



# 名寄市立大学の窓から

## 知への誘い

vol.98

### 「新しい生活様式」における「コミュニケーション」の難しさ

保健福祉学部 看護学科 講師 鈴木 朋子



新型コロナウイルス感染症の脅威は衰えをみせず、

いまだ終息の目途もたない状況です。厚生労働省の

ホームページには、ご自身や周りの方、地域の人々を

感染拡大から守るため、それぞれの日常生活において

「新しい生活様式」の実践例が示されています。具体的に、感染防止の3つの

基本として、

①身体的距離の確保

②マスクの着用

③手洗い

が挙げられています。ところで、そのような新しい生活様式では、日々のコミュニケーションにどのような影響を及ぼすのでしょうか。

コミュニケーションには、「言語的コミュニケーション」と「非言語的コミュニケーション」があります。言語的コミュニケーションは、話し言葉や書

き言葉で、意識的に伝えるものです。それに対し非言語的コミュニケーションは、表情、しぐさ、姿勢、動作、距離、声の調子などによって意識しなくても伝わるものです。言語的コミュニケーションのみでは、送り手の意図することがそのまま正しく受け手に届くとは限らないといわれ、人が人に伝える意味内容のうち90%近くは非言語的コミュニケーションによって伝わりとされています。非言語的コミュニケーションには、その人の感情や信念、価値など総合されたものが無意識に表れてしまうため、言葉では表現できない素直な気持ちや自分の考えを無意識に非言語的なメッセージとして送っています。新しい生活様式においては、マスクの着用によって、非言語的コミュニケーション

コミュニケーションの難しさを受取るのが難しくなることとなります。また、アメリカの文化人類学者であるE・T・ホールによると、対人関係における相互作用の距離について、

① 一般に親密な関係にある場合にとられる「親密な関係の空間距離」

※約45cm以内

② 親しい関係を示し、互いに触れ合うことができる「個人的な関係の空間距離」

※約45cm～1.2m

③ 一般の社会生活においてとられる距離「社会生活上のビジネスのための空間距離」

※約1.2m～3.6m

④ 個人的な接触やかかわりはなく、講演や演説の際にとられる「公式的な会話のための公的距離」

※約3.6m以上

の4つに分類しています。

新しい生活様式という身体的距離を確保することは、

①「親密な関係の空間距離」と②「個人的な関係の空間距離」をとることが難しくなることとなります。

コミュニケーションとは、送り手の「この気持ちを相手に伝えたい」という思いと、受け手の「相手の気持ちをわかりたい」とする心の交流であり、新しい生活様式では、コミュニケーションや人との関係においてストレスや不安を感じるものが少なからずあると思われま

ます。新しい生活様式では、マスクの着用や身体的距離の確保がコミュニケーションに影響を及ぼすことを意識して、物理的には人との距離をとり、心理的には人との距離を縮められるよう、これまで以上に人に対する深い関心と高い想像力を持ち続けていきたいと思っています。



### 大学図書館へようこそ！

首都圏などでは緊急事態宣言が出され、北海道も柔観できない状況下での大学共通テストが行われました。本学も会場校として、厳重な感染対策のもと無事に終えることができました。2月には前期試験があります。受験生の皆さんの安全を願っています。

#### 【2月の開館について】

日曜日と建国記念の日・天皇誕生日は休館です。平日は午後9時閉館、土曜日は午後5時で閉館です。



◆問い合わせ  
名寄市立大学図書館

☎01654@7671(直通)  
✉ncu\_library@nayoro.ac.jp

### 大学図書館にはこんな本があります

～「知」への誘い～からもう1歩～

コロナ禍での心の持ち方・コミュニケーションに関する図書を紹介いたします。

『コロナ後の世界を語る 現代の知性たちの視線』

朝日新聞社/編 朝日新聞出版

→各界の論客22人によるコロナ禍を生きる指針

『話し方のマナーとコツ』

すぎやま みなこ 監修 伊藤 美樹/絵 学研教育出版

→日常生活の中でよい人間関係を築くために意識したい言葉遣いを伝授しています。たくさんのイラストも楽しい。

『コミュニケーション技術 聞く力と伝える力を磨くコツ』

まなべ かずのり 眞辺 一範/著 中央法規

→ケアマネジャーとしてコミュニケーションスキルの大切さ・そのコツについてわかりやすく解説。