

薬物依存症当事者の体験談を語ることによる 再トラウマ化防止のガイドライン翻訳及び研究

一般社団法人 神戸ダルクヴィレッジ

〒651-0068 兵庫県神戸市中央区旗塚通 1-1-20 長坂ハイツ 2F

助成事業の概要

本研究の目的は、依存症の当事者及び家族が、安心・安全に社会に向けて体験談スピーチを行えるように支援するガイドを開発することであった。開発は、3段階を経て行なった。第1段階は、カナダの処方薬依存を経験した人を対象としたスピーチガイド“Strengthening Your Voice”の翻訳である。第2段階として、日本において、依存症の本人・家族で、社会に向けて体験談スピーチをしたことのある人々へのインタビュー調査を2018年10月～2019年2月に行なった。調査参加者は、アルコール、薬物、ギャンブル、性行為への依存症をもつ本人及び家族計30名だった。スピーチをする中で経験したこと、困り事への対処等を尋ね、許可を得て音声を録音した。分析では、調査者が、文字起こしを読み込み、話し手への危険はどんな過程を経て起こっているのか、安全なスピーチにするにはどうしたら良いのかと言う視点で、構成主義グラウンデッド・セオリー法を用いて分析した。最終段階として、日本のインタビュー結果とカナダの“Strengthening Your Voice”の内容を統合したスピーチガイドを開発した。

事業の成果

インタビュー及び“Strengthening Your Voice”の吟味の結果、社会に向けて依存症の体験談を話す時、多くの話し手は、【聞き手に自分のことを分かってもらえない恐怖】を感じるこ

とが明らかになった。その恐怖は、《話し手自身や聞き手の安全を考慮出来る度合い》に影響を与えていた。過去の辛い出来事を話す時、心の傷の痛みを分かってもらいたい思いから、〈悲惨な話を強調する〉ため、心の傷をえぐる話をしがちであった。また、回復に自信が持てない状態で話すと、〈背伸びして弱い部分を隠す〉ために、現状とスピーチ内容に齟齬が生じ、回復の妨げになっていた。さらに、偏見通りの内容しか期待されないという諦めから、〈わざと汚い部分の話をすること〉で、話し手の自尊心が傷ついていた。被害・加害行為について話す際には、〈聞き手への配慮がおろそかになる〉ことで、聞き手を傷つけ、結果的に話し手が傷ついていた。

【聞き手に自分のことを分かってもらえない恐怖】は、《聞き手の反応への敏感度》を増強することから、《感情の波への巻き込まれ》も引き起こしていた。聞き手の反応に敏感な状態で、肯定的な反応を受けると、話し手は、瞬間的な気持ちよさから〈高揚感を感じる〉。高揚感を求めることは、〈依存症再発の引き金〉になっていた。反対に、聞き手の否定的な反応に過敏になって〈無駄に傷つく〉ことや、実際に、批判や攻撃を受けて、〈回復への自信の揺らぎ〉を経験した人もいた。その際、分かってもらえない恐怖が現実のものとなり、心の傷をより深いものにしていった。

上記に述べたリスクを低減するために、話し手は、〈信頼できる人に相談する〉、〈心のセルフケアをする〉、〈分かってもらいたい気持ちを手放す〉、〈聞き手への感謝の気持ちを持つ〉、〈結果はおまかせの態度でいる〉などの方策を用いてい

た。
ガイドの内容としては、話し手向けに、心の準備性、事前に気をつけるべきこと、終わった後の心のケアなどを掲載し、さらに、支援者やイベント主催者にできることを掲載する必要性が明らかになった。

■ 成果の広報・公表

2019年2月2日に開催された「アディクションフォーラム in ひょうご」にて、中間段階の成果を報告した。その結果、当事者や家族からの共感の声や支援者から開発を望む声が複数寄せられた。

最終成果物として、インタビュー結果と“Strengthening Your Voice”の内容を統合した、「あなたの声を届ける 依存症を経験した人やその家族が社会に向けて体験談スピーチを行う際のガイド」（A5版 150ページ）を発行した。ガイドには、インタビュー中のスピーチ経験者の語りの引用を多用することで、これから社会に向けてスピーチを行うか迷っている当事者や家族を勇気を付け、またスピーチによって何らかの傷つき体験をした人が共感でき、必要に応じた助けを周囲に求めやすくなるよう心がけた。ガイドは、全国の依存症回復施設や自助グループを通じて当事者や家族に配布すると同時に、依存症フォーラムやリカバリーパレードといったイベント主催者、精神保健福祉センターや医療機関などの支援機関に広く配布した。

■ 今後の展開

まず、2019年度は、開発したガイドを元に、スピーチ活動をより安心・安全なものにするための、当事者・家族・支援者・イベント主催者向けの研修を開発する。開発にあたっては、まず

“Strengthening Your Voice”を作成したカナダの Centre for Addiction and Mental Health で行われている研修を視察する。その結果を参考にしつつ、ワークショップを開発し、神戸ダルクヴィレッジの利用者の協力のもと、研修を試行する。その後、広く研修参加者を募集し、研修参加前後のアンケート結果の比較により、効果検証を行う。その結果と研修参加者からのフィードバックを元に、必要に応じて、ガイドを改善する。特に、今回は、ギャンブル依存や性依存をもつ人、家族、女性のインタビュー参加者が少数だった。さらに、買い物や窃盗、ゲーム、インターネット等への依存症をもつ人、支援者、イベント主催者の声は、反映出来ていないことから、研修開催を通じて、これらの人々の意見を取り入れた、より汎用性・実用性の高いガイドを完成させたいと考えている。