



# モラハラ相談ハンドブック (2) ハラッサーとは - その定義と特徴 -

中尾英司 (家族相談士・シニア産業カウンセラー)



- モラハラとは、どういう状況を言うのか。それはどのように始まって、将来はどのようにしていくのか。
- なぜハラッサーのような人間が生まれ、そしてハラッサーはどのように人を支配するのか。
- ハラッサー(被害者)に特徴はあるのか、なぜ逃げられないのか。子どもへの影響はどうか。
- 事前に見分ける方法はあるのか、また気づいたときにはどうすればよいのか。そして、わかりにくいこの状況を親や弁護士にどう伝えればよいのか。

それらのことについて、下記の通りまとめてあります。モラハラ相談をされる際の手引きとして、ご参考になれば幸いです。

- 1. モラハラメントとは、「人権無視の犯罪」
- 2. モラハラの始まり方は、「ある日突然」
- 3. 支配のポイントは「理不尽」
- 4. 理不尽は「激化」する
- 5. 逃げられない＝「無力化」のメカニズム
- 6. ハラッサーとは、「甲殻類」
- 7. ハラッサーの特徴は、「変面」
- 8. ハラッサーになる6パターン
- 9. モラハラの親への理解のさせ方
- 10. モラハラ被害者に特徴はあるのか
- 11. 事前に見分ける方法
- 12. 気づいたときにどうすればいいか
- Lastメッセージ

前号に続き、今回はハラッサー(モラハラをする人)とは、どういう人のことをいうのかまとめてみました。

## ■6. ハラッサーとは、「甲殻類」

モラ父、モラ母、モラ夫、モラ妻 - 全てに共通するのは、あるがままの自分で生きていないという事です。

何らかの理由や状況によって、

- 1) 親から「愛情」をもらっていません。
- 2) 自分の「気持ち」を受け止めてもらったことがありません。
- 3) 親の価値観を押しつけられるなどの「支配」を受けています。
- 4) 自分の気持ちを「抑圧」して生きています。

そのため、

- 1) 自分の存在に対する「根源的不安」があります。
- 2) 自分を認めてほしいという飢え「自己認知飢餓」があります。

- 3) 親の手足(道具)として扱われることへの「親に対する怒り」があります。
- 4) 自分の感情が育たず、「自分の背骨(内骨格)」ができません。  
(\*気持ちは自分そのものです＝気持ちを大事にすることが、自分の背骨を作ることになります)
- 5) 自分が育っていませんから「中身がからっぽ」です。

それを解消するために、

- 1) 不安を払拭するために「金」「家」「土地」「仕事」にしがみつきます。親に愛されたいために親にはいい顔しかしません。
- 2) 人から認めてもらうために、何事も背負い込んでワーカホリックになったり、世話焼きになります。
- 3) 無意識のうち、自分の家族に向けて怒りを吐き散らします。
- 4) 内骨格の代わりに外骨格(常識、通念、権威、思想、信条、主義、ルール、しきたり、あるべき論)で自分を固めます。
- 5) 中身がないので、常に自分を上の位置に置き人と同等の位置に立とうとはしません。見透かされると化けの皮がはがれるからです。権威的に振る舞うか、相手をおとしめるか...、会社で壁を背に机を置いたり、病院に行かないハラッサーもいます。

それを周囲から見れば、

- 1) 形に囚われています(心はありません)
- 2) 詮索、介入、過干渉、自慢、傲慢、独り相撲
- 3) 大声、音を立てる、ものに当たる、がさつ、かんしゃく持ち、ヒステリー、皮肉、嫌み
- 4) 一般論しか言えない、気持ちのこもった会話ができない
- 5) 威張っている、権威主義的、高圧的、空虚  
柔らかな生物が地上で生きるには、柔かい体を支える骨格が必要です。その支え方は、内骨格か外骨格しかありません。ハラッサーは、内側に自分の感情という一本の背骨が通っておらず、そのもろく弱い自分を鎧のような外骨格で固めて生きている - いわば甲殻類のような人間と言ってもよいかも知れません。

## ■7. ハラッサーの特徴 「変面」

上記で見たとおり、形＝外面だけで生きています。それが生きる術ですから、完璧に演じることが出来ます。礼儀正しい、爽やかなスポーツマンだったり、誠実で社交的だったり、有能なビジネスマンだったりします。



ところが一歩家庭の中にはいると、ハラッサーにとってそこは自分が支配する場であり、抑圧されている怒りの吐き出しの場です。ですから、妻を無視する「能面」のような無表情や、妻を攻撃する「鬼」のような顔に変わります。子が小さいうちは、妻が逃げられないよう人質にする為に可愛いがります。

中国四川省に『川劇(せんげき)』というのがあって瞬く間にマスクの早代わりをする「変面」というのが特徴ですが、まさにハラッサーの特徴は「変面」といえることができます。(中尾英司)

※項目8以降は、次号掲載の予定です。中尾先生のブログでも公開されていますので、すべてご覧になられたい方は「あなたの子どもを加害者にしないために」(Google入り)でご訪問ください。(パビリオン編集部)

### <著者紹介>

中尾英司  
(家族相談士・シニア産業カウンセラー)

■メール: [sodan@jiritusien.com](mailto:sodan@jiritusien.com)

■プロフィール: 協和発酵で組織改革を成功させた後独立。「あなたの子どもを加害者にしないために」で少年A(酒鬼薔薇)の心理メカニズムを家族心理学の観点から初めて解き明かした後、虐待、不登校、引きこもり、各種依存症、モラハラ、DV、世代間連鎖の問題を抱える家族を訪問カウンセリングしている。海外からメール相談もある。産業カウンセラー試験作成委員(06・07)、テレビ東京、TBSにコメンテータ出演。

■著 作: 「あきらめの壁をぶち破った人々」(日本経済新聞社) / 「あなたの子どもを加害者にしないために」(生活情報センター)

■サイト: 「中尾相談室」, 「組織改革ご支援.COM」。

■ブログ: 「あなたの子どもを加害者にしないために」  
※中尾先生のオンライン講座も開講中です。  
詳しくはサイト「中尾相談室」を参照。

## 精神的不安定とストレス症状

全米認定・イリノイ州認定臨床カウンセラー

保市 麻子

Asako Hoichi, NCC, LCPC

### ●診療・相談内容:

- 異文化適応、うつ、不安障害、家族問題、国際結婚、子育て、夫婦関係、対人関係、恋愛、トラウマ、PTSD、その他
- 対象年齢: 成人、青少年、子ども(※8歳未満)、老人
- 邦人相談者の滞在理由: 滞在・出張/単身赴任/長期滞在/短期滞在/永住/留学/旅行

### Mindful Professional Counseling

マインドフル・プロフェッショナル・カウンセリング

Tel: (847) 899-3329

Fax: (847) 398-2317

Asakohoichi2006@yahoo.co.jp

◆プライバシー厳守です。

1900 East Golf Rd, Suite950 Schaumburg, IL 60173

## あなたの雑誌、あなたの出版社、 創ってみませんか？

プライベート印刷も  
安価に、手軽に

オリジナル雑誌、会報誌、ミニコミ誌、カタログ、カレンダー、ニュースレター、冊子、ちらし等、パビリオンなら安価に制作・印刷可能です。まずはあなたの作りたいもの、お問合せ・ご相談ください。

Pavilion Graphics Inc.  
パビリオン印刷部  
TEL: (847) 640-9676  
[pavilion@johoyoa-usa.com](mailto:pavilion@johoyoa-usa.com)

