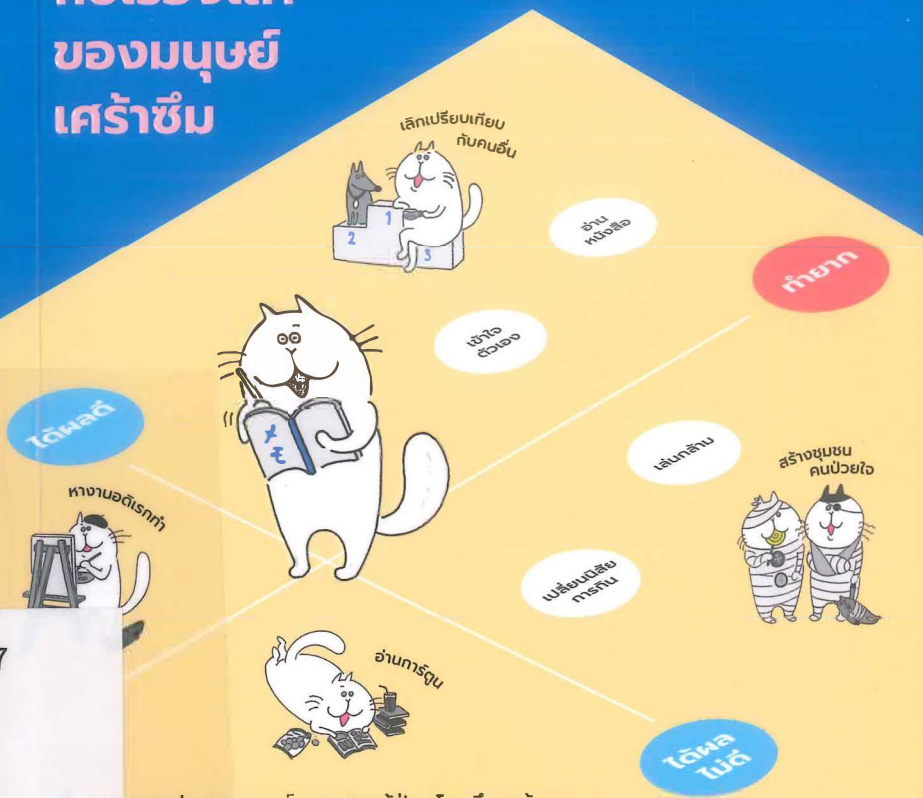


うつを治す努力を  
してきたので、  
効果と難易度で  
マッピングしてみた

# MAPPING

## เยียวยาซึมเศร้า กับเรื่องเล่า ของมนุษย์ เศร้าซึม



...จากประสบการณ์ตรงของผู้ป่วยโรคซึมเศร้า  
กเมหดหู่จนเกินไป โดยบล็อกเกอร์ชาวญี่ปุ่นผู้เผยแพร่การทำ "แผนภาพบำบัด"  
จนได้รับความนิยมในช่วงข้ามคืน!

ภัทรสร คุร์พิพัฒน์ และ จิตรลดา มีเสมา แผล  
แพทย์หญิงปราณี ปวีลชนา (หมอมแมวน้ำเล่าเรื่อง) คำนิยาม

Hossy เขียน

b/6524603  
0/12516818  
j/22459820

**MAPPING**  
**เหยี่ยวล่าчимเศร้า**  
**กับเรื่องเล่า**  
**ของมนุษย์**  
**เศร้าчим**

効果と難易度でマッピングしてきたので、



# สารบัญ

บทนำ 011

บทส่งท้าย 264

คำตาม โดย จิตแพทย์วະตะ ฮิเดะกิ 267

บรรณานุกรม 274

ลองสร้าง “แผนภาพวิธีรักษาโรคซึมเศร้า”  
ของคุณเอง! 279

