



大仲広司の人前での話し方 ワンポイント アドバイス

【N04】

いい話には **“ピカッ”** と光る 1 箇所がある

いい話には **感動** があります。

いい話には **夢** があります。

いい話には **笑い** があります。

いい話には **涙** があります。

いい話には **共感** があります。

いい話は **心をなごませて**くれます。

いい話は **ドキドキ ハラハラ ワクワク**します。

いい話には **愛** があります。

いい話は **迫力** があります。

いい話には **思いやり** があります。

いい話には **アイデア** があります。

いい話を **聞いたあとは、心豊かになり、
何か得をした気持ち**になります。

いい話をするには、あなただけしか話せない

『 **“ピカッ” と光る 1 箇所**』を入れて下さい。



大仲広司の 人前での話し方

ワンポイント アドバイス

【NO 23】

ゆとりをもって話す それには場数をふんで慣れることです

人前で話すのは誰でも苦手です。
私も数知れぬぐらい人前で話してきましたが、それでも好きになれません。
毎回、初心の気持ちで緊張しながら話しています。
今では準備さえすれば、大勢の前でも話せるという自信はあります。
多少のゆとりもあります。なぜゆとりができたのでしょうか？
それは、人よりも場数をふんで人前で話すのに慣れたからだと思います。
教室開講当時、お金をもらって始めて1時間半ぐらいの講演をした時は、
時計が止まっているのでは？と、思うぐらい1時間が長く感じました。
しかし最近では、時計を見なくても、話している時間がどれくらいか大体
わかります。慣れと“感”が場数をこなして身につけてきたのだと思います。

わたくしの主催している話し方教室では、生徒さんに毎回、講義の後、
実地練習を行います。初心者は、足がふるえる、顔がひきつる、声がふる
える、前が真っ白に見える、等々の悩みをうったえます。
しかし、そのような人でも話すことを真剣に考え、精一杯の努力の中で
回数を重ねていると、その人なりに自分の話に自信を持つようになり、
ゆとりを持つようになります。

要は、1回、1回の話に全力をかたむける。精一杯やる、といった心構え
を持って練習をつむ、場数をふむ、これが大切です。
機会あるごとに率先して場数をふんでいただきたいのです。

ロータリークラブでは委員長になれば、必然的に会員の前で話すチャンスが
増えてきます。この時は上達するチャンス！だと自分に言い聞かせ、
1回でも多く人前へ立つことです。立って話すことにより、反省もします。
その結果、話す内容もよくなり自信もゆとりも生まれるのです。

結果を意識せず1回でも多く場数をふむ

そこから 話すゆとりが生まれます。