

令和3年度
一般社団法人全国個室ユニット型施設推進協議会
ワンポイントセミナー

パーソナルスペースと 介護実践

距離感を意識したアプローチを

尾島 朱美

本日のメニュー

15:00~15:20 講師自己紹介
(20分間) 講義

15:20~15:40 グループワーク
(20分間) テーマ『パーソナルスペースと介護実践』

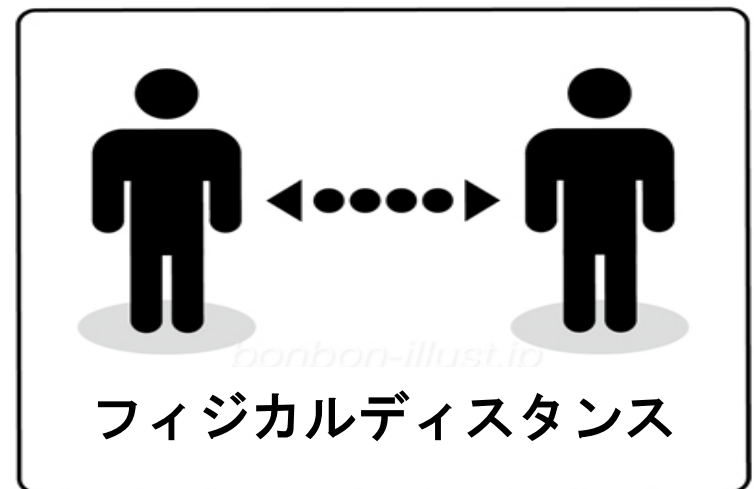
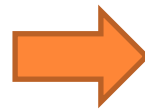
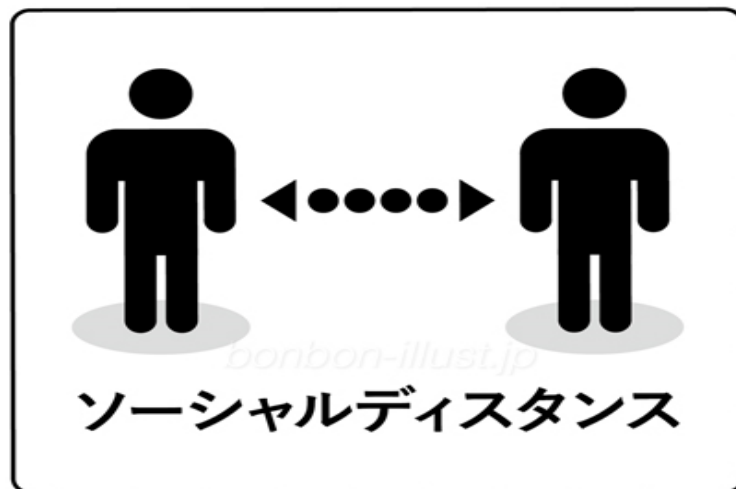
- メンバー自己紹介
- リーダーを決める
→ 司会進行
活発な意見交換になるよう配慮
意見を引き出し、まとめる
- タイムキーパーを決める
→ 時間のコントロール
(〇分経過、残り時間〇分 など)

15:40~15:45 質疑応答・まとめ

距離を意識する

現在では、新型コロナウイルス感染防止対策として、2メートル以上の対人距離を呼びかける「**ソーシャル・ディスタンス（社会的距離）**」という言葉が定着しつつある。

しかし、この言葉は「人と人との社会的なつながりを断たなければならないとの誤解を招きかねず、社会的孤立を生じさせる」おそれがあることから、世界保健機関（WHO）では「身体的、物理的距離の確保」を意味する「**フィジカル・ディスタンス（物理的距離）**」に言い換えるよう推奨している。



距離とは

①二つの場所や物事の間隔

例) 「前の車との距離を縮める」
「考え方に距離がありすぎる」

②人との関係で、相手に対立する気持ちの上での隔たり

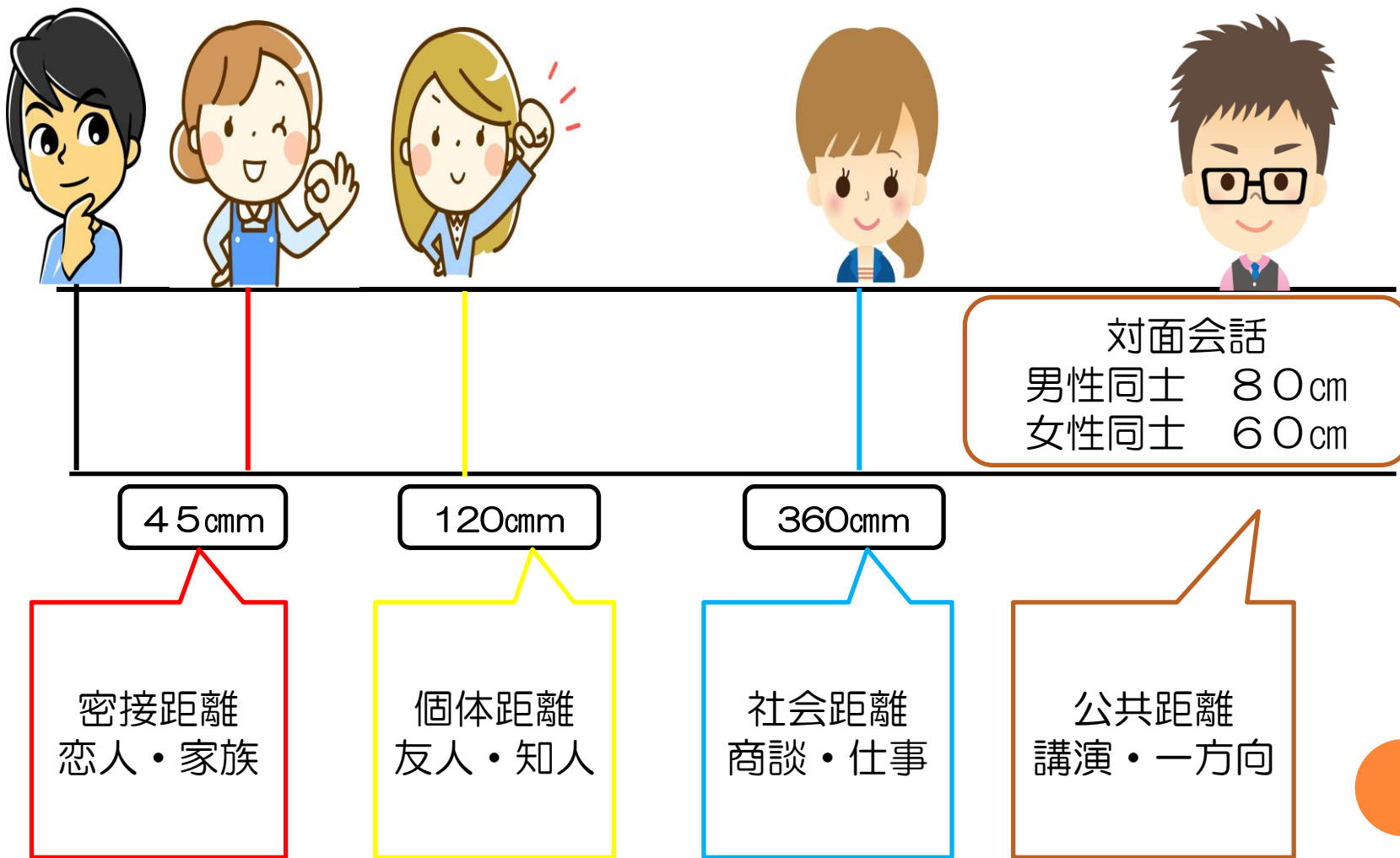
例) 「距離を置いてつきあう」
「相手の態度に距離を感じる」

③数字で、二点を結ぶ線分の長さ

また、二つの図形上の点を結ぶ線分のうちの最短のもの長さ

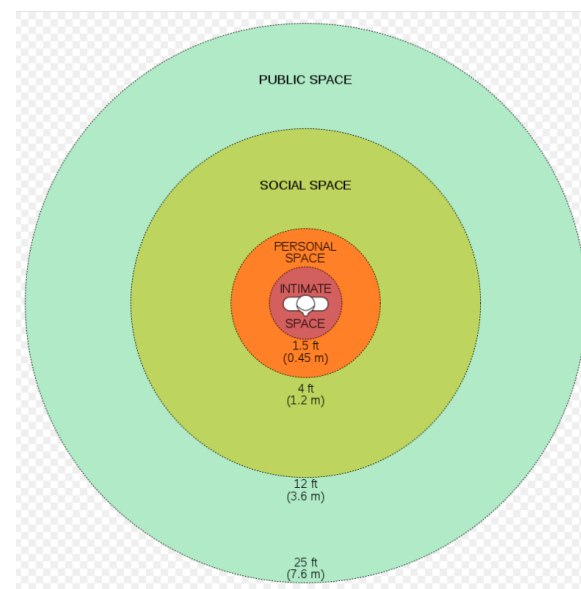


状況・関係性に応じた 心理的な距離と物理的な距離



1966年、アメリカの文化人類学者のエドワード・T・ホールは、対人距離を4つのゾーンに大別し、それらをさらに近接相と遠方相の2つに分類した。その空間については、概ね次のとおりである。

類型	概要	近接相	遠方相
密接距離 (intimate distance)	ごく親しい人に許される空間。	0 - 15 cm 抱きしめられる距離。	15 - 45 cm 頭や腰、脚が簡単に触れ合うことはないが、手で相手に触れるくらいの距離。
個体距離 (personal distance)	相手の表情が読み取れる空間。	45 - 75 cm 相手を捕まえられる距離。	75 - 120 cm 両方が手を伸ばせば指先が触れあうことができる距離。
社会距離 (social distance)	相手に手は届きづらいが、容易に会話ができる空間。	1.2 - 2 m 知らない人同士が会話をしたり、商談をする場合に用いられる距離。	2 - 3.5 m 公式な商談で用いられる距離。
公共距離 (public distance)	複数の相手が見渡せる空間。	3.5 - 7 m 2者の関係が個人的なものではなく、講演者と聴衆と言うような場合の距離。	7 m 以上 一般人が社会的な要職にある人物と面会するような場合におかれる距離。



パーソナルスペース

パーソナルスペース (personal-space) とは、他人に近付かれると不快に感じる空間のことで、**パーソナルエリア**、**個体距離**、**対人距離**とも呼ばれる。一般に女性よりも男性の方がこの空間は広いとされているが、社会文化や民族、個人の性格やその相手によっても差がある。

一般に、親密な相手ほどパーソナルスペースは狭く（ある程度近付いても不快さを感じない）、逆に敵視している相手に対しては広い。相手によっては（ストーカー等）距離に関わらず視認できるだけで不快に感じるケースもある。

15:20~15:40 グループワーク（20分間）

テーマ『パーソナルスペースと介護実践』

- メンバー自己紹介
- リーダーを決める →司会進行
活発な意見交換になるよう配慮
意見を引き出し、まとめる
- タイムキーパーを決める
→時間のコントロール
(〇分経過、残り時間〇分 など)

※それぞれの意見を聴いて参考にしましょう。



参加を希望される皆様へ

当日は、グループワークを実施します。
テーマは『パーソナルスペースと介護実践』です。
検討していただきたい内容等は当日発表します。

また、講義の中に演習も組み入れる予定です。

パーソナルスペースと介護実践
～距離感を意識したアプローチ～

多くの皆様のご参加をお待ちしています。

