

発表！「話し方・伝え方」大事な順

ランキング ベスト40！

すべての人に身につけてほしい7つの基本ルール

- 1位 会話は「相手」を中心に
- 2位 「伝える順番」が「伝わり方」を決める
- 3位 話し方にメリハリをつける
- 4位 「いい質問」で話を引き出す
- 5位 「鉄板ネタ」で雑談がとぎれず盛り上がる
- 6位 「ほめ」は人間関係の潤滑油
- 7位 相手の目を見る

「話す力」「伝える力」をワンランク上げる13のポイント

8位	具体的に話す
9位	「相づち」と「うなずき」は「共感のサイン」
10位	謝罪が先。言い訳はあと
11位	話は「短い」ほうがいい
12位	笑顔で会話する
13位	叱ってもいいが、怒ってはいけない
14位	目上の人と話すときは丁寧に
15位	「かんたんな言葉」「やさしい言葉」で伝える
16位	悪口は言わない、聞かない、関わらない
17位	身振り、手振りを加える
18位	相手の話をさえぎらない
19位	要点は絞ったほうが伝わる
20位	会話もプレゼンも「導入」がキモ

信頼され、好かれるコミュニケーション20の秘訣

21位	スピーチは「準備」が9割	31位	緊張の克服は「準備」と「大声」
22位	素敵な人間関係は素敵な挨拶から	32位	姿勢で印象が変わる。声が変わる
23位	練習で、誰でも話し上手・伝え上手になれる	33位	スピーチや発表にはキーワードのメモを持参
24位	比喩、たとえ話でわかりやすくする	34位	相手の名前をしっかりと覚える
25位	自己開示は「自分から」	35位	電話は「笑顔」で応対する
26位	「自分の都合」を押し付けない	36位	大事なことは繰り返し伝える
27位	「すみません」より「ありがとう」を選ぶ	37位	立つ位置、座る位置、距離で空気が変わる
28位	聞き力と伝える力は比例する	38位	去り際の会話で好印象を残す
29位	ポジティブな表現をする	39位	断るときは、きっぱり、はっきりと
30位	立場の違う人にこそ、きちんと敬意を払う	40位	「あー」「えっ」と使わない

「話し方のベストセラー100冊」のポイントを1冊にまとめてみた。

Contents

はじめに 2

発表! 「話し方・伝え方」大事な順ランキング ベスト40! 4

Part.1、100冊の名著が教える 本当に大切な「7つのルール」

ランキング 1~7位

1位 会話は「相手」を中心に 18

- 1 「話す」よりも「聞く」が大事 19
- 2 相手の意見を否定しない 22
- 3 相手が求めている話をする 25

2位 「伝える順番」が 「伝わり方」を決める 26

- 1 「結論」を最初に伝える 28
- 2 「結論→説明」の「逆三角形型」が基本 29
- 3 説得力を高めたいときは「結論→理由→具体例→結論」の「PREP法」 30

3位 話し方にメリハリをつける 34

- 1 声の大きさ、高さに変化をつける 35
- 2 人前では、ゆっくり話す 37
- 3 「間」を意識する 39
- 4 韻尾をはっきり発音する 40

4位 「いい質問」で話を引き出す 42

- 1 「クローズドクエスチョン」で事実を確認 43
- 2 「オープンクエスチョン」で話を広げる 45
- 3 質問は「具体的」に 48

5位 「鉄板ネタ」で 雑談がとぎれず盛り上がる 50

- 1 「12」のテーマで雑談が自然と盛り上がる 51
- 2 雑談にはふさわしくないNGネタに要注意 54

6位 「ほめ」は人間関係の潤滑油 58

- 1 「ほめ+理由」で具体的にはめる 59
- 2 結果だけでなく、「プロセス」もほめる 61
- 3 「人前」ではめる 63
- 4 「なんでもほめればいい」わけではない 64

7位 相手の目を見る 66

- 1 視線の「高さ」を合わせる 67
- 2 目だけを凝視しない 68
- 3 人前で話すときも、一人ひとりに目を合わせる 69

Part.2、100冊が明かす 話がうまい人に共通する 「13のポイント」

ランキング 8~20位

8位 具体的に話す 78

- 1 数字で語る 79
- 2 固有名詞を入れる 81
- 3 「体験談」で共感、説得力を高める 83

9位 「相づち」と「うなずき」は「共感のサイン」 86

- ① 興味を示す。感情を込める 88
- ② 「感嘆詞+驚いたポイント」を添す 89

10位 謝罪が先。言い訳はあと 90

- ① 理由や言い訳の前にまず謝る 92
- ② すぐに謝る 94

11位 話は「短い」ほうがいい 96

- ① 余計な言葉を削る 97
- ② 「言い切る」クセをつける 98

12位 笑顔で会話する 100

- ① 笑顔は訓練で身につける 102
- ② 笑顔プラスαで相手との距離を縮める 103
- ③ 笑顔は会話の内容に合わせて使い分ける 104

13位 叱ってもいいが、怒ってはいけない 106

- ① 人格否定をしない 107
- ② 伝えるべきは「事実+改善点+理由」 109
- ③ 「叱る」は、「敬意」「愛情」とワンセット 110

14位 目上の人と話すときは丁寧に 112

- ① 上司や目上の人には「言葉づかい」から丁寧に 113
- ② 反論したいときも、相手の話を聞いてから 115
- ③ 報告は尋ねられるより前にする 117
- ④ 「覚えてもらう」姿勢を忘れない 118

15位 「かんたんな言葉」「やさしい言葉」で伝える 120

- ① 専門用語は説明を加える 121
- ② 同義異義語はわかりやすい言葉に置き換える 123
- ③ カタカナ語は多用しない 124

16位 悪口は言わない、聞かない、関わらない 126

- ① 悪口には同調しない 127
- ② なるべく別の話題をふる。場を離れる 128

17位 身振り、手振りを加える 130

- ① プレゼンではボディーランゲージを意識する 131
- ② ミラーリングで反応を合わせる 132
- ③ ジェスチャーはやりすぎない 133

18位 相手の話をさえぎらない 134

- ① 話は最後まで聞く 134
- ② 会話の「横取り」をしない 135

19位 要点は絞ったほうが伝わる 138

- ① 話の焦点(テーマ)はひとつにする 138
- ② 「〇〇は3つあります」をログセにする 140

20位 会話もプレゼンも「導入」がキモ 142

- ① 相手が「聞いてみたくなる」話をする 143
- ② 「私はスピーチが苦手です」は言わない 145

Part.3 コミュニケーション力をさらに高めるための「20のコツ」

ランキング 21~40位

21位 スピーチは「準備」が9割 154

22_位 | 素敵な人間関係は素敵な挨拶から 156

23_位 | 練習で、誰でも
話し上手・伝え上手になれる 158

24_位 | 比喩、たとえ話でわかりやすくする 160

25_位 | 自己開示は「自分から」 162

26_位 | 「自分の都合」を押し付けない 164

27_位 | 「すみません」より「ありがとう」を選ぶ 166

28_位 | 語彙力と伝える力は比例する 168

29_位 | ポジティブな表現をする 170

30_位 | 立場の違う人にこそ、
きちんと敬意を払う 172

31_位 | 緊張の克服は「準備」と「大声」 174

32_位 | 姿勢で印象が変わる。声が変わる 176

33_位 | スピーチや発表には
キーワードのメモを持参 178

34_位 | 相手の名前をしっかりと覚える 180

35_位 | 電話は「笑顔」で対応する 182

36_位 | 大事なことは繰り返し伝える 184

37_位 | 立つ位置、座る位置、
距離で空気が変わる 186

38_位 | 去り際の会話で好印象を残す 188

39_位 | 断るときは、きっぱり、はっきりと 190

40_位 | 「あのー」「えっと」を使わない 192

Column

- 会話力の高い著名人ランキング 72
- 「話し方」本の選び方 146
- 「話し下手」が急増中!? 今こそ「伝える力」を磨く意味 194

付録 「話し方のベストセラー100冊」の
ポイントを場面別に活かしてみた! 196

おわりに① 「話是人なり」/ 慶吉豊 208

おわりに② 「大丈夫。ちゃんと話せるようになる」/ 小川真理子 212

参考にさせていただいた名著100冊 書籍リスト 216