

所作①

参加者にどう見られたいのか意識してみる

“自身をどう見せたいか、から落とし込み、服装やしぐさを合わせてみよう

身だしなみは最低限のマナー 配信前に必ず鏡でチェック

襟が曲がっていたり、髪の毛がはねていると気になる人はずっと気になってしまうもの。バストアップで映ることが多いため、特に顔まわりや姿勢には気をつけましょう。

身だしなみで気をつけること

- 髪の毛がはねていないか
- 襟やネクタイが曲がっていないか
- 衣装のシワが目立っていないか
- 姿勢は正しいか



株式会社KEE'S

代表取締役

野村絵理奈氏

NHK松山放送局キャスター、気象予報士を経て、2005年に株式会社KEE'Sを設立。独自のメソッドを確立し、これまで5万人以上にコミュニケーション、話し方、プレゼンなどの研修を行う。

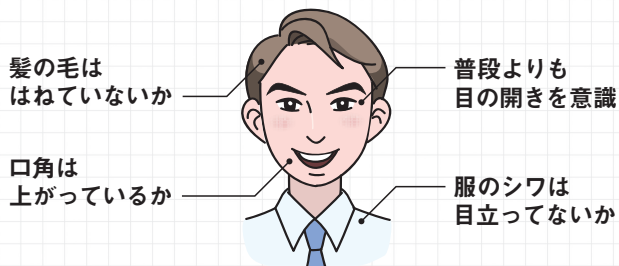
所作②

顔の表情としぐさはオフラインより1.5倍大きく

感情が伝わりにくいいため、目の開きや顔の動きは特に意識しておこう

顔の表情や目の動き、動作で印象を上げる

通常よりも感情が伝わりにくいオンラインセミナー。口角の下がりや、目の開きなどはいつも以上に意識しておかなければ、不機嫌、元気がないとマイナスイメージにつながってしまう。



POINT

オンラインセミナーでの 印象UPは顔の表情と声！

オフラインのセミナー以上に表情と声を意識。座っていても姿勢を正し、口角を上げておくこと。また、資料に気を取られてしまい、下を向きすぎてしまうと自信のなさが伝わってしまい、マイナスのイメージに。視線はレンズを意識。さらに、一番最初の挨拶の際は「ドレミファソ」の「ソ」の音階で。リスナーに耳を傾けてもらうには第一印象が肝心。ぜひ、意識しておこう。

話し方

口を大きく開けて“はっきり”“ゆっくり”を意識

聞き取りやすさを意識してはっきりと、抑揚をつけて話す

飽きられないために 抑揚と強調で聴覚に訴える

強調する部分もなく、スピードもテンポも同じで話し続けると、退屈に聞こえてしまう恐れが。聞いていて飽きないようにするには、抑揚をつけて、一番伝えたい箇所は強めの声で発生するなど変化を出す。

印象づける効果的なワザ

- 声の強さと弱さで抑揚をつける
- 話し方のスピードをコントロール(重要な部分には間を置く)
- 数字は聞き取りにくい場合が多いのでゆっくりと話す

体の力を抜いて、口を大きく開く 練習を常日頃からしておこう!!

- あ…口の四隅をいっぱい広げる
- い…口を横いっぱい引く
- う…唇をつぼめて突き出す
- え…横一文字に引き、下唇の先が逆三角形の頂点になるように突き出す
- お…縦長の楕円形になるように唇を広げる

POINT

口の周りが痛くなるまで開き、一つひとつしっかり音を出してみるとよい

詳しい情報はコチラをCHECK！

話し方 KEE'S

検索