



ギャンブル依存症とむきあう 本人・ご家族の体験談

「ギャンブル依存症」からの回復は一直線に進むよりも、らせん階段を登るように一進一退を繰り返していきます。

依存症は本人や家族の力だけでは回復が難しいと言われます。

医療機関、回復支援施設、自助グループなど、いろいろな人と手を組んで一人で抱え込まずに回復を目指しましょう。



つながってよかった ある家族のメッセージ

今年の元旦に、半年間音沙汰がなかった33歳の長男からメールが届きました。それは、「お金も尽きたし一度実家に帰らせてもらえませんか、疲れました」でした。2年前私たち夫婦は長男の借金癖の悪さ、長男夫婦の仲の悪さで思い悩んでいる時、長女の勧めでギャマノンにつながりました。

2年間毎週ギャマノンに通い、ギャンブル依存症の息子にどのように対応すればいいのか勉強してきました。今回の長男のメールで底をついたなと感じました。実家に入れずそのまま奈良県にある施設に直行させました。いま長男は長かったギャンブル生活から離れて、普通の生活ができるような精神状態になることを目指して、施設で回復のためのプログラムに向き合っていることと思います。ギャマノンに繋がって色々なことを見たり聴いたりしてきたおかげで、奇跡的にスムーズに冷静に対応できたのだと思います。ギャマノンの仲間感謝しております。



回復の道へ ある当事者本人のメッセージ

2001年の6月、精神科に母親、姉、妻に連れられ受診、そこで「あなたは完全なギャンブル依存症」と診断され、100日間の入院生活。その時思ったことは自分の人生はこれで終わりだということです。その頃は、自分自身の問題とも向き合いきれない状態でした。

入院生活の中でGAという自助グループにつながり、はじめて自分の問題は何かと少しずつ気づかされました。退院後も自助グループに出続け、ミーティングでの分かち合いの中、仲間のお話を少しずつ聴けるようになり、また、自分の問題を話せるようになりました。

これからも仲間とのつながりをきらさず、自分を大切に生きたいと今は思います。