

「Dr. トーレックの話し方教室」

OPEN YOUR MOUTH BUT DON'T SAY "AH!"

R FOR PUBLIC SPEAKING

Philip Thorek 著

東京医科歯科大学教授・第2外科 三島 好雄 訳

千葉労災病院院長

稲 垣 義 明

“stage frightitis”，壇上恐怖症—心臓が高鳴り，脈拍が増え，口が渴き，手が汗ばむ．更に手足が震え，嘔気を催す—こんな状態を講演の際に，若い医師も熟練した医師も一度は経験したに違いない．

このような状態を解消するには一体どうしたらよいのか？ 外科医として，また講演者として高名なイリノイ大学外科教授 Philip Thorek 教授が医学書院ニューヨーク支社から，「Open Your Mouth but Don't Say “Ah!” R for Public Speaking」を出版し，これを本年3月末に開かれた日本外科学会総会に合わせ，会長である三島好雄教授が「Dr. トーレックの話し方教室」のタイトルのもとに出版されたのが本書である．

トーレック教授は扉に“人前で話すことの苦手な人々に捧げる”と掲げてあり，また序文でも，大勢の聴衆や少人数のグループの前で講演する時に何十年にもわたって役立ってきたテクニックを披露すると述べている．

本書は，①恥ずかしいことではない，②計画，③講演資料の出所，④

講演の概要と構成，⑤発表の4形式，⑥演説におけるユーモア，⑦登壇前ならびに，⑧壇上における心構え，⑨質疑，の9章より構成され，極めて実際のガイドブックである．そのうえ，訳が上手で読みやすいのも特徴といえる．

印象に残った幾つかを挙げてみると，

①羞恥の項で，熟練した演説家も，大臣も，政治家も，バタフライと称される悲惨な状態，すなわち，神経性振顫，口渇，嘔気，虚ろな気持ちといった症状に打ちのめされた経験を持っている．

②計画の項で，壇上恐怖を解消する方法の1つに，講演の2倍の資料を用意せよ，10分の話に依頼されたら20分話せるシナリオを用意する．その理由は“あー”，“うー”がなくなり，かつ，そこで喋られなかったこと知っているのは演者だけであるから．

③原稿を持たない講演では，語呂合わせを記憶しておくことよい．演説のアウトラインを忘れないのに役立つ方策である．

④演説の標準的なパターンは導入（これから話そうとする内容）5%，本文90%，結論（何を話したか）5%．

⑤多くの場合，伝えたいことの核心に入る前に演者の評価は定まってしまう．聴衆は演者の装い，声，顔の表情，身ぶり，態度に注目する．この最初のわずかな時間が重要である．

⑥原稿を読む場合，大きな活字で1行おきに書いておきなさい．ポーズをとることを示す印をつけたり，強調すべき言葉にアンダーラインを引いておき，更に自分にとって手がかりとなるものを書きこんでおくとよい．

⑦即席演説は3分間を超えてはいけない．一般的に即席演説では1～2分で効果的に話すことができるものである．

学会発表のほか，人前で話すことの多い医師にとって，得ることの多い，言うなれば必読の書といえる．

● A5 104頁 図14 写真7 1994
定価1,854円(税込) ㊦400

医学書院 刊(☎ 03-3817-5657)