

幅広くネタを集める

●自分の興味のないジャンルに意識して触れる

人は自分の興味のあるものには時間を割いて情報を集めますが、興味のないものに関しては、意識的に触れようとしないと、なかなか情報が入ってこないのが一般的です。人によって興味のある分野には偏りがあります。興味のなかったことの中にこそ、それまでの自分にはなかった新しい知識や考え方が落ちているため、日ごろからあまり興味のないジャンルにも意識して触れることが大切です。

自分の興味のないジャンルに意識的に触れるために、私が実際に普段からやっていることを紹介します。たとえば、ネットニュースを見る場合、政治・経済・社会・文化・科学・教育・芸能・スポーツなど、10項目くらいのジャンルの記事が並んでいると思います。その中で、私は上から5番目に表示されているスポーツに関する記事を読みたいと思っただけで、通常は5番目の記事を見たらニュースを閉じるかもしれませんが、私は読みたかった記事の前後、この場合は4番目と6番目の記事にも必ず目を通します。

1つのニュースを見ようとしたとき、必ず別のジャンルの記事も2つ読み、合計で3つ見るようにしています。また、たとえば4番目の記事が5番目と同じようにスポーツに関連した記事だった場合、さらにその隣の3番目の記事にも目を通します。このように、意識的に自分の興味のないジャンルからも情報を収集しようとするだけで、知識量が増えますし、知識の幅も広がります。私はこの習慣によって、驚くほどに知識量が増えました。さらに、知識の幅が広がることで頭が刺激され、新しい考え方ができるようになるかもしれません。

頭の回転の速さ、いわば「切り返し」のうまさや速さは、自分が有している情報の量に比例します。1つでも多くの情報をもっていたほうが、切り返す言葉の選択肢も増えるはずですよ。

●膨大な知識を得るために努力した芸人

私の教え子に、朝の情報番組やバラエティ番組などでMCとして大活躍している、赤いメガネが特徴的な芸人がいます。彼は、あまり興味のないジャンルであっても意識的に触れることを徹底しています。

20年以上前の話ですが、彼が劇場の楽屋にいたときに重そうなバッグを持っていたので、中身を見せてもらったところ、本が7冊も出てきたことがありました。政治、経済、外交に関する本、さらには、週刊誌、コミック、文庫本などもありました。どうしてこれだけ多くの本を持っているのかを聞くと、彼は私の目を真剣に見つめながら次のように答えました。「番組で先輩の芸人に『お前、どう思う?』って聞かれて即答できないと、レギュラーで座っている僕の席が来週にはなくなってしまうんです」

彼は今、テレビ番組で誰にどのようなことを言われても、巧みに切り返すことができているので、興味のないジャンルに意識的に触れるという習慣は、少なからず効果があったということでしょう。幅広くネタを集めておくことはさまざまな場面で役に立ちますので、ぜひ、私が紹介した習慣を実践してみてください。

トレーニング さまざまなジャンルに触れる

- ① 自分の興味のあるジャンルを書き出しましょう。(例: 政治・スポーツ)

- ② 自分の興味のないジャンルを書き出しましょう。(例: 経済・芸術)

- ③ 興味のないジャンルのニュースや記事などを見て、新しく学んだこと・気がついたことを書きましょう。

しゃべりを鍛える前に表情を鍛える

●自分の表情は意外と知らない

会話と表情に何のつながりがあるのか？ そう思う人がいるかもしれませんが、表情も大事なメッセージです。どれほど良い切り返しができるか、言っている内容と表情が不釣り合いだった場合、内容の良さが落ちてしまいます。

みなさんは普段、自分がどのような表情をしているかをきちんと把握しているでしょうか？ 自分の表情を把握していない人は意外と多いと思います。自分では笑っているつもり、喜んでいるつもりでも、ほかの人から見るとそうは見えていない場合もあります。

また、怒っているわけでも機嫌が悪いわけでもないのに、まわりの人からは、ふてくされているように見られてしまう、という人もいます。自分は怒っているわけではないのに、まわりから避けられてしまったり、大事な機会を逃してしまうかもしれません。

このように、自分が考えていることと実際の表情が一致しないということは、多くの人が抱えている課題の一つです。

●表情には客観性が必要

私が吉本新喜劇 (p.92参照) の演出をしていたときのエピソードを紹介します。劇の中で笑う演技をするべき場面なのに笑っていない演者がいたので、「もっと笑って」と指摘したところ、本人は「笑っています」と言いました。私にはとても笑っているようには見えなかったのですが、「君としては笑っている顔をしているつもりなのかもしれへんけど、それはお客さんには笑っているようには見えへんで。もっと笑って。もっと笑って。そうそう、それぐらいまで口開けへんと、客席から笑っているように見えへんで」と言ったことがありました。これは笑うときだけでなく、悲しいときや怒っているときも同様です。

自分では表情をつくっている「つもり」では、相手に伝わりません。大切なのは、自分のイメージではなく、「相手に伝わっているかどうか」です。つまり、表情には客観性が欠かせないということがいえるでしょう。



トレーニング 自分の表情とイメージを合わせる

どのような大きさでもかまわないので、顔が映る鏡を用意してください。鏡を見ながら以下の9つの表情をつくり、相手に伝わる表情になっているかどうかを把握しましょう。自己チェックでもよいですし、家族や同僚に見てもらって評価してもらうのも効果的です。

9つの表情	あてはまる評価にチェック✓をつけましょう
①少し笑顔	<input type="checkbox"/> 伝わる <input type="checkbox"/> まあ伝わる <input type="checkbox"/> 伝わりにくい <input type="checkbox"/> 伝わらない
②かなり笑顔	<input type="checkbox"/> 伝わる <input type="checkbox"/> まあ伝わる <input type="checkbox"/> 伝わりにくい <input type="checkbox"/> 伝わらない
③最高の笑顔	<input type="checkbox"/> 伝わる <input type="checkbox"/> まあ伝わる <input type="checkbox"/> 伝わりにくい <input type="checkbox"/> 伝わらない
④少し泣き顔	<input type="checkbox"/> 伝わる <input type="checkbox"/> まあ伝わる <input type="checkbox"/> 伝わりにくい <input type="checkbox"/> 伝わらない
⑤かなり泣き顔	<input type="checkbox"/> 伝わる <input type="checkbox"/> まあ伝わる <input type="checkbox"/> 伝わりにくい <input type="checkbox"/> 伝わらない
⑥最高の泣き顔	<input type="checkbox"/> 伝わる <input type="checkbox"/> まあ伝わる <input type="checkbox"/> 伝わりにくい <input type="checkbox"/> 伝わらない
⑦少し怒り顔	<input type="checkbox"/> 伝わる <input type="checkbox"/> まあ伝わる <input type="checkbox"/> 伝わりにくい <input type="checkbox"/> 伝わらない
⑧かなり怒り顔	<input type="checkbox"/> 伝わる <input type="checkbox"/> まあ伝わる <input type="checkbox"/> 伝わりにくい <input type="checkbox"/> 伝わらない
⑨最高の怒り顔	<input type="checkbox"/> 伝わる <input type="checkbox"/> まあ伝わる <input type="checkbox"/> 伝わりにくい <input type="checkbox"/> 伝わらない

「伝わらない」という評価になってしまった表情については、伝わる表情になるまでトライし続けましょう。このトレーニングは鏡さえあれば、寝る前やトイレの中などいつでもどこでもできます。ぜひ継続して練習してみてください。