



OHANA

特定非営利活動法人 ジャパンマック

サポートセンターオ'ハナ

統括施設長 ジャパンマック理事

精神保健福祉士 枇杷 優子



サポートセンターオ' ハナ

総合支援法 障害福祉サービス多機能型事業所

○自立訓練（生活訓練）

開所日：毎日

開所時間：9時～17時30分

取り組み：ミーティング・ヨガ・パッチワーク
バドミントン・ドラマセラピー
ワークブック・個人面談

支援目標：依存物を使用せず社会参加



サポートセンターオ' ハナ

総合支援法 障害福祉サービス多機能型事業所

○就労継続支援B型

休日：土日


作業時間：10時～15時30分

取り組み：就労機会の提供→軽作業 清掃業務

職業訓練→パソコンを用いた作業訓練

その他→依存症からの回復プログラム

支援目標：依存物を使用せず社会参加





ナイトケアホーム

○東京都福祉ホーム 定員10名

家賃は東京都の補助により無料

生活費のみご本人負担

○グループホーム 定員1名

生活費と家賃は本人負担 家賃53,700円

家賃は生活保護や障害福祉サービスから捻出できる


○自主運営 定員4名

生活費と家賃は本人負担 家賃53,700円



依存症って

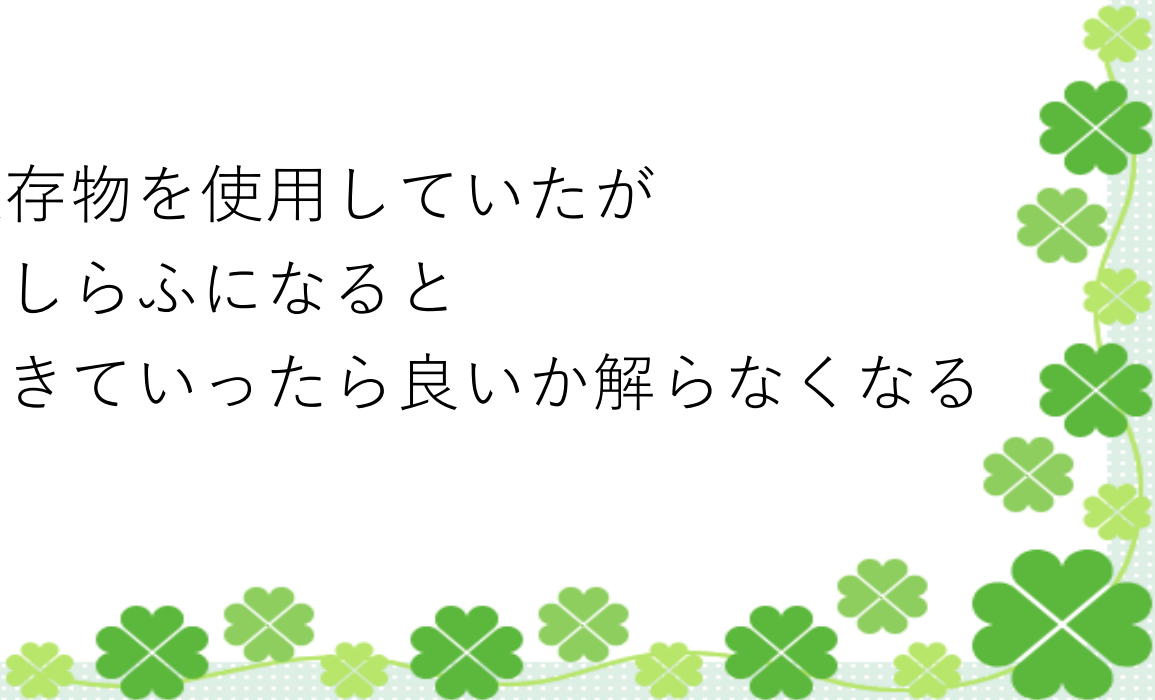
- 人を信じられない（信頼障害）
- 子供の頃から、生きづらさを抱えている
- 感覚を麻痺させて（心・体）生きるために依存物が必要
- 感情を抑圧している。自分を見失う。
- 他人の言いなりになる、もしくは他人に反応して動く
（人間に依存する）
- 両価性　いつも正反対のことに心引かれて迷っている
- 世間から、少女の時は弱弱しさを求められ、母になると気力
体力の充実した女性を求められ困惑⇒耐えられない・怒り

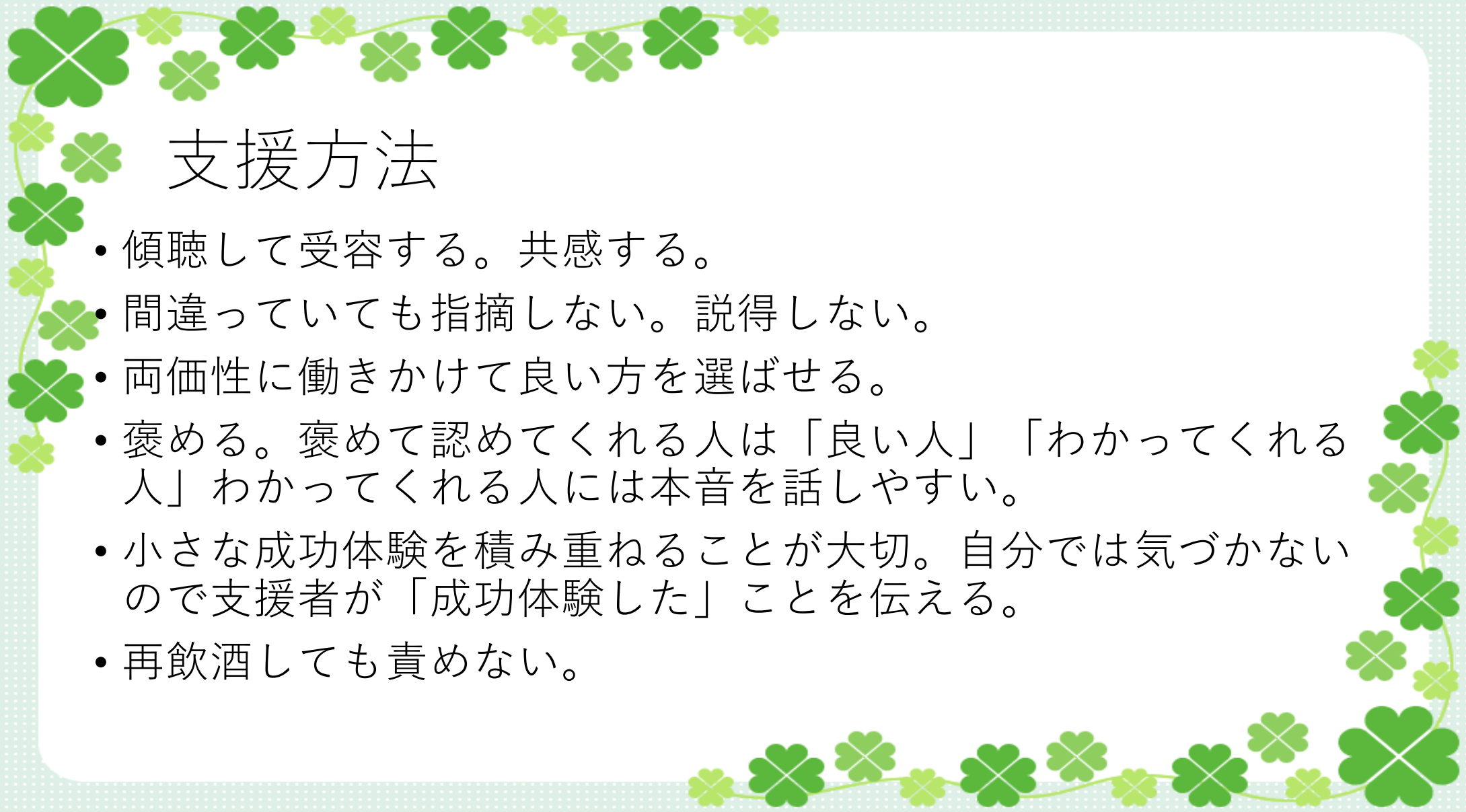


女性依存症者の中には

- 性被害
- 暴力被害

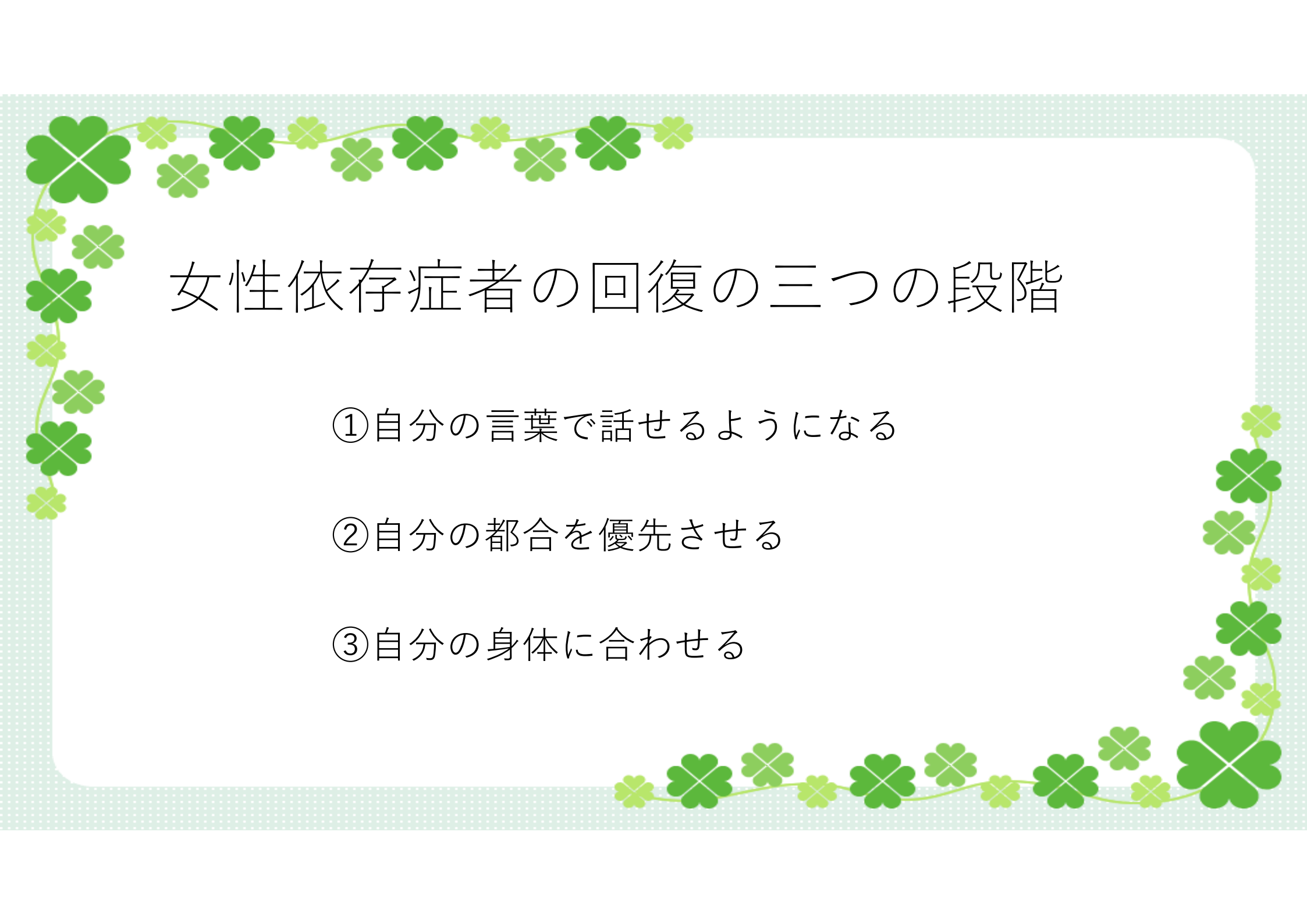
辛さから逃れ生きるために依存物を使用していたが
断酒断薬・食べ吐きを止め、しらふになると
辛い記憶が蘇りどうやって生きていったら良いか解らなくなる
カウンセリングも必要





支援方法

- 傾聴して受容する。共感する。
- 間違っているとしても指摘しない。説得しない。
- 両価性に働きかけて良い方を選ばせる。
- 褒める。褒めて認めてくれる人は「良い人」「わかってくれる人」わかってくれる人には本音を話しやすい。
- 小さな成功体験を積み重ねることが大切。自分では気づかないので支援者が「成功体験した」ことを伝える。
- 再飲酒しても責めない。



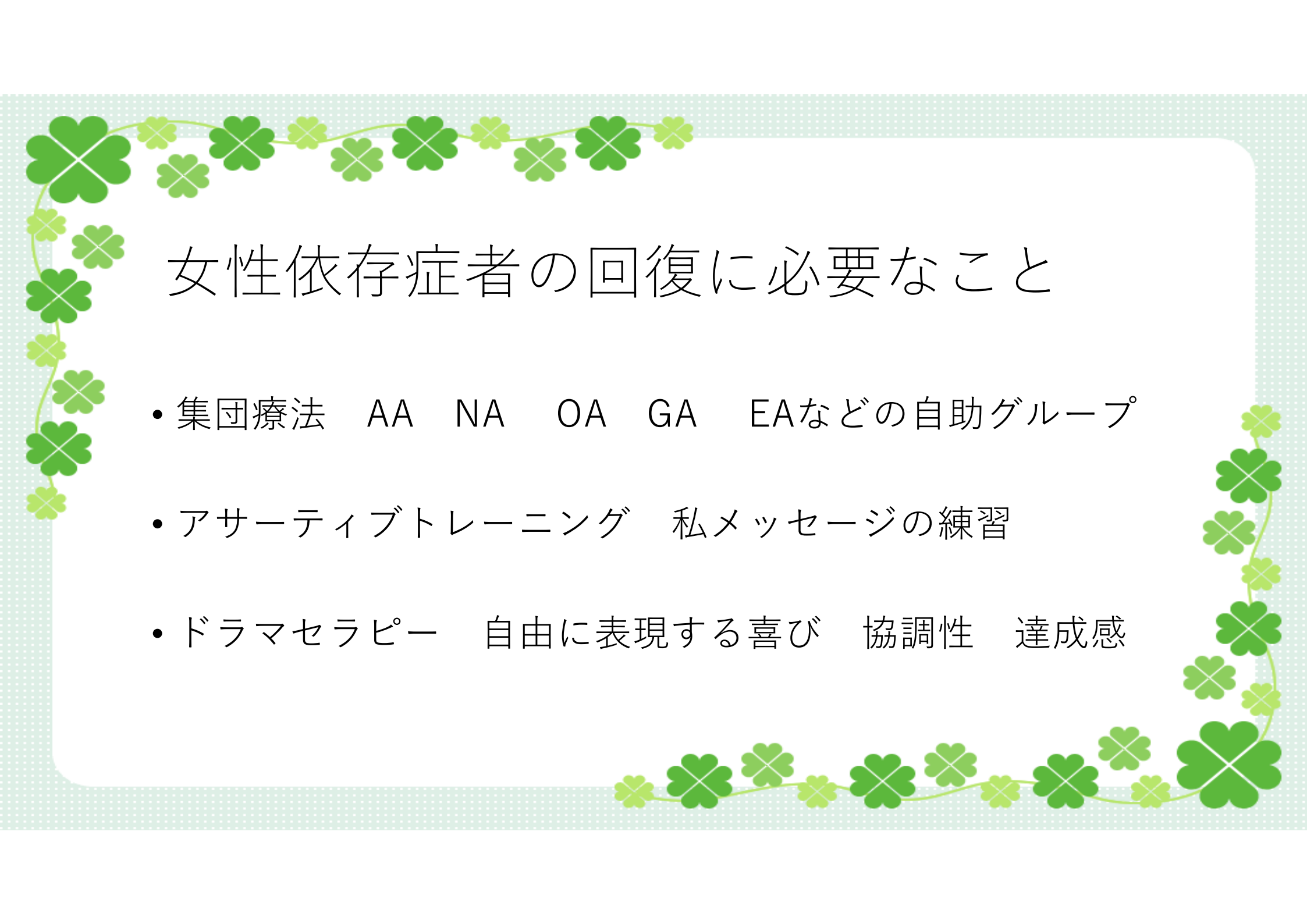
女性依存症者の回復の三つの段階

- ①自分の言葉で話せるようになる
- ②自分の都合を優先させる
- ③自分の身体に合わせる



女性依存症者の回復に必要なこと

- 感情を表現する（抑圧すると自分を見失う）
自分の感情を把握する。味わう。表現する。共感する。
- 自尊心を取り戻す・育てる
自分なんかできない。責任をもって現実の自分を愛す。
自己主張できるようになる。
- 対人関係能力を育てる
他人との適切な距離を取る。他人の言いなりにならない。



女性依存症者の回復に必要なこと

- 集団療法 AA NA OA GA EAなどの自助グループ
- アサーティブトレーニング 私メッセージの練習
- ドラマセラピー 自由に表現する喜び 協調性 達成感

終わり…

ご清聴ありがとうございました

