毎月5の日発行 昭和36年11月20日第3種郵便物認可

旬刊

経営速報®

経営者・経営幹部のための実益情報誌

2008年 2/25号

No. 1588

■経速センサー 2

■経営者のいま打つべき手
競争要素を変革させよ
～原材料高騰時代の生き残り策～
田辺次良 3

■「お金より名誉」でやる気を引き出す！（11）
「パフォーマンス残業」をどう減らすか
太田肇 4

■働く人たちのメンタルヘルス（32）
事例に学ぶ（2）
～男性に苦手意識を抱く女性の深層～
武藤清栄 6

■激動する金融機関と企業経営（146）
悲観要因を乗り越える改革を
吉田和男 8

■成長する中国経済を支える女性たち（2）
上海の職場を支える女性
池田恵美 10

■経速サマリー 12

■提言
魅力ある会社づくり
中静夫 13

■タナベセミナーご案内 14

世界的視野で企業を診る経営の総合コンサルタント
株式会社 タナベ経営
http://www.tanabekeiei.co.jp/

発行所 ©(株)タナベ経営
発行人 田辺次良 編集人 中東和男
〒564-0053 大阪府吹田市江の木町17-10 振替00980-8-3747
●ネットワーク本部 企画部 出版課 TEL06(6338)3456 FAX06(6338)3403
年間ご購読料 8,160円(〒共)［1部330円］

働く人たちのメンタルヘルス

東京メンタルヘルスアカデミー
所長　武藤 清栄

32．事例に学ぶ（2）
～男性に苦手意識を抱く女性の深層～

職場には、人間関係や男女関係がひどく苦手で、コミットメントできない人がいる。職場環境も一人作業型や自己完結型が多くなり、チームで仕事をすることが少なくなった。

田中梨香さん（仮名・26歳）は、かつて人間関係が不得意だった。なかでも異性との関係を避けることが多く、ひどい時には男性恐怖症のようになり、集団に男性が一人でもいるとその中に入れなかった。現在、彼女は営業事務スタッフとして働いている。

梨香さんは、今まで何人かの男性と交際してきたが、その際の一番の悩みは、好きな男性の前では思考停止状態になってしまうことだった。そのため相手の言いなりになってしまい、自分はどうでもいい存在なのではないかと思ってしまう。そして自己嫌悪に陥ったり、自己否定感を強めてしまうのだ。交際した男性からは「何を考えているの？」「自分の思っていることを言ってよ」と言われ、別れてしまった。

ところが梨香さんは、気の置けない女性の友人や自分より自信のなさそうな人と話す時には、そのようなことはほとんどない。だが、このままでは男性との恋愛や結婚もできないと考え、落ち込む日が続いていた。

一般に男性との人間関係が苦手な女性は、次の三つのタイプに分けられる。

①女性という生物的な性を受け入れられないタイプ

自分が女性であることに不快や嫌悪を感じてしまい、何かしっくりこない。「性同一性障害」の場合もあり、性転換手術を受ける人もいる。本当は男として生まれてきたかったのに、女性の身体を持っているのだ。

また、幼いころに「女の子らしくない」「お前が男の子だったらどんなに良かったか」と言われ続けると、自分の性を心理的に受け入れにくくなる。その結果、男性との人間関係よりも、女性との人間関係が楽に思える人もいる。

②男性との人間関係で傷ついた経験を持ち、それがトラウマのようになっているタイプ

性的虐待やセクハラを受けた経験があり、生理的・心理的に男性を受け付けない。「男性は皆、野蛮で裏切り者」といった印象がぬぐえないため、近づくことができないのである。こうなると重症化し、男女関係が困難になる。精神科の治療やカウンセリングが必要と言える。

また、幼いころに両親との関係が悪かったり、両親の不仲を見て育ったりして嫌な思いをした場合にも、男性に対する見方や感じ方に影響を受ける。例えば、父親がとても厳格なため、娘は無意識のうちに自分の感情を抑圧してしまい、素直に自分を表現できなくなるケースだ。逆に、反動形成で父親とは全く異なったルーズな男性に惹かれ、甘え放題になる場合もある。すぐに男性と親しくなってセックスもするが、関係は長続きせずに「見捨てられた」と後悔するようなケースだ。いずれにしても自然な自分を表現できず、男女関係に支障を来す。

③自分に自信がなく、自己肯定感が低いタイプ

容姿や性格に劣等感を持ち、相手の前で堂々とできない。つい、うつむいてしまうようなタイプである。職場では、変わり者と思われはしないかと常にビクビクしてしまう。仕事が分からなくても周囲に聞けなかったり、甘えることができなかったりする。相手の反応をひどく気にし、相手にその気がないと思うと自分から身を引いてしまう。防衛的になり、緊張して身動きが取れなくなってしまいがちである。

梨香さんの場合は、③に当てはまりそうだ。カウンセリングの中で、彼女は本音を言ったり、生々しい部分をさらけ出すと嫌われるのではないかと、どこかで心配してしまう。特に自分にとって大切な人や好きな男性には、嫌われたくない気持ちが余計に働くという。それが相手にとって不快なものであると分かっていても、どうにもならないと述べた。

結局、梨香さんは自分より二回りほど年上の40代で妻子のある男性と交際するようになった。特に話などしなくても楽にしていられる、何でも受け止めてくれる、自分より苦労している、モテそうにない…。そう思うと逆に自分を出せるのだと言う。気を遣う必要がないと感じると、梨香さんは「パスタ食べたい」「ドライブしたい」「温泉に行きたい」と素直に言える。時には「あなたと一緒にいるとうれしい」「会えて良かった」「今度はいつ会えるの？」といった言葉も使えていた。いつの間にか自分を出せるようになり、気がつくと、男性への不得意感はなくなっていた。

そしてその男性とも別れ、自分より2歳下の男性と恋愛して結婚することになった。交際していた年上の男性は、梨香さんにとって男性観やセクシュアリティーを磨く練習台だったような気がする。「人生2回結婚説」という定説もあるが、はっきり言って1年間にも及ぶカウンセリングの効果が何だったのかは不明だ。いずれにしても働く人たちには、皆それぞれ影となる独自のバックグラウンドがあるものである。