

9月

## 依存症家族勉強会のお知らせ

2014～2016年に厚労省の研究班で行った研究が1冊の本にまとまりました。出版したてのほやほやです。この中で家族支援の分野を担当しましたので、家族支援についての考え方のエッセンスを紹介します。

厚生労働科学研究費補助金  
障害者対策総合研究事業（障害者政策総合研究事業（精神障害分野））  
アルコール依存症に対する総合的な医療の提供に関する研究

New Diagnostic and Treatment Guidelines for Alcohol and Drug Use Disorders

## 新アルコール・ 薬物使用障害の 診断治療ガイドライン

監修 新アルコール・薬物使用障害の診断治療ガイドライン作成委員会  
編集 樋口 進（日本アルコール関連問題学会 理事長）  
齋藤利和（日本アルコール・アディクション医学会 理事長）  
湯本洋介（独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター）

**待望の新版**

**アルコール・薬物使用障害治療はこの1冊！**

日常診療でよくみられる症例から抱えやすい問題を伴う症例まで。より具体的で、わかりやすい解説付き

新 興 学 出版 社

## 家族への対応について

## 1、家族への対応の目的

「家族支援は本人支援、本人支援は家族支援」と言われるように、アルコール依存症を含む飲酒問題を抱える本人の家族への対応は極めて重要である。その目的は、家族への支援が適切に行われることによって、①本人が治療につながり回復する、②本人の問題行動が軽減する、③家族自身が健康を取り戻す、の3点を達成することである。家族は本人の回復のための最も重要な資源であり、家族自身も健康になる必要があるという認識が大切である。

## 2、家族への対応に求められる業務

具体的な業務としては①初回面接、②継続的なサポート、③アルコール依存症の理解を深め、効果的な対応法を学び、身につける機会の提供があげられる。

初回面接では家族の苦勞を受け止め、問題解決の希望があることを明確に伝える事がまず重要である。家族が相談に訪れたことで問題解決へ向けて動き出していることを説明し、本人が受診しなければどうしようもないという誤った悲観論を語ってはならない。どの治療も同様であるが、初回面接がその後の経過を決定づける。家族相談を決してなおざりにせず、担当医が丁寧に行うことが望ましい。問題の全貌を聴取すると同時に、苦しい思いを持ち続けてきた家族の心情を吐露できる場所になるべきである。家族がこれまでやってきた対応の間違いを指摘するだけではなく、いざさらば罪悪感と自責を増幅するだけで、本人や家族の回復にはつながらない。初回面接の後、3つの目的を達成するために家族相談を継続していくが、そのためには家族の問題解決への動機が強化されることが不可欠である。支援の焦点はアルコール依存症の理解と効果的な対応の課題に移っていくが、事態がすぐには好転しなくても、家族をサポートし続けていくことが重要である。家族向けの勉強会や家族会を定期的に開催していくことも大切である。

## 3、家族への対応に必要な技術

本人との対応を効果的に行うための考え方とスキルを家族に提供するためのツールとしてCRAFT（コミュニティ強化と家族トレーニング）を推奨する。従来の家族支援では「相手を変えようとしないうこと」「イネイプリングを止めること」などが家族に提案されてきたが、「～しない」という提案ばかりで、家族がどうすればよいのかについての具体的なアイデアに乏しかった。CRAFTではこれまで家族がやってきたがうまくいかなかった方法に代わる効果的な方法を提案する。家族はこの問題についての正しい考え方と効果的な対応法を学んでいくが、CRAFTで重要視しているのは練習と実践を繰り返しながら家族がスキルを習得していくところまで援助することである。従来の技法よりも治療導入率が高く（従来型が10%～30%に対し、CRAFTは60%以上）、家族のメンタル面の改善効果が非常に高いことが報告されている。CRAFTは①家族の動機づけ、②問題行動の機能分析、③暴力への対応、④効果的なコミュニケーション、⑤望ましい行動の強化、⑥望ましくない行動を強化しない、⑦家族自身が楽になる、⑧患者に治療を提案するの8つのメニューで構成されている。④～⑧の具体的なスキルの習得を通して、相手との関係性を修正していくことで相手の行動に変化を生む。今日から始められることを発見し、練習し、実践する、やってみて問題があれば修正する、これを繰り返すことで家族は着実に力をつけていく。家族支援のみならず本人への治療・援助にも効果的な考え方とスキルが多く含まれており、治療者のスキルアップにも非常に役立つ。

## 4、家族への対応の留意点

家族は様々であり、一律の対応ではうまくいかない。多様性に対応していかなければならないが、基本的な心構えは「丁寧に、親身に対応すること」に尽きる。家族は本人の回復には不可欠で重要な存在であるという位置づけがぶれないように注意し、今日の前にいる家族に合った考えやスキルを提供することに留意する。

9月 8日(土)勉強会Bは学会のためお休みします

9月22日(土)AM10時～勉強会A(講義と練習)/依存症研究所研修ホール