

依存症治療の新しい流れ（2）

これからの依存症治療

動機づけ面接法やCRA(Community Reinforcement Approachコミュニティ強化アプローチ)、CRAFT(Community Reinforcement And Family trainingコミュニティ強化と家族訓練)の登場によって、これまでの依存症治療の限界を突破できるようになりました。コミュニティ強化は、当事者と関係のある人が関わり方を変えていく手法です。治療者もその重要な関係者の一部です。CRAFTが問題提起していることをいくつか挙げます。

①CRAFTの考え方の一つに『いくら正しい方法でも、相手に合わなければそれは正しいとは言わない』があります。目の前にいる家族に実行可能な方法を提示し、小さな成功体験を積み重ね、そのことで徐々に家族は自信とやる気を取り戻し、やがて最初に望んでいた目標(当事者の受診)に到達することができるという考え方です。治療者は目の前にいる家族に実行可能な行動を提案できなければなりません。助言を実行できなかったのは家族のせいではなく、治療者の未熟であると考えます。

これまで私たちがやってきた依存症治療はどうだったでしょうか。「飲酒問題発生＝断酒」という方程式を押し付けてこなかったでしょうか？「強制や叱責や非難がない関係性の中で初めて患者の素直な気持ちは姿を現します。問題を感じていない患者はいないのではないのでしょうか。自分は正直なところどうしたいのか、どうありたいのか、どうなっていきたいのかというシンプルでストレートな願いが浮上してくるような面接を行うことが治療者には求められています。その願いから逆算して、その患者にはどのような進み方が必要なのかを見出していくのが適切な順序なのではないのでしょうか。

②一体治療者は何をする者なのか、何を提供する立場にあるのかという問いは重要です。「治療者＝治す人、患者＝治してもらう人」という関係図は依存症治療にはそぐいません。であるならば、治療者は一体何をする者なのでしょうか？さらに、治療とは何なのでしょう？治療者の仕事とは“相手を理解しようとする事、依存症を深く理解しようとする事”に尽きます。経験や知識で

作り上げた自分の判断・評価基準をいったん棚上げして、相手に向き合い、相手を理解しようとする事から治療関係を構築していき、その後経験と知識を総動員して問題に対処する場面がやってくる、という順序が大切です。その意味で、治療者とは第一義に「理解しようとする者」ではないでしょうか。依存症の回復は理解されようとするところから始まります。

③疾病モデルで対応することは治療の入り口をかなり狭いものにしてしまいます。多様性に対応するには患者に合った治療ルートを見つけることが必要です。そのためには患者が何に一番今困っているのかからスタートするアプローチが有効です。困っていることを解決するにはどのような行動修正が必要かを見出す、行動修正に取り掛かり、それを継続するためには患者のどの動機を強化すればよいのかを探るという行き方です。治療者の仕事は患者の動機をどう強化するかであり、患者に動機がないと責めたり裁くことではありません。問題解決の過程で最も本質的な部分(それが依存行動ということになるでしょう)にたどり着いた時に、その問題に向き合っていくという手法(問題解決モデル)が多様性に対応できるやり方ではなでしょうか。

④『自分で選択する』ことを重視するやりかたはどうでしょうか。「あなたにやれそうなことは何ですか？」はCRAFTでは家族に必ず行う質問です。CRAFTを活用するときには、これがだめならあれはどうかと、選択肢をいくらでも提案することが求められます。家族はこれならやれそうだという自信めいたものを発見し、やってみよう決心していきます。この過程が重要です。「それはイネープリングです。それを続けるほど問題は解決しないし、それどころか深刻になるだけです。イネープリングは止めましょう」というだけの進め方はあまりに乱暴であり、家族や当事者の立場に立ったものではありません。「説明されただけでは行動を修整できない」ということを治療者自身が知ることが大事です。その上で、「どんなことならできそうですか？」と聞いて、できそうなことを一緒に見出していきます。治療者にとっての「正解」を押し付けることが治療ではありません。患者に対してもこのやり方は有効です。

1月13日(土)AM10時～勉強会B(意見交換会) / 新館1階ミーティング・ルーム

1月27日(土)AM10時～勉強会A(講義と練習) / 依存症研究所研修ホール