

学生相談室だより No.34

東京富士大学・大学院／東京富士大学短期大学部
学生相談室カウンセラー 松田美登子

「学生相談室だより」では、現代の若者に多い問題や悩みをテーマとして取り上げ、わかりやすくお伝えしています。ぜひ、自分の問題解決やこころの発達に役立てていただきたいと思います。

ギャンブル障害(パチ・スロ依存症)

「今日は運がいいからギャンブルをすると勝つかも」、「ここで止めたら損する」と何かにつけてパチンコやスロットのことを考えてしまう。「パチンコ通いを止めたいのに、体が、脳が求めてしまう!」。そんな経験はありませんか? それは、「**依存症**」という病気かも知れません。アメリカの精神医学会作成の診断マニュアルでは、2014年度よりパチンコ依存症をギャンブル障害と呼んでいます(DSM-5, 2014)。この病気の特徴は、ギャンブルでの興奮を得たいがために金額を増やす(**耐性**)、ギャンブルを止めると落ち着かなくなる(**離脱症状**)といった物質依存の特徴と一致する点も多いのです。しかし、アルコール依存症や薬物依存症のように、身体に直接的に障害を与えるわけではありません。そのため、問題意識に乏しく、治療ルートに乗りにくいことが依存を強めるのです。むしろ、問題として浮上するのは金銭トラブルです。日本のパチンコ等のギャンブルは、小額の遊びとの気持ちからギャンブル障害に移行する危険性が多いと考えられています。

ギャンブル障害のチェックリスト (DSM-5 を修正)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ギャンブルにとらわれている。 | <input type="checkbox"/> 負けると取り返そうとする。 |
| <input type="checkbox"/> 興奮を得たいがために、次第にかけ金の額を増やす。 | <input type="checkbox"/> ギャンブルしたことを隠すために、家族などに嘘をつく。 |
| <input type="checkbox"/> ギャンブルをすることを減らす、やめる努力を何度もしたが、成功しなかった。 | <input type="checkbox"/> ギャンブルの資金を得るために、法律に触れるようなことをしたことがある。 |
| <input type="checkbox"/> ギャンブルをしていないと落ち着かずイライラする。 | <input type="checkbox"/> ギャンブルのために、重要な人間関係、職業上の機会を失ったことがある。 |
| <input type="checkbox"/> 問題からの逃避や不快な気分を解消する手段としてギャンブルをする。 | <input type="checkbox"/> 借金をしてギャンブルをする。経済的な問題を人に解決してもらったことがある。 |

◎ 5つ以上チェックがつくと危険です。

イネイブラー(enabler)*

依存症や問題行動を陰で助長する身近な人のこと。イネイブラーと当事者との関係は共依存の状態にあります。

enable とは、「～できるようにする」という動詞ですが、対象がアルコール依存などの問題行動を「できるようにする」役割を背負っていることから、このように呼ばれるようになりました。



ギャンブル障害の治療

本人が治療を希望することは少ないとされています。なぜなら、多くは依存症の自覚がなく、問題性を感じるのは家族の方です。家族は、ギャンブル障害を「病気」と考えず、「根性」「意志」の問題として捉える人が多いとされています。本人に説教して、「今後一切ギャンブルをしない」と約束をさせて借金を立て替えるケースも珍しくありません。しかし、本人は止めるどころか、さらにギャンブルにのめり込んでいきます。これが依存症です。むしろ、返済してもらうことで消費者金融の限度額が増すために、新たな借金ができると考えている者もいます。このような場合、家族は**イネイブラー(enabler)***の役割をしている可能性があります。そのため、家族がギャンブル障害について学習し、よく理解するなどの心理教育が必要になります。

薬物治療はほとんど効果がありません。治療は家族への心理教育、ギャンブル障害を持つ者同士が集う自助グループへの参加、社会的リソース(弁護士やクレジットカウンセリング)など、心理臨床の枠を超えた実践や現実と向かい合う姿勢が求められています。ギャンブル障害は、「**生き方の病**」とも言われています。自分のより良い生き方を求める回復の作業がたいへん重要とされます。自助グループによって、お互いの体験を話し合い、励まし合いながら精神的成長を目指す方法が治療効果をあげています。

ギャンブル障害は、治療としてはかなり難しく長期に渡ります。そのため、予備軍と思われる人は十分気をつけてください。もっと、詳しく知りたい方は、学生相談室にいらして下さい。

裏面もお読みください