

YS メソッド寛解インタビュー用紙 240306

1. 佐藤康行（YS）メソッドを始める前はどんな状況でしたか？

（心・身体・家庭・仕事）一番困っていた事。

2. 自分がうつ病になったきっかけは何だと思えますか？

3. YS メソッドをやろうと思ったきっかけは？

4. YS メソッドをやる前に不安に思っていたことは？

5. 以前にどんな療法を利用していましたか、または比べましたか？

6. なぜ最終的に『新大阪うつ病回復センター』を選びましたか？

7. どんな変化がありましたか？（心・身体・家庭・仕事）

希死念慮・自己肯定感・人間関係

8. 周りの方は、何と言っていますか？

9. このメソッドの良いところをあげて下さい。

10. 印象的なカリキュラムはありましたか？

11. このメソッドを他人に勧めるとしたら、あなたならどう勧めますか？

12. 今、どんな目標がありますか？

13. もし、YS メソッドをやる前の昔の自分にアドバイスできるならどんなアドバイスをしますか？

14. エピソードや不思議な事おどろいた事があれば教えて下さい。

15. ZOOM によるオンラインカウンセリングはいかがでしたか？

16. もし、YS メソッドやっていなかったら、今頃どうなっていたと思えますか？

ありがとうございました。