

**日経ビジネス**  
O N L I N E

目からウロコ！  
エグゼクティブのための10分間トレーニング

## プレゼン中の「あ～、う～」とどう戦うか

### 必ず引き付けるプレゼンテーション表現(3)

2015年8月18日(火)山口 博



先週は、OPOSで間をつくる演習をしました。今回はノイズ解消の演習を行いましょ。ノイズとは、プレゼンテーションをしていると無意識のうちに出てしまう、自分では気づかない、さまざまな癖のようなもので、プレゼンテーションの邪魔になり、本来の内容を伝達することを阻害してしまうものを指します。そのノイズを直していくと、プレゼンテーションの聞きやすさが格段に高まり、胸を打つ度合いが高まります。

## ノイズの発見

まずは、どんなノイズがあるか、自分自身で把握してみましょう。ご自身が実際に行う、次のプレゼンテーションを想定して、そのオープニングの部分を、スマートフォンをセットして、収録しましょう。

■演習 プレゼンテーションのオープニングの収録(1分間)

■演習 動画をみて、プレゼンテーションを行う際の自身が発しているノイズをポスト・イットに書き出しましょう

## 自身で気づかなければ、直らない

自身のノイズは、見つかりましたでしょうか。どなたでもいくつかのノイズを知らず知らずのうちに発しているものです。それを改善していくためにとても大事なことは、他の誰でもない、ご自身で気づいて直していくことです。プレゼンテーションをオブザーブして、さまざまな癖や問題点を指摘するトレーニングもあります。

しかし、他の人に指摘されたことと、自身で気づいたことと、直したいと思う原動力の大きさには大きな差があります。自身のプレゼンテーションの動画をみて、自身で直していきましょう。

## ひとつひとつ直していく

さらに重要なことは、一度に一気に直そうと思わないことです。年間何百回のロールプレイトレーニングを実施していますが、様々なノイズを一気に直そうとしても、一気に直った例に接したことはありません。次のロープレでは、このノイズを直したいというノイズを、ひとつだけ決めて、そのノイズを解消することだけを目的に次のロープレを行うことが、ノイズ解消の近道です。

## ノイズの例

これまでの演習で出てきたノイズの例を整理すると、以下のとおりとなります。ご自身が発していないノイズも挙げられているかもしれません。他山の石にしていいただければ幸いです。

ノイズのタイプ	ノイズの例
声	あー、うー、えー
	小さすぎる声
	大きすぎる声
	早口過ぎる口調
	沈んだ口調の声
	命令口調
	間のない話し方
	特定の言い回しの多用
動作	横方向のアイ・コンタクト
	腕組み

ノイズのタイプ	ノイズの例
	顔や体をさわりながら話す
	PCやスクリーンを見続ける
	窓や時計を頻繁に見る
	早すぎる動作
ツール	プロジェクターの明るさ
	頁順の乱れ
	文字の小ささ
	アニメーションの多用
	レーザー・ポインタの揺れ
距離感	演台から動かない
	一か所に居続ける
	スクリーンを背にしない場所から話す
	聞き手に近づかない
	聞き手に近すぎる
	「みなさん」の多用
身だしなみ	清潔でない身だしなみ
	磨かれていない靴
	多すぎるアクセサリ
	強すぎるフレグランス
	IDカードのしまい忘れ

## 偉い人の引用はかえって鼻につく

ノイズの中には、以下のような内容にかかわるものも多くあります。この類のノイズは、単純にノイズを直そうと思っても、直らない種類のものです。

過去の偉人がこう言っている、高名な学者がああ言っているという引用が多いプレゼンテーションは、それ自体、鼻についてノイズとなります。ひいては、グローバル本社の幹部がこう言っているというプレゼンテーションよりも、私自身はこう確信しているというプレゼンテーションの方が、訴求力が高い場合が多いように思います。

あいまいな表現、過剰に客観的な表現、ガード文言、言い訳表現が多用されているプレゼンテーションは、話し手の覚悟のほどが疑われます。

こうしてください、ああしてください、これは規則ですので従ってくださいというような指示表現が多用されるプレゼンテーションは、聴衆に対する姿勢そのものが疑われ、そうした話し手は概して質問や意見への

傾聴が不足しているものです。マインドから発生するノイズの解消については、マインド変革のためのモチベーション向上のプログラムで演習していきます。

ノイズのタイプ	ノイズの例
内容	引用の多用
	あいまいな表現の多用
	客観的すぎる表現の多用
	ガード文言の多用
	言い訳表現の多用
	指示表現の多用
	質問や意見への傾聴の不足

[このコラムについて](#)

## 目からウロコ！エグゼクティブのための10分間トレーニング

グローバルビジネスパーソンの研修歴20年以上の筆者が、そのノウハウを「自主トレ用」にまとめました。1回10分、本コラムのトレーニングを徹底的に習得すれば、ライバルに一歩も二歩も差をつけることができるでしょう。

### **日経BP社**

日経ビジネスオンライン会員登録・メール配信 — このサイトについて — サイトマップ — よくある質問・お問い合わせ — 利用規約

日経BP社会社案内 — 個人情報について — アクセス履歴の利用について — 著作権について — 広告ガイド — ID統合について

Copyright © 2006-2015 Nikkei Business Publications, Inc. All Rights Reserved.