

ステージ別おすすめ対処法チェックリスト【ギャンブル等依存症編】

| ステージ | 本人の状況 | 家族・支援者等の状況 | 対処法(例) |
|--|---|--|---|
| ステージ1 病的なギャンブルの初期段階 予防 | <input type="checkbox"/> 日常的にギャンブルをする <input type="checkbox"/> ギャンブルが習慣になる <input type="checkbox"/> 負けたままで帰れないと思う <input type="checkbox"/> 生活リズムが変わる(帰宅が遅くなる等) <input type="checkbox"/> 仕事に支障が出始める | <input type="checkbox"/> 本人との会話が減る <input type="checkbox"/> 注意しても無視される <input type="checkbox"/> 家族の心配が本人には通じない <input type="checkbox"/> 親族・友人に相談するのは恥ずかしい <input type="checkbox"/> 生活リズムの変化や金遣いの荒さがおかしいと思いつつも、依存症とは思わない 【家族・支援者等へのメッセージ】 ・ステージ1で依存症を疑う家族・支援者はほとんどいませんが、不安を感じた時点で相談することをお勧めします。 | ※問題化しないための情報収集等 【依存症の相談機関等】 ・専門相談機関へ相談 ・お住まいの区役所へ相談 |
| ステージ2 様々な問題が発生する段階 早期発見 | <input type="checkbox"/> ほとんど毎日ギャンブルをする <input type="checkbox"/> 隠れてギャンブルをする <input type="checkbox"/> 仕事でもギャンブルのことが気になり仕事に支障が出る <input type="checkbox"/> 借金をし、返済が滞る・督促状が届く <input type="checkbox"/> 借金返済のためにギャンブルをする <input type="checkbox"/> 身なりに気をつかなくなる <input type="checkbox"/> 嘘をつく <input type="checkbox"/> 家庭内で窃盗をする <input type="checkbox"/> 家族と会話がなくなる・顔を合わせなくなる | <input type="checkbox"/> 家に督促状が届く <input type="checkbox"/> 本人の行動を変えようと家族で本人の管理を試みる(給与や通帳、お小遣いの管理等) <input type="checkbox"/> お金のことで本人と口論になる <input type="checkbox"/> 借金の肩代わりなど本人の尻拭いをする 【家族・支援者等へのメッセージ】 ・本人がすぐにばれる嘘をつくにもかかわらず、家族は本人が依存症であるとは思いつかないことが多いです。 ・家族会や行政等の相談機関に相談し、家族も含めて治療・支援を受けることが大切です。 ・本人を医療機関、自助グループ、行政等へ連れて行くには、本人が反省の姿勢を示したタイミングを見逃さないことが大切です。 | ※欲求がおさえられない、精神症状、身体的健康等 【医療機関】 ・依存症専門医療機関へ相談 【悩みを共有できる場】 ・家族会 ・自助グループ ※欲求がおさえられない、問題の整理、依存症関連の情報収集等 【依存症の相談機関等】 ・専門相談機関へ相談 ・お住まいの区役所へ相談 ※様々な生活課題等 【生活の立て直し】 ・お住まいの区役所へ相談 【借金等】 ・弁護士、司法書士 |
| ステージ3 人生をかけたギャンブル 回復に向けて | <input type="checkbox"/> 借金問題をギャンブルで解決しようとする <input type="checkbox"/> 一発大勝負で多額のお金をギャンブルに投じる <input type="checkbox"/> お金を横領する <input type="checkbox"/> 仕事でも借金返済のことで頭がいっぱいになる <input type="checkbox"/> 嘘をつく <input type="checkbox"/> 暴言や暴力 <input type="checkbox"/> 引きこもったり自殺を考えたりする | <input type="checkbox"/> 本人の暴言や暴力にさらされる <input type="checkbox"/> 家族の共依存を指摘されても、本人の世話をやめられない <input type="checkbox"/> 病院に連れて行こうとするが本人が拒否するため難しい 【家族・支援者等へのメッセージ】 ・暴力等からは逃げ、自分の身を守ることを最優先してください。 ・本人と距離を取ることで、本人の問題は本人に返すことが大切ですが、ご家族のみで実行することは非常に難しいため、家族会等で仲間の体験談を聞きましょう。 ・本人がどうにもならなくなり助けを求めてきたタイミングで、医療機関や自助グループ等へつなぐことが大切です。 | ※ステージ2の相談機関等を参考にしてください。 ※緊急時の対応 【周囲の人への暴力】 ・警察署(110番) 【生命の危機的状態】 ・救急通報(119番) ・救急電話相談(#7119番) |

【チェックリストの活用例】

★各ステージでいくつチェックがつかまりましたか？ステージをまたがってチェックがつくこともあると思います。より進んだステージに複数チェックが入っている場合には、進んだステージでの対応を検討することをお勧めします。

★ステージ2や3にチェックがつかった場合、緊急性の判断が必要となる可能性があります。早急に相談機関等に相談し、適切な治療・支援等を受けることをお勧めします。

【家族・支援者等へのメッセージ】

本人の心は「治療や相談を受けてみようかな」という気持ちと「絶対に受けたくない」という気持ちの間で揺れ動いています。本人を治療や相談につなげるためには本人が治療や相談を受けてみようかなと思いつくタイミングで声をかけることが効果的です。

(出典) 島根県立心と体の相談センター 自己チェックシート「あなたは、どのステージですか？」参照