

女性アルコールグループの成長への支援

～生きづらさに焦点を当てた支援経過からの学び～

平成22年11月12日 富山
第38回日本精神科病院協会学術集会

医療法人社団 五稜会病院
○石川祐子・小林祥子・八木こずえ・中島公博

はじめに

- 当院では女性の依存症患者を対象としたグループを11年間継続している。
- メリットがある反面、6年経過後には目的が不明確になるなどの停滞感や行き詰まりが生じたため、グループ運営方法に意図的な変更を行った。
- その結果、グループメンバーに対人関係能力、共感性の向上が見られるなど自助グループとしての成長が見られ、参加者数が増加したため、経過を報告する。

当院概要

<五稜会病院>
札幌市郊外の住宅街に位置する
単科精神科病院
診療科目: 精神科・心療内科・内科・
消化器科



病床数: 193床
(急性期病棟38床・ストレスケア思春期病棟48床・
療養病棟A54床・療養病棟B53床)

アルコールグループの紹介

集団精神療法	週1回 75分	体験談を聞き、語る体験を通じて自己洞察を深める目的 男女混合
アルコール勉強会	週1回 60分	資料やビデオ教材を用い疾患教育、知識習得を行う学習会 男女混合
アルコール女性ミーティング	週1回 60分	資料を中心に各自の体験を交えて意見交換、自己洞察を行う目的 女性のみ

アルコール女性ミーティングの紹介

アルコール治療プログラムに参加する女性メンバー達から、「男性がいると発言しづらい」「女性に特有の問題について理解されづらい」との意見が聞かれたため、平成11年より女性のみを対象としたグループを開始し、現在まで継続している。

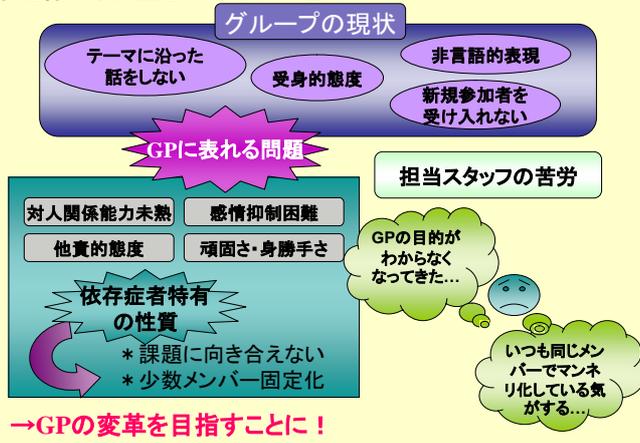
【グループ構成】

- 対象: 当院外来・入院中のアルコール依存症もしくはその他の依存症と診断された女性患者
- 参加者: 30代～60代女性 10名前後
- 頻度: 毎週1回 60分 オープングループ

【運営方法】

- 「依存症をテーマとした話をする」「他者批判はしない」「パスができる」等のルールの下、輪番制ではなく自由に発言する形式
- PSWが用意した資料やメンバー自身の体験談を基に意見交換を行う

行き詰まりに至るまでのプロセス



グループニーズ確認: 新たな課題の発見

スタッフの気づき① **メンバーが共通して抱える課題が見えてくる**

- 責められる体験→自身と向き合うため**肯定され受け入れられる経験が必要**
- 家族との関係破壊→飲酒行動が与えた影響と向き合える**準備状態をつくる**
- 対人関係の困難さ→**他者と健康的な距離や関係性を結ぶスキル獲得必要**
- 役割葛藤(母、妻、娘、嫁等、多様な役割を持つ)
- 女性同士だから**理解し合えるライフイベントや想いを表現、葛藤を解消する**

スタッフの気づき② **ニーズのズレを発見**

スタッフの捉え	* 断酒の動機付け * 自己洞察 * 知識習得 * アルコールをメインテーマに
メンバーの捉え	* 孤独感の解消 * 仲間との連帯感 * 安心できる場所 * 気持ちを吐き出せる場所

→支えあう場としての機能が重要であることがわかる
飲酒行動によって生じた“生きづらさ”に焦点を当てたグループへ

変更:生きづらさに焦点を当てたグループ

話しやすい雰囲気作り * 緊張感を和らげる導入工夫 * 近況報告、嬉しかったこと等を報告してもらう	対人関係や自己理解に焦点化 * 対人コミュニケーション資料 * 回復プロセスの資料 →回復段階を客観的に認識
司会の積極的なフィードバック * メンバーの感情(非言語)を言語化して表現する。 * アサーティブな表現のお手本となるように心がける。	個別アセスメントの充実化 * 個別アセスメントで個人課題、回復段階を認識。 * 個々の回復に応じてGPで担う役割を引き出す工夫を行う

結果 ⇨ **共感性、言語化能力、対人関係能力の向上**

結果①新メンバーA氏の受け入れ場面から

- ・A氏: 強固な依存症否認、GP参加への抵抗感強い。
- ・感情コントロールや家族との関係が課題であるが認識が薄い。
- ・開始時よりグループメンバーへの拒否感、攻撃性を表現。

メンバーの反応

A氏退室後「まだ認めたくない時期なんだね」「見守ってあげよう」「よく最後までいたね」という受容的な反応あり。

→A氏の表面的な態度に振り回されず、A氏の回復段階、背景を汲み取り受容的に接することができていた。

【2回目以降の経過】A氏はつらさを表出、自己洞察ができるようになる

- ・酷い態度にも関わらずメンバーに受け入れてもらえたことに感謝。
- ・他メンバーの姿を見て自らを依存症と認め、課題と向き合えた。
- ・メンバーからもプラスのフィードバックあり、関係が構築ができた。
- ・自ら継続参加を希望した。

結果②グループ力動の変化による自助効果の向上

新メンバーの変化

- * 依存症を理解し認める
- * 自身の課題と向き合う
- * GPの中で回復に向かう

~相互作用~

従来メンバーの変化

- * GPの有効性を再認識
- * 他者の回復に役立てる喜び
- * 回復初期のメンバーを見守ることで自身の回復にも気付き、自己洞察のきっかけとなる

GP全体が変化することによりメンバー個々にも変化と成長が見られ、更なる自助効果を高める土台が出来上がる

考察とまとめ

- 1、行き詰まり感と向き合い、GP特性の理解を深めたことが変化の重要なきっかけとなった。
- 2、断酒に限定したテーマから飲酒に至った生きづらさ全般に焦点をあてるのが効果的であった。
→生きづらさに焦点を当てることで視野が広がり積極性が生まれた。他者との健康的なつながりを持つことは断酒継続する意味を発見する機会となった。
- 3、GP全体の共感性が高まることで、女性同士だから共有できるライフイベントや想いを扱うことのできる場としての機能が增加する。
→メンバーがお互いの回復や成長を見守り、お酒なしでも人生を楽しめている姿が更に自助作用を強化させ、断酒の動機付けに役立っている。継続参加者が増加した。