

第2部

福祉系大学生等を対象とした 啓発イベント

「アディクション・オープンゼミナール2022」

1. ソーシャルワーカー物語〈導入編〉

「依存症を学ぶメリット

～依存症支援スキルがチートすぎる件～

【オンデマンド配信 (YouTube)】

<https://youtu.be/DeMmajZJ3rQ>

(視聴期限：2024年6月頃)



本講義では、依存症支援で使われるスキル(動機づけ面接、CRAFT等)が、汎用性と有用性に富んでいることや学びやすいものであることを講師の体験をもとに紹介しています。

ソーシャルワーカー物語
～導入編～

依存症を学ぶメリット

～依存症支援スキルがチートすぎる件～

ズルいくらいに
役に立つ!

学びやすい
色々な場面で使える
知らないと苦労する

堺市 精神保健課
精神保健福祉士 **中島 宗幸**
住 所
TEL
FAX

早速ですが、「依存症」と聞いて、何が思い浮かびますか? 「面倒くさそう」「怖そう」と思う人もいますよね……。イメージすらできない人もいるかもしれません。私も若い頃は超苦手でした。

でも、私の職場は保健センター。あらゆる相談がやってくる場所。酔っぱらったおっちゃんに怒鳴られ、家族に泣きつかれ、教科書程度のことしか知らなかった私は、本当に苦労しました。

しかし、そんな私にも転機が訪れます。手持ちのスキルではやっていけないと悟った私は、仕方なく依存症を学び始めたのです。そして、気づきました。依存症を学ぶ多くのメリット、特にその蓄積されてきた支援スキルのズルイくらいの便利さに。

動機づけ面接なら

先輩の経験則が、体系的にまとめられていた。
様々な支援行為が、明確に定義づけられていた。
簡単にポチれた。



アルコール依存のおっちゃんに若造扱いされて、苦手です。

先 義理と人情と少しの勇気だ！

???

先 だから、義理と人情と少しの勇気だ！

もうちょっと具体的に……

先 丁寧に話を聴き、共感するんだ。そうしたら自然に関係性ができるから、あとは流れのままに頑張れ！！

先 依存症はタイミングが命だ。おっちゃんがやる気になった瞬間に、治療や支援を勧めるんだ！！

(結局、どうのこと?)

(傾聴、共感、タイミング……?)

そっくりそのままではないですが、新人のときに、ベテランの先輩とこのようなやり取りがありました。

ベテランともなると、たくさんの失敗と経験から得た感覚で上手くふるまえるようになるものですが、皆さん、自分の胸に手を当てて、正直に考えてください。「たくさんの失敗」を、敢えて味わいたいのですか？

どうせ苦勞をするなら、せめて効率よくスキルを身に付けたいと思いませんか？

例えば、傾聴。皆さんは、それが非常に大切なものだと言ったはずですが、でも、何をどうすれば傾聴になるのか、説明できますか？ 私は、「丁寧に聴けばいいのだろう」と思っていました、実際に面接をすると、どうすれば相手にその「丁寧さ」が伝わるのかが分からず、呆然としました。丁寧さを伝えらず、怒られました。

そこで役に立ったのが、依存症支援の代表的な手法である、動機づけ面接でした。例えば「聞き返す」という対話の方法から、「語尾を下げる」という口調のニュアンスまで、具体的にどうすれば良いかが示されていました。

多くの解説書が市販されていたことも助かりました。自分にあったものが、簡単に手に入りました。

まずは理屈で理解して、自分なりに実践しているうちに、気がつけば怒られることが減っていました。おっちゃんが短気だったのではなく、私が下手で怒らせていただけだったのです。

色々な場面で使える

動機づけ面接なら

「説得とケンカ」とは別の流れを作れる。
相手側が「少し変えてみよう」という気になる。
対人関係全般に使える。



世の中には、一見わけのわからないことを続ける人がいますよね……

先 確かにいる。何度も同じ自慢話をする上司とかな！

(いやまあアンタもだけどな……)

先 あと、前に愚痴ってた、やたら床掃除をしたがる潔癖な嫁とかか？

(愚痴ったオレがバカだった……)

例えば、日常生活すらままならないのに支援を拒否するケースとか。ひきこもりとかもそうかも。

先 ああ、そっちな。大して変わらんが。しかし、続けるからには、その人なりの理由やストーリーがあるもんだ。

先 説得しても、ケンカにしかならん。忍耐強く、待つしかないな。

次も、先輩とのやり取りです。先輩の見立ては直感的でした。支援拒否ケースも上司も嫁も、そして依存症者も、根っこは同じという感覚だったようです。

私は相手のことを思いやったつもりで、「お酒を飲まないで」と誠心誠意の説得をしていました。今思えば、これでは善意の素人と変わりありません。嫁も一緒です。せっかくの休日にセカセカと動かれるのは鬱陶しいもの。つい「掃除しすぎ」と申し立てると、嫁は機嫌を悪くし、いかに床が汚いかを延々とまくし立て始め、ついには一緒に掃除をさせられたのです。

困ったことを続ける人がいて、止めさせようすると逆効果。そんな場面は福祉の現場以外でもありふれていると思いますが、皆さんは対人関係のプロとして、どうしますか？

ここで私を救ってくれたのも、動機づけ面接でした。説得とは違う方法で、相手に「ちょっと聞いてみようか」と思ってもらえるアイデアが、そこにはあふれていたのです。しかも、先輩は「待つしかない」と言っていますが、待つ必要すらありませんでした。確かに以前の依存症支援は、「底打ち」といって、とことん困るまで待つのがスタンダードでした。しかし、「放置」にも見えるその手法はリスクが大きすぎるのです。「待たない」手法を知った私は、少なくともその部分だけは、先輩よりも小さなリスクでやることができましたのです。極めつけに、これは対人関係に普遍的な原理でした。私はついに、床掃除をさせられることなく、休日の平穏を取り戻したのです。

知らないと苦労する

依存症を知らないと

依存症関連問題はあらゆる分野で出会う。

知っておかないと家族に適切な助言ができない。

自分も巻き込まれる。



児

支援している子が性格が変わったように乱暴になってしまった。夜な夜な家のお金を持ち出し、外出している？ うつぶしいのに、急に暴言を……

高

うちも、利用者（女性）の普段温厚な夫が、急に暴力を振るうことがある。認知症ではなさそう。夫は顔の怪我が増え、夜尿もある？ 妻はひたすら、甲斐甲斐しくしているのに……

児

その子の親から「何とかしてくれ」と散々に詰められ、もうヘトヘト。どうしていいか、わからない！

高

いつ何が起るか不安で、休みの日もオチオチ遊んでられない……
いったい、どうなっているんだ？！

(児童は薬物、高齢者はアルコールなのは？ とりあえずCRAFT的なアプローチで……)

次は、少し前にあった児童と高齢の支援者とのやり取りです。私にはピンとくるものがありました。対して彼らは、慌てふためき、胃に穴があくようなストレスに苦しめられていたのです。

依存症的な問題は、どこにいても出会います。お酒や薬物だけではなく、ゲーム、ギャンブル、万引き、リストカット、ひきこもりなども同じです。依存症の代表的な家族支援の手法、CRAFTを知っていれば、彼らのストレスは随分と減らせたはずです。

彼らは依存症のことをよく知らなかったので、家族と一緒に問題に巻き込まれていました。私も依存症を学ぶ前には何度か見た悪夢の泥沼です。知ってさえいれば、親や妻がイネイブラーとなっていることを想像でき、取るべき行動を助言できたでしょう。自分も冷静でいられたでしょう。

この業界で仕事をしていると、こじれた問題のなかで不適切な行動パターンに陥っている家族によく出会います。そういった時にCRAFTを知っていれば、1つの支えになります。

依存症を学ぶメリット……

- ・学びやすい。
- ・色々な場面で使える。
- ・知らないと苦勞をする。



チートすぎる……

- ・依存症の研究は多種多様で、多くのエビデンスが蓄積されており、その体系だった知識を、ポチれば**すぐにも**学び始めることができる。
- ・依存症支援の本質は、コミュニケーションが苦手な人との「**良質なコミュニケーション**」であり、それは何をすることも役立つスキルとなる。
- ・現場に立つ前に知っておけば、大きな**アドバンテージ**になる。



改めてまとめておきましょう。

依存症を学んでおくことは、どの分野に進もうとも、巨大なメリットがあります。まさしくチート。ズルいくらいに役に立つのです。

自分の将来に数千円を投資する気があれば、帰りに本屋に寄るなり、帰宅後にポチるなりすれば、今日から学び始めることができるでしょう。さらに、依存症支援は、人との関係性、コミュニケーションのスキルの結晶です。たとえソーシャルワーカーにならなくても、役に立つはずで

す。もちろん、アートとして洗練されるには現場での経験が必要ですが、知っておくことは大きなアドバンテージです。依存症業界では常識になりつつあるものですが、それ以外の分野では意外と知られていないので、秘密兵器になってくれるかもしれません。

私自身は依存症についてほとんど知らないままに入職し、苦勞をしましたが、皆さんは今日、その苦勞を和らげる道の入り口を知りました。さあ、どうしますか？ 進むかどうかは、皆さん次第です。

2. ソーシャルワーカー物語〈ケースワーク編〉 「依存症を抱えるクライアント ～出会い、かかわりからの学び～」

【オンデマンド配信 (YouTube)】

<https://youtu.be/fj1a6F3RInM>

(視聴期限：2024年6月頃)



ソーシャルワーカー物語

依存症を抱えるクライアント ～出会い、かかわりからの学び～

独立行政法人国立病院機構
呉医療センター
ソーシャルワーカー **菰口 陽明**
住 所
TEL
FAX

私はソーシャルワーカーになって20年目を迎えていますが、最初に就職した精神科病院から現在勤務中の総合病院での依存症を抱えるクライアントとの出会い、かかわりから学んだことについてお話しします。

その時、わたしは……

- ・これといって取り柄のない自分、人とかかわることで自分もきっと変わるかも……
- ・児童思春期や精神保健領域に興味関心
- ・就職氷河期世代（今のようにたくさんの求人がない時代）
- ・最初に就職した精神科病院、1年目からアルコール依存症の回復プログラム担当ワーカーに



依存症への最初の思い……

- ・グループワークもできてなんか面白そうだ
- ・先輩のように私に上手くできるのかな……
- ・いったいどんな病気なんだろう
- ・ソーシャルワーカーのわたしに何ができるんだろう



⇒わからないことばかりで毎週のように自助グループへ参加することに

私が福祉を学んだきっかけは、進路選択のときにこれといった取り柄もなく、何か人の役にたちたいと漠然とした思いから社会福祉について学ぶことにしました。大学で福祉を学ぶなかで、児童思春期や精神保健福祉領域に関心が強くなり、縁あって精神科病院に就職しました。精神科病院に就職したときも、さまざまな病気を抱える人やあらゆる職種とかわることで、新しい価値観にふれることで自分もきっと変わるかもしれないという期待があったように思います。私が依存症支援にかかわるようになったきっかけは、その病院で、アルコール依存症の回復プログラム担当と決められていました。グループワークもできて面白そうと思う反面、先輩のようにうまくできるかなと不安もありました。そのため、ソーシャルワーカー1年目の業務の大半が依存症支援でのケースワーク、グループワークでした。分からないことも多く、仕事終わりに毎週のように地域の自助グループである断酒会やAAにも参加しました。自助グループのなかでの学びもたくさんありました。

こんな人たちでした……

- ・家族が最初に相談に、本人が病院に来たのは数か月、数年後
- ・今まで職場の検診で肝機能異常を何度も産業医から指摘
- ・あまりアルコールの問題は認識していない
- ・両親が依存症を抱えていたり、幼少期から壮絶な経験を積んでいる
- ・幼児期の娘が救急要請して病院へ来ることも
- ・命の危険性があっても入院には強く拒絶
- ・たくさんものを失っていても何か強まっているよう

出会った時は……

- ・ある日に妻が相談、何度も相談を重ねてやっと本人受診
- ・よくわからないけど連れてこられた様子
- ・救命救急センターへ直入、泣き叫ぶ幼児期の娘



私が出会った人たちのなかには、家族が最初に相談に来られ、本人が病院が受診につながるのは数か月、数年後というケースも多くありました。クライアントの多くは、職場の健康診断で身体の問題を何度も指摘されいたり、飲酒が原因で家族関係が悪くなっている等の問題を抱えてはいるながらも、あまり問題とは認識していない様子でした。また、今もかかわっている摂食障害を抱えるクライアントは、親が依存症で幼少期から暴力や厳しいしつけを受けており、自身の体形への囚われに苦しみ続けています。この方が最初に入院になったのは、まだ5歳の娘が救急車を呼んだことがきっかけでした。危険な体重で入院が必要な状態でしたが本人は強く拒んで、救急科や精神科の医師と強く入院の必要性を伝えました。隣では泣き叫ぶ5歳の娘がいました。そのクライアントと初めて出会ったときは命も危機的な状況だと感じ、隣で泣き叫ぶ娘さんのことも含めて、私自身も冷静さを失いそうになりました。

こんな苦勞が……

- ・受診日に病院へ来なかつたり急に連絡がつかなくなる
- ・まだ治療中なのにすぐに自主退院
- ・周囲は問題と感じていても本人は病気と向き合ってもらえない
- ・怒りをソーシャルワーカーにぶつけてくることも

その時、あの人たちは…… (クライアントの言葉)

- ・「自分はもう大丈夫」
- ・「家族に迷惑かけたし仕事しないと、娘が待っている」
- ・「私のことを理解して」
- ・「早く退院させてよ」

その時、わたしは……

- ・大丈夫じゃないじゃろう
- ・家族は困るだろうな
- ・本人にちゃんと寄り添えていないかも……

無力



クライアントとのかかわりから、受診予定日なのに連絡がつかなくなったり、まだ治療中なのに自主退院したりといったこともありました。時にはクライアントから私に対してさまざまな怒りをぶつけてくることもありました。自分のことをもっと理解して欲しいという思いだったように感じています。私自身がクライアントに対して十分に寄り添えていない、共感できていないのかもしれないと振り返る部分もありました。摂食障害を抱えるクライアントとは退院してから面接を重ねるなかで、現在も母との関係には大きな葛藤を抱えていること、幼少期から姉妹間で比較されて育ち、自分はやせていないとダメだという囚われ、周りから良く見られたいという意識から抜け出せないことを語ってくれました。話してもらえたことの嬉しさもありつつも、ソーシャルワーカーとして共感することしかできない自分に無力感も感じました。

そして……

- ・自助グループとの出会いから人生が変わる
- ・家族との関係も少しずつ変化
- ・様々な葛藤を抱えながらの生活
- ・死（自殺、事故、身体合併症…）との遭遇

その時、あの人たちは……（クライアントの言葉）

- ・「手が震えずコーヒーに砂糖を入れられた時に涙が出たよ」
- ・「過去のことは自分の考え次第でいくらでも変えられるね」
- ・「なんで自分ばかりこんな苦勞を」
- ・「無言…（助けてだったのか）」

その時、わたしは……

- ・回復のあり方は人それぞれ
- ・人は変わることができる
- ・人を理解すること、寄り添うこと、共感することの難しさ



クライアントのなかには自助グループとの出会いやさまざまな支援を受けてアルコールを手放した生活をおくるだけでなく、生き方そのものが大きく変わった人、家族との関係も変化がみられた人がいます。あるクライアントからは「手が震えずコーヒーに砂糖を入れられたときに涙が出た」、「過去のことは自分の考え次第でいくらでも変えられるね」といった言葉がありました。回復のあり方は人それぞれだということを学ぶことができました。一方で、さまざまな葛藤から思い描くような生き方ができないクライアントや、時には自宅訪問したときにクライアントの死に遭遇することもありました。人を理解すること、寄り添うこと、共感することの難しさをひしひしと感じるとともに、やはりソーシャルワーカーだけでは無力だということを再確認しました。

わたしの中で……

- ・クライアントから学ぶ姿勢
- ・回復のあり方は人それぞれ、回復を信じ、回復のきっかけをつくる
- ・つながっていくこと、つながりをつくり、活かしていくこと

わたしにとって……

- ・クライアントが回復する姿からもらえるたくさんの勇気
- ・失敗してもすぐにあきらめないように
- ・仲間存在の大きさが身に染みてわかる
- ・あらゆるソーシャルワーク実践モデルが活用でき、仕事もどんどん楽しくなる
- ・職場が変わっても役に立つことはたくさん（精神科以外の診療科でも！）

もしもこうになったら……

- ・人の弱さをわかちあえる
- ・自分も周りも大切にできる



依存症にかかわったことによって、飲む飲まない、食べる食べない、使う使わない、といった問題行動ばかりを見なくなり、むしろその人の背負ってきた苦痛や頑張ってきたことに目を向けるようになり、クライアントから教えてもらう姿勢が大切と思うようになりました。回復のあり方もクライアントによってさまざま、ソーシャルワーカーは回復を信じて、回復のきっかけをつくることができると考えています。そして人と人がつながっていくこと、つながりをつくり、活かしていくことはソーシャルワークそのものだと感じています。そして何より、クライアントが回復する姿に励まされてたくさんの勇気をもらうことができ、私自身もソーシャルワーカーや多職種の仲間存在の大きさが身に染みて感じるようになりました。学生の皆さんが勉強しているあらゆるソーシャルワーク実践モデルが活用でき、仕事もどんどん楽しくなってきました。きっと依存症支援がもっとあたりまえに世の中に定着したら、人の弱さをわかちあえる社会、自分も周りも社会へと変わるのではないかと考えています。

実は依存症って……

- ・とても身近にある病気で珍しくはないので、よくみてほしい
- ・みえる問題だけにとらわれず、問題の背景をしっかり聴いてほしい
- ・かかわればかかわるほど自分自身とも向き合い、自分も変わることができる

依存症支援って……

- ・どの領域でも活かせる視点、介入がたくさんある
- ・クライアントだけでなく、家族、グループ、そして地域社会とのかかわりが必須
- ・ソーシャルにワークが絶対に必要

最後に……

- ・あなたの身近な仲間も大切に
- ・ソーシャルワーカーになってあなた自身の物語を作ろう！！



実は依存症はとても身近にある病気です。現場で実践するなかで、もしかしたら背景に依存症があるかもしれないという視点をもっておきましょう。また、みえる問題だけにとらわれず、その生活背景をクライアントや家族からしっかり聴いてください、寄り添ってください。かかわればかかわるほど、自分自身とも向き合うことになり、自分自身も変わることができます。そして、依存症支援は特別な支援ではなく、どの領域でも活かせる視点、介入がたくさんあり、クライアントだけでなく、家族、グループ、そして地域社会とのかかわりが必須で、ソーシャルにワークが絶対に必要な領域です。ソーシャルワーカー一人では無力かもしれませんが、仲間とつながることで大きな力になります。最後になりますが、皆さんもソーシャルワーカーになられたら依存症支援に取り組んで、あなた自身の物語をたくさん作って下さい。ご清聴ありがとうございました。

3. ソーシャルワーカー物語〈グループワーク編〉 「依存症支援のおもしろさ～仲間との出会い～」

【オンデマンド配信 (YouTube)】

<https://youtu.be/M19BWRvdHAW>

(視聴期限：2024年6月頃)



ソーシャルワーカー物語
～グループワーク～

依存症支援のおもしろさ

～仲間との出会い～



高嶺病院
精神保健福祉士 **岡村 真紀**
住 所
TEL
FAX

ソーシャルワーカー物語
～ 依存症に関わる前 ～

その時、わたしは……

- ・「どういわけか」という偶然の積み重ね
- ・目に見えない「こころ」の問題への興味
- ・就職したら依存症専門病院だった！

回復

仲間

無力

依存症への最初の思い……

- ・どこを見ても依存症の患者さんばかり
- ・病院では聞き慣れない言葉の数々
- ・関わることで回復へ導けるかもという根拠のない自信と希望
- ・得体の知れない怖いものに関わるような漠然とした不安



私は「どういうわけか」という偶然の積み重ねで依存症支援につながりました。

大学に入り社会福祉学部に入學、特にこれがやりたいという目的もなく、ただ漠然と心の問題には興味があり臨床心理学のゼミに入りました。ゼミの先生からの勧めで、精神科デイケアや不登校児の家庭訪問などのボランティアに参加をしました。続けていくなかで心の問題って面白いなと思いき精神科への就職を希望し、先生の勧めで就職した先が依存症の専門病院でした。

依存症への最初の思いとしては専門病院に入職したのでどこを見ても依存症の患者さんばかり、知らない世界ですごくワクワクして楽しみに思っていました。病院に入ると、テレビなどでよく見るような医療用語が飛び交うと思っていましたが、依存症の専門病院では回復とか仲間、無力というような言葉が飛び交っていて、とても不思議な気分になったことを覚えています。ただソーシャルワーカーとして関わることで全ての方が回復に導けるというようなとても根拠のない自信を持って希望を持っていました。

一方で得体の知れない怖いものに接するような不安も漠然と抱いていたように思います。

ソーシャルワーカー物語
～ 事例 出会い編 ～

こんな人でした……

- ・40代の身体障害のある男性
- ・アルコールでのトラブル続く
- ・酔って同居する高齢の母への暴言・暴力
- ・心配する妹が家族相談に来院
- ・妹の涙

出会った時は……

- ・妹の家族相談を経て、本人受診
- ・酒臭い状態で本人が登場
- ・だまされてきた？！



たくさんの人に関わっていくなかで、ハッとさせられるような出会いがありました。その1人を紹介します。40代の小児麻痺のある身体障害者手帳をお持ちの男性でした。幼少期から小児麻痺があることでずっと施設で生活されてきた方でしたが、飲酒をしてトラブルを起こし施設から退去することになりました。そうして高齢のお母さんと同居することになりましたが、酒を飲んではお母さんへ暴言や暴力をふるい、心配す

る妹さんが当院に相談にお越しになりました。そこで妹さんが語られたのはこんなことでした。自分のお父さんもアルコール依存症だった、お父さんはアルコール問題の末に助かる事がなく命を落としてしまった、それを助けられなかったことを今でもすごく悔やんでいて、その分お兄さんのことは何とか助けたい、お父さんの代わりに助けたいと泣きながら妹さんから語られました。そしてその後、本人が受診されました。酒臭い状態で騙されて妹さんとお母さんがご本人を車に乗せて騙して連れてこられました。そのような状態に来られるとは思っていませんでしたので、大丈夫だろうか、とても疑問に思っていたのを覚えています。

こんな苦労が……

- ・本人はブンブン！ 家族はオロオロ…
- ・入院治療への導入
- ・病気という視点

その時、あの人は……

- ・好きな酒を飲んだだけなのに、なんでこんな目に遭うんだ！
- ・誰にも迷惑をかけていない！
- ・家族も病院も一生恨んでやる！

その時、わたしは……

- ・仕方ないと思う一方で…
- ・本人の意思って何だろう…
- ・本当にこれでよかったのかな…



もちろんご本人さんは興奮をされてブンブンしていました。なんで僕がこんなところに連れてこられなければならないんだ、好きな酒を飲んで何が悪いんだという状況です。暴言を吐き大声を出し、その横で家族はオロオロしてとても不安でいっぱいのような様子でした。

診察の場面で医師から、これは本人が悪いのではなくて病気が悪いんですよというような説明があり、身体的にも状態が悪く、入院治療が必要だということで医療保護入院になりました。そしてご本人はスタッフに両脇を抱えられながら病棟に入っていられました。本人は「何でこんな目にあうんだ、誰にも迷惑をかけていない、こんなことをする家族も病院も一生恨んでやる」と捨て台詞を吐いて病棟に上がって行きました。

先ほどの先生の「病気が悪い」という言葉を聞いて依存症はその人の人格の問題だと見ていたかもしれない自分にハッとさせられました。依存症を病気だと認識し入院が必要、不本意でも治療のためには仕方ないと思う一方で、学校で本人の人権を守るのがソーシャルワーカーの役割だと学んできたことを思い出し、本人の意思って何だろう、これでよ

かったのかと病棟に上がっていかれる後ろ姿を見ながら私はとても不安になっていました。

そして……

- ・仲間や自助グループとの出会い
- ・一人暮らしにもチャレンジしたい
- ・家族との関係修復



その時、あの人は……

- ・周りに迷惑をかけた
- ・ひとりじゃない、たくさんの仲間がいる
- ・そして自分を助け、応援してくれる人家族や支援者がいる

その時、わたしは……

- ・回復への希望、グループの大切さ
- ・ソーシャルワーカーは無力
- ・主人公は依存症を抱えるその人自身



実際には私の想像とは違い、本人は酔いが覚めると穏やかでした。「何で入院したんだろう、よくわからない」と何度も呟いていました。そこから彼の人懐っこさも手伝い、他の患者さんとのつながりができてきました。また入院中のグループミーティングに参加することで入院時、睨み付けるような表情とは別人のように表情が変わり始め、とても優しい生き生きとした表情に変わってきました。治療が進み院外の自助グループに参加し、彼の口から仲間という言葉がたくさん出るようになってきました。自助グループに参加して仲間のなかで酒のない人生を送りたい、そのために施設ではなく生まれて初めての一人暮らしにチャレンジしたい、仲間のなかで生きていきたいと言い始めました。そして妹さんやお母さんにも「今まで悪かった、ありがとう」と言い、妹さんはとても喜んでいらっしやっただのを覚えています。「酒のせいで周りに迷惑をかけた」「お父さんのようにはなりたくなかったのにこうなってしまった」「仲間の話を聞いて自分ひとりじゃない」と自分の生き方を振り返り、語る事ができるようになってきました。自分には仲間がたくさんいて、またそれを見守ってくれる家族や支援者がいることにも気がついたともお話されていました。

入院時その経緯に私は疑問を持っていましたが、必要なステップだったと彼を見て思い直しました。どんなにひどい状態の人でも病気の治療を適切に行うことで回復の希望があるということを学ばせてもらったように思います。そして「仲間のおかげで」と面接のたびに繰り返す彼の姿を見ているとグループの大切さはもちろん、その仲間作りができるよ

うなレールを作ることが、私たちソーシャルワーカーの役割だと改めて感じました。彼らを変えることについてはソーシャルワーカーは無力であり、人生の主人公は彼らが自分の足で歩いていけるようなかかわりを私たちは求められているということを学びました。

ソーシャルワーカー物語
～ わたしの中の依存症 ～

わたしの中で……

- ・仲間の中で新しい人生を手に入れること
- ・グループの一員になること
- ・無力から始まる支援

わたしにとって……

- ・人の人生に寄り添い、変化に立ち合える喜び
- ・仲間とのつながり
- ・自分自身の成長

もしもこうなったら……

- ・依存症の面白さを知ってほしい
- ・依存症支援が定着すれば、もっとたくさんの人が幸せになれるかな
- ・彩り豊かな人生へのお手伝い



彼の回復の姿をそばで見ていると、仲間という言葉が大きなキーワードであるということに気づかされます。依存症はアディクションともいわれますが、その反対語はコネクションともいわれることがあります。人とのつながりのなかで新しい人生を見つけることが依存症からの回復には大切です。今回紹介した彼は断酒5年表彰という病院のイベントで表彰を受けました。言語障害があるのでうまくスピーチができず、ステージの上には親しい仲間とふたりで並んで立ち、彼の書いた原稿を仲間が代わりに読んでくれるというスピーチをされました。その姿はとても感動的で皆の涙を誘いました。そして表彰後に妹さんからお手紙が届きました。「兄の治療で、妹をはじめとする家族全員が救われました。私たちの家族、家庭は幸せになれた気がします」というお手紙の内容でした。このように依存症支援はその人の変化をそばで見ることができ、素晴らしい瞬間に立ち会えることができるという喜びがあります。

そして彼らから学び私は関係機関と連携を行う際には、支援をしていく仲間としてかかわることにしています。そうすることで連携は表面的なものではなく、より深く濃いものになっているように思います。そして私自身の生き方でも人とのつながりをより大切にするようになり、自分自身の成長にもつながっているように思います。

実は依存症って……

- ・意志が弱く、だらしない人ではないこと
- ・病気であるということ
- ・苦手意識を持たれやすいけど、やりがいのある支援であること

依存症支援って……

- ・たくさんの生活上の課題を抱えた人たちへの関わり
- ・人とのつながりを大切にする
- ・ソーシャルワーカーだからこそ関われる課題

最後に……

- ・クライアントの物語とソーシャルワーカーの物語
- ・あらゆる場で活用できるソーシャルワーク



依存症は意志が弱い、だらしないと思われがちですが、依存することで人生を生き延びてきた人たちともいえます。彼らの多くは生きづらさを抱えています。依存症は世界で認められた病気でもあります。苦手意識を持たれやすい病気ですが、依存症支援はとてもやりがいのあるものです。依存症支援はたくさんの生活上の課題を抱えた人へのかかわりでもあります。生活というものは生きることそのもので、その人の背景や人生に目を向けていく必要があります。今回のキーワードの仲間にも表されるように、人とのつながりを紡いでいくかかわり、それがソーシャルワーカーに求められるものだと思っています。クライアントが何かに依存し生き延びてきて、そこから回復しようと懸命に生きていこうとする姿、それは生の人間ドラマでもあります。専門病院でその経験を積み重ねてきて、依存症を抱えていてもいなくても、その人の人生にかかわるということについてはすべてのソーシャルワークに共通するものであると考えます。依存症支援は依存症だけではなく、他のあらゆる場でも活用できることを実感しています。狭い特殊な分野に就職したと思っていた私ですが、蓋を開けてみてこの世界にどっぷり浸かってみると、入り口は狭いですが奥は深く、裾野の広いものだと実感しています。これからソーシャルワーカー物語をともに描いていける仲間が増えることを期待しています。

4. ソーシャルワーカー物語〈家族支援編〉

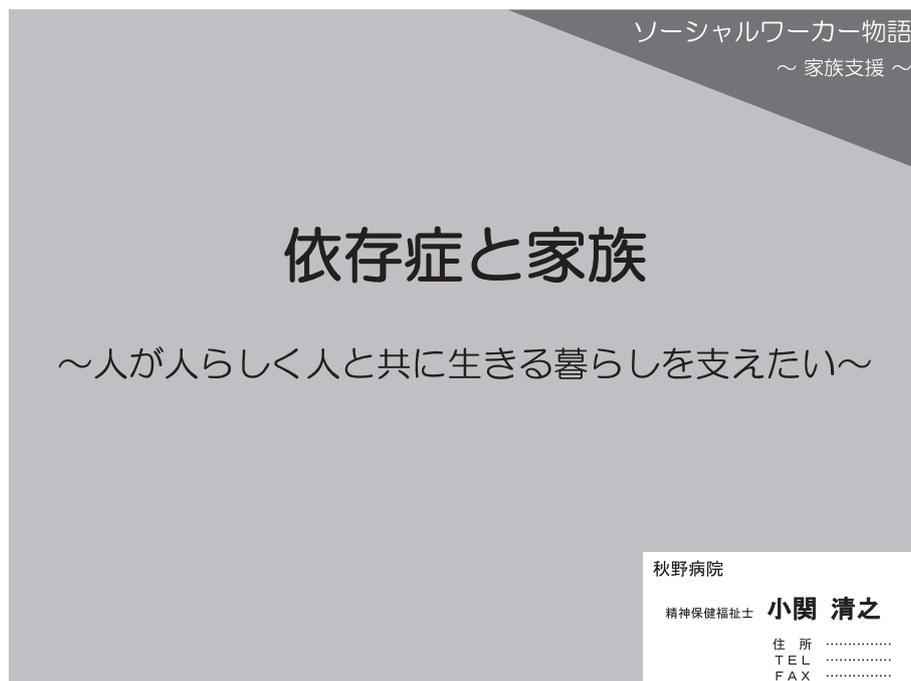
「依存症と家族

～人が人らしく人と共に生きる暮らしを支えたい～

【オンデマンド配信 (YouTube)】

<https://youtu.be/rBLJ9D7c5AE>

(視聴期限：2024年6月頃)



山形県天童市にあります精神科病院にソーシャルワーカーとして勤務している小関清之と申します。私からは依存症と家族というテーマでお話したいと思っております。

依存症という病気は否認の病気といわれますようになかなか依存症になったご本人が病院に登場しないあるいは治療が非常に塞がりにくいという特徴があります。

一方でご家族が代わりになって動いて頑張るという状況があります。

この家族の方に対してどういった支援が必要かが大事と思って仕事をしております。

依存症という診断名のついた人と一緒に暮らす「家族」もまた、同じく当事者にとらえます。私たちソーシャルワーカーの支援の対象であり、依存症の方と同様に「回復」の主体者、主人公であるという捉え方をしてきました。

そして、もう1つ。地域で営む人との暮らしのなかで生じた依存症という病気は、地域のなかでの人との出会いやその関係性によって回復て

いくものです。回復を邪魔しない地域作りについても、みなさんと一緒に考えたいと思います。よろしくお願いします。

ソーシャルワーカー物語
～ピカピカの一年生～

大学生のわたしは……

- ・学園紛争の衰退と混乱の中……
- ・人間関係論ゼミ、Carl Ransom Rogers
- ・精神科医療の新たな夢描く医師との出会い

▼

依存症者との最初の出会い……

- ・断酒会の「仲間」として生きる回復者たち
- ・もう一人の当事者である配偶者、子ども達と家族団らん
- ・地域から排除される依存症者とその家族



当時の大学は、いわゆる学園紛争の残り火がくすぶる時代にありました。

衰退と暴力がいまだうずまいていました。しかしそれはまた「社会は変えなければならない」という思いを私に抱かせるものでしたので、実際、そうした活動に参画し、またその難しさにうちのめされた体験もいたしました。

当初は文章心理学から入った学びでしたが、人間関係論のゼミで学んだり、カールロジャースの「クライアントには力がある」という考え方に影響を受けたりしました。いったんは企業の健康管理室に心理職として勤務いたします。

30歳を目前にする頃、精神科医療における新しい挑戦を熱く語る医師に出会うことができました。その姿勢と語りに感銘を受けた私は、精神科ソーシャルワーカーという仕事に出会いました。

精神科ソーシャルワーカーとして一步を踏み出したばかりの私が、はじめて出会った「依存症者」は、断酒会の会員でした。懐かしい山形弁で語られる体験発表に、依存症を学びました。これは、その後の私のソーシャルワーカー人生の骨格の一つとなったといっても過言ではありません。

一方、開設したばかりの精神科病院に訪れる依存症の方々は、ほぼ一様に、何もかもを失ったぼろぼろの単身者ばかりでした。そしてそれはまた、疲れ果てた奥さんや家族団らんを知らない子どもたちの姿を目の前にすることでもありました。

依存症は、日々の暮らしのなか、いつのまにか発症し、飲酒している人もその家族も不安や心配を抱えつつも進行します。平均して15年程を経てできあがるとされていますし、依存症を抱えたご本人も当事者ですが、そのご家族もまた各々が当事者という視点で関わってみようという決意いたしました。家族を構成する各々への回復支援が必要という意味でもあります。さらに、こうした人たちを囲む地域はどうかののだろうか。依存症者を排除し、回復者を受け入れない地域社会が厳然とあることを痛感しておりました。これらを変えていかねばといった問題意識が私のなかで芽生えていきました。

ソーシャルワーカー物語
～ 依存症者との出会い～

Aさんの語り……

- ・雪深い土地の貧農、親父は大酒呑み
- ・奉公から小さな鉄工所を興したのが30歳
- ・高度経済成長期の真っ只中
- ・「酒飲んだ分だけ仕事が入る」と自分で自分に言い聞かせ、吐きながら飲む接待を繰り返し…



出会った時は……

内科の医師からは「このまま飲み続けたら死にますよ」と…けれど酒はやめられなかった

嫁さんや子どもとの思い出なんて数える程しかない

実家の兄貴に連れられ、精神科病院に入院。52歳の誕生日に貰った病名は「アルコール依存症」

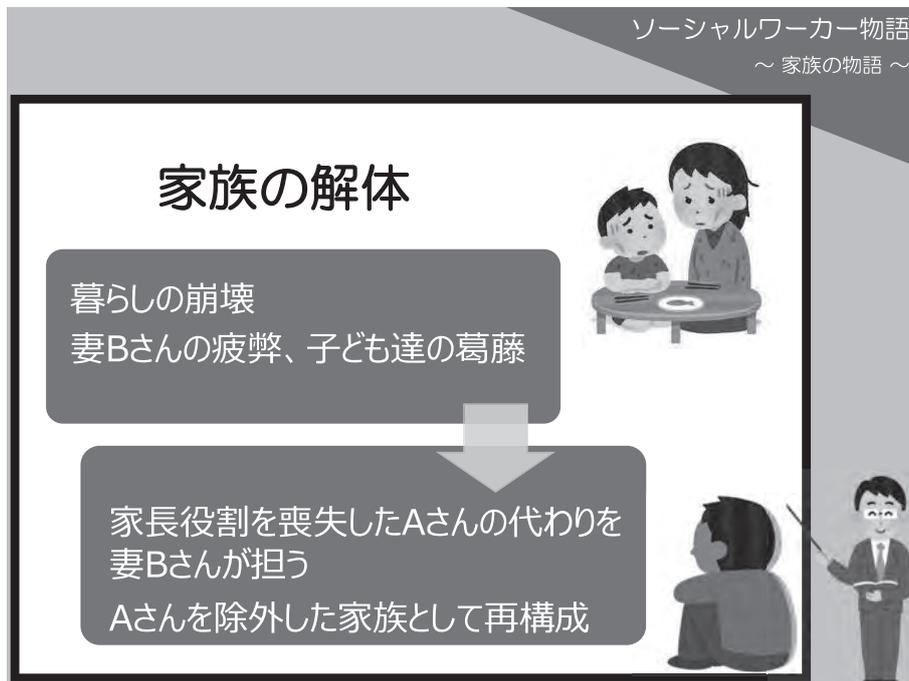


これまでの40年近いソーシャルワーカー人生のなかで、実に多くのクライアントに出会ってきました。印象に残る方々のなかからお一人を紹介したいと思います。

Aさんは、県内でも特に豪雪地帯の貧しい農家の三男坊として生まれました。中卒で上京。鉄工所の工員として働きます。「貧乏から抜け出したい一心」で働き、その後、帰郷。30歳で小さな鉄工所を自営するようになりました。

時代は高度経済成長期、毎晩が接待酒の連続でした。大酒呑みだった父親を思い出しては、「俺はああはなりたくない」と自分に言い聞かせながら、それでも吐きながら飲み続けました。40代半ばからは、健康診断の度に肝機能障害を指摘され、内科医からは「控えめに」と言われても控えることはできず、「飲んだら死ぬよ」と叱られても飲むことをやめられませんでした。泣きながら飲み続けた果てに、実家のお兄さんに連れられて精神科病院を受診しました。52歳の誕生日にもらった病名は「アルコール依存症」でした。

父親もまたアルコール問題があった家庭に育ち「家族だんらん」を知らなかったAさん。生活に起こるさまざまな生きづらさに対し、自分を守るためのアルコールの酔いだったのかもしれない。



Aさんは身体を壊し、日常がままならなくなり、社会的な立場を失っていましたが、それはまた家族や周囲の人を巻き込んでいくことでもありました。

依存症の問題は1人の問題では留まりません。Aさんの生きづらさは配偶者であるBさんの負担となり、その子どもたちにも多大なる影響を及ぼしていきます。そして、これらがまた悪循環を繰り返すのが依存症です。

依存症は家族を巻き込みながら進行し、家族間の境界線を奪っていきます。家族は依存症本人が飲まないかどうか監視したり、もし飲んだときには批判非難し、そして、今度こそ飲まないように懸命にコントロールしようとします。お酒を隠したり、お金を管理したりなどです。しかしながら、こうした「良かれ」と思っただけの必死のお世話が、結果的に依存症の長期化を招くということが少なからずあります。

鉄工所は人手に渡りました。妻であるBさんが稼ぎ手として働くことになりました。Aさんの実質的不在は、年月を経るに従い家長の役割がBさんに移ることであり、Aさんを抜きにした家族の再構築によって生き延びることとなっていきます。

加えて、依存症に対する社会的制裁の風潮がこの家族を包囲します。

私の問題意識は……

Aさんだけでなく、
Bさんもまた当事者では？

家族を追い込む世間の常識、
依存症にまつわる偏見を
そのままにしているの？



『常識とは18歳までに身につけた偏見のコレクション』 *Albert Einstein*

その時以来、わたしは……

- ✓ 家族の一人ひとりを回復の主人公とする個別支援
- ✓ 偏見をただすためのソーシャルアクションにとりかかる



ソーシャルワーカーとしての私の問題意識は、まずは当然にAさんの依存症からの回復に向けた支援であり、同時進行で、奥さんであるBさんの当事者性への着目でした。そして、家族間の境界線に混乱に巻き込まれた子どもたちの生きづらさでした。

私は、依存症という診断名のついた人だけでなく、その家族の一人ひとりを回復の主人公と捉えてかかわろうと決めました。

さらに、こうした家族を取り巻く「世間の常識」という名の依存症にかかる偏見や誤解へのアプローチをしたいと思いました。

自業自得や意思の力といった誤解がいまだに根強くありますし、本人次第であるという周囲の前提が受療のバリアにもなっています。

依存症の問題に気づいた家族が適切な相談につながるまでに、平均して5年から6年かかるというデータもあります。家族としての行き場のない嘆きや怒りを抱え、屈辱からじっと我慢し、息を凝らすようにひっそりと耐えながら生きざるを得ない背景にある社会の無理解、依存症にかかる偏見や誤解を放置していて良いとは到底思えません。

この社会を、「助けて」と言える社会へと変えていく取り組みをしたいと思っています。

そしてAさんは……

- ・Aさんが断酒会に繋がるための個別支援
- ・凡そ5年間の断酒を継続した頃、食道癌、胃がん、さらに肺への
- ・Aさんの断酒は続く。余命を宣告されながらも、亡くなるその日まで断酒会に通い続ける



その時、Aさんの妻Bさんと……

- ・Bさんとの個別面接を重ね、家族グループへの参加を支援する
- ・これまでの対処をねぎらった上で、対応の形を変えていく提案

妻も当事者/回復の主人公



そしてAさんは、プログラムを活用した疾病教育とともに、個別面接を積み重ね、1つの目標として「断酒会」につながりました。実際、退院後のAさんは断酒会に入会して、毎週の例会に参加し断酒を継続。

おおよそ5年が経過した頃、癌になりました。発見されたときにはすでに進行。友人や医師までもが「もう長くないんだから好きな酒を飲んだら」と勧める程に衰弱が激しい状態に。

Aさんご自身は「けして好きな酒でも美味しい酒でもありませんでした」「あんなに酒浸りのAだったのに最後は素面で死んだと言われたいんです」と語って、車椅子になってもなお断酒会例会への参加を続けました。

併行してBさんとの支援も続けていました。個別面接でのBさんは、Aさんに期待しては裏切られながらも、その時々最善の対処をとってきたことを語ってくださいました。

それらが結果として、Aさんの依存症を一層深刻にさせてしまった場面もありましたが、まずはこれまでのBさんの努力を心から労い、そして他の家族も交えたグループワークを通じて疾病教育を行い「依存症」を理解していただきました。そのうえで、今後のことについての提案を続けました。

Bさんもまた回復の主人公としての生き直しの可能性を持つ尊い存在であるという前提にてかわりつづけていきました。

Aさんが亡くなった後、 妻Bさんからの手紙が届く



…子ども達も戻ってきました。私たちはやっと家族になれました。
生前の夫が夢見ていた「エベレストが見えるシャンボチェの丘」
(ネパールの世界遺産サガルマータ国立公園) に、
家族みんなで立ってみたいと思います…



家族の再々構築

『物語』は続く…



Aさんが亡くなった1年後辺りに、Bさんから手紙が届きました。「子どもたちが帰って来た」という内容でした。依存症の進行によっていったんは崩壊し、Aさん抜きで再構築されていた家族が、死を迎えるその日まで貫いたAさんの断酒の生きざまによって、家族がもう一度集結し家族として再々構築に至ったのでした。

「エベレストが見えるシャンボチェの丘」(ネパールの世界遺産サガルマータ国立公園)というのは、Aさんが立つことを夢見ていた地だということでした。

しかし、これでこの物語は終わりません。依存症は、狭い意味でいう医学モデルだけでは解決しないテーマです。自助グループの方々がいう「生き方の病」という表現は的を得たものだと思いますし、その「生きづらさ」という課題は、世代を超えるという現実を幾度も目の前にしています。これらにかかわるのは、ソーシャルワーカーの使命としての責務であり使命であると思っています。

家族の再々構築の物語を知った お嫁さんCさんが訪ねてくる

- ✓ 母親はうつ病、幼少時に親戚の家に預けられ…
- ✓ Aさんに可愛がられるが、Bさんとの嫁姑の確執に悩んで…
- ✓ 抗うつ剤を長く服用しているけれど気分は晴れない…

Cさんの夫(A/Bさんの長男)も登場する

- ✓ 母親の期待に添う生き方、誰かのために生きることが生きがいに…
- ✓ Cさんとの家族団らんがうまくいかない…
- ✓ 仕事とギャンブルと現実逃避…

「本人の語る物語」を受け止めながら、
生きづらさを抱える世代間連鎖を
くいとめるかかわりは、
ソーシャルワーカーの役割



そのおおよそ15年後、お嫁さんCさんが私の前に。このCさん自身も生まれ育った家庭での体験が生きづらさの背景になっていました。

姑であるBさんとの確執に悩んでいました。心療内科の医師から処方されるクスリだけでは抜け出せず、そんなときに、晩年のAさんに可愛がられ「ソーシャルワーカーの存在を聞いていた」ことを思い出しました。以来、定期的に通い続け個別面談を重ねています。少しずつ楽になっているように見えます。さらに、そんな変化を見たCさんの夫、ABさんの長男ですが、「仕事とギャンブルに没頭し過ぎて」と訪ねてくるという顛末に至ります。

日本では1990年代にアダルトチルドレンという概念が広がりました。「現在の自分の生きづらさが、依存症を抱える親のもとで育った背景や関係に起因すると認めた人」とされています。

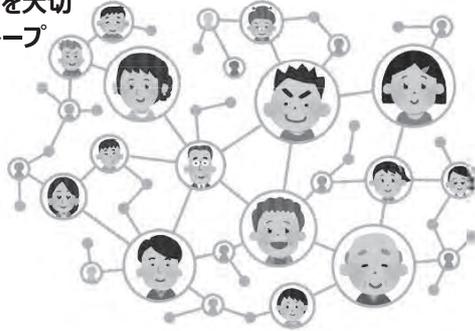
特徴として、自尊心を持つことが難しく、自分を愛することがなかなかできない等々の課題を抱えていることが少なくありません。

私は、「本人の語る物語」を受け止めながら、場合によってはグループにも誘います。生きづらさを抱える世代間連鎖をくいとめるかかわりは、ソーシャルワーカーの役割であると思っています。

いも研 (山形県依存症関連問題研究会)

～ ソーシャルアクションをかたちに～

- ・SWを中心に、保健師、看護師、公認心理師らと「仲間」
- ・かかわりの切磋琢磨と「世間を変える」「偏見をただす」ために
- ・自助グループとの協働を大切に
にするネットワークグループ
として、33年



そもそも依存症という疾病は、生まれついでのものではありません。生きてきた人生のなかでの出会いと暮らしてきた社会状況が影響しています。少し表現を変えるならば、「依存症を抱える人は快楽を求める意志の弱い人ではなく、生きづらさの杖としてアルコールを使用している」という理解です。

その理解のうえで、「意思を強く持てばやめられる」など社会のなかにある依存症の偏見や誤解をたださなければなりません。

私は若いソーシャルワーカーの仲間たちとともに、山形でいも研という専門職者による草の根のネットワークを構築、運営しています。

保健・福祉・医療の専門職種や職場を越えて「回復のイメージ」を共有する学びを積み重ねるとともに、県民・市民に向けた啓発活動を担っています。

生活保護を担当するケースワーカーさんとの出会いに始まった取り組みですが、以来、世代交替を繰り返しながらも若い仲間が集い、おおよそ35年になります。

合い言葉は「誰一人、価値のない人なんていない」「依存症を生じさせる社会、依存症からの回復を阻む社会、依存症による生きづらい社会を何とかしなければならぬ」です。

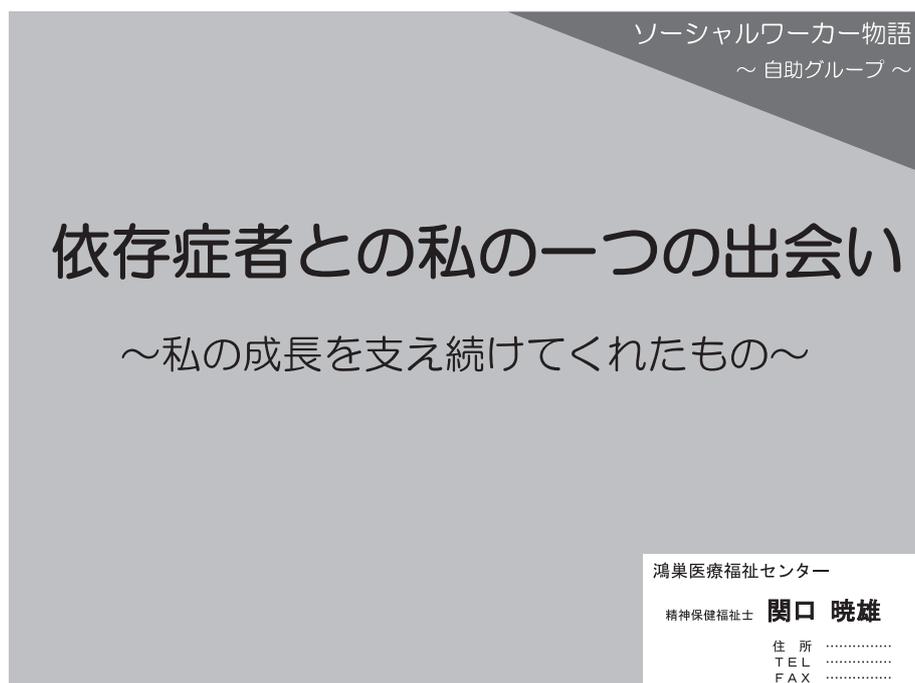
ご静聴、ありがとうございました。

5. ソーシャルワーカー物語〈自助グループ編〉 「依存症者との私の一つの出会い ～私の成長を支え続けてくれたもの～」

【オンデマンド配信 (YouTube)】

<https://youtu.be/XFhmoeW-YUE>

(視聴期限：2024年6月頃)



依存症の方々の出会いは、私が私と出会う旅でした。

いつも依存症の方々の苦しみや辛さは私に問いかけてくるのです。私に何ができるの？ 私は何をしたらいいの？ 私ができることは？ 私はこの人の人生にとってどんな出会いになっていくのだろうか？

他の支援対象者ではそんなに感じてこなかった自分との向き合い・・・

その時、わたしは……

- ・一言で言えば自分の育った家庭がうまくいってなかった…
- ・難病専門病院、大学病院など内定をもらっていた中で、精神保健福祉分野に就職
- ・保健所でのアルコール依存症の方との出会い



依存症への最初の思い……

- ・この人はどんな生きづらさを持っているのかな？
きっと一生懸命に向き合えば立ち直ってくれるに違いない。
そうなってほしい。
- ・私はまだ20代前半、目の前の方は50代。
若造のことを信頼してくれるのかな、自分にできるのかな。
- ・保健所の相談員として、酒害相談（当時の名称）をやっていた。



依存症の方の思いは、全くの無知でした。自分はお酒が嫌いでしたから、お酒で潰れてしまって人生を破綻させるなんて・・・

自分と何が違うのだろう・・・何ができるのだろう・・・

学生時代に住んでいたアパートにアル中のおじいちゃんがありました。気前のいいおじいちゃん、貧乏学生の自分に食べ物を気前よくくれたものでした。

本当はいいおじいちゃんなのに、アルコールばかり飲んで、救急車で運ばれて戻ってくることはなかったです。なんともいえない人の命の寂しさを覚えています。

こんな人(たち)でした……

《事例の概要：背景や物語》

- ・奥さんと子ども2人の4人で生活。飲食業に勤め、若い頃から飲酒。
- ・父親も大酒豪家で、お酒は日常的な風景。
- ・仕事は真面目。休むこともなく仕事をする現場責任者。
- ・遅くに帰り、お酒だけ飲んで寝るという生活。
- ・お酒の匂いをさせて出勤し、勤務先のお店でも飲酒。
- ・お酒がないと仕事ができない状態になり、お店のお酒に手を出してクビに。
- ・失職後も飲酒の毎日で、寝たばこで失火。
- ・奥さんと子どもは実家に帰り、残ったのは失火で水浸しの家だけ。
- ・それでもお酒を止められず、泥酔して道路で寝ているところを警察に保護。

出会った時は……

- ・警察署の保護室だった…
- ・なんだか力ない弱り切った感じでほっとけないという印象だった。



私の依存症者と出会いは、警察署に酩酊者が保護されて、警察が困って相談を受けたのが出会いでした。話を聞くと、家族も本人のお酒にまつわるエピソードで困って、もう家族が本人に愛想を尽かして離れていったあとでした。依存症者は家族がいなくなるような状況になってもやめることができず、そして孤独になって・・・お酒を手放すことができない人、どうしてなんだろう・・・。自分が何か助けにならないだろうか・・・20歳そこそこの若造に思いついたのは、この人と向き合ってみよう。きっとこの人も何か気づくことができるはず。食事のままならない様子だったので、致し方ない食事でもおごって何か関係性ができるかもしれないと浅はかな考えでしたが、食事をおごりました。何よりもこの人を知りたかったということも大きな動機でもありました。

この人は、お酒を飲んで食事をおごれと求めてきて罵声やこちらが困ることをして・・・面倒だなあいう思う気持ちと「どうしてこうなってしまうのだろう」「なぜ」という思いが交錯をします。私が出会った人は自分が20代そこそこのときに、50代の人でした。圧倒的に人生の先輩です。この若造がと言われるのが落ちだろうと思い、戸惑い、何ができるのか、自業自得、逃げたくなる気持ちとの戦いもありました。でも逃げたら私がこの人に傷を残すことになるかも・・・家族が逃げたように・・・

ソーシャルワーカー物語

～ 事例 希望編 ～

そして……

- ・お酒を飲む飲まない、家族もいない、ご飯をたかりにくる迷惑な人…
- ・なんでお酒ばかりの生活になってしまったのだろう…
- ・この人の人生について聞いてみても、「うるせいや」
- ・「もう家族に会えないんだよ」という一言に、「本当は会いたいのですね？」
- ・語り始められた人生、家族にかけた迷惑…
- ・「どうしているのか」「どうしたら会えるのか」「お酒…でも、止められない」
- ・地域の断酒会に一緒に行ってみることに（自分も初めてでドキドキ）。
- ・同じ体験の仲間の声の強さ、「自分もお酒を止めて、家族に会いたい」

その時、あの人(達)は……

- ・失ってしまったけど、話を聴いてみるのもいいかもと思ったのかぁ。
- ・きっと私は、めんどくさい人だったんだろうぁ。

その時、わたしは……

- ・やっと話ができた……
- ・断酒会に行ったことがないし、一緒に行くとって言ったけど、自分も不安。



こんな苦労が……

- ・警察からの依頼で、初対面は警察署の保護室。
- ・お酒ばかり飲んで痩せており、まともに食事しない生活。
- ・「家族はいなくなり、さみしくてお酒しかない」との身の上話。
- ・有名な大衆食堂でのごった食事。
- ・翌日から、酔って職場に来ては「食事をおごれ」「妻を戻せ」との叫び。
- ・そして、上司からの注意……

その時、あの人(たち)は……

- ・飲んでいただけ職場に現れていたのは、助けてほしかったのかなあ。
- ・おごれとか、そんな要求って……

その時、わたしは……

- ・ああ困った人だ、めんどくさい、どうしたらいいの。
- ・自分が巻いた種だ、相談受ける力が足りないぞ。



このアルコールの男性は、自分の職場に食事をたかりに来ては困らせるということが続きました。

できないと言ってもなかなか引き下がってくれない。困ったなあ……。でも行き場がないのかあという思いが交錯しました……。

いつだったか、自分の家族の話をしてみました。自分の父親とはうまくいってなくて家を出た話でした。そうしたら、この男性はこの男性の家族の話も話してくれて「自分だって妻や息子には会いたいと思っている。でも、もういないんだよ。お酒をやめられなかったから」と話してくれました。自分は病気じゃないと言っていたけど、お酒をやめることができた人の話を聞くと何か変わるかもしれないと、断酒会でお酒をやめている人の話を一緒に聞くことを提案。嫌がっていましたが、なぜか一度だけならと断酒会に足を運んでくれたのです。何かこの人と少し関係ができたようなうれしさがありました。私も断酒会に行ったことがなくて不安でしたが……。

わたしの中で……

- ・依存症ってわけのわからん人達だな、どうしたらいいの…
- ・家族を失ってもお酒を飲むなんて…自分に何が出来る？
- ・自分の親に接するような感覚…もし同じ状況だったら？
- ・この人にどうなってもらいたいのだろう、と向き合う自分。
- ・断酒会を通した、同じ体験をしてきた仲間の声が届く体験。

わたしにとって……

- ・好きで依存症になっているわけではない…
- ・助けて欲しいという気持ちがあるのに、自分も他人も気づけない…
- ・その生きづらさに気づいてもらったり、家族が再生できたりしていくこと。
- ・自分の弱さを語れることが、どれだけ救われるかを知ることができた。
- ・とても自分自身も救われた感覚。

もしもこうなったら……

- ・人って、とても弱くてデリケートな生き物なんだと思うけど、自分の弱さを受け入れてくれたり、話することができる社会があれば、どれだけの人が救われるのだろう。



依存症の方の生活に現れている現象は、赤ちゃんが“泣きやまないでずっと泣いている”ことなのかも、なんで赤ちゃんが泣いているのかは、周りはひたすら想像するしかなくて、いろいろなだめようとします。多くの人は大人なんだから泣いていること（困っていること）を表現することができるはずと思ってしまう。しかし、自分のことをきちんと話すことをどれだけの人ができるのだろう…。自分も自分のことを話すことがどういうことかわからないでいるのに。

実は依存症って……

- ・なんだか、めんどくさいけど、とても人間らしい病。
- ・めんどくさいのは、依存症だけではなくて、私たちみんなめんどくさいかも。
- ・本人も家族も、迷いながらも一生懸命に生きているのに…悪循環。
- ・でも、回復し、苦悩や苦勞から解放され、晴れる時がやってくる。
- ・人っていいなあ家族っていいなあと思える瞬間が、そこにはあります。

依存症支援って……

- ・依存症者に向き合う中で、自分の中にある生きづらさに気づいていった。
- ・依存症者に向き合うと、自分と向き合うことを助けてくれる。

最後に……

- ・本人や家族には、助けて欲しいという言葉がいっぱい隠れている。
- ・いっぱいの悲しみも隠れている。
- ・向き合うことで、対等に自分自身も成長をさせてくれる。



自分にもそのとき同年代の父親がいました。もし、このお酒を飲んで

生活がうまくいかない人が自分の父親だったとしたら、自分に何ができるのだろうと想像しました。私たちの出会う支援を必要としている人たちは、全く違う人生であることを実感として感じることは、とても大切で、その違いを想像することがその人の状況を理解することにつながっていきます。同情なのか、理解的共感なのか、行動をする共感なのか、私たちの福祉という仕事は「理解的共感」に止まらず「行動する共感」を元に仕事をするものだと思うのです。

依存症の人への共感とは、お酒を飲んでいる状況ではなく、その人の人生背景を理解し、想像し、そこに共感をして、支援が始まるものかもしれません。

断酒会では、同じようにお酒で失敗をしてきて、人生がうまくいかなかった人たちの話を聞くことができ、一緒に足を運んだ人も、なんだか似ているということを感じ、お酒はやめられるかもという気持ちになれたと言葉を漏らされました。断酒会の人から、お酒をやめる途中が一番辛いから、その人が通っている精神科を薦められ、精神科にも一緒に行くことになったのです。誰よりもお酒をやめることの気持ちをわかってくれる人たちの空間に身を置いてみたことが、その人にとって非難されない場所で、安心でき、自分のモデルとなる人たちと出会えたこと、それも人生の先輩もいたことが大きいグループだったように思いました。

私たちが持つ経験は幅の狭いものでしかありません。福祉職がその人の人生を肩代わりして面倒を見て支援をすることは一時的に福祉職に満足感を与えてくれるかもしれませんが、その人の人生に立つとき、それでいいのか考えることが、依存症支援の大きなポイントです。人生の主人公がもう一度自分の舞台に立てるように環境を整え、その人と向き合っていく、そしてその人が安心でき自分を吐露する場所を持つことが回復につながる大切なことだと思うのです。

自分の経験よりも多くの経験を持つ人たちの力を借りること、信じることを私たちが大事にするとき、私たちも救われ、今まさに渦中にある依存症者も救われるのだと思います。