

研究報告：秋田大学保健学専攻紀要19(1)：67 - 76, 2011

X 県の地域断酒会活動の継続に向けたリーダーの思い

熊澤 由美子* 米山 奈奈子**

要 旨

本研究では、地域断酒会でリーダー的役割を担う人が、地域断酒会に参加してリーダーを引き受けて活動している経緯から、地域断酒会活動を継続するための思いについて明らかにすることである。対象者は、6名でいずれも男性でアルコール依存症者本人であった。面接は個人面接として、得られた面接記録を質的帰納的に分析した。その結果、【断酒の困難さを自覚する】【自分のために行動する】【前リーダーから学ぶ】【自分にもできる】【リーダー役を引き受ける】【リーダーは参加者と同じである】【参加者を尊重する】【例会を重視する】【参加者の回復を喜ぶ】【参加継続に向けた努力】【医療・行政の協力を得る】【地域社会に役立ちたい】【役割を全うする覚悟をする】という13のカテゴリーが導き出された。

地域断酒会のリーダーは、前リーダーの影響を受け、断酒会というアルコール依存症の自助グループの底流にある、無力であること、自己を超えたところにゆだねて、そこで生きるという考え方でリーダー役を引き受け参加継続している。世話役として受け継がれた例会の機能を重視して活動をしている。関係機関との協働を図り、地域に会が役立つように、多くの困難な状況を抱えながらもリーダー役を受容し活動をしている。看護職者は、参加者の回復を共に喜び、断酒会を継続する活力となるように断酒会を見守ることや、リーダーが直面する困難に対して医療・行政の協力が得られるような橋渡しをすることの重要性が示唆された。

はじめに

自助グループ（セルフヘルプ Self Help Group）の定義は多様であるが¹⁾、同じ障がいや生活上の困難をもつ人達が自発的に集まり、共通の体験を分かちあい、自らの問題を解決または受容していくための集団である。そして、そのグループに対して、専門家の関与は少なく、当事者たちが自立した継続的な活動を展開している集団である²⁾³⁾⁴⁾⁵⁾。1935年アメリカで始まったAA（Alcoholics Anonymous アルコホーリクス・アノニマス）が、自助グループの起源とされている。我が国では、AA をモデルとして1963年全日本断酒連盟が誕生し、全国9ブロック別、都道府県単位に各地域断酒会が連なる断酒会組織がある。アルコール依存症からの回復は、底つき⁶⁾と自助グループとしての断

酒会への参加であるとされている。断酒会参加者への質問紙調査⁷⁾⁸⁾⁹⁾¹⁰⁾では、家庭内問題、社会的問題、金銭の問題、仕事に関する問題、生活や身体的問題の改善という効果がある。断酒会へ参加し、そこで先輩の体験談を聴いたり、自身の失敗談を語って受容される体験をすることで、自己を反省し、周囲の人々への感謝が生まれ、人生を再構成していくことが報告されている。長期断酒継続中の断酒会参加者を対象とした質的調査¹¹⁾では、仲間や家族の存在が相互に影響しあって断酒への意識を持ち、断酒生活を維持していることが明らかにされている。専門職者の役割は、自助組織の自立性を損なわないための配慮をしながら、入院から自助グループに繋がることのできるような支援であるとされている¹²⁾。

自助グループはリーダーが存在しない組織であると

* 秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻保健学専攻
地域・老年看護学講座

** 秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻保健学専攻
臨床看護学講座

Key Words: 自助グループ
断酒会
継続
リーダー
世話役

されているが、リーダーのいない集まりはないと言われているように¹³⁾、自助グループにおいてもリーダーの役割は重要である。精神障害者の自助グループ活動に関する調査¹⁴⁾では、リーダーを対象にした質的調査が行われている。その結果、グループの発展条件として、【リーダーシップ能力】【メンバーの参加意欲】【グループの運営技術】【専門職の必要に応じた継続的支援】【社会的支援】が挙げられている。自助グループは、メンバーが対等であることから意見や感情が対立し、入れ替わりが多く、リーダーが定着しにくいこと、リーダーの負担が大きいことなどの問題があり、リーダー研修開催の試みが報告されている¹⁵⁾。したがって、自助グループ継続のためには、リーダーに対する支援も必要である。

断酒会の継続においても、リーダーの存在は重要である。AA以前の相互援助団体の記録によると、地元リーダーから引き継ぎが行われていない運動は直ちに消滅している例が多い¹⁶⁾。X県における断酒連合会の歴史¹⁷⁾でも、出稼ぎや高齢化による都会の子どもとの同居のための転居など、リーダーの不在が断酒会の消滅の理由の一つとされている。酒害者にとって断酒会は断酒を継続する上で重要な集まりである。X県断酒連合会の活性化を促し、会の継続に向けた支援のあり方を検討する上で、リーダーの役割を明らかにすることが重要と考える。

そこで、今回X県で継続的な活動を行っている地域断酒会においてリーダー的役割を担う代表者をリーダーと見なし、地域断酒会に継続して参加してきた経過から、リーダー役をどのように受け止め役割を果たしているのか、リーダーとしての思いについて明らかにすることを試みた。

研究目的

地域断酒会でリーダー的役割を担う人が、地域断酒会に参加してリーダーを引き受けて活動している経緯から、地域断酒会活動を継続するための思いについて明らかにすることを目的とする。

研究方法

1. 研究期間

平成21年4月～7月

2. 対象

対象者は、X県において活動を継続している地域断酒会のリーダー役割を担っている代表者とした。最終

的に6名の協力が得られた。

3. データ収集方法

対象者には、1人につき1回、50分程度の半構成的面接を実施した。面接は対象者の自由な語りの流れに沿うように進められた。質問内容は、どのように断酒会への参加を継続してきたか、リーダーになった経緯や自身の考え、活動上の喜びや困難及び工夫点について、インタビューガイドをもとに尋ねた。面接内容は、対象者の同意を得て録音した。また、対象者の非言語的表現や観察事項をフィールドノートに記録した。面接中は、対象者の言葉の意味や意図はその都度確認し、信頼性と妥当性を確保するように努めた。

4. 分析方法

地域断酒会のリーダーが断酒会活動を継続してきた経緯と思いについて探索するために、質的帰納的に分析した。録音・記録した面接内容は、面接後速やかに逐語録を作成した。作成した逐語録から、断酒会に参加継続してきた意味やリーダーとしての思いに関連した内容を抽出し、データとした。抽出したデータを切片化し、意味内容を忠実に残すように整理し、コード化した。対象者ごとに類似したコードを集めて一次コードを作成した。一次コード間のまとまりをカテゴリー化し、全対象者のカテゴリーを比較検討し、類似性に基づいてサブカテゴリー、カテゴリーを作成し、説明可能な名をつけた。抽出されたカテゴリー間の関連性について検討し、全体における位置づけを検討し図式化した。分析過程では、質的研究に精通する専門領域の研究者からのスーパーバイズを受けて進めた。

5. 倫理的配慮

対象者ごとに書面と口頭にて研究の目的と内容について伝えた。研究への協力は、対象者の自由意思を尊重し、一度同意を得ても途中の不参加や中断は可能であり、不利益はない旨の説明を行った。インタビューのデータは、匿名として研究目的以外には使用しないことや研究終了後はデータの破棄を行うことを伝えた。また、調査に関しては、本来の断酒会活動の妨げにならないように配慮を行った。内容について、個人名や地域断酒会名が特定されたり、不適切な掲載がないか掲載の拒否も含めて研究参加者に確認を依頼した。なお、研究は秋田大学医学部倫理審査委員会での承認を得た(平成21年3月31日 医総第10 13号)。

結果

1. 対象の背景 (表1)

X県内6か所の地域断酒会から、6名のリーダーの参加が得られた。全員が男性で、断酒歴の平均年数は13年2ヶ月だった。年齢は40代1名、50代1名、60代2名、70代2名であった。対象が所属している断酒会の活動期間は1年～32年で平均17年、平均参加人数均は3名～14名であった。対象がリーダーに就任した形式は、参加していた断酒会でリーダー役を引き継いだのが3名、新たに自宅近くの地域に断酒会を発足させたのは3名であった。断酒会活動に参加してからリーダーになるまでの期間は、1年8ヶ月から7年で、平均5年であった。リーダーの経験年数は、2ヶ月から19年であった。断酒会の運営において、相談者がいるのは4名で、内訳は医師2名、保健師1名、他の断酒会のリーダー1名であった。面接時間は、36分から67分、平均51分であった。

2. 分析結果

対象者の語りを分析した結果、対象である地域断酒会のリーダーが断酒会活動を継続してきた経緯と意思について、13の категорияと40のサブカテゴリーが抽出された。表2はカテゴリー一覧、図1は関連図である。カテゴリーは【 】で、サブカテゴリーは< >とし、調査対象者の発言内容をコード化したものは「 」で示す。

1) カテゴリー関連図

地域断酒会のリーダーは、断酒会入会前は【断酒の困難さを自覚する】ことにより、断酒会入会という【自分のために行動する】ことを実行していた。断酒会入会からやがて【自分にもできる】と感触を得ていく中で、特に【前リーダーから学ぶ】ことによる影響が大きく、その後地元で断酒会を発会したり、前リーダーから【リーダー役を

表2 カテゴリー一覧

カテゴリー (13)	サブカテゴリー (40)
断酒の困難さを自覚する	断酒のつらさを知っている 断酒はひとりでは難しい
自分のために行動する	自らの断酒を成功させたい 自ら断酒会に入る
前リーダーから学ぶ	受け入れてもらった記憶 基本を教わる 黙って学ぶ
自分にもできる	やり通す力がある 周りからの後押しがある
リーダー役を引き受ける	誰かがやらなければならない 受け身でリーダー役を引き受ける リーダー役となる覚悟をする 地元で断酒会をつくる
リーダーは参加者と同じである	リーダーを特別意識しない リーダーは誰でもできる リーダーは一会員である
参加者を尊重する	自分の考えを押しつけない 相手を尊重する
例会を重視する	例会の基本を守る 例会出席を重視する 体験談からの学び 例会参加を促す
参加者の回復を喜ぶ	家族の変化を喜びとする 本人の回復を喜びとする マンネリにならない工夫 会をおもしろくする 会員を増やす努力をする ゆるいつながりを大切にする 仲間意識を育てる 役割を分担する 再飲酒を否定しない 限界を知る
医療・行政の協力を得る	医療・行政の支えがある 理解と協力を求める 関係者の気遣いに感謝する 相談手を確保する
地域社会に役立ちたい	酒害者を助けたい 地域の偏見をなくしたい
役割を全うする覚悟を決める	次世代につながらない 参加者がいる限りやる

表1 対象者の背景

対象	年齢	断酒歴	就任形式	リーダーになるまでの期間 (他の断酒会参加年数)	リーダー経験年数	運営上の主な相談者	所属断酒会の活動状況	
							活動期間	平均参加人数
A	60歳代	7年2ヶ月	引き継ぎ	7年	2ヶ月	リーダー仲間	31年	14
B	70歳代	24年	引き継ぎ	5年	19年	なし	32年	8
C	40歳代	17年	引き継ぎ	1年8ヶ月	17年	なし	23年	3
D	70歳代	7年	新規立ち上げ	(6年)	1年	医師	1年	10
E	60歳代	12年	新規立ち上げ	(6年)	6年	保健師	6年	7
F	50歳代	11年	新規立ち上げ	(4年)	7年	医師	7年	3

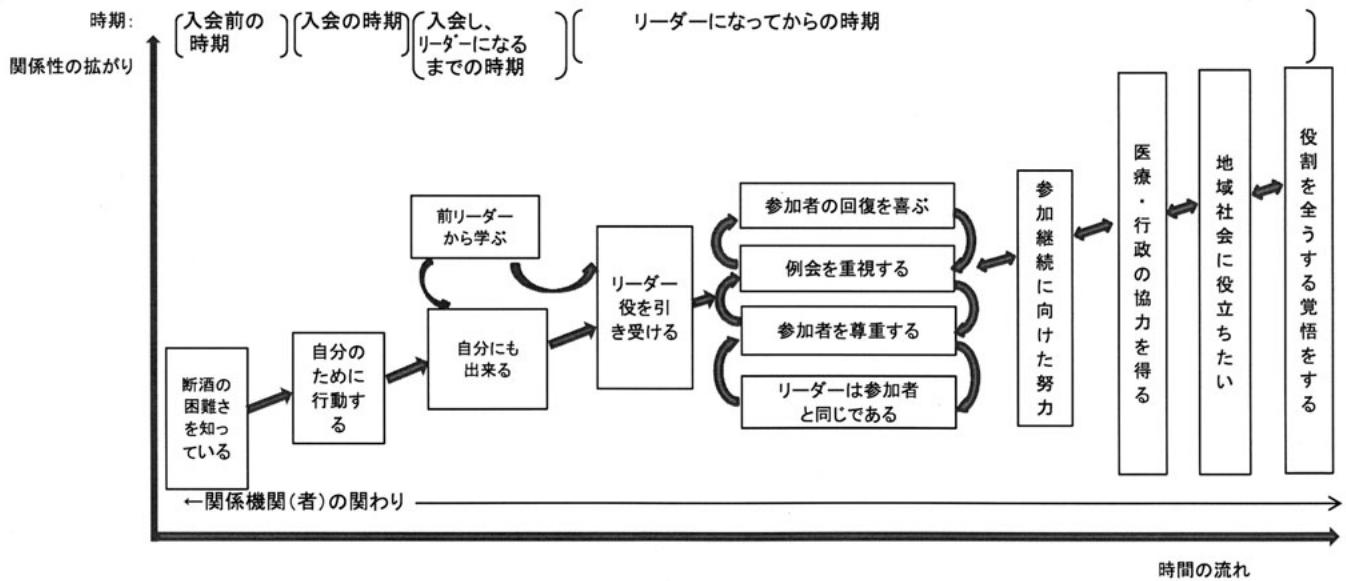


図1 カテゴリーの関連図

引き受ける】結果になっていた。リーダーとなった後は、【リーダーは参加者と同じである】との考えで、【参加者を尊重する】ことを実践し、【例会を重視する】ことを行動化し、【参加者の回復を喜ぶ】ことで断酒会の効果を実感して継続につなげていた。さらに、【参加継続に向けた努力】を続けて、【医療・行政の協力を得る】取り組みを率先して行い、アルコール依存症の理解が進むように【地域社会に役立ちたい】と願い行動をしていた。リーダーは、困難を抱えつつ【役割を全うする覚悟を決める】ことで現在の活動に至っていた。

2) 見出されたカテゴリー

以下に断酒会に入会前から現在に至るまでの時期を4期に分けて、カテゴリーごとに具体的な内容を述べる。

(1) 断酒会に入会前の時期

【断酒の困難さを自覚する】このカテゴリーは、<断酒のつらさを知っている><断酒はひとりでは難しい>という2つのサブカテゴリーから構成された。

断酒会に入会前は、「すぐに(酒を)やめたわけでない」と一度で断酒はできない難しさが語られた。何度も「一杯飲めば元に戻る」体験や、断酒を試みて「眠れない」苦しみを味わっていた。「断酒の意志がない限り(断酒)できない」と覚悟するまでには「追い込まれてやめ

る気になった」段階に至る必要があったと述べ、それら<断酒のつらさを知っている>自分であると認識されていた。最期は<断酒はひとりでは難しい>と気づき、断酒会に入会するしかない状況だった。

(2) 断酒会に入会の時期

【自分のために行動する】では、<自らの断酒を成功させたい><断酒会に入る>の2つのサブカテゴリーから構成された。

断酒は、第一に「自分のためが始まり」であった。「自分のためにやる」「自分から回復していく」気持ちで、<自らの断酒を成功させたい>と願い行動していた。「入院中に断酒会を探す」など自分で調べたり、問い合わせをして「地元の断酒会に入った」。遠方であっても、まず<断酒会に入る>決断をし、自分のために実行していた。

(3) 断酒会に入会し、リーダーになるまでの時期

【前リーダーから学ぶ】【自分にもできる】の2つのカテゴリーで構成された。

【前リーダーから学ぶ】では、<受け入れてもらった記憶><基本を教わる><黙って学ぶ>の3つのサブカテゴリーから成り立っていた。

断酒会に参加してみると、リーダー役の人も参加し始めた自分も分け隔て無く、まるで「友達のようにさせてもらった」。リーダー役の人

は「余計なことは話さない」姿勢であり、その人から「うんうんと黙って聞いてもらえた」。その時の「受け入れてもらった記憶」が忘れられないと語られた。

断酒会では、前リーダーから「体験発表や誓いのことばを読む等運営方法を教わった」。また、いつも「例会は来いよと言われた」。今参加している断酒会の他に「研修会やその例会に行くように言われた」。そして、出来る限り「役所関係回るように言われた」。それに「かかるお金は飲むお金より問題ではない」という考え方を教わった。「足を運ばなければならない」と自ら行動することを具体的に教えてくれた。それら前リーダーを通じて、断酒会を継続して回復していく断酒会のやり方の「基本を教わる」様子が語られた。

一方、前リーダーが再飲酒の繰り返しで断酒会を休みがち、参加者に考えを押しつけがちなどの望ましくない状況に対して「リーダーのやり方には口を出さない」で「黙って学ぶ」ようにしていた。

【自分にもできる】では、＜やり通す力がある＞＜周りからの後押しがある＞の2つのサブカテゴリから構成された。

断酒会で自らの生き方を振り返ると、「これと決めたらやり通す力がある」、自分は仕事に対して「自負してやってきた」、「飲まないで断酒会を通してきた」、「参加しているうちにやめられた」ことは、もともと参加し続けられる等＜やり通す力がある＞自分であるからと語られた。

やがて「飲まないことで周りから認められる」ようになってきたことが語られた。そして、飲んで余命のない前リーダーから「せっかくともした灯を消さないでと頼まれた」ことに、何とか応えたいと受け取っていた。会のリーダー役は「お宅しかいないと、仲間からの後押し」「あなたがやったらと担当医からの後押し」など＜周りからの後押しがある＞ことで、自他共に自分を受け入れられるようになっていた。

(4) リーダーになってからの時期

【リーダー役を引き受ける】【リーダーは参加者と同じである】【参加者を尊重する】【例会を重視する】【参加者の回復を喜ぶ】【参加継続に向けた努力】【医療・行政の協力を得る】【地域社会に役立ちたい】【役割を全うする覚悟を決める】と9

つのカテゴリから構成されていた。

【リーダー役を引き受ける】では、＜誰かがやらなければならない＞＜受け身でリーダーを引き受ける＞＜リーダー役となる覚悟をする＞＜地元で断酒会をつくる＞の4つのサブカテゴリから構成された。

リーダーは、外部に対して「組織上、リーダー的存在が必要」「連絡先がなければならない」と考え、＜誰かがやらなければならない＞思いでいた。結局、気がついたら「会長にさせられた」格好になっていたと語られた。ただ「連絡先が必要でリーダーとなる」だけと捉えていたり、「急に決まってやらされただけ」と＜受け身でリーダー役を引き受ける＞表現をしていた。これまでの参加者の参加状況を見ると「順番からいけば自分」と述べられていた。いずれ「急にやらなければならないなくなった」「他の人より年数が経っている」自分を受け入れ、＜リーダー役となる覚悟をする＞思いでいた。また、新たに断酒会を発足する際に、「自分で立ち上げた形」で＜地元で断酒会をつくる＞結果となっていた。

【リーダーは参加者と同じである】では、＜リーダーを特別意識しない＞＜リーダーは誰でもできる＞＜リーダーは一会員である＞の3つのサブカテゴリから構成されていた。

リーダー役であっても、「先になってやっている気持ちはない」、自分には「引っ張る力はない」と語っていた。リーダーの名称は「会長という名前ではない」と代表者という名称が用いられていた。「世話人みたいなもの」と捉え、＜リーダーを特別意識しない＞状況にあった。リーダー役は、「酒害者なら誰でもできる」「自分でなくてもよい」と語られており＜リーダーは誰でもできる＞と考えていた。また、リーダーは、参加者の先頭に立つのではなく、あくまで「一会員としてやっていく」「会員の気持ちでやる」と述べられた。そもそも「肩書きもない」役であり、「仲間同士平等である」「同等である」「横並びである」「古くても新しくても同じ」と＜リーダーは一会員である＞と考えていた。

【参加者を尊重する】では、＜自分の考えを押しつけない＞＜相手を尊重する＞と2つのサブカテゴリより構成された。

参加者に対して、「ああしたらこうしたらは言えない」「自分のやり方を押しつけない」と語っていた。前リーダーがそうであったように

<自分の考えを押しつけない>ことで自らを統制し、相手の立場を大事にしていた。何より「人はそれぞれである」と考え、「新しい人は先生である」と新たな参加者から学ぶことに感謝を述べていた。

【例会を重視する】は、<例会の基本を守る><例会出席を重視する><体験談からの学び><例会参加を促す>の4つのサブカテゴリーから構成された。

例会は、「時間で初めて時間で終わる」「体験談で終わる」と枠をもって<例会の基本を守る>形となっていた。たとえ「ひとりでも来て誓いのことばを読む」「決めた日程にひとりでもいる」、参加者が「来ても来なくても会場にいる」ことを実践してきたと語られた。「例会出席が断酒の極意」なので、「例会を休まないで続けてきた」と前リーダーからの学びを実践し<例会出席を重視する>ことがなされていた。体験談では、「過去の自分をみる」「素直に自分を語る」ことが繰り返し行なわれている。新しい参加者や家族などの体験談に、はっとする気づきがあると「気持ちがひきしまる」。そして「他者の中に自分を見る」という他者の体験に自分を重ね<体験談からの学び>で自身を捉え直していた。

リーダーは、「飲まなくなった後が大切」であると語っていた。参加者に「体験発表（の場面）で例会が大切と話す」と述べていた。

【参加者の回復を喜ぶ】では、<家族の変化を喜びとする><本人の回復を喜びとする>の2つのサブカテゴリーから構成された。

リーダーは、「家族がよくなった」「家族が明るくなった」変化や「来て良かったと家族が帰る」「家族が喜んでくれる」との反応が嬉しいと述べ、<家族の変化を喜びとする>時が断酒会を続けて良かったと思う時だと語られた。また、リーダーから見ても参加者本人が「顔色が良くなった」と感じられ、本人から「考えが良くなった」「ケンカしないですむ」「仕事ができるようになった」「ほっとしたと言われる」ことで断酒会活動の有効性を確信していた。

【参加継続に向けた努力】では、<マナーにならない工夫><会をおもしろくする><会員を増やす努力をする><ゆるいつながりを大切にする><仲間意識を育てる><役割を分担する><再飲酒を否定しない><限界を知る>の8つのサブカテゴリーから構成された。

リーダーは、通常の「体験談だけではだめ」と考え、「研修会に参加する」「他の例会を回る」ことを率先して行動していた。季節の行事など「レクレーション入れる」ことで楽しみを加え<マナーにならない工夫>や配慮をしていた。「おもしろくなれば来るようになる」「おもしろくなれば飲まなくなる」と、やがて飲まないですごせるとおもしろさも感じるようになり、参加継続の励みになる。「いろいろな話がある」その中に、断酒会に属する自分たちだからこそわかり合える笑いやおもしろさがあり、それらで<会をおもしろくする>という気持ちが述べられた。リーダーは、酒が原因で病む人々が内科に集まると考え、いつも行きつけの「内科の先生にお願いする」と語っていた。「古い人はもちろん新しい人に来てもらう」気持ちで<会員を増やす努力をする>ことが続けられていた。地域断酒会で参加者数の少ない会は、月1回で開催したり時に早めに切り上げるなど「回数や時間をゆるくする」、参加者がある程度いても「総会も簡略化している」等、会の形態をゆるめにして続けていた。全日本断酒連盟など「上部団体とゆるくつながる」ことが地域断酒会を続かせるコツだと語っていた。<ゆるいつながりを大切にする>ことで地域断酒会のまとまりを維持しようとしていた。また、リーダーは「コミュニケーションを重視する」「みんなと顔をあわせる喜び」「みんなと会うと繰り返さないで済む」と語り、参加者同士が会うこと自体が励みとなりお互いをよい方向に導くと考えていた。さらに仲の良い関係だけでなく「自分たちの会に興味をもつ」ことで、より会の活動に積極的に参加して欲しいと願い、<仲間意識を育てる>ことを重視していた。さらに、リーダーは「進行役を参加者にお願いする」「会長がいなくても誰でもよい体制をとる」「みんなで作る」と<役割を分担させる>ことで、参加者に支えたり支えられる実体験をさせながら会の継続につなげようとしていた。また、リーダーは再飲酒について「再飲酒は病気である」ので「うるさく言わない」「再飲酒は仕方ないこと」と捉え、「再飲酒してもやり直すればよい」「立ち直りが大切」であると捉え<再飲酒を否定しない>姿勢であった。リーダーは、リーダー役だからといって「言える立場ではない」と述べ、断酒会では「来たものは受け入れられるが意見はできない」と一線を引いていた。また、

「活動はするが、メインは仕事」と断酒会活動で燃え尽きないように「限界を知る」ことが長続きする上で大事と考えていた。

【医療・行政の協力を得る】では、「医療・行政の支えがある」「理解と協力を求める」「関係者の気遣いに感謝する」「相談相手を確保する」の4つのサブカテゴリーから構成された。

リーダーは、保健所の支援をもらい「断酒会は相談して立ち上げた」、新たな参加者を「病院から紹介してもらった」と述べていた。その他断酒会活動を「広報や新聞にとりあげてもらった」など「医療・行政の支えがある」ことが断酒会活動では重要と語っていた。リーダーは、「医療・行政の強力なしにできない」と考え、先輩リーダー同様に「足を運んで話をすることを実行していた。「酒害対策に力を入れてもらいたい」「酒害に悩む人を断酒会につなげたい」と「県でも市でも交渉したい」「関連をもちたい」と考えていた。リーダーは、「話しているうちに気づいてくれた」と関係者の変化を喜んでいた。リーダーに「スタッフから声がかかる」こともある。そうした「関係者の気遣いに感謝する」語りがあった。また、リーダーは、同じリーダー仲間や医師及び保健師を相談相手としていた。「深入りをして自分をつぶさない」ことや、「気づかせてもらう」意味で「相談相手を確保する」ことが大事であると捉えられていた。

【地域社会に役立ちたい】では、「酒害者を助けたい」「地域の偏見をなくしたい」と2つのサブカテゴリーから構成された。

世間では、アルコール依存症について「意外と病気だと知らない人が多い」「飲酒運転や自殺問題から関わる」ことで、この問題の広さや深さを理解してもらいたいと願っていた。断酒会は「周りからの期待もある」。早く人々に気づいてもらい「酒害者を助けたい」。断酒会が役に立ちたいと語っていた。リーダーは、「アルコール意識を変えたい」「ただの酒飲みと片づけない」「酒害者を置き去りにしない」で欲しいと述べていた。アルコール依存症は病気であると「地域にもっと知ってもらおう」ことで「地域の偏見をなくしたい」と考えて行動していた。

【役割を全うする覚悟をする】では、「次世代につなげたい」「参加者がいる限りやる」の2つのサブカテゴリーから構成された。

リーダー役を引き継ぎたいと考えるが、「次の人が見つからない」状況であり、「(参加者は)自分たちの殻に閉じこもりがち」で積極的に他の例会や研修会へ参加する者が減り、「次世代につながらない」苦悩が語られた。このような中で、「場所があれば助かる人もいる」「病気の性質上続ける必要性」「自助グループは必要」であると語り、「会は絶対つぶされない」思いで、「少人数でも続ける」「できるかぎりはやる」しかないと受け止め「参加者がいる限りやる」と受け止めていた。

考 察

本研究の目的は、地域断酒会でリーダー的役割を担う人が、地域断酒会に参加してリーダーを引き受けて活動している経緯から、地域断酒会活動を継続するための思いについて明らかにすることである。対象者は、リーダー役として活動を継続するまでに、入会前の苦闘体験の時期を経て、断酒会入会を決意し、断酒会で断酒を継続できたという自己の体験を通して断酒会の効果を実感し、リーダーの役割の重要性を学び、リーダー役を引き受けている。リーダー役を引き受けた後は、様々な困難に直面しながら、断酒会の継続に向けて活動している。そこで、これらの経緯から、リーダー役を引き受けるまでの時期、リーダー役を引き受けた後の時期の2時期におけるリーダーの思いについて考察する。

1. リーダーを引き受けるまでの思い

アルコール依存症者は、断酒を決意しても必ず実行できるとは限らず、退院後に再飲酒する割合は高いと言われている。そのため、家族・医療者・自助グループの仲間の助言が重要である。特に、自助グループの仲間からの励ましを受けたことや、自助グループで仲間の体験談を聞いたことなど、自助グループでの体験が「断酒のきっかけ」になっていることが報告されている¹⁰⁾。自己の回復のためには断酒が必要であるという強い決意が、自助グループへの参加につながっていると考えられる。さらに、再飲酒への危機感を持ちながら、過去に戻りたくないという気持ちや信用を取り戻したいという気持ちを持ち、断酒の継続のために断酒会への参加を続けていることが明らかにされている。本研究の対象者も、再飲酒によって元にもどってしまうことなどの底つき体験を経て断酒の決意をしている。そして、断酒は一人ではできないことを実感し、断酒会への入会に至っている。自分で断酒会を探し、自分

のために行動できたことが回復のきっかけになったと認識している。仲間から黙って話を聞いてもらうという断酒会での経験を通して、受け入れられているという気持ちを持つことができたと考えられる。また、再飲酒への危機を乗り越えて断酒を継続している仲間の存在は、自らの生活のモデルとなり、断酒の支えになる¹⁰⁾ことから、断酒会への参加を継続することが重要であると気づくことができたと考えられる。さらに、断酒会に入会直後に、仲間から友人のように迎え入れられたことに加えて、自分の話を黙って聞いてくれたリーダーの存在が、その後の断酒の支えになったことが明らかになった。断酒会では、最初の心を開放させる出会いを大切にしている¹⁸⁾。断酒会のリーダーは、断酒継続に影響する重要他者¹¹⁾として、対象者自身の断酒を継続する支えとなっていると考えられる。また、リーダーの望ましくない対応を、反面教師として自らの教訓や価値を見いだしていることが伺われた。リーダーとのやりとりから生まれた絆 (loyalty)¹⁹⁾が、対象者がリーダーの役割を担う土台となり、継承されるものと推察される。

対象者は、断酒が継続できることによって、自らのやり通す力を信じ、自信を取り戻している。さらに、断酒会の仲間の承認や主治医の応援、行政関係者の後押しによって、リーダーとしての役割を担う決意をしている。一方、これまでの断酒会の経験から、組織としてリーダー役の必要性を実感しているが、自ら進んでリーダー役を担うのではなく、やむを得なくという受け身の姿勢でリーダー役を引き受けている場合もあった。自助グループは、アルコールに対して「無力」であると認めることから始まるということ、自分で決めるといふより手放すこと²⁰⁾、自己を超えたところにゆだねてそこで生きることに価値を置くという考えの基に成り立っており、強力なリーダーシップは必要ではないという考えによるものと推察される。したがって、リーダーの存在の重要性を理解した上で、断酒会の本来の姿である仲間とのつながりを重視して、陰の支え役に徹するという思いでリーダーの役割を引き受けていると考えられる。

2. リーダーを引き受けた後の思い

リーダー役を引き受けた対象者は、リーダーは参加者と同じ一会員として考え、世話役であると捉えようとしている。昭和50年代の断酒会草創期のカリスマ的なリーダーは情熱的に断酒会の基盤づくりに取り組み、リーダーシップを発揮してきたが、一方では参加者の依存の感情を強める²¹⁾側面があったと考えられる。したがって、草創期以降の断酒会においては、参加者同

士の横のつながりを重視した取り組みがなされている。そのため、本調査のリーダーは、参加者同士のつながりを基に参加者個々のひとりだちを支える世話役であるという認識をもって関わっていると推察される。断酒の継続には「例会への出席」が重要であるという自らの経験や、前リーダーからの学びから、例会を重視する姿勢を持ち続けており、リーダーの重要な役割と捉えている。そして、断酒会で最初に自分が受け入れられたように、参加者に自分の考えを押しつけず、参加者を尊重する姿勢で接することを心がけている。そのために、継続して参加してもらえるように、研修会に参加して学習したり、レクリエーションなどを取り入れたりするなどの工夫がなされていた。一方、参加人数が少なく参加者が固定しがちな地域断酒会では、例会の回数や時間をゆるやかに設定して、上部組織等とのつながりもゆるやかに考え、無理をしないことが地域断酒会の安定と継続を保つコツであると捉えている。前リーダーから学んだ例会の基本を守り、例会に継続して参加する重要性を参加者に伝えることを意識的に行っている。そして、参加者の回復を喜ぶことで断酒会を続ける意味を確認し、リーダーとしての活動の原動力にしていることが明らかになった。

地域断酒会では、活動費用の確保、参加者が少ないことや定着しないことがリーダーの悩みとなっている報告がある²²⁾。本調査においてもリーダーは同様の問題を抱えており、断酒会活動の継続のためには、医療・行政の協力を得ることが必要不可欠と考え、地域断酒会と関係機関との橋渡しの役割を担う努力がなされていることが明らかになった。また、アルコール依存症が病気であると認識されていないために社会の偏見にさらされていること²³⁾や医療機関等関係者の理解が不十分であること²⁴⁾が明らかになっている。本調査におけるリーダーは、このような地域の偏見を解消し、断酒会活動を資源として地域社会に役立ちたいと考えている。

地域断酒会のリーダー役は一度引き受けると次に引き継ぎが難しいと言われており²⁵⁾、本調査においても同様にリーダー役を次世代に引き継ぐ困難さを抱えていた。しかし、地域断酒会が必要であると強い使命感を持ち、リーダーの役割を全うする覚悟を持って活動を続けていることが明らかになった。グループの発展条件にはリーダーシップ能力が必要とされており、リーダーを努める世話役の役割によってメンバーの参加意欲が高められると報告されている²⁶⁾。一方、自助グループは、メンバーが対等であることから意見や感情が対立し、リーダーの負担が大きいことなどの問題があり、健康問題のグループ支援活動においては自主性を尊重

しながら常に相談できる距離を保つことが必要とされている²⁷⁾。本調査の地域断酒会においても、活動の継続のためにはリーダーの存在が重要であることが明らかになった。リーダーは、断酒会の参加者が少ないこと等に対する悩みを抱きながら、地域社会に役立ちたいという願いを持って活動を継続している。したがって、保健医療福祉関係従事者は、地域断酒会の継続や活動の活性化のために、リーダーが担っている役割を理解し、その思いを受け止めて関わることやリーダーが直面する困難に対して医療・行政の協力が得られるような橋渡しをすることが必要と考えられる。

研究の限界と今後の課題

本研究では、地域断酒会の代表者をリーダーとみなして対象者とした。断酒会の背景が多様であること、X県の一部の地域に限定されていることから、すべての断酒会に共通する結果ではなく、一般化には不十分である。今後は、対象を拡大するとともに、グループメンバーがリーダーの役割をどのように捉えているかについて検討が必要である。

結論

X県断酒連合会地域断酒会のリーダーが地域断酒会活動を継続するための思いについて、13のカテゴリーが導き出された。断酒会入会前は【断酒の困難さを自覚する】苦闘体験を通して【自分のために行動する】という認識をもって断酒会に入会していた。入会後の参加活動から【前リーダーから学ぶ】経験を積み重ね、【自分にもできる】と感触を得て【リーダー役を引き受ける】結果になっていた。リーダー役を引き受けてからは、【参加者の回復を喜ぶ】ことで断酒会の効果を実感して【リーダーは参加者と同じである】【参加者を尊重する】【例会を重視する】ことを実践していた。さらに、【参加継続に向けた努力】を続けて、【医療・行政の協力を得る】ことを率先して取り組み、アルコール依存症の理解が進むように【地域社会に役立ちたい】と考え、【役割を全うする覚悟を決める】ことで、現在の活動を継続していた。これらの結果から看護職者は、参加者の回復を共に喜び、断酒会を継続する活力となるように断酒会を見守ることや、リーダーが直面する困難に対して医療・行政の協力が得られるような橋渡しをすることの重要性が示唆された。

謝辞

本調査にあたり、ご協力いただいた研究対象者の皆

様、X県断酒連合会の歴史を示す資料や事実についてご教示いただきましたX県断酒連合会会長・事務局および地域断酒会の参加者の皆さまに深く感謝申し上げます。

なお、本研究は、平成21年度秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻修士論文の一部を加筆修正したものである。

引用文献

- 1) 平野かよ子：セルフヘルプグループによる回復。川島書店、東京、1997、pp10
- 2) 竹村道夫：自助グループ。新版精神医学事典。加藤正明編、弘文堂、東京、pp308、1993
- 3) 岩田泰夫：セルフヘルプグループへの招待。川島書店、東京、2008、pp68
- 4) 岡知史：セルフヘルプグループ。星和書店、東京、1999、pp3-30
- 5) 高松 里：セルフヘルプ・グループとサポートグループ実施ガイド、金剛出版、東京、2009、pp18
- 6) 越智百枝、酒井由紀子・他：断酒会に参加しているアルコール依存症のどん底体験とそれに至るプロセス。香川大学看護学雑誌11(1)：57-64、2007
- 7) 小俣ミエ子、石原和子：アルコール依存症者と家族の断酒会参加による意識の変化に関する研究。日本精神看護学会会誌52(2)：228-232、2009
- 8) 小俣ミエ子、石原和子：アルコール依存症者の断酒会参加の意味に関する研究。インターナショナルNursing CareResearch8(4)：37-46、2009
- 9) 杉山敏弘、谷岡哲也・他：断酒会会員の断酒にいたる過程に関する実態調査。The Journal of Nursing Investigation 6(2)：83-88、2007
- 10) 三井由美子、竹下順子・他：断酒への思いに関する研究 そのきっかけと支えに焦点を当てて。病院・地域精神医学51(2)：157-159、2009
- 11) 岡田ゆみ：長期断酒体験で築かれた断酒への意識。日本看護研究学会雑誌29(2)：73-79、2006
- 12) 小林眞津子：支え手を失なったアルコール依存症者の行動の変化 動機付け面接法を取り入れて。日本精神看護学会誌49(2)：374-378、2006
- 13) 田尾雅夫：セルフヘルプ社会。有斐閣、東京、2007、pp268
- 14) 谷本千恵、長谷川雅美：精神障がい者セルフヘルプ・グループの活動発展条件に関する研究。金沢大学つるま保健学会誌33(2)：1-10、2009
- 15) 渡部ミサヲ：支える人を支える 自助グループリーダー研修の試み。新潟がんセンター病院医誌45(1)：53-

- 55, 2006
- 16) ウィリアム・ホワイト：米国アディクション列伝．特定非営利活動法人ジャパンマック，東京，2007，pp156
- 17) X県断酒連合会：草創期のあゆみ．2007，pp1-3
- 18) 今道裕之：こころをはぐくむ．東峰書房，東京，2007年，pp78
- 19) 平木典子：隠された親密さ 忠誠心，現代のエスプリ．至文堂，東京，1996，pp61-68
- 20) 松田博幸：セルフヘルプ・グループ参加者による実践における「完璧であることの不可能性」．社会問題研究56，2006，pp56-58
- 21) 武井麻子：グループという方法．医学書院，東京，2002，pp85
- 22) 大賀淳子・古場郁乃：O県における断酒会活動の活性化要因の調査．日本公衆衛生学会総会抄録集63：762，2004
- 23) 成瀬暢也：アルコール問題を抱える人の家族の実態と支援の課題．平成21年度厚生労働省障害保健推進事業報告書，2010，pp51-59
- 24) 大脇由紀子，小畑文也：茨城県におけるアルコール依存症のリハビリテーションとサポートネットワークの実態，及び連携に関する調査．リハビリテーション連携科学5(1)：121-129，2004
- 25) 岩田泰夫：セルフヘルプグループへの招待．川島書店，東京，2008，pp122
- 26) 小玉敏江，森千鶴・他：老人クラブの高齢者における世話役の特性．日本保健福祉学会誌，15(2)：1-11，2009
- 27) 前馬理恵，山田和子・他：自主化に向けたグループ支援の方法．和歌山県立医科大学保健看護学部紀要3：43-49，2007

Leaders' thoughts on actively maintaining a local Danshukai (self-help group for alcohol dependence) in prefecture X

Yumiko KUMAZAWA* Nanako YONEYAMA*

* Akita University Graduate School of Health Sciences

The role of a leader within a self-help group (SHG) is very important in order for the group to maintain its activities. The purpose of this study is to clarify leaders' thoughts on actively maintaining a local Danshukai (SHG for alcohol dependence) in prefecture X.

Six adult males, all recovering alcoholics were chosen as subjects for this study. The subjects were individually interviewed and the results were analyzed using a qualitative induction method.

As a result, 13 categories were extracted from the records as leaders' thoughts. They are as follows; to realize the difficulties of giving up alcohol consumption, to think of the activities as being self-beneficial, to learn from an ex-leader, to think positively about quitting drinking, to undertake a leadership role (taken over from ex-leaders), to realize that a leader is not just a regular group member, to respect each member, to realize the importance of regular gatherings, to be pleased with each member's recovery, to regularly participate in group activities, to ask medical and government agencies for support, to contribute to their community, and to commit to fulfilling the role of a leader.

The leaders have the idea that people with alcohol dependence should not battle the illness alone but should access a SHG in order to utilize its healing effects. They think themselves as an organizer not a leader of the group and cooperate with members, the agencies concerned, and their communities.

Community nurses are expected to function as follows; to share in the pleasure of a group member's recovery, to empower a SHG and support its activities, and to support group leaders in making contact with medical and government agencies to help solve problems.