

何

とかしたい、何とかしてほしいという思いで相談してきた場合でも、最初からすべてをさらけ出して話してくるわけではない。そういう「常識」が分かっている、40代前半の女性A子さんのケースは、その都度話の展開が想定を超える内容だった。

「死ねば楽になるかと…」 総務部20年の独身女性

経理の専門学校を経て食品輸入会社に入社して20年。相談時点では総務部勤務。コンプライアンス部門も担当のベテラン社員になっていた。ずっと独身で兄妹もいなかった。年金生活の父親は交通事故の後遺症で半身不随。夜遅く信号機のない横断歩道を渡っていてひき逃げされたのが5年前。相談時は施設に同居していた。

ひき逃げの加害者はすぐ捕まり、自動車保険から生活のかなりの部分を保障されたことは不幸な出来事の中では救いだった。身の回りは施設の世話に助けられていたが毎週尋ねた。母親は肝臓癌で10年前に死亡していた。

こうした家族構成もいきなりすべてが話されたわけではなかった。

パチンコ依存

第15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

遺伝なのかと不安だったが 病気だと理解して前を向き

電話で始まった際の最初の言葉は「わたしはパチンコ依存から抜け出せるのでしょうか。パチンコをやめられません。もう借金も限度です」。ひとことひとこと言葉を選ぶように、ゆつくりとか細かい声が聞こえてきた。

「死んだら楽になるといつも考えています。夜寝る時ももう朝は来なくてもいいと思います。でも懸命にリハビリを続けている父を残しては死ねません。やっぱり死ぬのは怖いのです。どうか助けてください」。

返せぬ数百万円の借金 自己破産の道を説いて

電話から3日後の夕刻、A子さんの退社時間に合わせて面談しました。まず、パチンコを始めたのは20年前で就職直後までさかのぼることが分かった。「でも最初は何もかも忘れるようにのめり込んだわけではありません。仕事も順調でしたので職場のストレスもありませんでした。ただいろいろあって…」といったん口を閉じた。

数分の沈黙があった。普通はその沈黙に付き合っただけでも黙っている相手と話し出してくる。

それを期待したがA子さんの場合はあてはまらなかった。ただいろいろあって…と言葉を濁した、その背後に何かある、何か深い理由がある、とまず察した。最初からそこを突いていくのはやめよう、

そこちからも焦る気持ちを抑えた。急いだら、何も話さないまま別れてしまい、相談は継続しないだろうと考えたからだ。

「借金ほどのくらいですか？」おもむろに話しかけた。借金も限度と語っていたので答えやすいだろうと思ひ、慎重に言葉を選んだ。返ってきた言葉は「銀行カードローンが数百万円になりました」。そしてまた黙り込んだ。やりくりできる金額ではない。この状態から開放されなければ先に進めない。当面の結論は自己破産しかないと考え、この日はA子さんが納得できるかどうか定かではなかったが、弁護士協会の相談窓口を紹介しながら、自己破産制度について説明をして別れた。

自己破産によるデメリットが少なからずあることを指摘する一方で、メリットの方が大きいことを話した。基本的には普通の生活を続けることが可能であることを強

調し、消して人間失格になるのではないことをつけ加えた。

親切な弁護士の対応で 少し落ち着いた表情に

1か月後、A子さんから連絡が入り面談が継続した。専門の弁護士につながり自己破産の手続きを始めたことを語ってくれた。裁判所への申し立てや免責についての仕組みも理解したという。弁護士費用はまだ手を付けていなかった。財形貯蓄を取り崩した。初回面談時と比べて少し落ち着いた表情に感じた。

A子さんは「ありがとうございます。自己破産なんて恥ずかしい行為とずっと思ってきました。今でもそうです。でも親切な弁護士に担当してもらい助かりました」と口を開いた。

その言葉にほっと安心した。借金の解決だけならこれで一つの道筋ができた。パチンコはどうなるのか。本当の問題は決着していない。さて、どう話を展開させた方がいいのか。テーブルのコーヒールを一口入れて思案していた。その時、こっちの思いが伝わったのか、A子さんが言葉をつないだが、や

っぱり気になる内容だった。でも、ひとこと呟くように言って数秒間の沈黙を経て、次のような言葉が出てから会話が進んだ。

「借金はもうこりこりです。何せ年収の金額まで借りてしまったんですから。いまはパチンコはやめています。でも…でも、まだやめられない自分がいるのです。完全にパチンコから離れる自信がありません。やっぱり私は病気なのでしょうか」

寝込む母の看病に加え 家事に追われる日々で

「病気だと思っているんですか？」
「ええ…」

「パチンコ依存症とでも？」この言葉を出すことにはまだためらいがあったが、いずれは話さなければいけないと考えていた。するとA子さんは—

「そうですね。そうですね。そうですね。それに遺伝かもしれません。これは」

「遺伝って、よく分かりませんがどういふことですか？」

ここで短い沈黙の後で語られた内容は、母と子の闇のような世界の話だった。A子さんの両親は共

働き、父親の勤務先の業績が伸びず、母親もパート勤務で生活を支えていた。両親が頑張る姿を見て育った。小さいころから家の手伝いもしてきた。

しかしその母親は糖尿病を患い、それでも働き続けたことがたたって、家で寝込む時間が多くなり、仕事を続けることができなくなっていた。衰弱していく様子から、何か大きな病気になっているのでは、と思いつつ、病院での検査を渋ってきた。

ちょうどA子さんが就職した頃で、仕事と母親の看病が重なった。経済的には家計を助けることができる立場になったが、若い女性として友人と遊ぶことも、お稽古ごとをすることもなかった。残業のない職場だったので定時で退社した後は、家事に追われる毎日。とてもいい人を見つけて結婚するなんて考えられませんでした、と語った。

ひとり幸せ感じる時間 だが歯止めかからずに

そんな時、職場の男性社員の何人かが、パチンコでストレス発散していることが分かった。直接話

したわけではなく、休憩時間中の会話から聞こえてきた。笑いながら話すその姿から、楽しそうだな、とA子さんは思った。

仕事と母親の世話で、嵐のような毎日だったという。疲れ切った状態を何とかしたい。いつときでも忘れたい。一人になりたい。そう思ってパチンコ店に向かった。結構女性客がいたことも、それほどの抵抗感がなく、一回、二回と通うことにつながった。お金を稼ごうという思いはなかった。パチンコで儲からないことは男性社員の会話からも分かっていた。

パチンコに集中している時間は、何も考えなくてよかった。逃げている、と言われれば間違っていないだろう。しかし、A子さんにとっては、たとえ短くても、ひとり幸せを感じる時間でもあった。たまに通うということが始まったが、次第に回数が増えていった。

2年後には一日3千円までのつもりが、5千円になり、1万円になり、やがて5万円になる日もあった。やめられない、歯止めがきかない状態を変えることが出来なくなってきた。「最近は残業も多くなつて」と親には嘘をついた。遅く帰

って家事をしながら、後悔の毎日を繰り返した。こうして次第に銀行のカードローンが増えていった。

死んだ母に借金があり パチンコと知って驚愕

パチンコに依存していく過程はよく分かった。しかし、遺伝という言葉は疑問だったので、改めてその意味を尋ねた。A子さんは顔を上げて語り始めた。

結局、母は肝臓癌を患っていたことが分かった。しかし、母は娘に心配はかけたくない、と思ったのだろう。体調の異変を語らなかつた。気づいた時は手術もできない状態に進行していた。A子さんが30代になって、母親は癌の宣告後あつというまに死去した。「病気の、癌の遺伝ということですか?」と聞いた。

「いいえ違います」とその時はきっぱりとした口調でA子さんは答えた。

母が死んだ後、周辺の書類を整理していて、母がパート時代にパチンコで借金をして、まだ整理されていないことを知った。父と一緒ににただただ驚くばかりだった。健康を取り戻せないことへの焦燥

感をパチンコでまぎらせたのだろうか。父と自分で返済した。高額ではなかったのがせめてもの救いだった。ただ、A子さんはここで借金に頼らざるを得なかった。

「私のパチンコ依存は母親の血が流れているからでしょうか。遺伝でしょうか」とA子さんはしんみりと言った。否定して慰めの言葉を出しても効果がないと思い、「そう思っているんですね」と感じる以外になかった。もし母親がパチンコに依存していたことを知っていたら、家族も巻き込まれ、いつのまにか共依存となっていく例はあるが、A子さんのケースでは当てはまらないだろう。母と娘の間に深いつながりがあるのかもしれないが、相談の場で話し合うテーマではない。

自覚してもらうために 4項目のテストを行う

再発を防止することに絞って相談を続けた。そのためには、A子さんの人間性を否定してはいけない。パチンコ依存症という病気であることを自覚してもらう必要がある。病気なら、意志が弱いわけでも、道徳的に問題があるわけ

ではない。自己否定にならないように説明していったことが、A子さんには効果があつた。

世界保健機構(WHO)が定めた「疾病及び関連保健問題の国際分類」(通称「ICD-10」)の病的賭博について分かりやすく話した。この病気に気づく次の4項目を紙に書いて示して反応をみた。疾病分類ではすべてギャンブルと書かれているが、この部分をすべてパチンコに改めた。ギャンブルという表現がA子さんの心を痛めることを恐れた。

4項目とは――

1. パチンコにひどくのめり込むことが1年間に複数回あつた。
2. 本人に利益がないどころか、むしろ生活や死後の妨げになるのは明らかなのに、パチンコを続けてしまう(パチンコの資金を得るために借金を重ねたり、うそをついたり、詐欺や盗みなど違法なことをしたりする場合もある)。
3. 「パチンコをしたい」という強い衝動を、自分自身では抑えきれない。
4. パチンコに関係することで、頭

がいつぱいの状態である。

ICD-10の診断ガイドライン

に従って、4つすべてが当てはまる場合は依存症の可能性がとても高いこと、全てではなくてもあてはまる項目がある場合は、依存症へ進行する危険性があることをやんわりと説明した。

「すべて当てはまります ひとりで止められます」

じつと話を聞き、書面に目を通していたA子さんは、驚いた表情を見せるわけではなく「すべて当てはまりますね。詐欺や盗みなどはしていませんが」と答えた。予想通りの答えだった。もちろん間違っではない。正直な答えだった。こうして依存症という病気だったことを認めてもらった。

時間はかかったが大きな前進だった。「パチンコなんていつでも辞められる、と思っていたのではありません。だから病気とは気づかなかったのでしょう」とA子さんに共感しながら話した。

病気だから回復できる、治すことができる、という方向に話を進めた。自己破産に踏み切って借金問題にはとりあえず区切りがついた。それでもA子さんは「またのめり込むかもしれない」という怖

さを感じている。

もうひとつ、心の区切りが必要だった。病気だったことを理解してもらえた上で、「まだ止められない自分がいますか？意志が弱いからということでは当てはまらないことは分かってもらえたと思いませんが」と質問した。

A子さんは「自分のパチンコ依存は確かにひどいものでしたね。よく分かりました。ありがとうございます。話をきいて、もう絶対にパチンコはしませんが誓えます。自分の意志でやめます。それができないほど、自分は弱い人間ではないはず。何かから何までひとりでやってきたのですから」と話した。

同じ悩み持つ人達と 語り合ってみてはと

この答えは一見何も問題がなさそうだが、実は落とし穴が潜んでいる。A子さんの心構えは心理学的には「否認」に当たる。このような否認も依存症の場合は、階層が違うだけで同じと説明されている。否認という心構え自体が依存症という病気の兆候でもある、とも言われている。依存症が治療に

進まない一面がここにある。

このような学問上の背景を話すことは避けた。A子さんを混乱させることにつながることは選ばれたくなかった。決意の固さを受け入れつつ、落ち着いている今だからこそ、20年間も苦しんできた依存症から本当に脱却するために、専門機関に相談してほしいと話した。「何から何までひとりでやってきた」という言葉をヒントに新しい課題を与えた。

「周囲に親しい人、何でも話せる家族がいたらこうはならなかったのではないかと思います。あなた全部一人で抱え込んできましたね。仕事と親の世話と家事をひとりでやりくりしてきました。どうでしょう。本当にパチンコと縁を切るために、もうパチンコはやらないというあなたの誓いを支えてくれる人が必要だと思えます。これは専門スタッフがいるところで、同じような悩みを抱える人たちと一緒に語り合うことはいかがですか」と誘いの言葉をかけた。

孤独な日々から抜け 新しい環境に入って

新しい趣味の世界を見つけてい

くためにも、これまでできなかった他人との交流を広げていきませんか、と後押しした結果、A子さんは自助グループ参加を受け入れてくれた。孤独な日々から、新しい環境に入ってきたという、ずっと胸にしまわれてきた希望がやっと叶えられると感じたのだろう、と思った。

依存症の場合、カウンセラー個人の対応には限界がある。専門医でもない。家族愛に恵まれなかったA子さんにこそ、グループでの話し合いが望ましい。A子さんが居住する自治体の精神保健福祉センターを中心にくつつかの相談機関を紹介した。ここから自分に合ったグループミーティングの場を、選んでいってほしいと願って、ひとつの区切りとした。

お互いがふつとため息をついた。それぞれの安堵のため息だった。

柏木勇一(かしわざい 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