

頭のよさとは「説明力」だ

齋藤 孝 著

単行本：224 ページ

出版：詩想社

価格：1000 円（税抜）

はじめに

「説明」とはあらゆる場面で必要とされるものです。相手を深く納得させるためには、いくつかの要素に着目してスキルアップを図る必要があります。長年にわたって「説明」を大学生に指導してきた筆者による一冊を紹介します。

説明に必要なこと

筆者は説明力というものが「時間感覚」と「要約力」と「例示力」の3つに分解されると述べています。

「時間感覚」とは、自分の発言を「時間」で管理するクセをつけるということです。自分が発言するために必要な時間が1分なのか、あるいは45秒なのか。それを体感として掴んでおく力ということになります。

「要約力」が無い人は、本題に入るまでに長い回り道をしがちです。時間がかかり過ぎてしまう上に、聞いている方は全体像をスムーズにイメージできなくなってしまいます。

「例示力」とは言い換えれば、漠然さを打ち消す能力と言えるでしょう。その場の説明に相応しい具体例を示すことで、聞き手の理解・納得の深さは大きく変わってきます。ここからは主に「時間感覚」について詳しく考えていきます。

15秒トレーニング

みなさんは説明に必要な時間をどの程度だと考えているでしょうか。

ずばり、説明にかかる時間は最長で1分間だと私は考えます。

筆者はこう述べており、あくまで「最長」であり「最短」ではないと付け加えています。しかし、何の訓練も行っ

ていない人にとって1分という制限は非常に短く、その時間内での説明は不可能なものに思えるでしょう。そこで必要になるのは「無駄な言葉をなくして話すクセをつける」というスキルです。

このスキルを身につけるために筆者は「15秒トレーニング」を推奨しています。このトレーニングを繰り返していると、15秒の感覚に慣れてきて、あらゆる説明をその時間内に行うことができるようになりますと言います。

15秒という一見すると短すぎる時間の中に必要な情報を過不足なく盛り込むことで「意味の含有率が高い話し方」が可能になります。

訓練の場は日常にある

説明力の訓練をするために、特別な場や相手は必要ありません。日常生活の中に、いくつもその機会はあるのです。例えば「最近、どう？」などと相手に聞かれた場合などは、まさに訓練のチャンスと言えるでしょう。

常にいい話を必ずしようと意識していると、うまい例示をパッと提示する能力は鍛えられていきます。

常の何気ない会話の中でも「説明力」を意識することで端的に、そして瞬発的に説明をする力が養われ、着実にスキルアップしていきます。要点がまとめられた無駄の少ない発言というものは、誰にとっても聞いていて気分が良いものです。

上手な説明を身につけるということは、相手に「頭の良い人だな」と思われ、自分の意見を聞き入れてもらいやすくなるための最適な手段と言えるでしょう。論理的かつ具体的に解説されているおすすめの一冊です。