



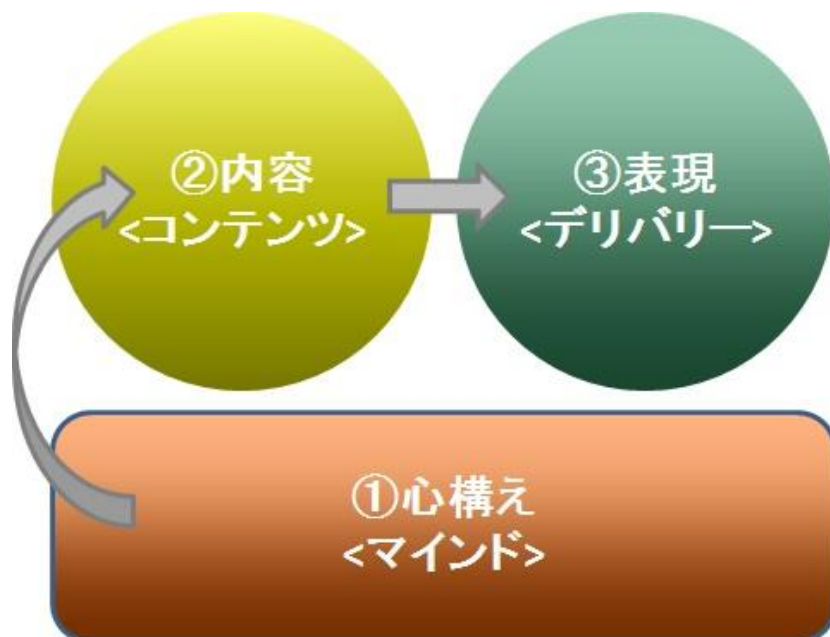
究極の伝達力 2Days 講座

1 日目



スピーチを学ぶとは？

スピーチの3つの要素と学ぶ順番





伝わるスピーチの大原則

話し出す前に考える W A B Di Wa (ワブディワ)

W	Who	相手（誰を）
A	A地点	相手の現在（現在の状態）
B	B地点	相手の未来（未来の状態）
Di	Difficulty	B地点に行けない理由（障害）
Wa	Wants	B地点に行きたい理由（欲求）

私は（W=相手）にスピーチをします。

（W=相手）は今、（A=現在）という状態ですが、

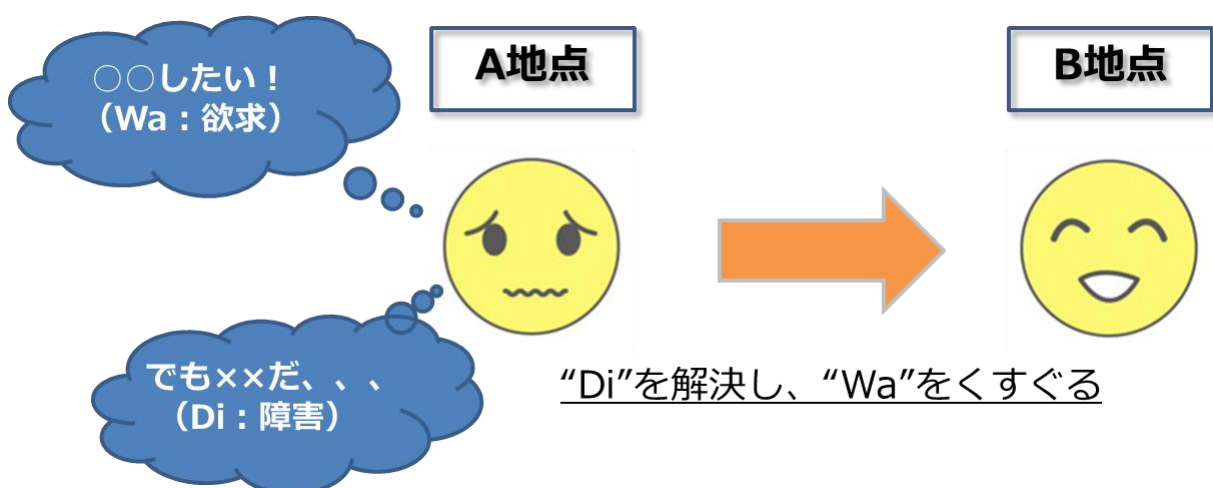
私がスピーチをすることで、（B=未来）という状態になってほしいと願っています。

ところが、（W）は（Di=障害）と思っているので（B=未来）の状態になれません。

ただし、（Wa=欲求）という内なる欲求は抱えています。

スピーチで、（Di）が解消されたり、（Wa）を満たされそうだと感じると、

（W）は（B）の状態に行きやすくなります。





「楽しい貯金法」

W

貯金を継続できず、いつの間にか断念していた経験がある人

A

貯金はいつかはしたいなあ

B

今から貯金を始めよう！

Di
障害

- ① 継続するのは大変だ
- ② 細かいことにいちいち気を回して
いられない
- ③ 経済的な余裕がない
- ④ なかなかお金が貯まらない

Wa
欲求

- ① お金をたくさん貯めたい
- ② 気軽に簡単に貯金したい
- ③ 楽しみながら貯金したい



スピーチ原稿を見てみよう！

貯金って皆さんされていますか？私もなかなか貯めることができなかったんです。
銀行の人は「毎月 3 万円ずつ貯金すれば、3 年間で 100 万円貯まりますよ」って言うんです。

でもそれって難しいですよー？そんなのでければみんなやってますよー？

そのために私は 1 円でも安い卵を買いに隣町のスーパーマーケットに行ったり、使っていない部屋の電気がついていると、イライラしながら消して節約して貯金していました。

「こんな生活もう嫌だ。全然楽しくない。」

でも、魔法のような方法を見つけちゃったんです。知りたくないですかー？

やり方はとっても簡単！お財布の中にある 500 円玉を貯金箱に入れるだけです。ここでポイントが 3 つあります。

1 つ目、始めるタイミング。来週ですか？明日ですか？違います。今でしょ。今あなたの財布の中にある 500 円が 1 個目の 500 円玉。考えてみてください。いつかやるは一生やらないです。

2 つ目、重さを体に覚えさせる。まず、貯金箱を用意します。あのブリキで 10 万円貯まる bank と書かれたベタなやつ。もうサイコー。ポイントは 500 円を入れたら必ず手に持つことです。すると毎回重くなるんです。チャリン、チャリン。これがどんどん貯まるとずっしり重くなってきて「貯まってるー」と実感が湧いてくるんです。

3 つ目、500 円玉を自分で作るんです。毎日どんどん作るんです。例えば、600 円の買い物をしたら 1000 円札を出すのではなく、1100 円出して 500 円玉のお釣りをもらうんです。これを習慣にすると、買い物自体とっても楽しくって、自然と貯金できちゃうんです。この直径約 3 センチのこの 500 円玉がキラキラして宝物のように思えるんです。

私がいまにも楽しそうにやっていたので、姉が日本一周旅行すると 10 万円貯まる貯金本をプレゼントしてくれました。これは本の中に穴が開いていて、1 個ずつ 500 円玉を入れると、1 ページで 1 万円貯まるんです。これも私がとっても楽しそうにやっていたので、主人がときどき自分のお財布の中にある 500 円玉を入れてくれるんです。

このように 500 円玉貯金自体、とっても楽しくて、コツコツと貯まるんです。とてもオススメな貯金法です。ちなみに貯まったお金で、夫婦でシンガポールに行って来ました！ありがとうございました。



「わが子に贈る、8秒間」

W

小さな子供のいるお父さん

A

お母さん、こどもの面倒をお願いします
> <

B

こどもをギュッと抱きしめてあげよう

Di
障害

- ① 仕事が忙しくて一緒にいる時間を
取れない
- ② 別れ際に泣かれると辛い

Wa
欲求

- ① 「パパ大好き」って言ってもらいた
い
- ② たくさんの愛情を注いてあげたい
- ③ 少しずつでも自立してもらいたい
- ④ 元気に育ってもらいたい



スピーチ原稿を見てみよう！

朝、子どもを保育園や幼稚園に送っていった時、こんな光景をよく見かけます。

「〇〇ちゃん、行ってくるねー」「パパー」「あーごめんごめん。でも急いでるしどうしよう」

なんだか親として申し訳ない気持ちになりますよね。でもそんな時、**子どもが安心して別れてくれる取って置きの方法**があるんです。そう、「ハグ」なんです。

ハグをすると、した方もされた方も体からオキシトシンという幸せホルモンが出ます。このオキシトシンは**子どもの中にある、不安や怖れを安心に変えてくれる力がある**んです。さらにスキンシップとして、**免疫力を高め病気になりにくい体を作る**という効果まであるんです。

つまりハグをすると、子どもに愛情と強さをプレゼントできるんです。そして子どもは、パパとママと離れていても大丈夫という1日分のエネルギーを手に入れることができます。

僕は4年間、娘のわかなを毎朝保育園に送っています。どんなに急いでいるときも別れ際、必ずハグをする習慣を続けています。おかげで今まで一度も泣いたことはありません。

朝は「パパいってらっしゃ〜い！」お迎えに行ったときも「パパおかえり〜」と言って、笑顔で抱きついて来てくれます。もちろん体も丈夫。熱や病気で休んだことはほとんどありません。

ハグをするのにベストな時間は“8秒間”と言われています。その間、言葉はいりません。8秒間ただ「ギューーーー」と抱きしめるだけ。今日はわかなも一緒に来ているので、いつものハグをちょっとやってみたいと思います。



ありがとうございます。あっ、せっくなので今日は皆さんにもイメージでハグを体験していただくと思います。お子さんがいらっしゃらない方はパートナーや親御さんなど、大切な人をイメージしてみてください。それではゆっくり目を閉じてください。そして、あなたのことがだ〜いすき。そんな想いで8秒間ハグを感じてみてください。それでは、どうぞ。

はい、ゆっくり目を開けてください。8秒間長く感じましたか？最初は短い時間から始めても大丈夫です。大事なことは「毎日続けること」なんです。それだけで1日中幸せな気分でご過ごせます。ところで気づきましたか？実はハグをしたあなた自身が、愛情と強さを受け取ったこと。あなたもハグで愛に満たされた毎日を送ってみませんか？ご清聴ありがとうございました。



過去の受講生スピーチの WABDiWa

状況 : 第 3 期アドバンスコース 愛チャンス (藤愛子さん) の卒業スピーチの WABDiWa を考えよう !

W

A

B

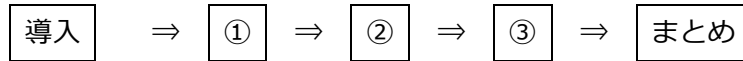
Di
障害

Wa
欲求



-チの作り方 ～スピーチの真ん中（Body）の基本パターン～

三点タイプ



📌point①：仲間言葉でそろえよう！

📌point②：クレッシェンド

■具体例①

導入 僕が今、一番感謝を伝えたい人はお父さんです。理由は3つあります。

① まず、僕の将来のために働き続けてくれたから。

② そして、僕の未来を信じて応援し続けてくれたから。

③ 最後に、世界中で誰よりもあたたかく、誰よりも近くで今なお見守ってくれているから。

まとめ お父さんありがとう。

■具体例②

導入 私が今、一番感謝している人はお母さんです。

なぜなら、私が今持っているものは全て、母から受け継いだものだ気付いたからです。

① 書く力。

② 話す力。

④ いつも笑顔でいる力。

まとめ 私にとって強みになっていることは、全て、母からのギフトなのです。



作ってみよう<3点タイプ>

導入 僕が今、一番感謝を伝えたい人は です。理由は3つあります。

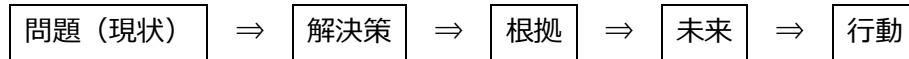
①

②

③

まとめ

問題解決タイプ



■具体例

問題（現状）

掃除をすることって、忙しいと特に面倒に感じますよね。

解決策

でも、お掃除ロボット「ルンバ」なら大丈夫！

根拠

出かける前や、洗濯など他の作業をする前に、ルンバの電源ボタンをポチッと押すだけで部屋の掃除が完了するんです。

未来

ソファやベッドの下まで潜り込み、部屋の隅々まできれいにします。掃除が終わると充電のために自分で元の位置に戻ります。もう、自分で掃除をする必要がなくなります！

行動

定価は7万円くらいですが、インターネットで探せば3万円台でも見つかりますよ！



作ってみよう <問題解決タイプ>

例) 自分のセミナー / 自分のビジネス / 最近のおすすめ (本・映画など)

問題 (現状)

解決策

根拠

未来

行動

エピソード・タイプ

状況 ⇒ 出来事 ⇒ 思索や気づき

point①：絵が浮かぶように話そう

point②：思索や気づきをプレゼントしよう

状況

いつも満員電車に乗っていると、電車の中はストレスいっぱいだなと感じます。しかも、ストレス MAX になる瞬間は、駅について電車から降りる人と乗る人が入れ替わる時だと気づいたんです。

出来事

電車を降りる時、僕はいつも「すみません。」と言っていました。

そうするとみんな嫌そうな顔をするんです。でも、ある時「すみません」という言葉を「ありがとう」にかえてみたら、どうなるかと思ってやってみました。そうしたら、なんと6割の人が笑顔を返してくれたんです。

思索や気づき

なぜだろうと考えてみると、「すみません」は謝罪。「迷惑をかけた」という僕の気持ちを相手は受け取っている。でも、「ありがとう」は感謝を伝える言葉。相手は僕の感謝の気持ちを受け取るので、感謝された時の表情、笑顔になるんだって気づいたんです。

私たち日本人は、つい「すみません」と言いがち。でも「ありがとう」にかえるだけで、世の中は笑顔になる。僕はそう思い、いつも「ありがとう」と言うようにしています。



卒業生のスピーチ<エピソード・タイプ>

<テーマ：話し方の学校 （時間：3分）>