

アルコール依存症者の生きづらさ

～AAにつながり、断酒歴が5年以上あるアルコール依存症者へのインタビューから～

関西国際大学 保健医療学部 西村美登里

I. はじめに

アルコール依存症は、健康問題だけでなく、家庭問題をはじめ、社会的な問題を起こすことも少なくない。しかし、治療が必要なアルコール依存症者で治療に繋がっているのは5%に過ぎない。また、飲酒欲求や離脱症状の苦しさから断酒を継続することが困難な病である。また、アルコール依存症者は生育歴上の困難や苦痛を伴う様々な生きづらさを抱えている事があるとされている。しかし、自助グループを通して断酒できているアルコール依存症者にインタビューし、生きづらさを明らかにした研究は少ない。本研究の目的は、自助グループであるAlcoholics Anonymous(以下AA)につながる事で断酒が5年以上継続できたアルコール依存症者がどのような生きづらさを抱えていたのかを明らかにする事である。

II. 研究方法

研究参加者：AAで5年以上断酒しているアルコール依存症者10名

データ収集期間：2017年2月～2018年2月 調査方法：半構成的面接

データ分析：インタビューにより得た全データを分析の対象とした。個人ごとに逐語録を作成し、データは個人が特定されるような表現はさけ、記号化した。生きづらさを語っているデータを切片化してコード化し分類した。類似したコードからカテゴリを作成した。質的研究者のスーパーバイズを受け、検討を繰り返し、客観性と妥当性を確保した。

III. 倫理的配慮

研究参加者に対して、研究の目的、意義、研究参加への任意性、研究撤回の自由、結果の公表、倫理的配慮、守秘義務など文書と口頭で説明し、同意を得て実施した。本研究は、四條畷学園大学研究倫理委員会（承認番号2017001）の承認を得て実施した。

IV. 結果

1. 研究参加者の概要

研究参加者は10名（男性5名、女性5名）であった（表1）。インタビューは、1名につき1回とし、インタビュー時間は、最短58分から最長96分、平均79.6分（SD=±11.51）であった。

2. インタビュー内容の分析

生きづらさに関する体験を抽出し、分析した。分析の結果、9つのカテゴリが抽出された（表2）。以下カテゴリを「」、コードを『』で表した。

1) アルコール依存症者の生きづらさの構造：ストーリーライン

「他者の期待に沿う」「完璧を求める」外的な要求に応じるあまり、内的な欲求を無視する事で「感情を麻痺させる」状態が生じる。その結果、「本音を語れない」「自己や他者を信じれない」「自己評価が低い」状態となる。深刻な場合、「自殺願望を抱く」こともある。また、低い自己評価の反動として、「肥大した自己像を持っている」「自己中心的な思考を持つ」に至り、それが対人関係に影響を与え、さらに生きづらさが増すと考えられた（図1）。

2) 生きづらさの内容

9つのカテゴリが抽出された。その一部のカテゴリについて示す。

(1) 「自分が正しい」

研究参加者から『向こうの立場とかも一切考えずに、自分だけが正しい。自分の言ってることが正しい。』や『それまで自分の意見がまず一番で、人の意見言ってもけなすことしか頭になかったんです。』主観的な立場から物事を見て、自分が正しいと思いこんでいる状態である「自分が正しい」が抽出された。

V. 考察

成瀬（2018）依存症患者の特徴として「自分に自信が持てない」、「人を信じられない」、「本音が言えない」「見捨てられる不安が強い」、「孤独でさみしい」、「自分を大切にできない」を上げている。本研究でも、同様の結果が得られている。しかし、本研究では、＜他者の期待に沿う＞＜完璧を求める＞事で自分の欲求や＜感情を麻痺させる＞事や脆弱な自己像の反動として＜自己中心的な思考を持つ＞＜肥大した自己像を持っている＞が生じる事を見出した事が本研究での新たな知見である。

内的な欲求を無視し、外的な要求に自分を合わせて生きてきた事で、低い自己評価が形成され、安心して他者との関係を築けない。その防衛的な反動として高い自己評価が形成され、対人関係の中で生きづらさが増し、アルコールがその生きづらさを一時的に解消するもの使用されたと考える。このプロセスを当事者が自助グループに行き、理解することが、アルコール必要としない生活に繋がると一歩となると考えられた。

表1. 研究参加者の概要

研究協力者	性別	年齢	アルコール依存症診断後の期間(年)	断酒期間(年)	AAにつながった期間(年)	入院回数	現在の精神科病院通院
A	男性	60代前半	18	7	18	11	有
B	女性	50代前半	20	19	38	7	有
C	女性	60代前半	25	20	20	0	無
D	男性	60代前半	9	9	9	0	無
E	女性	40代後半	16	15	16	0	有
F	女性	50代後半	29	6	27	0	無
G	男性	50代後半	7	6	7	1	有
H	男性	50代後半	10	10	10	1	無
I	女性	40代前半	15	12	12	5	有
J	男性	60代前半	29	10	11	20	有

表2. アルコール依存症者の生きづらさ

カテゴリ	カテゴリの説明
他者の期待に沿う	自分の気持ちより人の評価や人が望む事を敏感に感じ取り、それに合わせようとする状態
完璧を求める	完璧でないと自分が納得できない。または、安心できない状態
感情を麻痺させる	不快な感情に対する感覚を鈍化させて感じないようにさせる状態
誰も信じられない	自分や他者を信じられない状態
自己評価が低い	自己評価が低い状態
本音を語れない	自分の気持ちを素直に表現する事ができない状態
自分を消したい	死にたい気持ちを抱えながらも生きている状態
自分が正しい	主観的な立場から物事を見て、自分が正しいと思いこんでいる状態
自己に対する過剰な自信	他者と比較して、根拠なく、自己に対する評価が高い状態

図1. 生きづらさのカテゴリ関係図

