

タイトル 「講演」

講演者 日本ペップトーク普及協会代表理事 岩崎 由純 氏

講演テーマ 「言葉のちから 無限大 ～ペップトーク やる気を引き出す魔法の言葉～」

(講演の概要は次のとおり。実例等を織り交ぜて判りやすい軽妙な語りで進行した。)

### 1 はじめに

- 講師と川崎地区とのかかわり  
…地域的なゆかり・交友関係等
- 経歴について

### 2 ペップトークとは

#### ペップトーク Pep Talk

本番(試合等)を前にした選手、生徒、部下等に対して、監督・コーチ、指導者、上司等が行う「激励のショートスピーチ」のこと。Pep は英語で「元気」「活気」「活力」の意味を持ち、“前向きな背中の一押し”によって相手にプラスの印象を与え、実力発揮の一助にするものである。

#### 特徴と要点

○ペップトークの特徴

- ・短い
- ・分かりやすい
- ・肯定的な言葉を使う
- ・魂をゆさぶる
- ・人を「その気」にさせる

○ペップトークの要点

まずは現状(立場・状況・精神状態)を受け入れ…

- ・好印象を与える接し方で…
- ・信頼関係のもと…
- ・表現力、伝承力を意識して…
- ・肯定的な言葉で話す…

…ことにより、成功のイメージを共有する。

○その基礎は「承認」

「認める・認められる」が心の安定の礎となる

「存在」を承認し…

「行動」を承認し…

「結果」を承認する

### 3 言葉の力(イメージ)

#### イメージは「して欲しいこと」を伝える

「良し悪し」ではなく「意見・アドバイス」を  
「過去・結果」ではなく「未来・意思」を  
「否定・弱み」ではなく「肯定・強み」を

#### 3つの声掛け(内容とタイミング, そのサイクル)

○本番直前=ペップトーク

“前向きな背中の一押し”

○終了直後=ポスト・コンペティショントーク

「結果承認」のポジティブスピーチ

「良かった点」「悪かった点」の明確化

○準備練習=モチベーションスピーチ

「良くなる点」「改善点」への動機付け

#### 改善点の3ステップとそのサポート法

① 自分で考え…

② 誰かと考え…

③ プロ(専門家)に学ぶ

そのためにも次の姿勢が必要となる。

- ・素質や才能を「認める」
- ・努力やプロセスを「褒める」
- ・成功や成就を「喜ぶ」

#### ペップトーク成功要因

① トークする側が育てる力

「質問力」「傾聴力」「斟酌力」「表現力」

② 受け取る側が育てる意識

「わかる気」「できる気」「やるぞ気」

### 4 ドリームサポーターとしての私達(まとめ)

#### ドリームサポーター

「何かことを成そうとしている」人の支えとなる身近な存在はすべて「ドリームサポーター」である。本当に信頼し合える相手(家族・友人・教師・上司…)からの「前向きな背中の一押し」こそが無形の力となっていくものである。(例:福島第一原発事故に当たる消防隊への夫人の声掛け)

#### セルフペップトーク

自分に対して語り掛ける肯定的な言葉。これをもとに自分の考え方が変わり、行動が変わり、人格が変わることで、「得られる未来」が「自分の望む方向(夢)」に近づいていくこととなる。

私たちと子どもたちが共に「前向きに」物事に取り組む姿勢を育てよう。まず自分自身がポジティブであるようにいきましょう!

◎アンケート集計結果

① 講演会内容 よかった 156/158(残2は無回答)

② 感想における複数意見 (数字は意見数)

22 とても楽しくためになるお話を聞いて、あっという間の一時間半でした。

13 岩崎先生のお話がとても面白く、感動し、あっという間に時間が過ぎました。

11 早速実践したいと思います。

10 とても参考になりました。

8 本当によい話を聞くことができました。

5 内容も良かったですし、先生の話し方、講演がすばらしかった。

3 本当に地区大会に参加してよかったと思いました。今日参加しなければ岩崎先生には出会えなかったと思います。

2 伝え方が本当に上手で、素晴らしいお話でした。

2 わが息子に仕事で接する子供たちにペップトークを実践していきたいと思います。

2 言葉の使い方、大切さを改めて考えるいい機会になりました。

2 言葉のパワーを感じました。自分を見直す良い機会になりました。

2 コ・ト・ダ・マですね。考えさせられます。

(以下、「気づきにつながった」「子どもを誇りに思う」「子どもと向き合える勇気が出た」等の肯定的な意見多数。合計意見数 219 件。)