

ハイランドレポート

(高原通信)

Highland report !?

D.A.R.C 那須アディクションケアセンター

ニュースレター 第11(2004. 2. 23)

コン・ゲーム プログラム

施設長 栗坪千明

最近はとても暖かい日が続いて、1 週間ほど前までの毎日雪がパラツいていたことなんてうそのようです。

いつも、皆様にはセンターへのご支援ならびにご協力ありがとうございます。

さて、今回は毎度の週間プログラムに載っている「コン・ゲーム」というプログラムについて少しさわりを説明したいと思います。

「コン・ゲーム (con-game)」なんて聞きなれない言葉ですが、英語圏の国ではよく使われている言葉だそうです。日本語にすると「信用詐欺」となるそうです。日本にも「いたちごっこ」なんて言葉がありますが、そんなふうに使われているようです。コン・ゲームという言葉は薬物依存者に対してよく使われる言葉で、私たちにはちょっと耳が痛いところです。

このプログラムは薬物使用にいたるまでの部分の考え方を変えていこうとするプログラムで、とても実践的です。海外で開発されたプログラムを日本風にアレンジしています。その一部を次のページに掲載します。

Playing the con-game

薬物依存からの回復は、困難でつらいことである。しかし、つらくても自分や他人に正直である必要がある。生き方を変えなくては回復はありえないが、とても難しいことである。それとともに回復は他の人と共に平安に暮らす機会を与えてくれる。

もし、悪い方向に向かう考え方や行動のパターンに従っていたら、回復するための作業は、より骨の折れるものになるだろう。あなたは人生の多くの部分を“”することに費やしてきたことを認める必要がある。

それは、欠点のある信念を認めることを助け、行動を変える際の励みになるだろう。その作業は「行動に責任を取り、徹底的に正直になる。」という方針に従うことが必要である。

- ・“con-game”とは、大方の薬物依存者にとっての自動思考である。
- ・人が正当で貴重な人生の堅実な土台として役にたつ価値観や習慣を確立することを妨げている。
- ・“con-game”にはまりこんでいると、他人をバカにしようとするだろう。
- ・他人にあてはまるルールは、われわれにはあてはまらない。
- ・われわれは他人がわれわれを尊敬し、畏れることを期待しているが、お返しに尊敬することはない。
- ・われわれはしたことなく、言ったことによって判断されたい。
- ・楽しみのために何かをすることよりも、楽しみそのものが欲しいのである。
- ・他人を犠牲にしてまでも欲望のままに生きたいのである。
- ・“con-game”から抜け出すことは難しい、なぜなら他人をだますのに忙しく、自分自身をだましていることに気付かなかったからである。

いかがでしょうか、ほかにもいろんなテキストを使います。結構楽しみながらやれるので効果も期待できると思ってやっています。



仲間と共に

依存症 Q00

先日ついに名実ともにめでたく栃木県民になりました！！（住民票移動）

那須ケアセンターでの生活も5ヶ月目を迎えて仲間と和気藹々楽しい？日々を過ごしています。

昨年12月24日に1年のバースデーを迎えて、振り返れば仲間
に迷惑ばかりかけていた1年間でした。

「とりあえず1年間がんばるぞ！！」という目標を達成した私は心に
ポッカリ穴が開いた状態でした。

「さてこれから何を目標にして生きてらいいのか・・・？」1年たっても
社会復帰できない自分自身に苛立ちを感じていました。

仲間と一緒に毎日生活をする事や、当たり前
のように薬物使用が止まっていることに慣れて
しまっていて、施設での生活に正直飽きてし
まっていました。



そんな頃、お正月に磐梯ダルクと秋田ダルク
の仲間を迎えて、日頃聞けない新しい仲間の
話を聞いているうちに、スリップして苦しくてダ
ルクに助けを求めた頃を思い出しました。

1年前にスリップして施設に戻る際に私は、母親に電話で「ダルクに
戻ってやり直します！」「将来はダルクのスタッフになって仲間の手助
けをする」と言ったことを思い出しました。

入寮時からスタッフになりたいと、なんとも大それたことを考えてい
たものだと思えますが、その時はスリップした勢いも手伝っ
て本気で思っていました。

しかし、実際は施設生活を続けて行くにつれて仲間の手助けをする
ことよりも自分の回復すら何も出来ていないことに気づきました。

長野ダルクの仲間から大きな気づきを貰い、大きな転機を迎えて那
須ケアセンターに辿り着き、仲間と色々な面で分かち合い生活できる

ようになってきました。

こんな私に車の運転をすることやキッチン・ワークグループ(日常生活の作業や調理)のサポート役を任されるようになりました。

少しずつ仲間の手助けをすること、仲間に必要とされることに喜びを覚え始めました。

そして今はスタッフ研修に入り「仲間の手助け」という新たな目標を得ました。

しかしスタッフとはいえ仲間同様の薬物依存者、自分の回復と成長を第一に、初心を忘れずに仲間とともに歩んでゆきたいと思います。



支援会員募集のお知らせ

昨今、社会問題の一つとして若年層者の薬物使用の増加が叫ばれています。薬を止められなくなってしまった人達の回復の場として、那須ケアセンターは薬物乱用防止の一役割を担っていると自負しております。

しかし、いまだ補助制度の利用が出来ない状態なので、皆様のご協力が必要です。ぜひ支援会員となって薬物依存者の回復にご協力下さい。

年会費一口五千元より ※別紙払込表でお申し込みお願いします。

また、現在施設維持費及び整備費が不足しており運営が軌道に乗るまでの間皆様の末永い支援をお願いいたします。

週間プログラム

日	土	金	木	水	火	月	曜日 時間
● セルフケア	起床 7:20 ・ 朝食 7:30						
	● ミーティング	● ミーティング	● ミーティング	● ミーティング	● ミーティング	● ● ミーティング スタッフ ミーティング	午前(九時～十時半)
	作業班・調理班の仕事・昼食 等						
● セルフケア	● セルフケア	● オキユベイシヨナル プログラム (山林作業・パソコン)	● ● ステップミーティング コン・ゲーム	● ● スポーツプログラム (那須SS・スキー・スノボ)	● ● ハウス ミーティング 洗車		午後(一時半～三時)
夕 食							
● 須賀川カトリック教会 (第一日曜日)	● センター	● 大田原カトリック教会	● センター	● 那須カトリック教会	● センター	● ● 松が峰カトリック教会 (宇都宮) 郡山細沼教会	NAミーティング
就 寝 23:30							



全員集合

献金・献品をいただいた方

つくば家族会様 秋田ダルク様 京極明子様 浅野喜美夫様 井澤和子様
水井清次様 高橋美紀様 那須ケアセンターを支援する家族会様
大藤礼子様 杉岡栄治様 近藤英也様 福田澄夫様 鈴木淑子様
鈴木鈴代様 向井勝實様 光星学園様 聖血礼拝修道院様
原山抱平様 吉沢弘道様 大橋房子様 益田マユミ様

匿名3名様

お礼

那須ケアセンターに運営資金ならびに献品をいただき心より感謝しています。
本当にありがとうございました。

ホームページ開設お知らせ。

那須ケアセンターに、ホームページが出来ました。施設紹介や仲間の体験談など、色々な情報が盛り沢山です。ぜひ一度ご覧になって下さい！



<http://www5f.biglobe.ne.jp/~NACC/>