

ノート

## ポーランド人に見られるノンヴァーバル・コミュニケーション —日本人の場合との比較対照において—

### Polish Nonverbal Communication

### — In Comparison with Japanese Nonverbal Communication —

渡辺 克義

クルイスティナ・ヤジョンベク

Katsuyoshi WATANABE

Krystyna JARZĄBEK

In this paper authors make an analysis of Polish nonverbal communication, comparing Japanese one. Even if many of gestures are common in Poland and in Japan, there are some big differences in some gestures. For example, Poles make a face by pulling down the lower lid of one eye, when they feel skeptical of something. This gesture, however, means insult in Japan.

#### はじめに

本稿は、ポーランド人によく見られるしぐさを考察しようとするものである。多くは日本人の場合と同じか、容易に想像がつくものであるが、注意を喚起するものもある。いずれにしても、こうした知識があると、ポーランド映画・文学の深い理解に有効なうえ、ポーランド人との交際では人間観察の一助ともなるであろう。

以下の例では、不完了体・完了体の一方の形しか示していないが、原則的にはその両方の形が可能である。

#### ノンヴァーバル・コミュニケーションの実際

**chwycić się palcami za ucho** 「指で耳をつかむ」：親指と人差指で耳たぶをつかむ所作 — 相手を軽く見ていることを伝える。

**dygnać (złożyć dyg)** 「膝を曲げてお辞儀をする」：片足を引くと同時に両膝を曲げる。下げた足の踵は自然に上がる — 疲れつつある、女兒が大人の女性に対して行う歓迎または別れの所作。

**kiwnąć głową** 「うなづく」：— 同意を表す。

**kiwnąć dłonią** 「手で合図をする」：掌を上にして一度あるいは数度こまねく。親指は掌の上に載っていることもある。掌の向きが日本の場合の逆 — 「おいで (Chodź!)」との合図。

**kiwnąć palcem** 「指で合図をする」：一度ないし数度、人差指を動かす。手の甲は下を向いている — 来るようにとの合図。

**klaskać w dłonie (1)** 「拍手をする」：— 称賛を表す。

**klaskać w dłonie (2)** 「拍手をする」：— 出迎え時の所作。

**klaskać w dłonie (3)** 「手を叩く」：胸の高さで、やや前に手を出し、数度素早くパンパンと叩く — 行為者は相手に静粛を求め、自分に関心が向けられることを望み、発言の状況が整うことを願う。

**klaskać w dłonie (4)** 「手を叩く」：指笛や床を踏みつける行為を伴う場合もある — 演者に対する聴衆からの不満・反対の表現。

**klepnąć kogoś dłonią po ramieniu (łopatce)** 「…の肩(肩甲骨)を叩く」：相手の肩または肩甲骨を強く叩く。通常、その行為には笑みを伴う — 出会いはまたは別れの所作。

**machnąć ręką (1)** 「手を振り下ろす」：肘で曲げた腕を頭の高さまで持っていき、その後、振り下ろす — 相手に、自分が話や行動に参加したくない旨を伝える。

**machnąć ręką (2)** 「手を振り下ろす」：— 「些細なこ

- とじゃないか (*Drobiazgi! Bagatela!*)」というメッセージ。
- machnąć ręką (3)**「手を振り下ろす」：— 相手に対し、「そんなことどうでもいい (*Wszystko jedno.*)」「好きなようにやればいい (*Rób, jak chcesz!*)」ということ伝える。
- nakreślić dłonią kółko obok głowy**「頭の脇で小さな円を描く」：こまねく様な所作 — 「馬鹿 (*Idiota!*)」というメッセージ。
- nakreślić dłonią krzyż**「手で十字を切る」：右手を前に持って行き、十字を切る。多分に不謹慎な行為と見なされる — 旅立つ者に向けた別れの所作。
- nakreślić palcem kółeczko na czole**「指で額に小さな円を描く」：用いるのは人差指 — 「馬鹿」というメッセージ。
- nie uściśnąć czyjejs wyciągniętej dłoni**「差し出された手を握り返さない」：— 友好を拒絶する旨を伝える。
- obliznąć wargi**「舌なめずりをする」：— 日本の場合と同じで、美味そうだというメッセージ。
- odchylić na moment głowę**「瞬間のけ反る」：相手の方に向けられていた頭(顔)を心もち戻す。その際、眉は素早く上下に動き、笑みを伴う — 出会いはまた別れの所作。
- odciągnąć palcem dolną powiekę**「下まぶたを指で下げる」 — 日本の「あかんべえ」と同じ所作。行為者が懐疑の気持ちになっていることを伝える。眉唾物の意。日本の「あかんべえ」と同じ所作(ただし、舌を出すことはない)だが、意味するところは大きく異なる。
- odginać palce**「指を立てる」：親指から順に指を立てていく — 物事を列挙していく場合の所作。
- odpukać w niemalowane drewno**「ペンキの塗られていない木を叩く」：— 不吉なことが起こらないようにとのまじない。
- odwrócić się do kogoś plecami**「…に背中を向ける」：— ただし、多分に冗談で行われることもある — 拒否・拒絶の意。
- opuścić głowę**「うなだれる」：— 自分の行為・言動に恥じ入っている時の所作。
- opuścić kąćki warg**「口角を下げる」：— 相手の質問に答えられない(質問の意味がわからない)ということ伝える。
- opuścić powieki**「まぶたを閉じる」：目を閉じた状態を数秒続ける。次に、再び相手を見る — 同意することが難しい状況下で、同意の決断をしたことを相手に伝える。
- otworzyć szeroko oczy**「目を見開く」：— 日本の場合と同じで、驚きを表す。
- paść przed kimś na kolana**：「…の前に跪く」：相手に視線を向け跪く。片手ないし両手で拝むようなしぐさを行う — 絶望的な状況下で懇願する場合には見られるが、ときに滑稽ですらある。
- paść sobie w ramiona**「肩越しに抱き合う」：当事者はハグし、その状態が一定時間続く — 長い間会わなかった人との再会、あるいは長いこと会わないであろう人との別れの場面で見られる所作。
- plunąć w bok (pod nogi; za kimś)**「脇に(足もとに; …の後に)唾を吐く」：— 不満・侮蔑などの意。
- podać i uściśnąć dłoń (1)**「握手をする」：— 感謝を表す。
- podać i uściśnąć dłoń (2)**「握手をする」：— 出会いはまた別れの所作。
- podać i uściśnąć dłoń (3)**「握手をする」：— 合意を表す。
- podać i uściśnąć dłoń (4)**「握手をする」：— 謝罪を表す。
- podać i uściśnąć dłoń (5)**「握手をする」：女性の上の人が最初に手を差し出す — 親交を結ぶ場合の所作。
- podać i uściśnąć dłoń (6)**「握手をする」：— 祝詞を述べる時に見られる所作。
- podać i uściśnąć dłoń (7)**「握手をする」：— 相手に同情していることを表す。
- podnieść czyjąs rękę w górę**「…の手を持ち上げる」：— 勝利宣言を表す。
- podnieść dłoń w górę (1)**「手を上げる」：片手を上げる。相手には掌の外側の線に向ける — 発言したい旨を伝える。
- podnieść dłoń w górę (2)**「挙手する」：— 賛成の意。
- podnieść dwa palce w górę**「2本指を上げる」：人差指と中指を上げる。相手には指の腹に向ける — 発言したい旨を伝える。
- podnieść ręce w górę**「両手を上にあげる」：— 投降の意。
- podnieść ręce w górę i uśmiechnąć się**「笑顔で万歳」：— よく使われる掛け声は「万歳! (*Hura!*)」。
- podnieść ręce w górę i wznieść oczy**「両手を挙げ、視線を上に向ける」：— ある行為の愚かさに呆れかえっていることを伝える。
- podrapać się w głowę**「頭を掻く」：人差指・中指・薬指・小指を曲げ、耳のあたりの後頭部、あるいは頭の上を数回掻く — 思案中であること、しばしばどれにしようか決めかねている様子を表す。
- podrzucić kogoś**「…を胴上げをする」：— 歓喜の表現。日本の場合とまったく同じ。
- podrzucić nakrycie głowy**「頭の覆い(帽子など)を放り上げる」：放り上げるものは、傘・ジャケット・ステッキなどのこともある — 大きな夢が突

- 然実現した場合などに見られる、喜びを表す所作。
- pogłaskać kogoś dłonią po głowie (1)**「…の頭をなでる」：— 大人が子供をほめる場合に見られる。
- pogłaskać kogoś dłonią po głowie (2)**「…の頭をなでる」：— 慰めあるいは勇気づけを表す。
- pogłaskać się dłonią po żołądku**「腹鼓を打つ」：— 日本の場合と同じ。
- pogłaskać się palcami po brodzie**「指で顎をなでる」：広げた指でゆっくりと顎を中心に向け下方へなでる。主に成人男子の所作 — (厄介な問題で) 考えごとをしていることを表す。
- pokazać język**「舌を出す」：多分に冗談で用いられることもある所作 — 不満を表す。
- pokazać kciuk**「親指を立てる」：— 最大級の評価・称賛を表す。
- pokazać pięść**「拳を見せる」：拳を握りしめ、鼻の高さまで持っていき、相手に手の甲を見せる — 挑発行為。
- poklepać kogoś dłonią po ramieniu**「…の肩を叩く」：— 相手に対する好感・満足を表す。
- poklepać kogoś dłonią po ramieniu (grzbiecie dłoni)**「…の肩 (あるいは手の甲) を軽く叩く」：— 慰めあるいは勇気づけを表す。
- pokręcić głową**「首を左右に振る」：— 不同意・不許可・否定・拒否を表す。
- pokręcić palcem przy skroni**「こめかみに指先を当て、回す」：「馬鹿」というメッセージ。
- pomachać dłonią w dół i w górę**「手を上下に振る」：— 別れの所作。
- pomachać dłonią z boku na bok (1)**「手を左右に振る」：— 相手との間に空間的広がり (数メートルから十数メートル) がある場合の歓迎または別れ所作。
- pomachać dłonią z boku na bok (2)**「手を左右に振る」：肘で曲げた腕を頭の上で左右に振る。掌は前を向いている — 相手との間に一定の空間的広がりがある場合に、相手の関心を促すことをねらいとした所作。何らかの呼びかけの言葉を伴う場合も多い。
- pomachać palcem od siebie do siebie (1)**「指を前後に振る」：用いるのは人差指 — 相手に対する威嚇・挑発。
- pomachać palcem od siebie do siebie (2)**「指を前後に振る」：人差指を胸の位置で前後に振る。大人から子どもに対しての所作 — 相手にある行為を止めるよう促したり、止めない場合にはお仕置きもあることを予告する効果を持つ。
- pomachać palcem z boku na bok (1)**「指を左右に振る」：人差指を立て、ゆっくりと数回左右に振る。手の甲は相手に向けられている — 威嚇を表す。
- pomachać palcem z boku na bok (2)**「指を左右に振る」：人差指を立て、ゆっくりと数回左右に振る。手の甲は自分に向いている — 不同意・反対などの意を伝える。
- pomachać pięścią**「拳を振る」：手の甲を相手に向け、顔の下半分の高さで拳を左右に数度振る — 相手に対する威嚇・挑発。
- postawić jedną dłoń w poprzek drugiej**「片方の掌の上に交差するようにもう一方の手を置く」：片方の掌を切るかのように、もう一方の手の片側で交差させる — 等分に分ける場合に見られる所作。
- postukać się palcem (palcami) w czoło**「指で額を突く」：用いる指が1本の場合には人差指、複数本の場合には親指以外のすべての指 — 相手の行為・言動に対し否定的な意見を持っていることを伝える。「正気か? (*Zwariowałeś?*)」といったニュアンス。
- postukać się palcem w dłoń**「掌を指で突く」：用いるのは人差指 — 侮蔑を表す。
- postukać się palcem w przegub ręki**「指で自分の手首を叩く」：右手人差指の先で左手の手首あるいはそこに身に付けている腕時計を軽く叩く所作 — 相手に、時間はわかっているのかという批判的なメッセージを伝える。
- postukać się palcem w ucho**「人差指の先で耳を突く」：人差指の先で耳を3度軽く突く — 相手に、「聞こえない (*Nie słyszę.*)」あるいは「よく聞こえない (*Nie słyszę dobrze.*)」ということ伝える。
- postukać się pięścią w czoło**「額を拳で叩く」：顔を相手に向け、目を見開き、数度自分の額を叩く — 相手の行為・言動を非難。
- postukać się pięścią w podbródek**「拳で下顎を叩く」：拳を握り、手の甲を相手に向け、数回軽く自分の下顎を叩く — 相手に対する威嚇・挑発。
- potrzeć palcami czoło**「指で額を擦る」：人差指・中指・薬指・小指で額を擦る。親指は普通こめかみを押さえている — あることを思い出そうとしている時の所作。
- potrzeć palcami kciuk**「親指を擦る」：肘で軽く曲げた手を相手に向け、人差指と中指で親指の腹を素早く擦る。薬指と小指は内側に曲げられている — 金銭を意味。
- powstać z zajmowanego miejsca (1)**「起立する」：— 相手が高貴な人である場合の歓迎または別れの所作。
- powstać z zajmowanego miejsca (2)**「起立する」：— 交渉・話し合いを打ち切る旨を相手に伝える。

**przechylać głowę od ramienia do ramienia** 「首を大きく左右に振る」：— 称賛を表す。

„**przeciąć**” **dłonią złączone dłonie** 「握手した手に“切れ目を入れる”」：紛争の当事者が和解の握手を行う時、一方の当事者が左手の片側で、握手した手に“切れ目”を入れる。または、第三者が右手の片側で同じ行為を行う — この“切れ目”は、ある契約に捺印を施すことを象徴しており、約束を違えないことを表す。

**przesłać dłonią pocałunek** 「投げキスをする」：自分の手（通常右手）の掌に素早く接吻し、その掌を相手に向ける。掌は顔から離し、しばらく宙に浮いた状態にする — 別れの所作。多分に冗談めいた雰囲気は漂う。

**przesunąć dłonią (palcem) po szyi (powyżej czoła)** 「手（指）を首元（額の上）で左右に引く」：— 満腹であることを伝える。「ここまで食べた (*Najjadłem się potąd.*)」などの言葉を伴うことがある。

**przesunąć palcami po policzkach** 「両頬で指を動かす」：中指・人差指と親指で両頬を下から挟み、下に引っ張るように移動させる — (相手が) 痩せた、あるいは痩せていることを伝える。

**przesuwać palcem po palcu** 「指で指をなでる」：通常、右手人差指で左手人差指の背をなでる — 子どもの行動を戒める時に大人が見せる所作。

**przycisnąć dłoń do piersi (1)** 「胸に掌を当てる」：— 深く感謝していることを表す。

**przycisnąć dłoń do piersi (2)** 「胸に掌を当てる」：指を広げた右手を胸の中心部に当て、頭・胴体をわずかに傾ける。肩もやや前に傾ける — 謝罪を表す。

**przycisnąć dłoń do piersi (3)** 「胸に掌を当てる」：— 自信を表す。

**przyjąć pozycję wyprostowaną z opuszczonymi rękami** 「手を下げ、直立した姿勢をとる」：— 日本の「起立」に相当。

**przyłożyć dłoń do kącika ust** 「口の片側に手を当てる」：手で壁を作るようにする — ひそひそ話をする時の所作。

**przyłożyć dłoń do policzka** 「頬に掌を当てる」：片方の頬に掌を当てる。女性または子どもに見られる所作 — 予想外の困難に遭い、思案投げ首の場合に見られる。

**przyłożyć dłoń do twarzy** 「顔に手を当てる」：この場合、手の指は開いている。視界不良ではあるが、状況は見えている — (相手の) 不適切な行動を甘受していることを表す。

**przyłożyć dłoń do ucha** 「耳に掌を当てる」：— 相手に、「聞こえない」あるいは「よく聞こえない」ということを伝える。

**przyłożyć dwa palce do obrzeża czapki — salutować** 「2本指を帽子の縁にあてがう — 敬礼」：肘で曲げた右手を元気よく挙げ、帽子の縁（目尻のあたり）に人差指と中指をあてがう。この2本の指の腹は相手に向けられている — 制服を着た職業の人（軍人、警察官、鉄道員など）が用いる出会いまたは別れの所作。

**przyłożyć kciuk do skroni i opuścić palce** 「こめかみに親指を当て、残りの指を下す」：親指を軸にして残りの指を、ネジを巻く様な感じで下に向けて回転させる — 相手の行為・言動を非難。

**przyłożyć palec do warg** 「唇に指を当てる」：人差指を唇に当てる。指の先は上を向いており、指の側面は相手に向けられている — 静粛を求める場合の所作。

**przyłożyć palce do skroni** 「こめかみに指を当てる」：伸ばした人差指・中指・薬指・小指の先でこめかみを擦る — 当座集中して、沈思黙考したいことを表す。

**przymrużyć oczy i uśmiechnąć się** 「目を細め、薄笑いを浮かべる」：— 嘲笑の意。

**pstryknąć kogoś palcem w nos** 「…の鼻を指ではねる」：親指と中指（または人差指）で輪を作り、中指（または人差指）を放し、相手の鼻先に一撃を加える行為。日本のデコピンに相当 — 侮辱と冗談が混在した響きを伴う。

**pstryknąć palcami (1)** 「指を鳴らす」：片手をこめかみ、それ以上の高さに持ち上げ、力強く一度ないし数度指（中指または人差指および親指）を擦り合わせ、「パチッ」という音を出す — 注意・関心を促す所作。それほど親しくない間柄では、この所作は無作法として理解される。飲食店などで客がウェイターを呼び場合などに用いられることもある。

**pstryknąć palcami (2)** 「指を鳴らす」：— 名案・妙案が閃いた時の所作。

**pstryknąć się palcem w szyję** 「首を指先ではじく」：親指と中指（または人差指）で輪を作り、その後、自分の首の片側をはじく — 飲酒の提案、または「…は酒好きだ (*... lubi sobie wypić*)」ということ伝える。

**rozłożyć ręce** 「両手を広げる」：両手は臀部で広げられ、掌は相手に向けられている — 「打つ手なし (*Nic tu nie poradzę.*)」とメッセージ。

**rozłożyć ręce, wzniesić ramiona i opuścić kąciki warg** 「両手を広げ、肩を下げ、口角を下げる」：— 相手に「全然わからない (*Nie mam pojęcia.*)」ということ伝える。

**skierować dłoń na przedmiot (-y), osobę (-y) lub w pewnym kierunku** 「手で物・人・方角を示す」：

- 提示や指示をする場合のしぐさ。「こちらは (ten)」「あちらは (tamten)」.
- skierować dłoń w stronę jakiegoś pomieszczenia** 「手で部屋を指す」: 片方の腕を腰の高さで横に出す. 掌は相手に向けられ, 手の外縁は下側になる — 行為者は戸口に立ち, このしぐさで相手に中に入るように勧める.
- skierować dłoń w stronę krzesła** 「手で椅子を指す」: — 「お掛けください (Proszę usiąść!)」の意.
- skierować kciuk nad ramieniem do tyłu** 「親指で肩の後ろを指す」: 腕を肘で曲げ, 親指で肩越しに後ろを指す. 親指以外の指は内側に曲げられ, 強く握られている. 腕は前後に揺する — 後ろに聞かれてはまずい人がいることを示唆.
- skierować kciuk w dół** 「親指を下に向ける」: 片方の手の親指を立て, 残りの4本の指で拳を作る. はじめは上に向けられていた親指を, 180度回転させ下に向ける. 若い世代で見られる所作 — 行為者は相手に, 自分が失敗・挫折したことを伝える.
- skierować palec ku ziemi** 「指を下に向ける」: 人差指を突き立て下に向ける所作 — 「ここだ (Tu, tutaj)」という意味.
- skierować palec na przedmiot (-y), osobę (-y) lub w pewnym kierunku** 「指で物・人・方角を示す」: — 提示や指示をする場合のしぐさ.
- skierować palec (palcę) ku sobie** 「指で自分を指す」: 指1本の場合は人差指を用いる. 指す場所は胸の中心 (鼻の頭ではない) — 「私 (ja)」の意.
- skierować palec w stronę drzwi** 「ドア口を指さす」: 用いるのは人差指 — 「出て行け! (Wynos się!)」というメッセージ.
- spleść rękę z czyjąś ręką, wychylić kieliszek i ucałować się — „bruderszaft”** 「腕を絡み合わせた乾杯と接吻 — “兄弟の杯”」: グラスを手にした2人が肘で曲げた右手を弓状に絡み合わせ, 乾杯をする. その後, 互いの頬に接吻をする — *pan (pani)* で呼び合っていた関係から, *ty* 同士の関係へと移行することを約束する, いわば儀式. この後, 各自の名前を名乗るのが普通.
- spojrzeć na kogoś z ukosa** 「…を横目でにらむ」: — 不審・用心・非難のシグナル.
- ściągnąć brwi** 「眉を吊り上げる」: 眉間に皺を寄せる — 不満, 不快な驚き, 怒りなどを表す.
- trącić się z kimś kieliszkiem** 「…とグラスを触れ合わせる」: — 祝詞を述べる時に見られる所作.
- trzymać kciuki** 「親指を隠す」: 親指を隠すように他の指の内側に入れて拳をつくる. 両手で同時に行う — 相手の幸運を祈る際の所作. **zaciśnąć kciuk** を参照.
- tupnąć nogą** 「地団太を踏む」: — 激しい抵抗, 拒否の姿勢を表す.
- ucalować czyjąś dłoń (1)** 「…の手にキスをする」: 行為者 (男性) は自分の右手の指を広げ相手 (女性) の右手を持つ. 行為者は上体を屈めるとともに, 相手の手を持ち上げ, 手の甲に接吻する — 男性から女性への感謝の表現.
- ucalować czyjąś dłoń (2)** 「…の手にキスをする」: — 男性から女性への歓迎・別れの表現.
- ucalować czyjąś dłoń (3)** 「…の手にキスをする」: 男性から女性への謝罪の表現.
- ucalować czyjąś dłoń (4)** 「…の手にキスをする」: — 親交を結ぶ場合に, 男性が女性に対して行う所作.
- ucalować czyjąś dłoń (5)** 「…の手にキスをする」: — 男性が女性に祝詞を述べる時に見せる所作.
- ucalować kogoś w policzek** 「…の頬にキスをする」: 相手に近づき, 頬に素早く接吻する. しばしば, 相手の肩に手を置きながら行う — 一般に女性が行う感謝の表現.
- ucalować kogoś w policzki** 「頬にキスをする」: 2人が同時に互いにキスをする. 一般に握手または抱き合う所作が付随する — 歓迎または別れの表現. 一般に女性の間で見られるが, 男性でも, 長い間会わなかった人との再会, あるいは長いこと会わないであろう人との別れの場面で見られる.
- ucalować koniuszki palców** 「指先にキスをする」: 一方の手の5本の指の先端を集め, それに音を立てて接吻する — 料理を絶賛する場合のしぐさ.
- uchylić dłonią kapelusz (czapkę)** 「帽子を持ち上げる」: 相手を見て静止し, 次に片手で自分の帽子をつかみ, 弧を描くように, いくぶん片側に寄せ持ち上げる. 会釈を伴うことも多い — 優雅な出会いまたは別れの所作.
- uderzać się pięścią w piersi** 「拳で胸を叩く」: 通常3回自分の胸を叩く — 行為者の自信を表す. 「信じてください (Słowo honoru.)」「誓います (Przysięgam.)」などの意.
- uderzyć dłonią w czyjąś dłoń** 「掌で相手の掌を叩く」: 右手を腰の高さに持っていき, 掌で相手の右手の掌を叩く. この後, 左手でも同じ所作を間をおかずに行う — 約束・契約の時の所作. 「オッケーか? (Zgoda?)」「オッケーさ (Zgoda.)」のような会話が付随することもある.
- uderzyć otwartą dłonią (kostkami palców) w stół** 「掌 (指関節) でテーブルを叩く」: — 静粛を求める所作.
- uderzyć pięścią (otwartą dłonią) w stół** 「拳 (広げた掌) でテーブルを叩く」: — 不同意・反対の意思の強

い表明。

**uderzyć się dłońmi w uda** 「腿を打つ」：— 日本語の「膝を打つ」よりも適用範囲が広い。事態が思わぬ好転をした時に用いることが多い。

**uderzyć się krawędzią dłoni w szyję** 「手の外縁で首を叩く」：— 一般に男性が行う所作。首を叩く手の甲は上を向いている。日本で「馘首」を意味するしぐさに似ている — 飲酒の提案,あるいは「…は酩酊している (... *wypił sobie*)」旨を伝える。

**uderzyć się palcami w czoło** 「額を指で叩く」：— 何か重要なことを思い出した場合、難問が解けた場合、何か解った時などに見られる所作。

**uderzyć się pięścią w piersi** 「拳で胸を叩く」：前屈みになって、拳で自分の胸の中心部を叩く — 行為者の強い謝罪の気持ちを表す。

**uklonić się (1)** 「お辞儀をする」：— 距離をおいた関係にある人の中で見られる感謝の表現。

**uklonić się (2)** 「お辞儀をする」：— 目下から目上の人への出会いはまたは別れの所作。

**uklonić się (3)** 「頭を下げる」：頭、または頭と胴体を暫時傾ける — 謝罪の気持ちを表す

**uklonić się (4)** 「会釈する」：ダンスパーティで男性が女性を踊りに誘う場合に見られる。

**uniesić brwi** 「眉を上げる」：— 驚いた場合などに自然と出るしぐさ。

**uniesić dłoń na wysokość głowy** 「手を頭の高さに挙げる」：肘で折った腕を脇で、掌を相手に向け、頭の高さ、あるいはそれよりいくぶん上に持って行く — 若い人の中で見られる出会いはまたは別れの所作。

**uniesić dłoń powyżej głowy** 「頭より高く手を上げる」：肘で曲げた手を頭より高く上げる。掌は前を向いている — 行為者は発言の機会を求めている。

**uniesić dłoń przed siebie** 「身体の前で手を上げる」：— 「ちょっと待ってください (*Chwileczkę!*)」というメッセージ。

**uniesić dłońmi kieliszek z alkoholem przed siebie** 「酒類の入ったグラスを持ち上げる」：乾杯の所作。

**uniesić dwa palce na wysokość ucha** 「耳の高さに指を2本上げる」：耳の高さ（あるいは、それより少し上）に人差指と中指を真っ直ぐに立てる。薬指と小指は親指で押さえる — ポーランド軍の宣誓方式が市民生活に入ったもので、「誓います (*Przysięgam.*)」の意。

**uniesić dwa rozchylone palce ponad czubek głowy** — „*rogacz*” 「頭の上に2本の指を広げて上げる — いわゆる“雄鹿（寝取られた男）」：用いるのは人差指と中指 — 寝取られた旦那を象徴。

**uniesić dwa rozchylone palce przed siebie** 「広げた2本指を身体の前で上にかざす」：人差指と中指を

用いる — 勝利宣言を表す。いわゆる「Vサイン」。  
**uniesić obydwie dłonie przed siebie** 「身体の前に両手を突き出す」：肘で曲げた（あるいは、真っ直ぐの）両手を胸の高さで前に突き出す。手首は上にそらせ、相手に自分の掌を見せる。身体が後ろに反りぎみになることもある — 拒絶を表す。

**uniesić palec przed siebie** 「指を上げる」：こめかみの高さに人差指を上げる。指の側面は相手に向けられている — 行為者は自分が話していることに相手の注意・関心を惹起したいと思っている。授業中に教師がよく用いる所作。

**uniesić w bok rękę zgiętą w łokciu** 「腕を肘で曲げて脇で上に持って行く」：手は拳を握っている。親しい人間関係で見られるが、比較的稀な所作 — 称賛を表す。

**unosić i opuszczać rękę** 「片手を上下に振る」：道路脇で、顔は接近してくる車に向け、真っ直ぐに伸ばした腕を上下に振る。掌は相手に向けられている — ヒッチハイクする時の所作。

**uśmiechać się** 「微笑む」：— おそらくは万国共通の所作。

**wsunąć kciuk pomiędzy wskazujący i środkowy palec** — „*figa*” 「人差指と中指の間に親指を挟む — いわゆる“イチジク”」：— 相手の行為に対し、軽蔑している旨を伝える。

**wychylić głowę w stronę drzwi** 「ドア口に向けて頭を傾ける」：相手を見た後、戸口に向かって頭を傾ける。視線も戸口に移動することが多い — 状況に応じて依頼・質問・提案・指示などの意になる。「行こうか? (*Idziemy?*)」「出よう! (*Wychodzimy!*)」など。

**wyciągnąć ręce w czyjąś stronę** 「相手に両手を差し出す」：肩の高さで、肘で軽く折った両手（ほとんど真っ直ぐな場合もある）を微笑みながら相手側に差し出す — 歓迎の表現。

**wyciągnąć podszewkę z kieszeni** 「ポケットの裏地を引っ張り出す」：— 「ポケットには一銭もない (*Mam pustki w kieszeni.*)」「一文無しだ (*Jestem goły jak święty turecki.*)」ということを表す、男子が親しい人の中で見せることがある、今では珍しい所作。

**wyciągnąć dłoń w czyjąś stronę** 「相手に掌を差し出す」：— 「ちょうだい (*Proszę mi to dać.*)」という所作。

**wydać wargi** 「唇をとがらす、ふくれっ面をする」：口角を下げ、空気を吐き出す — 相手に対する極度の侮蔑を表す。

**wykręcić dłonie na boki** — „*lewe ręce*” 「掌を外に向ける — いわゆる“左手”」：両手の甲を合わせ、身体の前に出す — 不器用だということ。

**wymienić spojrzenia** 「視線の交換」: こっそり交わす視線 — ある状況・事情から公然と行えない情報の交換.

**wypiąć tyłek** 「尻を突き出す」: 相手に尻を向け、前屈みになり、手でスカートをめくり、臀部を見せる — 女性による極度の侮辱の表現 (実際には、めったに見られない).

**wzruszyć ramionami (1)** 「肩をすくめる」: — 「知らない (*Nie wiem.*)」ということ伝える.

**wzruszyć ramionami (2)** 「肩をすくめる」: — 相手に対し、「そんなこと関係ない (*Co mnie to obchodzi?*)」という主張を伝える.

**zacierać dłonie** 「揉み手」: 手の甲は揉まない — 事態が好転し、行為者が満足していることを表す.

**zaciśnąć kciuk** 「親指を握る」: 人差指から小指までの4本の指で親指を握り、拳を作る — 相手の成功を祈願する時の所作. **trzymać kciuki** を参照.

**zaciśnąć przegub jednej ręki w zgięciu drugiej** — „**gest Kozakiewicza**” 「片方の手の手首を折り曲げたもう一方の手で挟む — いわゆる“コザキエヴィチ”ポーズ」: 折り曲げたほうの手の拳を上突き上げる. 1980年のモスクワ・オリンピックの棒高跳びで金メダリストになった Władysław Kozakiewicz がこの所作をしたことで知られる — 相手に、完全無視の姿勢を伝える.

**zadrzeć głowę** 「反り返る」: 相手から顔を反らし、顎を上げる — 自尊心の発露と相手を軽蔑する気持ちを表す.

**zadrzeć palcem nos** 「指で鼻先を上押し上げる」: 人差指の先端を用いる — 高慢だということ.

**„zagrać” palcami na nosie** 「鼻先で“指演奏”する」: 両手の指を広げて、波動のような所作を行う. 片方の手の親指は鼻先に付けられており、その小指にはもう一方の手の親指が続いている — 相手を見下していることを表す.

**zakryć dłońmi twarz** 「両手で顔を覆う」: — 絶望・落胆していることを表す.

**załamać ręce** 「指を絡める」: 胸のところで両手の指を絡め、その後、そのままの状態で腰の高さ(あるいは、それよりも下)に下ろす. 一般に女性だけに見られるしぐさ — 良くない知らせに驚いた時に現れる.

**zatknąć dłońmi (palcami) uszy** 「手(指)で耳をふさぐ」: — 「聞きたくない (*Nie chcę tego słuchać.*)」という意思表示.

**zewrzeć dłonie** 「合掌する」: — 女性特有の所作で、驚いた場合などに見られる.

**złapać się dłońmi za głowę** 「両手で頭を押さえる」: — 驚愕していることを表す.

**złożyć dłonie** 「合掌する」: — 懇願する気持ちを表

す.

**zmarszczyć czoło** 「額に皺をよせる」: — 考えごとをしている時に見られる.

**„zmierzyć” kogoś oczami** 「…を目で“測定する”」: ある人を爪先から頭のてっぺんまで、目を細め、眉を寄せて観察する — 場にふさわしくない格好をしている人に対する警告を意味.

**zmrużyć oko** 「ウィンクをする」 — 相手の注意を引きたい場合、何かを暗示したい場合などに、親しい人間関係の間で用いられる所作.

## 参考文献

Krystyna Jarząbek, *Znaki kinetyczne wspomagające komunikację mowną i ich miejsce w nauczaniu języków obcych (na przykładzie komunikacji Polaków i Rosjan — ujęcie konfrontatywne)*, Katowice 1989.

Krystyna Jarząbek, „Kontakt z obcą społecznością a znaki kinetyczne wspomagające komunikację mowną”, *Przegląd Glottodydaktyczny*, t. 12, 1993.

Krystyna Jarząbek, *Gestykulacja i mimika. Słownik*, Katowice 1994.

渡辺克義, Agnieszka Cwalina-Watanabe, Krystyna Jarząbek 「ポーランド語の非言語伝達手段 — 日本語の場合との比較対照において」『山口県立大学国際文化学部紀要』(第7-8号, 2001-02年)

