

2023年3月14日（火）

一般社団法人 日本レレーションシップ協会

報道関係者各位

男性に聞いた！セフレから昇格する女性

セフレのいる男性は3人に1人！

本命や妻に昇格した理由 2位「居心地が良かった」、1位は？

～『決めるだけ。』の著者が教える「セフレから昇格するための必須条件」とは～

脳科学と心理学を掛け合わせた「脳心理学」を使って、女を楽しみながら愛もお金も仕事も手に入れる方法を綴った『決めるだけ。「お金」も「恋」も勝手にうまくいく、人生を変えるレッスン』の著者で、女性のライフスタイル支援を行うライフコンサルタント・奥井 まゆは、25歳以上40歳未満の男性全国4,000人を対象に「セフレから昇格する女性」について調査いたしました。



【調査概要】

調査期間：2023年2月2日

調査手法：インターネット調査

調査対象：25歳以上40歳未満の男性全国

サンプル数：4,000人

調査機関：Freeasy

※本リリースの調査結果をご利用いただく際は、「一般社団法人 日本レレーションシップ協会 調べ」とご明記ください。

【調査結果サマリー】

・セフレがいる男性の割合は3人に1人

・セフレから本命の彼女になる確率は2割弱。妻になる確率は1割

本リリースに関するお問い合わせ先

一般社団法人 日本レレーションシップ協会 担当：丸山

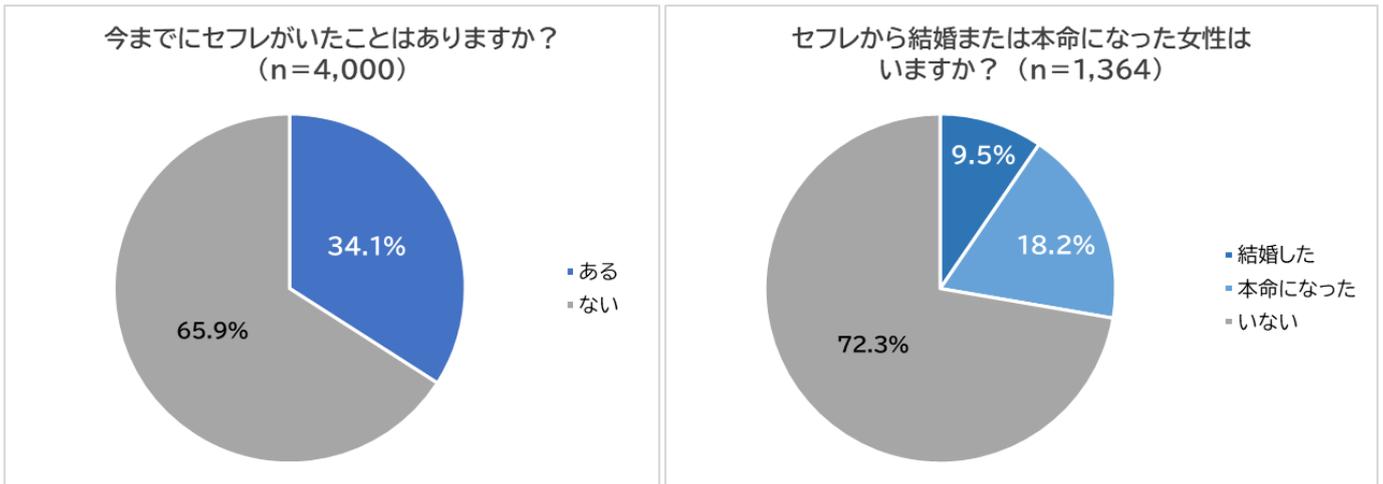
E-mail : info@j-relationship.com TEL : 03-6691-0224

- ・本命や妻になった理由 1位「好きになった」、2位「居心地良かった」
- ・妻がセフレだったワケ 3人に1人が「自分に彼女がいた」「ナンパや合コン」。「職場の同僚や先輩後輩」も一定数あり

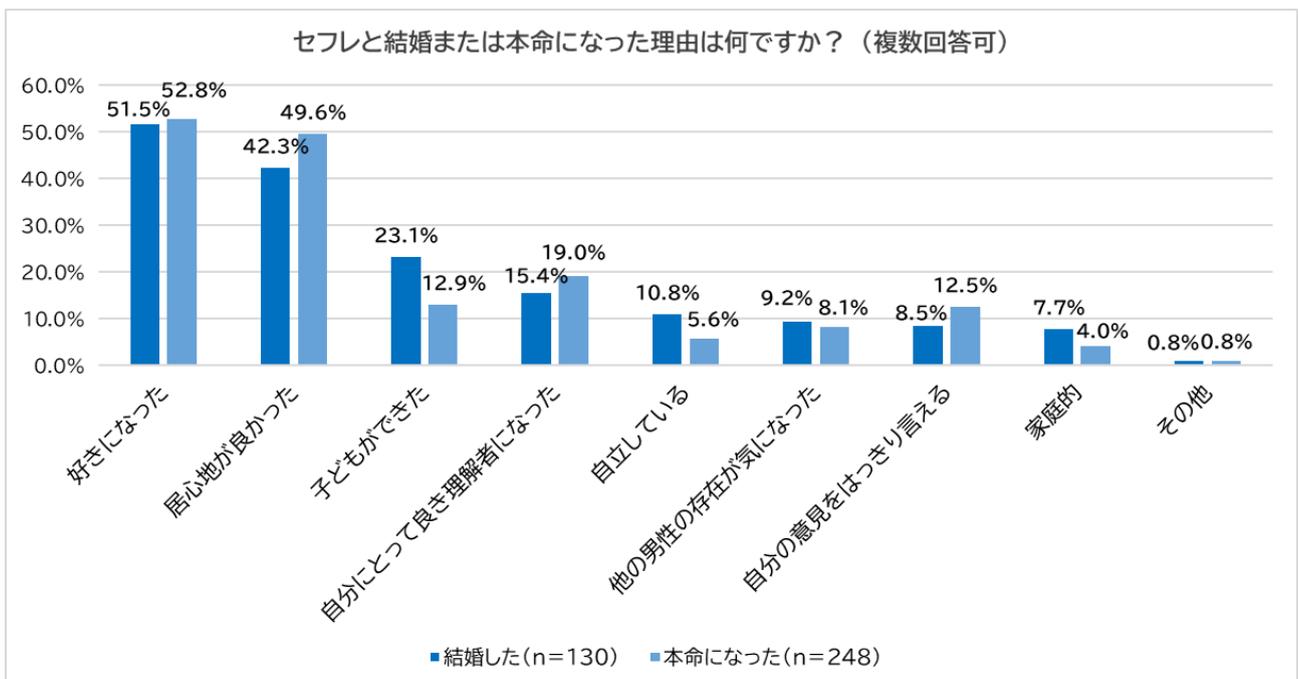
【調査結果】

「今までにセフレがいたことはあるか？」と尋ねたところ、「ある」（34.1%）、「ない」（65.9%）となりました。

「ある」と回答した1,364人に「セフレから結婚したまたは本命になった女性はいますか？」と尋ねました。72.3%が「いない」と回答し最多でしたが、「本命になった」は18.2%、「結婚した」も9.5%いました。

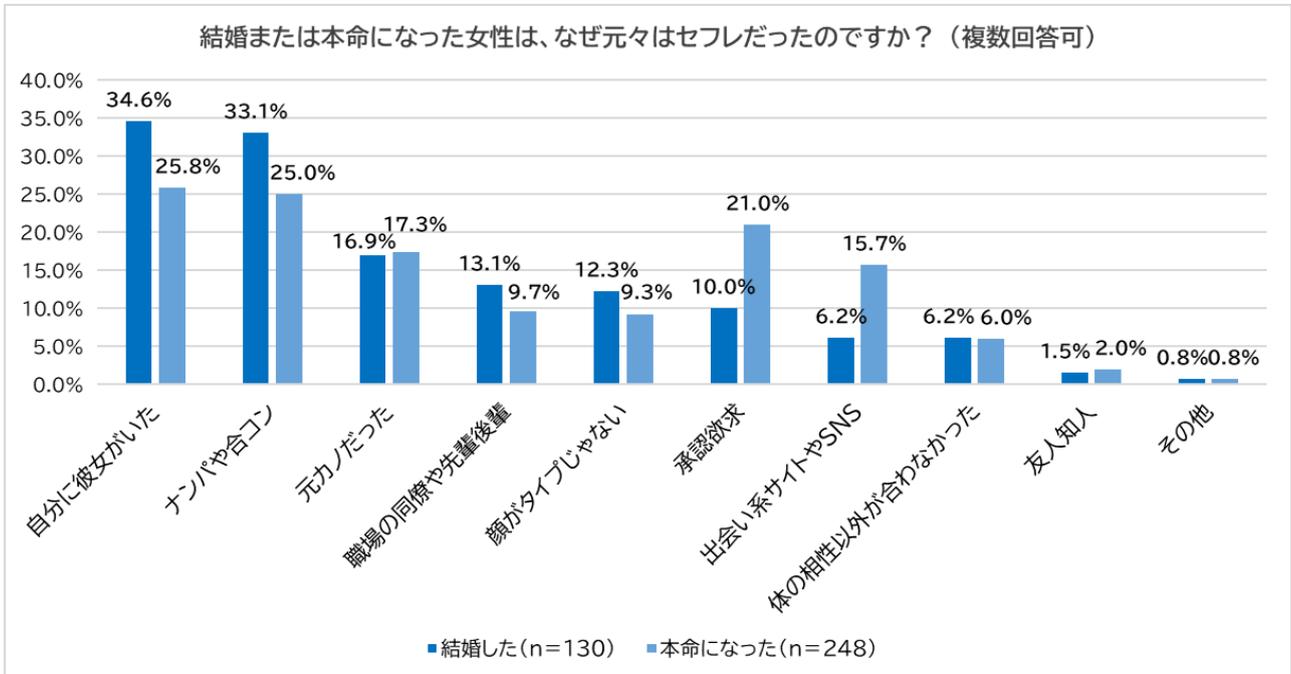


「結婚した」「本命になった」と回答した378人に「結婚または本命になった理由」を尋ねたところ、どちらも半数以上が「好きになった」（結婚：51.5%、本命：52.8%）と回答し1位になり、2位も「居心地良かった」（結婚：42.3%、本命：49.6%）と一緒でした。3位はそれぞれ異なり、結婚した人は「子どもができた」（結婚：23.1%、本命：12.9%）、本命になった人は「自分にとって良き理解者になった」（結婚：15.4%、本命：19.0%）でした。

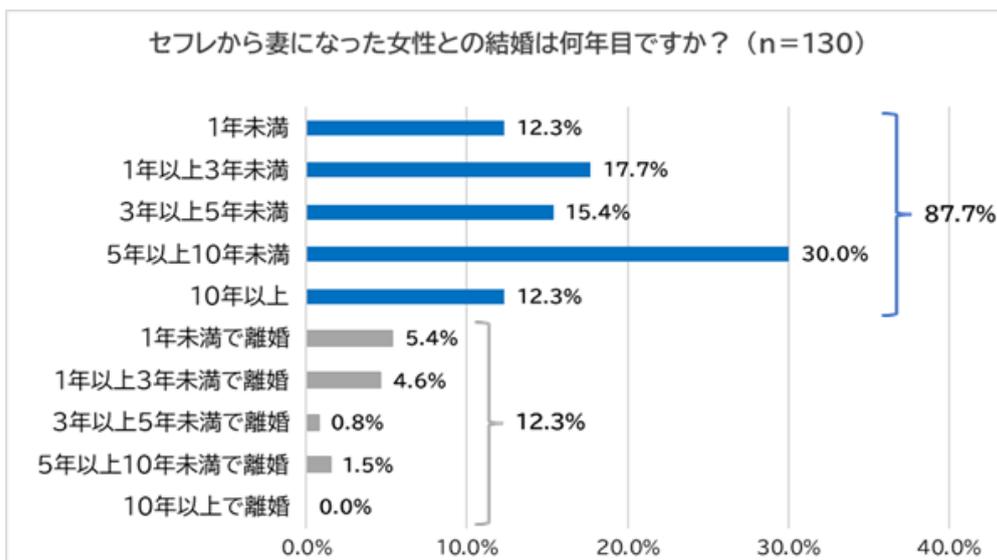


本リリースに関するお問い合わせ先
 一般社団法人 日本レレーションシップ協会 担当：丸山
 E-mail : info@j-relationship.com TEL : 03-6691-0224

続いて、「結婚または本命になった女性は、なぜ元々はセフレだったのか？」と尋ねました。どちらも1位は「自分に彼女がいた」（結婚：34.6%、本命：25.8%）、2位は「ナンパや合コン」（結婚：33.1%、本命：25.0%）でしたが、結婚した人の3位が「元カノだった」（結婚：16.9%、本命：17.3%）だったのに対し、本命になった人は「承認欲求」（結婚：10.0%、本命：21.0%）となりました。また、結婚した人の4位は「職場の同僚や先輩後輩」（結婚：13.1%、本命：9.7%）となり、職場内でのセフレ関係から結婚に至る人も一定数いることがわかりました。



最後に、結婚した人130人に「セフレから妻になった女性との婚姻状況」を尋ねたところ、結婚1年未満が12.3%いたものの、「婚姻関係にある」は87.7%、「離婚した」が12.3%となりました。



本リリースに関するお問い合わせ先
 一般社団法人 日本レレーションシップ協会 担当：丸山
 E-mail : info@j-relationship.com TEL : 03-6691-0224

【ライフコンサルタント 奥井 まゆが「セフレから昇格するための必須条件」をアドバイス！】

セフレから本命になりたいと思っている女性は少なくないためか、「1回セフレになると、本命の彼女になるのは難しい」という恋愛コラムが巷に溢れています。しかし、今回の調査結果で、セフレから本命の彼女や妻になった女性がいると回答した男性が3割弱いました。

大好きな人と“名前のない関係”から脱したい女性たちは、どうすればこの3割弱に入れるのか？自身が提唱している脳心理学メソッドや心理学の話からアドバイスします。

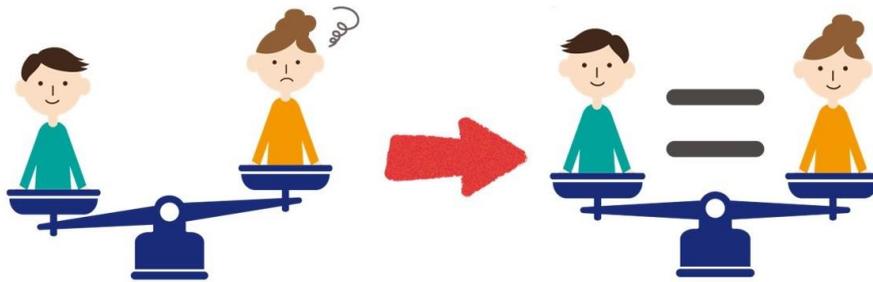
・相手に影響される存在から影響を与える存在になることの重要性

まずは、**対等な関係を築けるようにしましょう**。それがスタート地点です。

自分をなかなか一番にしてくれない彼に、彼がいないと寂しいという欠乏感や求められていることによる安心感など、自分だけでは埋められない感情を求めてしまいませんか？

これは1つの捉え方になりますが、彼と出会ってから付き合いが続いている中で、徐々に彼の支配下に自分の存在を置いてしまっていることもあります。こうなると、彼と自分が対等な関係でなくなっている可能性が高いです。

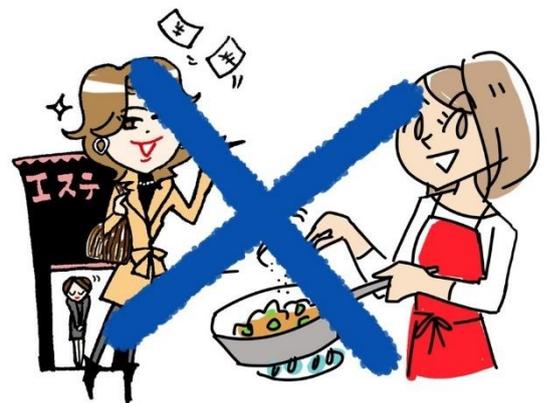
人は、求められたい人は求めてくれる人とご縁が繋がったり、養ってほしい人は養いたい人と繋がったりして、満足度の高い人間関係を構築していきます。しかし、これはあくまでお互いの関係が対等であることが必須条件になります。確言すれば、お互いに対等な関係で影響し合っている。つまり、彼に影響を与えられている自分になっているかということがポイントになります。



・彼と対等な影響力はどのように育てることができるのか

もし、今の彼と対等な関係を築き、本命の彼女や妻になりたいと思うのなら、“**自分磨き**”の方向性を間違えないことが**重要**です。自分磨きとは、一般的に思われている見た目をキレイにする、家事がこなせる、仕事で活躍するということではなく、自分の人生を自分で能動的に動かしていくようになっていくことを指します。つまり、何をやるかが大事なのではなく、自分の人生を自らでより充実させているかという視点なのです。こうすることで、精神的な自立に近づき、人への影響力が増すとされています。

1つの視点でしかないのですが、ぜひ参考にしてみてください。



【ライフコンサルタント 奥井 まゆプロフィール】

1986年、神奈川県生まれ。

一般社団法人日本リレーションシップ協会 代表コンサルタント。

また2社経営の女性経営者。メンタルコーチ、ビジネスコンサルタント、四柱推命鑑定士など複数の顔を持つ。

本リリースに関するお問い合わせ先
 一般社団法人 日本リレーションシップ協会 担当：丸山
 E-mail : info@j-relationship.com TEL : 03-6691-0224

NEWS RELEASE



30歳目前での大恋愛をきっかけに「自分らしい生き方」を探すうち、脳心理学に出会い人生が一変。仕事、恋愛、金銭面の自由を得ることができるようになる。

また、年商数百億円の会社社長、資産家などとも人脈を築き、お金持ちの思考法を学ぶ。

現在は、月4日の稼働で年商1億円超を叶える。2020年に結婚したパートナーも独立7年目以上、2社経営をしており、「時間と場所の自由を得て、我慢しないでやりたいことをする」ライフスタイルを構築しているノマド経営者夫婦。「もっとオンナを愉しむ」「あげ妻を増やす」をコンセプトにビジネスと展開中。

2022年3月には、脳科学と心理学を掛け合わせた「脳心理学」を使って、女を楽しみながら愛もお金も仕事も手に入れる方法を綴った初の著書『決めるだけ。「お金」も「恋」も勝手にうまくいく、人生を変えるレッスン』（KADOKAWA）を出版。

公式サイト：<https://mayuokui.com>

ブログ：<https://ameblo.jp/hanamizuki5555/>

Facebook：<https://www.facebook.com/hanamizuki5555>

Instagram：<https://www.instagram.com/mayu.okui/>



【協会概要】

協会名：一般社団法人 日本リレーションシップ協会

所在地：東京都中央区銀座1-22-11 大竹ビジデンス 2階

代表者：大瀬 真由美

設立：2021年1月22日

事業内容：人材育成を目的としたコンサルテーション

研修・講演・セミナーの企画・運営

四柱推命など統計学を基にした鑑定

本リリースに関するお問い合わせ先

一般社団法人 日本リレーションシップ協会 担当：丸山

E-mail：info@j-relationship.com TEL：03-6691-0224