

ギャンブル依存症

ギャンブルで困っていませんか？

- * パチンコや競馬で借金を作ってしまった。
- * 会社や家族の人間関係がギャンブルのために傷ついている。
- * やめたくてもやめられない。家族がやめさせようとしてもやめてくれない。

ギャンブル依存症は病気です

ギャンブル依存症とは、性別・学歴・職業にかかわらず誰でも陥る可能性のある病気です。この病気は、パチンコ・競馬・麻雀などのギャンブルの計画や、実際のギャンブルにかなりの時間やエネルギーをつぎ込み、借金を繰り返したり家庭内の不和など、ストレスの重なる状況でも、ギャンブルを続けてしまいます。

ギャンブルに対してのコントロールを失い、自分ひとりの力や意志の力では継続的にやめることができませんが、治療や回復が可能な病気でもあります。

いったいどんな病気なのでしょう？

1) ギャンブルに対するコントロールの喪失

- * 自分の思っていた以上に、ギャンブルにお金や時間を費やしてしまう。
- * ギャンブルに勝っても、「もっと勝ちたい」とギャンブルをし、負ければ、負けを取り戻すためにギャンブルをやり続ける。
- * 「今日こそギャンブルはしない」と思ってもギャンブルをしてしまう。仕事帰りや休日などになるとギャンブルをしてしまう。

2) 進行性の病気

- * ギャンブルに使う金額や時間が増えていく。
- * ギャンブルをやめる約束が守れない。結果的には家族に嘘をついてしまう。
- * 家族関係や職場での立場がギャンブルのために悪化してもやめられない。

3) 借金を繰り返す

- * 消費者金融などに借金をしてギャンブルをしてしまう。
- * ギャンブルのために、必要な生活費を使ってしまう。
- * 家族にギャンブルで使った借金の返済をしてもらってもやめられない。

4) 治療や回復のできる病気

ギャンブル依存症にかかると、依存症者はなかなか自分の病気を認めることができない傾向（これを「否認」と言います。）がありますが、アルコールなどの他の依存症と同様、相談（カウンセリングを含む）・依存症についての学習・グループミーティングへの参加・リハビリテーション施設の利用や、生活環境の見直しなどを通して、ギャンブルをやめ続ける人生を送ることができるようになります。



*この特集は、ギャンブルそのものを否定するものではありません。

ご家族の対応

ご家族のギャンブル依存症者への対応は、以下の傾向があるようです。

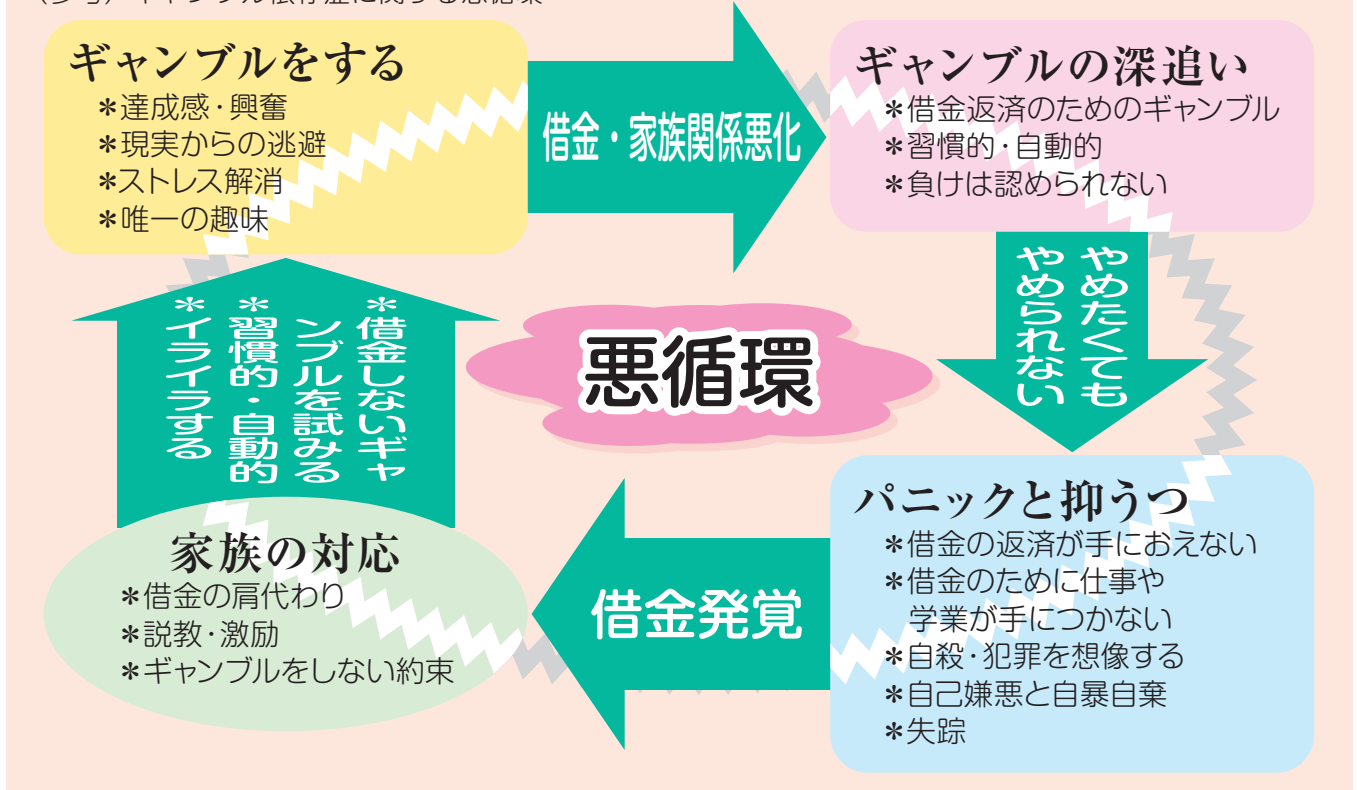
- *ギャンブルをやめさせるために苦言や説教をする。
- *ギャンブル依存症者のお金を管理したり、財布をのぞいたりする。
- *家族や自分自身のことを二の次にして、借金の返済に努める。
- *じっと我慢していたり、ギャンブルのことは見て見ぬ振りをする。

多くのご家族が上記のような対応を何度も繰り返しても、なかなか**ギャンブル依存症者のギャンブルをやめさせることは難しいようです。**

ご家族が正しい対応を身につけるには、**相談（カウンセリングを含む）・依存症についての学習・グループミーティングへの参加**が、非常に効果があります。

こころの健康センターでは、ギャンブル問題の相談や、自助グループ・専門医療機関・カウンセリンググループのご案内を行っています。まずは一度お電話下さい。ご本人のみでなく、ご家族からのご相談もお受けしております。

(参考) ギャンブル依存症に関する悪循環



「こころのホームルーム4/ギャンブル依存症」

さいたま市 (これは、平成17年10月発行の「咲いたまこころ第4号」に掲載されたものです。)

発行：さいたま市こころの健康センター

〒330-0071 さいたま市浦和区上木崎4-4-10

TEL 048-762-8548 FAX 048-711-8907