

適切な表現について

発達障害のある人のキャリアアップ創出プロジェクト
第8回

「適切」の意味

- 状況・目的などにぴったり当てはまること。
その場や物事にふさわしいこと。また、そのさま。
- 「適切に判断する」「**適切な表現**」
- 「適切な（適当な）処置をとる」「この心情を伝えるのに適切な（適当な）言葉を知らない」など、ふさわしい、あてはまるの意では、相通じて用いられる。
- ◇ 「適切」は過不足なく、よくあてはまる場合に用いる。
「適切な指導を行う」「適切な忠告」
- ◇ 「適当」は「適切」より幅のあるふさわしさ、また、ほどよいことをいう。
出典：デジタル大辞典

- **ポリティカル-コレクトネス【political correctness】**

人種・宗教・性別などの違いによる偏見・差別を含まない、中立的な表現や用語を用いること。1980年代ごろから米国で、偏見・差別のない表現は政治的に妥当であるという考えのもとに使われるようになった。出典：デジタル大辞泉

「ビジネスマン」を「ビジネスパーソン」と表現するなどの例がある。日本語でも、「看護婦・看護師」を「看護師」、「保母」を「保育士」などの表現に

2017年7月20日、ソフトバンク社長の講演での不適切発言

- 放送禁止用語（マスメディアで放送における使用が禁止されている言葉）

例：盲人 目の不自由な人、視覚障害者

ブラインドタッチ → タッチタイピング

外人 →

労務者 →

床屋 →

職場のハラスメント

- パワーハラスメント

「職場のパワーハラスメントとは、同じ職場で働くものに対して、職務上の地位や人間関係などの職場内の優位性を背景に、業務の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与えるまたは職場環境を悪化させる行為をいう」

出典：厚生労働省/職場のいじめ、嫌がらせ問題に関する円卓会議ワーキンググループ

- 業務の適正な範囲を超えるとは？

6つの類型：①身体的攻撃、②精神的な攻撃、③人間関係からの切り離し、④過大な要求、⑤過小な要求、⑥個の侵害

強制するとパワハラになる

相手がパワハラだと思えばパワハラになる

- モラルハラスメント、（ソーハラ、アルハラ、スメハラ）

- セクシャルハラスメント、（マタハラ、パタハラ、ケアハラ）

職場で注意すべき言動とは？

職場で注意すべき言動

- 職場の環境を不快にしないために注意すべき言動（これもセクハラ）

関心・欲求に基づくもの

- ・ スリーサイズを尋ねる・不必要に接近、接触
- ・ 不必要に容姿などを褒める
- ・ 食事にしつこく誘う（電話、メール、手紙など）
- ・ 年齢、結婚などについての冗談やからかい
- ・ プライベートに関する噂などを意図的に流す

性差別意識に基づくもの

- ・ 「女のくせに」「男のくせに」
- ・ 「男の子、女の子」「おじさん、おばさん」
- ・ 女性にお茶くみ、掃除等を強要する
- ・ 女性に発言の機会を与えない
- ・ 宴席でお酌等を強要する

例：指導してくれる素敵な先輩にプライベートの携帯電話番号を尋ねたら？

- つきあいをうまく進めるための儀礼的なほめ言葉やあいさつ。
外交辞令。（デジタル大辞泉）
- 天候に関する社交辞令 「～ね？」
 - ・ いいお天気ですね⇔あいにくのお天気ですね → 「そうですね」
- 顔を知っている程度でそれほど親しくない相手と会った場合
 - ・ 早朝（オフィスであれば始業開始時刻の20~30分前）
「おはようですね」（朝早くから働く相手への敬意をこめて）
 - ・ その日に何回も顔を合わせたとき
「（今日は）よくお会いしますね」
 - × 「どうも」
 - △ 「お疲れ様です」

■ 体調が悪いと言われた場合の会話

【例 1】

A：「なんだか頭が痛いし、熱っぽくて」

B：「大変だね」

A：「当番変わってくれる？」

B：「OK」

【例 2】

C：「なんだか頭が痛いし、熱っぽくて」

D：「大丈夫？」

C：「うん、ありがとう。でもちょっとしんどい」

D：「ちょっと横になって休んだら？当番替わってやっておくから」

【やわらかい表現、プラスの表現へ変える】

- 太っていますね

→

- 痩せていますね

→

- 性格がきついですね

→

- 落ち着きがないですね

→

コミュニケーションの4つのタイプ

- 受け身のコミュニケーション

自分よりも相手を大切に思うため、自分の意見や考え、気持ちを言えず我慢してしまう。

- 攻撃的なコミュニケーション

相手の気持ちや言い分を聞かず、相手に意見を言わせないようにして、自分の意見を通そうとするコミュニケーション

- 作為的なコミュニケーション

ストレートには言わないが、回りくどいやり方や棘のある言い方で相手を責め、罪悪感を感じさせるコミュニケーション

- アサーティブなコミュニケーション

個人の境界を大切にし、自分も相手も尊重したコミュニケーション

アサーティブな表現

- A子さんがレストランでステーキの焼き加減はミディアムレアで注文しました。しかし、運ばれてきたのはよく焼けたウェルダンでした。

①受け身：違うと思いながら我慢して食べる

②攻撃的：「こんなの頼んでない」と怒る

③アサーティブな自己表現：相手の立場や思いも考えながら、自分の思いも大切に誠実に伝える表現

事実を伝え、自分の希望を伝える

→

【アサーティブ】率直で対等な物言いやコミュニケーションを幅広く指す。「**アサーティブ**な表現」「**アサーティブ**なコミュニケーション」などと言う具合に使う。（日本語表現辞典 Weblio）

アサーティブな表現

- **アサーティブでない表現**

A: 「学生時代、何かスポーツしてた？」

B: 「いいえ」

- **アサーティブな表現**

A: 「学生時代、何かスポーツしてた？」

B: 「いいえ、〇〇ならしていましたよ」

- **アサーティブな表現の4つの要素**

1. 相手にも自分にも誠実になる
2. 堂々と、自信を持った態度で
3. 相手と対等な姿勢で向き合う
4. 相手の目を見ながら落ち着いた態度で

相手の立場や思いも考えながら、自分の思いも大切に誠実に伝える表現を考えよう。