

仕事と論語と蕎麦打ちが大好きな月本康寅がお届けする

たんぽぽ通信

◆集客・営業・広告・販促・マーケに役立つビジネスコラム 2023年11月2週号

■集客・営業・広告・販促に役立つ心理マーケティング

■『良い声は腹式呼吸と共鳴から』

コミュニケーションの影響度合いの4割近くは話し方。

そこで、今日はあなたが説得力のある良い声を作るポイントについてお話ししましょう。

説得力のある良い声を作りポイントは(1)腹式呼吸と(2)共鳴です。

(1) 腹式呼吸

呼吸の基本は腹式呼吸です。複式呼吸修得の一番簡単な方法は、寝ながら練習をすることです。仰向けに寝て、膝を立てます。この状態で呼吸をすると誰でも腹式呼吸になります。立って話す時もこの時の呼吸の状態を意識しましょう。

(2) 共鳴

サッカーの試合で審判が笛を吹きますよね。あんなに小さな笛なのに大きなスタジアムでもその音はよく響きます。その理由は共鳴しているからです。



その笛と同じようにあなたの声も共鳴させると響きの良い声になります。

この修得にはハミングが効果的です。口を閉じて「ん〜〜〜」とハミングをしてみましょう。

その時に鼻や目の周りが振動してムズムズする感覚を感じて下さい。

そのムズムズを感じたら次にハミングの途中からそのまま口を開けて「あ」の音を乗せます。

「ん〜〜〜(ハミング) あ〜〜〜(声に出す)」

これが鼻腔共鳴です。イメージとしては目やおでこの前の空間で音が振動している感じです。

毎日、数分でできるので、ぜひ、あなたも練習して説得力のある良い声を手に入れてください。

●本記事は契約のうえ、ビジネス心理学講師・酒井とし夫さんが寄稿しています。



私の約束

リフォームの提案は、お任せください！

知識と智恵と豊富な経験で、必ずあなたの悩みを
ズバリ 解決します。

月本建設（株）代表取締役 月本康寅

電話/086-275-0676

FAX/086-275-5267

ホームページ⇒



4つの資格のプロ
だから安心です！

1級建築士

1級建築施工管理技士

1級土木施工管理技士

宅地建物取引士

「頼んで良かった」(v)と言われる会社です！