ベイ★キッズ

横浜子育て応援マガジン

写真：菅原康太

ベイ★キッズ

FREE
2021 SUMMER
vol. 041

夫婦のパートナーシップ

02 | 「夫婦の時間」を作ってみよう！
03 |
まちすき　西区地域子育て支援拠点 スマイル・ポート施設長 鳴神美穂子さん
身近でできるSDGs プラスチック問題を考えよう
夏のお届け便 オシロイバナ
パパと遊ぼう 「おうちミュージアム」を親子で楽しもう
04 |
こどもと一緒を楽しもう テイクアウト&デリバリーができるお店

Credit
スタッフ：東恵子　船本由佳
ベイ★キッズ みなとくらす：成ヶ澤美也子　本田真弓
一色あずさ　関口麗
デザイン：川本智子
協力：あそびい横浜　横浜市こども植物園

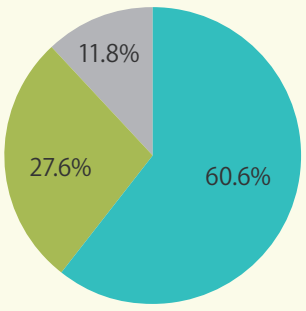
● 編集・発行/ベイ★キッズ編集部［NPO法人シャーロックホームズ］〒220-0002 横浜市西区南軽井沢18-1-110　TEL.045-324-5033　FAX. 045-548-4514
http://baykids.jp　info@baykids.jp
＊情報提供や広告掲載に関するお問い合わせは上記まで。　＊紙面の無断転載を禁じます。

夫婦のコミュニケーションは？

パートナーとのコミュニケーションについて子育て世代に聞いてみました。

STAYホームの影響は？

設問　STAYホームをきっかけに、以前より夫婦（パートナー）とのコミュニケーションをとるようになった

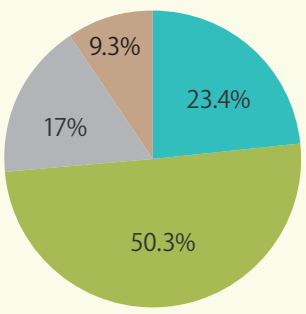


※171件の回答

STAYホームによって以前より夫婦間でコミュニケーションをとるようになったという人は少数派で「変わらない」が多数となりました。そして「変わらない」を選んだ83%の人が次の「夫婦とのコミュニケーションについて」の設問で「うまくコミュニケーションがとれていると思う」または「まあまあコミュニケーションがとれていると思う」と回答しています（次のグラフ参照）。STAYホーム以前から夫婦のコミュニケーションがとれていると考えている方が多くいることが分かりましたが、しかしどうやらコミュニケーションが「とれている」=「夫婦円満」ということではないようです。自由記述には、「在宅勤務になって邪魔をしないようにと気を遣い疲れる」「夫に遠慮してしまったり、顔色を窺うことが多くなった」「一緒の時間が増えてイライラしたりぶつかることが増えた」などSTAYホームがもたらした生活様式の変化による数々の不満が見られました。また、気軽に友達と出かけたりおしゃべりすることができにくくなり気分転換ができず、そのストレスが夫婦のコミュニケーションに影響していると捉えられるコメントもありました。

コミュニケーションは難しい？

設問　夫婦（パートナー）とのコミュニケーションについて



※171件の回答

「どちらかというとコミュニケーションが難しい」「コミュニケーションが難しい」と感じる人も26.3%と少なくない割合でいました。悩みや気になることの記述を見ると、「こちらの都合を考えずに一方的に話してくるのにこちらの話はちゃんと聞かない」「問題が発生し対処するためのコミュニケーションが多く険悪ムードになってしまう」「何か不満がありそうだが言葉で伝えてくれない」「こちらからの話題に興味を持ってくれない」「パートナーがコミュニケーションの必要性を感じていない」など心の中に溜め込んでいるものがありそうです。

みんなのコメント

▲今まで夫婦で過ごす夜の時間がほとんどなかったが、在宅ワークが急に増えて、子どもが寝て二人でいる時間が増えたのに何をしたら良いのか分からない。それぞれスマホを触っていて会話がない時間が多い。
▲悩んでいないし、会話もしているが、夫婦で互いに向き合うのを避けている傾向があるような…。
▲子どもの就寝後に夫婦の時間を取りたいと思ってはいるものの、毎日子どもと寝落ちしてしまい時間が取れていない。
▲分かり合いたいけど、分かり合えてなくて、いざという時にぶつかってしまう。
▲すぐに不機嫌な顔をするので話すのをためらう。
▲やめてほしいこと、してほしいことを何度言っても何も改善されない。
▲妊娠中のつらさ、育児の大変さへの理解がなく、話しが噛み合わないことが悩み。お互い悪気はないけれど、会話が減り、あまりいい気分ではないです。

●「定期的に夫婦会議の機会を設ける」「自分が傷ついている時は相手も傷ついていると理解する」などのコツをカップルカウンセリングの中で教わりました。2人だとつい感情的になりがちな方や、どちらか一方が自己表現が苦手なカップルなどは、2人で閉じずにいろんな人を巻き込んでみるといいのではと思います。

コミュニケーションツールを活用

夫婦のコミュニケーションツールとしてMessengerやLINEを活用している人も多くいました。「直接の対話だと瞬時に顔に出てしまうが、LINE上ならカーっと来てもとりあえずスタンプを使ったりして怒りを抑えることができる」「スタンプだと可愛いし角が立つ言い方にならないみたいでいいなと思う」と、スタンプを上手く使うのがコツのようです。「言った、言わないという問題になりそうなときはLINEで証拠を残す」「大事なことはLINEで残して伝えるようにする」「忘れられると困る事はLINEに送っている」など記録を残すという利用方法も。また、夜遅くまで仕事で子どもが起きている時間に帰宅できないパートナーに子どもの写真を送って報告するという方もいました。

【アンケート概要】
2021年6月2日～11日
インターネット調査　有効回答数171

アンケート結果の詳細はHPで！