

家族の声：いろんなグループを活用することが支えになりました・・・

もう止まるだろうと思って信じていたのに、また息子のポケットから薬物を発見してしまったときは、このままでは自分がもうだめになると思いました。それまでは息子をなんとかしようと思っていろいろ方法を探していたのですが、最終的には、このままだと自分がおかしくなってしまうと思って、その時初めてナラノンに行ったんです。初めての時はすごく不安でしたが、仲間があたたかく迎えてくれて、心からほっとしました。だけどナラノンでは重い話も多くて、話を聞いていることが苦しい時期もありました。そんなとき、自助グループとは違う専門家の先生が開いているグループの存在を知って、そちらのほうにも通うようになりました。そこでは依存症とは何かというような講義が前半にあって、後半は個人の話をするんですが、私の話を聞いてくれるだけではなくて、整理してわかりやすく返してくれるっていうのが私にはとても役立ちました。こうやっていろんなグループを活用することが、私にはとても支えになったんです。

第3章 まずは家族が元氣をとりましょう

(1) 家族の自助活動

現在行われている家族の自助活動のひとつに、ダルクという薬物依存症者ご本人のためのリハビリテーション施設と連携をとりながら活動している家族会があります。主な活動内容としては、月に一度集会を開催して、薬物依存症に関する勉強をしたり、みんなで経験を語り合ったり、回復した薬物依存症者ご本人の体験談を聞いたりしています。

どの家族にも当てはまるただひとつの答えというものはありませんから、ご家族の方はいろんな話を聞きながらそれぞれ答えをみつけていかなければなりません。また、いったんわかったような気がしても、いったん出来上がった過去の関係性はなかなか消えてなくならず、ちょっと気をゆるめるとすぐに元の関係に戻ってしまいます。そのようなことを防ぐためには定期的な見直しが必要です。このように、ご本人の回復に時間が

かかるのと同じように、ご家族がご本人との間に適切な距離をとれるようになるまでも時間がかかるといわれています。家族会でも多くの方が長い時間をかけて、依存症の勉強をしたり適切な対応法を学んだりしています（図8）。

とにかく困っているご家族の方にとっては、「今すぐなんとかしてほしい」「そんなにのんびりしていたら大変なことになってしまう」と思われるかもしれません。けれ

ども、薬物依存症からの回復に時間がかかるのと同じように、ご家族も普段の冷静さを取り戻し、薬物依存症という障害を理解し、回復に役立つ態度を身につけていくには時間がかかるものです。ご家族の方がまずそのことを受け入れ、落ち着きを取り戻してじっくりと取り組む姿勢がとても大切です。

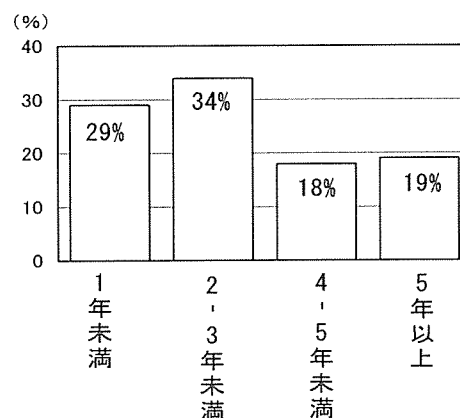


図8 家族会への参加期間

家族の声：何か重たかったものがスーッと抜けて、ホッとする自分がいました。・・・

本人がダルクにつながったことで、今度こそはシンナーが止まってよくなってくれるだろうと安易な気持ちでいました。ところが、ダルクで3ヶ月クリーンが続くと、「俺は治った」と言ってダルクを退寮し、アパートに住んで仕事を始めて、3ヶ月ぐらいするとまた再使用してダルクに戻る。何度も何度も同じことを試みましたが、一向に進歩の見えない息子。どうしてなんだろう。

本人はダルクにいて、一通りプログラムを踏んでいましたが、私たち家族が何も勉強をしていないので知らないのです。シンナーを再使用し、家に帰ってきて暴れる息子に「俺を変えたかったら、親が変われ！」と怒鳴られたこともありました。でも、意味は分かりませんでした。

それからしばらくして、私たちも家族会に通い始めました。最初は、皆さん笑顔で、明るくて、「来るところを間違えたかな？」「きっと、私ほど困り果てたご家族はそうはいないのだろう」と思いました。でも、体験を聞いてみると、本当に皆さん多難な問題を抱えてきていることが分かり、本当に驚きました。それと同時に、何か重たかったものがスーッと抜けて、ホッとする自分がいました。それから夢中で家族会に通い続けました。

不思議とその頃から、本人もダルクで落ち着いた生活を送ることが出来るようになり、今では穏やかになった息子と、電話で話すこともあります。本人は本人の人生。私たち夫婦は私たち夫婦の人生を取り戻すことができ、本当に感謝しております。

家族の声：本当に理解できるまでには時間がかかりました・・・

家族会に来て一番良かったことは、皆さん同じ境遇なので互いに理解し合えるということです。家族がどんな風に巻き込まれているか、対応が間違っているかというのは、最初は言われてもなかなか気づけなかったです。半年くらいたってからわかってきたような気がしますね。最初はまず、頭で理解するんですが、その時わかって、また次の月に家族会に行くまでには元の自分に戻ってしまうんです。次の月また話きくと、ああ、なるほど、と思うんですけど、1ヶ月の間にまた考えが変わったりして。そういうのを繰り返して、半年くらいたってから、本当に理解できてきたような気がします。家族会につながってなかったら、たとえ子どもが施設につながっていたとしても、私はこんなに元気に明るく笑えるようにはなっていなかったように思います。家族会があったから、私は子どもと離れることができたような気がします。

この他の自助活動としてはナラノンという自助グループがあり、全国に点在しています。大切な人の薬物問題に悩む人々が集まって、密着しすぎたご本人との距離を見直したり、互いの体験を語ったり、経験から得られた知恵を与え合ったりしています。

家族の声：親ができることは何もないんだと思えた瞬間がターニングポイント・・・

警察に再逮捕されたことは、もう今度こそはやめてくれるだろうと思い込んでいた私にとって、「このままうちの子は底なし沼に落ちていくんだろうか」と、背筋が寒くなる思いでした。それから初めてナラノンにつながり、色々な勉強会にもとにかく足を運びました。「私の人生と、親子という関係と、クスリの問題は別」と頭の中では理解しても、やはり家に帰ってクスリを使っているであろう息子の顔を見ることは、とても苦しいことでした。

その頃は、ナラノンに行っても、口から出る言葉は今の状態を嘆く言葉ばかりでした。家の息子はクスリを使って暴れることはなかったので、ナラノンの仲間のお話を聞きながら「まだ息子はそこまでひどくない」という気持ちもあったのかもしれません。でも、本当にたくさんの仲間のお話を聞くうちに、「ああ、一緒なんだ。本人のクスリを止めさせるために、親ができることは何もないんだ」と素直に思える瞬間があって、それが私のターニングポイントだったように思います。

家族の回復にも時間がかかります。

家族が手をつないだイラスト

(2) 自助活動の効果

多くの薬物依存症者は、「自分は薬物依存症なんかじゃない」「やめようと思えばいつでもやめられる」などといって、なかなか障害を認めようとせず、治療を受けたりません。このように自分が障害にかかっていることに気がつかなかったり、うすうす気がついていても決して認めよ

うとしないのもこの障害の特徴であるといわれています。

いやがるご本人をどうやって治療の場につなげるかはご家族にとって深刻な問題です。

ご家族が家族会に参加した時点では治療を拒否していても、1年後にはそのうちの約半数

のご本人がダルクなどの治療機関につながっているということが、家族会を対象とした

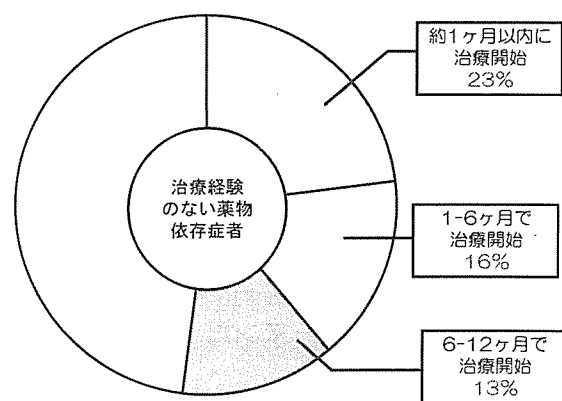


図9 家族会参加時には未治療でも、少しずつ治療につながります

調査から明らかになっています（図 9）

また、家族会に継続的に参加し続けるうちに、ご家族が少しずつ元気や自信を取り戻し、家族関係もよくなることがわかっています（図 10）。

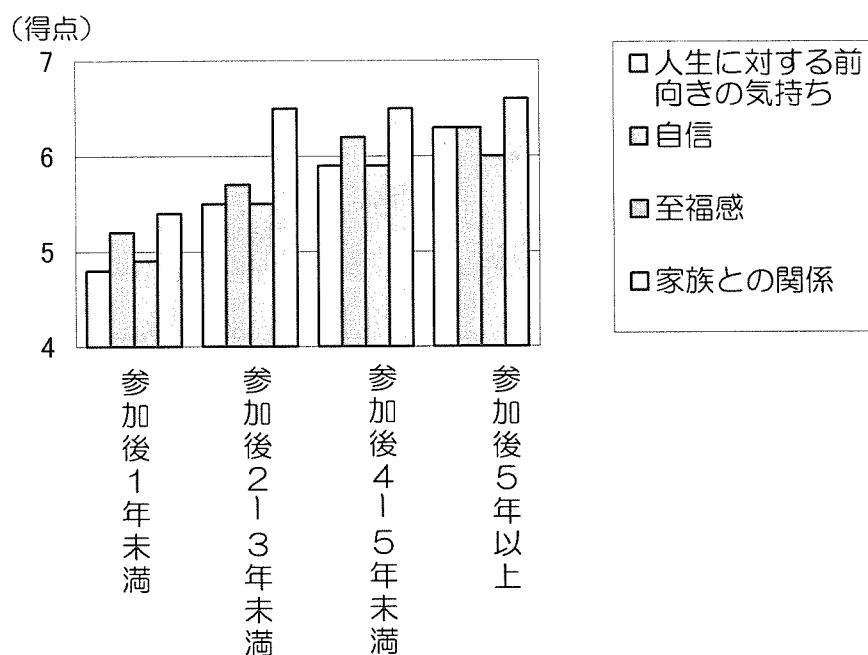


図10 家族会参加後の家族の気持ちの変化

第 4 章 家族の相談が回復のチャンスを作ります

この章では、家族の相談がきっかけになって、最終的には薬物依存症者ご本人が回復するチャンスを手に入れることができた事例を紹介したいと思います。

エリート・サラリーマンだった A 男

A 男は、ごく普通の家庭に生まれ、何不自由なく育てられました。そして、都内の私立大学を卒業した後に、ある有名商社に入社しました。仕事は忙しかったですが、学生時代から交際をつづけている恋人に支えられ、何とか仕事をこなしていました。

入社して 1 年を経過し、仕事にも慣れてきた 23 歳のとき、ある宴席で同僚に勧めら

れ、ごく軽い気持ちからはじめて覚せい剤を加熱吸煙（あぶり）で使いました。この当時は、何週間かに一度、友人とのパーティの際に使うという断続的な使用にとどまっておき、仕事や家庭に支障が出ることなく、うまくコントロールして覚せい剤を使うことができていました。1年後、A男は恋人と結婚し、これを機に実家を出て妻との生活をはじめました。

家庭生活の破綻

結婚生活は最初のうちは順調でした。A男の仕事も順調であり、共稼ぎということもあって経済的にも裕福で都心の高級マンションに住むという優雅な暮らしぶりでした。そしてA男が27歳のとき、妻が妊娠しました。

けれども、この頃には覚せい剤の使用頻度はかなり増えていました。「仕事の疲れをとるため」と自分に言い訳しながら、いつしか週3回は覚せい剤を使用する状況となっており、会社を欠勤することが多く、仕事上のミスも多くなりました。さらに、子どもが生まれた頃には、A男はほぼ毎日、覚せい剤を使用するようになってしまっていました。ついにA男はとりかえしのつかない仕事上のミスをしてしまい、会社を解雇されました。仕事を止めたA男はますます覚せい剤にのめり込み、生まれたばかりの赤ん坊の世話をする妻に対して、被害妄想による暴言や暴力をくりかえすようになりました。妻は、「私と結婚したことがストレスで、A男はこんな風になってしまったのか」と自分を責め、誰にも相談できずに苦しい街日を送っていました。

家族教室に参加

しかし、とうとうたえかねた妻はA男の両親に相談することにしました。妻は、混乱したA男の母親から「あなたがしっかり支えないからこうなった」と非難されましたが、父親に制され、最終的に3人の意見は、「とにかく専門家の意見を聴こう」ということにまとまりました。妻とA男の両親は精神保健福祉センターに相談に行き、そこで開催されている薬物依存症家族教室に参加しました。このときA男の妻は、家族教室に参加

した感想として、「同じような家族が他にもたくさんいて、『自分たちだけではないんだ』
と思い、少しだけ目の前が明るくなりました」と涙ながらに語りました。

さらに A 男の妻と両親は、精神保健福祉センターの相談員から教えてもらった民間薬物依存更生施設 DARC の家族会にも参加するようになりました。そこでは、薬物依存症がどういった障害であるのかについて理解を深め、A 男の行動にどう対応すべきかについて、多くのことを学びました。

DARC 入所

DARC 家族会に通い始めて半年を経過した頃、妻と両親は A 男とこれからのことについて話し合う場を持つことになりました。家族会でのアドバイスにしたがって、妻は A 男に離婚したいと切り出し、両親も今後いっさい A 男の面倒はみないことを伝えました。と同時に、A 男に薬物依存症の治療を受けて欲しいと伝えました。A 男はいつになく神妙に妻の話を聞いていました。この日、2 人の離婚が決まりました。

29 歳になった A 男は、DARC に入所することを決意しました。けれども、入寮してまだ 3 ヶ月しか経っていない頃、A 男は「もう治った」といいはって施設を出てしまいました。A 男は退所した足でそのまま元妻のところに向かいましたが、施設から A 男退所の連絡を受けた元妻は、家族会の仲間に相談した結果、実家へ緊急避難することにしました。A 男は、2 日ほどかつての自宅の近くに潜んで、元妻が現れるのを待っていましたが、いつになっても現れないので諦めて、今度は自分の両親の家に向かいました。けれども、すでに家族会の仲間から A 男退所の情報を知らされていた両親は、A 男を家には上げないことに決めました。そのうえで父親は、近くの喫茶店で A 男と話し合い、「施設が回復したというまで、おまえとはいっさいのかかわりを持たない」という意向を伝えました。

家族のこうした対応の結果、A 男は行く場所を失い、しかたなく自分から DARC に戻ることにしました。その後、A 男は、回復のためのプログラムを再開し、1 年半の入寮

生活を経たのちに、DARC のスタッフの手伝いをするようになりました。

A 男が DARC のプログラムに励んでいるあいだにも、両親は月 1 回開催される DARC 家族会への参加をつづけました。そこでは、A 男の回復のためとはいえ、A 男とかかわらないでいることの辛さを支えてもらいながら、少しずつ本来の心の落ち着きを取り戻していきました。

家族関係の回復にむかって

A 男が入所して 2 年を経過したとき、A 男、両親、DARC スタッフで話し合う場を持ちました。そして施設の許可を得て、A 男は、家族の再構築を図るために 1 泊の予定で実家に帰りました。それ以後、A 男は、定期的に施設からの 1～2 泊の実家に外泊をくりかえし、何度も家族と今後について話し合う機会を持ちました。そうした話し合いのなかで、A 男は DARC のスタッフになることを決意しました。

現在、A 男は、リハビリ施設の回復者カウンセラーとして社会復帰をはたしています。A 男が DARC に入所してから 3 年の月日が流れています。一時は、A 男とかかわることから手を引いた両親でしたが、いまではかつての親子の関係を回復しつつあります。

第5章 Q & A

Q1: どのくらい使えば依存症になるのでしょうか?

A1: どのような薬物であれ、1回使ったらすぐに依存症になるというわけではありません。最初、人は偶然のなかで薬物と出会い、様々な理由からそれをくりかえし使うようになります。たとえば、日々の生活のなかで一息つくときに疲れを癒やしたり、嫌なことを忘れたりするために、あるいは、仕事に対する意欲やセックスの活力を高めて、本来よりも自分を「大きく」「強く」「優れている」ように見せるために、薬物を使います。若い人のなかには、「自分には友だちがたくさんいる」「みんなとうまくやれている」「好かれている、愛されている」「軽く見られていない」という感覚を保ちたくて、勧められた薬物を断らなかった人もいるかもしれません。とにかく最初のうちは、薬物は自分の不足を補ってくれる面があったのでしょう。

しかし、あるときふと気がつくと、薬物なしでは、以前よりも疲れて全身がだるく何も意欲がわかなくなっている自分、あるいは、薬物なしでは本来よりも「小さく」「弱く」「だめな」自分に気がつきます。正確に言えば、どこかでこうした事態に気がつきながらも、薬物依存者は、「まだ大丈夫」「その気になればいつでも止められる」と自分で自分をだましています。さらに、薬物のために周囲にたくさんの嘘をつき、大切な人との約束を破るようになり、生活は乱れ、人間関係は破綻していきます。もはやこの段階では、薬物が生活習慣に深く入り込み、薬物による心理的・社会的な問題が生じているのです。依存症とはこういった状態です。

それでは、1回くらいならば薬物を使っても問題ないといえるのでしょうか？ もちろん、そうではありません。全く薬物を使ったことのない人と1回使ったことがある人とは、次に薬物を使う可能性には雲泥の差があります。その差は、1回使ったことの

ある人と2回使ったことのある人とで同じ比較をした場合とは、とうてい比較にならないほどの圧倒的なものです。

最初の1回に手を出すことで、多くの方はそれまでと違う物の考え方・感じ方をするようになります。後に薬物依存症となった方のなかで、最初の1回るとき、「なんだ、たいしたことないじゃないか」「特に危なくもなさそうだ」「これくらいなら自分でコントロールできる」と感じたという人は意外に多いのです。こんな具合に事実を自分に都合良く歪めてとらえ、いわば「自分で自分をだます」のが、依存症者の特徴ですが、最初の1回の時点で、こうした特徴が早くも芽吹いていることが少なくないというのは、ぜひとも強調しておきたい点です。

Q2: 息子が薬物をやっていることを知りました。私たちの育て方が原因なのでしょう
か?

A2: あなたのこどもの育て方によくなかった部分もあったのですが、完璧な親はいませんし、この原因だけで子どもが薬物を乱用するわけではありません。むしろ親は一番身近で影響力のある援助者なのです。これからどうしていくのがよいのか、前向きに自分たちのこれまでの対応の仕方を総点検してみることが必要です。

ご家族が、「自分たちの育て方が悪かった」と自責すればするほど、ご本人の様々な要求にふりまわされてしまい、結果的に、ご本人の薬物使用を支えてしまうことが多いことを忘れないでください。

まずは、家族が精神保健福祉センターの薬物依存家族教室や家族の自助グループに参加して、薬物依存症に関する知識と理解を深め、これからの対応について学ぶことが大切です。

Q3：薬物を使用して暴れているが、どうしたらよいですか？ 入院させてもらえますか？ それとも、警察に連絡をした方がよいのでしょうか？

A3：まず、最寄りの保健所、もしくは各都道府県にある精神保健福祉センターに相談してみましょう。薬物乱用の影響がどのような程度であるかを見きわめることが大切です。それにまた、いきなり精神科病院に相談しても、病院によっては薬物がらみの患者と聞いただけで断られてしまうことがあるので、薬物関連問題に対応する病院（たとえば、アルコール依存症の治療経験が豊富な病院など）を知るためには、保健所や精神保健福祉センターに行くことが役立ちます。

もしも、幻覚や妄想のような精神病の症状があるのであれば、入院治療に導入することを考える必要があります。たんに急性中毒による精神病症状であれば、薬物使用を止めることにより数日で消失するのが普通ですが、なかには覚せい剤を止めて数日から数週を経過しているのに、精神病症状が消えないことがあります。この場合には、ご本人が治療を希望するか否かにかかわらず、入院治療とする必要があります。

また、その数は多くはないですが、ご本人が断薬（薬物を止めていくこと）したいという動機を固めているのであれば、精神病症状の有無にかかわらず治療への導入を行います。もちろん、興奮が激しく、周囲に危害をもたらすようなおそれがあれば、警察への連絡を躊躇すべきではありません。

Q4：警察に補導されたが、どうしたらいいのでしょうか？

A4：大抵、警察から家族に連絡が入り、「本人を迎えに来て、引き取ってくれ」といわれますが、その場合、警察の方と今後の対応についてよく話し合っておいて欲しいと思います。また、依存の程度を診断してもらうために、医療機関に受診するチャンスにする必要もあります。

子どもの年齢が高ければ、その年齢にふさわしい責任をとってもらうことも考えるべ

きでしょうが、親の立場にある者にとっては、なかなかその勇気が出にくいものです。子どもがかわいそうだという気持ちと、親の自分がそうさせてしまった責任があるのではないだろうかという自責の気持ちを持っていることが多いからです。それだけに、家族に対するカウンセリングを続けることが必要となってきます。

Q5: 子どもが薬物乱用仲間のところへ行ってしまうと、家に戻ってこない。帰ってきても夜遅くであり、注意すると怒鳴ったり暴力をふるったりして手がつけられない。なんとかして縁を切らせることはできないでしょうか？

A5: 薬物乱用時やその影響が強いときには、どんなに家族が親身になって対応しても反発することが多いものです。ご本人と落ち着いて話せそうなタイミングを見つけましょう。

その際には、相手を非難することはできるだけ避け、薬物乱用が身体によくないので心配している親の気持ちを素直に伝えることが大切です。また、興奮や暴力がひどいなどの理由により、そのままつづけば一緒に住めなくなってしまうような状況であれば、その旨をきちんと伝えることが必要です。ただし、こうした話をたんなる脅しのつもりでするのであれば、かえって暴力をさそうだけに終わるので、両親で話し合い、親としての気持ちをかためることが必要です。

Q6: 病院に相談しても、本人を連れてこなければ話にならない、といわれていて、どうにもなりません。

A6: 乱用者本人が自ら治療を受ける気になるためには、「底をつく」ことが必要なので、まず家族が、本人をうまく「底つき」に導く方法に習熟することが大切です。「このままではやっていけない。薬物を止めるしかない」と底をついたときにはじめて、薬物依存症のご本人が医療機関に登場するようになるのです。

ですから、最初のうち本人が病院に行こうとしなくとも、まずは家族自身が教育を受け、その対応の方法が変わることでご本人の変化（底つき）を生み、相談へとつながることが可能になります。どのようにすればご本人にこうした変化を生じさせることができるかを知るには、精神保健福祉センターの家族教室や家族の自助グループに参加し続ける必要があります。

Q7: 息子の身体がどんどん痩せていくが、このまま放っておいて大丈夫でしょうか？心配です。

A7: 「あなたの健康を大変心配している」と素直に伝えることが大切です。難しいことではしょうが、何よりも家族の愛情と一緒に伝えられることが望ましいのです。混乱したときには親の方もなかなか気持ちの整理がつけられないものですし、自信ももてません。まず家族自らが直接専門家に相談したり、自助グループに参加して、依存から回復するということがどういうことなのかをよく知り、回復（あなたの子どもではなく、あなた自信の回復です）の希望を持つことです。

Q8: 息子が仕事（勉強）もせずにぶらぶらと一日中薬物を使いながら過ごしている。でも、誰に相談したらいいか分かりません。

A8: 精神保健福祉センター、保健所、医療機関、警察などに相談窓口があります。ただ、医療機関の場合にはご本人が受診しなければ対応してくれないことが多いですし、警察の場合には、できれば逮捕などの司法的対応を避けたいという、親なればこそその気持ちから躊躇してしまうことでしょう。その意味では、まずは、精神保健福祉センターや保健所に相談してみることをおすすめします。

学生の場合には、学校に相談するという選択肢もないわけではありませんが、学校によっては「薬物使用」はただちに退学となってしまうこともあります。ですから、親と

しては、学校に相談するかどうかを決める前に、まずは子どもが通っている学校が薬物問題に対してどのように取り組んでいるかを知る必要があるでしょう。

いずれにしても、親としては焦らず見守る姿勢が大事です。

Q9: 薬物を乱用していた仲間がみんな捕まったが、私たちが引き取りを拒否したために、自分の子どもだけが少年院に行くことになって、恨まれています。間違った対応だったのでしょうか？

A9: 目先の情勢だけではどの判断がよかったのかどうかは分からないものです。自分の子の将来を長い目で見てやる必要があります。現実には少年院に行くことが必要だという判断がなされるには、長期の乱用・依存の歴史があったり、もしくはその他の犯罪を伴っている場合がほとんどなわけですから。

家庭裁判所の調査官との根気強い話し合いが重要です。

Q10: 「運転免許をとらせてくれたら薬物を止めるから、金をくれ!」というが、いうとおりにお金を出せば薬物を止めてくれるのでしょうか？

A10: 車の運転免許というのは、少年にとって数少ないアイデンティティのひとつです。免許をとって車を持つことが、多くの少年にとってはひとつの勲章であり、大人への登竜門ではありますが、金を渡すことの意味を両親がよく話し合い、協力して当たろうという態勢が重要です。

親が免許証取得のためのお金を出してやって、その後、薬物をぷつつり止めたという話はあまり聞いたことがありません。したがって、いうとおりにしても、その約束が守られるとは考えない方がよいでしょう。そのことをふまえたうえで、よく話し合ってみることです。

Q11: もう私自身が参ってしまいそうです。いっそのこと殺してしまいたい!と思うこともあります。どうしたらいいのでしょうか?

A11: 今は何よりも、そんな風にせっぱ詰まってしまった自分を救うことが必要です。そのためには、家族自らが自分たちの悩みを相談できる相手が必要です。家族の中だけで問題を抱え込み、家族が孤立してしまえば、ますますご本人の状態に一喜一憂してふりまわされ、状況は悪化するばかりです。同じような悩みを抱えている家族は、あなた方だけではありません。

Q12: 子どもの部屋から、薬物らしきものがゴロゴロ出てきて動転しています。どうしたらよいのでしょうか?

A12: 冷静になって、ご本人と今後のことを話し合しましょう。うろたえたり言い争ったりして、際限のないイタチごっこになってしまうことがないようにしてほしいと思います。子どもとしっかりと向き合う絶好のチャンスなのかもしれません。また、薬物らしきものの同定が必要になると思います。各都道府県の薬務課に相談することをお勧めします。

Q13: 「もうおまえを家に置いておくことはできない!」と叱ってみますが、子どもは逆ギレして怒鳴り散らし、薬物を買に行ってしまう。どうしたらよいのでしょうか?

A13: 脅かすことで薬物を止めさせようと考えているのであれば、それは無理なことです。ご本人の状態によっては逆効果になりますし、何度も何度もくりかえしているうちに、親のいうことは口先だけなんだと考えるようになります。

もしも本気で一緒に暮らせないと考えるならば、ご両親自らが家を出て行くことも考えなければならないかもしれません。そのようにしてご本人をひとりにして、自分自身のことをゆっくり考える時間を与えることも、本人を「底つき」に導くことがあります。

もちろん、別れて暮らさなくても、ご本人の尻ぬぐいをしないようにすることで、「底つき」に導くことができればよいのですが、そのためには、精神保健福祉センターでの相談と家族教室への参加を継続したり、家族の自助グループに参加することを通じて、対応に関する知識を習得し、家族が多少とも心の余裕を持てるようにするための努力が必要なのです。

Q14: 「あの子さえ薬物を止めてくれれば、この家もうまくいくのに……」と思ってしまいます。

A14: これまで子どものためと思って、なんとかして薬物を止めさせようと必死にやって来たのに、結果は、子どもはますます薬物にのめり込んでしまったのではないのでしょうか？ 親の思惑がことごとく裏目に出てしまったのは、なぜだったのでしょうか？

その理由のひとつには、親の対応方法に間違いがあったということがあげられると思います。子どもが自分の薬物乱用の結果として起こした様々な不祥事や不始末の尻ぬぐいをし、子どもが薬物を使わないようにと、転ばぬ先の杖を出したりすることはありませんでしたか？ そして、こうした間違った対応にどこかで気づいていながらも、子どもの薬物問題に振りまわされるあまり、自分たちの対応や生活を変える余裕が全くなかったのではないのでしょうか？

これからは、子どものことをじっと見守りながら、手を出しすぎることなく、自分たちの心に喜びを感じられるような生活を考えて欲しいと思います。そのためには、家族が悩みを抱えて孤立することなく、専門家や同じ問題を抱えた家族と相談することが必要となってきます。そのような努力のなかで、少しずつご本人は変化をしていくことが多いのです。

Q15: 子どもが薬物をやっているかどうかは、どのようにしたら分かりますか?

A15: 生活の乱れからはじまって、交遊関係、いろいろ神経症状など、学校や病院からの情報を集めれば、多くの場合は早い段階で気がつくことができると思います。しかし、そんなときに大切なことは、家族内のコミュニケーションを保ち、子どもとの親密な関係をなくさないことです。一方的にしかりとばすことはしないで、子どもの考えていることを素直に聞いてみることから始めましょう。

Q16: 本人の借金や近隣トラブルの後始末に追い回される毎日です。どうすれば問題行動を止められるのでしょうか? それから、本人の借金は、私たち家族が返済していかなければならないのでしょうか?

A16: 借金、それから暴力・暴言や虚言などといった様々な問題行動は、薬物依存症が引き起こす二次的な被害であることが多いと思います。事実、その多くは、薬物依存症からの回復にしたがって、少しずつ消失していくものです。

問題は、どうやってご本人にこの「依存症」という障害を自覚させ、その障害から回復するために行動を起こさせるかです。もっとも大切なことは、家族がこれまで知らず知らずに行っていたご本人の尻ぬぐいをやめることです。家族は、自分たちでも気づかないうちに、様々な尻ぬぐいをしているものです。これらの問題に気づくには、精神保健福祉センターで相談して専門家の立場からの意見を聞いたり、家族の自助グループに参加して、同じ問題を抱えながら、薬物依存症と闘ってきた他の家族の体験を聞いたりすることがとても参考になります。

なお、借金については、保証人になっていないかぎり、家族には返済の義務はありませんし、本人自身に対応させるようにすることで、ご本人が自分の「薬物依存症」という障害に気づくことにつながります。

Q17: 薬物を使うようになってから、本人はまるで別人のように性格が変わってしまいました。かつて優しい息子の面影は、いまはどこを探しても見あたらず、嘘つきでわがまま放題で、家族への気配りなどまったくなく、正直いって、我が子ながら怖いほどです。息子はもう完全におかしくなってしまうと、廃人になってしまったのでしょうか？

A17: 薬物依存症は、その進行に伴って、本来のその人らしさまで変えてしまいます。これは、依存症による二次的な症状であり、依存症に対する治療を受け、薬物を使わない日々を重ねることによって、少しずつ本来の自分らしさをとりもどしていくことが可能です。

Q18: 本人の薬物使用をなんとかしてやめさせようと、家族としてできるかぎりの努力をしてきました。本人が精神的なストレスを減らせばよいかと思い、本人が望むことはできるかぎり応えてあげたりもしました。けれども、本人にはいっこうに薬物を止める気配がありません。家族がどのようにかかわれば、本人は薬物を止めるようになるのでしょうか？

A18: かりに何らかの精神的ストレスから薬物に手を出したとしても、いったん薬物依存症になってしまうと、いくら原因となったストレスを取り除いても、薬物は止まりません。また、何とかご本人の薬物を止めさせようとして、必死になって説教したり、体罰を加えたり、本人とのあいだで取引や約束をしても、薬物依存症になってしまった以上、薬物はそう簡単に止まるものではありません。多くの場合は、家族がエネルギーを消耗して疲れ切ってしまうだけです。

大切なことは、こうした悩みを家族の中だけで抱え込まないことです。信頼できる専門家や同じ問題を抱えている家族の自助グループに参加して、第三者の視点から意見をもらいながら自分たちの行動を決めていくことが、ご本人の薬物依存症からの回復には非常に役立つのです。

Q19: 本人がたびたび家の中で暴れます。家具を壊したり、ときには私たちに手をあげることもあります。妄想や幻覚もあるらしく、部屋の中で夜通しひとりごとをしゃべっていたりもします。どうしたらよいか？

A19: ご本人の暴力に対して、家族が最優先してとらなければならない行動は、自分たちの安全確保です。たびたび暴力的な行動がくりかえされるようならば、前もって避難先を確保しておいたり、緊急時にすぐに対応してもらえるようにあらかじめ警察に事情を話しておいたりするなど、事前の対処法を考えておく必要があります。こうした行動はいずれも薬物依存症にもとづく行動であり、治療によって改善するものですが、ご本人に治療を受けるように勧めるのは、ご本人が興奮しているときでは意味がありません。そうした話は、ご本人が落ち着いた状態のときに、冷静かつ穏やかにするべきです。

家族に危害が加えられたとき、あるいはその危険が高まったときには、とにかくその場から逃げてください。そのうえで警察に支援を要請しましょう。警察官が到着し、精神状態が異常であると判断した場合には、保健所を通じて緊急に精神科医療につなげてくれ、強制的に入院治療となることもあります。こうした手続きをスムーズに進めるためには、日頃から警察に状況を説明しておくといよいでしょう。

ただし、強制的な入院治療に導入されたとしても、ここではあくまでも薬物による中毒性精神病の治療をするだけであるということを忘れてはいけません。やはり根本の問題は薬物依存症であり、この治療は強制的に行うことはできないのです。

ご本人が自分の意志で薬物依存症の治療を受ける気持ちにさせるには、家族が精神保健福祉センターや家族の自助グループでの継続的な相談を行っていくことが役立ちます。

Q20: 本人が違法薬物を使っていたことが分かり、警察に通報したところ逮捕されてしまいました。本人に恨まれているかと思うと、出所した後また本人が帰ってくるのが怖いです。

A20: 家族の通報でご本人が刑事処分を受けることは、家族にとっても辛く苦しいことです。たしかに、ご本人がまだ自分の薬物依存症に向き合えていない段階では、出所後に、家族を責めつづけ、家族に対する「恨み」を理由に薬物を使いつづける場合もないわけではありません。しかし、忘れないでください。ご本人は何を置いてもまず薬物を使いたいのであって、そのためには理由になりそうなものには何でもしがみつくものです。

実際には、ダルクなどの施設で回復した薬物依存症者本人たちの体験談を聞いていると、刑務所に入ったことが薬物を止めるためのターニングポイントになったケースや、家族への「恨み」がむしろ生きるバネになったというケースも少なくないことに気がつきます。たとえ、一時的には家族に対する「恨み」の感情にとらわれていても、薬物が止まり正常な考え方が出来るようになると、通報した親の苦しみに気づけるようになり、薬物を止めるきっかけをつくってくれた家族に対して「感謝」の気持ちを持ちたりするようになることも少なくないのです。

通報してしまったということに対する罪悪感で、家族が自分を責めるのはもう止めましょう。それよりも、逮捕をきっかけにご本人を治療の場に結びつけるために、今自分に何ができるかを考えてください。忘れてはならないのは、逮捕されたり刑務所に入ったりすることは、本人がいままで目を背けていた自分の問題を自覚するきっかけにはなりますが、決してただそれだけで依存症から回復するわけではないということです。何年ものあいだ刑務所の中にいて、その間は薬物を使っていなくても、それは本当の意味で「止めていた」とはいえないのです。本人にとっての「本番」は、社会に戻ってきてからなのです。