

Ⅶ-6 スピーチの練習

みなさんがこれから受ける面接試験では、面接官に対して自分の意見をはっきり発表できることが大切です。しかし、人前で話をするというのは難しいもの。自分の意見をあいまいに言ったために、あるいは誤解が生じるような表現をしたために、あとで取り返しのつかない結果にならないとも限りません。

上手な話ができる必要はありませんが、人一倍時間と労力をかけて、自分の考えをしっかりと相手に伝えることができるようにトレーニングしておきましょう。



POINT

正しいテクニックを身につけ、
効果的に組み立てられた話をいきいきと展開する。
訓練を積んで「スピーチの達人」を目指せ。

1. 話し方のテクニック

【話し方の基本】

- ①聞き手全員に、はっきり聞こえるように話す。
- ②わかりやすく話すことを心がける。
- ③速すぎず、適切なスピードで話す。
- ④イントネーションをつけ、いきいきと話す。
- ⑤聞き手の顔を見ながら話す。
- ⑥姿勢を正しく話す。
- ⑦自分のペースを失わない。感情的にならない。
- ⑧言い訳をしないで、自信を持って話す。
- ⑨「多分〇〇だと思うのですが…」 「～かもしれません」といったあいまいな表現はしない。



【話し手の態度】

良い態度

- ・ 明るい表情
- ・ 落ちついた態度
- ・ 親しみの持てる態度
- ・ 素直な態度

悪い態度

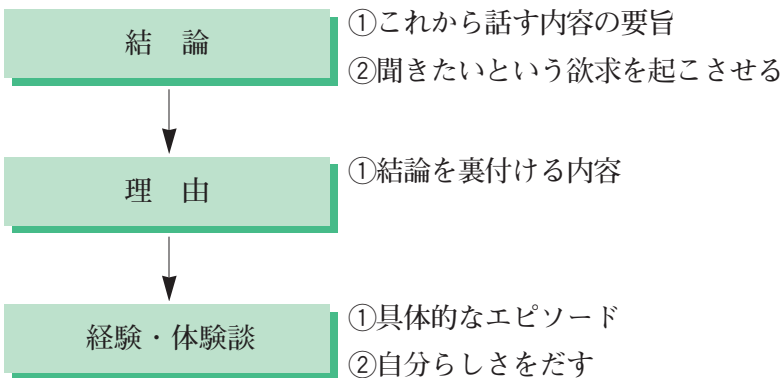
- ・ ごう慢な態度
- ・ 落ちつきのない態度
- ・ 投げやりな態度
- ・ すました態度

【これだけはやめよう、避けたい癖】

- ①むだな言葉の連発 あのおー、えー、つまり、ですね など
- ②落ちつきのない態度 貧乏揺すり、目をきょろきょろさせる など
- ③資料・原稿を一字一句棒読みする

2. 話の準備と組み立て

面接試験のとき、結論を出し惜しみすると、話がダラダラ長くなってしまいます。そうならないために、結論を最初に述べるようにしましょう。



注 意 !

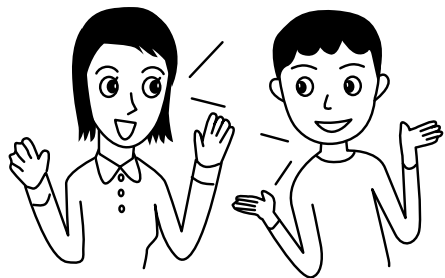
面接は演説ではなく相手のいるコミュニケーションですので、用意した答えをとうとうと述べるのは避けましょう。相手の話を受けて、自己PRや志望動機に結び付けて話を展開できる臨機応変さが求められます。

3. スピーチの訓練

テーマと時間を決めて、グループの前でスピーチの練習をしてみましょう。聞き手は、チェックポイントでチェックし、お互いに批評し合いましょう。とにかく、スピーチは数をこなすことが大切です。機会を作って、どんどん練習しましょう。

【スピーチのチェックポイント】

- ☐ 話の内容はまとまっていたか
- ☐ 言葉遣いはわかりやすかったか
- ☐ 話のテンポは適切だったか
- ☐ 気になる癖はなかったか
- ☐ 姿勢や目配りは適切だったか



4. スピーチ練習

自分が苦心して作成した自己PR、志望動機をいかにわかりやすく面接官に伝えアピールするか。内容面の具体性はもちろんですが、伝え方にも工夫をしたいものです。「大きな声で、明るく、元気に話す」こと以外でも、アピールする伝え方は多くあります。

ここでは、2つのケースを映像で見ながら、よりわかりやすく伝える技術を学び、自分の自己PR・志望動機に磨きをかけてください。

(1) 伝え方課題シート1

	ケース1の映像を見て、どのようにすればもっとわかりやすく伝えられるのか、メモしてください

(2) 伝え方課題シート2

	ケース2の映像を見て、どのようにすればもっとわかりやすく伝えられるのか、メモしてください

スピーチチェックシート

実施日： 年 月 日

評価項目	評価のポイント	自己評価
話し方	言葉の明瞭さ	明瞭 聞き取りにくい 不明瞭
	声の大きさ	大きい 普通 小さい
	テンポ、スピード	速い 普通 遅い
	間の取り方	自然 不自然 間をとってない
	言葉遣い	丁寧 適切 不適切 乱暴
	言葉ぐせ	ほとんどない 気にならない 気になる
	語尾	ハッキリしていた 聞き取れなかった
態度	身だしなみ	好感がもてる 普通 好感がもてない
	落ち着き	落ち着いている あがっていた
	笑 顔	ある ない
	アイコンタクト(目配り)	あった なかった 片寄りがあった
	姿 勢	姿勢がよい 姿勢が悪い
	ジェスチャー (位置、動きなど)	自然 不自然 ジェスチャーがなかった
	熱意、力強さ	感じられた 感じられない
	あいさつ	あいさつしていた あいさつがなかった
話の内容	面白さ	面白かった 普通 面白くなかった
	わかりやすさ	わかりやすい 普通 わかりにくい
	話の盛り上がり	盛り上がった 盛り上がらなかった
	時間配分	短すぎる 時間内終了 時間をオーバー
	話のまとめ方	まとめていた 尻切れトンボ
	最後のあいさつ	あいさつがあった あいさつがなかった

その他 (良かった点/改善すべき点 気がついたこと)

VII

面接試験