

研究論文

# アルコール依存症回復者の心的外傷後成長 (posttraumatic growth) に関する基礎的一研究

関西大学臨床心理専門職大学院 阿津川令子

## 要約

Tedeschi, R.G. と Calhoun, L.G. によって発表された心的外傷後成長 (posttraumatic growth = PTG) は、「トラウマティックな出来事、すなわち心的外傷をもたらすような非常につらく苦しい出来事をきっかけとした人間としての心の成長」と定義づけられている (Tedeschi & Calhoun, 1996)。PTG は彼らによって、その理論モデルの構築や尺度構成も成されており、昨今はトラウマ研究の分野やポジティブ心理学の文脈のなかで散見されるようになってきた。今日までさまざまな対象者に関する研究が蓄積されてきているが、アルコール依存症からの回復者の PTG 研究はほとんど見当たらない。

本研究では、公刊されている図書を利用し、A.A. メンバーであるアルコール依存症者 7 名分の回復手記のなかに表現されている「変化・成長」を PTG の視点から分析・検討した。アルコール依存症からの回復者の手記には、PTG に該当する表現が多数見られた。森田・一丸・大澤ら (2017) を参考に、KJ 法的手法でカテゴリー化を行った結果、『自身とのつながり』『ソプラエティ (素面) を生きる』など 6 個の大カテゴリーを得ることができた。結果をもとに、アルコール依存症者の回復手記に表現された PTG の特徴について考察するとともに、PPTG (Post-Posttraumatic Growth) についても考察を加えた。

キーワード：アルコール依存症 A.A. (アルコホーリクス・アノニマス)、心的外傷後成長 (posttraumatic growth)、心的外傷後成長のその後 (Post-Posttraumatic Growth)、アディクション関連成長 (addiction-related growth)

## I. はじめに

英語圏に、“The silver lining in the clouds” ということわざがある。雲の裏側に太陽がある場合、雲の縁が銀色のラインに輝いていることを指しているが、意識としては、暗い (ネガティブな) 出来事の裏にはポジティブなことが隠されている (包含されている)、という意味らしい。ネガティブとポジティブという 2 元論的な表現はさておき、両面がそこに同時に存在している、という意味がより重要であると思われる。

人は生きていくなかで、つらく悲しく、悲惨

で過酷な出来事に出遭うことがある。そういった事件、事故、自然災害、人的災害、病気やけがなどの出来事に出遭った人が底知れない苦しみや傷つき、もがきのなかで、特徴的な成長を示すことがある。その成長の様相は、心理学に限らず古より文学、哲学、宗教学、芸術などさまざまな分野で着目されてきた。なかでも有名なのは、「夜と霧」(1947/1983) に代表される Frankl, V.E. の著述であろう。

このような「特徴的な成長」は近年、心的外傷後成長 (Posttraumatic Growth) (以下、PTG と記す) と呼ばれており、トラウマ研究の

分野やポジティブ心理学の文脈のなかで散見されるようになってきた。PTGは、Tedeschi, R.G.とCalhoun, L.G.によって発表され、理論モデルの構築や尺度構成も成されている(Tedeschi & Calhoun, 1996)。PTGの定義としては、「トラウマティックな出来事、すなわち心的外傷をもたらすような非常につらく苦しい出来事をきっかけとした人間としての心の成長」を指す(Tedeschi & Calhoun, 1996)。

1996年以降、この魅力的な概念に関する研究が世界各地で行われてきているが、わが国においても、海外で活躍する宅香菜子をトップランナーとして、ここ20年の間にPTGに関する研究が集積されてきている(宅編, 2016b)。Taku, K. et al. (2007)がPTGを日本語版で尺度化したことにより量的研究も可能となり、質的研究とともに地道に行われてきている。

ところで、PTGの“T”は、PTSD症状に関連した、生死に関わる重大な出来事だけを指すのではない。PTGのきっかけとなるトラウマティックな出来事とは、狭義のトラウマだけでは限定されず、宅(2016a)は「出来事とその人の価値観や信じてきたことを揺さぶるような経験となったかどうか、という主観の経験が重要である」と述べている。例として、「自分がこちらの底から信頼していた人に裏切られること、資格試験や入試の不合格通知を受け取ること」をはじめとして、卑近な出来事をも挙げている(宅, 2016a)。

これまでのPTG研究のなかで、その対象は、事件、事故、災害等の被害者だけでなく、がんサバイバーやHIV/AIDS患者等の生死に関わる闘病体験や死別体験を通してのPTG(Calhoun & Tedeschi, 2006/2014; 近藤, 2012; 宅, 2010; 2016b)、原爆被爆によるPTG(森田・一丸・大澤ら, 2017)など多岐にわたって報告されてきている。

本稿は、アルコール依存症(以下、AI症と記す)回復者のPTGについて論じるが、「さまざまな疾患や障がいをもつこと」(宅, 2016a)と

述べられているように「AI症になったこと」をPTGのきっかけとして考えてもよいだろう。Haroosh & Freedman (2017)によれば、AI症を含むアディクションからの回復の過程はPTGのきっかけになり得るものであることを示唆している。彼らはまた、アディクションからの回復の過程に立ち現れるPTGを「アディクション関連成長」(addiction-related growth)とも呼称している。筆者がレビューした範囲では、そもそもアディクションと関連するPTG研究は少なく、AI症に限定されたPTGの研究論文はほとんどない。その理由はよくわからない。しかし、「AI症になったこと」も、AI症が生死を彷徨う慢性疾患、進行性疾患であるという点において、がんやHIV/AIDSなどになったことと同様に、「自分の中の信念や価値観を『新たなものに作り変えるしか他にどうしようもない』」(宅, 2014)と表現されるような出来事に違いない。筆者はAI症を、PTG研究の対象と捉えることは妥当であると考ええる。

物質依存の代表格であるAI症は、回復はあるが治癒はない病であると言われている(高木・猪野, 2002)。AI症についての基本的な事項については、阿津川(2004)を参照していただきたい。AI症からの回復には自助グループの存在が欠かせず、我が国では、日本生まれの断酒会と米国から導入されたアルコールリクス・アノニマス(以下、A.A.と記す)がそれぞれに活動しており、回復を支えている。彼らは何年何十年も「今日一日」の断酒を願いながら、仲間たちと支え合って自助グループに参加し続けている。なぜなら、何年飲酒を辞めていても一口酒を飲んでしまったら、たちまち依存症症状が再燃するからである。回復の道は再発への道と常に表裏一体で死と隣り合わせでもあり、深刻にとらえれば茨の道である。

筆者はかつて、AI症治療チームのスタッフの一員であった経験から、AI症の回復者(特にA.A.メンバー)が断酒を続けていくうちに、一患者としての単なる回復ではなく、一人の人間

としてすばらしく変化・成長していく姿を目の当たりにしてきた。A.A. の 12 ステップで目指されているように、それはスピリチュアルな成長であろうと漠然と感じられる姿であり、AI 症における PTG を感じさせるものであった。AI 症への支援をより有用なものにするため、今後、順を追って AI 症の回復者の経年変化をたどってみたい、実際に対面インタビューなどを行ったりして、AI 症の回復者における変化・成長がどのようなものかを探る必要があると思われる。本稿はその試行的な第一歩として、AI 症の回復者の手記を用いてそこに見られる変化・成長がどのようなものか分析し、PTG の視点からその特徴を比較検討してみることを目的とするものである。

## II. 方法

### 1. 分析対象

NPO 法人 A.A. ゼネラルサービス発行の「回復への道 PART4」（A.A. ゼネラルサービス, 2004）に記された回復者（匿名）7 名の回復手記を分析対象とした（表 1）。

この回復者手記集は、公刊されている図書であるが、わが国の A.A. のオリジナル出版物であり、飲酒することをやめ、回復の道を歩む A.A. メンバーたちの体験談が綴られている。A.A. による回復者複数分（地方や年齢、職業に偏りがないように編まれている）の手記がまと

まって収録されている図書で入手できるものは他にはないため、本書を対象とすることを選択した。なお、「回復の道」シリーズのうち、現在入手可能なのが、PART3 と 4 であるが、PART3 は若者シリーズであり年齢に偏りがあるため除外し、この度は PART4 のみを分析対象とした。

本書は、自身の経験を A.A. の他メンバーや今も苦しんでいるアルコール依存症者にメッセージを届けたい、という目的から執筆・投稿されている。本書の原稿は、本稿の主題である「変化・成長」に焦点があてられたものではないため、各執筆者の回復手記には必ずしも変化・成長に偏って記されているとは限らない。本書の編纂の目的はあくまでも「今苦しんでいるアルコール依存症者にメッセージを」（A.A. ゼネラルサービス, 1991）という願いである。従って、「変化・成長」に関して何ら恣意性を帯びている図書ではないことを特に記しておく。実際に、各執筆者の回復手記の前半部は飲酒時の出来事や AI 症になっていく過程が記されている。

### 2. 分析方法

以下の分析のすべては、筆者が一人で行った。

まず、筆者が執筆者 1 名分ずつの回復手記を読み込み、飲酒をやめて回復の道を歩み始めてからの「変化（認知面、行動面、感情面などすべて含む）・成長」に関する箇所をピックアップした。その後、森田・一丸・大澤ら（2017）を参考に、KJ 法的手法で分析を行った。

KJ 法的なカテゴリー化プロセスの例を図 1 に示した。まず、ピックアップした内容から、【仲間に支えられて】【できるだけ正直に】など、彼らの変化・成長を示唆すると考えられる言葉をできるだけそのまま選び出した（キーワードの抽出）。抽出されたキーワードは、1 名につき 5 ～ 89 個と幅があった（表 1）。

次に、得られたキーワードすべてを 1 枚ずつカードに記入し、KJ 法的に類似した意味内容のものをまとめた。そして「A.A. 仲間とのつながり」「おおらかでいる」など、それらのまとめ

表 1 対象の掲載ページ数、属性、キーワード数

	掲載ページ	属性	キーワード数
1	p4-20	男性	26
2	p22-39	女性	22
3	p42-58	男性	5
4	p60-82	女性	27
5	p84-110	男性	16
6	p112-134	男性	20
7	p136-166	男性	89
	合計		205

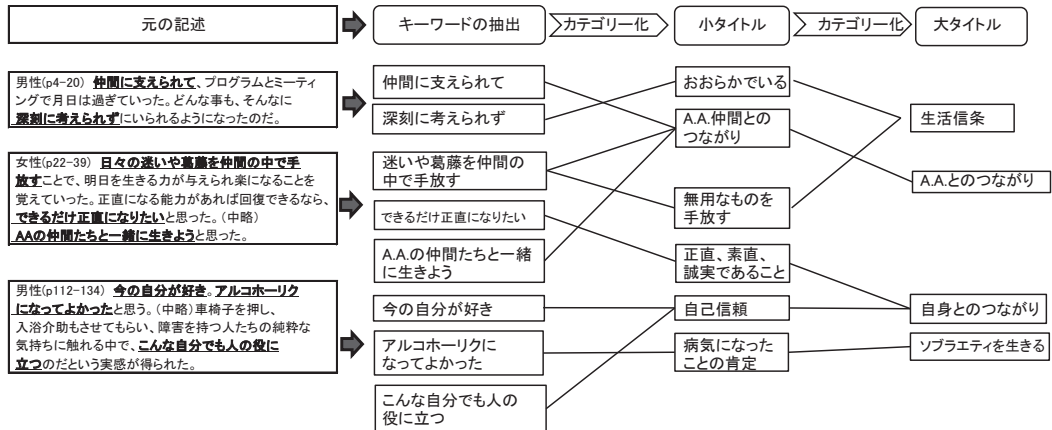


図1 KJ 法的なカテゴリー化プロセスの例

が意味するタイトルをつけた(小タイトル)。さらにこれらの小タイトルすべてを1枚ずつカードに記入し、類似した意味内容のものをまとめ、『生活信条』や『A.A.とのつながり』など、それぞれにふさわしいタイトルをつけた(大タイトル)。以下、大タイトルは『 』、小タイトルは「 」で示す。

最後に、これらのタイトルと外傷後の成長尺度(Posttraumatic Growth Inventory)(以下、PTGIと記す)(Tedeschi & Calhoun, 1996; 宅, 2014)の5領域(〈他者との関係〉〈新たな可能性〉〈人間としての強さ〉〈精神性的な変容〉〈人生に対する感謝〉)とを比較検討した。この際、PTGIの5領域に関する詳細で具体的な記述は、宅(2014; 2016a)を参考にした。

なお、PTGの視点から検討することが本研究の主な目的ではあるが、先入観を持たないように、カテゴリー化のプロセスのなかでは、PTGの5領域は脇へ置き、AI症回復者の記述そのものを大切に扱い、タイトルをつけることを心がけた。

### 3. 倫理的配慮

筆者が所属する関西大学大学院心理学研究科における倫理審査を受け、綱領を遵守したものであることが認められた。

## Ⅲ. 結果

### 1. 大タイトルと小タイトル

上記の分析方法によって得られた大タイトルと小タイトルの一覧は、表2のとおりである。回復手記から直接抽出したキーワード数も併せて示した。

キーワード数が多かった順に大タイトルを記すと、『自身とのつながり』『ソプラエティ(素面)を生きる』『霊性・霊的なつながり』『A.A.とのつながり』『生活信条』『他者とのつながり』であった。

『自身とのつながり』に含まれる小タイトルは4つあり、「自己信頼(自信、受け入れる、ありのまま、強さ)」「正直、素直、誠実であること」「謙虚、自分の弱さ・無力を認める」「過去を見つめる」であった。ここには、自身の飲酒時代の姿と向き合うこと、素直で誠実な自分であろうとすること、ありのままの自分を信じて好きであろうとすること、今の自分を受け入れようとしていること、自身の無力さを認め謙虚であろうとすること、などが含まれている。

『ソプラエティ(素面)を生きる』に含まれる小タイトルも4つあり、「新しい生き方の獲得」「飲まないで生きる喜び・平安」「感謝」「病気になったことの肯定」であった。ここには、飲ま

表2 キーワードから KJ 法的に構成した小タイトルと大タイトル

大タイトル	キーワード数 (%)	小タイトル	キーワード数 (%)
自身とのつながり	59 (28.8)	自己信頼 (自信、受け入れる、ありのまま、強さ)	30 (14.6)
		正直、素直、誠実であること	18 (8.8)
		謙虚、自分の弱さ・無力を認める	8 (3.9)
		過去を見つめる	3 (1.5)
ソプラエティ (素面) を生きる	42 (20.5)	新しい生き方の獲得	20 (9.8)
		飲まないで生きる喜び・平安	17 (8.3)
		感謝	3 (1.5)
		病気になったことの肯定	2 (1.0)
霊性・霊的なつながり	33 (16.1)	神 (ハイヤーパワー) とのつながり	24 (11.7)
		スピリチュアルな体験	9 (4.4)
A.A. とのつながり	26 (12.3)	A.A. の仲間とのつながり	16 (7.8)
		A.A. への信頼、感謝	10 (4.9)
生活信条	23 (11.2)	おおらかでいる	7 (3.4)
		やる気、元気	7 (3.4)
		無用なものを手放す	6 (2.9)
		自由になる	3 (1.5)
他者とのつながり (関係性)	20 (9.8)	家族との関係 (修復、感謝、思いやり)	13 (6.3)
		周囲の人たちとの共存、分かち合い	7 (3.4)
その他	2 (1.0)	その他	2 (1.0)
計	205 (100)	計	205 (100)

ないで生きる日々喜びや安堵感や幸福感を感じるようになったこと、新しい生き方 (病と共存して、今日一日を大切に、今を生きる、できることをやっていく、など) をするようになったこと、感謝して生きようになったこと、AI 症になったからこそ人生が振り返れたと感じていること、などが含まれている。

『霊性・霊的なつながり』に含まれる小タイトルは2つあり、「神 (ハイヤーパワー) とのつながり」「スピリチュアルな体験」であった。ここには、神 (ハイヤーパワー) への畏怖や感謝や信頼の気持ちを持っていること、自身を神 (ハイヤーパワー) に委ねていること、祈りや瞑想をするようになったこと、自分のスピリットが喜ぶ行動 (自然のなかを歩く、など) をするように心がけていること、などが含まれている。

『A.A. とのつながり』に含まれる小タイトルも2つあり、「A.A. の仲間とのつながり」「A.

A. への信頼、感謝」であった。ここには、A.A. と A.A. プログラムへの信頼と感謝の気持ち、A. A. とともに在る自分の矜持、A.A. メンバーとともに在ること、仲間への深い信頼があること、仲間に支えられ仲間を支えるという経験をしていること、などが含まれている。

『生活信条』に含まれる小タイトルは4つあり、「おおらかでいる」「やる気、元気」「無用なものを手放す」「自由になる」であった。ここには、おおらかでリラックスできるようになったこと、何とかかなと思えるようになったこと、恐れやこだわりを手放すようになったこと、やる気や生きがいや働きがいが出てきたこと、とらわれや罪悪感から自由になってきたこと、などが含まれている。

『他者とのつながり』に含まれる小タイトルは2つあり、「家族との関係 (修復、感謝、思いやり)」「周囲の人たちとの共存、分かち合い」で



あった。ここには、配偶者や子どもや親に対する思いやりや感謝の気持ちをもつようになったこと、関係性の修復がなされてきていること、一人ではないという感覚、希望を分かち合っていること、などが含まれている。

## 2. タイトルとPTGIの5領域との比較検討

本研究でカテゴリー化した大タイトル6個並びに小タイトル18個とPTGIの5領域とを比較検討した結果は、表3のとおりである。

第1の領域である〈他者との関係〉には、大タイトルの『他者とのつながり』と小タイトルの「家族との関係」「周囲の人たちとの共存、分かち合い」「A.A.の仲間とのつながり」が内容的に該当した。

第2の領域である〈新たな可能性〉には、大タイトルの『ソブラエティを生きる』と小タイトルの「飲まないで生きる喜び・平安」「新しい生き方の獲得」が内容的に該当した。

第3の領域である〈人間としての強さ〉には、小タイトルの「自己信頼（自信、受け入れる、ありのまま、強さ）」「謙虚、自分の弱さ・無力を認める」が内容的に該当した。

第4の領域である〈精神的な変容〉には、大タイトルの『霊性・霊的なつながり』と小タイトルの「神（ハイヤーパワー）とのつながり」「スピリチュアルな体験」が内容的に該当した。

第5の領域である〈人生に対する感謝〉には、小タイトルの「感謝」が内容的に該当した。

## IV. 考察

本稿では、AI症から回復途上にあるA.A.メンバーの手記に見られる変化・成長の特徴をPTGの視点から探ってみた。得られた結果をふまえて、以下の2点について考察する。

### 1. カテゴリー化とPTGの視点から見えてきたこと

得られた大タイトルである『ソブラエティ（素面）を生きる』カテゴリーには、「飲まないで生きる喜び・平安」「新しい生き方の獲得」に代表されるように、PTGの〈新たな可能性〉に該当する中核的ともいえる変化・成長が包含されている。AI症になったことにより生き方の変革を求められ、破壊されてずたずたになった土台を年月かけて一から積みなおしてきた過程がうかがい知れるカテゴリーであろう。同じく大タイトルである『霊性・霊的なつながり』『A.A.とのつながり』カテゴリーは、A.A.のもつスピリチュアルな特性（鎌原, 1998; 葛西, 2007）を考えれば、あって然るべきの変化・成長であると考えられる。A.A.は基本となる12ステッププログラムのほかに、ミーティング外のスポン

表3 タイトルとPTGIの5領域との比較

PTGIの5領域	該当する大タイトル	該当する小タイトル
他者との関係	他者とのつながり	家族との関係（修復、感謝、思いやり）
		周囲の人たちとの共存、分かち合い
		A.A.の仲間とのつながり
新たな可能性	ソブラエティを生きる	飲まないで生きる喜び・平安
		新しい生き方の獲得
人間としての強さ		自己信頼（自信、受け入れる、ありのまま、強さ）
		謙虚、自分の弱さ・無力を認める
精神的な変容	霊性・霊的なつながり	神（ハイヤーパワー）とのつながり
		スピリチュアルな体験
人生に対する感謝		感謝

サーシップ（断酒初期のメンバーと A.A. とをつなぐ役割をもつチューターのような存在とそのシステム）や仲間との関係を重要視する（葛西, 2007）。A.A. は特定の宗教集団ではないが、そこに共に在る仲間たちとの共同性と深く結びついた宗教性をもっており、葛西（2007）はそれを「A.A. の霊性（スピリチュアリティ）」と呼んでいる。『霊性・霊的なつながり』『A.A. とのつながり』は並び立って大タイトルのカテゴリーとしているが、さらにカテゴリー化を進めれば、『霊性・霊的なつながり』も『A.A. とのつながり』のなかで包含されるのかもしれない。Taku, K. が日本語版 PTGI を尺度構成した（Taku, Calhoun & Tedeschi et al., 2007）際、日本人大学生を対象に行われた調査においては、Tedeschi ら（1996）の PTGI5 領域のうち、〈精神性的な変容〉と〈人生に対する感謝〉は因子として分離させることができなかったという。そのため、日本語版 PTGI では《精神性的変容および人生に対する感謝》という領域が設定されている。しかし、本研究に限っては、日本人であっても〈精神性的な変容〉に該当する『霊性・霊的なつながり』をカテゴリー化することができた。これは特筆すべき点であろう。

筆者がさらに着目したいのは、含まれるキーワードがもっとも多かったのが『自身とのつながり』カテゴリーであったことだ。回復者たちは A.A. とその仲間たちとのつながり、ハイヤーパワーとのつながり、他者とのつながりにもっぱらの関心が向いているのかと筆者は予想していたが、実は当人たちは自覚的に『自身とのつながり』のほうで変化したと表現している記述が多かった。宅（2014）によれば、PTG のきっかけとなる出来事が、予測不可能に突然自分に降りかかってくるような場合（事件、事故、災害など）と、自分がその出来事を招いた部分、引き起こした部分が多かれ少なかれある場合とでは、生起する PTG の内容が異なっていることに言及している。AI 症の場合は、がんとは異なり、少なからず自身の飲酒行動（たとえそれ

が AI 症の症状の一つだったとしても）によって引き起こされたと認知されやすい病気であろう。このような場合の PTG にとっては「傷ついた自尊心が回復し、あのことがあって今の自分があると肯定できることが鍵になる」との宅の主張（2014）は、本研究において『自身とのつながり』の表現が多かったことの理由の一つを説明しているだろう。

## 2. PPTG について

もう一点、PPTG（Post-Posttraumatic Growth）について言及しておきたい。人生を生きるなかで、悲しく、悲惨で過酷な出来事に出遭う経験をし、それをきっかけとした成長を遂げている人にとって、PTG は生涯続くものであると考えられる。AI 症からの回復者も、AI 症を生涯の病と理解し、可能な限り自助グループに参加し続けていくだろうし、PTG の過程も続いていくだろう。これまでの PTG 研究のなかで、PTG はトラウマティックな出来事の後のもがきや苦悩の最中に立ち現れる過程でもあり結果でもある、との見解が示されている（宅, 2016b）。しかしながら、これまでの研究（特に PTGI を使った量的研究）では、PTG が結果であるような認識を推し進めてきたきらいがあることを宅自身（2016b）が自戒をもってふり返っている。同書で宅（2016b）は「PTG が必ずしも最終的なゴールではなく、その経験が、『現実の受容』や『英知の拡大』をもたらすがゆえに、『ウエルビーング』や『人生に対する満足』を導くことが示されている」とも述べている。

これに関してまず注意しておきたい点は、トラウマティックな出来事を経験した人を前にして、安易に「結果としての PTG」を期待したり求めたり話題にしてはならない、ということであろう。加えて、森田ら（2017）も指摘するように、成長という用語はとすると「成長してよかった」というような安易な楽観論につながる懸念があり、仮に PTG の過程にあったとしても、今現在そしてこれからも連綿と続く対象

者の哀しみ、苦しみは通奏低音のように流れていることも心理臨床家としては忘れてはならない。

そうはいっても、PTGが直線的ではなく途中の過程をふまえてやがて「ウエルビーング」や「人生に対する満足」を導くことがある、というのは魅力的な説である。PTGのその後、すなわちPPTGとは、トラウマティックな出来事にまつわるもがきや苦悩の経験と成長の実感とを踏まえて、新生の自分らしさを形作る、そしてその自分らしさを堂々と生きる、そういったことを意味しているのではないだろうか。ここまでがPTGで、ここからがPPTGというような区分をつけることはナンセンスだと思われるが、この度研究対象としたAI症からの回復者の何名かには、新しい生き方が定着して、すでにPPTGを生きているのではないかと感じられた記述があった。

筆者には、30年来回復を続けているAI症の知人が何名かいるが、いずれもPPTGを生きているという印象を持っている。あくまでも現時点での仮説であるが、断酒した直後(数年)は12ステップの途上でもあり強烈な飲酒欲求との切なる闘いもあいまって苦悩は大きく、それだけにPTGも大きく促進されるのではなかろうか。その後ソブラエティの期間が長くなってA.A.での活動も定着し、自らもスポンサーを務めるなど「してもらったことをして返す」ことを通してさらなるPTGが生起する。スポンサーを務めることは、PTGIの高さと正の相関があることが認められている(Haroosh & Freedman, 2017)。こうして新しく獲得したソブラエティとしての生き方が新生の私らしさとなって自然にふるまえるようになってきたとき「PPTGを生きている」と言えるのではないだろうか。AI症から長期にわたって回復しているA.A.メンバーは総じて、自分の現在の人生に満足していて幸福そうに筆者には見える。これは今後、尺度等を用いて検証する必要があるだろう。

## VI. 今後の課題

本研究では、A.A.メンバーであるAI症からの回復者の手記のなかに、PTGに該当する変化・成長を見出すことができた。AI症回復者を対象とするPTGの先行研究はほとんどないため、この度の研究は試行的・試金石的なものであり、分析対象は既存の公開図書であった。社会学の分野では南(2014)が当事者によって記述された「日記」の内容を分析しており、薬物依存症からの回復者のスピリチュアルな成長を報告している。手記の分析という手法は、その是非も含めて今後の大きな課題となるだろう。

本研究の反省点としては、キーワードのピックアップやカテゴリー化の過程を筆者一人で行ったため、多少なりとも恣意的になっている感是否めない。今後は、研究協力者を募り、合議のもとで進めていくことが必要だと考えている。

今後さらに精緻にAI症回復者にみられるPTGを調べるには、いくつかの方法論としての可能性がある。例えば、この度のような手記分析であれば、20～30年という長期のスパンで同一人物が飲酒をやめ続けるなかでどのような変化・成長を遂げてきたのかを縦断的に追うこともできるだろう(某県のA.A.メンバーについて、筆者はそのような資料を手元に持っている)。あるいはまた、一つの事例研究として、特定の人物に継時的に何度かインタビューするなかで、一個人に立ち現れるPTGをインタビュー形式で聴き取ることもできるだろう。A.A.メンバーであるAI症回復者に特有のPTG特徴がありそうなので、その特徴をA.A.という共同体の性質と照合せながら、どのようにPTG～PPTGの経過をたどるのかを量的に調査することもできそうである。その際、PTGと「ウエルビーング」や「人生に対する満足」との関係も明らかにしてみることも意義がありそうだ。

また、この度先行研究のレビューのなかで筆者は初めて「アディクション関連成長」という概念に出会った。詳細についてはまだわかって



いないので、この概念のレビューを進めることも課題としたい。

以上の課題をふまえ、さらには一心理臨床家として、AI 症を含めたアディクションの方々への支援をより有用なものにするための方法についても考察していきたい。

## Ⅶ. 結び

理系・文系を問わず、研究というものが世のため人のために貢献できるものであろうとするならば、AI 症からの回復者の PTG 研究の意味とはどういうものであろうか？ A.A. メンバーたちは、AL 症回復の過程を通してスピリチュアルにめざめ、現代を生きる私たちが忘れてしまいがちな「超越的な存在や身近な仲間とのつながり」を大切にしながら、「今日一日」をモットーに生きている。その姿や語られる内容は、ノン・アルコールリックである私たちにも深い感銘と勇気を与え、「生きること」「いのち」について想いをめぐらせる機会を与えてくれると言えるだろう（阿津川, 2004；2006）。コロナ禍の渦中であって、ともすればダークサイドに落ちそうな昨今だからこそ、闇のなかに一筋の灯りを灯すために、ささやかながら尽力していきたい。

## 謝辞

NPO 法人 A.A. ゼネラルサービスの方には、発行書籍である「回復への道」を研究対象とすることに対して、ご許可をいただいた。記して感謝申し上げます。

## 文 献

- A.A. ゼネラルサービス (1991) あとがき, 回復への道 — それぞれの場合 —, A.A. 日本出版局, 138-139.  
A.A. ゼネラルサービス (2004) 回復への道 — そ

- れぞれの場合 — PART4, A.A. 日本出版局.  
阿津川令子 (2004) 専門機関と地域の力 — アルコール依存症治療スタッフとしての経験から —, 追手門学院大学地域支援心理研究センター紀要, 創刊号, 5-18.  
阿津川令子 (2006) トラウマ教育を考える, 追手門学院大学教育研究所紀要, 24, 27-36.  
Calhoun, L.G. & Tedeschi, R.G. (2006). Handbook of Posttraumatic Growth: Research and Practice. 宅香葉子・清水研 (監訳) (2014) 心的外傷後成長ハンドブック, 医学書院.  
Frankl, V.E. (1947). EIN PSYCHOLOG ERLEBT DAS KONZENTRATIONSLAGER. 霜山徳爾 (訳) (1983) 夜と霧, みすず書房.  
Haroosh, E. and Freedman, S. (2017). Posttraumatic growth and recovery from addiction, *European Journal of Psychotraumatology*, 8 (1). doi:10.1080/20008198.2017.1369832.  
葛西賢太 (2007) 断酒が作り出す共同性 アルコール依存症からの回復を信じる人々, 世界思想社.  
鎌原利成 (1998) 霊的成長における超越性と共同性の問題: アルコール依存症からの回復と AA, 京都社会学年報, 6, 61-79.  
近藤卓 (編) (2012) PTG 心的外傷後成長, 金子書房.  
南保輔 (2014) 断薬とスピリチュアルな成長: 薬物依存からの「回復」調査における日記法の可能性, 成城文藝, 227, 1-21.  
森田裕司・丸藤太郎・大澤多美子・倉永恭子・財満義輝・中嶋みどり (2017) ヒロシマ原爆被爆者の人生を支えたもの 面接調査の発言の KJ 法による分析, 心理臨床学研究, 35(3), 256-266.  
高木敏・猪野重朗監修 (2002) アルコール依存症 — 治療・回復の手引き —, 小学館.  
Taku, K., Calhoun, L.G., Tedeschi, R.G., Gil-Rivas, V., Kilmer, R.P. & Cann, A. (2007). Examining posttraumatic growth among Japanese university students. *Anxiety, Stress and Cop-*

*ing*, 20, 353-367.

宅香菜子 (2010) がんサバイバーの Posttraumatic Growth, 腫瘍内科, 5(2), 211-217.

宅香菜子 (2014) 悲しみから人が成長するとき —PTG, 風間書房.

宅香菜子 (2016a) PTG とは —20 年の歴史. 宅香菜子 (編), PTG の可能性と課題, 金子書房,

2-17.

宅香菜子編 (2016b) PTG の可能性と課題, 金子書房.

Tedeschi, R.G. & Calhoun, L.G. (1996). The Post-traumatic Growth Inventory : Measuring the Positive Legacy of Trauma, *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455-471.