

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



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。

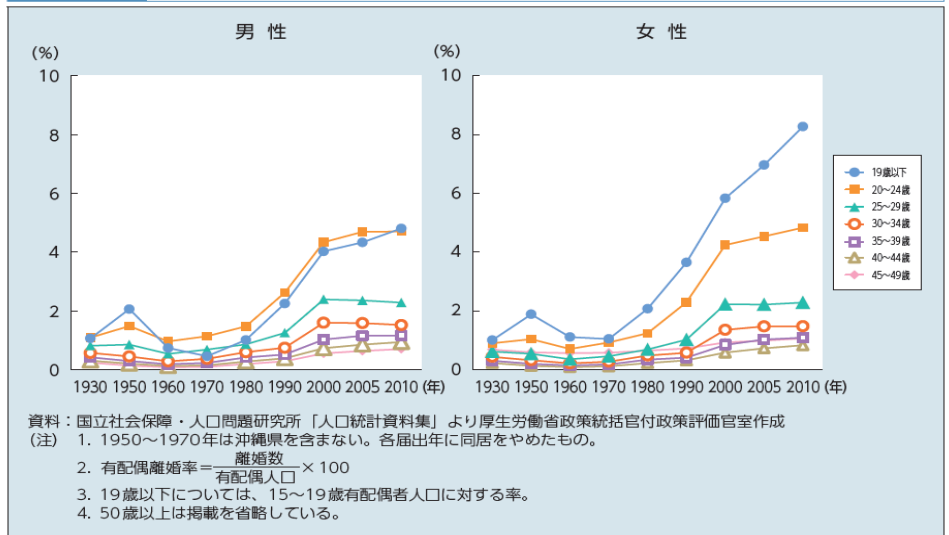
生まれ育ちの差、性別の差、性格の差を越えて、
良好な夫婦関係を続けるのは難しくあたりまえ。
結婚式から新婚旅行、子どもの誕生、親とのつきあいなど
ライフステージの変化で夫や妻の役割は荒波のように変化し
うまく行かなくなるきっかけが次々とやってます。
そんな中で、夫婦はお互いをどう理解すればいいのか。
どう気持ちを整理すればいいのか？。

解決の糸口を、それぞれのケースで解説します
気持ちが楽になる、心が整理されるヒントがきっと見つかる！

2015年11月28日発売
本体1300円+税

離婚が上昇しているのは、
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。

図表 2-2-10 年齢層別有配偶人口に対する離婚率



※平成25年版厚生労働白書

第1章：「夫婦」って難しい

恋愛中の「仮の姿」が終わり、本来の姿が表れるとき。

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？
→原因探をししない、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。

【プロフィール】 本田 りえ ほんだ・りえ
臨床心理士。博士(学術)。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
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。