



โครงการประชุมเชิงปฏิบัติการ
การปฏิบัติการพยาบาลโดยใช้แนวคิดการปรับความคิดและพฤติกรรม



CBT in Nursing Practice

ระหว่างวันที่ 23 – 25 พฤษภาคม 2561

เวลา 08.30-16.30 น. ณ ห้องประชุมรัตนโกสินทร์ โรงแรมนารายณ์ สีสม

หลักการและเหตุผล

CBT ย่อมาจาก Cognitive Behavior Therapy เป็นจิตบำบัด (psychotherapy) ชนิดหนึ่งที่มีเป้าหมายเพื่อจัดการกับอารมณ์ในทางลบของมนุษย์ (เช่น เศร้า กังวล โกรธ ฯลฯ) ด้วยการปรับเปลี่ยนความคิด (cognitive) และพฤติกรรม (behavior) การบำบัดมีลักษณะเน้นที่ปัจจุบัน เจาะจงปัญหาที่ชัดเจน มีการกำหนดเป้าหมายในการบำบัดอย่างเป็นรูปธรรม เน้นความร่วมมือของผู้รับการบำบัดเพื่อนำไปสู่การฝึกฝนทักษะในการจัดการกับปัญหาของตนเองให้ได้ดียิ่งขึ้น

CBT มีประสิทธิภาพในการบำบัดรักษาปัญหาทางสุขภาพจิตมากมาย โดยแสดงให้เห็นผ่านงานวิจัยต่างๆ ทั่วโลก รวมทั้งในประเทศไทย เช่น โรคซึมเศร้า โรควิตกกังวล โรคย้ำคิดย้ำทำ โรคแพนิค โรคกลัวสังคม โรควิตกกังวลหลังเผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ (PTSD) การติดยาเสพติด นอกจากนี้ยังสามารถใช้จัดการปัญหาสุขภาพจิตหลายอย่างที่อาจไม่ถึงระดับเป็นโรคก็ได้ เช่น ปัญหาการควบคุมอารมณ์โกรธ พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง ปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัวและหน่วยงาน ปัญหาความรู้สึกผิดติดค้างในใจ เป็นต้น

พยาบาลเป็นวิชาชีพสำคัญที่สามารถใช้ CBT ในการดูแลผู้ป่วยได้ เนื่องจากผู้ป่วยย่อมมีภาวะทางอารมณ์และปัญหาสุขภาพจิตเกิดขึ้นร่วมกับความเจ็บป่วยทางกายได้เสมอ นอกจากนี้ในการทำงานของตัวพยาบาลเองก็อาจต้องเผชิญกับความเครียดเนื่องจากภาระงานและความคาดหวังจากผู้รับบริการและเพื่อนร่วมงาน การดูแลสุขภาพจิตตนเองของพยาบาลจึงมีความสำคัญด้วยเช่นกัน

ชมรมจิตบำบัดความคิดและพฤติกรรมแห่งประเทศไทย (Cognitive Behavior Therapy Alliance of Thailand – CAT) ก่อตั้งขึ้นในปีพ.ศ.2559 เพื่อเป็นศูนย์กลางในการถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนองค์ความรู้เกี่ยวกับ CBT ให้กับผู้สนใจในการทำจิตบำบัดในแขนงนี้ จึงมีความประสงค์จะจัดการประชุมวิชาการ “การปฏิบัติการพยาบาลโดยใช้แนวคิดการปรับความคิดและพฤติกรรม” ในครั้งนี้เพื่อเป็นเวทีสำหรับพยาบาลและวิชาชีพใกล้เคียงที่ต้องดูแลผู้ป่วยได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้หลักการของการใช้ CBT สำหรับการพยาบาลและการดูแลสุขภาพจิตตนเอง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนองค์ความรู้เกี่ยวกับการบำบัดด้วยเทคนิค CBT ในการพยาบาล
2. เพื่อเชื่อมโยงพยาบาลผู้สนใจการบำบัดแบบ CBT เข้าด้วยกัน สร้างโอกาสในการทำงานร่วมกันเป็นเครือข่ายในอนาคตต่อไป

เนื้อหาของการประชุม

1. การบรรยาย
2. การอภิปรายกลุ่ม
3. การฝึกปฏิบัติ

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้าประชุมมีความรู้และทักษะเกี่ยวกับการบำบัดแบบ CBT เพิ่มขึ้น
2. ผู้เข้าประชุมสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้กับงานที่ตนเองทำอยู่ได้
3. ผู้เข้าประชุมได้สร้างเครือข่ายกับนักบำบัดในสหสาขาวิชาชีพต่างๆ เป็นโอกาสในการทำงานร่วมกันในอนาคตต่อไป

ผู้เข้าร่วมประชุมและกลุ่มเป้าหมาย

จำนวนรวม 100 คน

วันเวลาและสถานที่

ระหว่างวันที่ 23 – 25 พฤษภาคม 2561 จำนวน 3 วัน ณ ห้องประชุมรัตนโกสินทร์ โรงแรมนารายณ์ สี่ลม

การสมัครและค่าใช้จ่ายในการสมัคร

ค่าสมัครเข้าร่วมการประชุม (รวมเอกสารประกอบการประชุม/ค่าอาหารว่างและอาหารกลางวัน) 4,500 บาท/คน

โดยสามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมและส่งใบสมัครได้ที่

ศูนย์บริการวิชาการแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ส่วนบริการวิชาการและวิจัย 2 ฝ่ายบริหารโครงการ

เจ้าหน้าที่ประสานงาน : ติดต่อคุณฉันทิพย์ กตัญญู

เบอร์โทรศัพท์ 0 2218 2880 ต่อ 421-424 เบอร์โทรสาร 0 2218 2895

E-mail : chanhathai.k@gmail.com,

การชำระเงินค่าประชุมวิชาการ

ชำระภายในวันที่ 30 เมษายน 2561 ชำระ 4,500 บาท/คน

ทั้งนี้ หากเป็น นักเรียน/นักศึกษา/แพทย์ประจำบ้าน/สมาชิกชมรม จะได้รับส่วนลดท่านละ 500 บาท พร้อมทั้งส่งสำเนาใบโอนเงินค่าลงทะเบียนและหลักฐานส่วนลด (กรณี นักเรียน นิสิต นักศึกษา แพทย์ประจำบ้าน สมาชิกชมรม) เพื่อยืนยันที่นั่ง

หมายเหตุ ผู้เข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการจะได้รับประกาศนียบัตรผู้ผ่านการประชุม ศูนย์บริการวิชาการฯ ขอสงวนสิทธิ์ไม่คืนเงินค่าลงทะเบียน กรณีท่านไม่เข้าร่วมการประชุมตามที่สมัครไว้