

# 精神障害とは

統合失調、気分障害(双極性障害、うつ病、躁病)、アルコールや薬物の依存症、パーソナリティ障害などの精神疾患により、日常生活や社会生活のしにくさを抱えている障害です。適切な治療や投薬、そして周囲の配慮があれば、症状をコントロールでき、安定した生活を送ることができます。

## ☆コミュニケーションの配慮とポイント

精神障害のある方は、ストレスに弱く、対人関係やコミュニケーションが苦手な方が多くいます。外見からは障害があることがわかりにくいいため、周囲から理解されずに孤立してしまう方も多くいます。

### 早めの声かけをしましょう



初対面の方と話をすることに慣れていないため緊張したり、他人の視線を必要以上に気にしたりすることがあります。困っている様子に気づいたら、早めに優しく声をかけてください。

手伝いましょうか？



書類の記入などの際、「この書き方で良いのか」などと不安に感じて、質問できない場合があります。積極的に「手伝いましょうか」と声をかけ、手伝いが不要な場合でも、そばで見守ることで、安心感を与えます。