

他人を攻撃せずにはいられない人 片田 珠美

しばらく一緒にいると、何となく疲れて、重苦しい気分になる。何でもけなして無価値化する傾向が強いので、徒労感や空虚感を覚えることさえある。

彼らは罪悪感を持たせる達人。

...

彼らは、独特の言い回しが特徴的である。「あなたがもっと気をつけていれば、こんなことにはならなかったのに」「疑ってみるべきだったのに」「そんなことは、みんな知っているのに」というふうに、相手の不注意や無知のせいにするのがうまい。あるいは、間違っただけをしたのは自分なのに、そう仕向けたのは相手だというふうな言い方をする。

自分が悪いとは決して認めようとしない。あくまでも相手に罪悪感を抱かせて責め続けるところに、底知れぬ怖さがあると言えよう。

何か具合の悪いことがあっても、悪いのは常に他の誰かであり、自分はいくらでも被害者なのだという印象を周囲に与えようとする。

要するに、攻撃していることを隠蔽しながら攻撃するのが常套手段である。もし、わかりやすいやり方で直接攻撃するようなことをすれば、反撃されるかもしれない。説明を求められるかもしれない。場合によっては、相手が防御したり、逃げ道を見つけたりするかもしれない。そうさせないために、自分は責めているわけでも、攻撃しているわけでもないと否認しながら、ターゲットを身動きできない状態に追い込んでいくわけである。

この上司は、常に他の誰かを責めて罪悪感を抱かせることによって、自分自身の過ちが問われるのを極力避けようとしている。そうすることによって、自分が不安や葛藤を感じずにすむからである。

利害がからんでいることがわかれば、まだ対処のしようがあるのだから。だが、羨望、つまり他人の幸福が我慢できない怒りゆえに、破壊してやりたいという欲望を抱く人間もいる。こういう人間のほうが、よほど怖いのである。

できる限り周囲の期待に添うよう行動して、気に入られようとするし、波風を立てることを極力避けようとする。周囲からの期待にできるだけ応えようとするので、常に誰かの役に立とうとするし、誰かの犠牲になることさえいとわない。いわゆる「良い人」なのだが、こういうタイプこそ、攻撃欲の強い人にとっては格好のターゲットになる。支配するのも、操作するのも、とても簡単だからである。

否認は、ごまかして、現実を覆い隠す、最も原始的な防衛メカニズムである。

他人には明白であるように見えることでも、「そんなこと言っていない」

「やっていない」「知らない」「記憶にない」「誤解しているんじゃないの」など

の言葉で、「存在しなかった」ことにする。葛藤を感じなくてすむようにして、心の平安を保つためである。

フレネミー Friend と Enemy を合わせた造語。セックス・アンド・ザ・シティのシーズン3、エピソード16のタイトルに使われた。

ターゲットにされやすいのは、怒らない「寛大」な人。

「寛大」さは、一般には美德とされている。

実は、怒らない「寛大」さとは、虚栄心（怒らない「いい人」でいよう）、怠惰、恐怖の産物に他ならない。

根性曲がりにつける薬はない。

自分の考え方を変える。「他者の欲望」を満たそうとする人にならない。

~~~~~

自己愛＝自分が一番。私の考えや言っていることは全て正しい。自分は賢く、善人でもある。お前のせいでこうなった（責任転嫁、加害者だが被害者ぶる）。

正しいことを言っているのに、反対されるのは、私が被害者ということ。

他人の意見に耳を貸さないことがわかっているので、周りが反論や説得をしなくなる。すると、本人は居心地がよくなる。