NHKの最近の放送を待つまでもなく、パチンコへのバッシングで大きな部分を占めるのが「のめり込み―依存」といわれるものだ。依存の問題は個人の資質、他の病気との関連などさまざまな要素が絡み合っており、一言で片づけられる問題ではない。2月号では篠原菊紀教授が脳科学や統計などの観点から分析してくださった。

本誌では、2010年5月号から8回にわたって、産業カウンセラーの柏木勇一氏に「パチンコ依存―相談現場からの報告」を連載していただいた。

日頃から多くの人たちの相談を受け現場の状況を知る柏木氏に、また新たにリポートをお願いした。ここに書かれた具体例から、その意味するところを汲み取って、産業界として生かしていきたい。

パチンコ依存 第1回

―― 新「相談現場からの報告」

柏木勇一
産業カウンセラー・家族相談士

妻からのストレスを避けて逃げ込んだのは自分の弱さ

メーカーの営業職Tさんは30代。順調に業績を上げて支店営業課長に昇進した。妻と小学生男児の3人家族。スーツ姿で家族構成などを語るTさんからは、何の問題もない幸せな生活を送っていると思えた。相談の理由が「パチンコ依存から抜け出したい」と打ち明けられた時はちょっと耳を疑うほどだった。その願いが強かったのだろう。面談では、実直さが気になるほど包み隠さず話してくれた。

自分の気持ちや考えを伝えることにためらい

Tさんの妻は大学時代の同級生。専攻は異なったが、同じ文科系のサークル活動で知り合った。妻は明るく積極的なタイプで、成績も優秀。サークルの副部長として活躍していた。てきぱきと指示を出す姿は仲間からも信頼されていた。男性部員はいつも「だれが彼女を射止めるか」とささやきあっていた。

サークル仲間は卒業後も集まり旧交を温めてきた。Tさんと妻は偶然就職先が近かったので、二人だけで会う機会も多かった。Tさんが勤務する会社は業界では準大手。企業情報や経済情勢などが話題になる時は、Tさんが主導権を握る形で話し合う場面もあった。そして、お互いが仕事の悩みなどまで話し合っているうちに親睦は深まり、妻からのアプローチでゴールインした。

どちらかと言えば控えめなTさんは、男性仲間から羨望の的だった女性との結婚に感激する一方、学生時代は何かにつけて頭が上がらなかった女性との生活に不安がないわけではなかった。しかしそんなモヤモヤした気分も、家族や友人からの祝福で表面には現れなかった。むしろ正直に話すことに遠慮があった。

このように自分の気持や考えをオープンにして相手に伝えることにためらいを感じ、内部に溜め込んでしまう性格が、その後のTさんの人生を暗転させた要因のひとつと判断できた。

積極的な妻で共働き 先に帰れば食事作り

結婚にあたってTさんは、妻には会社を退職して家庭に入ることを望んでいたが、妻はしばらくは働きたい、と自分の意志を通した。理由のひとつが、早くマイホームを建てたいこと。そのためには共働きをして資金を貯めることだった。焦らないでのんびりいこう、というTさんの考えとは開きがあった。「妻は自分で言い出したら人の意見はあまり聞かない人でしたから」とTさんは述懐した。

賃貸マンション暮らしが始まったが、夫婦の帰宅時間も異なり、新婚なのにすれ違いの多い生活だった。一人息子として両親から大事に育てられてきたというTさんには、自分より妻の帰りが遅い日のように、帰宅しても真っ暗な家は想像できない現象だった。お互いの毎週の勤務スケジュールは事前に分かっていたので、休日に食材を買い、妻が下ごしらえをして冷凍するなどで備えた。その上で、先に帰った方が夕食を準備するという約束もしていた。

スタートして半年ほどは、自分で料理をしたことのないTさんにとっては、不慣れなことばかりだった。最初のうちこそ妻も「ダメねー。男って」と笑ってカバーしてくれたが、次第に「まだこれぐらいしかできないの？不器用だとは思っていたけれど、これほどとはね」などと嫌みから怒りの言葉まで出すようになった。頑張り屋で完璧主義的考えの妻にとっては歯がゆかったのだろう。

遅く帰ればいいのだから 時間つぶしのパチンコに

そこでTさんに浮かんだのが、「早く帰れる日でも妻の帰宅時間より遅くしよう。残業が多くなったと嘘をついておけばいい」という考えだった。事実担当する顧客が増えて忙しくなっていたが、毎日というわけではない。時間つぶしに選んだのがパチンコだった。もちろん、長く続けるつもりは全くなかった。酒を飲んで帰っては妻が不機嫌になることは明らか。パチンコだったら証拠は残らない。儲けようとも思わない。ただ1時間ほど時間をつぶせればいい。もちろん毎日ではない。1週間に二晩ほどは最寄りの駅前のパチンコ店に足を運んだ。

単なる時間稼ぎのつもりだったが、結構出費が多かった。それでも、やめようと思えばいつでもやめられる、という思いは消えなかったので、お金の方はあまり気にならなかった。むしろちょっとしたスリルを味わう感覚に浸ることができた。「みんなはこうして仕事のストレスを発散していたのだな。まあのめりこまなければ結構いいもんだ」と他人事のように分析できる余裕もあった。

疑わずむしろ心配して 専業主婦になるという

Tさんの帰りが遅くなってきたことに対して、妻は疑うことはしないで、むしろ夫の身体を心配する言葉をかけた。

「忙しそうね。最近」

「うん、担当する分野の顧客が増えてきたんだ。今までより責任を持たされるようになったし。残業はしたくないんだけれどスケジュール調整などをちゃんとやっておかないと翌日に影響するから。悪いね。みんなやってもらって」

「大丈夫よ、私のほうは。あなたこそこれから昇進していくためには大事な時よ。乗り切らなければいけないと思うわ。しっかり頑張って。でも身体だけは気をつけて。どんどん栄養のあるものを作るから」

「大丈夫だよ。いまの食事で十分だよ」

「なんだか顔色も悪くなってきているようだから」

「そうかな」

Tさんは、パチンコに熱中して帰宅すると表情にも疲労として現れるのかな、とヒヤッとした。ほどほどにしなければいけない、と

心の中では考えた。

そしてTさんには思いがけない展開が待っていた。妻が会社を辞めて専業主婦になると言い出したのだ。

「あなたに早く出世してほしいの。そうすれば給料も上がるし。これからもっともっと忙しくなるでしょうから家庭で支えてあげなければと思ったの。いいでしょ、そろそろ子どもも欲しいし」。

妻が主婦として家にいてほしいことはTさんの希望だった。それが実現したことを歓迎しつつ、面食らう部分もあった。

出産で実家に帰った時 打ちには行かぬ不思議

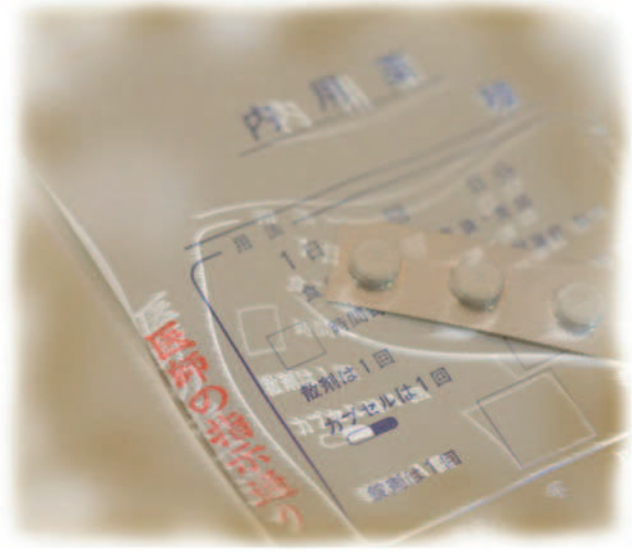
一度決断した妻はさっと行動に移して退職した。Tさんはパチンコを続けるべきかどうか迷った。苦手の夕食当番からは解放された。まっすぐ家に帰ってもいい。しかし、急に早く帰ってしまってはこれまでの行動とつじつまが合わない。妻からは責められるかもしれない。考えた末に選んだのが、パチンコ通いを続けることだった。

そもそも自分がパチンコを始めたのは、いつも自分の行動を制約する妻から逃げたいからではなかったか。こんなおかしな事態になったのはみんな妻のせいだ。これがTさんの主張だった。

この程度ならいいだろう、というちょっとした遊び感覚、軽い憂さ晴らしで続けたパチンコも、長く続くにつれて、その場にいなければ落ち着かない気分になっていたのも事実。次第に回数も増えていった。

生活上の大きな変化としては、妻が妊娠し実家に帰って出産したこと。その間は一人暮らしだったが、なぜかマイペースでエンジョイすることができた。「不思議なことですが、妻がいない間はパチンコに行っていないんです」とTさんはしみじみと振り返った。

妻と子どもとの新しい生活が始まった。妻の育児を応援するためにTさんはできるだけ定時に退社し、パチンコ店にも立ち寄らないで帰宅した。あれだけ通ったのに、時々は意外に儲かって楽しい気分になったこともあったのに、しばらく間を置くとこのように変わってしまうのか、と気持の変化に自分でも驚いた。「いいのよ、私は。会社が忙しい時に早く帰ってきちゃダメじゃない」と妻は責めてきた。「いや、一段落ついたから」とTさんは言葉を濁した。



出世で責め立てられ また通いはじめたが

そんなTさんがまたパチンコを始めたのは子どもが幼稚園に入った頃。子育てに余裕が出てきた妻の関心が夫に向かってきたからだった。夫の出世に関わる言葉が毎日のように責めたてるように発せられてきた。ひとつの考えにこだわったらしばらくはそこから離れない性格は学生時代から知っていた。そんな妻からの攻撃とも感じる態度に嫌気がさして逃げていった先がパチンコ店だった。久しぶりに開放感を味わった。帰宅が遅くなる理由は以前と同じ「会社が忙しくなったから」。以前よりも回数が多くなった。ほとんど毎晩のように通った。止められなかった。自分の小遣いはすぐ使い果たし、妻には内緒で作っていた別の口座の預金もなくなっていった。

意外なところから嘘がばれた。夫婦共通の知り合いである学生時代のサークル仲間からTさん宅に電話が入った。遠方に住む仲間が仕事の関係で来るのでみんなで集まろう、という計画を、ある夜Tさんの職場に連絡した。定時はちょっと過ぎているが、Tのことだからどうせまだ仕事をしているだろう、と思っていた。ところが職場の返事は「Tさんならいつもちゃんと帰っているのでいませんよ」という内容だった。仲間からの電話を妻が受けた。

その日も遅く帰宅し、電話のいきさつを聞いたTさんは、いまさら隠しても始まらない、とパチンコにのめりこんでいたことを正直に告白した。妻の表情が一変した。驚きと衝撃を受けたことは明らか

だった。夫が自分に嘘をついていたことが分かった妻は、しかしTさんを激しく責めたてることはなかった。Tさんは意外に思った。

「うつ病」と薬袋出し 涙流し謝る妻に狼狽

しばらくは気まずい関係になり、夫婦の会話も少なくなった。あの勝気だった妻の様子が少しずつ変わっていくのが気になった。子どもの相手をしている時こそ普通だったが、夜も眠れないと訴えるようになった。

ある晩「私がいけなかったのかしら」とポツリとつぶやいた。「悪いのはおれだよ」と返答したが、Tさんは妻の言葉の意味をはかりかねた。

妻は次第に朝起きる時間も遅くなりがちで、子どもの食事はTさんがする日もあった。Tさんは「何がなんだか分からなくなった時期でした」と語った。妻には謝り、反省しつつ、もちろん毎晩ではないがパチンコ通いをやめることができなかった。いったい妻は何を考えているのか、日に日に様子が変わっていくのはどうしてなのか、うつろな状態でパチンコ台に向かった。

しばらくして妻から「わたし、うつ病と言われたの」と、薬袋を示しながら語った。そして静かに話し続けた。「あなたを責めてしまって、追い詰めてしまってご免なさい。だからパチンコを始めたのでしょう?こんな妻で悪かった」と涙を流しながら語った。

Tさんは、妻がこんな弱い一面を持っていたことを知って狼狽した。「そんなことはないよ」と返すのが精一杯だった。

妻を支えていくのなら 自分でやめるしかない

「こんな自分がパチンコを止める方法を教えてください」というTさんの表情は真剣そのものだった。「預金がゼロに近くなっているが借金はしていない。給料が減っているわけでもない。絶対にパチンコはしないと誓って、家族の幸せを守り続けたい」と訴えた。

パチンコを含むギャンブル依存症の特徴について、精神科専門医は、①言い訳をする ②人のせいにする、の2点をあげている。特に、自分でやめると決められることを人のせいにすることで否定してしまう点が大きいという。これが③の特徴とも言える。

Tさんの場合、妻からのストレス発散の場をパチンコに求めていったのだが、次第にのめりこんでいった経過を聞いてみると、①と②は当てはまろう。自分の中で常に言い訳をしてきたし、そこにはいつも妻の影があった。従って③も否定できない。

実はこの③がTさんのカウンセリングに当たってのヒントだった。「あなたは自分でやめると決めることはできる人です。現実に自分の意志でやめた時期があったのですから。しかしまた奥さんの存在が鬱陶しくて続けてしまった」という説明をTさんは否定しなかった。あまり間をおかないで、「その奥さんがいま苦しんでいます。奥さんがうつ病になった原因を追求しても仕方ありません。問題は明日からです。奥さんの回復のために支えてあげられるのはあなたしかいません。それだけです」と語りかけた。

次に会うまで2週間 打てばもう会いません

Tさんは黙っていた。うつむいていた時が長かったが、ちゃんと視線を合わせる時もあった。2週間後また会うことを提案、了承してくれた。最後に次のような言葉をTさんに投げかけた。「次に会うまでの2週間、パチンコは絶対にやらないことを約束してください。もしやってしまったら二度と会うことはありません。いいですね」。

このような突き放す言葉がだれにも有効というわけではない。家族の幸せを守りたい、という思いが強いと感じたTさんには必要と判断した。Tさんの気持ちをそのまま受け入れて背中を押してあげることで十分と思った。

パチンコ依存で生活破綻になる事例は少なくない。そこに入り込む危ない境界線上で、自分を見失っているTさんのようなケースが多いのが実態ではないだろうか。

柏木勇一（かしわぎ ゆういち）

大学卒業後、会社勤務を経て、現在はEAP企業（Employee Assistance Program）でカウンセラー及び研修講師として活動。
厚労省認定産業カウンセラー、キャリア・コンサルタント、家族相談士、交流分析士