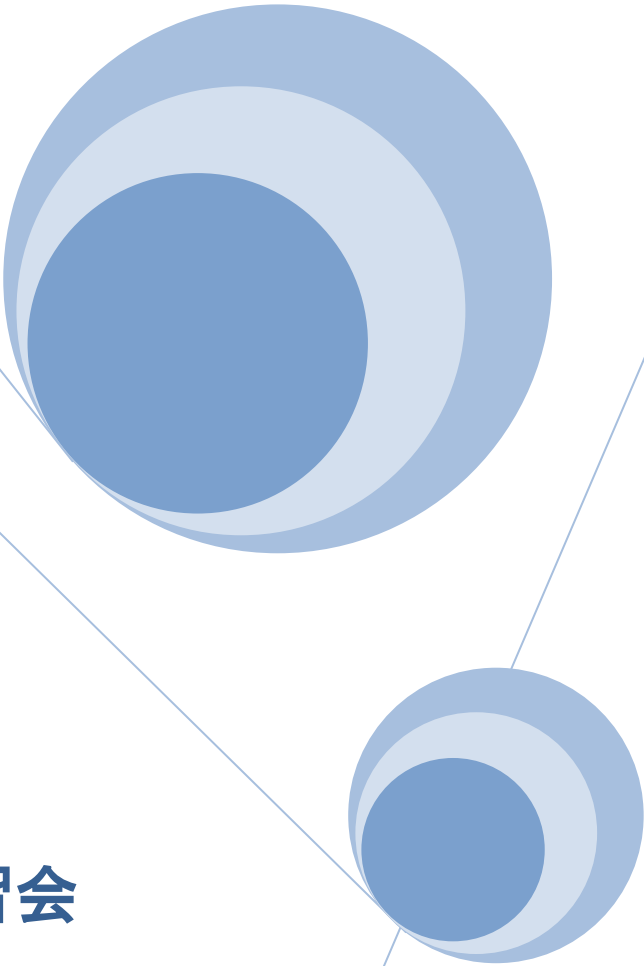




単独男性講習会 資料

Double Red Card

この講習会は変態バー、コミュニケーションバーやハプバーでの女性とのコミュニケーションの取り方について実際の場面を想定してロールプレイングしながら女性との心の距離を縮める方法をみんなで勉強する講習会です。

執筆者 チャラ

ハプバーでハプニングを起こせる人の条件

- ①異性、同性関係なくどんな人とでも仲良くなれる
- ②自分からNGを出さずどんなことでも参加してみる
- ③一度断られたら、落ち込むのではなく違う人もしくは別日に改めて挨拶程度から話してみることができる
- ④少しでもエッチな環境、心理にもっていける
- ⑤相手の反応をきちんと見られる、感じられる
- ⑥ねちねちしない（しつこくない）
- ⑦ボディータッチは強引にしない
- ⑧お酒を飲んでも酔っ払い過ぎない
- ⑨しっかりとコミュニケーションがとれる
- ⑩清潔感のある格好

代表的なものを10個挙げさせていただきました。もちろん細かく言えばもっとありますが、以上の内容が出来ている人は比較的ハプニングを起こせる確率が高いでしょう。

まずは自分のできるところから始めてみてください。

ハプニングバーに限らずコミュニケーションが取れない人の特徴

①自分の話ばかりしている

人の話を聞かず、自分の話ばかりしていませんか？相手も話を聞いてほしいと思って自分に話しかけているのに、相手の話に十分耳を傾けないようでは、「この人と話したくない」と思われても仕方ありません。また、何でも自分の話に置き換えていませんか？例えば、相手が高校時代の元彼の話を始めたら、「私の元彼もひどかった」と話の途中で会話を引き取って、そこから自分の過去の恋愛話を始めてしまうというケースです。コミュニケーションは双方のやり取りで成り立つもの。相手の話をゆっくり聞いてあげる姿勢を大切にしましょう。

②人と視線を合わせるのが苦手

コミュニケーションに苦手意識があると、どうしても視線を合わせることを避けてしまいがちです。相手と視線が合うたびに、目線が泳いでしまうという人もいるでしょう。会話は言葉でするものですが、「アイコンタクト」も重要なコミュニケーション手段の一つです。アイコンタクトが苦手な人は、良い人間関係を築くまでに時間がかかることがあります。

③友達が少なく、家に引きこもりがち

コミュニケーションが苦手な人は、人と接することに疲れてしまうため、家に引きこもりがちです。引きこもって自分の世界にいる間は精神的にラクですが、それではいつまでたっても友達ができず、コミュニケーションに対する苦手意識をさらに強めるだけです。

④自分から話しかけるのが怖い

自分から話しかけることも不得意です。「話しかけても、会話が続かない」「特に話しかける必要性を感じない」など、自分から話しかけない理由はいろいろあるでしょう。しかし、その背景には「話しかけたら嫌がられるのではないか」「変な風に思われて嫌われるのではないか」という恐怖心もあると思われます。

⑤プライドが高く、傷つくのが怖い

プライドが高い人は、自分のいったことを否定されたり、間違いを指摘されたりして傷つくことを恐れます。一度、プライドを傷つけられる経験をしてしまうと、コミュニケーションを避けようとしたり、傷つけられないように先手を打って、相手よりも上の立場に立った言動をしたりすることがあります。

⑥空気を読めない

楽しい会話に水を差すようなネガティブな発言をする、いきなり話題を変えてしまうなど、空気を読まずに発言してしまう人がいます。本人に悪気がないので自覚しにくい特徴ですが、周りから「空気読めない」「KY」などと指摘された経験がある人は要注意です。

⑦自分の価値観を押し通そうとする

自分の価値観を押し通そうとする態度も、コミュニケーション手段とはいにくい特徴です。コミュニケーションの基本は協調性。価値観は人それぞれであることを肝に銘じ、時には譲る姿勢を持つことを心がけましょう。

では、どうすればコミュニケーションが上手くなるのか

①相手の話をまずじっくりと聞く

自分が話すよりも、相手の話をじっくり聞いてあげましょう。実際、コミュニケーション能力の高い人は、聞き上手です。会話の配分は、相手が7、自分の話が3くらいの割合が良いといわれています。

②相手の話に共感する

聞き上手になるための第一歩は、共感することです。もちろん、自分は賛成できないというときもあるでしょう。そんな場合でも、「それは違うと思う」といった言葉で否定せず、まずは気持ちを受け止めてあげることが大切です。例えば、「ひどいよね」と同意を求められたものの、賛意を示せないときがあるとします。その場合に「そうかな？」と答えたのでは、相手は気持ちの行き場をなくしてしまいます。同意するでも否定するでもなく、「ひどい目に遭ったのね」と、相手の気持ちをすくい上げて返すことが、上手に共感するコツです。

③会話はキャッチボールであるという意識を持つ

会話によるコミュニケーションは、言葉のキャッチボールです。そのことを常に意識して、相手が答えやすい言葉を投げかけていきましょう。例えば、「はい」「いいえ」で返事が済む問いかけでは、すぐに会話が途切れてしまいます。「その後、どうしたの?」「大丈夫だった?」など、相手の言葉を引き出す工夫をすることがポイントです。

④共通の趣味の話を持ち出す

お互いの間に共通項があると、心理的な距離が近くなり、コミュニケーションをとりやすくなります。学校の授業、ゼミ、テスト、就活などのほか、趣味、好きなスポーツ、応援しているスポーツチーム、お気に入りのテレビ番組など、お互いに語り合える話題を振れば、会話も盛り上がるはずです。

⑤相手の話に好奇心を示す

相手の話に好奇心を示すことは、コミュニケーション上手のテクニックの一つです。自分の話に関心を持たれるとうれしいのは、誰しも同じ。共通の話題が見つけれないときでも、相手の話に対して「すごいね!」「どうすればそんなふうになれるの?」と好奇心を示すことはできるでしょう。

⑥不明点はその場で質問し、解決しておく

授業やゼミ、バイト先などでわからないことが出てきたら、必ずその場で質問して解決するようにしましょう。コミュニケーションが苦手だからといって、わからない点をそのままにしておくと、後で問題になり、周囲に迷惑をかけてしまうことがあります。そうすると「なぜ今まで黙っていたのか?」「コミュ力が高い」という評価につながりかねません。

⑦自然な笑顔の練習をしておく

笑顔は、コミュニケーションの潤滑油です。鏡に向かって毎日練習すれば、次第に自然な笑顔が作れるようになっていきます。口角を上げるように意識するだけでも印象は変わるもの。バイトの面接や就活でも役立つので、練習しておきましょう。

以上に記載した内容は通常のコミュニケーションの取り方です。ですが、まずは通常のコミュニケーションが取れなくてはハプニングを起こすも何もありません。

上手にコミュニケーションを取れるようになることが楽しく遊ぶコツになります。

では、実際にハプニングを起こせる人の条件とは?

具体的に書き出してみました。ただこれを全てできても当然女の子にはそのときの気分、体調、環境があり、出来ない場合もあります。そんな時は切り替えましょう。

また、あのひとが出来たから自分にも出来るというのは通用しません。そこまでもっていくテクニックと気持ちがなくてはセックスすることはできません。

また、一部の男性が勘違いしがちなのは一度セックスしたからあいつは何時でもできる、俺の物だ、と思うことです。それは大きな間違いです。一度絡んでも次また出来るとは限りません。

それを当たり前と思わず、毎回がんばれる人だけに女性は自然とついていきます。

会話が苦手な人に送る話し方テクニック

- ・何を話せばいい！？いいえ、まずは聞くことから

女性は自分の話が好き

基本的に女性は自分の話が好きなのです。ですから、うまく共感して相槌を打ってください。俗に言うと、心理学の「類似性の要因」ですね。”自分や類似点がある人には、好意を持ちやすい”という理論のことです。「あー、一緒。わかるわかる」と同調の相槌を打てば、「この人は私と同じ考えをしている。同じことが好きなんだな」と思わせることができますよね。そうすれば自然に好感をもたれるようになります。

旬の話題を、頭の片隅に置いておく

女性のことを理解するには、女性向けのサイトを読んだり、女性誌に目を通すことが手っ取り早いと思います。女性誌を買うのはハードルが高いと

思いますので、見出しと写真をチェックするくらいでいいでしょう。それでなんとなくわかりますよね。今、何が話題なのかくらいはつかんでおくことです。それを話し出せということではなく、「頭の片隅に置いておく」のです。知っているとまったく知らないのではぜんぜん違ってきますよね。女性と会話することに苦手意識があると、どうしても焦る気持ちが出てきてしまいますよね。そんな人は、まず相手の話を聞くことから始めてみましょう。”話し好き”な女性からすると、ていねいに話を聞いてくれるというだけでも好印象なはずですよ。

・話がつまらない男と思われたいために

自慢話だらけの”ナルシスト”タイプ

仕事の手柄や趣味の自慢など、自分のことを知ってほしいという欲求は誰しもありますが、相手は目の前の人の自慢を聞くために会話をしているわけではありません。そういう話を聞いて賞賛してくれるキャバ嬢たちは、仕事としてコミュニケーションをとっていますので笑顔を絶やさず耳を傾けてくれると思いますが、そうでない人にとっては、相手から自慢話や武勇伝を聞かされても何一つ面白くありません。

会話の相手と趣味が同じというケースや、先達としての意見を求められているケースに限って、もしあなたが自慢話や武勇伝を持っているならば相手の対して耳障りにならないような話の進め方をすることで興味を引き付けることもできます。そういった類の話をした場合は、しっかりと相手のことを知った上で披露するようにしましょう。

話が長い”自己陶醉”しゃべりタイプ

これも、ナルシストと同様です。相手が聞きたがっていること、知りたがっていることじゃない話題の場合、目の前で自己陶醉に浸られてしまっては聞き手としては退屈で仕方がありません。

相手の興味や関心をしっかりと見極め、自らの語るエピソードや雑学が相手の知りたがっていること、聞きたがっていることであつた場合のみ、この手の話は歓迎されます。会話というのは相手あつてのもの。独りよがりの”演説”になってしまつては、自分のどんなアピールポイントもただの”自慢話”でしかありません。相手の表情をうかがいながら、思いやりを持つ冷静さも必要です。

- ・ほんの少しのテクニックで効果絶大！

会話を続けたいときは語尾に注意

会話の中で語尾が下がると暗い印象を持たれやすく、話が続かなくなってしまう。同じ、「そうなんだ」という相槌をうっても、語尾が上がっていれば相手は、「それでね」と話を続けやすいですが、語尾が下がっていると相手は、「自分の話がつまらないのかな」という印象を持ちやすくなってしまうので、会話の中ではできるだけ語尾を上げるよう意識するといいでしょう。

気になる女性と話していて、「へーえ！」と相手の語尾が少し上がるだけで、「うんうん！それでそれで！？」というような言葉まで聞こえてくるような気がして、ついつい話してしまったというような経験ありませんか？同じように、男性もほんの少しだけ意識してみると、女性からうまく

会話を引き出すことができると思います。

- ・それでも会話に困ったら、女性を褒めましょう

大前提は具体的な事実を褒めること

事実も、人によって感じ方はそれぞれ。あなたにとってデキるように見える方も、もしかしたら本人はまだ未熟だと思っているかもしれません。

「(あなたは) スゴイですね」と、” You” を主語にする褒め方では、どんなときに褒めてもお世辞に聞こえる可能性があります。ところが、「一緒に仕事をする(私は) 勉強になります」と” I” を主語にする褒め方では、お世辞に聞こえず相手も喜んで受け取ってくれます。

不快に感じやすい褒め言葉は、「がんばってるね」です。これもこんな風に変えましょう。

×「がんばっているね」(you が主語)

○「助かってるよ」(I が主語)

◎「今週は新規2件契約が増えてチームとして助かってるよ」(I が主語で具体例入り)

相手が調子に乗りすぎた場合

褒めて調子に乗るのはむしろOKです。褒める点はちゃんと褒めて認める。指摘すべきところは分けて指摘をしましょう。褒めて人間関係を築いている人物から受けた指摘であればこそ、相手も素直に聞いてくれるのです。

褒めるのに慣れる方法

慣れるために、「1日1回だれかを褒める」とルールにしましょう。褒め上手な人の周りにたまたま優秀な人が多いわけではなく、オフィスの人気者は褒めるポイントを見つけるのが上手なのです。書類を受け取った、報告をくれたというごく当たり前のルーティンワークであっても、「助かります」と言いましょう。目上の方であれば、「〇〇なところが勉強になります」は効果的。

褒められて嫌な気のする人は少ないでしょう。女性も例外ではありません。ただし、わざとらしさが出てしまうと逆効果になることもあります。褒め上手な男性になることができれば、間違いなくモテるはず。

・失敗しても大丈夫

男性の素直さ、可愛さは女性にとっては好印象

あなたが女性慣れしていないことを素直に伝える、というのも仲直りの手段になります。遊び慣れているスマートな男性ばかりが女性に好まれるとは限りません。こんな素敵な女性と二人になることがあまりなくて、つい思っていることと逆なことを言ってしまった……と正直に話せば、相手だって悪い気はしないでしょう。

スマートなことが言えなくても、行為や一生懸命なのが伝われば、女性は”可愛いな”という印象を持ちます。男性の素直さや可愛らしさは、女性にとって好印象ですよ。

どれだけ女性との会話に気を使っている、つい失言してしまうことってありますよね。思わぬところで女性の地雷を踏んでしまった、という経験をした事のある人も多いのでは。それでも、男性が素直に誠実に女性と接すれば、きっと気持ちは伝わるはずです。