

はじめに……………3

第1章 オジサンが直面している現実

- たくさんのおジサンが存在する世界……………16
- デジタル技術の進化で生まれた「わかりあえなさ」……………20
- 変化が「爆速」で進む時代……………23
- 「これもダメなの？」と驚く時代錯誤オジサン……………25
- 「呼び方」でわかるオジサンのジェンダー感覚……………28
- 必要なのは「ルール」を更新していく力……………30
- ビクビクしながら接するのは逆効果……………33
- オジサンは流行に乗っかるべきか？……………36

第2章

だから若者に嫌われる

——オジサンに必要なマインドチェンジ

- 年上というだけで威張りたがるオジサン……………52
- 「過去の栄光」はさっさと捨てる……………55
- 自慢話は「5秒」で収める……………57
- オジサンのほうが知識が豊富とは限らない……………61
- 目線をフラットな高さに下ろしてみる……………62
- 世代間の交流は「自由貿易」……………64
- 若者との距離感はソクラテスに学べ……………66

夏目漱石に学ぶ若者との向き合い方……	70
オジサンはなぜ突然キレるのか……	74
異なる意見を「否定」と捉えない……	77
無茶な要望でも怒らず理由を聞いてみる……	79
「ルールだからダメ」で論理的に納得させる……	81
「自分が注意しなきゃ」と思わなくていい……	83
怒ったときにこそ試されるオジサンの度量……	87
オジサンの「不機嫌オーラ」が若者を遠ざける……	89
身体をほぐして自然な笑顔をつくる……	93
上機嫌な笑いで若手を活かす有吉弘行……	95
間違えても愛されるフェアなオジサン……	98
自分のなかに「公平な観察者」はいるか……	99
オジサンが身につけたい「科学的な態度」……	101
デカルトに学ぶ「決めつけない思考法」……	104

第3章 若者が心を開く聞き方のコツ

「若者が話さない」は本当か……	108
会話のコツは「後出しジャンケン」……	111
アクティブリスニングで相手に寄り添う……	113
「は行のあいづち」で驚きを伝える……	116
会話ドロボーは孤立の始まり……	120
相手のよさを引き出すプロレシ会的会話術……	124
小さな間違いには目をつぶる……	127
褒めるところはこまめにフォローする……	130
知っていても「初めてモード」で聞く……	132
興味のない話を「門前払い」しない……	135
「ながら」で聞くから失望される……	138

第4章 若者と距離を縮める話し方

- オジサンの話が長い3つの理由…… 143
- 語りたいたオジサンと聞きたくない若者…… 145
- 「15秒」で話す——ナガハラ回避の第一歩…… 147
- オナハラという地獄…… 149
- 事前承諾&一時停止でリスクを避ける…… 152
- 若者にはすぐに理解できる話し方を…… 155
- 『枕草子』に学ぶ「まず結論」の原則…… 156
- みんなが「先に結論」を求める時代…… 159
- 「プチ台本」で話の迷走を防ぐ…… 160
- 絶滅危惧種になった大声オジサン…… 163
- スピードとトーンを調節して言葉を届ける…… 166

第5章 会話で失敗しないための話題選び

- その話題に「清潔感」はあるか?…… 178
- 下ネタはお笑いのプロでも扱いづらい…… 180
- ひとりでも「不愉快」と感じたジョークはアウト…… 182
- 知識のベースがないとウケない教養系ジョーク…… 184
- 自虐ネタで笑いがとれる時代は終わった…… 187
- 若者はオジサンの「疲れてる」を聞きたくない…… 190
- 「あれ、何だったっけ?」を放置しない…… 193
- 実は難しい家族の話題…… 195

聞いてもいい個人情報基準とは……………	198
盛り上がる話題は相手のなかにある……………	201
会話のハードルを引き下げる「偏愛マップ」……………	203
「今」を「具体的」に質問する……………	206
おわりに……………	209

第1章

オジサンが直面している現実