

家族の個別支援について ～「本人理解」から始める家族支援～

浦和まはろ相談室 代表 精神保健福祉士 高澤 和彦

1.「問題はギャンブルだ！」と思いつままない

「ギャンブル(等)依存症」という言葉が社会にだいぶ浸透してきましたが、その多様性まで正しく伝わっているかは疑問です。問題の中に少しでもギャンブルの要素が入っていると、家族や支援者が「問題はギャンブルだ」「ギャンブルをやめれば問題解決する」ととらえてしまい、かえって本人・家族が追い込まれているケースに、このところ殊に多く出会って心を痛めています。

啓発が進むほど、多様な背景のあるケースが相談・支援の場面に登場するようになります。問題あるギャンブラーの5～8割は、自己改善することが知られている一方で、能力や環境等の背景要因が深刻で問題解決が難しく、地域の支援者たちが根気よくかかわって生活を支える必要がある人もいます。「ギャンブル依存」といっても非常に幅広く、皆が同じやり方で問題解決するわけではなく、依存症の治療・支援につながるものが必ずしも正解というわけではないのです。家族相談を活用し、その本人・家族に合う問題解決の道筋を考えることが、これまで以上に重要になっていることを、ぜひ知っておいてください。

2.家族と一緒に「本人理解」をする

相談にいらした家族は、本人がギャンブルによって起こした問題をたくさん語ってくれます。それだけ家族も苦しい思いをしてきたのでしょう。一方で、家族がそれしか見えなくなり、本人の全体像が見えにくくなっている状態にあるともいえると思います。「ギャンブルで起きた問題」だけを聴いて支援を選択するのは適切ではありません。私の家族相談では、家族と協働し、本人の生育歴・生活歴・日常生活の状況等を丁寧に振り返ることに工夫を凝らしています。

- 金銭管理・対人関係・自己主張等の得意・苦手
- 集団・学校・就労場面等での適応・不適応の状況
- 安定して生活できていたとき、不安定な生活になってきたときはどんなとき? など

このようにギャンブル以前の生活も詳しく聴いていくことで、「全てギャンブル依存のせい」ととらえていた家族が、例えば「金銭管理が元々苦手でした」「断れないからいつも仕事の負担が重くなって苦しくなるのですね」などと気づき、本人の全体像と生活が崩れた本当の原因が見えてきます。個別的に家族の「本人理解」を手助けすることは、その先も家族に寄り添う上で最も大事なことのひとつだと考えています。

3.「本人理解」を踏まえた具体的なケースワーク

「本人理解」によって、ケースによって「本人が苦痛でない金銭管理を工夫してみよう」「本人が失踪から戻ったときの対応を考えておこう」「家族の話の聴き方を見直してみよう」「ギャンブルには焦点を当てず、発達障害の学習会に参加してみよう」などのように、それぞれの家族が取り組むべき課題が絞れ、優先順位が見えてきて、具体的なケースワークに入っていくことができます。

「本人理解」ができると、本人が相談・支援の場面に登場しなくても問題解決につながる方法や地域にある依存症以外の支援(障害、若者、高齢等々)が活用できることが見えてくることもあります。家族相談で可能性を探ってみてください。

4.支援に最初から正解はない

「ギャンブル依存だからこれをやればOK」という答えがあるわけではありません。「本人理解」の仮説は、家族と支援者で時間の経過とともに更新しながら、新しい仮説を踏まえて対応を柔軟に修正していくことも大事です。

地域の支援者も「ギャンブル」というラベルにとらわれず、家族の「本人理解」の手助けをお願いします。ある家族がしみじみ語った印象深い言葉があります。「ギャンブルは結果だったのですね」