

ギャンブラーズ・アノニマス

gamblers · anonymous

回復する若いギャンブラー

young gamblers in recovery

そこへ行き着く

私たちがGAに来た理由はたくさんあります。私たちのほとんどは学校、家庭、仕事、家族や友人たちとのかわりとは関係なく、自分たちのアディクションによって起きた問題をもはや処理できなくなったのです。私たちは、自分でやめようとしたことが、無駄でした。(ときどき両親や家族たちからの脅かしがこわくて)私たちは、“底つき”に到達したのです。

底つき

私たちの多くは学校で落第したり、仕事を失ったり、犯罪を起こしたり、ついに刑務所に入ったりして底をつきました。ギャンブルをして私たちの生活はどうにもならなくなったことがわかりました。またアディクションを隠すために嘘をつきました。自分自身だけでなくガールフレンドやボーイフレンドや家族や周の人々を傷つけました。“ギャンブル(賭け事)”にのめり込んでしまってから、誰も来てくれなくなってしまいました。どんなに一生懸命やめようとしても、どんなに約束をしてもだめでした。ある人はこの“底つき”までいかなければなりませんでした。何人かは運良く助けを求める決心をしました。いずれの場合も私たちの残されたたった一つの方法が、GAに行くことでした。

では何を

最初に“私たちは若いのでアディクト(悪い癖)にはならない”と思っていましたが、それは取りのぞかなければなりません。

あなたがアディクトかどうか疑わしい時は、次の質問に正直に答えて下さい

- 1) ギャンブルのために学校や仕事に行かなかったことがありますか？
- 2) ギャンブルのためにあなたの家庭生活は不幸ですか？
- 3) ギャンブルのためにあなたの評判が悪くなってはいませんか？
- 4) 帰宅のためのバス賃や他に使う小銭なのに、最後の1円までギャンブルに使ってしまいますか？
- 5) ギャンブルのお金を作るために、嘘をついたり盗んだり借りますか？
- 6) “ギャンブルの元手”を普通のものに使うのは気がすまないですか？
- 7) 負けた後ですぐにまたやって、負けを取り戻さないとならないと思いますか？
- 8) ギャンブルは学校や仕事より大事ですか？
- 9) ギャンブルのために不眠になったことがありますか？
- 10) ギャンブルの問題を解決する方法として、自殺を考えたことがありますか？

GAの会場に一人入って全く知らない人たちのなかで、自分にギャンブルの問題があることを認めることが今まで一番難しいことでした。でも通っているうちに私たちは、仲間に理解されていることをはじめて感じるようになり、友人に囲まれているだということが少しずつ分かり始めました。会場のなかでは、GAの仲間と年齢を問わずに、共通の問題である強迫的ギャンブルの分かち合いが出来る、ということが分かりました。

最初にやらなければならないことは、私たちが強迫的ギャンブラー(ギャンブル依存症)であり、回復にはすべての種類のギャンブルはやめなければならないことを受け入れることでした。それは、どんなに小さな賭け事も社交的な賭も含んでいました。私たちは仲間の話を聞き、経験の分かち合いを始めました。

すぐにギャンブルをやめて、助けを求める決心をすると、私たちの生活が良くなっていくことが分かりました。恐怖と嘘と孤独感がしばらくすると、なくなりました。

周りの人たちは、私たちの変化に気づき始めました。私たちは間もなく“今日一日”のGAの回復のプログラムを使い始めました。そして、私たち自身より大きな力を信じるようになりました。ある人にとっては、私たちの理解する大きな力はミーティングであり、他の人たちにとっては神でした。若い私たちが回復する機会をもてたことに心から感謝しています。

今日

今日、GAの手助けで私たちはもはやギャンブルの問題から逃げたい気持ちはありません。逃げるよりむしろ“現実”に直面するように勇気づけられています。私たちの生活だけがコントロールできるものです。

GAに来てみてください！！