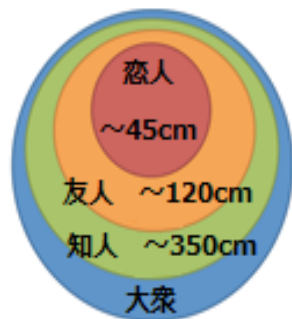


心理学の代表的な実験に「パーソナルスペース」の計測があります。簡単にいえば「人が自分のテリトリーと感じる範囲」を「パーソナルスペース」といいます。人との距離感をどのようにとるか、今回は「対人距離」について考えてみましょう。

後方



物理的距離は〇〇cm

「どの距離から不快な感覚が生じるか」を複数の被験者に実施、少しずつ距離を測っていく実験の結果、「パーソナルスペース」は左図のようになります。

クラスの座席、隣の人との距離は何cmでしょうか。おおむね「友達」の距離感になっていますか？

こうした距離には男女差があるといわれています。一般的に男性は図のように楕円系、女性が正円系となる傾向があるようです。個人差やその時々気分によってもこの距離感が変わってくるため、具体的な数字は参考程度にとらえてください。

前方

入学から少しずつお互いの関係に慣れてきたこの時期、また、2年生以上であれば様々なイベントや脱マスクの影響などにより、友人関係の距離感に変化が生じることかと思えます。

ボディータッチをとまなうコミュニケーションが苦手な人も少なからずいます。コロナ禍が完全に過ぎ去ったわけではありませんが、少しずつ制限が緩和されている中、お互いの距離感についてあらためて見つめなおしてみませんか？

注目!

テキストコミュニケーションにも注意!

チャット等を通じてコミュニケーションする場合、文章表現についても相手との距離感を考える必要があります。

自 既読 12:43 体調悪くて今日の練習休みます。急にすみません。

先 先輩 12:45 ありえない? 今日って前から予定されてたんだし。体調管理しっかりして。かんべんしてw

自 既読 12:46 病院行くつもりなので、すみません。

先 先輩 15:07 18過ぎたらもう成人だしね。もういいわ。

自 既読 15:08 すみません。

自 既読 15:00 なにやるか決まった?

A 君 15:02 決まらんし。来んでLINEで聞くて、楽っすね。意見出せよ

自 既読 15:03 ごめんね、〇〇君に意見伝えたくて

A 君 15:08 聞いてないw 知らんけど てか、会ったとき聞けばよくな? めんどくせえやつ〜

自 既読 15:08 じゃあいい。〇〇君に聞く

A 君 15:09 最初から聞くなよww

たとえば、これらのやりとりをどう思いますか？

「仲が良くなったと思い送った」「冗談のつもりで」等の理由があるかもしれませんが、受け手側には傷つくこともあります。伝わる情報が限定的な場合、用いる言葉はより丁寧になるよう心掛けましょう。

※お願い： 5月にクラスで実施した「高専生活アンケート」の結果をもとに、学生サポート室からチャットで皆さん個人に連絡をする場合があります。メッセージ内容の確認と返信、保健室への来室をよろしくお願いします。

豊田工業高等専門学校 < 学生相談室 >

電話：0565-36-5844（保健室） メール：soudan@toyota-ct.ac.jp

カウンセラー：原賀 学（月～木）、都築 有紀子（木・金）

相談時間：12時30分～17時30分 【予約は保健室または上記メールへ】

相談場所：福利厚生会館1階保健室の相談室、2階の相談室