

# パワハラと嫉妬の関係から予防策を考える

レスリングの著名な指導者によるパワハラ疑惑が世間の関心を集めています。パワハラが起こる原因の一つである「嫉妬」の感情を取り上げ、予防策について考察します。

## はじめに

日本レスリング協会の著名な指導者が、元教え子のオリンピックメダリストに対して練習場を与えないなどの嫌がらせ行為をしていたとして、関係者の代理人弁護士が「パワハラ告発」をしたことが話題になっています。双方に言い分がありそうな事件ですが、報道では選手や後任のコーチに対する「嫉妬」感情が原因の一つではないかとも言われています。

企業においても、パワハラによるパフォーマンスの損失は防ぎたい問題です。以下、職場のパワハラの原因になりうる「嫉妬」の感情について取り上げ、予防策を考察してみましょう。

## パワハラの実義

職場のパワハラとは、「同じ職場で働く者に対して、職務上の地位や人間関係などの職場内での優位性を背景に、業務の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与える又は職場環境を悪化させる行為」をいいます。

## パワハラ感情の図式

パワハラが起こる原因は様々ですが、一説ではパワハラ行動を助長する要素として、「欲求不満状態」と「背景となる体験」があるのではないかとされています。

$$\text{パワハラ} = \text{欲求不満} \times \text{背景となる体験}$$

## 嫉妬と欲求不満

人間の欲求は5段階のピラミッドのように構成されていて、低次元の欲求が満たされるとより高い階層の欲求が出てくるという「欲求5段階説」はマズローの唱えた学説ですが、嫉妬が欲求不満から発生すると考えると、次の図のように「社会的欲求」「尊厳欲求」との関連性が高いことが見出せます。

	欲求パターン	嫉妬感情との関連性	嫉妬の内容
高次	自己実現欲求 創造的活動をしたい 能力発揮したい	低い	自己実現に向かっている場合、他者に嫉妬することに関心は低い
	尊厳欲求 尊敬されたい 認められたい	特に高い	人気者に対して嫉妬する 自分の地位を脅かす人に対して嫉妬する
	社会的欲求 集団に属したい 仲間が欲しい	特に高い	集団に馴染むことのできる人に嫉妬する 恋人や配偶者がいる人に嫉妬する
	安全の欲求 危機を回避したい、 安全に暮らしたい	やや高い	組織に不要と見なされクビにされる危険があるとき、安全な立場の人に嫉妬する
	生存欲求 衣食住の欲求を満たしたい、	低い	生存欲求が満たされない場合、他者に嫉妬する余裕はない

## 背景となる体験と個人的課題

また、感情の選択には過去の体験やプライベートも無関係ではありません。次にあげるような過去の体験や個人的課題にもパワハラのかきかけがあるかもしれません。

### パワハラのかき金になりそうな過去の体験例：

怒鳴られた・暴力を受けた/幼少期に家族（特に親）との人間関係が悪かった/配偶者や交際相手との不仲/恋人づくり、友人づくりに失敗した/人から否定されたことがない/家族から尊敬されていない/体育会系の部活動などで体罰を受けていた/など

## 予防策はあるのか？

以上の仮説によると、パワハラ予防のためにはパワハラが発生要素である「感情面のケア」が大切であると言えそうです。

欲求不満（特に尊厳欲求と社会的欲求）を軽減するための「承認」や「チームビルディング」に繋がる活動（食事会や表彰イベントなど）、あるいは過去の体験と向き合うためのメンタルトレーニングやカウンセリングなどを外部委託する方法もあるでしょう。

いずれにせよ、社員の感情的不満を解消する仕組みを作ることはパワハラ予防の取り組みの一つとなるでしょう。