

パパ&ママのための「夫婦会議」講座

「夫婦会議」講座は市が目指す「男女がともに歩むまちづくり基本条例」の中でも、基本理念4（ともに家庭的責任を持ち、対等に参画できる環境づくり）や基本理念5（性と生殖に関する自己選択権の尊重）、基本理念6（暴力や虐待、ハラスメントのない社会づくり）に基づき、企画したものです。市民に広く、良好なパートナーシップの形成を促し、ひいては子どもたちの安心した成育環境形成にもつながっていくことから、行政が関わることに十分意義があると考え、男女共同参画の推進に寄与することを目的として開催しました。

パパ&ママのための

●夫婦会議講座

◆企画・運営・講師

夫婦会議アドバイザー（Logista 株式会社 共同代表） 長廣百合子さん、長廣遥さん

◆参加者：のべ13名

第1回 10月 4日（日）

○パパ&ママのための

「夫婦会議の始め方講座」

第1回目では、夫婦会議を始める準備として産前産後の現実や対話のコツを学び、夫婦間の協力体制やより良い子育て環境づくりのヒントを得ること、家事、育児、働き方における理想と課題を整理することが挙げられました。

「夫婦会議」とは人生を共に創ると決めたパートナーと、より良い未来に向けて対話を重ねて、行動を決める場で、その土台は『夫婦は「世帯の共同経営者」』であるという考えです。

それは、“わたし”だけではなく、“わたしたち”で未来を創るという姿勢で理想をカタチにする思考法です。「わたしたちとして、どうする？」と考え、共同経営者感覚で夫婦会議を行うと対話が前向きに進むとお話されました。

夫婦会議の必要性について、「夫婦だから言わなくても分かるよね」と決めつけてしまっているケースも多く、カップル同志や夫婦ふたりだけの場合は、比較的すれ違いは生じにくいですが、妊娠から産後・育児期においては、夫は仕事、妻が育児・家事にと夫婦間の役割が分断されがちで、家事・育児の協力体制などの大切な会話が疎かになっている夫婦が多く、すれ違いが生じがちだとお話されました。そのため、対話を通じて、よりよい夫婦関係を築く「夫婦会議」が必要であるということでした。

産後うつ、産後クライシス（※夫婦間の愛情低下）などの「産後の危機」を乗り越えていくには、①子育ては母親・父親1人だけではできないこと、②祖父母や地域の方々など周囲の理解と協力を得る努力を惜しまない、工夫や努力を重ねても無理なら周りを頼ること、③夫婦のパートナーシップを優先することなどが挙げられました。ペアワークにおける対話の練習では、対話を支える3つの力として、①「伝える」（事実や出来事だけではなく、自分の感情や考えをできるだけ正確に伝えること）、②「聴く」（言葉の表面だけで判断せず、その背景を想像したり、察するようにして聴く姿勢が大切であること）、③「問う」（お互いの感情や考えに関心を持ち、相手の本質にアプローチする意識で問う）ことが大切であるとお話されました。

この講座を受講すると、男女共同参画がより一層進んでいくと期待される内容でした。



第2回 11月 1日(日)

〇パパ&ママのための 「夫婦会議の体験講座」

今回(第2回)の講座は、「夫婦で子育て」を実践する上で大切な「考え方、行動、対話の手法」を解説しながら実際に夫婦会議ツール「世帯経営ノート」を使って夫婦会議を体験してもらいました。

夫婦会議の要は、たわいもないおしゃべりから始まって、互いに意見を出し合う「議論」から価値観の違いを尊重し、互いに納得のいく結論へと導く「対話」へとステップアップして進めていくことにあります。

夫婦会議を進めていくにあたっては、まず、「どんな自分や夫婦・家族でいたいのか?」「なぜそう思うのか?」など「ビジョン」を共有することが必要です。ありたい姿や目指したい未来は夢や目標に関わる重要なテーマを含む内容で、子どもの成長とともに変化することも多いため、お互いに関心を持って定期的に話し合うことが大切です。

そのことを踏まえううえで、「世帯経営領域」(家事・子育て・仕事・お金・住まい・セックス・自由時間・美容と健康・人間関係)の9つの項目を参考にして対話を行っていくものです。

対話の中で無意識の偏見・思い込み(アンコンシャスバイアス)から生じる「言葉や態度、勝手な解釈」が否定的なメッセージとして相手を傷つけてしまう事態は避けなければなりません。

より良い「夫婦会議」のための対話の方法にはお互いの感情や考えに関心を持ち、質問を重ねながら、言葉の背景にある感情や考えを汲み取る努力をすることです。繰り返しやり取りを重ねても、価値観が交わらない時はひとまず、「そういう感じ方・考え方もあるのだな」と受け止め、その後に一呼吸置いて考えることが大切です。

それから、「迷惑をかけたくない」と遠慮したり、「夫婦だから言わなくても分かるはず」と過信したり、「元々は他人なんだから分かるはずがない」と諦めたりせず、自分の感情や考えを伝えていくことが必要です。

妊娠の時期に大切なことは、子育ては母親や父親の1人だけではできないと心得ていること、親類や仕事仲間、地域の方々など周囲の理解と協力を得るための努力を惜しまず、自分たちだけで何とかしようとしめないことなどです。

より良い「夫婦会議」の環境づくりには、無理のない範囲で続けられるようにスケジュール化をすること、リラックスをして前向きに話ができるようにするためにデザートや飲み物、照明や音楽などを利用していくことが効果的です。

夫婦会議で、両親が対話を通じて協力し合う姿を示すことは子どもの「対話力」の礎となります。また、夫婦が築く家庭環境が子どもに大きな影響を与えます。

参加者からは、「夫婦の対話で躓いていた中、参加しました。まずは、会話を増やして子どもたちのためにも良い家庭環境を作っていける夫婦になっていきたい。」や、「自分が忙しい時や心にゆとりがない時にわたしはこうなのにと相手を責める気持ちがあった。そういう時にこそ相手の立場に立つことの大切さを改めて実感できた。」と感想を述べていました。

