



とらわれからの自由を つかもう

2016.9.30
第10号

新世話人代表挨拶

新秋のみぎり、ブックオフに行き、本棚の陰に隠れて「いらっしゃいませー!!」と叫ぶ。すると店員が一斉に「いらっしゃいませー!!」とつられて言ったら俺どうしようなどと、そんな空想が何て素敵な耽美派な僕の今日この頃。

不肖、この度、当会の代表を拝命の運びとなりました。

漫画『キン肉マン』で悪魔将軍から大命を勒されたサンシャインが「ええっ!? そ...そんな私めごときに、そのような大役を!?!」てな心境であります。問わず語りもここまでに、いやいや、本当は別段、何も考えちゃいません。というのも、己の立場が何であれ、私の真摯かつ愚直なまでの誠実さ、いや、それすらも生温い、ただひたすらに強迫性障害に悩む人々の生活と環境の向上に心血を注ぐこれまでの生きざまに、何らの変わりもないからです。大言ぶっこいてみましたが、その気持ちは常に持ってます。いや本当。

先日、「女性には、パンツよりも先に靴下を見られます。つまり、勝負パンツの前に勝負靴下があるべきなんです!」

という店員の熱弁で靴下をまとめ買いしました。同様の意気込みで、会の運営に邁進して参ります。

これからも世話人一同、皆様が我々と一刻も早く縁が切れるよう、力を尽くす所存です。会のボスキャラ、くまモンも元気です。

それでは何卒、どうかひとつ。

世話人代表 後藤 貴人

目次

新代表世話人挨拶	1
福岡フォーラム&研修会報告	2~6
長野OCDの会よりお知らせ	6

第12回市民フォーラム&第11回行動療法研修会 in福岡の報告

福岡で初めて開催しました。今回もたくさんの方にご参加頂きありがとうございました。

地元の会員さんや各地の世話人さんに、準備段階から当日の撤収までご協力頂き無事に研修会を開催できとても感謝し、会の絆を改めて感じました。



第12回市民フォーラム

『OCDの理解と治療～最近わかってきたことを中心に～』

中尾 智博先生 (九州大学病院精神科神経科講師)

『強迫性障害の治療のさまざま—どんな治療を受けるかを定めるために:3日間集団集中治療というオプション』

原井 宏明先生 (なごやメンタルクリニック院長・ハワイ大学精神科臨床准教授)

『「生活」に着目した行動分析学による援助技術-不登校、行動障害、強迫性障害-』

奥田 健次先生 (行動コーチングアカデミー代表/桜花学園大学大学院客員教授)

(回答数 : 85 名)

1. 所属 患者…14 名 家族…30 名 (母①・父⑤・夫②・妻②・弟①) その他…41 名
(心理士①・大学院生⑤・学生②・援助②・支援③・治療①・NS①・精神医師①・CP①・行政→保健分野①・会社員①)
2. 性別 男性…25 名 女性…60 名
3. 年代 10 代…3 名 20 代…15 名 30 代…20 名 40 代…22 名 50 代…14 名 60 代…9 名
70 代以上…1 名 無回答 1 名
4. この市民フォーラムをどこで知りましたか？
会の HP…25 名 チラシ…13 名 知人…18 名 病院・施設…10 名 メルマガ…3 名 無回答 2 名
その他…11 名 (奥田先生ブログ⑤・山口臨心会 HP①・名古屋 OCD の会からのメール①・OCD ブログ①・付添い家族①)
5. 講演会内容は分かりやすかったですか？
分かりやすかった…69 名 どちらでもない…7 名 分かりにくかった…0 名 未回答…9 名
どの部分が印象に残りましたか？(複数回答でも可)

《患者》

- * 奥田先生の「会った人の本を読む事が良い」というのには納得しました。
- * 不安の訴えに振り回させず“生活”を大切に…という部分。
- * 暴露療法についてのこと(トイレの便器を触るVTR)1日500回手を洗う人の入院しているVTR。食べ物を飲み込めなくなった女の子のVTR。20人に1人がOCDの予備軍だという事。
- * 帰路いろいろ考えると思います。今は情報が多く入ってまとまらないです。

《家族》

- * ストレスを上げることで、ストレスは下がる。
- * 基礎から実際の治療等の話まで聞けてとても分かりやすかったです。
- * 分かりやすい病識・治療→治療方法・内容・実績→コーチングの流れも良かったと思います。先生の人柄もだんだんリラックスできるように？なっていて楽に集中して講義を受けることができました♪
- * 「生活に着目する」ことが大切という話はよくわかりました。
- * 寄り添いが「痛み」を増長する。…私には今までもやもやしていたのでピンとききました。
- * テンポ良く濃い内容で来て良かったと思いました。強度行動障害が我が家の子供はまだ4歳児と小さいので10代で出るという事は衝撃的でした。防止すべく日々精進します。
- * 家族の在り方。当人への同情では治らない事



《その他》

- * たくさんの事例を出していただいて、介入・治療の仕方。ポイントなど勉強になりました。
- * まず行動を変えるというところが、とても印象的でした。
- * 実際に映像を見て、どのような療法が行われているのか知る事ができたところ。
- * もりだくさんでとても勉強になりました。まだ消化不良中なのでじっくり考えていこうと思います。奥田先生のビデオは2回目でしたが、1回目では分からなかった色んな所が分かって良かったです。
- * 不安・恐怖の対象に直接触れさせることによって、症状が劇的に改善することに驚きました。奥田先生おもしろすぎました。鼻毛尺度的話！
- * 奥田先生のお話の中で、「生活の設計者」「私たちはデザイナー」という言葉が印象に残りました。心理士として、自分は上手くできていなかった原因がそこにあったのではと気づけた気がします。

分かりにくかった事はありませんでしたか？

《患者》

- * 奥田先生のご講演で拒食症の女児のケースを紹介されましたが、彼女の発症の原因は突き止められたのでしょうか？それとも原因には一切触れずに治療したのでしょうか？原因を考える事はナンセンスなのでしょうか？

《家族》

- * 家族の対応ももう少しテーマとして時間をとってもらえればと思います