

お悩み相談

★ 老後に夢だった小さな喫茶店を始めたいが…

人生折り返し。今後の生き方について考えることが多くなってきました。以前より、夫と定年後に一緒に喫茶店をやりたいね、と話していました。

最近、妹が個人事業主になり、やりたいことをする場所をつくるんだ、という話を聞き、とてもうらやましく思いました。

「その場所を一緒に利用させてもらい、コーヒーやお茶を入れて提供できたらいいな」と思い始めました。

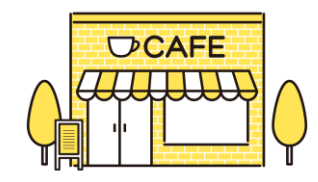
妹は賛成してくれましたが、夫に何気なしに話したら、「老後の資金を減らすつもりか、断固として反対する」ときつく言われ、唖然としてしまいました。

（やはり定年後の話は本気にしてなかったようです）。

管理や諸々の支出を考えると、反対する夫の気持ちもわかりますが、残少ない人生、一年でも二年でもいいので、どうしてもやってみたいです。

どうやって夫を説得すればいいでしょうか？

説得ではなく、“夫婦の未来“と一緒に描き直して



とても素敵な挑戦のお話、ありがとうございます。

数年前にご主人と「定年後に一緒に喫茶店をやりたいね」と夢を語り合っていたのに、いざ話すともうそれが嘘だったかのようなきつい言葉……。

これには唖然としてしまいますよね。どうすればご主人を説得できるか、と悩まれるお気持ち、よく分かります。

ここで少し心を落ち着けて、まずは起きた「**事実だけ**」を客観的に確認してみよう。

- 数年前、夫と「定年後に一緒に喫茶店をやりたいね」と話した。
 - 最近、妹が個人事業主になり、やりたいことをする場所をつくるという話を聞いた。
 - その場所を利用してコーヒーやお茶を提供したいと思い、妹に話して賛成を得た。
 - 夫に何気なくその話をしたら、「老後の資金を減らすつもりか、断固として反対する」ときつい口調で言われた。
- 整理してみると、ここで少し気になることがあります。
- ご主人の反対の理由は、本当に「老後資金（お金）の心配だけ」なのでしょうか？

もしかしたらご主人にとって「喫茶店をやる」というのは、相談者さまと一緒に過ごす「第二の人生の居場所」を作るためだったのかもしれない。極端に言えば、場所は喫茶店でなくてもよかった可能性もあります。だとすれば、大切な伴走者である奥さまが、自分を置いて他の方とその居場所を作り始めてしまったら……ご主人はどう感じるでしょうか。「断固として反対する」という強い言葉の裏には、きっとご主人なりの「守りたい望ましい未来」や、言葉にできない寂しさがあるはず。

「**夫は定年後の話を本気にしていなかったんだ**」というのは、あくまで相談者さまの「感じたこと」です。

ご主人が「喫茶店をやる」ことの先に見つめていた、本当に望ましい姿はどんなものだったのでしょうか。そして、相談者さまが「今、喫茶店をやりたい」ことの先にある、本当に望ましい姿はどんなものなのでしょうか。

まずはご主人を「**説得**」しようとするのではなく、**人生の伴走者「大切なパートナー」として、お互いに同じ方向を向いてみませんか？**

「2人でどんな未来を描いていきたいか」、お酒でも飲みながらリラックスしてゆっくり話してみることで、お互いの望む未来を一緒に叶えていく素敵な方法が見つかるかもしれませんよ。

動画では…心理学の「**フレーム**」について稲田が楽しく解説中♪



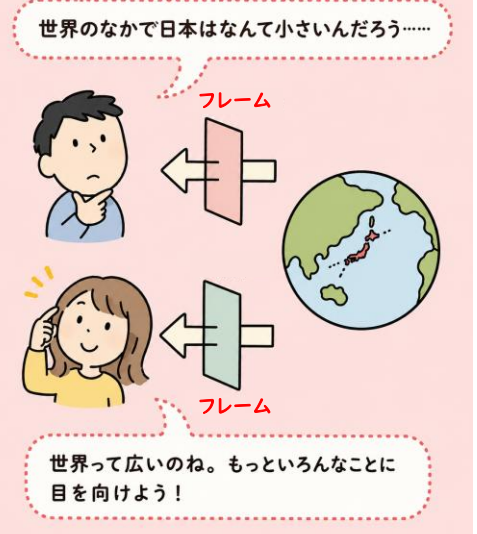
心理学

人は物事を自分のフレームを通して見ている

人によって異なるフレーム

私たちは、出来事をそのまま見ているのではなく、個人の「**心のフレーム**」を通して見えています。人によって持っているフレームが違うので、同じ出来事に対しても、「見え方」や「受け止め方」が変わります。私たちが落ち込んだりイライラしたり…と反応しているのは、出来事そのものに対してではなく、自分のフレームを通して見ている世界に対してなのです。

認識にズレが生じるのは、**フレームがそれぞれ違うから**。違うフレームを通して見た世界は変わって当然だよ。



☑お悩み相談・大募集！ あなたの日頃の「もやもや」話してみませんか？
人間関係、将来の不安、心身のちょっとしたことなど、テーマは自由。

応募方法： LINE公式。※文頭に【**イナダ・相談**】とご記入ください！
採用特典： 誌面で採用された方には【**今月のうまいもん**】プレゼント！



悩んだときは猫をみる by 福

イナダんち

6月で猫15周年でした🐱
今も元気に人間と遊んでくれる猫たちに感謝です。子どもが授からなかった我が家に「親心」を教えてくれた猫たち。日々成長させられるのは人間です。

