

声のお悩みチェックシート

低い

点数

高い

		1	2	3	4	5	6	7	
1	声の大きさ(音量)	小さくて聞き取りにくい							大きくて聞き取りやすい
2	ハキハキさ(明瞭さ)	不明瞭でわかりにくい							通る声で話せている、はっきりと明瞭である
3	スピードの適切さ	早口に感じる							聞きやすいスピードで話している
4	抑揚・メリハリ	メリハリがない							抑揚があって、話にメリハリがある
5	姿勢・身体の落ち着き	猫背、左右に揺れている							見ていて気持ちいい姿勢、堂々としている
6	ジェスチャー	ない							わかりやすさをアップするジェスチャーがあり
7	表情	無表情・怖そう・緊張							笑顔・好印象・好感が持てる
8	アイコンタクト	目が合わない、疎外感を感じる							目があっていて自分に向けて話してくれているようだった
9	口癖	ノイズ言葉(えっーとなど)頻繁に出る							必要のない「えーっと」「あのー」などがなくスッキリした話し方
10	メンタル・自信	自信なさそうに見える							自信を持って話せている
11	間の取り方	間がない・焦っているように見える							間をうまく使っている
12	その他								

いいね!

さらに良くなるには