

~うつ心の理解~

回復プロセスに応じた支援のあり方

私たちは、生活のなかのさまざまな出来事が原因で気持ちが落ち込んだり、憂うつな気分になったりすることがあります。そして、原因が解決しても1日中気持ちが落ち込んだままで、**いつまでたっても気分が回復せず、強い憂うつ感が長く続く場合があります。**このため、普段どおりの生活を送るのが難しくなったり、思い当たる原因がないのにそのような状態になったりするものが「うつ病」です。

気分が落ち込んで喋らなくなったり、頭痛等体の痛みを訴えたり、情緒不安定で怒りだしたり泣き出したり、ほとんど起きあがれずに寝ていて、飲み食いをしたがらず**痩せてしまったり**、人と会うのが怖いと**家から出られなくなったり**、夜に眠れなくなつて**昼夜逆転したり**さまざまな症状に家族や周囲の人ほどのように接したらよいのでしょうか？

平成30年 2月 25日 (日)

時間：午後1時30分～3時30分 (受付1時)

場所：吹田市市民公益活動センター ラコルタ
(阪急南千里駅前、千里ニュータウンフラザ6階)

講師 日潟 淳子 氏 (姫路大学教育学部准教授)

プロフィール

関西大学社会学部産業心理学専攻卒業、神戸大学発達科学部発達基礎論コース卒業
広島大学大学院教育学研究科心理学専攻心理臨床学コース博士課程前期修了
神戸大学大学院人間発達環境学研究科心身発達専攻博士課程後期課程修了

著書

成人発達臨床心理学ハンドブック 一個と関係性からライフサイクルを見る―共著 岡本祐子(編)ナカニシヤ出版

参加費：一般 2,160円(税込) コスモス会員 1,620円(税込)

申込方法：電話、メール・FAXでご連絡先を書いてお申込み下さい。先着30人

主催：特定非営利活動法人 吹田市音楽療法推進会

おんがく・さ〜くる・コスモス

〒564-0041 吹田市泉町2丁目33-24-101 TEL 06-6380-3844 FAX 06-6380-3853
メールアドレス music-cosmos@nifty.com ホームページ <http://www.mccosmos.com>

後援：吹田市 ・ 吹田市教育委員会