

営

業職から事務職に異動して2年。いつもジーンズ

姿で現れるMさんも30代後半になった。このMさんと面談を開始したのは3年前。営業職で顧客とのトラブルを起こし、父親の急死も重なり、うつ状態になって休職に入った時期だった。「3年」はひとりの相談者と会っている期間としては長い方だ。終わりが見えそうで見えないのも気がかりだった。

社会人になってからも競馬やパチンコなどから離れられず、急死した父親の遺産にも手を付けた。職場では対人関係をうまく作れない。Mさんの持つて生まれた性格、氣質が根っこにあるのだろうか。だとすれば、どのような状態になった時にサポート役が終わるのだろうか。この3年間常に頭の中にあった。

刺激のない勤務に移り「うつ」から抜けられず

事務職としてのMさんの仕事は、社員の勤務時間集計と管理が中心。長時間労働を防ぐために新しく設けられた業務だった。「周囲とないじめない私の性格を見越して本当はなくてもいい業務を作ったので

パチンコ依存

第4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

「うつ」と「躁」の狭間で 自らを変えていくしかない

しよう」とMさんは述懐した。それでもMさんは、営業経験を生かして、社員それぞれのデータや報告が確かどうかを判断し、時にはメールで回答を求めることもあった。月末や年度末などの繁忙期を除けば定時勤務の日々を送った。ここで投げ出しはいけない、親父に悪い、というまっとうな考えが消えていかなかった。しかし、孤独になったMさんには気の重い環境だったかもしれない。

自分でコントロールできる点で、Mさんには大きな不満はなかったが、次第に変化のない勤務体制を、Mさんは刺激がなく、退屈な作業と受け止めるようになった。歪んだ行為を繰り返す人にありがちな「物事を一般化して決めつける」「全か無かで考える」という考え方のクセが、Mさんの場合もあった。いったんは収まらずだったパチンコ通いがぶり返した。平日は退社後、土曜、日曜は午前中からパチンコに、スロットに明け暮れるようになった。

落ち着いている、という電話連絡があったので安心してはいたが、実態はそうではなかったことが、この少し期間をあけた面談で明ら

かになった。

「自分でもどうしたらいいのかわかりません。仕事もプライベートも好き勝手にできるのに、逆に誰からも評価されていないのでは、と考えるようになってしまいました。一日中憂うつです」とMさんは

職場では言えないことを打ち明けた。長期間休むことを繰り返してはいけない、やり直すんだ、という思いから何とか出勤はした。朝起きるのが辛かったし、午前中はほとんど仕事らしい仕事はできていなかった。誰もMさんの業務を詳しくは知らなかったことでバレなかった。

再び毎晩のめり込むビール飲んでホールに

うつ病の症状とパチンコ通い、Mさんが一番避けなければいけない状態に戻っていたことが分かった。心療内科に通院し抗うつ剤は欠かさないといいが、薬物治療の効果が薄いタイプと判断しなければいけないだろう。Mさん自身も薬の効果が疑問を持ち、やけ気味になって薬を飲まない日もあったという。

快楽の対象をパチンコ店の光と

騒音に求めた。嫌なことを忘れることができる、短時間で大金が手に入るかもしれないこと、再びのめりこみの典型的な行動にスイッチが入るともう止まらなかつた。心のブレーキを踏むことへの意識がなかつた。

毎晩のように7時過ぎにはパチンコ店内にいた。その直前の夕食は定食屋か中華料理店。ジョッキ1〜2杯のビールも欠かさなかつた。主治医からは飲酒は禁止されていたが、Mさんにとっては「戦う前の勇気づけ」のビールだった。先のことを考え、リスクがあるならやめておこうか、という普通の思考状態ではなかつた。

見栄っ張りで自虐的「依存性格」に当たる

ギャンブルなどの依存者の性格については、世界の心理学者や精神科医の間で様々なことが指摘されている。性格は人格と呼ばれることもあれば、気質や体質という用語も使われる。これ、という学説的に実証に基づいた説明にはなっていないが、自虐的、見栄っ張り、強い自尊心、白か黒かの二者択一的思考傾向などが性格として

あげられている。

改めてMさんに当てはめるとかなり共通している。Mさん自身も自分の性格の特徴として、自己中心的、一人よがり、他者不信、ねたみやすく短気などをあげた。自分の欠点を自覚している点では、自分を客観的に見つめている部分もあるのだろう。

なぜ依存に走ってしまうのか。こうした性格を生み出し、行動の引き金になっているのが脳内の神経伝達物質、具体的には、ドーパミンとノルアドレナリンの流れのアンバランスという指摘が参考になる。依存者の脳内では、目新しく珍しいものに敏感（ドーパミン過剰）で、報酬があればその行動を続け、損をしても逃げ出さないという信号（ノルアドレナリンの生成）が発信されている、と考えると納得できる。

ただ、もともとの性格傾向なのか、依存の結果として形成されたのかについてはまだ説明されていない。

競馬好きの父の影響か 学生時代は金にも余裕

同時に、Mさんの家族歴を考え

た場合、性格やあるいは遺伝よりも家庭でのしつけと教育も影響しているのではないかと、という点も見逃すことができない。気質・体質が環境によっても多様に変わるという側面も見えてくる。

Mさんは自営業の父親との2人だけの家庭だった。母親はMさんが小学校低学年の時に病死した。父親の商売は食品の卸商。使用人も抱えて手広く商売をしていた時代もあり、そんな父親の姿はずっと覚えていた。そして商売がうまく回転していた時代、父親はギャンブル通いも盛んだった。家で同業者仲間と花札賭博にふけっている姿も見てきた。父親はパチンコにも行ったが、競馬が多かつたという。

小学校の頃は、日曜日に競馬場に連れて行かれることもあった。馬が走る姿はカッコいいと思った。レースごとの大歓声、宙に浮く馬券、悲喜こもごもの大人たちの表情は子どものMさんには刺激が強かつた。

大人になってからのMさんが、特にパチンコ依存になった背景には、普通の子供には味わえないこの経験を積んできたことと、遊び

好きの父親の行動パターンがいつのまにかMさんの内部にも浸透していたのかもしれない。加えて、好きなものは何でも買ってもらってきたという、父親から甘やかされて育ったことも影響したようだ。

大学生になってMさんは一人暮らしを始めた。父からの仕送りでも十分生活はできたが、周囲のほとんどがアルバイトをしていたので、会話を合わせようと、Mさんもコンビニでのレジ係として働いた。勉強が好きなタイプではなかった。落第さえしなければ何とかなる、という感覚だった。

しかし、コンビニで客に頭を下げるのが苦痛だった。アルバイトはすぐ辞めた。お金と時間がある状態が、Mさんをパチンコに通わせた。もっとも身近な遊び場であり、うまくいけば金儲けもできる場所だった。パチンコに通う学生仲間の情報交換で《儲かる可能性が高い店》を渡り歩いた。アルバイトの合間に時間つぶしで通う学生が多かったが、中には運動部に入学したのに挫折し、その傷心を自ら慰める人など、動機は様々だった。資金のない学生が多い中で、



ゆとりのあるMさんが一番足しげく通ったという。それでも学生としての自制心があり、遊びつつも仕事を続けている父親にすまないという気持ちもあって、小遣いの中での遊びだった。

父親の急死がショックで何も手がつかずにまた

大学卒業後、中堅食品メーカーに就職、営業職として社会人のスタートを切った。とりあえず仕事を覚えるのが先決と考え、先輩の後を追った。しかし、自己中心的な考えと、甘やかされて育つために我慢することができず、顧客といざこざを繰り返すことが多かった。

そんなMさんに、父の急死という悲劇が襲った。心筋梗塞で倒れ、家族がいなかったのが発見が遅れ、救急車で搬送されたが間に合わなかった。Mさんは、父の同業仲間に商売の後始末を頼んで区切りにした。そこそこの遺産があった。当分は空き家にしておかざるをえなかったが、土地、住宅の不動産もそのまま相続した。

父の死がMさんに教えたのは、「人間の命のはかなさ」だった。「人間の命を育ててくれた父を失った悲しみは、たった一人になつてしまったことと重なって、何も手につかない状態になった。仕事への意欲も消えた。不眠、食欲減ら外出することもできなくなった。

先輩の勧めで心療内科へ。「抑うつ状態で休養が必要」という診断だった。

葬儀は父の同業者に助けられた。ひと通りの儀式を済ませるうちに悲しみも弱くなっていった。なぜか仕事への復帰は考えないで、休職を延ばした。お金と時間がある状態に戻ったことで、Mさんのパチンコ通いがまた始まった。24時間すべてが自分だけの時間だったので、外の空気を吸うために競馬場にも通った。みるみる父が残した遺産が消えていった。

他者攻撃的で投げやり台にぶつけるイライラ

なかなか復職してこないMさんを心配した上司の仲介で相談を受けたのだが、時折、人なつこい笑顔を見せるMさんからは心身の不調で困っているようには感じられなかった。うつ病という診断を疑いつつ、自分を責めるよりも他罰傾向を示す、若者に見られる特有の症状ではないかとも考えた。それでも、人生観などもテーマに話し合ったこと、まず社会の一員としての自覚を持つとうと指導したことで、一度は復帰してくれた。

こういうタイプなら励まして大丈夫と思ひ、勇気づける言葉もかけた。うまくいった、と内心では安心した。

それがなぜ？久しぶりに会ったMさんの次のような発言が答えに結びついているのではないかと、思った。

「事務職に回ったのは、あいつが営業にいと職場の雰囲気が悪くなるかと告げ口した奴がいたのでしよう」「退屈な必要のない仕事を与えるなんて、上司も会社も許せません」「辞めるのは簡単だけれど、みんなを困らせないと気がすみません」

明らかに自分勝手な他者攻撃の言葉の連続だった。この投げやりな気分がパチンコに向かわせた。時間つぶしでもなければ、ひと儲けしよう、という目的でもない。ただ、イライラ感を台にぶっつけた。心のブレーキを踏むどころかアクセルをいっぱい踏み込んだ。とどまることを知らない、という表現が決してオーバーではない状態だった。勝つどうかは別次元の問題だった。これらの行為自体が病気の症状という判断も間違っ

ていないと考えながら話を聴き続けた。

「分かってます。でもやめられないのです」

「親父が残した金がわずかしかなかったっていません。ここで止めればいいのでしようが、分かっています。やっぱり店に行っちゃいます。むしろしゃしゃりしてパチンコしても勝つわけはありません。そんなことは分かっています。でも止められないのです」と語り、一息入れ続けた。

「実は、実家の家と土地を売却する準備を始めました。それを当てる借金をしてしまつたのです。労働組合の共済から借りようと思つたのですが、社歴が浅くわずかしか借りられません。第一、こんな自分に貸すわけがないと思います」
助けてほしいというSOSを発信していたことが分かった。しかし、不動産の売却にイエスともノーとも言わなかった。決めるのは本人という常識の判断ではなく、徹底的に落ちる所まで落ちることがMさんには必要ではないかとも考えた。

そうなる前に対処する方法も自

分で考え、自分で決意しなければいけない。この段階での借金の金額と、不動産を売却した場合に入るだろう金額を比べると、借金を全額返済してもそれなりの金額が残った。さてどうするか。ゆっくりと言葉を選びながら、次のように問いかけた。

「父親への感謝があれば、自ずから答えが出ます」

「このままだったら、自分でも不動産を売却したお金ですつとパチンコを続け、地獄に落ちると思つたんじゃなかな。ここで連絡してきたのはそこまでは行きたくないという気持ちが残っていたからだと思いますがいかがですか」

ちよつと間をおいて、Mさんはうなずき「どうすればいいでしょう」と逆に質問してきた。こちらは一呼吸おいて「自分で決めるしかないでしょう」とだけ答えた。

それで終わっても良かったが、じつと視線を外さなかつたので「気ままに育つたのは父親の影響かもしれませぬ。その父親とは死別しましたが、父親が残した財産があったために本当に決別はしてないのが現在の姿ではないですか。

もし父親への感謝の気持ちがあるなら、父親を完全に消すことはできないでしょう。その気持ちがあるなら、おのずとどうすればいいか答えが出ると思います」とつけ加えた。

面談の最後に、主治医にパチンコに依存していること、その時の攻撃的な心の状態を正直に、必ず話すように伝えた。自己誇大視と消費傾向、過活動、金に糸目をつけないでのめりこんでいるのは、うつ状態ではなく、躁状態とも判断したからだった。

躁病の患者がギャンブル依存などになりやすいことは以前から指摘されている。適切な薬物治療が欠かせない。判断力を欠いたままパチンコを続けることに歯止めがかかることに期待した。

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