

言いたいことがうまく伝わる

やわらか
ロジカルな
話し方

Kaori togashi

富樫佳織

はじめに

この本を手にとっただけ、ありがとうございます。

「うまく話せるようになりたい」「簡潔に話せるようになりたい」。

社会に出たら誰しも日常的に感じることです。あなたもそう思っているからこそ、この本に興味を持っていただけではないでしょうか。

実は私自身、とても話し方が下手で、人一倍、試行錯誤を繰り返してきました。

そんな私が、話し方の本を書かせていただいたのは、昔の私と同じように悩んでいる方に、今まで自分が仕事の中で培ってきた「やわらかロジカルな話し方」というテクニクがお役に立つかもしれないと思ったからです。

「やわらかロジカル」とは、話の組み立て方の工夫と、ちょっとした一言で「口

「ジカルな内容」を「やわらかく」相手に伝える方法です。

たとえば職場で、このような内容を伝えるとします。

「働き方についての社内アンケートを行います。結果は今後の人事政策に反映します。これから1週間以内に各自WEBフォームから回答してください」

毎日の仕事に追われていると、面倒だなと受け止められがちなお知らせです。

ところが、言い方の順番と、一言の工夫をしてみるとどうでしょう。

「ワークライフバランスを充実させるため、みなさんの意見を人事政策に反映したいと思っています。方法は、働き方についての社内アンケートをWEBフォームから答えていただきます。期限は1週間以内です。抱えている業務で忙しいと思いますが、10分で終わりますのでご協力お願いできますか？」

最初にアンケートを実施する目的が何か、さらに何分までできるかを説明して、「お願いできますか？」と相手に判断をゆだねる一言を加えると、こう変わります。少しの違いですが、「やれるかな」「やってみてもいいかな」と感じるのではありませんでしょうか。

冒頭で自分はとて「話し下手」だったと書きました。そのために、就職してから話し方で失敗した経験は数知れません。その度に反省、試行錯誤をしてきました。発見したことはひとつ。

話し方は生まれつきの才能ではないということです。

私は大学を卒業後、NHKに入局しました。

テレビ番組はたくさんの方が視聴するコンテンツです。ですから、情報の正しさはもちろん、誰が観ても一度でわかり、頭に入りやすい順序で構成していくことが必要です。

現場では、いつも「中学生から65歳の方までが一度で理解できる表現を心がけ

るように」と言われていました。

さらに、テレビ番組は企画から取材、撮影、編集、オンエアまで多様なプロフェッショナルと出演者の協力によって制作されます。つまり、携わるスタッフが全員、番組の意図を正しく理解していなければひとつの作品を完成させることができません。

新米番組ディレクターだった頃は、取材相手への番組意図の説明、インタビュー、撮影取材の際にカメラマンや音声、照明スタッフ一人ひとりに説明をする難しさにへこんでばかりでした。

その後、構成作家として独立して仕事を始めると、制作スタッフが集合する会議でのアイデア出しで、大勢の前で話す機会が多くなりました。番組の会議に出席するスタッフはみな、番組を抱えていて多忙です。短い時間でテキパキと全体の合意を取り、物事を決めていくスキルが求められました。

真面目に話しているだけではダメで、人を惹きつける話題を出し、話のオチをコンパクトにまとめなければなりません。

この時に学んだのは、端的で正しく、おもしろく伝える話し方です。売れっ子の先輩は話がおもしろいだけではなく、短くて大事なことしか言わないのです。

これまで仕事の核はいつも「人とコミュニケーションを取ること」でした。

そうやって私が編み出したのが、「やわらかロジカルな話し方」です。

「やわらかロジカル」とは簡単に言えば、相手の立場に立って気持ちや考えを汲み取り、その上で自分の意見を上手に伝える方法です。

具体的には、「相手にわかりやすいよう、まずはロジカルに話す。そこに相手と考えていること、相手が話したいことを加えて伝えることで、言いたいことがうまく伝わる話し方」のことです。

「話し下手」な人なんてどこにもいません。

ただ、うまく伝わる話し方を知らないだけです。

言いたいことがうまく伝わると、驚くほど物事がスムーズに運びます。

「やわらかロジカル」は、ただ論理的なだけではなく、相手に「おもしろいな」

「共感できるな」と感じてもらえる話し方の技術です。

話し方ひとつで、可能性は無限に広がるのです。

基本は、とてもシンプルです。

実行するのに準備するのは、小さいメモと鉛筆1本だけ。

それでは「やわらかロジカルな話し方」のメソッドを見ていきましょう！

言いたいことがうまく伝わる

やわらか ロジカルな 話し方

Contents

第0章

「やわらかロジカルな話し方」とは

- 1/1 ロジカル＋【気持ち】で、どんな相手にでも伝わる 16

第1章

一言目を添えるだけで劇的に伝わる

- 1/1 上手に話す人の秘密は「一言目」にあり 26
- 1/2 静まり返った会議で発言する時「これが正解とは限りませんが」 31
- 1/3 仕事で電話をする時「もしもし、鈴木です！」 36
- 1/4 相手と違う意見を言う時「今のお話の流れで考えたのですが」 43
- 1/5 困った同僚への一言目「気づきませんでした」 49
- 1/6 セクハラ的な発言をされた時「なぜそう思ったんですか？」 56

1/7 【応用編】相手が好きそうな雑談ネタをストックする習慣 65

column 1 話は基本、聞いてもらえない。を前提に 70

【メソッド編】やわらかロジカルな話し方

1/1 やわらかロジカルで、物事がうまく回り出す3つの理由 74

2/2 やわらかロジカルの基本 5つのブロック 78

3/3 まずはロジカルに伝える手法を知ろう 81

4/4 「お料理を作っている時、ふと思いつくことはありますか？」 87

5/5 たった1つのブロックでロジカル↓やわらかロジカルに 93

6/6 混ぜるな危険！禁じられた第6のブロック【感情】 100

column 2 海外では「一言田」をはっきりさせるとうまくいく

第3章

【応用編】5つのブロックの役割

3/1 テーマ……「〜したい!」とはつきり伝えよう 112

3/2 結論……話のゴールを共有する 118

3/3 数字……話に具体性を持たせる材料 124

3/4 状況……モヤモヤしがち。【テーマ】や【数字】と連動しているか? 131

3/5 気持ち……相手にやわらかく伝えるためのキーブロック 140

3/6 感情……使用禁止。 153

3/7 【設計図を書くこと】伝えたい内容によってブロックを組み替える 160

3/8 相手によって「気持ち」の盛り方を変える 165

第4章

【上司編】気持ちちよっと盛り

4/1 上司との会話では「会社への貢献」目線を伝える 172

4/2 忙しい上司に今すぐ決めてほしい時 179

【会議編】 気持ち普通盛り

- ③ 自分の意見をスムーズに伝えたい時 185
- ④ 上司から振られた仕事をうまく断りたい時 192
- ⑤ 上司に頼みづらいお願いをしたい時（仕事のヘルプを頼む） 198
- ⑥ 上司に人間関係の相談をしたい時 204

- ① 会議で発言しづらさを感じている人のために 212
- ② 発言がどんどん出ている場に入っていく時 215
- ③ 話が広がりすぎている会議 221
- ④ 流れかかっている話を再確認したい時 227
- ⑤ 水を差す意見を言わざるをえない時 232
- ⑥ 1人で長く話し続ける人の話をまとめるとき（進行役の時） 236

Column 3

会議での会話は、相手と自分の「まとめ意見」を作る気持ちで 243

【後輩・部下編】気持ち大盛り

① 後輩・部下に漏れなく仕事を仕上げてほしい時 248

② 後輩・部下のミスを上手に指摘したい時 253

③ 仕事の悩みを相談された時 258

column 4

もてあました感情をうまく昇華させる方法

263

おわりに

267