

まだまだ間に合う結婚大成♡幸

②

「老後に差がつく… 夫との接し方」

今回は「老後に差がつく…妻の愛し方」と題して妻への愛情の伝え方について執筆させていただきました。今回は女性向け「老後に差がつく…夫との接し方」と題して、今からできる夫との接し方のコツなどについてできるだけわかりやすくお伝えします。ご自分に当てはまらない箇所もあるとは思いますが、参考になさっていただければ幸いです。

夫婦の老後は妻しだい!

妻が元気な家庭は明るくて楽しい♪
なんだかんだ言っても家庭は妻しだい。
そして夫婦の老後も実は妻しだいです。
妻がどれだけ夫と一緒に行動したいか、
妻がどれだけ夫と関わりたいか、この

辺で夫婦の老後は決まっています。

早い話が「夫は大切な大黒柱だけども
○○のおまけみたいなもの」です。

コミュニケーション能力が高く、良
く気がついたり、気が利く妻のサジ加
減一つで、家庭は決まってしまうと言
つても過言ではありません。なので家
族単位で考えても妻の影響力和役割と
いうのは、夫以上に大きいと感じます。
ところが夫婦間で何かしら誤解や勘
違いが生じると、少しずつ夫婦の差が
離れていってしまい、夫が思っている
老後と妻が思っている老後にも差が出
てきてしまいます。老後は夫婦仲良く
：コレが人生の最高のゴールだと思
います。そんなステキな老後が過ごせま
すように、今からできることを考えて
いきましょう。



小林 美智子

夫婦問題カウンセラー
日本交流分析協会認定1級交流分析士

【こばやし みちこ】神奈川県川崎市出身。
「夫婦問題相談チェンジ」代表。年間300人以上の夫婦の悩み相談を受け続けている現役のカウンセラー。男女の本質的な違い・育った環境の違いに着目して、講演や独自のセミナーで活躍中。理論より事例重視のわかりやすい内容。即実践できるノウハウを公開しています。
<参考サイト>筆者ブログ

■誰も教えてくれない! 夫婦心理学

<http://blog.goo.ne.jp/mikoba-may/>

■結婚生活の基礎知識☆ワンポイントレッスン
<http://ameblo.jp/kiranavi/>

良妻賢母の落とし穴

良妻賢母という言葉があります。ではあなたにとって「良い妻」とはどんなイメージでしょうか？ 女性がイメージする「良い妻」は尽くす妻・自分がガマンしてでも家族に合わせる妻。こんなイメージが強いようです。

では逆に男性にとっての「良い妻」ってどんなイメージなのでしょう？ 自分の人格を好きになってくれる妻・人として尊重してくれる妻。こんなイメージがあるようです。

もちろん人それぞれ、さまざまとは思いますが、女性が感じている「良い妻」と男性が感じている「良い妻」というのは必ずしも一致しないようです。そして結果として男性が望んでい

ないことを一生懸命やって妻が疲れてしまい、それに気づかない夫がいきなり三行半を突きつけられるというケースがとて増えています。

妻からの「離婚宣告」はある日突然やってくる！！

私は夫婦問題カウンセラーのお仕事を始めて丸四年が過ぎました。正直、相談者は女性がほとんどだと思っていました。ところがフタを開けてみたら、三人に一人は男性相談者です。そして相談者のお話を振り返ってみると、男性相談者と女性相談者の相談内容がまったく違うことに気づきます。

女性相談者は自分自身が離婚を迷っている段階で相談に来ます。ところが男性相談者のほとんどの方が迷っているという状況ではありません。

また男性相談者の相談内容は大きく二つに分けることができます。妻との夫婦関係が困難で離婚したい。そしてもう一つが「妻からの離婚宣告」という内容です。そして妻から離婚宣告された男性はみな同じことを口にします「寝耳に水」。自分が離婚を切り出されるなんてまったく思ってもみなかった、というのが現状です。

ではどうして夫は、妻が離婚するほど悩んでいることに気づかなかったのか？ 実は夫はみな「わからなかった」

と答えています。何がどうわからないのか？ 男性にとつての女性というのはとてもわかりづらいようです。

今回はこの男性には「わかりにくい」女性の特徴などにスポットを当てて解説いたします。

夫が感じる妻の不可解な行動

どうも夫は妻のことを理解することがとても難しいようです。そして、「わからない＝危険」と感じてしまうと近寄らないようになる、距離を置こうとする。面倒だから避ける、みたいにやってしまうこともあります。男女間では「当たり前」だと感じるものが、真逆に近いほど違うようです。なのでこれだけわかりやすく夫に伝えることができるのか。夫婦の老後を考える上でココが一番重要なポイントです。

夫にとつて妻が「わからない」と感じる三つのポイント

1. 妻が急に不機嫌になる原因がわからない
2. 妻が怒っている原因がわからない
3. 妻が何を言っているのかがわからない

では何がどうわからないのか？ 実際にあつた相談事例を見ていきましょう。

【相談事例1】妻が急に不機嫌になる原因がわからないケース

四〇代の会社員の方がこんな話をし始めました。「先日、妻と一緒に出かけたときに、妻に『ねえ、お腹空かない？』って聞かれたので、自分は空いていなかったから『別に』と答えたら妻が急に不機嫌になってしまいました。自分は何が悪かったのがまったくわかりません。」

この男性は自分がどう答えれば妻が機嫌悪くならないのか、少々ビクビクしながら生活しているようです。

例えば、女性同士で買い物などに行った場合、どちらかが「ねえ、お腹空かない？」って聞いてきたら、そんなにお腹が空いていなくても「そうだね、何か食べようか。」と答える方が多いと思います。これが女性の常識です。女性はどこか人と合わせながら生活するということが習慣のようになっていきます。

ところが各々のペースを大切にしている男性は、自分が感じたことをそのまま口にしますので、お腹が空いていたら「空いた。」と答え、お腹が空いていなかったら「別に。」と答えます。ただこの文章をよくよく見ていただきたいのですが、「お腹空かない？」って聞かれて空いていなかったから「別

に。」つて答えても何も間違った答えではありません。ところが女性が発する「お腹空かない？」は「お腹空いたから何か食べさせて」という質問と要求を同時に求める言葉です。そしてそこが男性にはわからないところになります。

●対処法

「お腹空かない？」を

↓質問のカタチに変えたら

「お腹空いたから何か食べない？」

↓要求のカタチに変えたら

「お腹空いたから何か食べたいなあ〜」

この方が夫はわかりやすく、また女性が得たい返事が返ってくる確率が上がります。

●夫との接し方のコツ1：質問と要求を同時にしない

質問なのか？ 要求なのか？ まず自分はどちらの選択をするのか明確にしてからしゃべるようにしましょう。

妻の言っている内容がわかりやすい

← 夫はちゃんと悩まず答えられる

← 夫婦関係がスムーズにいく

【相談事例2】妻が怒っている原因がわからないケース

三〇代の自営業の方がこんなことをしゃべり始めました。「先日、休みの夕方に友人から急に呑みに行く誘いがきて、妻に聞いたら『行ってもいいよ。』と言われたので行って帰ってきたら、何だか次の日怒ってるんですよ。『行ってもいいよ。』つて言われたから行つたのに何だか意味がわかりません。」

何だか早口言葉みたいになってしまいました。この「行ってもいいよ。」という言葉。男性はそのまんま受け取りますので「行ってもいいよ。」は「行ってもいいよ。」以外に他の意味はありません。

ところが女性の「行ってもいいよ。」の後にはたくさんの気持ちが隠されています。

・行ってもいいよ…でもせっかくの休みなんだからホントは家においてほしいな。

・行ってもいいよ…また行くの？ 今月はもう〇回も行っているよ。何だか家族より仕事や付き合いを優先させているみたいで寂しいな。

・行ってもいいよ…でも夫として父としてどうなんだろう？ もつと私や子供のこともかまってくほしいな。

などなど。女性は元々人に合わせてしまう傾向が強いので、ついつい「行ってもいいよ。」と言ってしまうますが本音は違います。

●対処法

自分の感じたことを口に出してみる。「行ってもいいよ。」と言っても、行つてほしくないと感じたら「…でもせっかくの休みなんだからホントは家にいてほしいな。」ココまで言ってみよう。ココまで言えることで夫婦に各々メリットがあります。

・夫のメリット…妻の本音がわかるので対処できる

・妻のメリット…本音を言えたことで少しスッキリする

●夫との接し方のコツ2：ストレートな夫を理解する

男性は男の子のまんまです。なので男性は言葉一つに気持ち一つが基本です。ところが女性は言葉一つに気持ちがいっぱいです。そしてココが男性にはわからないところです。

妻が自分の本音を伝える

← 妻の本音が聞けるので夫は対処ができる



←
また夫は怒られないことで自分自身への否定感がなくなる

←
家庭を大切にしようと思う

【相談事例3】妻が何を言っているのかわからないケース

←
今回のケースの四〇代管理職の男性

は、何が原因で妻に離婚宣告されたのか、何が原因で妻に離婚宣告されたのか、何が原因で妻に離婚宣告されたのか... いろいろお聞きしてやっとこんなことをしゃべり始めました。「そう言えば妻に『もっと家庭を大切に!』って何回も言われていました。でも仕事が忙しかったので...自分では努力してきただつもりでしたが...」

男性は自分では努力してきたつもりでも妻の評価は諦めから離婚宣告という流れになってしまったようです。

「ニュアンスで伝える妻」こんな言葉が頭をよぎりました。例えば今回の妻の「もっと家庭を大切に!」という言葉。きっと妻はこの言葉を伝えたら、夫は自分で考えて何かしら行動を起こしてくれるはず。そしてそれができないということは私や子供に愛情がないからだ。こんなふう感じているのかもしれない。

●対処法

男性には：ニュアンスでは伝わらない。まずはココを理解してください。「もっと家庭を大切に!」と言われて、いろいろ想像できるのは女性。男性はなかなか想像ができません。なので具体的に伝えることをお勧めします。

- ・夕食が要らないときはメールして
 - ・お休みの日、一日はゆつくりしても
 - ・一日は子供と遊んで
 - ・毎月一回近所でもいいから家族で出かけよう
 - ・挨拶はちゃんとしよう
- などなど。できるだけ具体的に一つずつ言みましょう。一度にたくさん言

うとわからなくなるので、一つずつ地道にやってみましょう。

●夫との接し方のコツ3…ニュアンスではなく具体的に伝える

妻は夫に具体的に依頼する

← 夫は実行することで皆に喜ばれる

← 夫は嬉しくてまたやる

← 家庭円満になる

夫のタイプ別特徴と接し方のコツ

人にはそれぞれタイプがあります。今回は夫を大きく5つに分けて、タイプ別特徴と接し方のコツをお伝えいたします。ただ人のタイプというのとは一つではなく、その場その場でガンコになつたり、家庭的になつたりもします。あくまでも参考になさってくださいね。

夫の5つのタイプ

1. ガンコタイプ
2. 家庭的タイプ
3. 理論派タイプ
4. 自由奔放タイプ
5. 従順タイプ

では一つずつ見ていきましょう。

1. ガンコタイプ

●特徴

一言で言うとう亭主関白。どちらかと言うと上から目線・規則やルールを守る。自分にも他人にも厳しい。一番プライドが高いが情が深く不器用。

●接し方のコツ

根は寂しがりやさんなので、文句を言いながらもかまってもらえると嬉しかったりします。頼りにされると力を発揮するので、思い切つて懐に飛び込んでしまいましょう。

2. 家庭的タイプ

●特徴

世話好きでサービス精神旺盛。一緒にやるのが好きで寛大。また人間関係も上手です。

●接し方のコツ

夫は家族のために一生懸命働いたり、家族サービスをしているので、夫への評価を言葉で言つてあげると喜びます。また、相手からやつてもらった気遣ってもらえるととても嬉しく感じます。劳いの言葉を忘れないようにしましょう。

3. 理論派タイプ

●特徴

冷静沈着・正論を重んじ筋道を立てて考える。女性にとっては冷たく打算的に感じることもありますが、悪気はありません。

●接し方のコツ

夫の趣味や得意なことなどの話や、やり方などを聞いてあげる。否定的なメッセージは目には目をという方向になつてしまうのであえて友好的に接しましょう。

4. 自由奔放タイプ

●特徴

明るく活動的でエネルギーが溢れる。のびのびしていて楽しそう。好奇心旺盛で自由。どこか憎めずわかりやすいタイプ。

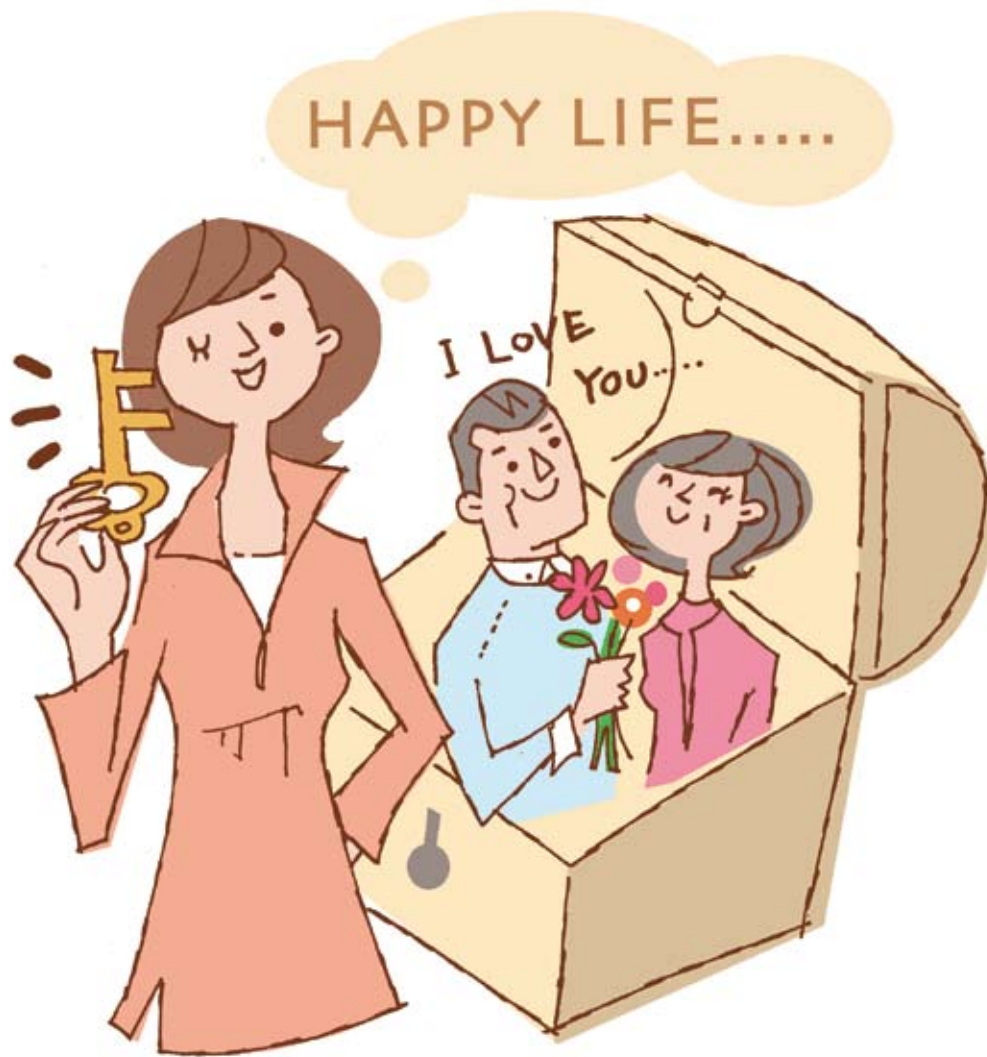
●接し方のコツ

「あなたといると楽しいわ」オーラを出す。またエネルギーがシユなので疲れたら休ませてあげる。どんどんほめちやいましょう。

5. 従順タイプ

●特徴

周りに合わせる人が多く人当たりが良い。協調性がある。心配りができ



る。自分から行動を起こすのが苦手。ストレスを溜めやすい。

● 接し方のコツ

一方的な言い方・上から目線の物言いが苦手。自分の気持ちを遠慮してしまいがち。どんなに大人しくても自分の意見があるので優しく聴いてあげ

ましよう。

とっておき!!!

男性が喜ぶほめ言葉ベスト3

- 一位 かっこいい!
- これは男性にとつて最高のほめ言葉です。
- 二位 すごい!さすが!

男性は自分を大きく見せたいと思っ
ています。また妻に尊敬されたい、頼
りにされたい、役に立ちたいなどと思
っていますので、そこを満足させるほ
め言葉です。

三位 いつもお疲れさま

一生懸命働いていることを労っても
らえるほめ言葉です。

妻を愛していない夫は
一人もいない

私はいろいろな方の相談を受けてい
て常々こう感じています。ところが夫
の愛情が妻にまったく伝わっていない
というのが現状です。離婚宣告された
男性が「妻子はいてくれるだけで幸せ
でした。」というステキな言葉をおつ
しゃいました。でも妻にこの言葉はも
ちろん伝えたことはありません。

奥様、夫は妻をちゃんと愛していま
す。だからどうぞ自分自身に自信と誇
りを持って家庭を切り盛りしていつて
ください。「健全な社会は健全な家庭
から」世界の未来は妻にかかっていま
す。そして夫婦の幸せな老後の鍵は妻
が持っています。今回の記事が皆様の
幸せな老後を考えるキッカケになれば
幸いです。皆様の末永い幸せをココロ
より応援しています。お読みいただき
ましてありがとうございます。