DVD①

◎統合失調症を知る（約40分）

◎家族教室「回復力を高める接し方」（実際の家族会映像：約47分）

**統合失調症を知る**

1. *統合失調症とは（DVDの内容に入る前の予習*）

私たちは、さまざまな情報の中で生き、頭の中にはいろいろな考えや感情がたえず浮かんでは消えている

↓

これらの情報を整理し、思考や行動をひとつの方向に「統合」する脳の働きにより私たちは環境に適応しつつ、自分の目的を実行することができる

↓

何らかの原因で「統合」のバランス崩れると・・知覚、思考、感情、意思といった精神の働きが円滑にいかなくなる

「統合」機能が調子を崩している＝「失調」しているという状態＝統合失調症

↓

原因は？

完全には解明されていないが、脳内の神経伝達機能にバランスの崩れが生じているためと言われている

※発生の頻度に男女差は特にない、100人から120人にひとりが発病

※治るのか？＝治る人（寛解状態）もいれば治らない人（慢性化）もいる

回復するまでに一定の時間がかかり、その間正しい療養ができているかどうかが重要＝患者さんや家族が、

病気をどう理解して、どのように対処していったかということが経過に大きな影響

1. *症状（以下、DVDの内容）*

**急性期**

◎陽性症状

幻覚

妄想

**消耗期・回復期**

◎陰性症状

◎生活のしづらさ（生活障害）

1. *治 療*

◎薬物療法

◎リハビリテーション

**急性期の治療**

**消耗期・回復期の治療**

**患者さんは「世話を受けているだけの人」ではなく、「できることはしている人」だ**

1. *再発予防と家族*

◎再発の要因

◎家族の感情表出と再発

感情表出を高くしないために

①批判的にならない

②情緒的に巻き込まれすぎない

**家族教室「回復力を高める接し方」**

1. 「今のあなたでいいんだよ」
2. 幻覚の背景にある気持ちを理解する
3. 病気の部分を減らし、健康な部分を増やす
4. 家族ができる３つのポイント
5. 相手の気持ちをわかるための会話
6. 家族みんなで回復をめざす

SST：Social Skills Training （社会生活技能訓練）とは

コミュニケーションを中心とした、人とかかわりながら生活するうえで必要な技能を、練習しながら身につけていくこと。統合失調症やその他障害のあるなしにかかわらず、親と子の関係、夫婦の関係などを、よりよいものにするために役立つもの。

DVD②

◎ドラマで学ぶ 回復力を高める会話（約1時間7分）

共感する

ほめる

頼みごとをする

嫌な気持ちを伝える

意見を言う

断る

幻覚・妄想①

幻覚・妄想②

【MEMO】