

～恋愛診断～

あなた  
『だけ』の

恋愛処方箋

～「会話下手」でも問題ない～  
今すぐ”実践”できる会話マニュアル

ミッチー 著

# 目次(ページ)

- プロローグ... (3)
- そもそも恋愛(女の子と仲良くなること)が苦手な人が陥りがちな罠... (4)
- 簡易的に女の子と仲良くなる方法... (6)
- 会話の基本と自然な流れ... (8)
- ことごとく嫌われてしまう5つの会話パターン...(10)
- 話す女の子によって態度が変わる原因...(16)
- すんなり会話が始められる会話導入ステップ(18)
- 女性が嫌でも反応してしまうウケの良い話題 6選... (20)
- 会話が楽しくなってしまう秘密... (22)
- 最後に... (25)

## ●プロローグ

ミッチーです、

今回、あなたを診断した結果『恋愛処方箋』をお渡しすることになりました。  
必ず最後まで読んであなたの知識として落とし込んでください。

### ★専門の恋愛カウンセラーからあなたへ★

今回は初心者でもできる

【片思いの女の子といつの間にか仲良くなる】マニュアルをあなたにプレゼントします。

今回はメルマガに登録していただいた特典として  
あなた「だけ」に特別にお渡しします。

私の経験をフルに生かしてあなたをサポートしていきたいと思います。

この「会話マニュアル」に出会えたのも何かの縁だと思います。

必ずノンストップで読み終えていただくことをおすすめします。

今回のテキストを読んでもらうこと以下の効果が期待できます。

- ・女性と話すのが苦ではなくなります。むしろ楽しくなってしまいます。
- ・気づいたら周りのどの男よりもモテる男になってしまいます。
- ・あなたが話した瞬間に女性が群がる様に寄ってきます。
- ・あなたと話した女の子が失神するかもしれません。
- ・あなたの思考が一気に切り替わり、明るい未来が待っています。
- ・彼女ができる可能性が格段にアップします。

そしてあなたには「モテる男」へ一気にステップアップしてもらいます。

- ・経験0の場合でも問題ありません。
- ・恋愛経験が浅くても問題ありません。
- ・好きな子に彼氏がいても問題ありません。

まずはリラックスして読んでいただけると幸いです。

## そもそも恋愛(女の子と仲良くなること)が苦手な人が陥りがちな罠

恋愛が苦手になる理由は人それぞれあると思います。

例えば

- ・人見知りでなかなか人(男女関係なく)と話すのが苦手
- ・かわいい子であればあるほど緊張して話せない
- ・人前に出ると顔が赤くなってしまう

など、多種多様の悩みがあると思います。

あなたはどのようなのでしょうか？

でも、それはただの思い込みで  
そのような結果になっているのも事実です。

「失敗したらおしまい」

「相手に変なところを見せたくない」

ここの恐怖心が一番大きく関与されていると思います。

人が一番恐れてしまうのが「**恐怖**」です。

恋愛に限らず、人間関係全般的に言えることです。

例えば

「好きな人から話しかけられる様になります」

「好きな人から嫌われ、今後一生話すこともできなくなります」

どちらがインパクトありますか？

後者の方が印象がつきやすいのではないのでしょうか？

人は恐怖に支配されてしまうと、  
無意識に行動できなくなるのです。

では、行動できなくなる原因が洗いざらい出したことで、  
その今から解決策を解説していこうと思います。

結局のところ

### 【何をどの様に行動したら良いかわからない】

というのが原因で行動できないというのが主な理由です。

基本的に人間はわざわざ失敗しに行くような事や行動はしません。

それは、怒られたり見下されてしまうという『恐怖』があるからです。

人は無意識に「恐怖」を避けているのです。

なので【成功】することがわかっている人は行動できるようになるのです。

結果的に「答え」を知ってしまえばあなたでも行動することが容易く可能になってしまうのです。

## 女の子と簡易的に仲良くなる方法

ここからが本題になります。

この会話マニュアルを手に入れたあなたの悩みはここかと思います。

私も学生時代、1番の悩みどころでした。

「男友達はできるのに女の子と仲良くなるのはどうしたらいいんだろう...」

今考えると、かなり悩んでいたなと思います。

でも、大丈夫です。

いまから

『女の子と簡易的に仲良くなる方法』を  
お伝えしていきたいと思います。

ここを習得すれば、狙っている子はもちろん、美人、ブス、年齢関係なく仲良くなるのは簡単になってしまいます。

仲良くなる最善の方法、  
それは...

『会話スキルを身につけること』  
です。

仲良くなる方法は「会話」が運命のカギを握っています。

あなたには友達が少なからずいると思います。

でも何で女の子とは仲良くなれない場合、その理由を考えたことはあるでしょうか？

緊張するから？

変に見られるのが嫌だから？

恥ずかしいから？

話しかけても断られるのが怖いから？

たしかに、ありますよね。

私も今までありました。

その感情が結果的に

「何を話したらいいかわからない」

という思考になってしまうのです。

でも、安心してください。

解決策は至って簡単です。

それは「**男友達と同じ様に接する**」ことです。

異性だから話す内容をガラッと変えなければならない...

ということは無いのです。

男友達と話すのと同じ様に学校、仕事、趣味などの「共通の話題」を出すことがポイントです。

## 会話の基本と自然な流れ

会話というのは以下の3つの要素で成り立っています。

**1自己開示(自分の事を相手に話す)**

**2質問**

**3リアクション**

会話とはこの3つのどれかをしているだけです。

これは恋愛業界で言われている【三種の神器】です。

これらを兼ね備えたあなたは最強の武器を手にしたものです。

始まりの村から最強装備を持っているのと同じです。

ある意味、チートアイテムです。

会話はこの3つの事を順番に繰り返していくことでしかないので。

これは相手が男性、女性、年上、年下、人種関係ありません。

会話を苦手意識を感じている人、会話が上手くないと思っている人はこの3つのバランスが圧倒的に偏っているのです。

どれか1つしかやっていなかったり、どれか1つが極端に欠けていたりバランスが悪いのです。



## 【自己開示】 【質問】 【リアクション】

その1つ1つの役割を考えてバランスよく会話する事を心がけてください。

正しいやり方を理解していけば会話は見違えるように上手くなります。

ポイントは

「警戒している時こそ自己開示を多くする」

ということです。

ここだけは押さえるおいて損はありません。

また、会話の流れは「自然さ」が大切です。

例えば、

「仕事」の話をしているのにいきなり「趣味」の話になったり

「趣味」の話をしているのにいきなり「夜ご飯」の話をしたり

これは明らかに不自然ですよ？

必ず会話は「誰にでも話せるような内容」の話題から徐々にディープな内容に話すのが決まりです。

## ことごとく嫌われてしまう5つの会話パターン

「ここ」を覚えないうつまで経つてもあなたは女性に好かれることはありません。

でも、ここさえ知っていれば女の子からいきなりNGをもらうことが無くなります。

嫌われるとリカバリーをするのに莫大な時間を要します。

必ず覚えてください。

### 1) 初対面でいきなりプライベートな話を聞く

人には当たり前ですが「プライバシー」というものが存在します。

聞いて良いこと、聞いてはいけないことが女の子にもあります。

「この人にはここまで話せる」

「この人は苦手だからあまり話したく無い」

という線引きがあります。

なのでいきなりプライベートな話はNGです。

例えば知り合ったばかりの人と会話するとします。

男「〇〇さんは仕事何されてるんですか？」

女「～してるんですよ！」

男「へー、じゃあ彼氏とかいるんですか？」

女「いや、今はいませんよ...」

(こいつ、いきなり何話してんの笑)

と思われてしまいます。

あなたが知り合っで初めて話す人に対して

「好きな体位はなんですか」と聞けますか？

「お金を貸していただけますか」と聞けますか？

流石にできませんよね？

あなたが例え、いきなり聞かれてもどうって事ない内容でも、女性からしたら警戒されることは数多くあります。

徐々にあなたのことを知っていき、仲良くなってから内容の濃い話ができるようになるのです。

特に男に比べ女の子の方が警戒心が強いので、本当に心を開いた人にしか女の子はプライベートな話はしません。

いかに警戒心を持たれずに女の子と接するかがポイントです。

警戒心さえ解けてしまえば、もう勝ったも同然です。

## 2) 問答無用に質問ばかりする

話下手な人が陥りがちなのが「質問マン」になってしまうことです。

ここに当てはまる人は共通して

「何を話して良いのかわからない」

「自分の話をするのがはずかしい」

と言われる人が多いです。

でも、あなたの素性がわからないのに質問ばかりされたら  
女の子は『尋問』を受けている感覚になってしまいます。

あなたは知らない人にいきなり質問されたら答えることに躊躇(ちゅうちょ)しませんか？

女の子も同様に思っているのです。

### 3) 自分のことを話さない、逆に自分の話をしすぎる

「両極端」は基本的に嫌われます。

例えば、あなたの周りには自分のことばかり話す男はいませんか？

逆に、人には聞いてくるのに自分のことを聞かれると「恥ずかしいから」とか理由をつけてはぐらかしてくる男はいませんか？

これは女の子に嫌われ警戒されてしまうポイントとなります。

#### **【自分のことを話さない＝信用されていない】**

と女性に思われてしまいます。

逆に話しすぎると

『自分に酔いしれているナルシスト』

と思われてしまいます。

どちらも良い印象は与えられないので「適度」に話すことが重要です。

#### 4) 反応が薄い

これも、実は嫌われてしまうポイントの一つです。

相手が楽しそうにしているのに、

「へー。そうなんだ」

「ふーん」

といった空返事ばかりしていると女性はこう思い始めます。

「この人は興味ないんだな、私はこんなに話したいのに」

と思われてしまい、あなたの前から姿を消してしまいます。

あなたに置き換えると分かりやすいと思いますが、

例えば、あなたが本当に好きで、

10年ほど続けている趣味の話友達にするとします。

「ここが良くて、本当に良い趣味を持ったんだよね」

自分がワクワクしながら友達に興味をもってもらいたくて熱心に語ります。

でも、反応は

「そうなんだ、それで？」

こう、反応されたら嫌な気持ちになりますよね？

**反応が薄い＝この人に話しても意味がない**

と思われてしまうのです。

特に女性は『共感』を求める生き物です。

好きで好きでたまらない話をしているのに  
反応を示さなければ当然ですがあなたは嫌われます。

その女性が好きなのであれば、多少興味がないとしても

- ・え、めっちゃおもしろそうじゃん！
- ・なになに、もっと詳しく教えてよ！
- ・それ、すごく気になるわ！

といったリアクションをとることで。

ポイントは

「興味がなくともリアクションを取って興味ありますよといった流れを作る」

ここを意識することで  
女性から嫌われず、あなたに女の子が興味を出しはじめます。

## 5) 愚痴を言う、ネガティブな発言をする

女々しい男は基本的に女の子から嫌われます。

「もう、仕事がきつくてだめだ...」

「自分がこの仕事やってて良いのかな...」

女の子は弱い男のことを好きになりません。

ネガティブ思考の男は眼中にありません。

逆に

「この前、上司がマジむかついてさ...」

「友達の〇〇に予定すっぽかされてまじイラついてさ...」

といった愚痴ばかりの場合、女の子はこう思い始めます。

「この男は心が狭いんだな」

「愚痴なんて言わないでもっと自分を磨けよ！」

と思われてしまいます。

女の子は

「強くて頼りがいのある男」が好きなのです。

ナヨナヨしてたり愚痴ばかりの男は嫌われるので注意してください。

以上、5つが女性にことごとく嫌われる会話パターンです。

意外とこの会話をやっている人は多く存在します。

もし、この様な会話方法をしていたのであれば

**明日からやめてください。**

いきなり、女性から嫌われることが無くなります。

## 話す女の子によって態度が変わる原因

女の子は容姿は違えど皆、同じです。

それでも

「この女の子は緊張する」

「この女の子は緊張しない」

何故、そうなるか考えたことはありますか？

- ・この人はブスだけど優しいから緊張しない
- ・見た目が怖いから緊張する
- ・可愛いし、タイプだから緊張してなかなか話せない

など、色々と理由があると思います。

ただ、結局のところ

**【外見に惑わされている】** という事を伝えたいです。

外見で決めつけてしまうのは男である以上、仕方ありません。

でも、考えてみてください。

例えば、母親と話するとき緊張しますか？

しませんよね？

それは、家族だからということもありますが前提として

「何度も会話しているから」です。



女の子と話すことさへ慣れてしまえば緊張などしないのです。

なので『女の子と話すことに慣れていない』というのが緊張してしまう1番の原因です。

ここを解決するのが

「意識しない女性と話す練習をする」

ということです。

言葉は悪いですが、どうしても良い様な女性から話して徐々にレベルを上げていくのです。

そうすることで、あなたの会話レベルが上がっていきまし、女性の容姿レベルもグングン上がっていきます。

ただ初めのうち、人の顔を伺って話している間はうまくいかないと思った方が良いでしょう。

それは人間誰しも「得意」「不得意」があるからです。

なので、無理してにあなたが苦手な人と関わることはしない方が良いでしょう。

ストレスが溜まってしまい、身体機能へ大きな異常が出てしまうかもしれません。

## すんなり会話が始められる会話導入ステップ

「会話を始めるのに何を話したらいいかわからない、どうしよう...」

ここを解決してくれるのが

**【自己開示】 【状況指摘】** となります。

ここが必須です。

自己開示は三種の神器でもお話ししましたが簡単にいうと

『自分のことを話す』ことです。

また、状況指摘は

『相手も考えているだろうことを話す』ということです。

オーソドックスな話題といたら「**天気**」がいちばん分かりやすいと思います。

また、職場が同じであれば「**仕事の話**」を切り出しやすいでしょう。

その他、

- ・今の自分の感情を口に出す
- ・女の子に会う前にあった出来事を口に出す
- ・ここ最近自分に起こったエピソードを話す

など

ここら辺から会話に入ることによって不自然さが無くなります。

不自然さは女性を警戒させてしまう大きな原因の一つになります。

自然さを意識した会話の入り方をマスターしてください。

また、【**会話は連想ゲーム**】と同じです。

一つの話題に対して関連したことを繋げていく。

無数の点と線を結ぶと言った方が分かりやすいと思います。

ここを意識してください。

## 女性が嫌でも反応してしまうウケの良い話題 6選

この話題を振ることで明らかに女性の反応が変わります。

普段は有料のテキストで教えているところですが、今回は特別に教えたいと思います。

必ず覚えてください。

- ・ 仕事
- ・ 趣味、興味がある話
- ・ 恋愛話
- ・ 愚痴
- ・ 血液型、星座
- ・ 共通の知人

ここを押さえておけば、女の子があなたを見る目の色が変わっていきます。

これ以外で盛り上がったところを見たことはありません。

それだけ強力なインパクトを与えるほど有効的なのです。

無駄にテレビの知識やネットの情報を覚えたところで会話が持たないことは良くあります。

でも、上記6つを押さえてしまえば勝手に女性から話出してしまうのです。

補足

※悪用厳禁※

～自動的に彼氏候補になってしまう究極の方法～

女性ウケのよい話を覚えたところで女性が勝手に話してくれるようになります。

そこまできたら

**【一旦、自分が話をピタッと止めて、女の子が話し始めたら聞きに徹する】**

ここをやるだけです。

ここさへ分かってしまったら、もう「女の子」と仲良くなるのは目の前です。

女の子に好かれるには

**「相手を理解しているか」**

を一番に知ってもらうことです。

**【理解されている＝仲間】**

この様な関係を築くことが次のステップに上がる近道です。

あなたが話したいのも分かります。

特に自分が興味があることは永遠と話せますよね？

それは女性も同じなのです。

聞いてもらいたい事をしっかり聞いてあげるからこそ、あなたの好感度が爆上がりするのです。

話す割合は女性が多めに話すことを意識してください。

これは

「**8：2の法則**」

と言います。

この法則をあなたがマスターすることが女の子と仲良くなる一番の近道なのです。

会話下手なら一番助かりますよね？

ここを狙って会話をすればいいのです。

## 会話が楽しくなってしまう秘密

さて、あなたがここまで読み終えているということはすでに会話についての知識がかなり身につけているはずです。

そしてこの境地に達した場合はすでに女の子と付き合うのも夢ではありません。

会話をするのが苦手、あるいは怖いと思っている場合があると思います。

それは、過去の苦い経験から  
そのような感情になっている可能性があります。

この場合は【**小さな成功体験**】を経験していく必要があります。

人は失敗を恐れると行動できなくなります。

はじめにお伝えした「**恐怖**」が行動を遮ってしまうのです。

そのかわり、成功することで自信につながり、脳内で「ドーパミン」という物質が出てくるのです。

※ドーパミンとは：快樂物質の一つで「快感や多幸感を得る」といった機能を担う  
脳内ホルモンのひとつ。

ここを経験してしまったら、あなたはもう抜けられなくなります。

なので、例えば

- ・今日は〇〇さんとここまで話をしてみる
- ・少し、プライベートの内容を話で聞いてみよう
- ・緊張するから挨拶くらいにしておこう

など、いままで自分ができていなかった事を目標として実践するだけです。

「たったこれだけ？」

と思うかもしれませんが、先ほどもお伝えした【小さな成功体験】を積み重ねるのが重要なのです。

成功すれば、成功するほど人間は楽しくなっていくものです。

例えば、ギャンブルにどっぷりハマってしまう人を思い浮かべてみてください。

一発当たる幸福感がたまらないからこそ抜けられなくなる。

そして借金してでもまたギャンブルをしたくなる。

これは脳内で「当たった」という幸福感からドーパミンがドバドバ出ているからです。

ドーパミンは一種の依存物質なのです。

また、快楽を求めたくなるのです。

**小さな成功体験こそが会話が楽しくなってしまう最大の秘訣です。**



## 最後に

このテキストは会話下手な男性がどんな女性でも楽しく話せるようになるマニュアルです。

あなたが読み終えた瞬間、モテる男へ一歩前進しました。

これは圧倒的な差です。

ここまで熱心にテキストを読んでいただいたあなたであれば、既に恋愛が成功する未来は目前に迫っています。

私は以前、友人から言われた言葉があります。

「恋愛を勉強するのがバカバカしい」

こんな言葉は絶対に信じないでください。

恋愛には「**答え**」があり「**流れ**」に沿って実践すれば必ず結果が出ます。

「**答え**」があるのに手探りで恋愛するのは本当に時間が無駄です。

全ての物事は必ず、勉強して知識を蓄えてようやく実践で使える様になるのです。

例えば、

部活でスポーツをやっていたのであれば、いきなりレギュラーになれましたか？

新しく始めてから1時間で経験者と同じレベルまで上達できましたか？

無理ですよ。

恋愛も同じなのです。

モテる男は表面上では軽々しく見せていますが、実際は他の男の何十倍も実践し失敗や挫折の経験を味わっているのです。

人は良いところや都合の良いことしか見ようとしません。

それは結局、人が「**楽**」をしたい怠け者だからです。

でも楽をして成功するひとは限りなく0に等しいです。

世の中、そう簡単に回るのは不公平です。

だからこそ、努力をする必要があるのです。

私も、社会人になりたての頃に大失恋を経験しました。

自分が情けなく、何もできない腹立たしさがありました。

「これではダメだ。乗り越えよう」

こう決心して恋愛を勉強を始めましたが、いきなり成果が出たわけではありません。

- ・女の子とLINE交換しても既読無視されて連絡が取れなくなる
- ・デートに誘ってもはぐらかされて断られる
- ・話しかけても対応が素っ気なく、見向きもされない

など

ありとあらゆる失敗を繰り返し、  
たまたま成功する程度でした。

そして数年という年月を経てようやく成功し始めたのです。

数年と言っても人生で換算したら  
どうってことはありません。

私は運良く、教えてくれる人がいたからこそ  
今の自分があるといっても過言ではありません。

勉強せず、ズルズル引きずる方が時間の無駄です。

## 会話＝信頼

人は信頼することでその人に本音で話すようになります。

会話は、言い換えればコミュニケーションの一環なのです。

コミュニケーションこそ人を動かすことができる唯一の方法なのです。

このスキルを軽視している人が多すぎるんです。

そういう人は絶対にモテません。

あなただけは違います。

今からでも変わることは十分可能です。

あなたは、私の数億倍は  
センスが良いはずですよ。

すぐに結果ができる人がほとんどだと思います。

でも、焦るのだけは禁物ですよ。

周りのペースに合わせるのではなく、

**【自分のペースに落とし込む】**ことが成功に近づく最大の秘訣ですよ。

あなたなら絶対にできます、頑張ってください。

ミッチー