



♡ マスクの下は笑顔 ♡



新学期、国語でのアンケートの中で、これから「身につけたい力」としてコミュニケーション能力を挙げている声が多く見られました。わたしたちはコミュニケーションを行うとき、言語情報以外に、複雑な非言語情報を受け取ります。その中でも表情から得られる情報は最も重要なものの一つです。そこで今回はその要素の一つである「表情とコミュニケーション」についてお伝えします。

コロナと表情

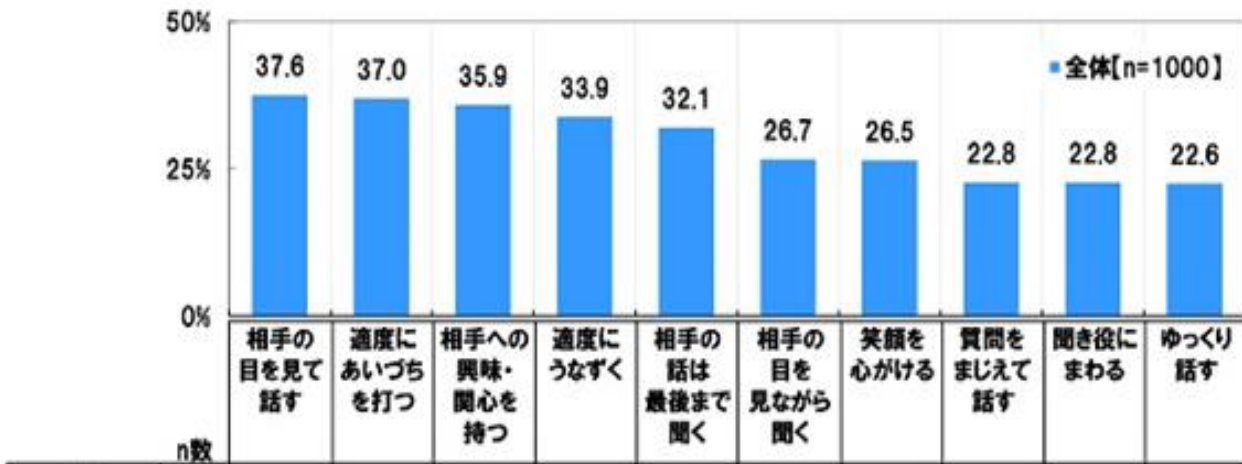
コロナの影響でマスクの着用やオンラインミーティングなど表情を巡るコミュニケーションの現場は大きく変容していることは実感されているでしょう。マスクによって顔の下半分が見えないこと。また逆にオンライン化によってこれまでよりたくさん相手の表情や（嫌でも）自分の表情を注視し注視される状況が常態化しつつあります。近年では美容業界が積極的に表情筋のトレーニングを推進しているようです。



コミュニケーションで気をつけていることは？

ソニー生命保険株式会社が15歳～69歳の男女100名に対して行った「コミュニケーションに関する意識調査2020」では、一番留意していることに「相手の目を見て話す」が最も高く「適度に相づちを打つ」「相手への興味関心を持つ」「適度にうなづく」と続きました。

◆コミュニケーションを取るときに気をつけていること【複数回答形式】 ※上位10位までを表示



出典：「コミュニケーションに関する意識調査2020」（ソニー生命保険株式会社）

人は「相手が自分の話を聞いてくれている」と感じる事によって、その人と信頼関係を持とうとします。このようなことに気をつけることでコミュニケーションの基礎になる関係性を築くことができそうです。また、「笑顔を心がける」という項目が上位にあるのも注目すべき点です。

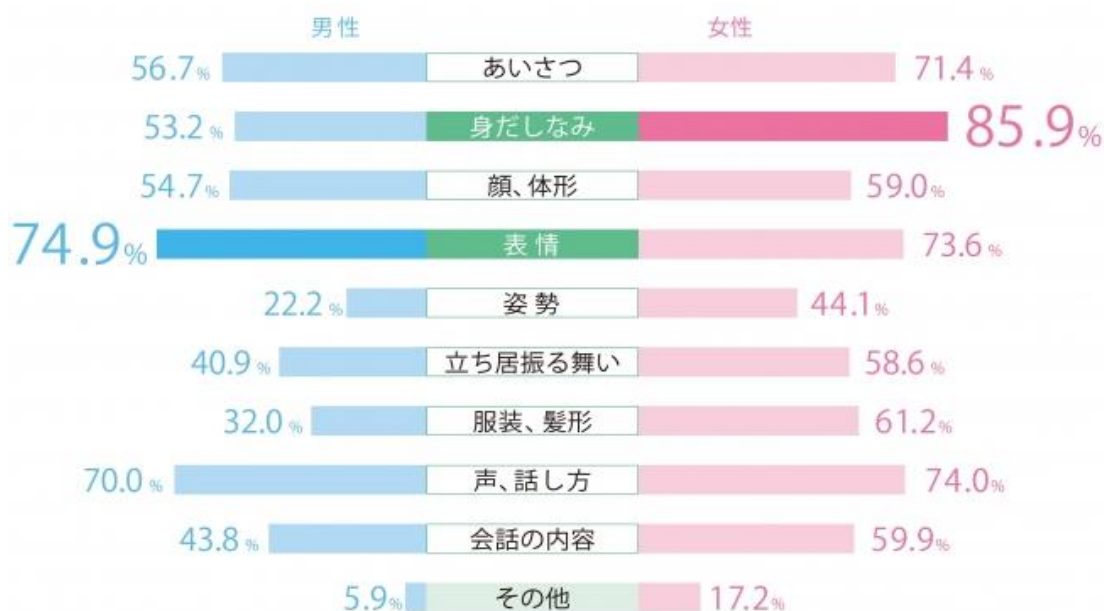
第一印象は重要

先日はオンラインで「いのちの授業」「生徒総会」「家庭クラブ総会」など学校行事の形もこれまでとは様変わりしてきたことを感じているでしょう。これからもっと、初めての方とオンラインでコミュニケーションを取る場面が増えてくることも予想されます。

第一印象について、婚活マッチングサービスを提供する株式会社オーネットが2017年に行った調査があります。「初対面の人の印象が決まる時間」は、女性は「会った瞬間」「会ってから数秒」で決まると回答しています。



また、「初対面の相手の印象をどこで判断するか」の問いでは、男性は「表情」が1位。女性も「身だしなみ」に次いで「表情」が2位となっています。皆さんが、進学や就職活動をする際には必ず初対面の人とのコミュニケーションが求められます。こうした知識を是非活かして下さいね。



出典：「第一印象に関する意識調査」（株式会社オーネット）

「楽しいから笑うのではなく笑うから楽しいのだ」という言葉があるように、笑顔には自分の心をハッピーにする働きもあります。その話は次の機会に。いずれにせよ、日頃から、表情に対して意識を払っておくことは大切かもしれませんね。