

認知症の人の心の中は？

HAPPY?

どこまでも真・善・美を求めて

12

DECEMBER
2021 No.210
定価 550円

認知症の 家族への 寄り添い方

知るとラクになる



女性の幸福論

結婚不適合症候群に
ついて考える [第7回]

自分の生き方を
職場に理解してもらう

大川隆法

第二特集

大川隆法総裁の
愛の軌跡を辿る

めくるめく
美の世界へ

第三特集

お義母さんは因縁の相手!?

ザ・嫁姑バトル

姑 タイプ別コミュニケーション術

よくあるお姑さんのタイプごとに、接し方のコツを考えてみましょう!



裏表ありタイプ

「息子を取られたくない」という思いから、裏表のある態度を取るお姑さんがいます。このタイプには、直接話すより、夫に「お義母さんを大事にしてあげて」「お義母さんって素敵な人ね」と、ことあるごとに話し、間接的に「褒め殺し」にするのがおすすめ。夫もあなたも自分に好意を持っていると分かれば、心を開きやすくなるでしょう。



ストレートタイプ

いわゆる口うるさいタイプのお姑さんですが、何でもストレートに言ってくれるということは、あなたを嫁として認め、期待しているということでもあります。このタイプには、「どうしてお義母さんはそう思うんですか?」と、ストレートに尋ねれば、答えてくれることが多いもの。対等に話し、理解を深めていくことが「仲良い嫁姑」への近道です。



氣遣いタイプ

意外に多いのが、お嫁さんに気を遣いすぎて、逆にお嫁さんを疲れさせてしまうお姑さんです。このタイプには、「今日は恩返しをします」と言って、思いっきりお姑さんに気を遣ってみるのをおすすめします。気を遣われる立場になってもらうことで、お互いの気持ちを話しやすくなり、良い距離感を見つけられるはずです。

SyutomeType 1

SyutomeType 2

SyutomeType 3

どうしたら
分かり合える?

家庭問題のプロに聞きました イマドキの嫁姑事情

離婚カウンセラーとして、さまざまな家庭の悩みを解決に導いてきた岡野あつこ先生に、嫁姑関係を良くするための方法や考え方をうかがいました。

”嫁と姑は「夫ファンクラブ」のメンバーです。”

ひ と昔前の嫁姑の関係といえ、夫の家にいったお嫁さんが、お姑さんに家風を習うのが一般的でした。しかし、今はお姑さんとの同居そのものが減っていますし、お嫁さんも強くなっています。ただ言うことを聞くだけではなくなっています。先日、あるお姑さんから、「嫁に料理の作り方を教えても、『ネットにはこう書いてある』と言って聞こうとしない」という相談を受けました。せっかく夫の好きな味を習う機会なのに、もったいないですね。

最近の嫁姑トラブルとしてよく聞くのは、「別居していただき」という話も聞きました。夫の言葉や行動で、お姑さんに不満を持ってしまうこともあります。例えば、夫がお姑さんにお小遣いをもらい、自分のためだけに使ったのを知って、お姑さんのことまで悪く思うようになったという話も聞きました。

お姑さんの「息子にお小遣いをあげる」という行動は善意だったはずなのに、お嫁さんは悪い感情を抱いてしまったのです。私がよくお伝えするのは、「嫁と姑は、夫のファンクラブ」という考え方です。どちらかが夫を独占しようとする争いになりませんが、「うちの子、良い子でしょ」「夫は誰よりも素敵です」と一緒に応援する気持ちになれば、協力できるはず。「夫のことが好き」という共通の思いを持っているのですから、しっかりとコミュニケーションを取れば良い関係を築くことができるのです。



離婚カウンセラー
岡野あつこ

日本家庭問題相談連盟理事長。
夫の浮気による自身の離婚経験をもとに1991年、結婚・離婚・再婚相談事業を開始。

Book
『離婚カウンセラーになる方法』
ごきげんビジネス出版
1,540円

嫁姑関係の中で起こりがちなトラブルについて、
岡野先生に答えていただきました！

Q4

主人の実家に行くたび、
気疲れするので、
行きたくないのですが……。

A 帰省は思返しだと考えましょう

わざわざお金をかけて夫の実家に行き、慣れていない環境で周りに気を遣い続けるのは大変です。しかし、嫌々行くより、「お義母さんへの恩返しとして実家に行っている」と考えたほうが、気持ちが楽になるかもしれません。お姑さんは、「あなたが好きになって結婚して、今もお世話になっているご主人を育ててくれた人」なのです。面倒だと思いつつ気を遣うのと、感謝の思いで気を遣うのとでは、その後の気持ちや疲れ方もまったく違って来るはずです。

Q3

お義母さんに
相談をしても、
話を聞くだけで解決に
動いてくれません。

A 姑は、その話を相談だと思っていないかも

もしかしたら、お姑さんはそれを「相談」ではなく、ただの「愚痴」だと思っているかもしれません。お嫁さんと愚痴を言い合える仲になったことを喜んで、それだけで終わってしまっている可能性があるのです。具体的にしてほしいことを伝えるようにしましょう。ただし、夫のことを相談する場合、ただの悪口だと受け取られないように、「主人はこんなにすごいんだけど、こういうところには困っていて……」と、尊敬の気持ちを織り交ぜて話すことが大切です。

Q2

何かと義母が家のことを
手伝ってくれるけど、
気を遣うし
うっとうしいです。

A 手伝ってくれることはありがたいことです

今の若い人は、「家事も子育ても、夫婦で分担するもの」と思い込んでいる人が多いのですが、必ずしもそうでなければいけないわけではありません。お姑さんも家族なのですから、「夫が忙しくてできないことを、お義母さんが手伝ってくれている」と思えば、ありがたいことではないでしょうか。家事サービスやベビーシッターを雇うよりもお金はかかりませんが、お姑さんなら信用できます。「うっとうしい」から「ありがたい」に考えを切り替えるだけで、見方が変わってきますよ。

Q1

お姑さんが、
古い家事・育児のやり方を
押し付けてきて
困っています。

A 違いを受け入れ、お互いを理解する努力を

生きてきた時代が違うため、感覚の違いは仕方ありません。例えば、今の夫婦は親の前でも普通にケンカをしたり、遠慮なく妻が夫に注意することがありますが、お姑さんがそれを見て、「とんでもない嫁だわ」と驚き、態度を急変させたという事例を聞いたことがあります。もしかしたらお姑さんも、あなたを「宇宙人」のように感じているかもしれません。自分の常識だけで相手を否定するのではなく、世代間ギャップはあるものだと認めて、お互いを理解する努力をしてみましょう。

Column

お姑さんへのアドバイス

私はお嫁さん側だけでなく、お姑さん側の相談に乗ることも多いのですが、「お嫁さんの気持ちを勝手に解釈してしまうお姑さんが多い」と感じています。例えば「私は嫁を実の娘のように思っているから、向こうもそう感じ

ているはず」と思い込んでいると、善意でいたことが余計なお世話になることも。嫁姑関係であっても、相手の立場で物事を考えることはとても大切だと思います。

