

依存症な人たち

福島 淳 イラスト・福島マルゲリータ

よくある依存のセット

- ① 世話をやく母親
と
心配をかける子供
- ② 世話をやく妻
と
自分でできる事もしない夫
- ③ 遊びおろす妻
と
主婦業を代行する夫
- ...
- それから
それから
まだまだあるぞ



④ 頼られて嬉しい親と (いつとも) 頼る子供



当たり前のお話ではあるが、人間は一人では生きていけない。「人」という字を見てみよう、人と人とお互いに支え合っているではないか」といった古典的な表現があるくらいだ。しかし、頼り頼られるという、ありふれた人間関係が過度になると、人は互いに助け合って生きていくのだという普通の人付き合いを越えたものになってしまう。言い換えれば、人に支えてもらうという行為も度が過ぎると、一方的な関係になってしまう。これを依存という。一般に、依存症や嗜癖というと、アルコールに代表される薬物依存症等を連想する事が多い。しかし、今ではもっと広く、対人関係や行為に対しても使うようになってきているようだ。では、依存症は何によって作り上げられるのだろうか。その殆どが「学習と習慣化」によって構成されているといった考え方があ。具体例をあげると、アルコール飲用による気分高揚や緊張緩和に味をしめるのが「学習」で、それを一連の行為として繰り返すことが、「習慣化」となる。こうして、初めて依存症が確立されたことになるのだ。やっかいな事にこの場合は、アルコールからの離脱時における数々の身体症状、精神症状に苦しむがため、再び酩酊状態へと逃げ込んでしまうという悪循環も加わる。

では、彼ら依存する側は、一体何を判断の基準にしているのか？ 実は、自分に利益をもたらすかどうかそのもので、良い、悪いを決定しているのだ。従って日常生活の中では、周囲の人間が最初は助けるというた良い意味で始めた行為も、結果として裏目に出てしまう場合もある。依存する側は、助けられるのではあるが、その行為は悪い習慣として定着し、やがて本人の利益にそぐわなくなってしまうのである。ここでは、一時的に助けてもらうこと自体が本人にとって悪いことだと言っているのではない。助けてもらうことが当たり前となり、習慣となることで「依存」となり、依存する側は一人前の人間として行動することを阻まれる為に、最終的に本人の利益とならないのである。そう、良い結果を目指したつもりが、それを裏切ってしまう状況に陥る事が、一種の依存状態と言えるのだ。

その代表的なものは、先ほどもあげたアルコール依存症であろう。これは「物質依存」の範疇に入るもので、他には食べ物、「コチン」、薬物といったものがあげられる。次に考えられるのが「行為」に対する依存で、ギャンブル、買い物、暴力、性的逸脱行為などがある。

では、「暴力」を例に一連の流れを説明してみよう。まず、日常の我慢の繰り返しによる緊張に始まり、次にちよつとした契機による暴力行為(これを解放といふ)、そして暴力を振るった事による悔恨といった順で、このプロセスを繰り返す。分かっているが、やめられない。これは立派な「ビョーキ」なのだ。

次に、もっと身近な例をあげてみよう。子供がいくつになっても世話を焼くこととする親と子の関係である。それは「都合の良い時だけ親を利用しようとする子供と、自分の存在価値を子供に認めてもらうことが嬉しい親」の組み合わせとも言える。親離れ子供離れができていないこの関係は、一見、病的な印象は与えないが、子供(依

存する側)にとっては利益があるので、世話を焼かせてあげるのも親孝行だという理屈も持っていたりする。

このような子供の存在が、個々のレベルでの心理的な現象を乗りこえ、社会的な現象にまでなってきた。それが、パラサイト・シングルと呼ばれる人たちだ。比較的、女性に多いようだが、彼女達は十分独立した生計を立てられる収入を得ているが、親元に寄生し、それによって得られる経済的余裕を旅行や高額ブランド品の購入資金に当てると言われている。この購入能力は、不況といわれる現在の経済事情の中で安定したものと見なされているようだ。しかし、このような依存がいかにかに当たり前になっても、その姿勢が病的であることには変わらない。

また、パチンコなどに代表されるギャンブルも、趣味の領域を越え日常生活を脅かすほどになると、単に「意志が弱い」といった表面的な見方ではなく、依存症という一つの病気としてとらえることも必要だろう。今まで、いくら説教を繰り返してもうまくいかないせいであきらめていた周囲も、病気として認識し、とらえ直すことによっては、今までとは違った見方ができるようになるのだ。

そして、最後に考えたいのが「人間関係への依存」である。これは、「共依存」という別の呼ばれ方もある。以前にも、とりあげた話だが、アルコール依存症者の家族は彼に振り回され、暴力を受け、金銭面でも散々な目に遭わされながら、なぜ当事を支えるのだろうか？その上、なぜ結果的に病気の悪化に加担してしまうのか？ここから、病的な人間関係への依存、

「いくら被害を受けようとも自分を必要としてくれている」という気持ちへの依存」が存在することが分かる。これは、依存する人とされる人がセツトになっている状態だと言える。依存される側は常に他者との関係にとらわれ、その人を本気で心配しているのは自分だけだ、自分でないと世話できない、といった気持ちを「愛情」だと錯覚している。この聞こえのよい名前の裏には、「支配」するという満足感が存在している。改めて言えば、他人への思いやり、心配、世話といった美しく聞こえることが、実は人間関係への依存の結果であり、病気の症状であったりするのだ。

しかし、こういったメカニズムを「依存症」の人に説明したところで「自分はそうじゃない」と否定されるのがオチだ。この否定、否認も「依存症」の大きな特徴と言えるかもしれない。元来、現実を見たくない故に何かに逃避する、依存するという基本的な考え方があるのだから、簡単に否定してしまえば自分の人生そのものを否定してしまうことになりかねない。更に、たとえ何かに依存していることを一応認め、表面的にそついった状態から離脱したとしても、基本的な生き方が変わったわけではない。オギヤと生まれ落ちてから今日まで、どれ程の歳月が流れているのか。それを考えれば、長い間築きあげられたその人の生き方が、すぐに変わるわけがないのだ。もし、その人が変わり始めていたとしても、ただ単に長い航海に船出したところすぎない。「依存から離脱し、一人の人間として独立する」という苦しい航海の第一歩に。

