

会話メモ帳

・使い方ガイド

コミュニケーションは相手を知るためにおこなうもの。メモすることで相手の興味や好みに基づいて会話を進めやすくなります。

・相手が大切に思っている話題を覚えていることで特別感を演出。

・前回の話題を覚えていることで親密な雰囲気を作る。

会話したその日に記録してください。

記憶が新しいうちにポイントをメモする習慣をつけることで次回の会話もスムーズに運びますし、会話そのものが得意になります。

ぜひ特別な人や長期的に関係を築きたい方との会話に活用してください。

○お相手の名前:

○会話した日付:

○場所やシチュエーション:

(例: カフェでの初デートなど)

○お相手が話してくれた好きな話題や趣味

○お相手の反応や気づいたこと

○次回話す際に覚えておきたいこと

ただこれだけのメモでもお相手のことを深く知るきっかけを見つけたり、自然と次の話題が見つかるものです。

まずは上記項目に取り組み、ご自身でメモする項目を増やしてみてください。

メモする項目を増やす=今後出会う人との質問集が増えることになります。

そうすれば【お相手に興味を持って話を聞く力】が身につきますよ。