

アンドウ サオリ フリーアナウンサー、マナー講師、女優。フリーランスでテレビ番組や大手企業のCM、イベント等の案件を受注し、15年以上続ける。最近ではその経験をいかし、企業や個人からマナーやプレゼン力アップの研修依頼も増えている。



安堂サオリの

印象アップ術

好かれる人になるための

第2回

オンラインでの会議や打合せで 気をつけたいマナーとは？

新型コロナウイルス感染症の対策と働き方改革の推進により、テレワークが急速に普及し、特に都心部で積極的に導入されました。

2020年春に緊急事態宣言が発令されたところと比べると、いまはオフィスに出社する人も増えています。それでもオンラインでの会議や打合せは増えています。

オンラインセミナーやイベントも増え、個人的な「ZOOM会」「オンライン飲み」など、プライベートでのリモート・コミュニケーションも増加しています。

より身近になったオンライン・コミュニケーション。慣れないと「意思疎通が図りにくい」「テンポが掴めず疲れる」といったデメリットを感じる人もいますが、お互いに交通費や移動時間がかからない、会議室の確保の手間が省けたりとメリットがたくさんあります。

WEB会議やオンライン打合せなどで、まずなにより大切なのは相手への配慮です。

相手の立場に立ち、思いやりをもった言動ができるかどうか。オンラインに限らずオフラインでも共通するのは「マナー」です。

「マナー」は「ルール」ではありません。「こういうときにこうしな

ければいけない」というものではなく、社会や相手の人への配慮から生まれる言動です。

直接対面して言葉を交わすときと違って、画面越しでは、全身の動きや些細な変化、表情、声色を察知しづらくなります。

そこで気をつけたいマナーは、次の3つです。

① 大きなリアクション

口角を上げる意識をしたり、普段より大きく頷くなど、相手に反応が伝わるように心がけましょう。

自分が話し手になっている場面をイメージしてください。

目の前にいる相手が無反応・無表情だと話しづらいですね。

オンライン・コミュニケーション時には気をつけているという人も多いようですが、まだまだ物足りないと感じる人がほとんどです。

画面越しでは、やや大袈裟なくらいでちょうどよいと思って、ぜひ「いつもより大きなリアクション」を意識してみてください。

② 雑音のない静かな環境

オンライン会議に参加する場合には、静かな状態が続く場所を選びましょう。

オンラインでのコミュニケーション時には、自分が思っている以上に周囲の雑音が入ってしまっていることもあります。

できるだけ静かな環境を選ぶか、どうしても難しい場合はヘッドセットを使うなど、外部の音が聞こえないように工夫しましょう。

③ いつもより丁寧な話し方

オンラインでのコミュニケーションでは、パソコンなどのマイクで声を拾って相手に伝えます。

インターネット環境や機器の性能にもよりますが、声が聞き取りにくかったり音が遅れて届くこともあります。

そういった場合でも相手に伝わりやすいように、いつもより丁寧にゆっくり、はっきりと話すように心がけましょう。

相手の表情をよく見て、キャッチボールができているかを確認しながら声を届ける意識をもつと自分も話しやすくなります。

いかがでしょうか？

すぐに実践できる3つのポイントを紹介しました。

ほんの少し意識するだけで、印象アップが図れて、自分自身も楽になります。

