



## Precongress Workshop 2:

### How to deliver effective Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia (CBT-I)?

วันที่ 1 ธันวาคม 2564 เวลา 13.00 – 16.30 น.

ณ ห้องประชุม ชั้น 10 ตึกพัชรกิติยาภา โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า

#### ตารางการประชุม

13.00-13.15 น.	Introduction to CBT-I and checking in
13.15 -14.00 น.	Basic biology of sleep
14.00-14.50 น.	Behavioral component
14.50-15.10 น.	break
15.10-16.00 น.	Cognitive component
16.00-16.30 น.	<b>Wrap up and Q&amp;A</b>

ดำเนินการประชุมโดย วิทยากร: อ.พญ. ปุณชกริก ศรีสวาท

ผู้ช่วยวิทยากร: นาย กฤตภาส เขียววิวัฒน์นุกุล

ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

---

#### การประชุมแบบ Hybrid

ค่าลงทะเบียน ท่านละ 500 บาท

- On-site จำกัดจำนวน 30 ท่าน
- Online ไม่จำกัดจำนวน