

シユクル通信

2018年9月号

【編集・発行 vol. 48】
(株)ボイスクリエーションシユクル
一般社団法人日本声磨き普及協会
発行責任者 佐藤恵
担当編集者 中川久美子

「笑いやユーモアのある話し方」とは？

先日 NHK の某番組制作部から「こちらの話し方教室では、笑いやユーモアを取り入れた話し方の指導をしていますか？」と電話照会がありました。「笑いやユーモア」について社会のニーズがあるから番組テーマにしようという取材を試みていらしたのです。このことがきっかけで、改めて笑いとユーモアについて今回は考えてみました。

海外生活をしていた頃に、日本人は笑わない、とよく言われたものです。「ジョークを言わない」し、「日本人は笑っているように見えない」と。

実は、「ユーモア学」は海外では学問として確立しているのですが、海外に比べて日本はユーモア学の後進国だといわれています。その昔、基本的に日本人だけで暮らしており、常識も価値観も似たような人たちで成り立っていた国だから、衝突が少なかったために、日本はそもそもコミュニケーションを円滑にするための概念が発達しなかったといわれています。

しかし、日本社会にも「グローバル化」「ダイバーシティ」「多様性」といった考え方がたくさん入り込んでいるにもかかわらずコミュニケーション不足が引き金となってストレス社会が蔓延している昨今、ビジネスの世界においても社員同士の会話が少なく、社内の雰囲気为重たい企業などでは笑い(ユーモア)を取り入れたコミュニケーション研修が実際に行われています。相手を和ませてコミュニケーションを円滑にするための手段の一つとして「笑いやユーモア」の需要がビジネスシーンでも高まっているのです。人間関係が良好な職場になると業績アップも期待できるため、ユーモアセンスを磨くことは自身だけでなく社内の雰囲気もなごみ、働きやすい環境づくりにも大切な要因となりそうですね。

脳科学者の茂木健一郎氏は脳の神経回路は楽観的に物事をとらえることで潜在能力が発揮されると言っています。また行動学者であり作家の Susan Weinschenk 氏は、笑いながら勉強した子どもたちの学習結果は、笑顔が許されない環境で勉強を実施した子どもたちのグループよりも良好だったという研究結果に注目しています。仕事や勉強で良い成果を出すためには、ユーモアを適度に取り入れながら明るく前向きに生活することが大切！確かに自然な笑顔(脳のリラックス状態)を作ることができない環境に置かれるとパフォーマンス低下につながることはよくあります。また笑うことで免疫力を高めストレスも緩和されることがわかっているため、日々の仕事で受けるクレームや苦情、受験勉強のプレッシャーなど精神的に疲れている時にもユーモアある会話は、ストレスをためないためにも大いに役に立ちますね。

あの人は話にユーモアがあって羨ましい…そう思ったことはありませんか？

話が上手な人の話し方にはコツがあります。笑いを極めた名人はユーモアを“普通からのズレ”と言うそうです。普通じゃないこと、意外(想定外)なことがユーモア。普通じゃない別の切り口で物事を見ることが大切だと。

それからもう一つ、作家の井上ひさしさんがこんな言葉を残しています。「難しいことをやさしく、やさしいことを深く、深いことをおもしろく」と。聞き手のことをよく考えること。相手が何を望んでいるのか？話に関心があるのか、理解しているのか？この心がけが抜けていると、話が台無しに。つまり、「相手に合わせた会話」を常に心がけることがポイントです。ユーモアは相手への思いやり、ですね。



あなたにもユーモア線はありますか？

さて、素敵な笑いの達人をゲスト講師にお迎えして、【ユーモアセンスを磨く講座】が11月24日(土)に開催決定しました。詳細は次号でお知らせいたします。声磨きとユーモアのコラボレーション、乞うご期待！！

※お問い合わせは(株)ボイスクリエーションシユクル

お電話 048-829-9624、または、メール info@vcsucre.com までどうぞ。ホームページは <http://vcsucre.com/>

親子で楽しむボイストレーニングを開催しました

7/31 はシュクル夏休み恒例の「親子で楽しむボイストレーニング」でした。ちよっぴり恥ずかしがり屋な小学校低学年児童とハキハキとお話できるようになってほしいと願うママが集合。最初は緊張気味で様子伺いだったボク達も徐々にエンジンがかかってきます。ピロピロ笛やったり、離れているママとヤッホーごっこしたりママと顔ジャンケンで勝負したり、みんなお腹を抱えて笑いながら楽しみました。

でも、ただ遊んでいたわけではありません！ピロピロ笛は腹式呼吸のコントロールを体感するために。ヤッホーごっこは、腹式発声練習。顔ジャンケン表情筋のトレーニング。全て声磨きの必須アイテムです。良い声の土台づくりができたところで、目指すは早口言葉マスター！だんだん難易度が上がり口の動きが滑らかになっていく中で、つかえると、緊迫感が緩み大爆笑に。みんなで沢山笑いました。あっという間に1時間。あー疲れた…なんて声も。そうですね、発声はジョギングするのと同じくらいカロリーを消費しているそうですからね。心地よい疲れです。あんなに周りを気にして恥ずかしそうにしていたお子様達が、みんなひまわりのような笑顔になって。やっぱり、声のチカラって万能薬ですね。ママ達もニコニコ笑顔の我が子の表情を見ながらうれしそう。そして、一緒に楽しめたかけがえのないひとときだったと。親子の夏の思い出の1ページに。みんな、学校で発表する時に、この笑顔を忘れないでね。

声のチカラで大きくな～れ！ また来年遊びに来てね♥



【好印象になれる、好感度が上がる！声の磨き方・話し方 体験レッスン 日本初女性専用話し方教室】

声・話し方の不安を解消したい方は必見！人前で話すことが嫌ではなくなり、コミュニケーションが楽しくなる♪好印象になれる話し方の秘訣がわかります。※少人数、女性限定だから安心です。受講料：3,240円(税込)
 ☆浦和本部校・9/08(土)14:00～16:00 ・9/16(日)14:00～16:00 ※要予約。
 ・9/22(土)10:00～12:00 ・9/30(日)14:00～16:00 HP体験レッスンページよりお申込みください。

やりがい・生きがいを追求したい方へ：声磨き教育インストラクター事業説明会

(一社)日本声磨き普及協会では、声磨き教育事業の可能性にご興味のある方のための「声磨き教育インストラクター事業説明会」をこの秋からいよいよ全国各地で開催いたします。説明会では、声のチカラで日本を元気に！の理念、経験不問のインストラクター養成講座の内容、資格取得後の活躍のフィールド、資格取得後のきめ細かなサポート体制、等々お話しいたします。お一人お一人のライフスタイルに合わせた個別相談も行います。(詳細は協会HPから)

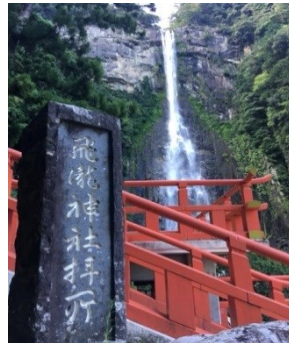
【声磨き教育インストラクター事業説明会全国ツアー2018秋】

・10/26(金)仙台 ・11/29(木)札幌 ・12/13(木)福岡
 講師：(一社)日本声磨き普及協会代表理事 佐藤恵
 受講料：3,240円 ※要予約 協会HPよりお申込みください。

- ・ゼロからでも大丈夫
- ・フォロー体制完備
- ・副業から独立開業

【天空の聖地高野山～熊野古道巡礼の旅】

ヘアピンが続く道からの山並みが果てしなく続く大パノラマの絶景に感動でした。ここを訪れること自体が修行なのかと熊野三山、那智の滝でパワーチャージ。延命長寿のご利益を皆様にも♪(佐藤恵)



【編集後記】夏休みは大宮アルディージャ応援で愛媛県へ。特急列車開通がちょうど乗る4日前で豪雨復興の真っ只中でした。お隣徳島は阿波踊り大変そうでしたが松山は野球拳踊りが盛り上がっていましたよ。(中川)



(株)ボイスクリエーションシュクル <http://vcsucre.com/>

(一社)日本声磨き普及協会 <http://koemigaki.com/>

〒330-0062 埼玉県さいたま市浦和区仲町 1-15-1 エスプリ浦和 103/201

TEL: 048-829-9624 FAX: 048-829-9634 メール: info@vcsucre.com