

11月22日『いい夫婦の日』に考えたい、今の日本の夫婦問題

なぜ、自分で選んだ人がエイリアン夫 モンスター妻に変わるのか  
みんな「夫婦」で病んでいる

一緒にいるのがつらい。でも、やっぱり別れたくない！ そんな矛盾を抱えながら、「夫婦」として幸せになりたいと願う、すべての夫、妻たちへ、心の専門家が解決法を提示します。



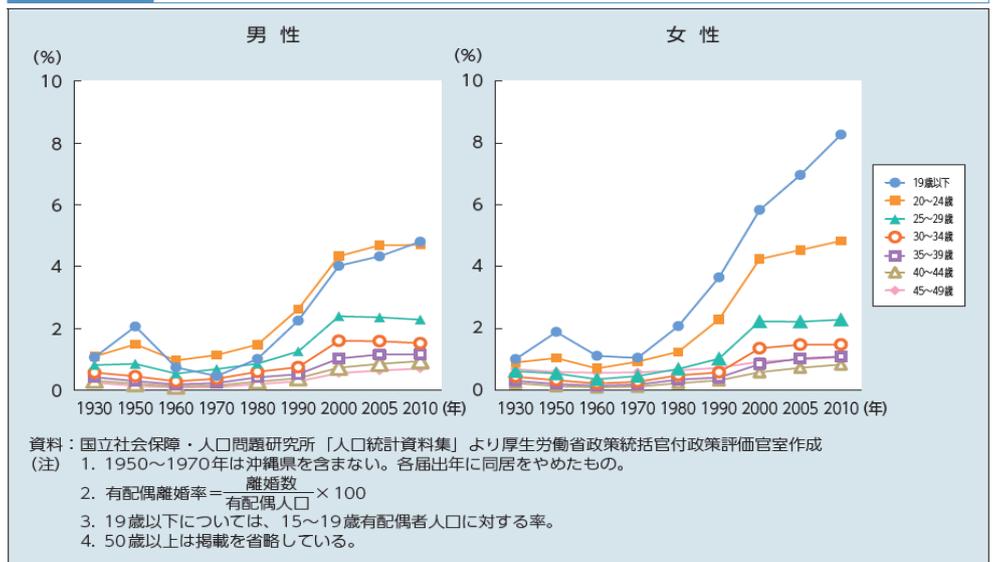
夫が、妻が理解できない。一番近いのに、一番わからない・・・  
モラハラ、DV、仮面夫婦にセックスレスなど、  
「夫婦」が最大のストレスになっているケースが非常に多い現代社会。

生まれ育ちの差、性別の差、性格の差を越えて、良好な夫婦関係を続けるのは難しくあたりまえ。さらに結婚式から新婚旅行、子どもの誕生や義理の家族との付き合いが発生するなどのライフステージの変化で、夫や妻の役割は荒波のように変化し、うまく行かなくなるきっかけが次々とやってきます。そんな中で、夫婦はお互いをどう理解すればいいのか。どう気持ちを整理すればいいのか？ そのための糸口を、それぞれのケースで解説。気持ちが楽になる、心が整理されるヒントが見つかる。

「結婚したカップルの3組に1組は離婚する」説は、真実ではない。

結婚する人数は年々減少傾向にあり、この数字は、結婚人口の少ない世代の結婚数を、結婚人口が多かった世代の離婚数で割るので、必ずしも実態に合っているとはいえない。

図表 2-2-10 年齢層別有配偶人口に対する離婚率



資料：国立社会保障・人口問題研究所「人口統計資料集」より厚生労働省政策統括官付政策評価官室作成  
(注) 1. 1950～1970年は沖縄県を含まない。各届出年に同居をやめたもの。  
2. 有配偶離婚率 =  $\frac{\text{離婚数}}{\text{有配偶人口}} \times 100$   
3. 19歳以下については、15～19歳有配偶者人口に対する率。  
4. 50歳以上は掲載を省略している。

※平成25年版厚生労働白書

2015年11月28日発売  
本体1300円+税  
ISBN:978-4-07-401740-9

近年晩婚化が進み、仕事や価値観など、自分のライフスタイルを持った世間では『大人』とされる年齢の人間同士が、夫婦という一つのユニットを組む時代になっている。

離婚が増加しているのは、若い世代か熟年世代。子育て時期にある30代、40代は離婚を踏みとどまっている分「夫婦」ストレスを抱えている。

第1章：「夫婦」って難しい

結婚すると恋愛中の「仮の姿」が終わり、本来の「ありのまま」の姿が表れる。

第2章：モンスター妻、エイリアン夫の対処法

●妻は片付けられない女だった ●結婚後にケチ夫に豹変

第3章：妻が、夫が心の病かもしれないと思うとき

パートナーがうつ病になった！ どうしたらいいの？  
→原因探しをしない、励まさない、無理に特別なことはしないで。

第4章：別れを選ぶとき

- パートナーの依存症(ギャンブル、ショッピングなど)
- 最近騒がれている「モラハラ」って何？ DVとどこが違うの？

第5章：別れを選んだ、その後の生活

- 離婚しない「別れ」もある。●離婚の前にしておきたいこと。

おわりに：仲がいいって何だろう？

- 相手の考えや意見の違いを「違い」として認められる。
- 離れていても信頼感が揺らがない。
- 不測の事態に一番にその人の無事を願う。
- 取り換えのきかない、人生の相棒。

【プロフィール】 本田 りえ ほんだ・りえ

臨床心理士。武蔵野大学非常勤講師。武蔵野大学心理臨床センター相談員。トラウマケア、被害者学が専門。DV、ハラスメントなど、数多くの夫婦のカウンセリングを行いながら、心のケアに携わる。著書に『モラル・ハラスメント』のすべて(講談社・共著)がある。