

## 【言語化7つのポイント】

情報を集め、言葉にして、足したり引いたりしながら、より自分の感覚に合ったものを選んでいく。自分らしい表現につながります。

### 1 観察する（俯瞰して全体を見る）

対象や物事をよく観察しましょう。「花が咲いている」のなら、どんな花が、どこにどれくらい、どんな状態で咲いているのか。まずは全体を把握します。

### 2 観察する（クローズアップして細かく見る）

一部に焦点を当てて、さらに詳しく見てみましょう。細かく見るほど得られる情報が増えます。花の形や色、花びらの形や枚数、葉の形や大きさ、色など、スケッチするつもりで観察を。

### 3 思いついた言葉をアウトプットする

見た印象や観察して気づいたことを素直に言葉で発してみましょう。

「きれい」「白い花が3つ」「つぼみがかわいい」「けなげだ」「甘い香りがする」etc.

### 4 言い換える

出てきた言葉を、別な言葉に言い換えてみましょう。

「きれい」→美しい、とっても美しい、色あざやか、可憐な、清らかな etc.

### 5 なにかに例える

その言葉を（または見たものを）なにかに例えてみましょう。

「白い」→牛乳のように白い、青空に浮かぶ雲のよう、富士山の冠雪を思わせるような etc.

### 6 比較する、数値化する

なにかと比較したり、客観的な数字を入れたりすると具体性が出てきます。

「今まで見た中で一番美しい」「去年の2倍多い」「花は3cmほど、花びらは8枚」etc.

### 7：感情を加える

自分が感じたことを表現してみましょう。

「赤い花を見てウキウキした」「花が応援してくれているよう」「母に見せたいと思った」etc.

あなたの魅力を発掘し、あなたらしい表現をサポートします。

編集者・ライター / ライティングスペシャリスト 高井紀子

【夢育ネット YOU MAKE】<https://youmake22.net>

\*無断での再配布はお控えください。