

ゆうCan

男女のよりよい
パートナーシップを

2013年

48号

杉並区立男女平等推進センター情報誌

「どう働く? どう生きる?」

カップルのためのワークライフバランス・ワークショップ

みなさんは、「子育てしながら働くこと」について、パートナーとじっくり語り合ったことがありますか?日々の会話は「業務連絡」だけになっていないでしょうか。NPO法人マドレボニータは、今年度の杉並区男女平等推進センター講座として、「カップルのためのワークライフバランス・ワークショップ」を開催しました。

「子育てしながら働くこと」をテーマに、カップルで、そして参加者同士で考え、語り合うワークショップです。普段は女性向けに産後ケアプログラムを提供しているマドレボニータですが、参加者から「夫にも一緒に参加してもらいたい」という声が多いことを受け、カップルで気軽に参加していただける公共の講座として企画しました。7月から11月にかけて3回開催し、妊娠中、育休中、既に共働き中、そしてこれから子どもを持ちたいと考えているご夫婦など、さまざまなバックグラウンドをもった方がご参加くださいました。ここでワークショップでおこなった2つのワークについて少し詳しくご紹介します。

「今」の自分の意識がどこに向いているのかなど、自分自身を客観的に見ることができます。またそのエピソードをパートナーと分かち合うことで相手がどんな思いをもって暮らしているのかを知ることが出来ます。些細なことのように見えるかもしれませんが、小さい子どもの世話に追われているカップルほど、こういった「ささやかだけど大切な感情」を分かち合うことが大事なことです。会話が業務連絡だけになってしまうと、お互いの感じていることや思いに触れる機会がなくなり、そうすると家庭は殺伐としてくるのです。

ささやかだけど大切な感情を夫婦で分かち合う



特定非営利活動法人マドレボニータ

名称の「マドレボニータ」はスペイン語で「美しい母」という意味だそうです。「美しい母がふえれば、世界はもっとよくなる」をキャッチフレーズに豊かな夫婦関係や子育ての実現、地域社会への貢献などを目的として、産後という不安定な時期にある女性の心と身体を健康をサポートする活動を行うため1998年に設立されました。

男女共同参画都市宣言15周年記念行事を開催しました

杉並区が平成9年12月1日に行った「男女共同参画都市宣言」が今年度15周年を迎え、区制施行80周年という記念の年に「男女共同参画15周年記念行事」を開催することができました。

記念行事は平成24年10月20日、高齢者活動支援センターで厚生労働省政策評価に関する有識者会議委員の渥美由喜氏による「ワーク・ライフ・バランス～一人ひとりがイキイキと輝く生き方」をテーマに管理者が意識して行動すべきこと・個人にとってのワーク・ライフ・バランスの意義・リスク(介護・看護)の乗り越え方などについてお話がありました。講師で自身のご経験、ご体験に基づき、質の高い生活「ライフ」は質の高い仕事「ワーク」につながる。メリハリのある仕事をすることによって生活に余裕が生まれることなど、「ワーク」と「ライフ」は決して二者択一ではなくどちらも共に大切なことであることを説かれました。講演のあとはジャズシンガー、小田陽子さんのミニコンサートでリラックス、「百万本のバラ」など素晴らしい歌声をご参加の皆様楽しんでいただきました。

ひとりで悩んでいませんか?



男女平等推進センター 相談室をご利用ください

専門の女性相談員が電話で相談をお受けします。(平日には、面接による相談<要予約>も行っています。)

相談専用電話 ☎ 3393-4713

女性弁護士による法律相談もあります。

(完全予約制・毎週木曜日・月1回夜間相談あり)
離婚、養育、財産分与、相続、労働に関することなど

相談受付時間 午前10時から午後4時まで
休業日 月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始

杉並区立
男女平等推進センター情報誌
「ゆうCan」

平成25年1月 発行 第48号
発行:杉並区立男女平等推進センター

【問い合わせ先】
〒168-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1
杉並区民生生活部管理課
男女共同・犯罪被害者支援係
TEL: (03) 3312-2111 (代)



杉並区立男女平等推進センター

〒167-0051 杉並区荻窪1-56-3
TEL 03-3393-4410

交通機関
☆関東バス/荻窪駅南口発 シャルレー荻窪(荻51) <旧荻窪団地>行き
終点「シャルレー荻窪」下車 徒歩5分
☆杉並区南北バス すぎ丸(JR阿佐ヶ谷駅⇔井の頭線浜田山駅)「善福寺川緑地」下車徒歩10分
☆地下鉄丸の内線/南阿佐ヶ谷駅下車 徒歩15分

言葉を紡ぐ3分間

2つ目のワークは「シェアリング」。こちらもカップルで取り組みます。まず「人生・仕事・夫婦のパートナーシップ」の中から各自1つをテーマに選び、そのテーマについて、自分が感じていることや考えていることをじっくり3分間話します。聞き手は、ひたすら聞き役に徹して、メモをとりながら相手の話を聴きます。3分終わったらところで、その3分間の話の内容を45秒で要約します。じっくり聴いてくれる相手がいる環境で、丁寧に言葉を紡ぐことで、自分にじっくり来る言葉を獲得していくことができます。

相手の話に耳を傾ける3分間

この3分間は「相手の話に耳を傾ける」というコミュニケーションの基本の訓練にもなります。また、相手の思いを知ると自然とおもいやりがわいてくる、といった効果があります。そして何よりも話し手は、パートナーにじっくり話を聞いてもらえたという満足感を得ます。

「親」となつて向き合おうべき3つのテーマ

「人生・仕事・パートナーシップ」は、子どもを持ったことをきっかけに大きく変化するものですが、こういったテーマは忙しい子育ての生活の中では、なぜか話題にしにくいものです。しかし、親になるという人生の節目において、人生、仕事、夫婦関係をこれからどうして行きたいか、どんなことを感じ、考えているのかをお互いに語り合うことは、この先ともに人生を歩んでいくにあたり、絶対に必要なことです。このような変化の大きい時期に「夫婦だから分かっていくはず」という思い込みは大変危険です。「わかってるよね」といった過信の前では、お互いに「なんかズレてる」という不満が蓄積していき、それが続くと、本来手をとりあつて生活していくべきパートナーを信頼できなくなっていくからです。ワークシoppでカップルごとにワークに取り組んでみて、夫婦の間での「相手に対する勝手な思い込み」や「小さな認識のズレ」がいかに多いかという

ことがはつきりと浮かび上がりました。たとえば「GOOD & NEW」で子どもにまつわる話をしたら、夫に「いつも仕事より子どものことを考えているんだね」と言われて違和感を感じたという女性。こういった些細なズレをお互い自覚できたことは大きな収穫だと思えます。

夫婦の関係を風通しよく

また、複数のカップルがいる風通しのよい場で対話することの大切さも実感。たとえば、「子どもを持つことで、働き方の変化を迫られるのが女性ばかりであることに不平等感を感じている」という女性の発言に対し、ある男性が「自分の妻と同じ発言。これまでは現実味がなかったが、今の話を聞いて切実さが伝わった」とコメント。自分の言葉だけでは伝わりにくいことも、第三者である他の参加者やファシリテーターを介すことで理解が得やすくなる、間いつめあうのではなく冷静に対話できる、といった効果があることがわかりました。

子育て世代の夫婦に共通する課題

しかし、ワークシoppはあくまできっかけにすぎません。夫婦で生きてゆく限り、パートナーシップは常に更新されていくものです。何度も語り合い、時には喧嘩もし、たとえ分かり合えないことがあっても、それをふまえて少しずつ擦り合わせをしながらお互いの納得いく着地点をそのつど見つけていく、といった地道な作業が必要なのです。子育ての忙しさに翻弄され、そういった夫婦間のコミュニケーション量が不足していることは、ワークシoppに参加者の多くが感じている課題でした。



子どもたちは見ている

カップルで子どもをもつた以上、子どもにとっての最も身近な大人のロールモデルとしての責任もあります。「どうせ言ってもわかってもらえない」といって、思いを引っ込めてしまえば、そこで対話は成立しなくなります。相手に拒絶されるのがこわくてひっこめてしまう気持ちも分かりますが、実際は話してみれば「なんだ、言ってくればよかったのに」となることも多いのです。家庭における夫婦の会話やお互いへの態度は、子どもの心理状態にも大きく影響します。そういった意味でも、子育ての早い時期から夫婦が対話を重ね、互いに尊重し、協力しあう関係を育てていくことは、大人としての責任ともいえるのではないのでしょうか。



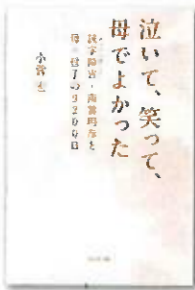
新着図書

男女平等推進センター

*「泣いて、笑って、母でよかった」

読字障害・南雲明彦と母・信子の9200日
小菅 宏 著 WAVE出版

人生はなんとかなる! うちの子は目も見えないし、文字も知っているのにまさか読めないなんて! 泣き叫びながら、それでもなお、くじけないでと息子に伝え続けたこととは? 「1Q84」でも話題になったディスレクシア。自ら「僕は、字が読めない」(集英社インターナショナル刊)でカミングアウトした南雲くんのお母さんが語る生きにくさの理由を知るまでとそれと向きあつた共闘の記録。



*「女性のための 防災BOOK」

マガジハウス
女性だからこそ欲しかったもの、役立つものを、3つの時期別にすべて紹介。昔の防災グッズリストではカバーしきれない、もしものときに「女性だからこそ」役立つもの。

東日本大震災で被災した女性たちが「なくて不便だったもの」、「あつて便利だったもの」、「欲しかったけれど、贅沢な気がして言い出せなかったもの」は何だったのか、徹底リサーチ。



*「なんちゃって 育児休暇でパパ修行」

文京区長 成澤 廣修 著
主婦の友社

現役区長が育児休暇を取つた!! 全国の首長としては、初めてのことで、波紋を広げた。育児に積極的に参加する男性をイクメンというが、イクメン区長の育児休暇日記。全国から賛否両論の意見が殺到。勝手に違う育児、仕事のようにはいきません。



*「男の育児女の育児」

大和 礼子・斧出 節子・木脇 奈智子 編
昭和堂

綿密な社会調査をもとに、現代の子育ての実態をジェンダーの観点から読み解く。男女共同参画社会をめざすためには、どのような育児支援が必要なのか。その具体的支援策についても考える。



*「性別役割分業は暴力である」

福岡女性学研究会 編
現代書館

性別役割分業はなぜ暴力なのか。家父長制大家族から核家族へと家族形態が変わってもしぶとく残る性別役割意識を、世帯単位の社会保障制度、雇用形態・賃金の男女格差などの構造的課題と家事・育児・介護にかかわる個々の意識の観点から解明。

