

アダルトチルドレンの回復プロセス — 自助グループ参加者の事例をもとに —

菅原 早紀

「アダルトチルドレン (Adult Children)」とは、元来アルコール依存症の臨床の中から生まれた言葉で、「アルコール依存症の問題を抱えた家族のなかで成長した大人」(Adult Children of Alcoholics) を意味している。これは病名や症状ではなく、何らかの精神的な問題・困難、生きづらさを抱える人々を名づけるための概念である。これまでのアダルトチルドレン研究の中でも特に、回復に関するものは、アダルトチルドレンを生きづらさから解放することに大きく貢献してきたといわれている。しかしこれまでに研究されてきたものは、多数のアダルトチルドレンに当てはまるように回復の定義やプロセスの一般化を目指したものであり、個人が具体的にどのように回復をイメージし、回復のプロセスを辿っていくかは具体的には示されていない。そこで本稿では、アダルトチルドレンが自分の問題とどのように向き合って回復へと向かっていくのか、アダルトチルドレンの回復とは何かを明らかにすることを目的とし、アダルトチルドレンの当事者に対するインタビュー調査を行った。

調査対象者は、アダルトチルドレンの自助グループ X に参加する 6 名である。彼らに個別に半構造化インタビューを行った。インタビューで得られたデータから、個別に①問題状況、②“アダルトチルドレン”からの回復、③プロセスを経ての現状、④回復プロセスと回復の 4 項目にそれぞれ整理して分析した。6 名それぞれの回復のプロセスを整理した結果、一人一人について、苦しみや痛みといった辛い感情を抱え、迷い悩みながらも、よりよく生きることを目指して自分の問題と向き合おうとしていく姿を記述することができた。回復プロセスにおいて、多くの者が「アダルトチルドレン」という言葉に出会ったことで、行動に何かしらの変化を起し、回復へと向かおうとしていた。また、彼らが思い描く「回復」とは、一言で言えば「生きやすくなること」であるが、当事者であっても必ずしも具体的にイメージできているわけではなく、アダルトチルドレンから回復することの難しさが浮き彫りになった。そして彼らは、漠然と思い描く「回復」に向けて努力していくという、その人固有の回復のストーリーを持つことが明らかになった。

(指導教員 松林麻実子)