

## 嗜癖からの回復はどのように経験されているのか

— アルコール依存症から回復を続けている人たちへのインタビュー調査から —

櫻 木 菜 月

### 問題と目的

アルコール依存症は、長年の飲酒によって起こった飲酒のコントロール障害という脳のアルコールに対する反応性の変化のため、より多量に飲酒した結果、身体的、精神的、社会的にさまざまな問題を起こし、最終的には破滅に至る病気である（米澤，2007）。嗜癖行動（アディクション）の観点からは「物質嗜癖」と分類される（原口，2004）。嗜癖とは、その人にとって利益をもたらしていた習慣が、自己調整機能を持たずに続けられた結果、不利益をもたらすことになってしまったにも関わらずその習慣が自動化し、制御困難になった行動（岡堂，2005）とされている。

アディクションと近代は分かちがたい関係にある（信田，2000）。資本主義は物の大量生産を可能にし、人は有り余るものに囲まれながら、欲望が絶えず喚起されながらも決して欲望のままに行動しないというセルフコントロールが何よりも要求される（信田，2000）。アルコール依存者は、「一杯だけなら…」と酒に対しコントロールすることを試みるが、何度も失敗する。コントロールを求める社会システムの中では、強迫的にわき起こる飲酒欲求に対し「制御できない」と投げ出すことは許されないのである（Schaeff, 1987 斎藤監訳 1993）。

近代社会を背景に生じたアルコール依存という状態からの回復が、また同じように社会への“再適応”を意味することは矛盾しているようにも思える。飲酒欲求を乗り越え断酒を続けている人々は、社会からの要請に（少なくとも以前のように）適応するのでも、アルコール依存症として嗜癖の中に溺れるでもなく、コントロールに囚われない在り方で社会の中で生活していることが想定される。

そこで本研究では、①アルコール嗜癖からの回復をどのように生きているのか、②現在アディクションをどのように経験しているのか、をリサーチクエスションとし、アルコール依存症の回復者の語りから、彼ら／彼女らの社会での在り方を検討することで、嗜癖への理解を深めることを目的とする。

### 方法

**調査協力者** アルコール依存症と診断され、回復過程の安定期とされる3年以上の断酒期間（猪野，1996）があり、アルコール嗜癖からの回復を続けていると考えられる、男性Aさん（75歳、断酒歴36年）と女性Bさん（49歳、断酒歴7年）の2名。

**調査方法** 半構造化面接法

**調査手続き** 倫理的配慮、研究目的、内容などを記載した『インタビューに当たっての確認書』をインタビュー前に対面で紙面を用いて説明し、理解と了承を得られた後に署名を求め、調査を行った。インタビューは、リサーチクエスションを基に作成したインタビューガイドに沿いながら進めたが、言葉の言い回しや順番の拘束力は弱く、協力者の語りの流れを尊重した。非常にデリケートな話題に触れる可能性が高いため、倫理的な配慮の徹底を心がけた。インタビュー時間は1時間15分～1時間30分であった。

**分析方法** 現象学的アプローチを採用した。

### 結果と考察

アルコール依存から回復を続けている人たちにインタビューを行った結果、以下のようなテーマが得られた。

表1 Aさんのテーマ

- (a) 支え
- (b) 過去と向き合いながら生きること
- (c) 断酒会へのほどよい依存
- (d) 安定した断酒
- (e) 性格・価値観の変化
- (f) 回復を続ける中での禁煙
- (g) 善と悪を見極めよりよく生きたい

表2 Bさんのテーマ

- (a) 支え
- (b) 解消されない過去
- (c) 自助会 (AA) へのほどよい依存
- (d) 回復を続ける中でのあやうさ
- (e) 行動・考え方・認知の変化
- (f) 回復を続ける中での依存的感覚

表3 調査協力者の共通のテーマ

- (a) 支え
- (b) 過去が色褪せない
- (c) 自助会へのほどよい依存
- (d) 飲まない生き方の揺らぎ
- (e) 変化の自覚
- (f) 回復を続ける中での嗜癖

以下、共通のテーマを軸に記述する。

(a) 支え

アルコール依存症から回復を続けている人

(以下、回復者とする) は、配偶者や医療行政の支援者などから支えを経験していたが、特に自助会の存在は大きなものであった。そして、「飲まないための行動」、例えば趣味を作ること、自助会内での役割を熟すことなど、主体的な行動で自分を支えることもしていた。

(b) 過去が色褪せない

回復者は、「してしまった過去」を今でも“忘れられない”ということに加え“忘れてはいけない”と、自らの意思で過去を振り返っていた。それは、今でも涙が出るほど辛く苦しさを伴う作

業であるが、過去を忘れないことで未来に向かって生きることでもあった。

(c) 自助会へのほどよい依存

回復者は、自助会に依存している感覚があるという。しかし、それは嗜癖的で支配するような依存ではなく、互いに支え合うようなほどよい依存関係であった。

(d) 飲まない生き方の揺らぎ

回復者は、断酒を続けながらも飲まない生き方に揺らぎを感じており、断酒歴の長いAさんは、飲酒欲求が全くなくなるまで30年かかったといい、回復者はいつ再飲酒するか分からない不安定な日々を経験していた。

(e) 変化の自覚

回復者は、性格や考え方、価値観などの変化を自覚していた。

(f) 回復を続ける中での嗜癖

回復者は、回復を続ける中でも嗜癖と関わり、嗜癖的な感覚を感じていた。回復過程の安定期にあるとされている回復者は、飲まない生き方を続けながらも、決して嗜癖とかけ離れた、無関係の所で生きているのではないと考えられる。

また、Aさんのみ、【(g) 善と悪を見極めよりよく生きたい】というテーマが現れた。Aさんは、「善の行動をしたい」「正直な人間になりたい」というが、そこには到達点があるのではなく、思い続けていくものであり、その姿はAさんの回復の姿そのものであると考えられた。

### 総合考察

AさんとBさんでは断酒歴に30年程差があり、その差が、Aさんのみに現れた【善と悪を見極めよりよく生きたい】というテーマのように思われる。回復者は、過去を振り返り、過去の自分を知りながら今をよりよく生きていこうと、未来を見ていた。しかし、飲まない生き方が、そのまま単純に嗜癖のない生き方になるのではなく、飲まない生き方を続けながらも、決して嗜癖とかけ離れた、無関係の所で生きているのではないと考えられる。