

## 依存症者が抱える生きづらさに関する考察

○精神保健福祉士A 精神保健福祉士B 精神保健福祉士C  
医療法人耕仁会札幌太田病院 地域福祉課

### 【はじめに】

依存症は性格や意志の問題によってなるものだと誤解されることが多い。しかし、人を依存症にするのは「快感」ではなく、「苦痛の緩和」であり、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といわれている。また、幼少期の生育歴から人を信じられなくなることで依存症を引き起こすとされている。これらのことから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と考える。本研究では、依存症者が抱える生きづらさにスポットを当て、今後の支援に活かすことを目的として調査を行った。

### 【方法】

依存症と生きづらさをキーワードとして文献検索を行った。

### 【結果】

文献検索の結果、まず、生きづらさの種類として明白な生きづらさ(養育者からの虐待や極端な養育放棄といった、だれが見てもわかりやすい生きづらさ)と暗黙の生きづらさ(我慢と努力を続けなければ家庭や学校で居場所がなくなってしまう不安感)があり、アルコール依存症者は暗黙の生きづらさを抱えている場合が多いことが示された。次に、依存症者は孤独感と無力感が原因で他者を信頼し、生きることができなくなる信頼障害を抱えていることが読み取れた。周囲に自分の感情を受け止めてもらえないという失敗体験を繰り返すことで、周囲に受け止めてもらうことを諦めてしまう。また、生きづらさは規範的社会からの逸脱によっても起こることがわかった。自分の理想ないし、普通の基準に照らし合わせて、自分の現状に差異があると、自尊感情を持ちにくく、過剰適応につながる。その結果、自分の感情が分からなくなり、自分は何者であり、どう生きるのかというアイデンティティの問題にも直面する。ありのままの自分を周囲に理解してもらえないことによる苦痛やストレスを緩和するために、物質に依存していく。

### 【考察】

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、物質に依存をすること、社会から外れないよう過剰適応していることがわかった。そのため、援助者は依存症者が本音を話せる存在になること、そのような居場所を作ることが大切だと思われる。また、依存症者自身が人を信頼すること、自分の気持ちに気づき、話すことができるよう、対人信頼能力を新たに獲得することに向け、根気強く関わっていく必要もあると考える。さらに、孤立の程度に応じて、できるだけ多くの支援ネットワークに依存症者をつなげていくことも重要だと示唆される。今回は文献調査のみであったため、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、本人との信頼関係の構築と、居場所につなげるソーシャルワークの実践について検討していきたい。