสอดคล้องกับกลุ่มผู้เรียน 6) การเรียนรู้ด้วยวิธีการที่หลากหลาย เช่น การชมวิดีโอ การฟังพอดแคสต์ การเล่นเกม เป็นต้น 7) การบันทึกการเรียนรู้ และ 8) การวัดและประเมินร่วมกันระหว่างผู้เรียนและผู้สอน

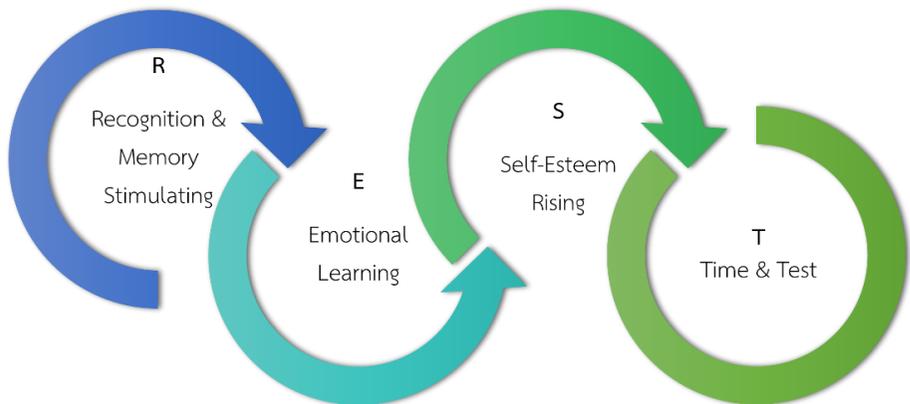
สรุปผล

ลักษณะของกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 ทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศมีความสอดคล้องกันในประเด็นหลักสำคัญ ได้แก่ การช่วยกระตุ้นการรับรู้และความทรงจำ การบำบัดอารมณ์ และการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งสามารถใช้กิจกรรมศิลปะกับผู้สูงอายุกลุ่มนี้ได้หลากหลายเทคนิค รวมถึงสามารถใช้เทคโนโลยีร่วมด้วย และจากการวิเคราะห์ทฤษฎีการจัดการเรียนการสอนข้างต้นล้วนเป็นการออกแบบที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญจึงมีความเชื่อมโยงนำไปสู่การออกแบบกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 ได้ในอนาคต และไม่เพียงแต่นักวิจัยหรือนักวิชาการศึกษาเท่านั้นที่สามารถนำกิจกรรมศิลปะไปใช้กับ

ผู้สูงอายุได้ แต่ผู้ดูแลและบุตรหลานของผู้สูงอายุก็สามารถนำกิจกรรมศิลปะไปใช้ดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 ให้มีสุขภาพที่ดีขึ้นได้อีกด้วย

องค์ความรู้ใหม่

ภาวะสมองเสื่อมเป็นปัญหาที่สำคัญที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ เนื่องจากการเกิดภาวะสมองเสื่อมมีผลกระทบต่อการทำงานของชีวิต ก่อให้เกิดการหลงลืม จำไม่ได้ สื่อสารลำบากหรือช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวันได้น้อยลง ทำให้ผู้สูงอายุต้องเข้าสู่ภาวะการพึ่งพิงในที่สุด ดังนั้นการช่วยชะลอหรือป้องกันภาวะสมองเสื่อมจึงมีความสำคัญ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่ดี และสามารถช่วยเหลือตนเอง และพึ่งพิงตนเองให้ได้มากที่สุด แม้ว่าในปัจจุบันการชะลอหรือป้องกันภาวะสมองเสื่อมนั้นยังคงต้องอาศัยการศึกษาค้นคว้าอีกมาก ซึ่งการจัดการเรียนการสอนศิลปะการสำหรับผู้สูงอายุที่มีความสมองเสื่อม ระยะที่ 1 จะสามารถเป็นแนวทางหนึ่งในการนำไปประยุกต์ใช้ควบคู่กับการทำกิจกรรมศิลปะต่อไป จากการวิเคราะห์ลักษณะของกิจกรรมศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 และทฤษฎีการจัดการเรียนการสอน สามารถนำมาสังเคราะห์เป็นองค์ความรู้ได้ ดังนี้



ภาพที่ 1 โมเดล REST การจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1

จากโมเดล REST เป็นการจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 มีรายละเอียด ดังนี้

1. R: Recognition & Memory Stimulating เป็นการกระตุ้นการรับรู้ และความทรงจำ โดยมีกระบวนการดังนี้

1.1 กระตุ้นการรับรู้ความเป็นปัจจุบันของวัน เวลา สถานที่ บุคคล และเหตุการณ์ที่เป็นปัจจุบัน

1.2 กระตุ้นพฤติกรรมด้านอารมณ์ให้เกิดความจำดีขึ้น เน้นปฏิบัติกิจกรรมที่สะท้อนประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาของผู้สูงอายุ

1.3 กระตุ้นการปรับอารมณ์และความคิดด้วยกิจกรรม

2. E: Emotional Learning เป็นการเรียนรู้เพื่อพัฒนาความสามารถทางอารมณ์และสังคม โดยมีกระบวนการดังนี้

2.1 มีการจัดสื่อ และวัสดุอุปกรณ์ที่มีความแตกต่างหลากหลาย เช่น ไอแพด สีนํ้า ดินน้ำมัน เป็นต้น

2.2 เปิดโอกาสให้ได้แสดงอารมณ์ความรู้สึกผ่านการทำกิจกรรมศิลปะหลากหลายประเภท เช่น การระบายสีนํ้า การวาดภาพระบายสี เป็นต้น

3. S: Self-Esteem Rising เป็นการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยมีกระบวนการดังนี้

3.1 มีการบันทึกผลการเรียนรู้ผ่านสื่อต่าง ๆ เช่น กระดาษโน้ต สมุดบันทึก การอัดเสียง เป็นต้น

3.2 เปิดโอกาสให้นำเสนอผลงานและสะท้อนคิด เช่น การนำผลงานศิลปะไปจัดแสดงนิทรรศการ มีการนำเสนอผลงาน ให้การยอมรับและชื่นชมในผลงานของตนเองและผู้อื่น เป็นต้น

4. T: Time & Test มีการใช้เวลาทำกิจกรรม 1 ชั่วโมง-1 ชั่วโมง 30 นาที เป็นประจำ และผู้ร่วมกิจกรรมมีการสำรวจตัวเองหลังจากการทำกิจกรรม

โมเดล REST ที่ต้องการนำเสนอการจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 โดยเน้นให้ผู้สูงอายุกลุ่มนี้ได้มีโอกาสเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ผ่านการทำกิจกรรมศิลปะที่จะช่วยส่งเสริมให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกที่แตกต่างกันจากการทำกิจกรรมศิลปะที่หลากหลาย ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาอารมณ์ และกระตุ้นความคิดอย่างเป็นระบบเพิ่มมากขึ้น และอาจมีส่วนช่วยในเรื่องการกระตุ้นอารมณ์ที่ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาทัศนคติ และความคิดเชิงบวก สอดคล้องกับ ชัชวาล วงศ์สารี (2561) กล่าวว่า การใช้กิจกรรมบำบัดนั้น สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุที่มีภาวะสมอง

เสื่อมสามารถรับรู้ความเป็นปัจจุบันของวัน เวลา สถานที่ บุคคล และเหตุการณ์ที่เป็น ปัจจุบันได้ ผ่านการอ่านหนังสือพิมพ์ การเล่ารายการทีวี ฝึกจำหน้าคน ฝึกทายสิ่งของ ฟังเพลงที่คุ้นเคย อีกทั้งยังช่วยกระตุ้นพฤติกรรมด้านอารมณ์ ซึ่งเป็นผลให้ความจำดีขึ้น หากปฏิบัติกิจกรรมที่สะท้อนประสบการณ์ชีวิตของผู้สูงอายุ เช่น ดูรูปภาพสถานที่หรือภาพบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ และช่วยในเรื่องของการปรับอารมณ์ของตัวผู้สูงอายุเอง โดยสามารถทำได้ผ่านการทำกิจกรรมนันทนาการ เช่น การเล่นเกมจากคอมพิวเตอร์ เกมกระดาน ทำงานฝีมือ งานศิลปะ และฟังดนตรี รวมทั้งบันทึกการดำเนินชีวิตประจำวันของตน

ข้อเสนอแนะ

เนื่องจากการการสังเคราะห์การจัดการเรียนการสอนศิลปะสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม ระยะที่ 1 ที่ได้นำเสนอเป็นเพียงแนวทางหนึ่งที่ยังไม่ได้ทดลองใช้หรือวิจัยเพื่อยืนยันว่าแนวคิดดังกล่าวจะเป็นประโยชน์ต่อผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมในระยะที่ 1 ได้มากน้อยเพียงใด ดังนั้นในการพัฒนาต่อยอดให้เป็นรูปแบบหรือโมเดล REST ที่สมบูรณ์ควรมีการนำไปทดลองใช้จริง เพื่อยืนยันผลลัพธ์ให้เป็นที่ประจักษ์ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2564). *โครงการ Happy Home กิจกรรมวาดภาพระบายสีลับสมอง ป้องกันอัลไซเมอร์ และโรคซึมเศร้าในผู้สูงอายุพร้อมเกร็ดความรู้เรื่องศิลปะ*. เข้าถึงได้จาก <https://www.dop.go.th/th/gallery/1/3834>
- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2564). *สิทธิและสวัสดิการผู้สูงอายุ*. เข้าถึงได้จาก <https://www.dop.go.th/th /know/15/646>
- ชนบพร แสงวณิช. (2563). *การพัฒนากิจกรรมศิลปะเพื่อส่งเสริมความสามารถในการรับมือกับภาวะสมองเสื่อมและคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุโดยบูรณาการศิลปศึกษากับประสาทวิทยา*. (รายงานการวิจัย). ภาควิชาศิลปะ ดนตรีและนาฏศิลป์ศึกษา คณะครุศาสตร์ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชัชวาล วงศ์สารี และศุภลักษณ์ พันทอง. (2561). ภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ : การพยาบาลและการดูแล ญาติผู้ดูแล. *วารสาร มฉก. วิชาการ*, 22(43-44), 166-179.

- ซัชวาล วงศ์สารี. (2561). บทบาทพยาบาลกับการส่งเสริมครอบครัวในการชะลอภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นในผู้สูงอายุ. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ*, 4(2), 102-111.
- ทัศนีย์ ช้องคำ. (2564). รูปแบบการสอนโมเดลซิปปา (CIPPA). เข้าถึงได้จาก <https://inskru.com/idea/-Mpb6yBgQYcesCBtBhKA>
- นปภัช กันแพงศรี และจิราพร เกศพิชญวัฒนา. (2556). ผลของโปรแกรมกิจกรรมศิลปะต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมระยะแรก. *รามาศิขิตพยาบาลสาร*, 20(2), 163-178.
- ภรณ์วิทย์ อนันต์ดิลกฤทธิ. (2564). ภาวะสมองเสื่อม. *วารสารศูนย์อนามัยที่ 9*, 15(37), 392-398.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2563). 8 โรคที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ. เข้าถึงได้จาก <https://thaitgri.org/?p=39092>
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2563). ภาวะสมองเสื่อม. เข้าถึงได้จาก <https://thaitgri.org/?p=38965>
- วิชช เกษมทรัพย์. (2564). ไทยเตรียมพร้อมหรือไม่กับการก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์. เข้าถึงได้จาก <https://op.mahidol.ac.th/ga/posttoday-22-2/>
- ศุภจิตา สรศักดิ์. (2566). ศิลปะฝึกสมองกระตุ้นความจำและออกกำลังกายกล้ามเนื้อมือ. เข้าถึงได้จาก <https://www.cherseryhome.com/content/5768/ศิลปะฝึกสมองกระตุ้นความจำและออกกำลังกายกล้ามเนื้อมือ-รพผู้สูงอายุ-chersery-home>
- สุรพงษ์ มาลี. (2561). เตรียมความพร้อมกำลังคนภาครัฐสู่สังคมสูงอายุอย่างไร?. *วารสารข้าราชการ*, 60(4), 9-11.
- อัญชลี ทองแถม. (2561). การเรียนรู้โดยใช้โครงงานเป็นฐานเพื่อพัฒนาผู้เรียนในศตวรรษที่ 21. *วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์ (มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์)*, 8(3), 185-199.
- อายุวัฒน์ เนอร์สซิง โทม. (2553). วาดภาพระบายสี กิจกรรมกระตุ้นสมองของผู้สูงอายุ. เข้าถึงได้จาก <https://www.aryuwatnursinghome.com/healthy-tips/วาดภาพระบายสี/>
- Alzheimer's Disease Association. (2019). *Impact of the Arts & Dementia Programme*. Retrieved from https://dementia.org.sg/wp-content/uploads/2021/03/Press-Release-ADA-Releases-Impact-of-the-Arts-and-Dementia-research_Final_31219.pdffnthology

- Alzheimer's Disease International. (2014). *Dementia in the Asia Pacific Region*. Retrieved from <https://www.alzint.org/resource/dementia-in-the-asia-pacific-region/>
- Bonk, J. & Graham, C., (2006). *The Handbook of Blended Learning: Global Perspectives, Local Design*. (1st ed). San Francisco : John Wiley & Sons.
- Harvest International School. (n.d.). *10 Smart Self-Study Tips for Students to Improve Learning*. Retrieved from <https://www.harvestinternationalschool.in/10-smart-self-study-tips-for-students-to-improve-learning/>
- Heick, T. (2021). *Question-Based Learning: A Definition*. Retrieved from <https://www.teachthought.com/learning/what-is-question-based-learning/>
- Hfocus เจาะลึกระบบสุขภาพ. (2566). ลดเลิกพฤติกรรมนำสู่ “โรคสมองเสื่อม”..ถึงวัยชรา ต้องเป็นทุกคนไหม?. เข้าถึงได้จาก <https://www.hfocus.org/content/2023/03/27233>
- Hrastinski, S. (2019). *What Do We Mean by Blended Learning?. Tech Trends, 63, 564–569.*
- Levenberg, K., George, D. R. & Lokon, E. (2021). Opening Minds through Art: A Preliminary Study Evaluating the Effects of a Creative-Expression Program on Persons Living with Dementia and Their Primary Care Partners. *Dementia : The international journal of social research and practice. Dementia (London), 20(7), 2412-2423.*
- Lokon, E., Sauer, P.E., & Li, Y. (2019). Activities in dementia care: A comparative assessment of activity types. *Dementia (London), 18(2), 471-489.*
- Museum of Contemporary Art. (2020). *Artful: Art and dementia report*. Retrieved from https://www.mca.com.au/files/documents/MCA_Artful_Report_July_2020.pdf
- Oxford Learning Centres. (2015). *Best Methods of Self Study for Students*. Retrieved from <https://www.oxfordlearning.com/best-methods-of-self-study-for-students/>

Senior Living. (2022). *Art Therapy for Seniors with Dementia*. Retrieved from <https://www.anthologyseniorliving.com/blog/art-therapy-for-seniors-with-dementia>