

ぐんま 依存症
ファミリートレーニング
=GIFT=

<第6回>
本人に治療を^{すす}勧める



本人が依存症と向き合うために

そもそも本人を依存症と向き合わせることは必要か？

家族にとって一番大切なのは、家族がよりよい生活をする事です。

家族が、どのように、どの程度、本人と関わっていくのか、関わっていないのかは、ケースバイケースです。積極的に関わる方法ばかりがよいわけではありません。距離をとることや、本人のことは本人に任せるというのも大切なことです。

本人が依存症と向き合う難しさ

本人が依存症と向き合うにあたって、以下のような難しさがあります。

- ① 否認の病であるため、動機が育ちづらい。
- ② 本人の中にも例えば「何とかしたい」「でも今のままがいい」というように、両方の気持ちがあり揺れている。
- ③ 家族関係がよくなく、話しあえる関係ではない。
- ④ 家族自身も回復のプロセスの見通しがついていない。



本人に依存症と向き合ってもらうための準備

- ① ある程度話し合いができる関係をつくる
- ② 話し合うタイミングをはかる
※しらふであることが条件！
- ③ 紹介する相談先を用意しておく
(受診や相談の手配がすぐにできるようにする)
- ④ どんなふう^{すす}に相談先を勧めるのかを用意しておく
- ⑤ 本人が勧めを受け入れた場合、ただちに段取りをつける

次のページからは、依存症と向き合ってもらう4つのタイミングについて、例文を読みながら学んでいきましょう。

依存症と向き合ってもらおう4つのタイミング

① 本人が、依存症が原因で問題を引き起こしたことを後悔している時

<例>

- 体調が悪くなって通院や入院をした時
- 警察のお世話になった時
- 仕事を無断欠勤してクビになった時
- 暴力をふるったことを後悔して、つぐない行動（やけに優しい等）をしている時
- 多額の借金をつくってしまった時



ワーク

①

タイミング①の例文を読み合わせてみましょう。

【本人】 おはよう。洗たく物干しておいたよ。

【家族】 あら、昨日はすごかったけど、いまはもう大丈夫なんだね。落ち着いてよかった。あなたもケガしたりしなかった？

【本人】 ……。もうしないように気をつけるよ。

【家族】 本当だよ。もう、警察を呼ぶしかないかなって思ったもん。

【本人】 うん、ごめん……。

【家族】 でも、いまのあなただったら、絶対しないはずだよ。

やっぱり、お酒が入っていたからだと思う。

先生も、アルコール依存症の可能性が高いって言っているよ。

一度、試しに病院に行ってみましょう。

【本人】 いや、自分でやめられるから、医者に行かなくても大丈夫だよ。

【家族】 それじゃあ、もし、またお酒を使って暴力を振るったら、今度は病院に一緒に行ってもらいます。でも1年間そういうことがなかったら依存症じゃないって認めるよ。

【本人】 俺だってやるときはやるんだ。大丈夫だよ。

【家族】 うん。だから、もしまたやった時は約束守ってね。

② 本人が依存症問題について予想外のことを言われて動揺している時^{どうよう}

<例>

- だらしない服装で出かけて近所の人から嫌味^{いやみ}を言われた時
- 久しぶりに会った知人に様子を心配された時
- 自分の悪い噂話^{うわさ}を見聞きした時



ワーク ②

タイミング②の例文を読み合わせてみましょう。

【本人】 となりのおばさんに声をかけたら、逃げて行っちゃったよ。

【家族】 この前、家で大声で叫^{さけ}んでいたのが聞こえたんじゃない？

【本人】 おまえ、何か言ったの？

【家族】 いえ、別に何も。でも、となりのうちまで聞こえていたんだね。びっくりだよ。近所づきあいのあるけど、薬は身体にもよくないみたいだし、脳にも影響が出るんだって。私もあなたのことが心配なんだよ。一度、試しに病院に行ってみましょうよ。

【本人】 別に大丈夫だよ。もう叫ばないように気をつけるよ。

【家族】 でも、私も薬が入っている時のあなたはとても恐いの。また、同じようなことが起きたら、私・・・とてもやっていけない。本当に試しに行ってみるだけでいいから、一度病院に行ってみましょうよ。

【本人】 わかったよ。

【家族】 じゃあ、明後日行けるように準備しましょう。

③ 本人が相談先や家族教室のことを聞いてきた時

<例>

- どこに行ってきたのと聞いてきた時
- 家族教室でしていることを聞いてきた時
- 自分がどのように言われているのか気にしている時
- 家族教室や自助グループは役に立っているのか聞いてきた時



ワーク

③

タイミング③の例文を読み合わせてみましょう。

【本人】 また今日も（家族教室に）行ってきたのか。よく続くもんだね。何か役に立つことがあったかい？

俺（私）の悪口でも言って喜んでるんじゃないのか？

【家族】 そういうことじゃないよ。先生にはギャンブル依存症が続くと、あなたや私たちの生活が台無しになってしまうと言われてるし、私もそう思うの。

だから、そうならないために、私は（家族教室に）通っているんだよ。行くと気分転換にもなるしね。

でも、私が通っていることを気にしてくれているのね？

【本人】 俺は依存症じゃないし、別に気にしているわけじゃないさ。

【家族】 私も依存症じゃなければいいと思うけど、とても心配だよ。（家族教室の）先生には、間違いないって言われているしね。

一度、試しに病院に行って、話を聞いてみない？

ギャンブル依存症なのか、そうじゃないのかははっきりするだけでも私はうれしいし、あなたもそのほうが気が楽になるでしょ。

【本人】 仕方ないなあ。1回だけだよ。でも、依存症じゃなかったら、もう（教室に）通うなよ。

【家族】 わかった。ありがとう。それじゃあ、明日の午前中に行ってみましょう。

④ 本人があなたの行動が変わったことについて聞いてきた時

<例>

- なんで急に優しくなったのか聞いてきた時
- 何をたくらんでいるか聞いてきた時
- なんでそんなことをするのか聞いてきた時
- 今までと様子が違うことを気にしている時



ワーク

④

タイミング④の例文を読み合わせてみましょう。

【本人】 最近よく出かけてるみたいだし部屋は片付いてないし。どうしちゃったわけ？

【家族】 気づいていたんだね。家にいるばかりだと煮詰ま^{につ}っちゃうから、最近
はカラオケで気分転換するようにしているの。それと、部屋を片付けて
いないわけじゃないよ。

ただ、お酒が入っている時にやっちゃったことは本人に片付けさせな
さいって先生に言われているの。そうじゃないとアルコール依存症が
よくなるからなんですって。

【本人】 ふーん。そうなんだ。そいつ、やぶ医者じゃないのか？

【家族】 私はそうは思わないけど。ただ、私もあなたにどう接したらいいのか、
よくわからないの。だから、せめて本当に依存症かどうか、私は一度
ちゃんと先生に診てもらいたいと思うんだけど、試しに一度だけ病院
に行ってみない？

【本人】 俺は依存症じゃないし、そんな必要ないから行かないよ。

【家族】 それじゃあ、もしまた、お酒のことで叫^{さけ}んだりするようなことが
あったら、その時には試しに病院と一緒にいくことを約束してくれる
とうれしいな。

【本人】 わかった。約束するよ。

【家族】 忘れちゃダメだよ。今日、約束したことをカレンダーに書いておき
ますからね（笑）





よりよい明日を！