

คณะพยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์

ONE PAGE INFORMATION

เกร็ดความรู้จากการประชุม/อบรม CBT for Children and Families ครั้งที่ ๒ Theme and Variations on CBT for Emotional Distress to Dysregulation and Disorder.

เมื่อวันที่ ๑๒-๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖ เสนอโดยอาจารย์ ดร.จันทรัตน์ วงศ์อารีย์สวัสดิ์ และทีม

สาระสำคัญจากการประชุมคือ

ด้วยอุบัติการณ์ของการเกิดโรคและความเจ็บป่วยด้านสุขภาพจิตและจิตเวชในปัจจุบันพบว่าเริ่มพบในเด็ก และวัยรุ่นจำนวนมากขึ้น การส่งเสริมป้องกันปัญหาสุขภาพจิตและการบำบัดรักษาที่ถูกต้อง เหมาะสมและ สอดคล้องกับลักษณะความเฉพาะของเด็กและวัยรุ่นจึงมีความสำคัญและจำเป็นที่ทีมผู้บำบัดรักษาต้องมีความรู้ และความเข้าใจที่ถูกต้อง ตลอดจนการมีทักษะการช่วยเหลือในวิธีการต่าง ๆ อย่างถูกต้อง จึงจะเป็นประโยชน์ แก่ผู้รับบริการด้านสุขภาพจิตและจิตเวชในกลุ่มเด็กและวัยรุ่น

ทีมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น นักจิตวิทยาคลินิก พยาบาลวิชาชีพของสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินีได้ จัดประชุมวิชาการรวม ๓ วัน มีเนื้อหาสาระวิชาการความรู้ที่ทันสมัย กลุ่มเป้าหมายคือ บุคลากรทีมสหวิชาชีพ ความรู้สำคัญที่ได้รับคือ การตระหนักรู้และเข้าใจในอารมณ์ของตนเองสำคัญมาก ทั้งผู้บำบัดและผู้รับการบำบัด ที่จะได้รับการฝึกจากผู้บำบัดในเรื่องการตระหนักรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้นในตนเอง การนำเรื่องสติ (mindfulness) มาใช้ฝึกกับเด็กและวัยรุ่นผ่านรูปแบบของกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การวาดภาพ การร้องเพลง การจินตนาการ (การ คิดเป็นภาพ) การเล่นอุปกรณ์ตามใบงานที่นักบำบัดกำหนดอย่างต่อเนื่อง อย่างน้อยมารับการบำบัดด้าน ความคิดและพฤติกรรมจำนวน ๖ ครั้ง สามารถช่วยพัฒนาการจัดการอารมณ์ลบและกระบวนการคิดในเด็กและ วัยรุ่นที่มารับการรักษาได้ อย่างไรก็ตามความสำเร็จของการบำบัดอยู่ที่ผู้ปกครองและสิ่งแวดล้อมที่บ้านและที่ โรงเรียนล้วนมีอิทธิพลต่อการรับรู้ การคิด การแสดงออกของเด็กและวัยรุ่นที่กำลังอยู่ในกระบวนการ บำบัดรักษาเพราะเป็นสิ่งที่กระตุ้น เป็นปัจจัยภายนอกที่ยากแก่การควบคุม ดังนั้นเป้าหมายหลักของการ บำบัดรักษาด้วย CBT คือการปรับความคิดและสอนทักษะการจัดการอารมณ์ที่รู้สึก ฝึกความอดทนอดกลั้นใน เด็กและวัยรุ่นมิให้ใช้ความโกรธ ความคับแค้นใจมาทำร้ายตนเอง (กรีดแขน กรีดขา ฆ่าตัวตาย) หรือ ทำร้าย ผู้อื่น (ใช้อาวุธ หรือใช้วาจา ความรุนแรงต่อกัน) หรือ ทำลายสิ่งของเมื่อระงับอารมณ์ ความคิดที่รุนแรงไม่ได้

เอกสารประกอบการบรรยายวันที่ ๑๒-๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

