

● 12月 JPA 定例セミナーのご案内

脳科学で手に入れる、最強メンタル講座

日時：12月22日 土曜日 13時～16時

受講料：JPA 会員 2,000円 非会員 3,000円

先の見えない社会、人間関係、やらなきゃいけないこと・・・。

ストレスの多い日々を元気に生き抜くため、現代人に必須のビジネス・スキル。

それは、メンタル力です。

最新の脳科学は、原因を突き止めると同時に、防ぐ方法も解明しました。

どんなストレスにも負けない、ストレスはパワーに変えていく「最強メンタル」。

脳細胞を強くすれば、自然とメンタルは強くなります。

そのために具体的に、何をどうすれば良いのか。

今すぐ出来るメソッドを知って、あなたとあなたの大事な人の脳細胞を鍛えていきましょう。

・最新脳科学が解明した、「うつ」の真実。

・どんなストレスもパワーに変える、最強メンタルを手に入れる簡単な方法。

・メディアが報道したくても出来ない、脳みそを物理的に変える方法。

などなどお伝えいたします。

詳しい内容とお申し込みは[こちら](#)からどうぞご確認ください。

● 理事長からのプレゼント

人に教える技術とは

高野 文夫 NPO日本プレゼンテーション協会理事長

はじめに

良い学校を出た学校秀才あがりの人が必ずしも教え方がうまいとは限らない。

それは理解のスピードの遅い人の視線に立てないからです。

うさぎがカメの足の遅さを理解できないのと同じでしょう。

でも、長い人生行路では、カメタイプの方が成功している例が多いのです。

だから、人にもものを教える立場の人は秀才より、どちらかと言えば鈍才の方が向いているのかもしれない。

私が出ましたある都立高校の先生方を思い出します。

東大や東京教育大（今の筑波大）出の秀才タイプより、日大の夜学やどう見ても秀才が行くはずのない大学を出てやっと教員になったとい

う先生の方が教え方が上手でした。

生徒や学生との視線を合わせる事が出来ないという事は、コミュニケーション能力に欠ける、あるいは空気や相手の理解のレベルを読めない訳です。

という事は、頭が良いのではなく悪いと言うべきかもしれません。

そうなんです！ 学校秀才は、見方次第では頭が悪いと言えるかも知れないのです。

ところで・・・、「理解して腑に落ちる」とはどういう事でしょうか？

瓶や甕（かめ）に水を注ぎ入れる事をイメージして下さい。

瓶や甕（かめ）には、口の大きさに合った量しか注ぎ込めませんよね。

それを自分の理解力を基準にして注ぎ込むものだから、溢れて周りにこぼれてしまうのです。入らずに溢れている事さえ感知できないのです。

一方、教え方の上手な人は、相手のレベルに立って考える事が出来ます。

相手に合わせて知識を注ぎ込むスピード感が備わっているのです。

それが分かるという事は、空気を読む、相手の心の振動数に自分の振動数を合わせる事ができるという事です。

知識力ではなく感性の問題と言えるでしょう。そして教え方の上手なリーダー

ーや先生に共通して言える事は、一方通行の自己中ではなく、教えながら教えてもらっている、そう！ 正に双方向のコミュニケーションをやっています。

1 人に教えることは、 教える本人にとって最高の学習

「Teaching is the best learning」という言葉があります。まさに、人に教えることは、自分も学ぶ事です。

できの悪い生徒や部下がいたとします。
「こいつの為に足を引っ張られてムカつくや

つだ」と思わずに、「さてよ！ こいつは私を伸ばすためにいるのかも知れない」と思うのです。

その様な思いをもって接したなら、不思議にその「できの悪いやつ」が努力の人と変身し、明るく皆と協力し、他の人達の支援を引き出して良いチームができるものです。

ですから、できの悪い生徒や部下などがあるという事は教える立場の自分を磨いてくれる砥石がある様なものなのです。

2 惜しげもなく教える事は 自分の成長につながる

現在でも技術系の管理者や担当者によくあることですが、「自分がこれまで自ら汗水流して苦労し、習得してきた知識や技術を、そんなに簡単に部下後輩や他の者に教えられるものか?!」という発想がありますね。

これは度量が狭い、さらにそれ以上に基本的な誤りがあると思うのです。

部下や後輩に教えるために準備をする中で、自分自身の知識の不十分な点が見えてきますからそれを補う事になります。

また自分の知識が体系的でない所も見えてきます。これを体系化することとなると細かい部分の詰めができて新たな発見できるのです。

そしてもっと重要な点は、これから自分が学習しなければならない事柄が、さらに明確に見えてくるということです。このように部下や後輩に教える中で、自分の知識、技術をさらに十分なものにすることが出来るのです。

3 優れた指導者は「何を教えないか」を知っている

講義は講師が一方的に教えることではない。聴講者から直接言葉の反応がなくても、彼らの

表情や動作、とりわけ目の動きなどで講師はその状況を把握しなければいけない。これができれば講義がワンウェイではなくツーウェイとなります。

したがって講師は、いくつかの例話を用意しておき、聴講者の反応に従って例話を使い分ける必要があります。これらを可能にするために、レッスンプランは細かく作っておきたいものです。切るカードをたくさん持っていれば余裕にも繋がります。

また、教えるテーマ以外の関連知識をバックアップとして持っている事は大変重要です。良い講師や指導者は、氷山の様に実際に教える事の10倍位水面下にあるという事です。良くない余裕のない講師は、池の水の様に、水面に浮いている部分は広く見えても水面下にある部分はほとんどないと言えるのです。

では、10倍以上のストックを持ってるのに、限られた時間でどのようにそのストックを受講生に伝えたらいいのでしょうか？

- ①必死で早口で詰め込む
- ②逸話やメタファー（比喩）を使って話し方に工夫をこらす
- ③バックアップ資料を渡す
- ④著書などを使って事前学習や復習をして頂く

・・・あなたならどの方法を使いますか？
私はすべてを試してみましたが、結局失敗しました。
そして悟った事は、「究極の教え方は教えすぎない」という事です。
腹に落ちるポイント（心に残る肝になる言葉）などを残せば受講者はその後自分で勉強します。ここが大切なんです。

いくら良いことを詰め込んでも、人と言うものは有難がるどころかうんざりします。いっぱい与えたいと思うのは親心ですが、ビタミンと同じで、与え過ぎても消化できなければ流れてしまいます。もしかすると取り過ぎの副作用でかえって体を壊します。

4 知識メタボと言う病気にかからない

知識メタボリックという病気に罹っている人さえいます。

本も読み過ぎは危険です。
知識ばかり詰め込んでしまうと、それがおかしなブレーキや足かせになってアウトプットの出来ない人になってしまうからです。

「物知り博士の現実知らず」という言葉もある位です。

「過ぎたるは及ばざるが如し」です。
相手の為を思って与えた事が実は相手の為になっていないどころか、与える側の自己満足になってしまうのです。

本当に優れた指導者は、大概多弁でもなく、さりげない自然体です。
優れた指導者は「何を教えないか」を知っているのです。

それでは、何を教え何を教えないかをその場に合わせて峻別する為にはどうしたらいいのでしょうか？ それには10倍あるであろうストックの中身を構造的に整理し何時でも出せるように分類しておくことです。
結局は実践体験を積んでいる事と、事前準備ができていのかどうかに尽きるのです。

次は12月15日号に続きます。