

家族から責められて 自信をなくしてしまっている主婦

公益社団法人家庭問題情報センター・平松 千枝子

A子さんは家族の問題と自分の性格について悩んでいるということで相談にこられました。A子さんは五十七歳、夫は六十二歳で、長男（二十九歳）一家と大学生の長女（二十一歳）との二世帯暮らしをしていましたが、長男の妻が実家に入りびたりとなっており、家族からあれこれと言われて自信をなくしてしまいました。

A（A子） 今日家庭の問題と私自身のこと

を聞いていただきたくてまいりました。

家族は夫婦、長男、長女との四大家族ですが、長男は四年前に結婚して共働きをしております、三歳になる孫との三人家族で、長男一家は別に暮らしていました。二年前に息子がローンを組んで二世帯住宅に建て直し、同居するようになりました。

夫は建築関係の会社に勤めていますが、定年退職後一年毎の契約で働いております。定年後の勤務は三年間ということですので、残りは一年ということになります。

結婚後は専業主婦として家事と子育てをしてきました。家事も育児も十分だったとは言えないのですが、それでも私なりに一生懸命やってきたと思っています。

カ（カウンセラー） 主婦として家事や育児に頑張っていたんですね。お子さんたちも成長され、二世帯暮らしとなり、ホッと一息というところでしょうか。

A 長男一家と同居することになり、嫁は孫を保育園に預けて働いております。朝は嫁が保育園への送りをし、お迎えは私がし

て、嫁が帰るまでは私が孫の世話をしていました。嫁は実家に行っていることが多く、実家に入りびたりのようになっていきます。

こういう状態について、夫も長男も、それに長女も、「お前が…」「お母さんが…」と言って、「原因はお母さんにある」と私を責めるのです。私なりに家事に加えて孫の世話をしてきました。十分だったとは言いませんが、すべて私が悪い、悪いと言われて、すべて私が悪かったのかと思い、自分に自信がなくなっています。

カ 一生懸命してきたのに、ご家族の皆さんから「お母さんが…」と言われて、自分の責任と思うようになってしまっているのですね。

A そうなんです。確かに夫や子どもたち、それにお嫁さんとうまくいっていったとは言いませんが、私なりに家事や子育てをしてきましたし、孫の世話もしてきました。家事は苦手で、料理も下手だし、掃除もしつかりできていたとは言いません。長男一家が同居してからは嫁に気を使いながら孫の世話もそれなりにしてきたつもりでした。

今の言葉で言えば「空気が読めなかった」というのでしょうか。私なりに一生懸命やってきたのに、「お母さんが悪い、悪い」と言われてしまい、私はすっかり自信をな

くしてしまい、何事にもやる気がなくなってしまうんです。

力 一生懸命やってきたのに「お母さんが悪い」と言われてしまうのはつらいですね。

A そうなんです。すべて私が悪いと言われるてどうしていいのかわからなくなってしまいました。

今では家族との会話もほとんどない日々です。夫や長男や嫁、それに娘もすべて任せで、手伝うこともないのに、私の足りないことを取り上げて、あれこれと言われるてしまうのです。

力 あなたがつらいと思っておられることをご家族には話されましたか。

A 私がなにか言うて夫や息子、それに娘から「お母さんが悪い」と言われ、喧嘩のようになってしまい、ますますつらくなってしまっています。

嫁が実家に入りびたりとなっていることについて、長男には申し訳ないという気持ちがあります。私にすれば嫁に気を使い、ぶつかったことはないのですが、嫁にしてみれば居心地が良くなかったのだと思います。これは家族の問題ですが、これには私の性格が影響しているのではないかと思っています。

私は自分でも性格が明るいとは思っていませんし、どちらかと言えば暗いと思っていますが、どうしようもないというのが正直なところです。

力 ご自分の性格を暗いと言われましたが…。言われてみれば、自分に自信がもてないのも、自分の性格が悪いからという気持ちになり、すべて私のせいかと思つています…。

力 つらいという気持ちで一杯なのですね。でも、ご家族があなたに言うのは言いやすいからあなたに言っているに過ぎないとは思いませんか。

長男の奥さんが実家に入りびたりというのは長男ご夫婦の問題であつて、あなたの問題とは別ではないでしょうか。

A そうですね…。

力 「家事は苦手」「性格が暗い」などと自分を責めることはないのでしょうか。

あなたなりに一生懸命やつてこられて、子どもさんたちも立派に成長されたのだし、むしろ、よくやつたと自分を誉めてもいいのではないのでしょうか。

A そうですね。すべて自分が悪いからと自分の足りないことばかり考えていました。

力 あなたは、これまでご自分がやりたいことはしていないかたのではないのでしょうか。

これを機会に、好きなことややりたいと思つてきたことをやつてみては、いかがでしょうか。料理が苦手と言つておられますが、例えば料理教室に通つてみるのはどうでしょうか。おいしい料理を作ればご家族も

おいしいと言つてくれるでしょう。

やりたいことをやつていけば自然と明るくなつていくのではないのでしょうか。水泳などのスポーツを試してみるのはどうでしょうか。

A そうですね。家族に言われることばかり考えていました。私がしたいことをするということは考えていなかったですね。

力 ボランティアはどうでしょうか。これまでの経験を活かして子どもたちに絵本を讀んであげるといふ活動に参加するのはどうでしょうか。

A 子さんは自分の胸に溜めていた思いを吐き出し、それまで暗い表情であつたA子さんに笑顔が見えはじめました。

「私は家族から悪い、悪いと言われて、自分が悪いからと思つていたんですね」と言い、「家族も大事だけ自分をもっと大事にしないといけないですね」と言われました。

最後に体調も関係しているかもしれないと思ひ、お聞きしたところ、「腰痛がある」とのことでしたので、医者にもつてもらうことを助言しました。その際に、やる気をなくしていても伝えて医者にも相談してみることが助言しました。