

การอบรมการบำบัดผู้ป่วยโรคซึมเศร้าด้วยการแก้ไข้ปัญหา (Problem Solving Therapy : PST)

1. หลักการและเหตุผล

ภาวะซึมเศร้าเป็นปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของทุกประเทศทั่วโลก จากการศึกษาวิจัยร่วมกันระหว่าง องค์กรอนามัยโลก Harvard School of Public Health และธนาคารโลกคาดการณ์ภาระของโรค (Burden of disease) ที่มีประชากรในทุกภูมิภาคของโลก โดยวัดความสูญเสียเป็นจำนวนปีที่ดำรงชีวิตอย่างมีสุขภาพดี พบภายในปี 2563 โรคซึมเศร้าจะก่อให้เกิดความสูญเสียเป็นอันดับที่ 2 รองจากโรคหัวใจและหลอดเลือด

การบำบัดรักษาในผู้ป่วยโรคซึมเศร้า ประกอบด้วยการรักษาทางชีวภาพ เช่น การให้ยารักษาโรคเศร้า การรักษาด้วยไฟฟ้า และให้การบำบัดทางสังคมจิตใจร่วมด้วย เช่น จิตบำบัดสัมพันธ์ภาวะระหว่างบุคคล การบำบัดด้วยการออกกำลังกาย การบำบัดทางความคิดและพฤติกรรม และการบำบัดด้วยการแก้ไข้ปัญหา

การบำบัดด้วยการแก้ไข้ปัญหา (Problem Solving Therapy : PST) เป็นการบำบัดที่ใช้การวิเคราะห์พิจารณาเชิงเหตุผล มีข้อจำกัดเวลา มีโครงสร้างเหมือนจิตบำบัด เน้นไปที่การจัดการและการแก้ไข้ปัญหาที่เฉพาะเจาะจง ซึ่งผู้บำบัดและผู้ป่วยทำงานร่วมกันในการที่จะค้นหาและจัดลำดับความสำคัญของปัญหา ซึ่งเป็นกุญแจสำคัญ ในการจัดการกับปัญหาให้ลดลง และพัฒนาพฤติกรรมแก้้ปัญหาให้เหมาะสม

จากการศึกษาถึงประสิทธิภาพของ PST แบบ Meta-analysis ในผู้ป่วยที่มีภาวะซึมเศร้าและเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย พบว่าการบำบัดด้วย PST ช่วยให้ผู้ป่วยมีการรับรู้ปัญหาทางบวก และมีการแก้ไข้ปัญหาอย่างมีเหตุผลมากขึ้น ปัจจุบันมีผู้นำการบำบัดด้วยการแก้ไข้ปัญหา (Problem Solving Therapy : PST) ไปใช้จำนวนมาก ทั้งการบำบัดรายบุคคลและรายกลุ่ม ทั้งนี้เพราะหลังการบำบัดด้วยการแก้ไข้ปัญหา (Problem Solving Therapy : PST) มีทักษะการแก้ไข้ปัญหาเพิ่มขึ้น(สุวดี ศรีวิเศษ, 2013)

จากเหตุผลดังกล่าว ศูนย์วิจัยและฝึกอบรม โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ จึง มีการ อบรมการ บำ บัด ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าด้วยการแก้ไข้ปัญหา(Problem Solving Therapy: PST) เพื่อให้บุคลากรและผู้สนใจมีความรู้ความเข้าใจเทคนิคและวิธี การบำบัดผู้ป่วยโรคซึมเศร้าด้วยการแก้ไข้ปัญหา (Problem Solving Therapy : PST)ได้

2. วัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถ

2.1 อธิบายแนวคิดและหลักการ และเป้าหมายของการบำบัดด้วยการแก้ไข้ปัญหา(Problem Solving Therapy : PST) ได้

2.2บอกเกณฑ์การพิจารณาของผู้ป่วยโรคซึมเศร้าที่เข้ารับการบำบัดได้ถูกต้อง

2.3บอกขั้นตอนและเทคนิคการบำบัดด้วยการแก้ไข้ปัญหา(Problem Solving Therapy :PST) ได้

3. องค์ประกอบของหลักสูตร

สังเขปหัวข้อรายวิชา ดังนี้

- 3.1 ธรรมชาติของโรคซึมเศร้าและแนวทางการบำบัดทางสังคมจิตใจ
- 3.2 แนวคิด Five Dimensions Model
- 3.3 องค์ประกอบของการแก้ไขปัญหา 3 แบบ (ปัญหา การแก้ไขปัญหา และวิธีแก้ปัญหา) และฝึกปฏิบัติ
- 3.4 เทคนิคการปรับมุมมองจากNPO เป็น PPO และฝึกปฏิบัติ
- 3.5 วิธีแก้ปัญหา แบบ Impulsive/ Careless และแบบ Avoidance และฝึกปฏิบัติ
- 3.6 การสร้างทางเลือกและวิธีแก้ปัญหา แบบ Rational Problem Solving และฝึกปฏิบัติ
- 3.7 การปรับลดอารมณ์ทางลบ และแหล่งสนับสนุนทางสังคม
- 3.8 ขั้นตอนของการบำบัดการแก้ไขปัญหาในผู้ป่วยภาวะซึมเศร้า 7 ขั้นตอน
- 3.9 ฝึกปฏิบัติแบบบูรณาการ

4. วิธีการฝึกอบรม

บรรยาย/ สาธิต/ ฝึกปฏิบัติ/อภิปรายแบบมีส่วนร่วม

5. คุณสมบัติของผู้เข้ารับการอบรม

- 5.1 เป็นสหวิชาชีพ ประกอบด้วย พยาบาลวิชาชีพ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ ที่รับผิดชอบงานสุขภาพจิตและจิตเวช
- 5.2 ผ่านการอบรมการให้คำปรึกษา (Counseling)

6. จำนวนผู้เข้ารับการอบรม จำนวน 30 คนต่อกลุ่ม

7. ระยะเวลาการฝึกอบรมใช้เวลาในการอบรมทั้งสิ้นจำนวน 3 วัน

8. วิทยากรในหลักสูตร

วิทยากรจากโรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์

9. ค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม

ค่าลงทะเบียน ท่านละ 3,500 บาท

10. สถานที่ฝึกอบรม

โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ อ.เมือง จ.อุบลราชธานี

11. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

การอบรมการบำบัดผู้ป่วยโรคซึมเศร้าด้วยการแก้ไขปัญญา (Problem Solving Therapy : PST)มีความรู้ทักษะเรื่องการบำบัดผู้ป่วยโรคซึมเศร้าด้วย PSTสามารถบำบัดผู้ป่วยโรคซึมเศร้าด้วย PSTได้ ทำให้ผู้ป่วยโรคซึมเศร้าหาย ทุเลา จากอาการซึมเศร้า

12. การติดต่อ/สอบถาม

ต้องการรายละเอียดเพิ่มเติม โปรดติดต่อ

ศูนย์วิจัยและฝึกอบรม โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ โทร 045-352535