

自己愛と精神的暴力

福島淳 イラスト・福島マルゲリータ



尊大で傲慢な行動や態度をとる。から のうち、5つ以上の特徴を持った者が自己愛性人格障害と診断される。逆に、被害者になり易い人の特徴は、トラブルが起きた時に自分の責任ではないか、自分に悪い点がなかったか、などと自己内省的になるタイプだ。自己愛が強いタイプは、いつでもどこでも周囲を振り回しがちだが、普通の場合、そういう人から逃げてしまえば人間関係は終わる。しかし、自己内省的なタイプの場合は、自分が悪いのではないかと思うばかりで逃げようとしない。その結果、振り回す人と振り回される人のセツトとなってしまう場合が少なくない。この分野の研究で専門家と書かれてあるフランスの精神科医マリー＝フランス・イルコイエンヌが掲げている例を紹介してみよう。

彼女はこつこつとした加害者と被害者の関係は、基本的には夫婦において成り立つ関係である、と言う。なぜなら、夫婦はお互いに相手を選びあっているからだ。「アニーとハンジヤマンの場合」

アニーは、ハンジヤマンと2年前に出会った。その頃彼女は妻子ある男性との不倫関係に悩んでいた。ハンジヤマンは彼女に恋をして不倫相手に嫉妬し、彼女との結婚を望む。

やがてアニーは不倫関係を清算して彼との新婚生活に入るが、夫の態度が変わってしまう。妻に対して距離を取り、関心を示さなくなってきた。妻は説明を求め、夫は自分の態度は変わっていない

という。喧嘩を恐れて妻はそれ以上追求しないまま、次第にウツ状態となっていく。

ある日、夫は自分の態度が変わった理由を、妻の暗い姿を見るのが嫌なだけだと説明した。原因は自分だと知らされた妻は、ウツ症状を改善する為に心理療法を受けることになる。

この夫婦、実は同じ職業に就いていたが、職場では妻の方が経験豊かであったため、夫が妻からアドバイスをもらうことも少なくなかった。しかし、夫は妻に決して批判的な言葉を許さなかったし、アドバイスのおかげにもかわらず自分1人の功績にもしていた。外に出ると距離をとり、ささいなことでも妻を辛辣に批判した。

この夫は妻を支配したかったのだ。しかも経済的には妻も自立しているまま、自分に服従することを要求した。もし妻が服従しないと、拒絶的な態度をとるのだ。自分の意見がそのまま受け入れられないと機嫌を悪くするため、妻は意見の対立しそうな話題も自分の仕事の成功についても話をしなくなった。

彼女は、夫が変わったのは自分の責任だと思っている。だから離婚しようともしない。

かなりはしょったが、夫の自己愛性性格と妻の自己内省的性格がセットとなり、人間関係が精神的暴力で成り立っていったか解ると思う。

次回はさらに具体的に例をあげてみよう。お楽しみに。

誰も本音を言わず、自分が一番大切である。実はこれが自己愛と呼ばれる心理で、その文字が表している通り自分で自分を愛することだ。

普通の人は、これに加えて誰かを愛することも覚え、愛は人間関係の中で行き来する。

しかし、自分が何よりも大切で、他人は後回しという自己愛の強い人もいる。自分を愛するあまりに人に愛をそそぐことがまるであるそかになるのだ。ここでは自分をどれほど愛するか、どれだけ人に愛情を与えられるか、そのバランスが重要になってくる。

自己愛は誰にでもあるが、普通のレベルから病的なレベルまで段階が別れる。病的なレベルになると、他人に精神的暴力が向けられる場合もある。ちょっとした嘘、悪意のほのめかし、いじめなどの形で行なわれることが多い。

肉体的暴力と違い、見た目でわからないのが特徴でもある。一見したところ何でもないようなほのめかしも、巧みに用いられれば相手を動揺させ、もつとひどい場合には精神を破壊することもできる。

精神的暴力の加害者とは、そうやって相手を傷つけ、卑しめることによって自分が偉いと感じ、自身の心の中に潜んでいる葛藤から目をそらしているのだ。

おそらく誰もが、理性のコントロールをはずれた怒りの感情を、小さな皮肉、嫌味、八つ当たりといった形で、他人に向けた経験があると思う。相手が

気付くか気付かないかの小さな意地悪は、時にすつとする。また、故意でなくとも結果的に、相手へ不愉快な思いをさせてしまった経験のある人も多いだろう。しかし、これらを精神的暴力とは呼ばない。

精神的暴力とは、一定期間繰り返され、相手の心に相当なダメージを与えるに至った場合を示す。

精神的暴力の加害者の特徴は、自己愛が病的に強いタイプである。自己愛性人格障害的な特徴を持つといえるだろう。アメリカ精神医学会のDSM TRという診断基準を簡単にまとめてみよう。

自己愛性人格障害とは、誇大性、賞賛されたい欲求が猛烈に高く、その一方で他人の心に対する共感の欠如がある。

自己の重要性に対する誇大的感覚。例えば、十分な業績がないのに、優れていると認められるのを期待する。

限らない成功、権力、才能、美や愛の空想を抱き、執着している。

自分は人とは違う特別な才能の持ち主、又は特別な存在だと思っている。

過剰な賞賛を求める。

特権意識が強く、周りが自分の思うように自動的に従うことを期待する。

対人関係で自分の目的を達成する為に他人を利用することを行いとわない。

他人の気持ちや欲求に気付かない。思いやろつとしない。

しばしば他人に嫉妬する。または他人が自分に嫉妬していると思込む。

