

## 第 23 回オンライン読書会 (10) (オンライン)

<参加できる阿佐ヶ谷婦人公論読書会> 「おんなどおこの工夫 生涯を連れ添うために」

2021.2.14 開催

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、  
オンライン読書会を開催しています。

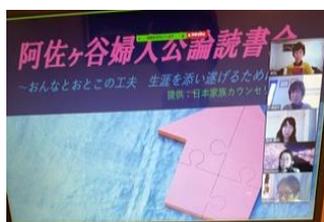
### ★ テキスト・テーマ：

- 男女・年齢で大きく変わる「夫婦関係」の満足度 /東洋経済新聞
- J. ゴットマン 離婚が予測される最もネガティブな4つの行動

★ 参加者 : 13名 (女性9名 男性4名)

### ★ 参加者の感想

前日、2月13日(土) 23時07分 福島、宮城にて震度6強の地震、長谷川理事長のお住まいは仙台、安否が心配されました。多くの蔵書が落ちたとの事でしたが、ご無事であられ、予定どおりに開催してくださいました。被災されました方々に、心よりお見舞い申し上げます。



今回、事前テーマは、東洋経済新聞のNET記事から「上手くいくカップルの要因について」「夫婦関係調査2019」「離婚に関する調査」の調査(リクルートブライダル総研)より夫婦のカタチについて分析する。男女・年齢で大きく変わる「夫婦関係」の満足度です。

■夫婦関係に満足しているか? ■現在の夫婦関係についてどう考えていますか?

■結婚のスタート時にあったこと・深まったことについて、グラフを見ながら意見を出しました。私が意外に感じたのは、年齢差はあるものの、約7割が、現状の夫婦関係に満足しているという調査結果であることでした。

(離婚せずに夫婦状態を続けている人の回答であるという事でありましたが)

お互いの関係をもっと良くしたいと、結婚スタート時点から、お互いをすり合わせ、もっと良くしたいと努力していること、男性と女性の普通のとらえ方の違いなど、この調査から感じました。また、参加メンバーの方々の様々な発言から、改めて夫婦のありかたの多様性も学びました。

この「読書会」の素晴らしさは、メンバーがこれ程までに自

分自身を披露できる場になっていることだと思います。私は自分の事を話すのは苦手なの



ですが、参加することで、疑似体験をさせていただき、家族カウンセリングを学んでいく上で、とても貴重な会になっています。その他、先生から、ある問題をある問題で解ける、カップルを応援する、家族カウンセリングのシステム論について、研究方法に至るプロセス、また、東日本大震災時のご経験から、災害時の支援についても、お話があり、改めて考える視点を頂きました。

つぎに、J.ゴットマンによる「離婚が予測されるもっともネガティブな4つの行動」について



- 相手の人格に対する批判
  - 優位な立場から、相手を軽蔑する
  - 防衛的な態度をとること
  - 拒否的な態度ないし対話から感情的にひきこもることである。
- こんなことを発見した。以下のように言ってはいませんか？

「だからお前はのろまんなんだ」「いつも自分の事しか考えない」「すぐ黙る性格だな」「そんなことも出来ないのか」「話したくない」 e t c 私、言われてました！との発言、自分はどう？・・・理事長から、これを言い換えればいいのではないかとのコメント、なるほど！リフレーミング！そんな中、男性のメンバーからポロリ、「自分は、妻にこんな風に言われました。」その時妻から「だから、あなたと結婚したのよ！」と。

～理事長、大絶賛!! **本日のマスターキー** と盛り上がり、夫婦の危機を脱する言葉の鍵を得ることができました！理事長は、これから、地震で落ちたご本の片づけをされるという事で閉会となりました。 (家族支援士 山根まり)

### <オンライン読書会はいかがでしょう？>



阿佐ヶ谷の洒落たお店でのお茶もは、しばらくおあずけですが、長谷川理事長のご講義が画面から溢れてくるオンタイムのセミナーもまた必見！夫婦生活につまづいている方はもちろん？円満な方やおひとりさまのお知恵も拝借しながら、おんとおとこが添い遂げる工夫を、家族カウンセリングの視点から学び合いましょう。協会員なら、どなたでもこのオンライン読書会にご参加できます。

**★次回は第24回 3月13日(土)20:30 ZOOM開催です。**

毎回 理事長ご提案のテーマで話し合います。

会員の皆さま、奮ってご参加くださいね！

---

<会員限定>

オンライン読書会（ZOOM）に参加ご希望の方は➡の  
QRコードに（森友ラインあて）、お手持ちのスマホで  
カメラをかざして繋いでください。



「参加できる阿佐ヶ谷婦人公論読書会」グループラインに招待させていただきます。

- ★今後の阿佐ヶ谷のカフェでの読書会は本協会の対応に準じて開催していく予定です。  
しばらくはオンラインを使って読書会を継続していきます。  
何卒、ご理解、ご了承のほど、よろしくお願い申し上げます。