



## 『隠れた危険な自分』がわかる4タイプ別チェック

自分の強みが発揮できない「ディストレス」状態に陥るとその強みが裏目に出て時にはセクハラ、パワハラ、いじめに走ってしまう。そんな怖い可能性を診断するツールをご紹介します。【セクハラ、パワハラ脅迫文書…】

ディストレス状態になると、これらの4つの因子がどのように影響するのか？自己診断テストで、ストレス（s）の合計が0～3点と15～20点数の人はディストレス状態です。

**凝縮性因子が強い人**の場合は、普通の指導性の高さが、独善的と言う負の特性として表れます。例えば、いつも周りから尊敬されている部長が、自分の価値観を否定されたり、降格などで指導力を発揮できない環境におかれたりするとどうなるか。支配的、排他的な行動を取ることで、相手を自分の価値観のもとに抑え込もうとします。権威や権力を振りかざしてパワハラやセクハラ行為をすることもあるでしょう。自分の価値観をこんこんと訴えながら怒鳴るのも、このタイプに多くみられます。

**受容性容性因子が強い人**がディストレス状態に置かれると、「思いやり」が「介入的」に変わります。いつも周りに頼られ、いろいろなことをお願いされていた人が、誰も何も頼みに来なくなってしまうと、この人は自分の「思いやり」を発揮できる場をなくしてしまい、ディストレス状態に置かれることとなります。

すると、どんどん介入的になってお節介を焼くようになり、厄介ごとを抱えるようになるのです。「相手のために何かしたい」という気持ちが強くなりすぎ、相手に断られても、あるいは自分にできる範囲を超えてまでも、自分に何かできないかと、しつこく、過剰に関与したがりです。そうして、他人の問題や仕事を抱え込んでしまうのです。

**拡張性因子が高い**「攻めの人」が、思うように動けず不自由、窮屈、と感じディストレス状態になると、「衝動的」という負の特性が表面に出やすくなります。突然何もかも放り出して出て行ってしまったり、周りに当たり散らしたりと、破壊的で享乐的な行動に出ます。もともと1つのことを長く続けられない傾向が強いいため、マンネリ化した状況に飽きると、すべてをガラリと変えるために大胆で投げやりな行動をとってしまうのです。

一方、**保全性因子が高い人**がディストレス状態に置かれると、「追隨的」という負の特性が表れ、妥協的、従属的な行動として出てきます。人任せ、事なかれ主義になります。保全性因子が高い人は、気心知れた仲間から外されて新しい環境に放り込まれると、それ自体がディストレスになる傾向があります。慎重なので、新しい環境になじむまでに時間がかかり、新しいアイデアやスピードを求められる状況では身動きがとりにくくなり、結局動けずに出遅れてしまうことも多いでしょう。仲間から外されて、最初はいじけることもあるでしょうし、悪化すれば陰湿ないじめや、脅迫文書を送りつけたりというまでつながります。恋愛がうまくいかない場合には、ストーカーになったりします。

(続きは来月号に)

プレゼントオンラインより

あせも虫刺されに桃の葉の葉間もなく梅雨明け 熱い夏がやってきます  
桃の葉を摘んで、生のまま煮だしこの煮汁を冷ましたものは、あせもや虫刺されなどによく効きます。赤ちゃんにあせもや湿疹ができた時には、この煮汁をお風呂に入れてもよいです。  
ここ伊達地区は桃の名産地です。

### 時間と共に放射性物質の除去困難に

原発事故後、国の処理方針も基準もないために 放射性物質に汚染された自動車が、全国に流通されている現状。AA会場では、放射線を計測する対策を自主的に行っているようですが、これも東北の一部の会場に留まっていると思われます。時間の経過とともに放射性物質が窓枠のゴム部品内部やラジエーターに浸透し、除染しにくくなっています。今のところ、放射線問題で処理が進まず、解体業者に滞留している自動車スクラップに関して法的には黙認状態です。警戒区域の再編がされ 益々処理に困る自動車が増えてきます。早く国が処理方針を決めてくれないと。