

กำหนดการประชุมวิชาการชมรมจิตบำบัดความคิดและพฤติกรรมแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 3 : Creativity and CBT

ระหว่างวันที่ 24 – 26 ตุลาคม 2561

ณ ห้องบอลรูม 1 ชั้น 8 โรงแรมอีสติน มัคกะสัน กรุงเทพฯ

วันพุธที่ 24 ตุลาคม 2561

เวลา	หัวข้อ	วิทยากร
08.00-08.30	ลงทะเบียน	
08.30-08.40	พิธีเปิด	ประธานชมรมฯ
08.40-09.40	Lecture 1 – Creativity and CBT ความคิดสร้างสรรค์มีความสำคัญอย่างไรในกระบวนการบำบัดด้วย CBT ฟังตัวอย่างการใช้ความคิดสร้างสรรค์ผ่าน metaphor และ humor	ผศ.นพ.ณัฏฐ์ พิทยรัตน์เสถียร
09.40-10.00	พักรับประทานอาหารว่าง	
10.00-12.00	Panel Discussion - Delivering CBT Through Creative Modalities แลกเปลี่ยนการใช้ CBT ด้วยการผสมผสานผ่านแนวทางสร้างสรรค์ต่างๆ - CBT and Psychodrama - CBT and Play Therapy - CBT and Music	อ.ปิยฉัตร เรืองวิเศษ ฟินนี่ อ.อาภาสิริ ชูติกุล อ.กฤษฎา ทุนเจริญ ผู้ดำเนินรายการ อ.พลเลิศ พวงสอน และ อ.เวทีณี สตะเวทิน
12.00-13.00	รับประทานอาหารกลางวัน	
13.00-16.30	Workshop 1 - CBT and Happy Workplace หลักการของ CBT สามารถนำไปประยุกต์ใช้ให้เราทำงานอย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพไปพร้อมกันได้อย่างไร เรียนรู้จากวิทยากรที่มีประสบการณ์จากบริษัทชั้นนำของประเทศไทย	อ.พลเลิศ พวงสอน และ อ.เวทีณี สตะเวทิน
13.00-16.30	Workshop 2 - CBT for Depression โรคซึมเศร้าเป็นปัญหาสุขภาพจิตที่สำคัญของโลกในประชากรทุกกลุ่มอายุ มีหลักฐานเชิงประจักษ์มากมายว่า CBT สามารถลดภาวะซึมเศร้าได้อย่างมีประสิทธิภาพ เรียนรู้ CBT for Depression จากวิทยากรผู้เชี่ยวชาญและเป็นผู้นิพนธ์ตำรา CBT สำหรับรักษาภาวะซึมเศร้า	ศ.ดร.ดาราวรรณ ต๊ะปินตา ผศ.ดร.เขาวิน ล่องชูผล
13.00-16.30	Workshop 3 - สังคม..ศึกษา - CBT and Social Skills Training in Children จะสอนเด็กที่มีความบกพร่องทักษะทางสังคมให้มีทักษะที่ดีขึ้นได้อย่างไร สำหรับผู้ที่ทำงานกับเด็กที่มีความต้องการพิเศษเช่น เด็ก autistic spectrum เด็กสมาธิสั้น เด็กขี้อาย เป็นต้น	อ.พญ.ศิริรัตน์ อุฬารตินนท์ อ.นพ.ณัฐวัฒน์ งามสมุทร

วันพฤหัสบดีที่ 25 ตุลาคม 2561

เวลา	หัวข้อ	วิทยากร
08.00-10.00	Research Presentation การนำเสนอผลงานวิจัยเกี่ยวกับ CBT ในประเทศไทยจำนวน 6 เรื่อง	ผู้ดำเนินรายการ ศ.ดร.ดาราวรรณ ตะปินตา ผศ.ดร.เขาวินี ถ่องชุมผล
10.00-10.20	พักรับประทานอาหารว่าง	
10.20-11.10	Lecture 2 - CBT for Kids - Yeah, It Needs To Be Creative! ฟังจิตแพทย์เด็กเล่าประสบการณ์การนำความคิดสร้างสรรค์มาประยุกต์ใช้ในการทำ CBT ในเด็กและวัยรุ่น	อ.พญ.ศิริรัตน์ อุฬารตินนท์
11.10-12.00	Lecture 3 - Innovative Technologies and CBT ในยุคที่เทคโนโลยีมีอิทธิพลต่อการใช้ชีวิตตั้งแต่ตื่นเช้าจนเข้านอน CBT ก็หนีไม่พ้นต้องปรับตัวเข้าสู่การพัฒนานวัตกรรมเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ที่หลากหลาย	อ.นพ.ฉันทวรินทร์ บุรณสุขสกุล
12.00-13.00	รับประทานอาหารกลางวัน	
13.00-16.30	Workshop 4 - Behavioral Activation - Simple and Practical Way to Raise Your Mood องค์ประกอบสำคัญในการบำบัดโรคซึมเศร้าที่ทำได้ง่ายและได้ผลดี แต่มักถูกมองข้ามคือการเพิ่มกิจกรรม (Behavioral activation – BA) เรียนรู้เทคนิคของ BA และปฏิบัติใน workshop	อ.พญ.กมลพร วรรณฤทธิ์ อ.พญ.ธิรพร ตั้งจิตติพร
13.00-16.30	Workshop 5 - Feeling Better With Relaxation Training เรียนรู้เทคนิคการผ่อนคลายเพื่อลดความตึงเครียด ความวิตกกังวล สงบอารมณ์โกรธ ฝึกปฏิบัติเพื่อสามารถนำไปใช้จริงและถ่ายทอดให้กับ client	อ.สุพิน พรพิพัฒน์กุล
13.00-16.30	Workshop 6 – Anger Management for Angry Kids จัดการเด็กซึ่งหงุดหงิดอย่างไรดีไม่ให้ผู้ใหญ่ต้องหงุดหงิดไปด้วย เรียนรู้แนวทางการจัดการความโกรธผ่านหนังสือชุด “สุข..ศึกษา” เล่ม “โมโมโมโหแล้ว” จากผู้เขียนโดยตรง	ผศ.นพ.ณัฏฐร พิทยรัตน์เสถียร อ.ภาควัต วงศ์ไทย

วันศุกร์ที่ 26 ตุลาคม 2561

เวลา	หัวข้อ	วิทยากร
08.30-16.30	Workshop 7 - Trauma-Focused CBT in Children and Adolescents เรียนรู้การใช้ TF-CBT ในการบำบัดเด็กและวัยรุ่นที่เผชิญเหตุการณ์สะเทือนขวัญ เช่นอุบัติเหตุ หายน้ภัย การถูกรังแกทำทารุณกรรมหรือล่วงเกินทางเพศ	อ.ดร.ภัทรศิริ วิรุฒมวงศ์
08.30-16.30	Workshop 8 - Mindfulness and Compassion-Based Therapy เรียนรู้การบำบัดในยุคที่ 3 ของ CBT (Third wave) ที่ผนวกเอาปรัชญาตะวันออกมาใช้ในการทำความเข้าใจและมีชีวิตอยู่กับปัญหาสุขภาพจิตอย่างสุขสงบ	อ.นพ.พลภัทร์ โล่เสถียรกิจ ผศ.พญ.ทานตะวัน อวิรุทธวรกุล
08.30-16.30	Workshop 9 – Dealing With Suicide and Deliberate Self-Harm Using CBT and Dialectical Behavior Therapy (DBT) 1.การฆ่าตัวตายนำไปสู่การสูญเสียของครอบครัวและสังคม เรียนรู้เทคนิคการลดความเสี่ยงในผู้ที่มีความคิดและพฤติกรรมฆ่าตัวตายด้วยเทคนิค CBT 2.DBT เป็นแขนงหนึ่งของ CBT ที่พบว่าใช้ได้ผลดีในผู้ป่วยที่มีปัญหา emotional regulation เช่นใน borderline personality disorder หรือ deliberate self-harm (เช่นวัยรุ่นกรีดข้อมือ) เรียนรู้หลักการพื้นฐานของ DBT และการประยุกต์ใช้	อ.พญ.ศิริรัตน์ อุฬารัตินนท์ อ.นพ.ฉันทวรัตน์ บุรณสุขสกุล อ.นพ.วัลลภ อัจฉริยะสิงห์

หมายเหตุ กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม