



強迫観念を 理解するための レクチャー

事前
予約制

強迫観念の仕組みを、実体験を交えてお話しします。

なぜこんなに苦しいのか、
その正体を知る

「また起きるのでは」という
不安の仕組みと対処法

強迫観念が
生まれる仕組み

実体験から学んだ
心の守り方

日時

2026年2月15日(日)
10:00～11:00

会場

麻生市民館 第4会議室

予約
方法

Logo フォームによる
事前予約制

ご予約はこちらから

<https://logoform.jp/form/FUQz/1414936>

※ニックネームでお申し込みください。(先着順)



講師のご紹介

平賀 たいち
(ひらが たいち)



自身の強迫観念の経験をもとに、悩みの仕組みと対処法を体系化。慶應義塾大学卒業後、IT企業に勤務。グリーフケアアドバイザー。著書に『感謝のチカラ』『強迫観念の治し方』『劣等感が強い人はなぜ攻撃的なのか』など。

※診断や治療を目的としたものではありません。

主催：麻生市民館（ひとのわプロジェクト）