

もくじ

はじめに 2

さらっと好印象につなげる

最初の一言

01 初対面で話のとっかかりをつくりたい 18

02 出合い頭にほどよいあいさつがしたい 22

03 共通点がなくても話すきっかけがほしい 26

04 無難な雑談ネタで話したい 30

05 話の輪に入りたい(複数人の場合) 34

06 気まずい沈黙を打ち破りたい 38

07 無口な人、苦手な人とも話したい 42

08 相手から話を広げてもらいたい 46

09 テレワーク中に雑談したい 50



Chapter 2

話が自然に盛り上がる
リアクション

- 10 いい感じに相づちを打ちたい 56
- 11 上手に返事がしたい 60
- 12 冗談にうまく反応したい 64
- 13 嫌な気持ちを伝えたい 68
- 14 相手の意見に賛同できない 72



Chapter 3

気まずさとバイバイ
話を広げるコツ

- 15 身振り手振りで伝えたい 76
- 16 相手のことをほめたい 80
- 17 ネガティブな話にうまく反応したい 84
- 18 SNSでうまく反応したい 88
- 19 効果的な質問をしたい 94



Chapter
4

そつなく会話をリードする
話をかえるコツ

- 20 ほめて会話を膨らませたい 98
- 21 相手との距離を縮めたい 102
- 22 相手の話を引き出したい 106
- 23 飲み会で場を盛り上げたい 110
- 24 会話のキャッチボールを続けたい 114
- 25 自分の話を聞いてほしい 118
- 26 目上の人とうまく話したい 122
- 27 だらだら続く話をかえたい 128
- 28 場の空気をかえたい 132
- 29 お誘いを上手に断りたい 136
- 30 軽いジョークを交えたい 140
- 31 返事を保留にしたい・断りたい 144



Chapter
5

次のチャンスにつなげる
話を終えるコツ

- 32 食事や遊びに誘いたい 148
- 33 エピソードや経験談を話したい 152
- 34 自分の意見が言いたい 156
- 35 気になった相手の話を深掘りしたい 160
- 36 話のまとめをしたい 166
- 37 話にオチをつけたい 170
- 38 困った話題を終わらせたい 174
- 39 そろそろお開きにしたい 178
- 40 別れ際を好印象にしたい 182
- 41 次につなげる話をしたい 186

