



ภาคผนวก

## แบบวัดผลสัมฤทธิ์ชุดฝึกอบรมทางไกล

### ก่อนอบรม

คำชี้แจง จงใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และใส่เครื่องหมาย X หน้าข้อความที่ผิด

1.	ความเข้มแข็งของทีมงานขึ้นอยู่กับความสามารถของหัวหน้าทีมงานเท่านั้น
2.	ผู้นำทีมงานมีบทบาทในการช่วยให้ทีมงานมีความเข้มแข็งในการดำเนินงานสามารถวางแผนและริเริ่มในการดำเนินกิจกรรมได้ด้วยตนเอง
3.	ผู้นำทีมที่ดีควรตัดสินใจโดยคำนึงถึงเหตุผลตามความคิดของตนเองเป็นสำคัญ
4.	ทีมงานที่เข้มแข็ง หมายถึง การที่สมาชิกทุกคนในทีมงานมีความสามัคคีและร่วมแรงร่วมใจทำงานให้เสร็จตามเป้าหมาย
5.	ลักษณะของทีมที่มีศักยภาพการทำงานในระดับสูงคือสมาชิกในทีมงานมีความสามารถที่หลากหลาย
6.	เมื่ออายุมากขึ้นหลอดเลือดจะเปราะบางและแตกง่าย เกิดจำเลือดได้ง่าย
7.	ชุมชนควรจัดกิจกรรมฝึกอาชีพแก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้พิเศษ
8.	ผู้สูงอายุเสี่ยงต่อการเป็นต่อกระฉก เนื่องจากการได้รับอาหารที่มีวิตามินเอไม่เพียงพอ
9.	การเกิดเสียงก๊อกลงในข้อ เวลาเหยียดหรืองอข้อ เป็นอาการปกติของผู้สูงอายุ
10.	ผู้สูงอายุมักมีความสนใจเฉพาะเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองมากกว่าเรื่องของผู้อื่น
11.	ภาวะสมองเสื่อมเป็นปัญหาทางสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นได้บ่อยที่สุดในผู้สูงอายุ
12.	เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ครอบคลุมถึงการช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกในครอบครัวและชุมชน
13.	ผู้สูงอายุที่มีอาการนอนไม่หลับ ควรนอนหลับให้เร็วขึ้นหรือนอนยาวในช่วงเช้านิดเชย
14.	การสร้างเครือข่ายทางสังคมและเพิ่มการมีส่วนร่วมในชุมชนช่วยส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ
15.	สุขภาวะ เป็นสภาวะของความเป็นองค์รวมที่มีความสมบูรณ์และสมดุลทั้งทางด้านสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิต สังคมและจิตวิญญาณหรือปัญญา
16.	หากปวดเข่า ควรออกกำลังกายโดยนอนคว่ำกับพื้นแล้วงอเข่าเข้ามา กระดกปลายเท้าเข้าข้างไว้ 10 วินาที สลับไปมา 10 ครั้ง
17.	การออกกำลังกายช่วยลดความตึงเครียดทั้งด้านร่างกายและด้านจิตใจ
18.	ญาติหรือผู้ดูแลต้องช่วยเหลือนอนคว่ำกับพื้นแล้วงอเข่าเข้ามา ขยับข้อข้อของข้างที่อ่อนแรงข้อละ 1-2 ครั้ง วันละ 3-5 ครั้ง

คำชี้แจง จงใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และใส่เครื่องหมาย X หน้าข้อความที่ผิด

19.	ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นเบาหวานควรตรวจน้ำตาลในเลือดก่อนและหลังออกกำลังกายทุกครั้ง
20.	ผู้สูงอายุหากมีความดันโลหิตมากกว่า 180/110 มิลลิเมตรปรอท ต้องรับประทานยาก่อนออกกำลังกาย
21.	ผู้สูงอายุมีความต้องการสารอาหารในสัดส่วนเดียวกับวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่
22.	ผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารที่เป็นคาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อนและมีกากใยสูง
23.	ควรรับประทานข้าวซ้อมมือ เนื่องจาก ข้าวซ้อมมือมีจมูกข้าวใยอาหารและวิตามินสูงกว่า
24.	การรับประทานวิตามินเอ ซี และอี มีผลช่วยชะลอความเสื่อมของร่างกายและผิวพรรณ
25.	การรับประทานอาหารที่มีหลากหลายสี จะช่วยทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารต่างๆอย่างครบถ้วน
26.	ผงเกลือแร่ควรละลายในน้ำร้อนแล้วเก็บไว้ในตู้เย็นเพื่อสามารถนำมาดื่มได้ทันทีเมื่อต้องการ
27.	หากลิ้มรับประทานยาก่อนอาหาร ให้รับประทานยาหลังอาหารอย่างน้อย 2 ชั่วโมง เพื่อให้ยาดูดซึมได้ดี
28.	ยาอันตรายหมายถึงยาที่ใช้ภายนอก ไม่สามารถนำมารับประทานหรืออมใต้ลิ้นได้
29.	หากไม่มีตุ๋ยาควรเก็บยาในถุงสีชา เพื่อป้องกันไม่ให้ยาถูกความร้อนหรือแสงแดด
30.	ถ้ายามีรสขมควรดื่มน้ำผลไม้หรืออาหารรสเปรี้ยวหลังรับประทานยา
31.	การเสียชีวิตโดยไม่ได้ทำพินัยกรรมไว้ทรัพย์สินมรดกก่อนตายเหล่านั้นจะตกทอดแก่สามีหรือภรรยาผู้ตายแม้ไม่ได้จดทะเบียนสมรส
32.	ผู้มอบอำนาจที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ควรมีผู้ปกครองท้องถิ่นหรือผู้ที่เชื่อถือได้รับรอง
33.	นิติบุคคลสามารถเป็นผู้ทำพินัยกรรมได้
34.	มรดกจะตกแก่บุคคลที่ผู้ตายระบุไว้ในพินัยกรรมแม้ไม่ใช่ญาติ
35.	พระภิกษุไม่สามารถเรียกร้อยทรัพย์สินมรดกในฐานะที่เป็นทายาทโดยธรรม
36.	ที่นอนของผู้สูงอายุควรเป็นพูกนุ่มๆ เพื่อป้องกันการเกิดแผลกดทับ
37.	ควรเลือกใช้สีของพื้นห้อง ฝาผนัง และเครื่องเรือน ที่แตกต่างกันเพื่อให้ผู้สูงอายุแยกความแตกต่างได้ชัดเจน
38.	ประตูควรติดอุปกรณ์คันโยกบังคับให้บานประตูปิดเพื่อสะดวกในการใช้งาน
39.	การจัดสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ ควรเน้นความปลอดภัยเป็นลำดับแรก
40.	ห้องส้วมของผู้สูงอายุควรเป็นแบบส้วมซึม

คำชี้แจง จงใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และใส่เครื่องหมาย X หน้าข้อความที่ผิด

41	การแพทย์ทางเลือกเหมาะกับผู้สูงอายุเนื่องจากเป็นวิธีการที่ไม่ทำให้เกิดผลข้างเคียงใดๆ
42	สมุนไพรไทยที่ออกฤทธิ์แก้ท้องเสียเหมือนกัน คือ กล้วยน้ำว่า ฝรั่งดิบ
43	โรคหอบหืด ปวดศีรษะ โรคซึมเศร้า โรคข้อเสื่อม ลดความวิตกกังวล สามารถรักษาโดยวิธีการรักษาแบบการแพทย์แผนจีน
44	การสวดมนต์อย่างต่อเนื่องทำให้หลังสื่อสารประสาทที่ส่งผลดีต่อสุขภาพ เซโร โทนิน โทนิน เมลาโทนิน โดปามีน เป็นต้น
45	ธาตุไฟควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีรสหวานจัด เพราะหากได้รับมากเกินไปทำให้โรคกำเริบ ง่วงนอน เกียจคร้าน
46	ผู้นำควรสื่อสารกับผู้ปฏิบัติงานอย่างเปิดเผยและแสดงความเป็นผู้นำแบบชนะ-ชนะ
47	การขาดแคลนบุคลากร ถือว่าเป็นระยะซ่อนเร้นความขัดแย้ง (Latent conflict)
48	การประนีประนอม เป็นวิธีการแก้ไขความขัดแย้งที่ให้ผลลัพธ์เป็น แพ้- แพ้
49	ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นทุกครั้งก่อให้เกิดความตึงเครียดและมีผลกระทบต่อประสิทธิผลของหน่วยงาน
50	การแก้ไขความขัดแย้งที่ต้องการความเร่งด่วนต้องใช้การกลบเกลื่อน



## แบบวัดผลสัมฤทธิ์ชุดฝึกอบรมทางไกล

### หลังอบรม

คำชี้แจง จงใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และใส่เครื่องหมาย X หน้าข้อความที่ผิด

1.	ความเข้มแข็งของทีมงานขึ้นอยู่กับความสามารถของหัวหน้าทีมงานเท่านั้น
2.	ความเหนียวแน่นของทีมงาน ขึ้นอยู่กับการมีสมาชิกในทีมงานเป็นจำนวนมาก
3.	ผู้นำทีมที่ดีควรตัดสินใจโดยคำนึงถึงเหตุผลตามความคิดของตนเองเป็นสำคัญ
4.	ชมรมผู้สูงอายุที่ผ่านเกณฑ์มาตรฐาน ต้องมีสมาชิกชมรมไม่น้อยกว่า 20 คน มีคณะกรรมการ มีการบริหารจัดการที่ดี มีกองทุนสนับสนุน และมีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง
5.	ผู้นำด้านการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ จำเป็นต้องเสริมสร้างความเข้มแข็งของทีมงาน กลุ่มผู้นำผู้สูงอายุในชุมชน
6.	เมื่ออายุมากขึ้นหลอดเลือดจะเปราะบางและแตกง่าย เกิดจำเลือดได้ง่าย
7.	ชุมชนควรจัดกิจกรรมฝึกอาชีพแก่ผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีรายได้พิเศษ
8.	ผู้สูงอายุเสี่ยงต่อการเป็นต่อกระดูก เนื่องจากการได้รับอาหารที่มีวิตามินเอไม่เพียงพอ
9.	โครงสร้างของประชากรในปัจจุบันประชากรวัยเด็กจะลดลง วัยทำงานและวัยกลางคนจะเพิ่มขึ้นเล็กน้อย ส่วนวัยสูงอายุจะยิ่งเพิ่มจำนวนมากขึ้น
10.	ผู้สูงอายุควรเรียกร้องสิทธิที่จะได้รับการดูแลจากครอบครัวเพื่อทดแทนบุญคุณที่มี
11.	การดื่มน้ำอย่างเพียงพอจะช่วยป้องกันเซลล์ประสาทสมองเหี่ยว ซึ่งส่งผลให้การส่งข้อมูลช้า กลายเป็นคนคิดช้าหรือคิดไม่ค่อยออก
12.	เป้าหมายของการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ครอบคลุมถึงการช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสัมพันธ์ที่ดีกับสมาชิกในครอบครัวและชุมชน
13.	ผู้สูงอายุที่มีอาการนอนไม่หลับ ควรนอนหลับให้เร็วขึ้นหรือนอนยาวในช่วงเช้านิดเชย
14.	การสร้างเครือข่ายทางสังคมและเพิ่มการมีส่วนร่วมในชุมชนช่วยส่งเสริมสุขภาพจิตผู้สูงอายุ
15.	ผู้มีสุขภาพจิตดีเป็นผู้ที่สามารถปรับตัวกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในชีวิตได้ มีความอดทนอดกลั้นต่อความผิดหวังและภาวะความคับข้องใจได้ดี
16.	หากปวดเข่า ควรออกกำลังกายหลังจากนั้นก็นอนคว่ำกับพื้นแล้วงอเข่าเข้ามา กระดกปลายเท้าเข้าค้างไว้ 10 วินาที สลับไปมา 10 ครั้ง เช่นกัน
17.	การออกกำลังกายช่วยลดความตึงเครียดทั้งด้านร่างกายและด้านจิตใจ
18.	ญาติหรือผู้ดูแลต้องช่วยเหลือนอกกายให้ผู้ป่วยสูงอายุที่อัมพาตโดยเคลื่อนไหวข้อทุกข้อของข้างที่อ่อนแรงข้อละ 1-2 ครั้ง วันละ 3-5 ครั้ง

คำชี้แจง จงใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และใส่เครื่องหมาย X หน้าข้อความที่ผิด

19.	ผู้ป่วยสูงอายุที่เป็นเบาหวานควรตรวจน้ำตาลในเลือดก่อนและหลังออกกำลังกายทุกครั้ง
20.	ในผู้สูงอายุที่มีโรคเรื้อรังควรออกกำลังด้วยความแรงระดับเบา สะสมรวมกันทั้งวันอย่างน้อย 30 นาที
21.	ผู้สูงอายุควรรับประทานผลไม้แห้งต่างๆ เพื่อให้ได้รับวิตามินซีอย่างเพียงพอ
22.	ผู้สูงอายุควรรับประทานอาหารที่เป็นคาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อนและมีกากใยสูง
23.	ผู้สูงอายุที่มีภาวะความดันเลือดสูง ควรหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีโปรตีนสูง
24.	การรับประทานวิตามินเอ ซี และอี มีผลช่วยชะลอความเสื่อมของร่างกายและผิวพรรณ
25.	การรับประทานอาหารที่มีหลากหลายสี จะช่วยทำให้ร่างกายได้รับสารอาหารต่างๆ อย่างครบถ้วน
26.	ผงเกลือแร่ควรละลายในน้ำร้อนแล้วเก็บไว้ในตู้เย็นเพื่อสามารถนำมาดื่มได้ทันทีเมื่อต้องการ
27.	หากลิ้มรับประทานยาก่อนอาหาร ให้รับประทานยาหลังอาหารอย่างน้อย 2 ชั่วโมง เพื่อให้ยาดูดซึมได้ดี
28.	ควรดื่มน้ำผลไม้หรือเครื่องดื่มที่มีฤทธิ์เป็นกรดหลังรับประทานยาแอสไพริน
29.	หากยาไม่ระบววันหมดอายุให้ดูวันผลิต ยาใช้ภายในจะมีอายุประมาณ 10 ปี หากเกิน 10 ปี ไม่ควรนำมาใช้
30.	ถ้ายามีรสขมควรดื่มน้ำผลไม้หรืออาหารรสเปรี้ยวหลังรับประทานยา
31.	การเสียชีวิตโดยไม่ได้ทำพินัยกรรมไว้ทรัพย์สินมรดกก่อนตายเหล่านั้นจะตกทอดแก่สามีหรือภรรยาผู้ตายแม้ไม่ได้จดทะเบียนสมรส
32.	พินัยกรรมแบบเขียนเองทั้งฉบับผู้ทำพินัยกรรมต้องลงวันที่ เดือน ปี และลายมือชื่อของตน หรือจะใช้ลายพิมพ์นิ้วมือโดยมีพยานรับรอง 2 คนในพินัยกรรม
33.	นิติบุคคลสามารถเป็นผู้ทำพินัยกรรมได้
34.	ผู้ที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะจะเป็นพยานในพินัยกรรมไม่ได้
35.	พระภิกษุไม่สามารถเรียกร้องทรัพย์สินมรดกในฐานะที่เป็นทายาทโดยธรรม
36.	ที่นอนของผู้สูงอายุควรเป็นฟูกนุ่มๆ เพื่อป้องกันการเกิดแผลกดทับ
37.	ควรเลือกใช้สีของพื้นห้อง ฝาผนัง และเครื่องเรือน ที่แตกต่างกันเพื่อให้ผู้สูงอายุแยกความแตกต่างได้ชัดเจน
38.	ประตูควรติดอุปกรณ์คันโยกบังคับให้บานประตูปิดเพื่อสะดวกในการทำงาน
39.	การจัดสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ ควรเน้นความปลอดภัยเป็นลำดับแรก
40.	พื้นในห้องน้ำควรทำจากวัสดุพื้นผิวหยาบเพื่อป้องกันการลื่นล้ม

คำชี้แจง จงใส่เครื่องหมาย ✓ หน้าข้อความที่ถูกต้อง และใส่เครื่องหมาย X หน้าข้อความที่ผิด

41	การแพทย์ทางเลือกเหมาะกับผู้สูงอายุเนื่องจากเป็นวิธีการที่ไม่ทำให้เกิดผลข้างเคียงใดๆ
42	สมุนไพรไทยที่ออกฤทธิ์แก้ท้องเสียเหมือนกัน คือ กลัวยน้ำว่า ฝรั่งดิบ
43	โรคหอบหืด ปวดศีรษะ โรคซึมเศร้า โรคข้อเสื่อม ลดความวิตกกังวล สามารถรักษาโดยวิธีการรักษาแบบการแพทย์แผนจีน
44	การผ่อนคลายช่วยให้นอนหลับได้ง่าย และบำบัดรักษาโรคซึมเศร้าได้
45	การแพทย์แผนไทยเน้นการบำบัดสมดุลของธาตุทั้งสี่ ได้แก่ ไม้ ไฟ ดิน และน้ำ
46	กำหนดบทบาทหน้าที่ของแต่ละตำแหน่งให้ชัดเจน เป็นการลดสถานการณ์ก่อนมีความขัดแย้งที่ดีที่ควรทำเป็นลำดับแรก
47	การขาดแคลนบุคลากร ถือว่าเป็นระยะซ่อนเร้นความขัดแย้ง (Latent conflict)
48	การร่วมมือร่วมใจเหมาะสมกับปัญหาซับซ้อนหรือปัญหาที่สำคัญ เพราะมีการแก้ไขความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์
49	ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นทุกครั้งก่อให้เกิดความตึงเครียดและมีผลกระทบต่อประสิทธิผลของหน่วยงาน
50	การแก้ไขความขัดแย้งที่ต้องการความเร่งด่วนต้องใช้การกลบเกลื่อน



เฉลยคำตอบแบบวัดผลสัมฤทธิ์ชุดฝึกอบรมทางไกล

ก่อนอบรม				หลังอบรม			
ข้อ 1	ผิด	ข้อ 26	ผิด	ข้อ 1	ผิด	ข้อ 26	ผิด
ข้อ 2	ถูก	ข้อ 27	ผิด	ข้อ 2	ผิด	ข้อ 27	ผิด
ข้อ 3	ผิด	ข้อ 28	ถูก	ข้อ 3	ผิด	ข้อ 28	ผิด
ข้อ 4	ถูก	ข้อ 29	ถูก	ข้อ 4	ถูก	ข้อ 29	ผิด
ข้อ 5	ถูก	ข้อ 30	ถูก	ข้อ 5	ถูก	ข้อ 30	ถูก
ข้อ 6	ถูก	ข้อ 31	ผิด	ข้อ 6	ถูก	ข้อ 31	ผิด
ข้อ 7	ถูก	ข้อ 32	ถูก	ข้อ 7	ถูก	ข้อ 32	ถูก
ข้อ 8	ผิด	ข้อ 33	ผิด	ข้อ 8	ผิด	ข้อ 33	ผิด
ข้อ 9	ผิด	ข้อ 34	ถูก	ข้อ 9	ถูก	ข้อ 34	ถูก
ข้อ 10	ถูก	ข้อ 35	ถูก	ข้อ 10	ผิด	ข้อ 35	ถูก
ข้อ 11	ผิด	ข้อ 36	ผิด	ข้อ 11	ถูก	ข้อ 36	ผิด
ข้อ 12	ถูก	ข้อ 37	ถูก	ข้อ 12	ถูก	ข้อ 37	ถูก
ข้อ 13	ผิด	ข้อ 38	ผิด	ข้อ 13	ผิด	ข้อ 38	ผิด
ข้อ 14	ถูก	ข้อ 39	ถูก	ข้อ 14	ถูก	ข้อ 39	ถูก
ข้อ 15	ถูก	ข้อ 40	ผิด	ข้อ 15	ถูก	ข้อ 40	ถูก
ข้อ 16	ผิด	ข้อ 41	ผิด	ข้อ 16	ผิด	ข้อ 41	ผิด
ข้อ 17	ถูก	ข้อ 42	ถูก	ข้อ 17	ถูก	ข้อ 42	ถูก
ข้อ 18	ถูก	ข้อ 43	ถูก	ข้อ 18	ถูก	ข้อ 43	ถูก
ข้อ 19	ผิด	ข้อ 44	ถูก	ข้อ 19	ผิด	ข้อ 44	ถูก
ข้อ 20	ถูก	ข้อ 45	ผิด	ข้อ 20	ถูก	ข้อ 45	ผิด
ข้อ 21	ผิด	ข้อ 46	ถูก	ข้อ 21	ผิด	ข้อ 46	ถูก
ข้อ 22	ถูก	ข้อ 47	ถูก	ข้อ 22	ถูก	ข้อ 47	ถูก
ข้อ 23	ถูก	ข้อ 48	ถูก	ข้อ 23	ผิด	ข้อ 48	ถูก
ข้อ 24	ถูก	ข้อ 49	ผิด	ข้อ 24	ถูก	ข้อ 49	ผิด
ข้อ 25	ผิด	ข้อ 50	ผิด	ข้อ 25	ผิด	ข้อ 50	ผิด



### แบบประเมินผลตนเองด้านทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้สร้างขึ้นเพื่อให้ผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้ใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลประเมินตนเองด้านทักษะการเป็นผู้นำทีมงาน คำตอบของท่านจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการปรับปรุงชุดฝึกอบรมทางไกลให้มีคุณภาพยิ่งขึ้นต่อไป คำตอบของท่านจะถือเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลจะนำเสนอโดยรวมเท่านั้น ผลการศึกษาจะไม่มีผลกระทบต่อผู้ให้ข้อมูลแต่อย่างใด จึงขอให้ท่านตอบคำถามทุกข้อตามความเป็นจริง และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านเป็นอย่างดี จึงขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

**คำอธิบาย :** ขอให้ใช้ตัวเลขกลางๆ ที่ตรงกับตัวท่านในฐานะที่เป็นผู้นำของทีมงาน ตอบคำถาม

แต่ละข้อ ตัวเลือกมีดังนี้

1 = ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 2 = ไม่เห็นด้วย, 3 = เฉยๆ หรือเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยก็ได้

4 = เห็นด้วย, 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	เห็นด้วย อย่างยิ่ง (5)	เห็นด้วย (4)	เฉยๆ (3)	ไม่เห็น ด้วย (2)	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง (1)
1.ท่านชอบช่วยคนอื่นให้ทำงานได้สำเร็จ					
2.การทำงานร่วมกับผู้อื่นต้องเสียเวลาให้ อย่างมาก					
3.ท่านถนัดที่จะเจรจาต่อรองเรื่อง จัดสรรทรัพยากร					
4.คนอื่น ๆ ชอบมาหาท่านเพื่อขอให้ ช่วยแก้ปัญหาข้อขัดแย้งอยู่เสมอ					
5.ท่านไม่ชอบเลยถ้าถูกมอบหมายให้ ทำงานกับกลุ่มคนที่ข้าพเจ้าไม่คุ้นเคย					
6.ท่านรู้สึกว่าการให้คนอื่นมองข้าพเจ้า ในแง่บวกนั้นค่อนข้างยาก					

ข้อความ	ระดับความคิดเห็น				
	เห็นด้วย อย่างยิ่ง (5)	เห็นด้วย (4)	เฉยๆ (3)	ไม่เห็น ด้วย (2)	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง (1)
7. ท่านเข้าใจการเมืองที่เกิดขึ้นใน หน่วยงานท่านได้อย่างทะลุปรุโปร่ง					
8. ท่านกังวลที่ตนเองขาดความถนัดใน งานที่กลุ่มของข้าพเจ้ารับผิดชอบ					
9. ผู้นำที่มีประสิทธิผลจำเป็นต้องเข้าไป จัดกิจกรรมของทีมงานเองอย่างเต็มตัว					
10. ท่านมีความถนัดในการกำหนด เป้าหมายในแผนงาน					
11. ท่านต้องเตรียมตัวเสมอเมื่อต้องมีการ พูดต่อหน้าผู้คนมากๆ					
12. ท่านไม่สั่นหวั่นในการพูดกับคนแปลก หน้า					
13. เพื่อนร่วมงานมักให้ท่านเป็น ศูนย์กลางในการนัดพบหรือทำสิ่งใดสิ่ง หนึ่ง					
14. ท่านสามารถเสริมสร้างความร่วมมือ ระหว่างผู้มีส่วนได้ส่วนเสียกับชุมชนได้					

### แบบสอบถามความพึงพอใจชุดฝึกอบรมทางไกล

**คำชี้แจง** แบบสอบถามนี้สร้างขึ้นเพื่อให้ผู้ใช้ชุดฝึกอบรมทางไกลประเมินความพึงพอใจในการใช้ชุดฝึกอบรมทางไกล คำตอบของท่านจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการปรับปรุงชุดฝึกอบรมทางไกลให้มีคุณภาพยิ่งขึ้นต่อไป คำตอบของท่านจะถือเป็นความลับ การนำเสนอข้อมูลจะนำเสนอโดยรวมเท่านั้น ผลการศึกษาจะไม่มีผลกระทบต่อผู้ให้ข้อมูลแต่อย่างใด จึงขอให้ท่านตอบคำถามทุกข้อตามความเป็นจริง และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านเป็นอย่างดี จึงขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

#### ตอนที่ 1 ระดับความพึงพอใจต่อการใช้อเอกสารฝึกอบรม

**คำชี้แจง** โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความพึงพอใจของท่านเพียงระดับเดียว

ประเด็นความคิดเห็น	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
1. เนื้อหาสาระ					
2. รูปแบบการนำเสนอ					
3. ความเหมาะสมในภาพรวม					

#### ตอนที่ 2 ระดับความพึงพอใจต่อการเข้าฝึกอบรมเสริมทักษะ

**คำชี้แจง** โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความพึงพอใจของท่านเพียงระดับเดียว

ประเด็นความคิดเห็น	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
<b>ด้านวิทยากร</b>					
1. การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน					
2. ความสามารถในการอธิบายเนื้อหา					
3. การเชื่อมโยงเนื้อหาในการฝึกอบรม					
4. มีความครบถ้วนของเนื้อหาการฝึกอบรม					
5. การใช้เวลาตามที่กำหนดไว้					
6. การตอบข้อซักถามในการฝึกอบรม					

ประเด็นความ คิดเห็น	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
ด้านสถานที่ / ระยะเวลา / อาหาร					
1. สถานที่สะอาดและมีความเหมาะสม					
2. ความพร้อมของโสตทัศนูปกรณ์					
3. ระยะเวลาในการอบรมมีความเหมาะสม					
4. อาหารมีความเหมาะสม					

### ตอนที่ 3 ความรู้ความเข้าใจและการนำความรู้ไปใช้

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับท่านมากที่สุด

ประเด็นความคิดเห็น	ความรู้ความเข้าใจ / การนำความรู้ไปใช้				
	มากที่สุด (5)	มาก (4)	ปานกลาง (3)	น้อย (2)	น้อยที่สุด (1)
ด้านความรู้ความเข้าใจ					
1. ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้ <u>ก่อน</u> การ อบรม					
2. ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้ <u>หลัง</u> การ อบรม					
ด้านการนำความรู้ไปใช้					
1. การประยุกต์นำความรู้ที่ได้รับไปใช้ในการ ปฏิบัติงานได้					
2. ความมั่นใจและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไป ใช้ได้					
3. ความสามารถในการถ่ายทอดความรู้แก่ ผู้อื่น					

**ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะอื่นๆ**

1. ข้อเสนอแนะ ในการอบรมครั้งนี้ ได้แก่

.....

.....

.....

2. หัวข้อที่ท่านต้องการให้จัดอบรมครั้งต่อไป ได้แก่

.....

.....

.....



## รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

1. ชื่อ รงศาสตราจารย์ ดร.มุกดา หนูยศรี

วุฒิการศึกษา ประกาศนียบัตรการพยาบาลและการผดุงครรภ์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
วิทยาศาสตร์บัณฑิต (พยาบาลศาสตร์) มหาวิทยาลัยมหิดล  
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วิทยาการระบาด) มหาวิทยาลัยมหิดล  
สาธารณสุขศาสตรดุษฎีบัณฑิต (การพยาบาลสาธารณสุข) มหาวิทยาลัยมหิดล  
ประกาศนียบัตรการพยาบาลเฉพาะทางเวชปฏิบัติทั่วไป (การรักษารอคเบื้องต้น)  
มหาวิทยาลัยมหิดล  
ประกาศนียบัตรการแพทย์แผนไทย เกษัชกรมไทย มหาวิทยาลัยมหิดล  
ประกาศนียบัตรการแพทย์แผนไทย ผดุงครรภ์ไทย มหาวิทยาลัยมหิดล  
ประกาศนียบัตรการแพทย์แผนไทย เวชกรรมไทย มหาวิทยาลัยมหิดล

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช  
อดีตรองประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
2. ชื่อ รงศาสตราจารย์ ดร.ศรีนวล สติวิทยานันท์

วุฒิการศึกษา อนุปริญญาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย  
ครุศาสตร์บัณฑิต (พยาบาลศึกษา) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (พยาบาลศาสตร์) มหาวิทยาลัยมหิดล  
การศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต (การอุดมศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
Mini MBA in Health จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตำแหน่ง ข้าราชการบำนาญ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช  
อดีตรองประธานกรรมการประจำสาขาวิชาพยาบาลศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
3. ชื่อ รงศาสตราจารย์ ดร.สำออง สืบสมาน

วุฒิการศึกษา วิทยาศาสตร์บัณฑิต (เคมี) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Master of Community Nutrition, University of Queensland  
Doctor of Philosophy (Social and Preventive Medicine and Nutrition)  
University of Queensland.

ตำแหน่ง รองประธานกรรมการประจำสาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช