



なぜかうまくいかない婚活を  
いちど立ち止まってみなおす

つぎに進む前に、少しだけ

パートナーシップコンサルタント  
竹内亮仁

- ✓ 結婚に近づいている感じがしない
- ✓ このまま続けても、同じことを繰り返しそう
- ✓ 次に進む前に、一度落ち着いて整理したい

急がず、でも止まらず。  
納得してつぎへ進むために。

## はじめに

婚活を続けているけれど、

結婚に近づいている感じがしない。

どうしても条件が気になって、

「いい人なのに、好きになれない」

そんなことを繰り返している。

頑張っているつもりなのに、

なぜか疲れてしまう。

そう感じることは、決して珍しいことではありません。

多くの人は、

「これ以上どうしたらいいんだろう」

「もう十分やった気がする」

「このまま一人の人生も、考えたほうがいいのか」

そんなことを、誰にも言えないまま考えています。

そして同時に、

「でも、一人で生きていく自信もない」

そんな気持ちを抱えている人も少なくありません。

これは、弱いからでも、

前向きさが足りないからでもありません。

不幸せにならないように、

真剣に考えてきたからこそ出てくる気持ちです。

この小冊子は、

「どうしたら結婚できるか」を

新しく教えるものではありません。

これまでの婚活で、

何が噛み合っていなかったのか。

どこで無理をしていたのか。

それを、責めずに整理するためのものです。

急いで決断する必要はありません。

でも、立ち止まったままにいる必要もありません。

この先に進むかどうかは、

読んでから、あなた自身が決めてください。

## 1. 「婚活」というやり方について

結婚を考え始めたとき、

自然と「婚活」という言葉に触れるようになります。

アプリ、パーティー、紹介、相談所。

選択肢が多い分、

「どれが正解なんだろう」と

迷うこともあると思います。

実際、あとから振り返ってみると、

**婚活という形が結果的に合っていた**

という人もいます。

ただしそれは、

婚活そのものが正解だった、というより、

**その時の自分に合った進め方だった**

という意味であることがほとんどです。

ここが噛み合っていないと、

どんな方法を選んでも、

婚活はなぜか疲れてしまいます。

頑張っているのに、

前に進んでいる感覚がない。

それは、努力不足ではありません。

## 2. 婚活アプリについて、少し丁寧に

婚活アプリは、

今やとても身近な存在になりました。

出会いの数が多く、

気軽に始められる一方で、

「うまくいかない理由が

よくわからない」

と感じている人も少なくありません。

アプリの中には、

- 結婚を強く考えている人
- いつか結婚できたらいい人
- 今は恋愛がしたい人

が、同じ場所にいます。

つまり、

**結婚に対する前提が揃っていない状態で**

やり取りが始まりやすいのです。

やり取りは続くけれど、

関係が深まらない。

会ってはいるけれど、

次につながらない。

これは、

あなたの魅力や努力の問題ではなく、

**そもそも目指している方向が違っていた**

というケースがとても多いのです。

「なぜ私は選ばれないんだろう」

と考える前に、

**今の自分が、結婚にたどり着けるやり方（または場所）だったのか**

一度だけ、振り返ってみても

いいかもしれません。

### 3. 「掘り出し物の男性」という視点について

婚活を続けていると、

いつの間にか、

条件を中心に相手を見るようになります。

見た目、年収、職業。

現実的に考えようとすればするほど、

条件から入るのは

自然なことです。

一方で、

結婚していった女性たちの話を聞くと、

ある共通点があります。

最初から、

条件すべてに納得していた、

というケースは

意外と少ないのです。

むしろ、

- 第一印象は普通
- 派手さはない
- でも一緒にいると落ち着く

そんな男性との関係が、

あとから自然に深まっていった、

という話の方が多くあります。

それでも多くの女性が、

条件を見ることを

やめられません。

なぜなら、

「条件で考えないと失敗しそう」

という不安があるからです。

ただ、ここに

ひとつ大きな事実があります。

男性は、

**気持ちが動かない相手と**

**結婚しようとは思いません。**

条件は否定するものではありません。

ただし、**順番**があります。

条件面にも納得がいく相手の気持ちが動くから、

結婚につながった。

多くの成婚は、

実はこの流れで起きています。

けれど、

多くの女性がこの順番に気づかないまま

婚活をしているので、

本質的に安心できる男性が

見逃されています。

そういう意味で、

後から本物と気づかれた男性が、

「掘り出し物」になるのです。

## 4. 結婚している女性たちに共通していたこと

結婚していった女性たちが

大切にしていたのは、

特別なテクニックではありません。

- 自分の気持ちを丁寧に扱っていた
- 不安や焦りではなく、居心地と安心感で決めていた
- 行動の正解・不正解より、自分の好みを基準にしていた

という点でした。

ここで、

これまでのあなたの婚活を

否定する必要はありません。

ただ振り返ってみるだけでも、

今まで基準にしていたものと、

結婚に必要な基準の違いが

見えてくることがあります。

## おわりに

ここまで読んでくださり、

ありがとうございます。

この小冊子を読んだからといって、

何かを変えなくても大丈夫です。

ただ、

「これまで基準にしてきたものと、

結婚に必要な基準は、

少し違っていたのかもしれない」

そんな気づきが

ほんの少しでもあったなら、

それだけで十分です。

もし、

もう少し自分の状態を整理してみたいと感じたら、

話すだけの時間を用意しています。

あなたのタイミングで、

必要だと感じたときに、

覗いてみてください。

[\[無料お試しセッションについて見る\]](#)

## 著者について



### 竹内 亮仁

パートナーシップコンサルタント

結婚相談所まりなび 主宰

これまで20年以上、

婚活・恋愛・パートナーシップの相談に携わり、

多くの女性の

「なぜか進まない状態」に向き合ってきました。

大切にしているのは、

早く決めることでも、

条件を下げることでもありません。

その人自身が

納得できる形で結婚に進めるよう、

考え方や判断の整理をサポートすること。

この小冊子も、

そんな相談の現場で

繰り返し出てきた視点を

まとめたものです。

