

依存症者が抱える 生きづらさに関する 考察

医療法人耕仁会 札幌太田病院
精神保健福祉士 A・B・C

はじめに

- 依存症は性格や意志の問題によってなるもの...誤解
- 物質依存症者はそれぞれが抱えている「生きづらさ」を解消するのに役立つ物質を選択している。(松本2018)

人を依存症にするのは...「快感」×
「苦痛の緩和」○

- 幼少期の生育歴から人を信じられなくなる...依存症を引き起こす。(小林2016)
- 依存症者は生きづらさを抱えていることから飲酒等をしているのではないか？

目的・方法

目的

- 依存症者が抱える生きづらさとはどのようなものかを調査し、今後の支援に活かすことを目的とした。

方法

- 「依存症」と「生きづらさ」をキーワードとして文献調査を行った。

明白な生きづらさ

虐待、ネグレクト、いじめなど

薬物依存症者が多い

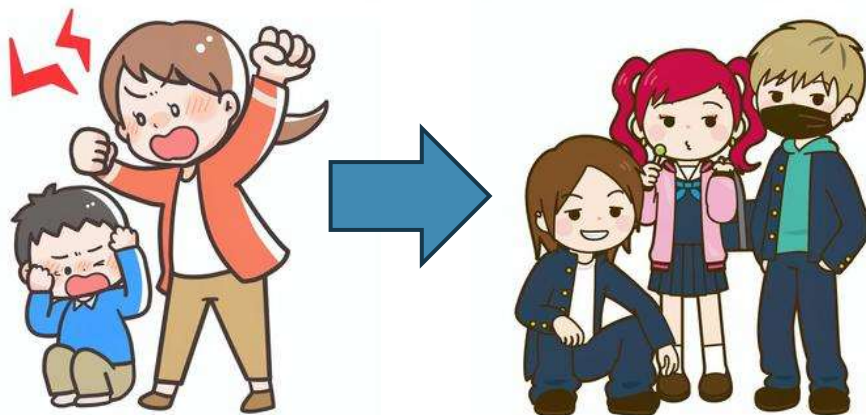
家庭や学校での適応を諦めて、反社会的な集団に適応することが多い

暗黙の生きづらさ

我慢と努力を続けなければ居場所がなくなってしまう不安感など

アルコール依存症者が多い

家庭や学校の枠内には残っており、生きづらさに気づかれにくい



明白な生きづらさを抱える依存症者

周囲に自分の感情を受け入れてもらえない

孤独感

無力感

親密な対人関係が築けない

満足のいく対人関係を構築するまで依存が続く
(一度やめても再発しやすい)

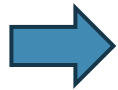
人を信じられない

代用として

物質に依存

暗黙の生きづらさを抱える依存症者

社会から
外れる不安



過剰適応（自分が置かれた環境に合わせてようと自分の考えや行動を変えすぎてしまうこと）



自分自身の欲望が
わからなくなる

アイデンティティ
の問題にも直面

苦痛やスト
レスの緩和

物質に依存

まとめ

- ・ 依存症者は本音を話せないという生きづらさを緩和するために物質に依存している
- ・ 依存症者は人を信頼すること、自分の気持ちに気づき、話すことが苦手
- ・ 依存症者（特にアルコール）は社会から外れないよう過剰適応している

援助者は依存症者の本音を受け止め、信頼関係を築き、居場所を作ることが大切

→支援ネットワークにつなげていく

当院での取り組み

- ・ 学習会
- ・ SMARPP

十段階心理療法の目的

・五つの基本的な考え方

一. 断酒(断薬・断キャンブル)の必要性を知りその実行を目指す。

性格(考え方や行動)を段階的に向上し正しい自己像・他者像・人生観を持つ。

二. アルコール(薬物・キャンブル)症の成因

性格形成障害、人生の目的や生きがい、正しく生きる方法を学んでいない人が、孤独感・空虚感からの解決方法として、アルコール(薬物・キャンブル)依存症になる。

三. 自分の長所を伸ばす意欲を持つ。

四. 自分を知るために集中内観を行なう。

五. 断酒例会、しらかば学習会に参加する。

第1段階 準備段階

・安心してつろいでください。

・準備のための段階(入院治療の説明、心理的・家族的事情聴取・内科的検査・治療)

第2段階 なぜ入院する必要があったか

・入院理由の3要因



社会的障害

精神的障害

身体的障害



依存症当事者の方へ向けた

SMARPP

～スマーブプログラムのご案内～

SMARPPとはテキストとワークブックを用い、スタッフと数人の仲間とで行うプログラムです。

- ・自分の欲求が出る時はどんな時?～自分と依存対象の関係
- ・自分にとっての危険な状況を知り、避ける～HALTと引き金
- ・再使用を防ぐにはどうしたらいい?～繪と患者ストップ法等の内容について行います。

依存症からの回復には、意志の強さだけでなく知識や自己理解が大切です。やめ続けることができる人は強いから成功しているわけではありません。賢いから成功しているのです!



医療法人社 札幌太田病院

実施：一回50分・計13回

T063-0005 札幌市西区山の手5条5丁目

TEL:(011)644-5111

【担当：心理・内観療法課】

web:<http://www.sapporo-ohta.or.jp>

E-mail:info@sapporo-ohta.or.jp

日時：担当までお電話、もしくは病院スタッフまでお申し込み頂き、相談の上設定させていただきます。

場所：札幌太田病院 急性期治療病棟内



令和3年 心理・内観療法課

家族へのプログラム

- ・クラフトプログラム
- ・みつば会

アルコール・薬物・ギャンブルで悩む
家族のための
7つの対処法
クラフト

CRAFT

吉田精次 + ASK (アルコール・薬物問題全国市民協議会)

アルコールによる問題を抱える家族の会

みつば会のご案内

みつば会は、アルコール・薬物・ギャンブル依存症の患者様の
ご家族を対象とした家族会です。

身近な方の依存症に関する問題を抱えている方・解決したい方など、どなたでもご参加出来ます。ご家族同士で日頃お困りの事や疑問等を自由にお話して頂いたり、CRAFTプログラム、勉強会、年数回は講演会などを行っています。

依存症の治療には、ご家族の病気に対する正しい理解と対応が大切です。また、ご家族自身もアルコールによる問題に巻き込まれ、疲弊する場合がありますが、同じ立場の家族間で分かち合う事で、心の負担を軽くすることが出来ます。

日時：毎月第2・第4金曜日 午後13：30～15：00

場所：当院2階 職員講堂又は1階AA室

(1階で行う場合は案内ポスターを表示します)

参加：無料 予約不要 ※13：20頃当院ロビーでお待ちください

気になった方、ご不明な点などはお気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ】

札幌太田病院 011-644-5111 (担当：PSW 小山・伊藤)

令和4年12月16日現在

今後の課題

- 今回は文献調査のみであった。
- 今後は当院入院中の依存症者に本音を話せる居場所はあるのかを調査したい。
- 本人との信頼関係の構築と、医療機関のソーシャルワーカーとして実践できる地域や居場所につなげるソーシャルワークについて検討していきたい。

参考文献

- 松本俊彦 人はなぜ依存症になるのか—子どもの薬物乱用—児童精神医学とその近接領域 59 (3) 278-282 (2018)
- 齊藤学 「自分のために生きていける」ということ 寂しくて、退屈な人たちへ 大和書房 (2010)
- フィリップ・J・フローレス (小林桜児・板橋登子・西村康平) 愛着障害としてのアディクション 日本評論社 (2016)
- 小林桜児 人を信じられない病—信頼障害としてのアディクション 日本評論社 (2016)
- 柿澤暁 依存症における親密性回避の問題についての考察 人間学研究論集 (8) 1-16 (2019)
- 豊岡めぐみ・檜垣昌也 現代社会における精神的「生きづらさ」規範的社会からの逸脱と「自我」の在り方 研究紀要 (42) (2020)
- 中西萌子・渡邊誠 現在社会における生きづらさについての考察—未婚女性へのインタビューを通して—北海道大学院教育学研究院紀要 (136) (2020)
- 草柳千早 現代社会における「生きづらさ」と「アイデンティティ」生き方の多様性と社会 三田社会学 51-65 (6) (2001)
- 和田清 依存と嗜癖—どう理解し、どう対処するか 医学書院 (2013)

ご清聴ありがとうございました。