

アルコール依存症から回復を続けている人の人間関係における経験

— アルコール依存症同士の夫婦へのインタビュー調査を通して —

杉 元 唯

問題

アルコール依存症とは、アルコールに依存し、上手に飲めなくなる（統制不能の病気）、慢性・進行性・致死性の病気、治癒（節酒）不能だが、回復（断酒）可能の病気とまとめられる（原口，2004）。また、尾口（2014）は、アルコール依存症の症状が進行していくプロセスで仕事上の信頼を失ったり、家族関係が険悪になったりすることから「社会的な疾患」、信田（2000）は、「人間関係の障害」とまとめている。

このことから、アルコール依存症は、心身への影響を与えるだけでなく、これまで築いてきた社会的な関係（人間関係）へも影響を及ぼすことがわかる。厚生労働省研究班（2013）が行った最新の全国調査によると、アルコール依存症で治療が必要な人は国内に約109万人（産経新聞，2014）いるとまとめている。以上のことから、今後さらにアルコール依存症からの回復に向けた支援は重要な課題になると考えられる。

アルコール依存症からの回復に関する先行研究においては、治療プログラム参加による意識の変化（岡本，2002）や自助グループの意義の検証（福手ら，2006；片丸・影山，2008；安田・松下，2002）、家族への早期介入と支援（高橋，2013）が必要であること等、多くの研究が行われてきている。これらの先行研究では、アルコール依存症からの回復を続けていくためには、まず誰かとつながること、そして他者「仲間」の存在が重要であると述べている。

さらに、橋本（2005）は、アルコール依存症からの回復過程において、関係を再建する経験は、重要な他者との傷ついた関係を修復し、よりよい関係を育てていくだけでなく、ソーシャルスキルを身につけ他の人間関係においても、豊かな関係を作っていくことへと波及するという。つまり、アルコール依存症からの回復は、アルコールからの回復と同時に人間関係も回復していく過程であると考えられる。

以上のことをまとめると、アルコール依存症の

人は、病気の進行過程において健康、信頼、責任、人間関係などさまざまなものを失っていく（橋本，2005）が、回復過程の中で、家族や仲間、友人、医療者等の支えを受けたり、支えたりしながら人間関係を見直し変化していく過程ともいうことができる。このことから、アルコール依存症の人は、飲酒を始めた頃から断酒を続けている現在にわたり、人間関係において特有の経験をしていることが予想される。

しかしながら先行研究においては、アルコール依存症からの回復過程に伴う人間関係を扱っている研究は見られるものの、アルコール依存症の人が人間関係をどのように経験しているのか、人間関係そのものに焦点を当てた研究はほとんど見受けられない。

目的

本研究では、アルコール依存症から回復を続けている人が、人間関係をどのように経験しているのかについて明らかにする。

そのためには、個々人の語りに沿い個別性を損なわず、アルコール依存症から回復を続けている人がどのような人間関係を展開してきたのか、飲酒を始めた時期から断酒を続けている現在までを連続的にみる。そして、よりアルコール依存症からの回復を続けている人のへの理解を深めることを目的とする。

方法

調査期間 2014年11月

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（高木・猪野，1996）があり、アルコール依存症からの回復を続けていると考えられる女性Aさん（60歳，断酒期間11年）と男性Bさん（65歳，断酒期間11年）の2名（夫婦）。

調査手続き 研究協力依頼書と研究倫理遵守に関する誓約書をインタビュー前に対面で紙面を用いて説明し、理解と了解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、事前に作成したインタビューガイドに沿って、半構造化面接

で実施した。

分析方法 現象学的アプローチであるジオルジの分析方法を採用した。

結果・考察

本研究を通して、アルコール依存症から回復を続けている人たちは“個人に与えられた機会”や“個人的な動機”により、お酒と出会い、初飲の体験をしていた。しかし、すぐに飲酒行動が習慣化するのではなく、ある出来事やきっかけに伴う“寂しさ”や“孤独感”を経験することで、次第に飲酒が“習慣化”するのである。つまり、お酒の力では本来埋めることが出来ない、人と人との関係の中で生まれる、癒しや安らぎを、お酒の力を助けに満たしていた。

そのように飲酒が習慣化するにつれて、周囲の人や大切な人たちとの“人間関係”が壊れそうになるのである。大切な人との関係が壊れてしまいそうな状態にある時、幾度となく、お酒をやめなければならないと意識を持ちながらも、その時には、断酒へと至らず、飲酒行動を繰り返してしまっていた。

しかし、ある出来事を機に、断酒をしようと決めるのである。それは、お酒から離れる為の重要な“タイミング”となっており“父親・母親の役割”を意識させられた時に、起こっていた。そこから、人間関係を立て直そうとするのであるが、その時には修復へ至らず、人間関係が“壊れたり、もつれたり”してしまっている。

このようにアルコール依存症から回復を続けている人たちは、過去に大切な人との関係が壊れる、或いは、もつれる経験をしている。それは、本人にとってこれから先も決して、消えることはない経験として心に留められている。こうして、過去の苦しい経験や失敗の経験を振り返り、背負いながら糧とすることで、現在も断酒への道を歩んでいる。

断酒生活の支えとなり、力となってきているのが、医師や自助グループ、アルコール・ミーティングで出会った仲間、そして配偶者の存在である。

ここで“出会った”医師、仲間、配偶者とともに過ごす時間は、人と人との繋がりや温かさ、飲酒をしている時には気付かなかったささやかな幸せを感じさせるものとなっている。だからこそ、みんなが集まるこの空間を、大切にしたいと思っ

ている。この空間にほどよく依存することで、自分の状態を保ち、断酒を継続しているのである。

また夫婦は、「アルコール依存症同士での結婚」「アルコール依存症同士の夫婦」ということで、結婚することを当初反対されている。しかし、生涯のパートナーとして、そして、断酒を続ける仲間として、いつも傍にいて、相手のことを思い、支え合い、周囲の協力も得ながら、夫婦生活、断酒生活十年継続しているのである。

加えて、夫婦はともに“ボランティア活動”にも精を出している。このボランティア活動は、夫婦にとって、過去への償いと恩返しの意味がありこれからも二人で続けていくと決めている。

ボランティア活動を行うことで、医師をはじめ、自助グループやアルコール・ミーティングでの人間関係だけでなく近所の人たちとの人間関係にも広がりをみせている。この素面の状態で築いた人間関係を大切にしたいと思っている。

だからこそ「アルコール依存症」であることを友人や近所の人たちへ告げることにについて、抵抗をもっているのである。アルコール依存症であることを「話してもいい」という気持ちがある一方で、近所の人たちとの人間関係は、アルコール依存症である自分を知らせていない素面の状態で築いてきた関係であるため「話したくない」という思いが窺われた。それは、アルコール依存症から回復を続けている、今の自分（素面の自分）と付き合ってほしいという思いがあるようにも感じられた。

そして最近では、一度は離れてしまった家族関係についても一部修復しつつあり“嬉しさ”を感じている。だからこそ、医師をはじめ、自助グループやアルコール・ミーティング、そして、近所の人、子どもたち等、今関わる人間関係を大切にしながら、夫婦で力を合わせて断酒を続けていきたいと思っている。

それは、夫婦ともに、過去の人間関係を繰り返したくない、繰り返さないという強い思いが“今の人間関係を大切にすること”ということに繋がっているように考えられる。一度、壊れたり、或いは、もつれてしまったりした人間関係を、自分の力で無理に変えようとするのではなく、時間の流れに委ねながら、関係の修復を願いつつ、今関わる人間関係を大切にしようという思いが窺われた。