

8月 依存症家族勉強会のお知らせ

ブルース・アレグサンダーの物語

「ラット・パーク実験」についての連載の最後はブルース・アレグサンダー博士の物語です。生まれて初めてブルースが受けたアディクションのレッスンは「バットマン」というマンガを通してでした。そのマンガの中でジャンキー（麻薬常習者のこと）がひどく殴られている場面をバットマンが物陰から見ているだけで助けに行かないことにブルースは疑問を感じ、「どうしてバットマンは助けてあげないの？」と軍隊の訓練将校だった父に質問します。そのとき父は「誰もジャンキーを助ける者はいない。なぜなら彼らは生きるに値しないものだからだ」と答えました。ブルースはその答えを信じます。成人し、心理学の若い教授になったブルースはカナダの都会の繁華街でバットマンのアニメで見たのと同じ光景を目撃することになります。当時の最大の社会現象はベトナム戦争とヘロイン依存の問題で、ブルースもこれに関心を持ちます。ベトナムに行ったことのないブルースは繁華街に行き、そこにいる「ジャンキー」たちにインタビューするようになります。また、当時ブルースが習得していた家族療法を彼らに提供しようと試みます。その時にサンタクロースの服装で仕事をしていた薬物依存症の23歳の青年に出会います。ブルースはずっと薬物依存症者は自分を振り返る能力のない人間だと教えられ、そう信じていました。ところが、目の前にいる23歳の青年は人間味のある、人を笑わせることが大好きな青年でした。薬物依存の問題を抱えている人々と知り合う中で、かつて自分が信じていたことが全く事実ではないことに気づきます。そこからブルースのアディクションの原因についての探求の旅が始まりました。

当時、薬物依存症は「依存性薬物とその人の脳をハイジャックして、その薬理作用によって奴隷状態に陥り、抜け出すことは不可能だ」という見方が支配的でした。特にヘロインの離脱症状の苦痛は死ぬほどつらくて、そこから抜け出すことは不可能だとも言われていました。ところが、ブルースが繁華街で出会うヘロイン常用者たちの生の話はその見方と大きく乖離していました。「ハイジャック・奴隷」理論の根拠は当時さかんに行われていた動物実験でした。そこでブルースが考えたのが先月話題にした「ラット・パーク実験」です（下の写真）。

これらの実験を通してブルースは次のような理論が正しいのではないかと考え始めました。“アディクションは病気ではない、一種の適応行動である”。依存症になるのは依存性薬物が原因ではなく、ラットパーク実験で明らかになった「孤独なラットのゲージ」こそが原因である”。57日間かけてモルヒネの依存状態にしたラットをラットパークに入れると、短い離脱症状の後、ラットはモルヒネ摂取にもどることなく、ほかのラットたちと元気な活動をしようとするようになるというデータでこれを実証しました。



ベトナム戦争が終結したときにアメリカ社会が一体どうなるのが当時真剣に議論されていました。“ベトナムではガムを噛むようにヘロインを使う”と言われ、20%の兵士がヘロイン依存だというデータも発表されていました。戦争後、実際に何が起きたかと言うと、ヘロイン依存の兵士たちの95%は1年以内にヘロインを止めていました。しかも、ほとんど治療をうけることもなく。依存状態が継続するのは子ども時代にひどいトラウマ体験をした人か、戦争に行く前から依存症に陥っていた人達だったということも明らかになりました。これらの事実から、アディクションの真実の姿は何なのだろうとブルースは考えました。

ラット・パークのように安全で居心地の良い環境や健康的なつながりがあり、楽しいことがある、そんな環境ではアディクションは必要なくなる。逆に1匹だけ入れられたラットのゲージのように孤独で、無力で、目的のない環境ではアディクションが適応行動として必要になるのだと考え、ブルースはアディクションのキーワードは「意味から見放されること」だと主張します。人類が誕生し、狩猟生活と集団生活をするようになった時に、生き延びるために最も必要なことは「つながり」でした。一人でいることはサバンナでは死を意味しました。人が生きていくために根源的に必要とするものはこの「つながり」に他なりません。人は慢性的な孤独に陥ると何らかの安心感を求めます。人生に意味や楽しみを見いだせない環境でも人はなんとか生き延びようとします。物理的に耐えられないような現実が続くと、人は心理的になんとかそこから抜け出せないと考え始めます。ブルースが出会ったヘロインとコカイン依存の男性はこう言いました、「アディクションは孤独の病気だ」。ブルースの友人である



ピーター・コーエン博士はアディクションという用語を止めて“つながりbonding”という言葉でこの問題を見ていこうと提案しています。CRAFTが生まれた同時代にこうした研究者がいたのです。

（Johann Hari “CHASING THE SCREAM”を参考にしました。HariさんのスピーチはYouTubeでTEDを検索すると見ることができます。一見の価値があります。ぜひご覧ください。）

8月11日(土)勉強会Bは祝日のためお休みします。9月8日も学会のためお休みします。

8月25日(土)AM10時～勉強会A(講義と練習)/依存症研究所研修ホール