

なんでも相談室

240回

齋藤寂靜
(尼僧)



「同居の義母」

同居している70代の義母のことで悩んでいます。2人の子どもは独立、義父は2年前に他界したので、現在義母と夫と3人で暮らしています。子どもや義父がいた時はあまり気にならなかったのですが、義母の生活スタイルが気に入らず、イライラするようになり、最近では会話するのも嫌になっています。どうしたらイライラせず義母を大切に思えるようになるのでしょうか。(50代女性)

誰と一緒に暮らしても気になることはあります。まして義母ですし仲良くしなければと思う貴女の優しさが辛さを増しているのかも友人に話すと、もっと強烈な義母に悩んでいたり…。貴女の気持ちの問題です。友人との語らいや趣味の没頭も良いし、心身ともにちょうど良い距離を保ち外出で気分転換したり、貴女が考え方を変えれば良い。案外、3人で旅行したら快適だった話もあります。

仕事、恋愛、人間関係、いじめ…、どんな些細な悩みにも齋藤寂靜さんがお答えします。性別と年齢のみで匿名可です。郵送メール、FAXでご相談をお寄せください。