



2020年 11月19日 18:00～20:00
税理士会麴町支部 業務対策部 研修会

Withコロナ時代に勝つ ハイブリッド表現とビジョンの強化

講師：佐藤 綾子

▶ **最初の作業 – 10秒自己紹介**

- **氏名**
- **仕事**

**この2つを明示して
10秒で自己紹介**

「ASオンライン自己表現力テスト」 (4段階評価) 佐藤綾子「オンラインでズバリ伝える力」

4点...非常によくできている 3点...ほぼできている 2点...あまりできていない 1点...まったくできていない

準備編	設定	1	音響チェックは問題ないか(ハウリング防止等)
		2	ライトの向き、光量は適切か(逆光、ハレーション防止等)
		3	時間配分は明確か
		4	開始前に参加者とルールを共有したか
		5	双方向性オンラインでは名簿を用意したか
		6	パウポは見やすいか
		7	必要な場合のファシリテーターや共同ホストは置いたか
		8	フレーム内に何を映すかを明確にしたか
	言語	9	言葉の選択は適切か
		10	文章の組み立ては分かりやすいか(一文一義)

実践編	表情動作	11	姿勢は良かったか
		12	眼輪筋群、口輪筋群などの表情筋をきちんと動かしたか
		13	メイクは適切か
		14	髪型は適切か
		15	服装は適切か
		16	あいづち、うなずきなどの言語調整動作はできたか
	声	17	発声は明瞭か
		18	声量は十分か
		19	話す速度と間の取り方は適切か
		20	イントネーションは適切か

▶ シェアリング

**発見とみんなの意見、
提案、助言、感動、
なんでもどうぞ**

▶ Who's who?

2020年11月7日

日経新聞 政治面より

「専門家こう見る」

菅首相のスピーチ分析

ハリウッド大学院大教授 佐藤綾子

「菅義偉首相は言葉を並べているだけで大きなビジョンが伝わらない」という野党の見方は先入観に基づいている（中略）活舌はまだよくないが勝負の場面が続くと発声のしかたも鍛えられる。官房長官時代は紙を読みながら答えることが多かった。今は耳で聞いて相手の顔を見て答えないといけなくなった（中略）首相就任会見で主語に「私は」を使った場面はほとんどない。予算委を見ると「私は」「私が」「私が決める」が増えて自分を主体に話すようになり、首相らしさが出てきた。

【 講師・佐藤綾子 】

日本大学藝術学部教授を経て、ハリウッド大学院大学教授
信州大学教育学部卒、
ニューヨーク大学パフォーマンス研究学科卒(MA)、
上智大学大学院英米文学研究科卒(MA)、
同博士課程修了、
立正大学大学院心理学専攻、
博士(パフォーマンス学・心理学)
パフォーマンス心理学の第一人者として、
累計4万人のビジネスリーダーとエグゼクティブ、
首相経験者含む54名の国会議員等のスピーチ指導。
単著単行本194冊著
作累計323万部。(2020年現在)



『知的財産権』

佐藤綾子のパフォーマンス学の内容に知的財産権が付与されています。

商標の指定役務第41類®(知識の教授)

商標登録3341428 「パフォーマンス」

商標登録3341428 「PERFORMANCE」

商標登録3349520 「佐藤綾子のパフォーマンス学」

商標登録3364776 「国際パフォーマンス学会」

商標登録5451235 「表現心理学」

商標登録申請中 「『愛して学んで仕事して』

幸せをつかむ女性塾」

▶ 本日の目的

オンライン・対面
ハイブリッド時代のコミュニ
ケーションを
パフォーマンス心理学で磨き上
げること

**コロナがもたらした
プラス面は何か？**

▶ 収獲① オンライン化

**日本のDX化、オンライン化が
急速に進んだ**

⇒ 今も進行中

**※ DX（デジタルトランスフォーメーション）
高速インターネットやクラウド、AIなどの
ITによってビジネスや生活の質を高めていくこと**

**エリック・ストルターマン 2004年提唱
（スウェーデン ウオメ大学教授）**

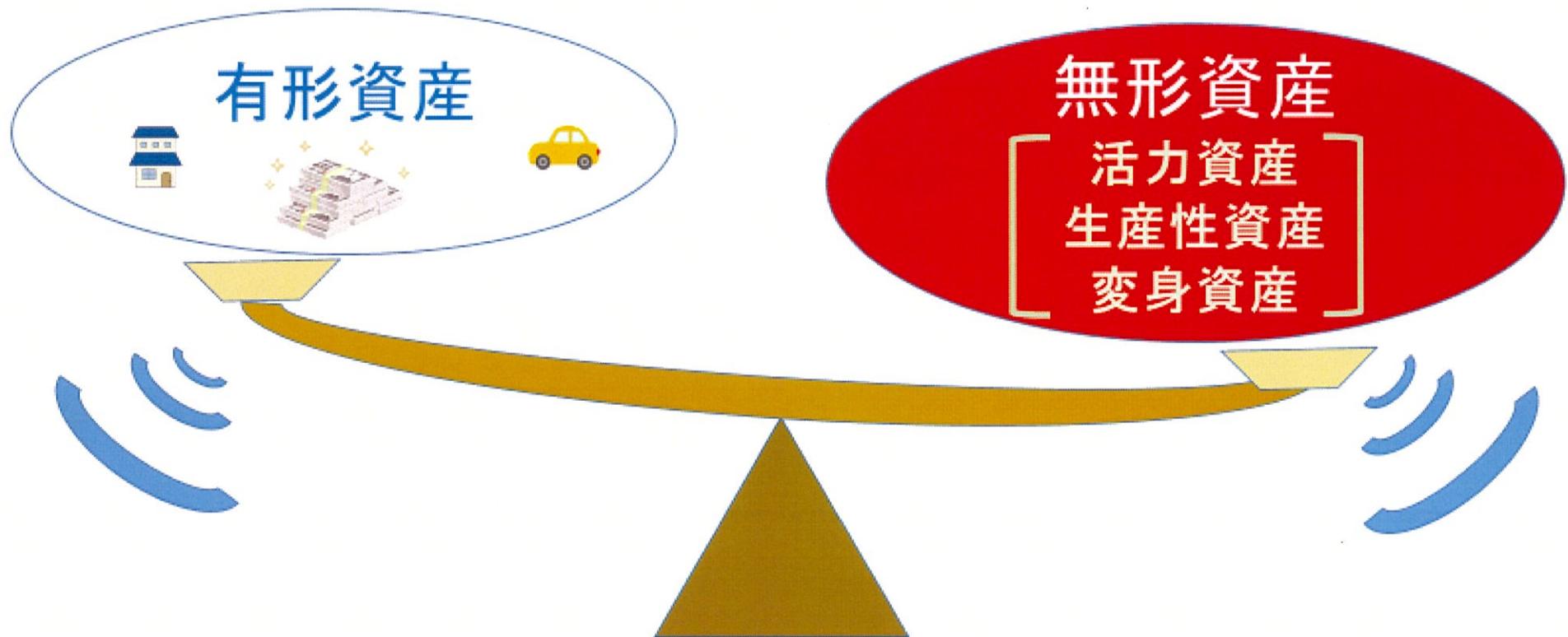
DXの取り組みを市場も評価する

企業名	主な取り組み	時価総額
ウォルマート(米)	買収でネット通販の売上高が2~4月に7割増	3512億ドル (9%)
ディズニー(米)	動画配信の利用者が半年間で約5500万人に	2145億ドル (23%)
チポトレ(米)	配送機能を拡充し、ネット販売が8割増	295億ドル (63%)
ニトリ(日)	AI使いスマホで商品提案。今期も増収増益	2兆2934億円 (37%)
マクドナルド(日)	宅配好調で4月の既存店が前年同月比プラス	7724億円 (19%)
オイシックス(日)	献立や食材が届くサービスが前年比35%増	877億円 (73%)

(注) カッコ内は3月末からの増加率

(8/16 日経新聞)

▶ 収穫②税理士の先生がたの確信：この仕事の真価



▶ 収穫③ 今後への活用

オンラインの難しさを
克服することが、今後の
対面コミュニケーション力の
向上に直結することが判明した

**①から③を詳細に
進める前に
パフォーマンス心理学の
基礎を最小限押さえましょう**

▶ パフォーマンス心理学とは何？

パフォーマンス：日常生活における個の善性表現

パフォーマンス学：自己表現のサイエンス

パフォーマンス学の目的

**相手の気持ちを正確に読み取り、
必要な主張をして相手に動いてもらうこと。**

**いくつものペルソナを演じることで
自分が楽しんで、成長すること**

パフォーマンス心理学

パフォーマンスとは

社会的承認を伴う、最高の自己表現

最高の自己表現による

自己実現＝大善

(ピークパフォーマンス)

Step3 **自己表現**

人間関係内における
ビジョンの言語・非言語化

Step2 **自己強化**

社会性を伴うビジョン化

タイゼン

大善のフィルター

(真、善、美 アリストテレス 前4世紀)

社会的承認・貢献

Step1 **自己発見**

願望(欲求)の明確化

パフォーマーとしての
スタート

パフォーマーとしての
ゴール

パフォーマンス心理学の目的

- 1) 相手の心理や性格をよみとり、自分を的確に表現して良い人間関係を作って成功と幸せをつかむこと
- 2) 多面体の自分の存在と表現を楽しんで成長し続けること
- 3) 以上2点によって、よりよい社会づくりに貢献すること

先生方のビジョンに

「大善」のフィルターがあれば



**自分の確信だけでなく、
相手との信頼関係を築きつつ、
相手を巻き込んでいくことができる**

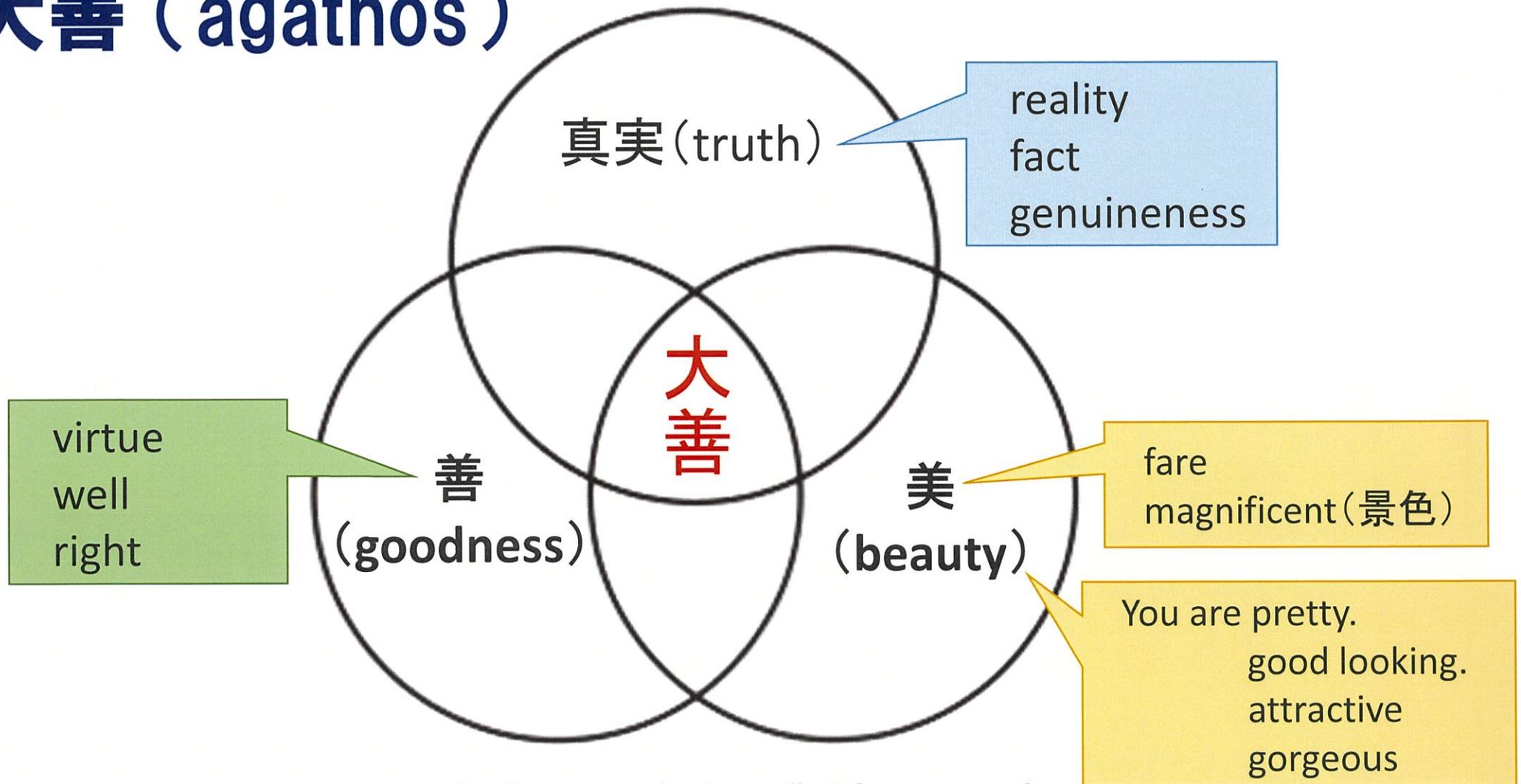
幸福とは何か： (summum bonum) 最高善

アリストテレスは「幸福は存在の究極の目標である」として幸福を最高善スームム・ボヌムと呼んだ。

※パフォーマンス心理学における「大善」(agathos)

アリストテレス(Aristotle:「ニコマコス倫理学」1巻と9巻)

大善 (agathos)



▶ オンラインにおける皆様のお困りごと3セット

- ① 疲れる
（発信者）
- ② 飽きる・集中できない
（参加者）
- ③ 伝わらない
（発信者、参加者双方）

佐藤綾子
「オンラインでズバリ伝える力」
幻冬舎

▶ オンラインにおける皆様の悩み12点 ①

- **言葉の意味が伝わりにくい**
- **声が聞こえにくい**
- **表情が見えにくい**
- **長時間だと集中力が切れる**

▶ オンラインにおける皆様の悩み12点 ②

- 掛け合いにタイムラグがある
- 相手の環境でノイズが入る
- 全身が見えない（キネシクス）
- オンフォーカスの人しか見えない

▶ オンラインにおける皆様の悩み12点 ③

- **文字が多いとパワポが見えにくい**
- **オンラインだと余計不安になる**
- **時間感覚がうまくつかめない**
(1分間の自己アピール 等)
- **フィードバックが少ない**
(うなづいたり、身を乗り出したりしてくれる
聞き手の問題)

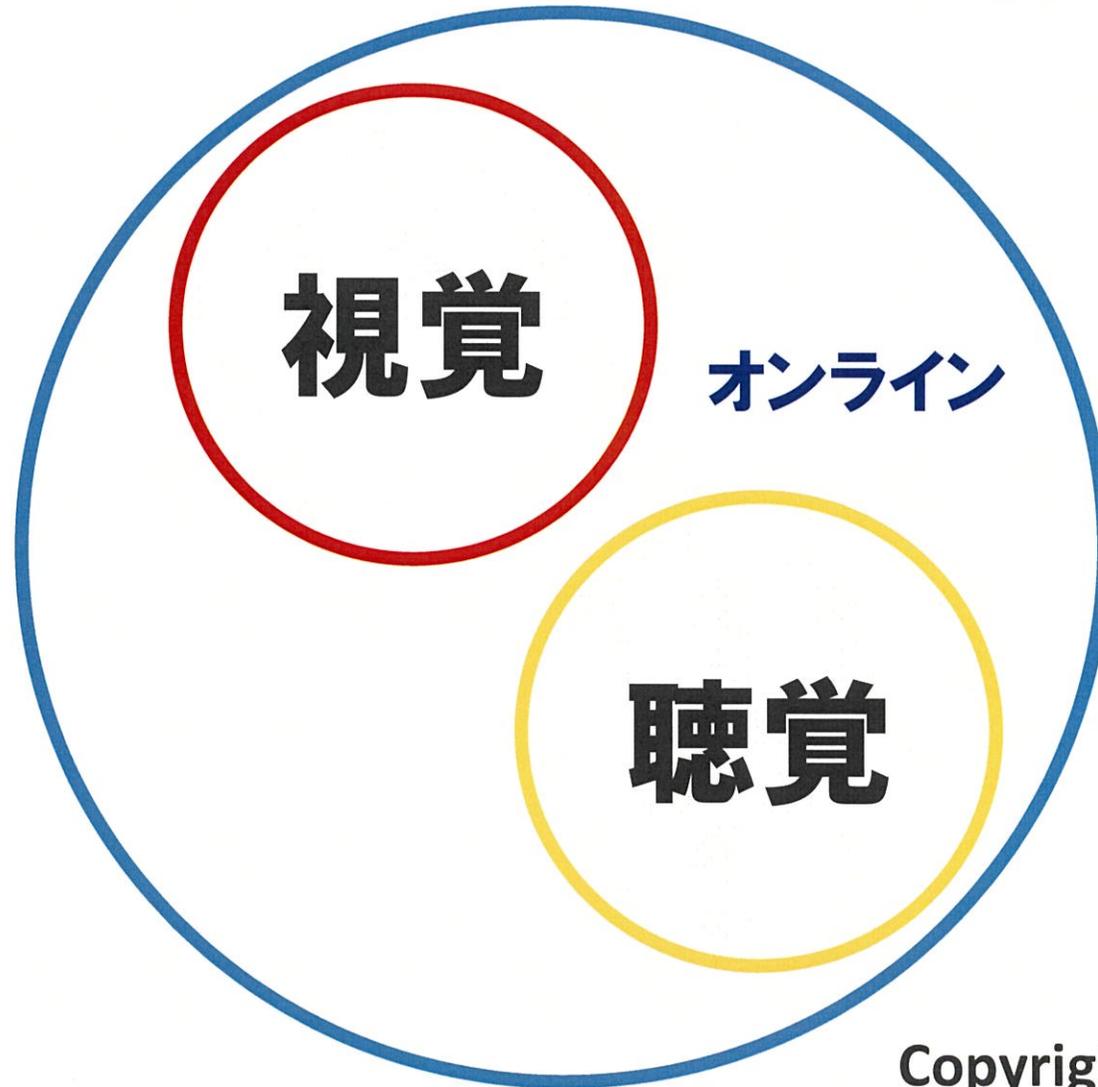
Attention !

**オンラインでは、
対面で使える5感の全てが
使える訳ではない！**

F2F コミュニケーションではなにが使えるか？



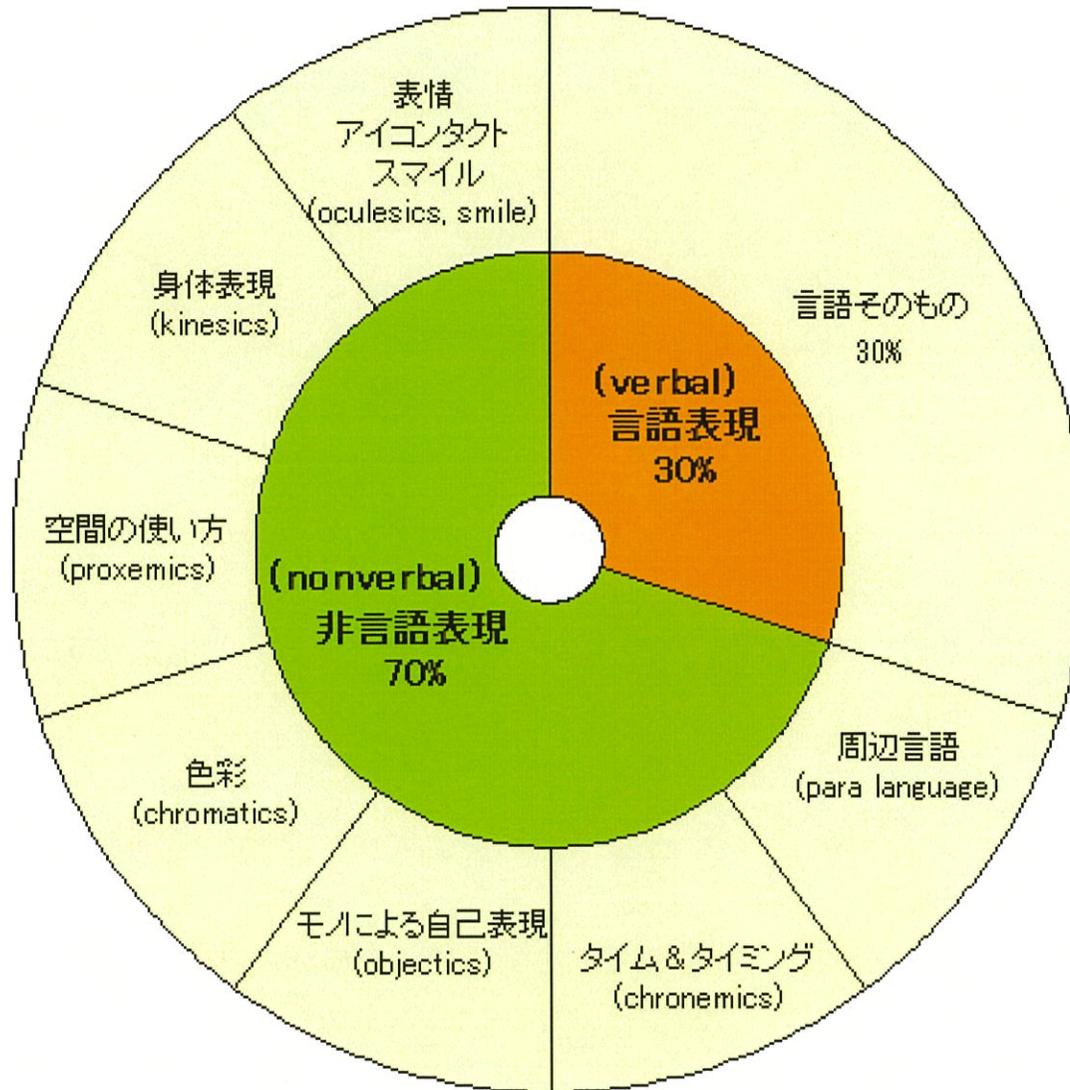
オンラインコミュニケーションでは何が使えるか？



**言語の用意が完璧でも、
非言語が悪ければ、
意味は打ち消される**

非言語って何？

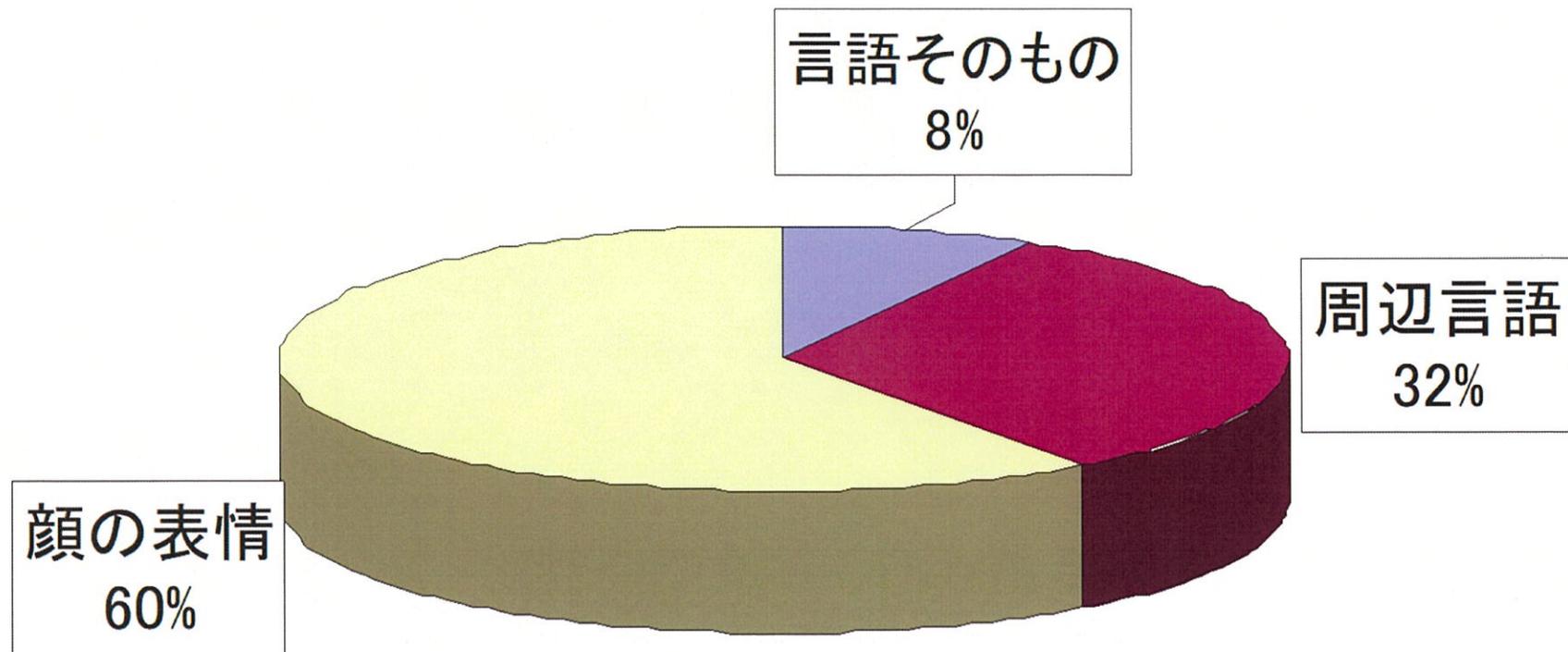
【ASパフォーマンスの構成要素】



Copyright © 2019
Ayako Sato

AS日本人の好意の総計

言葉8% : 声32% : 顔の表情60%



佐藤綾子, 1994, 実践女子大学研究室データ

Copyright © 2019 Ayako Sato

非言語で一番強いものは？

視覚！

▶ 視覚は強い

**「視覚はどんな感覚も打ち負かす。
私たちは目で見るのではない。
脳で見るのだ」**

出典：「ブレイン・ルール」(NHK出版 2009年)

ジョン・メディナ (ワシントン大学工学部年間最優秀教授)

「視覚は速い — 適応的無意識」

相手の心を読み取るための
視覚情報の重要性

“適応的無意識”

1100万要素／1秒



40要素処理／1秒



adaptive unconsciousness

(by T. Wilson)

ノンバーバル コミュニケーション

AS 非言語表現 ASQの三原則

速さ
quickness

正確さ
accuracy

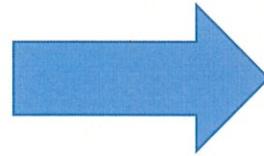
パフォーマンス

「輪切りの自分」
の相互作用

持続性
sustainability

Copyright © 2020 Ayako Sato

オンラインのパフォーマンス心理学フレーム理論



佐藤綾子 「オンラインでズバリ伝える力」 幻冬舎

▶ キネシクス

- arms and hands
⇒ バストアツプの腕と手の動き
- head movement
⇒ うなづき、首をかしげる

▶ 視覚の次に重要な非言語は？

- 声
- 言葉を発声する時のすべての音声要素
⇒ 周辺言語
(パラランゲージ)

▶ 周辺言語（パラランゲージ）9つの音声要素 ①

① 声のボリューム

② 声の高低

③ 速度（平均 1分間）

④ ポーズ（間）

⑤ アクセント

（1単語の中で 例：雨と飴）

佐藤綾子
「オンラインでズバリ伝える力」
幻冬舎

▶ 周辺言語（パラランゲージ）9つの音声要素 ②

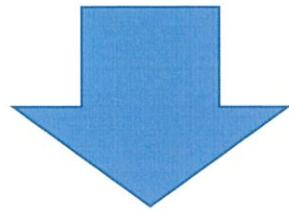
⑥ 息もれ（促音）

⑦ プロミネンス

⑧ イントネーション
（文章内で 例：そうですか )

⑨ 明瞭さ（clearness）

分かりやすい声で
短い文章をたたみかける



一文一義

佐藤綾子「オンラインでズバリ伝える力」幻冬舎

▶ 一文一義で話そう

英語の短文でS+V+O or S+V+Cに置き換えられるか？

I help you.

→ S + V + O

主語 一般動詞 目的語

I am a counselor.

→ S + V + C

主語 be動詞 補語

佐藤綾子
「オンラインでズバリ伝える力」
幻冬舎

オンラインの非言語表現は・・・

Simple is the best.

▶ **しあげの自己紹介**

**2人1組で30秒自己紹介
(1人30秒ずつ=1分間)**

▶ セカンドトライ

他者紹介 10秒
（相手を10秒で
紹介してみよう）

皆さんの感想

•

講師からまとめ

▶ Q & A

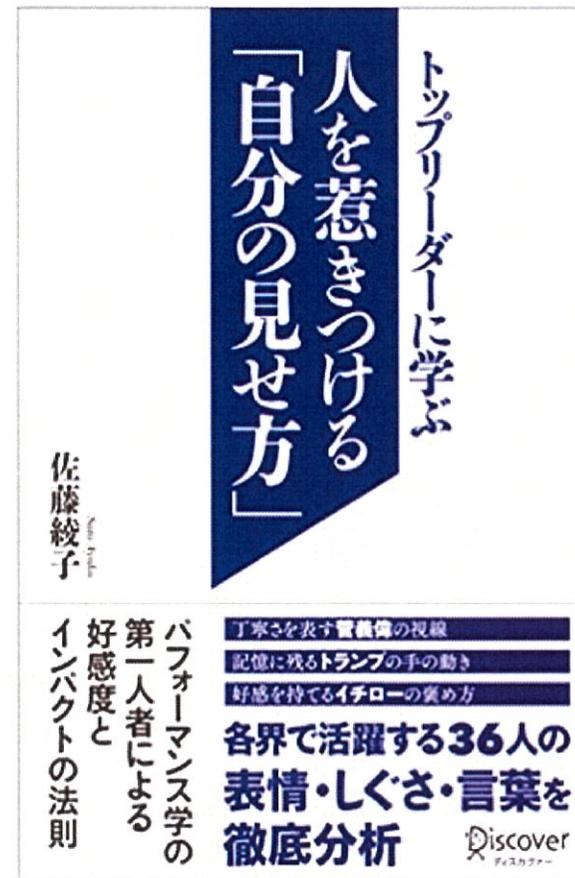
**皆さんで共有できる
質問をどうぞ！**

本日の参考図書

佐藤綾子著194冊中2冊



「自分をどう表現するか」
(講談社現代新書)
1995年



「トップリリーダーに学ぶ
人を惹きつける『自分の見せ方』」
(ディスカバー21)
2019年

佐藤綾子 新刊



Amazonレビューで
感想をお寄せください！
抽選でゴールドの槲を
プレゼント！

「オンラインでズバリ伝える力」
(幻冬舎)

12月5日(土)14:30~18:10

「クリスマス交流勉強会」

会場:ハリウッド大学院大学 7F

ミニレクチャー

「リアルなアメリカ」

山越 厚志(前経団連米国事務所長)

「トランプスピーチの科学的秘密」

佐藤綾子(当協会 理事長)

+ 全員のワークショップ&交流会あり!

よろしければ
パフォーマンス学会の
仲間になってください！
素晴らしい会です。



「伝える力」が何より大切と考えています。
パフォーマンス学は理論的かつ実践的で有効です。
- ジャパネットたかた創業者、高田明

当協会について

当協会の目的は、**パフォーマンス学の普及**により、**人々の幸せに貢献すること**です。

ビジョンは、「**つたえる、つながる**」

ビジネスも人間関係も自己実現も、自分が想いを伝えることで人と心がつながって始まります。「あなたを聞き、私を伝える」上質コンテキストのやりとりこそ成功への第一歩です。**表現されない実力は、ないも同じ**なのです。

当協会は、すべての人がいきいきと自分の想いを伝えて幸せを掴んでいくための、上質な自己表現力養成を目指して活動していきます。

パフォーマンス教育協会 役員

最高アドバイザー

高田 明 株式会社A&Live 代表取締役

会長

三浦 雄一郎 プロスキーヤー
クラーク記念国際高等学校 校長

理事長

佐藤 綾子 国際パフォーマンス研究所 代表取締役
ハリウッド大学院大学 教授 Ph.D

副理事長

大島 武 東京工芸大学芸術学部 教授
木下 敏子 浦安高柳病院 名誉院長
小児心療内科医師、MD

理事

青木 仁志 アチーブメント株式会社 代表取締役
荒川 哲男 公立学校法人大阪市立大学 学長
消化器内科医師

安藤 高夫 医療法人社団永生会永生病院 理事長
内科医師／衆議院議員

伊藤 俊幸 金沢工業大学大学院 教授

鍋木 淳一 医療法人社団慈誠会人間ドック会館クリニック
院長／医学博士

佐藤 元彦 日本矯正歯科研究所附属デンタルクリニック院長
社団法人日本健康医療学会 理事長

西成 活裕 東京大学 先端科学技術研究センター
工学系研究科航空宇宙工学専攻 教授

新田 信行 第一勧業信用組合 理事長

林 文子 横浜市長

松良 千廣 学校法人常盤木学園 理事長

南 清和 医療法人健志会ミナミ歯科クリニック院長

宮原 博昭 株式会社学研ホールディングス 代表取締役社長

柳内 光子 山一興産株式会社 代表取締役

山中 祥弘 学校法人メイ・ウシヤマ学園 理事長

監事

岡野 結 岡野会計事務所 税理士・行政書士

ご入会はこちらから！

