

ギャンブル依存 (PG※) の心理

: 認知行動療法介入の視点から



神村栄一 (新潟大学)

※PG : pathological gambling

1. PGについてわかっていること
2. PGの認知行動的特徴
3. PG介入の実際

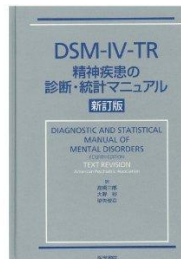


1

PG(病的ギャンリング)の診断基準

(DSM-IV=TRでは、以下のうち5項目以上)

- ／ギャンブルで頭がいっぱい
- ／さらに興奮したいという欲求
- ／止めることに失敗の経験
- ／やめると情緒不安定に陥る
- ／他の苦痛から逃れるためにする
- ／深追いしてしまう
- ／家族や支援者に嘘をつく
- ／お金のために違法行為
- ／大切な関係・生活の基盤を危機にさらす
- ／経済的支援を求めるようになる



3

用語について

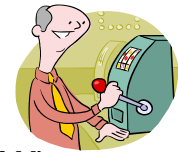
pathological gambling

DSM-IV-TR日本語翻訳では、「病的賭博」

ただし、賭博のイメージ(違法ギャンブル?)から、

「病的ギャンリング」表記も多い。

その他、pathological以外に、compulsive、problematic、at-risk、などとし、PGよりもやや基準をゆるやかにした層を対象とすることもある。



2

ギャンブル依存 (PG) の心理

: 認知行動療法介入の視点から

神村栄一 (新潟大学)

1. PGについてわかっていること

2. PGの認知行動的特徴
3. PG介入の実際

4

さまざまな依存症の問題とPGの位置づけ

- ・喫煙、アルコール、麻薬・覚醒剤、 ← **物質(薬物)依存**
- ・ギャンブル、買い物、 ← **プロセス(活動)依存**
- いわゆる大人の「風俗」通い、
- 自傷行為(リストカット、抜毛、)、
- 過激なダイエット、食べ吐き、
- スリルだけの犯罪(万引き)、暴力、
- 異常な性行為、仕事中毒(?)
- ・共依存(親子、夫婦等)、恋人 ← **(人間)関係依存**

5

世界におけるPG

生涯有病率・・・0.8%~2.5%?

米、カナダ、スペイン、
オーストラリア等で、高い、
多くはいわゆる、カジノ

↑

GA: ギャンブラーズアノニマス

認知行動療法、その他、心理療法、集団療法、
薬物療法、

7

さまざまな併存症:

- うつ状態(5割?とも)、きっかけ、あるいは結果、
- 不安障害(特に社交不安):ひとりにいたい?
- 統合失調症:生きにくさから逃れて、
- 発達障害:生きにくさから逃れて、
- その他、衝動性反社会性の問題:
- クロスアディクション**: &酒、&薬物、&買い物?
- 自殺**:大うつやアルコール依存より高い?

6

我が国におけるPG

公営ギャンブル

中央競馬、地方競馬、競輪、競艇、オートレース
パチンコ・パチスロ

宝くじ・ロト

アングラ系・・・ポーカー、
野球賭博、

投機?FX

8

パチンコとその社会問題

市場規模：**23兆円!**とも (H19国家予算が82兆円)

パチンコ人口：1450万人 (減少傾向)

(「レジャー白書, 2008まとめ)

「多重債務の原因の2割がパチンコ」

(「クレジットカンパニー協会」, 2003)

「パチンコ依存症者数、推定50~100万人超」

(福田, 2004)



9

パチンコ業界は守られている?

法律上は、ギャンブルではなく、“風俗”
風営法によって守られている。ゲーセンと同じ、
ゲーセンと同じなのに、換金できるシステムは本来法律
違反、警察の取り締まり対象となるはずだが、…
ほぼ、日本だけの娯楽システム、
韓国にもあったが2008, 6月に法律で全面禁止に
公営ギャンブルなら、さまざま管理され規制もあるが、そう
でないために、胴元ほったくりということも、あり得る。
業種別脱税では、しばしば上位に。

11

ギャンブル依存と性別

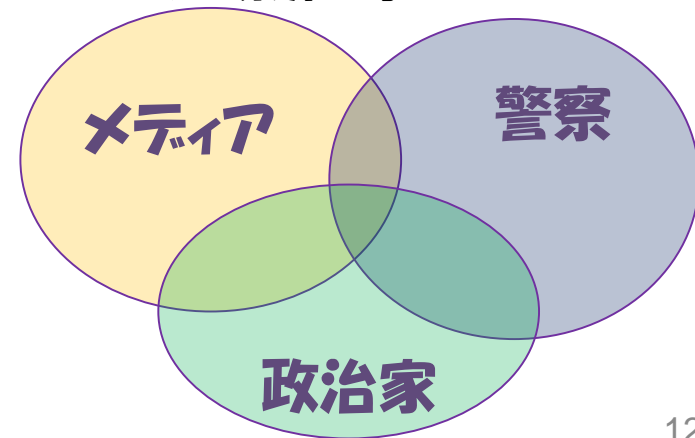
基本的に、**男性 > 女性**は確かだが、一般に思われている
ほど、女性が圧倒的に少ないというわけではない。遺
伝的影響の働き方には基本的に男女差なし、とも。

若年層では、男女差顕著だが、30代以降、
高齢になるほど差は縮まる傾向にあるとされる、

女性の場合は、覚えてから深刻な依存に至るまでが早い、
などの指摘も ← “時間” と “お金” の自由度の関数?


10

パチンコ業界は守られている?



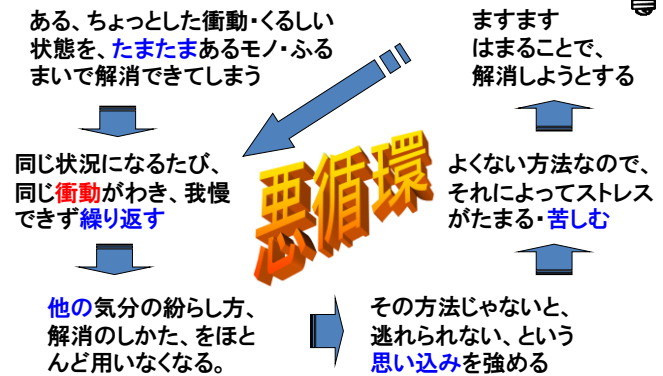
12

ギャンブル依存 (PG) の心理
 : 認知行動療法介入の視点から
 神村栄一 (新潟大学)

1. PGについてわかっていること
 - 2. PGの認知行動的特徴**
 3. PG介入の実際
- 

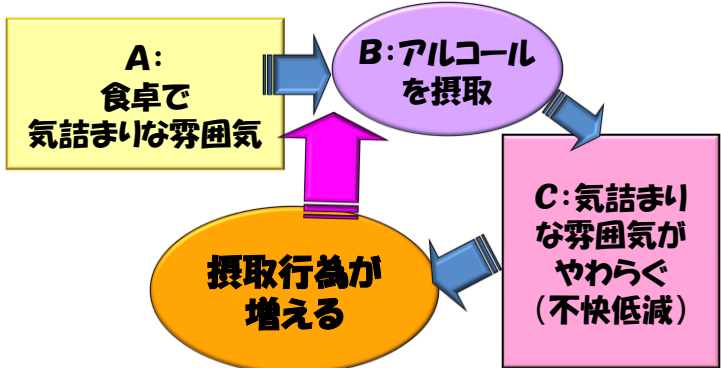
13

心理教育: 依存症の悪循環



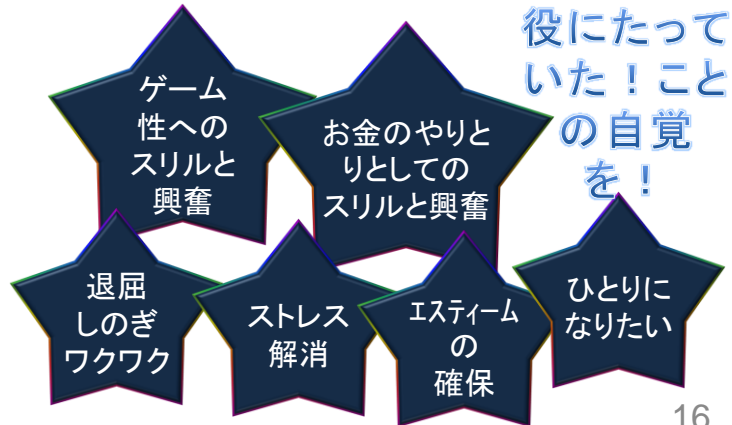
14

依存になると、好子出現型というより、嫌子消失型の強化で維持されている…



15

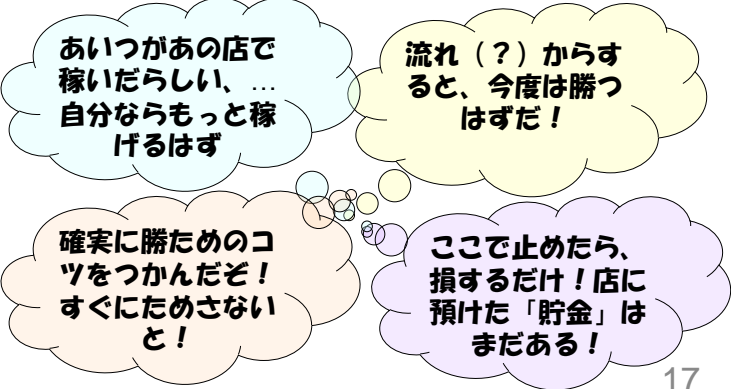
なぜ“はまる”? :ギャンブルの機能



16

典型的けち&負けず嫌い思考

➡ギャンブル行為への言い訳として機能



17

ギャンブル依存 (PG) の心理
: 認知行動療法介入の視点から

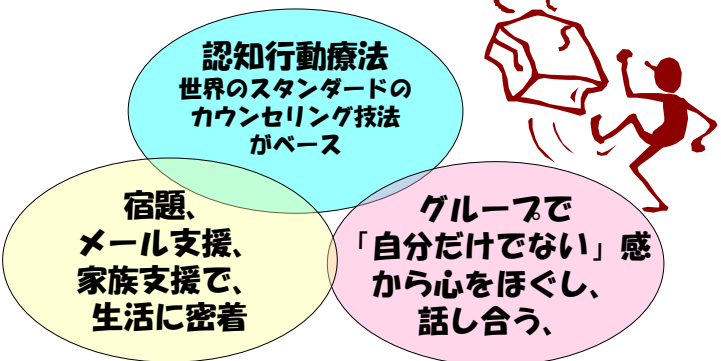
神村栄一 (新潟大学)



1. PGについてわかっていること
2. PGの認知行動的特徴
- 3. PG介入の実際**

18

ギャンブル依存のための集団カウンセリング 3つの要素



19

動機づけの刺激

依存であり、やめた方がよいか、やめる方法について専門家の話を聞いてみよう、と考えたのは?

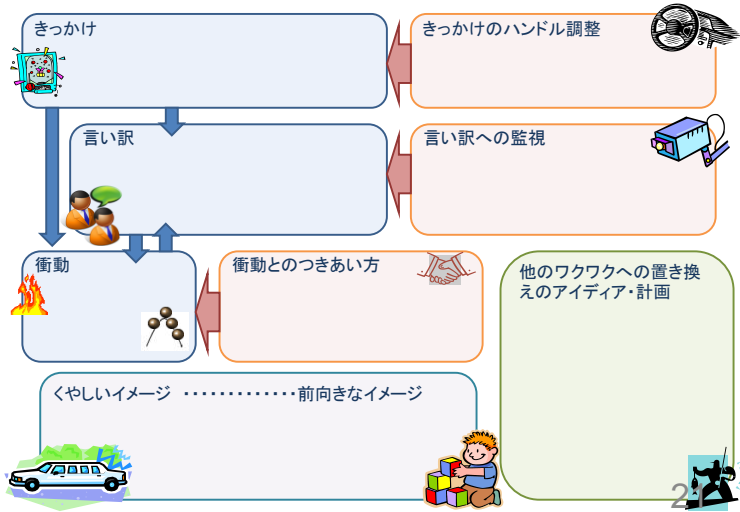
ギャンブルで、どうなった?

ギャンブルがなかったら、どうなっていた?

10年にはどうなっていたらいい、
5年度には?
2年度には?.....半年後、3ヶ月後には?
どこまで達していたらいい?



20



きっかけ(ひきがね・trigger)

<p>情報 広告、雑誌やネット、 G仲間、同僚から、</p>	<p>お金 “+”: 臨時収入 “-”: 損失補填</p>
<p>時間 予定外の余り、 監視されない、</p>	<p>気分 アルコール ハイテンション</p>
	<p>区切り ひと仕事、 記念日、</p>

きっかけのハンドリング

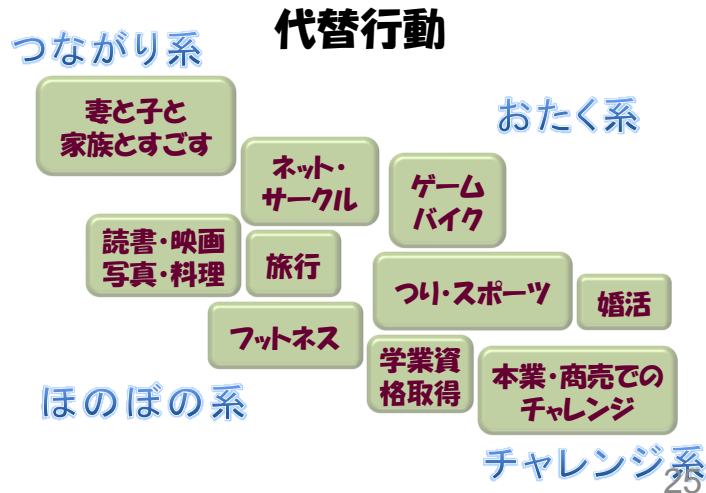


<p>物理的に 制御 認知的に 対処</p>	<p>物理的に 制御</p>
<p>家族に 連絡 代替活動</p>	<p>認知的に 対処し、代 替活動へ</p>

いいわけ(非機能的自動思考)

<p>少資金で大 金を得る手 他にない</p>	<p>コツは つかんだ</p>	<p>ストレスが 貯まってる</p>	<p>仕事・立場 上必要だ</p>
<p>運だめし しないと</p>	<p>みすみす チャンスを 見逃すのは</p>	<p>何事も 経験だ</p>	<p>ひさしぶり だから</p>
<p>遺伝だ・長 いことやっ てきた</p>	<p>死なないと やめられな いという</p>	<p>他の解消 法ないから</p>	<p>飲む・買う はしないし</p>

~~EXCUSE~~



嫌悪増感法

パチンコで勝てるか？

さくらの存在: アルバイトをやとって、わざと勝たせる。店には二つの大きなメリット。「この店はよく出る」の印象形成、そして、もうひとつ重要な役割がある...

26

手がかいエクスポージャー

エクスポージャーの理論的根拠と基本手続き

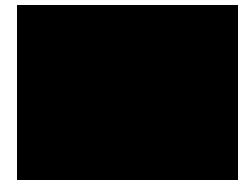
望ましくない、コントロールを高めることが求められる感情や衝動は、それらに誘発され出現する行動(能動的・受動的回避、他への攻撃や自傷、その他の強迫的なふるまいや思考)の遂行によって、直後には緩和・解消されるが、長期的には維持される(慢性化する)。

変容のためには、守られた環境(治療セッション)において、意図的に感情や衝動を喚起させたまま、普段なら即誘発される習慣的な行動を遂行せず一定時間を経過させ、感情や衝動が自然に落下するという経験を繰り返す。

その結果、感情や衝動への個人コントロールが高まる。

27

手がかいエクスポージャー



28

感情や衝動の手軽な制御法

リラクゼーション

呼吸法、
瞑想法、
筋弛緩法、
心像法、
動作法、

29

再発防止の介入

悪い予測とタイムマシンのワーク

Q: 1年に、スリップしてしまうとしたら、どんな状況(きっかけ)か?

Q: タイムマシンで、まさにその1年後、スリップする直前の自分は、どんな言い訳を浮かべているか。

Q: では、その自分に、声をかけてください。

31

セッションをつなぐメール支援

カウンセリングの中でのキーワード、セラピストが得た小ネタを、提供、

- ・「あの国の養分にはなりたくないし。。」
- ・経験者から聞いた、らくら、の実態。現金やりとりの現場について。
- ・時間にゆとりができたらず奥さんメール、

30

再発防止の、積み上げのイメージ

ルール

- ・キャンブルしな
い1日で、積み
木1個。
- ・キャンブルした
ら(スリップ)、
また1から。

32

補:大きな予測変数:家族との関係

家族(配偶者ないし親)を、

隠し事をする対象とするか、

自分の努力のための

協力者にできるかが、

分水嶺かも。



33

集団カウンセリングの効果?

過去に集団カウンセリングに参加したある男性から感想文

先生のご指導により、自分を見つめなおすことができました。妻にも、本気でパチンコをやめることを示すことができました。妻のパートの1年間のかせぎ以上を、パチンコで無駄にしたのです。今は、本当に感謝しております。(これから、という方に)アドバイスできるようことはありませんが、依存症の人には、早くパチンコ以外のストレス解消法を見つけるか、仕事や家族の用事で忙しく自由な時間をとれない日が続くようにしてみるとかで、パチンコへの気持ちもなくなると思います。がんばってください。

自分の場合は、子供の学費のことを考える、ことのほか、地上波デジタルのテレビ、ビデオを購入し、家族いっしょの時間・話題をもち、番組録画などで、たのしい時間をすごしております。

35

集団カウンセリングの成果

Aさん: カウンセリング後にやめる、1年後、お金をつかったがすぐ反省
 Bさん: 定額ゲームを奥様とのルールに、その後しなくなった、
 Cさん: カウンセリング後にやめたが1年ほどは時々、2年後やめている
 Dさん: カウンセリング後一度もしていない、自信がついた
 Eさん: カウンセリング後1度だけ、でも反省し家族協力でやめている
 Fさん: カウンセリング後は自信なかったが、以外にもやめて1年、
 Gさん: 完全にやめた、他のたのしみに夢中
 Hさん: すでにやめかけていたが、さらに自信ついた、やめている
 Jさん: カウンセリング中の失敗を大いに反省、1年ほど頑張っている、
 Kさん: 正直、ときどきつかっているが、額はだいぶ減った
 Lさん: カウンセリング途中で失敗、その後参加せず、

以上、カウンセリング参加後の経過を確認できている範囲から

34

集団カウンセリングの効果?

過去に集団カウンセリングに参加したある男性から

先日はどうもありがとうございました。とても為になり、まだまだ帰りたくありませんでした! パチンコという遊びをあんなにいろんな方面から考えたのは初めてでした。このセミナーを、きっかけに本当に辞めれて健全なお金の使い方を身につけたいです。次回も必ず行きますので宜しく願い致します。

パチンコに代わる【わくわく】が釣りになりました。どんな仕掛けを買おうか、堤防の先7km先まで行く自転車はどう改造しようかとか、思考がいろいろなことに興味が持てるようになり、神村先生大感謝しております!(30代男性)

36