

アルコール依存症

偏見を なくすために

アルコール依存症を生んだもの／
偏見の特徴と現実／偏見の解消には／具体的な活動



社団法人 全日本断酒連盟

はじめに

断酒会はアルコール依存症に対する社会的偏見の解消を目指しています。それは、偏見が当事者の早期治療と回復を妨げる大きな原因になっているからです。断酒会が、立派に回復した当事者による社会に貢献する組織（ボランティア団体）として広く社会に認知されることが偏見解消への第一歩であると思います。

アルコール依存症を生んだもの

アルコール依存症は、飲酒が常習化し、その飲酒量の増大とともに精神依存へと進行し、最後は身体的依存にまで到達してしまうとされています。元をたせば、常習飲酒とその習慣を生んだ個人の生活環境（家庭・学校・職場等）によって育まれた生き方がアルコール依存症の病根を生んだと言ってもよいでしょう。この病根は、「こうでなければならない」という、「こだわり」の価値観を持つところにあり、この価値観と現実とのギャップが孤立感を伴って、“生きづらさ”という閉塞感をもたらします。

得体のしれない風船に閉じ込められているようなもので、アルコールの酔いだけが一時的にこの風船から解放してくれるようになるのです。このように考えてくると、社会一般の持つアルコール依存症者のイメージとは異なったものであることが分かります。社会一般のイメージは一部の酒害者のアルコール依存症になってからの行動や外見から生まれているものなのです。ここからアルコール依存症者というグループ全体に対する偏見が生まれます。



偏見の特徴と現実

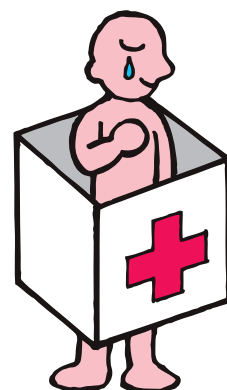
このようにして一度生まれた偏見は、アルコール依存症に限らず、一朝一夕に解消されるものではないことは幾多の事例からも明らかです。偏見が厄介なことは、その対象となるグループを“ひとくくり”にしたがり、しかも排斥する傾向が強いことです。その方が、社会的現象を理解するうえで便利であるし、都合がよいことが多いからです。さらに問題なのは、そのグループの個人の行為をグループ全体の性格として実証する材料にしてしまうことです。

ある依存症者が飲酒運転で交通事故を起こすと、「やっぱり、アル中はいかん」となり、アルコール依存者から回復している人までが、同じグループとして危険視されかねません。この傾向は社会一般だけではなく、時としてはアルコール依存症治療ないし支援の立場にある医療関係者や地域行政の担当部門にまで根深く及んでいる場合も見受けられます。



偏見の解消には

断酒会は社会に対して酒害の啓発を行うとともに、酒害者本人・家族の社会的回復を支援しなければなりません。この社会的回復に立ちはだかる大きな壁の一つがアルコール依存症と依存症者に対する偏見です。この偏見は社会という外的偏見と、社会的偏見により二次的に発生した本人・家族の中にある「自分は違う、うちの人にかぎって」という内的偏見があります。普通の病気ではありえないことです。これらがあるために、本人・家族自身の否認が解けず回復を遅らせるもとになっているのです。偏見の解消には、社会に対する活動が必要であることは言うまでもありませんが、その前に依存症者・家族自身が本当の回復を果たさなければなりません。



◎本人・家族の回復と内的偏見の解消

アルコール依存症からの回復は2段階に分けられます。いわゆる第一の否認の解除と第二の否認の解除です。第一の否認の解除は本人自身・家族が依存症であることを名実ともに認め断酒継

続を実現することです。しかし、断酒を実現しても、なお、飲酒の根本原因となった「生きづらさ」を解消できていない場合があります。「酒さえやめていれば十分だろう。」「酒さえ飲まないでいてくれたら」という考えです。これが第二の否認です。「生きづらさ」を抱えたまま生きていますから、そのモノの考え方・生活態度は断酒以前の状態とあまり変わりません。いつ病気が再発してもおかしくないのです。以前の偏った自己中心的な（こだわりの）価値観のままなのです。社会の中で共生しているという意識が薄く、社会生活に必要な謙虚さに欠けているのです。

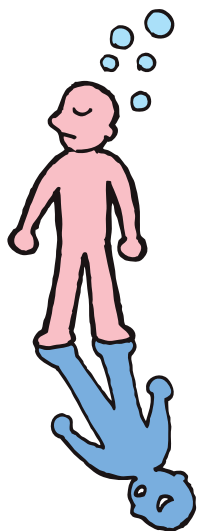
しかも、自分自身の中にある内的偏見すら解消できていないことがあります。

実は、10年いやそれ以上断酒していても、この第二の否認を持ち続けている人がいます。この病気の回復が難しいとされる所以です。自分の中にある第二の否認と内的偏見の解除をしなければ、社会貢献をするボランティア組織の一員として、社会に偏見解消を訴えることもできません。



●社会的偏見の解消

偏見の解消は、偏見を持たれているグループから働きかけなければ始まりません。アルコール依存症からの回復者の実態を知ってもらい、ボランティア団体としての社会性価値を広く認識してもらわねばなりません。方法は、社会との接触とマスコミの活用です。



① 社会との接触

社会との接触のキーワードは「共通性」です。偏見は心理的・感情的なものですから、知識や論理に訴えても効果は上がりません。共感をよぶことが偏見の解消に繋がります。

- 偏見と一致しない良い面を伝える。真実、真情、反省、希望のある体験談
- 個人として一般市民との共通点に着目する（共感を求める）
- 定期的、継続的に重ねる

断酒会側から機会を設けることはもちろん、一般社会の定期的・制度的に開かれる集会に積極的に参加することなど、接触の機会を出来るだけ重ねる。制度的な集会の例は学校教育の場です。親の偏見を引きずらないよう次の世代との接触は特に重要です。

● 双方向のコミュニケーション

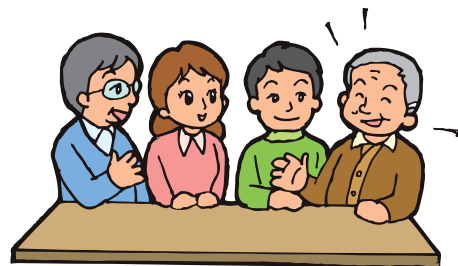
一方通行の体験談や講演ではなく、共通性に基づいたテーマについて、対等な立場で相互に意見や質問、感想を交換することで理解を深めます。

● 人材の育成

接触にあたっては、アルコール依存症の説明や当事者と一般人の「違い」についての理解を求めるような話では共感を得るのは難しい。逆に当事者と一般人との類似性や共通性を感じられるような人間物語が効果的でしょう。しかし、このような体験談を語るには、十分な回復と学習によるスキルが求められます。

② マスコミの活用

- 社会、生活、医療部門の取材には、目的を確認のうえ積極的に応じましょう。😊
- 先入観の入った記事を想定した取材には現実を説明して修正を求めましょう。🤖
- 例会、イベント等に参加を求め、写真・ビデオ撮影にも便宜を図りましょう。😊
- 興味本位の取材には協力しないように気をつけましょう。🤖
- 大きな、あるいは画期的なイベントに招待しましょう。😊



具体的な活動

活動にあたっては、①地域社会への積極参加と自主活動の公開、②提案と対話、③広報と情報収集、を心がけましょう。

出版物の刊行

断酒会の実態をわかりやすく語りかけるには出版物が一番です。しかし、読んでもらわなければ意味がありません。できるだけ多くの場に配布することはもちろんですが、定期的・継続的な接触の場での補助資料として活用することが大切です。

● **学校教育** 小学生から大学生まで、教育現場の実情と生徒の生育段階に合わせた編集が必要

● **一般対象**

全体対象だけでなく、必要に応じて、職域・地域組織というように臨機応変に特化する工夫も必要でしょう。

● **社会的テーマを利用**

飲酒運転問題や自殺予防対策など、アルコール依存症に絡んだ社会的なテーマに関わる活動を行う時は社会との接点を持つうえで絶好の機会となります。社会問題に断酒会はどう対処するのかを伝えることが必要です。



断酒例会の公開

断酒会が行う定期的・継続的な接触の場としては、これ以上のものではありません。とはいえ、初めて一般の人たちが参加するには抵抗があるでしょう。参加しやすいような工夫とさまざまな機会や場を利用して積極的な呼びかけを行うことが求められます。

● **地域社会との交流**

地域社会の定期的集会やイベント等へ多くの会員が参加するよう断酒例会で伝えましょう。地域の輪を広げましょう。

市民セミナー

● **市民と共通のテーマ設定、市民も関心を持つ講演・講師**

アルコール依存症の説明や回復の話は内向きな内容になりがちです。一般参加者の失望を誘います。アルコール依存症と関係のある社会的なテーマ、今日的な話題を取り上げ、わかりやすい内容にしましょう。

医療・行政との連携

● **情報交換会、意見交換会**

医療関係者、地域行政担当者ですら、アルコール依存症者に対する理解が欠けていると言われています。裏を返せばアルコール依存症者に関わりたくない、あるいは関わりたくないと思わせた経験があるからです。これが、そのまま偏見に繋がっているのです。しかし、定期的な会合を重ねれば、一般社会よりもはるかに理解を得られやすく、また、社会への伝播・影響力という点からも重要な対象でしょう。

キャンペーン

● **一般参加PR**

社会的なテーマを掲げてのキャンペーンは一般社会との接点としても大切なイベントです。社会貢献するボランティア組織として、一般に訴えるだけでなく、ボランティア活動に加わってもらいましょう。参加しやすいよう、参加したくなるようなPRと工夫が求められます。



マスコミへの取材依頼

市民セミナーや全国大会・ブロック大会・キャンペーンには積極的に取材を求めましょう。また、取材対象となるようなテーマとプログラムを工夫しましょう。

社団法人 **全日本断酒連盟**

〒101-0032 東京都千代田区岩本町 3-2-2
(TEL) 03-3863-1600・(FAX) 03-3863-1691

<http://www.dansyu-renmei.or.jp>

2010年初版発行
頒価 10円