

**顔も中身も冴えず、ずっと女性コンプレックスを持ち続けていた男が、  
好みの女性に声をかけただけで、その女性から高確率で異性として強く意識される自然アプローチ法5選。**

こんにちは、塩野です。  
この無料レポートを手にしていただき、ありがとうございます。

では、さっそく本題に入っていきます。

“どんなふうにかかえて、どんなふうにか点を持てば、好みの女の子と自然に仲良くなれるのか？”

このレポートでは、それを解説していきます。

まずは、

**“自然に気になる女の子と接することができる自分になる。”**

これを目標しましょう。

こうなるだけで、  
自信が持てるようになります。

では、自然アプローチ法5選を、ザッと公開します。

...

- 
1. あいさつをする。
  2. 分からないことを、質問する。
  3. 気になる女の子の“となり”に付いて、雑談する。
  4. 相手のファッションを褒める。
  5. 相手の好きな分野で会話する。
- 

...

これらは、難易度が低いものから順番に話しています。

では順番に、声かけの方法について、解説していきますね。

これらをマスターしていただければ、あなたが狙った女性と仲良くなり、異性として強く意識してもらえるようになることは、間違いありません。

## 【1. あいさつをする】

一番簡単に、気になる女の子に声をかけられる方法です。

あいさつは、人として基本のコミュニケーションですので、何の不信感を与えることなく、女の子に、あなたの第一印象を、埋め込むことができます。

「こんにちは。」

「おはようございます。」

「お疲れ様です。」

たった、これだけですが、これだけでも大きな前進です。

奥手な男性ほど、「女の子には、どんなふうに声をかければいいのか分からない…」と悩む人が多いと思います。その心理の裏側には、「変に声をかけて、相手を困らせたくない」と、女の子を気遣う心があるからだと思います。

性格が、優しいんですね。

僕もそのタイプなのですが、僕の場合は、妹が2人いて、幼いころから彼女たちと一緒に育ってきたので、いつもおてんばな妹たちの意見を優先して、自分の意見は後からといったような幼少期を過ごしてきたので、女の子への押しが弱い難点を持っています。

だから、強引に、巻き込むように、女の子を誘うことが苦手だったりします。

ですが、そんな僕でも、簡単な会話から気になる女の子にアプローチをして、自分という人間性を相手に知ってもらうことで、良好な関係を築いていくことができます。

その一番最初の接点の持ち方が、

「あいさつをする」

です。

**気になる女の子が目の前に現れたら、必ずあいさつする。**

これを、ルール化してください。

可愛い女の子発見！⇒必ずあいさつをする(それも、軽やかに)。

これを、心がけてみてください。

## 【2. 分からないことを、質問する。】

これは、特定のシチュエーションに限定されますが、気になる女の子が、飲食店のスタッフだったり、何かのお店のスタッフだった場合に、すごく有効な方法です。

あるいは、何かの分野で、女の子が自分よりも上である場合です。

恋愛に奥手な男の子ほど、実践しやすい、はじめの接点の持ち方だと思います。

分からないことを質問する、というのはつまり、【素直に女の子に甘える】ということです。自分が知らないことを、知っている女の子に教えてもらうのです。

つまり、**“ど素人の立場”**を、逆に利用します。

少しイメージしやすいように、  
僕が先日経験した、会話の例を出しますね。

...

僕には、いつも通っている銀行があります。

その銀行の窓口で、可愛い子がいて、彼女と仲良くなりたいと僕は思いました。

そこで、僕はどうしたか？

その銀行で、口座を一つ作りたということで、彼女に担当になってもらうようお願いしました(直接、本人に話しかけて)。口座を作るその日、銀行のシステ

ムについて、説明を受けます。すると、必ず疑問が生まれるので、その都度、質問していました。

「これって、どういうことなの??」

と。

彼女は銀行の窓口を担当するのが仕事なので、その手の質問は、ちゃんと返してくれます。

僕自身の理解も深まり、彼女も困っている人を助けている、ということで僕に対して好印象を持ってくれます。楽しく会話ができるようになります。

...

女の子と、良好な関係を築いていくって、こういうことです。

上記の例の場合、  
話をしている内容は、あくまで銀行のシステムについてですが、

それだけではなく、もっと抽象度を上げると、  
「僕と会話をしている」、ということなので、僕の印象を、相手の女の子に埋め込むことができるのです。

この時、僕がどう評価されるか？

は、

- ・声の出し方
- ・身振り手振り
- ・言葉を受け取ったときのリアクション

など、それらを総合して、魅力的かそうではないかが判断されます。

**女の子は、論理よりも、感性が豊かな生き物。**

だから僕は、銀行のシステムについて話を聴いている時も、**楽しそうに**話を聴いて、分からないことや、疑問に思ったことは、質問しています。

すると、女の子に  
「この人は、私といる時間が楽しいんだな。」

と印象づけることができます。

これによって、女の子から好感を獲得できる、というわけです。

...

ちなみにこの方法は、回数を重ねれば重ねるほど、効果が増していくので、気になる子が働いているお店や場所には、頻繁に顔を出すようにしましょう。

“単純接触効果”

という言葉が、心理学にはありますが、これは僕自身も体感している効果です。

何度も何度も、接触がある女の子とは、仲良くなれます。

最初の接点だけで、女の子から高得点を獲得するのは、あまり現実的ではありません。仮に高得点を獲得できても、次に会う時には、リセットされている場合がほとんどです(女の子は、その傾向があります)。なので、回数を重ねることで、「この人は、楽しい人！」という信用を積み足していくことを、していきましょう。

### 【3. 気になる女の子の“となり”に付いて、雑談をする。】

先ほどの2つよりも、少しレベルアップした、気になる女の子とのはじめの接点の持ち方です。推奨する雑談内容については、また後ほど、いくつかご紹介していきますね。

実はこれ、僕がよく使っている、気になる女の子へのアプローチ法です。

まず、ポイントとなるのは、【**となりに付く**】という部分です。

最初に、物理的なキヨリを縮めるんです。

奥手な男の子には、少し難易度が高いかもしれませんが、ここは勇気を振り絞って、気になる女の子の、すぐとなりに付く、ということをしてみてください。

そうすることによって、相手に自分の存在を【意識させる】ことができます。

この時、注意したいのは、物理的なキヨリを近づけるのが大切なのだと、相手の真正面に付いてしまわないことです

真正面に付いてしまった場合、女の子に威圧感を与えてしまうことになり、プレッシャーを感じさせてしまいます。面談やミーティングではないので、この配置は避けましょう。

女の子の心を開かせるために、そして相手をリラックスさせるために、【**となりに付く**】ことを意識します。

こうして、物理的なキヨリを近づけた状態で、雑談をしていると、心理的なキヨリも近づきやすくなり、仲良くなりやすくなります。

で、肝心の雑談の内容なのですが、一番無難で簡単なのは、「天気」の話だと、

僕は思っています。

「今日は、すごく天気がいいですね^^」

本当に天気がいい日に、この言葉を投げかけてあげると、高確率で、相手から

「そうですね^^」

と返してもらえます。

これは、プラスの言葉のやり取りなので、相手から好印象を持ってもらいやすいのです。晴れの日には、女の子も気分よく過ごしていることが多いので、そこに共感してあげると、女の子と仲良くなれます。女の子と仲良くなるためのポイントになるのは、

“共感する”

という部分です。

女の子は、男と違って、  
論理よりも感性が豊かな存在です。

だから、  
「気持ちよい」というお互いの気持ちを共有すると、仲良くなれます。

僕自身、この手の会話術は、よく使っています。

僕は肉食系男子ではないので、強引に女の子を巻き込むことはできませんが、女の子の気持ちに共感し、彼女たちの精神フィールドにスツと入る能力は、誰にも負けないと思っています。

きっと、このレポートを読んでいるあなたも、肉食系というよりは、どちらかというと女の子に奥手な方だと思うので、無理に肉食系男子の誘い方をマスターしようとするのではなく、【女の子の気持ちに共感する】という能力を高めることに集中してください。

その方法の一つが、「今日は天気良くて、気持ち良いね^^」と声をかけることです。これだけで、高確率で、好印象を持ってもらうことができます。

ただ、この場合、天気の良い日に限った話になるので、それ以外の引き出しも必要になりますので、僕の日常での例をシェアさせていただきますね。

...

先日、髪を切りに、  
美容室に行ってきました。

いつも通っている美容室で、  
そこの女性のスタイリストさんに、髪をカットしてもらいました。

彼女とは、いつも楽しく会話ができます。

もともと、彼女とは相性がいいということもありますが、ある言葉を投げて、その日は会話が盛り上がりました。

どんな言葉を投げかけたのか？

それは、

「2018年は、あっという間に終わりましたね...笑」

という言葉。それに対して、

「ほんと、そうだよ！笑」

と、彼女は返してくれました。

2019年の年始の時期だったので、このフレーズがヒットしました。

ヒットしたというのはつまり、【相手の共感を呼んだ】ということです。では、どういったところに、その女性との共感ポイントがあったのか？

それは、

「2018年は、あっと言う間に終わった」

という部分です。

この言葉がけは、高確率で共感してくれると確信して、僕はその女性に投げました。

ご存知だと思いますが、大人になると、子供のころよりも、速く時間が経つように感じられるのが一般的です。これを言葉にして、相手に伝えることをすると、相手の共感を呼び出すことができ、「あなたも私も、時間が経つのは速いと感じる」という仲間意識が芽生えて、仲良くなれる、という原理です。

これは、あくまで会話の一例にすぎないので、ぜひ、あなたなりの「相手からの共感を呼び出す」言葉の引き出しを、たくさん作ってください。

ポイントは、多くの人が、「YES」と言える言葉や質問であることです。

最初は、あまり頭で考えすぎずに、女性と多く会話する経験を積むのが、一番だと思います。

上手く話せないと思いますが、数を重ねるうちに、「あの時は、ああいうふうに言えばよかったな。」

と、振り返りをする機会がどんどん増えていくので、自然に会話の引き出しは増えていきます。

「今日は、天気がいいですね^^」  
「2018年は、速かったですね。笑」

といったような、誰もが「YES」と言えるような話題を振る。

そうすることによって、女性と仲良くなり、好印象を持ってもらい、異性としても意識してもらうための土台が完成されていきます。

この会話術は、ぜひマスターしてください。

## 【4. 相手のファッションを褒める。】

これは、一番最初に声をかける方法、というよりは、先ほど紹介した3つの方法で、何回か接点を持った後に、行うと良い方法です。

なので、2回目以降で行うと良い、と僕は思っています。

しかし、1回目に話しかける方法としても、十分に使えます。

女の子と話すことに慣れてきたら、この方法でチャレンジしてみるのも、面白いです。

「この人、他の人とは違うっ！」

といったふうに、良い意味で好印象を持ってもらえます。

...

さて。

“褒める”

ということを、ここでは行うのですが、それは、

「顔がかわいいね。」

と、“顔”について褒めるよりも、  
【相手のセンス】の部分を褒めると、より効果的に好印象を持ってもらえます。

女子的な表現をすると、【ポイントが高い男子】になれます。

特に、美女になればなるほど、センスを褒められると、嬉しい傾向にあります。

例を出しますね。

「髪、すごくキレイですね！どんな手入れをしたらそうなるんですか??」

以前、居酒屋にいた、本当に髪がサラツサラのキレイな子に  
この言葉(質問)を投げました。

これは、「2」の『分からないことを、質問する』ことにも繋がりますが、女の子が意識的に力を入れている部分を認めて、褒めてあげると、女の子は喜びます。

「え??そうですか??特に、何もしていないんですけど…。照」

照れていましたが、嬉しそうでした。

「髪がキレイ」と言われると、基本的に女性は喜びます。それは、髪がキレイだと認められると、女性として大きな自信が持てるからです。その女の子は、髪がキレイだと思われたいから、しっかり手入れをしているんです。その、承認欲求を満たしてあげるんです。

もちろんその時は、僕が本当にそう思ったから、その言葉を投げました。だからヒットしたんです。

これを、どう見ても髪がチリチリで、キレイではない人に向けて言葉を放つても、「嘘くさい」

と思われて、返って逆効果になります。

ここは、注意したいところです。

なので、あなたが本当に心から思ったその子の魅力を、伝えてあげましょう。

他の誉め文句としては、

「指、キレイですね。」

「着ている服、すごくおしゃれですね。」

といった言葉も、効果的ですね。

こんなふうにも、

相手が意識的に力を入れている部分を褒め(承認し)ます。

すると、多少なりとも、恥ずかしがるように、女の子は喜びます。

これは、女の子と仲良くなる、というよりも、ドキッとさせるための、アプローチ法です。

「女性として、素敵ですよ。」

と、相手に間接的に伝えているので、相手も、異性として、こちらを意識し始めま

す。

これは、心理学で言われる、  
「好意の返報性」です。

自分を嬉しい気持ちにさせてくれる男性に、  
女の子は好意を抱くのです。

ぜひ、あなたが「この子かわいい、キレイだ！」と思う子を見つけたら、果敢に“褒める”声かけにチャレンジしてみてください。

この働きかけによって、その女の子はきっと喜ぶはずですよ。

その他にも、僕はいつも、

「声、キレイですね。」

「目力があって、ドキッとします。」

「落ち着いている雰囲気があって、安心します。」

そういったことを、心から思ったら、ちゃんとその子に伝えています。

“魅力を感じたら、必ずその部分を、相手に伝える。”

これ、僕のルールです。

そうして、魅力的な女の子と接点を取ります。

本気で思ったことを、本気で伝えるので、  
相手にとって、嬉しいものとして届けることができます。

**ぜひ、試してみてください。**

## 【5. 相手の好きな分野で会話する。】

これは、アドリブ重視の、反射神経が求められる方法ですが、僕個人的に、かなりおすすめの会話方法です。

「1」～「4」で紹介した、女の子との会話方法を、日々実践しながら、同時にこのスキルも高めていくのが、一番良いと思います。

さて、その方法ですが、一般的な女の子であれば、必ず何か、

- ・好きなアーティスト
- ・好きな俳優
- ・好きな映画
- ・好きな小説

などがあるはずですよ。

まずは、それらを訊き出します。

僕の質問文句はいつも、

「お休みの日は、何をしているんですか？」

です。

すると、なんらかその子から、好きなことに関連する答えが返ってきます。それについて、どんどん質問して深堀していくんです。

これは、女性だけではなく、人には、

「自分のことを知ってほしい、自分が好きだと思っている世界について、もっと伝えたい！」

という欲求を持っています。

つまり、自分の話を聴いてもらいたいのです。その欲求を満たしてあげるんです。すると、溢れんばかりの回答が返ってくるので、それに対して、

「へえ！ そうなんだ！！」

「それって、すごいね！！」

「それで、その後はどうなるん！？」

と強くリアクションして、興味本位で、その子の話を聴いていきます。

この時、僕自身は、本当に楽しんでいます。なぜなら、気になる女の子のことを、知ることができているから。至福の時間です。その感情が、相手の女の子にも伝わります。すると、好意を持ってもらいやすくなります。

しかし、その話を聴いている時は、お互いゆっくり話ができる時ではない場合がほとんどだと思います。

女の子がお店の店員さんで、  
自分がお客

といった場面では、そうですね。

あるいは、バイトや職場の同僚だと、休憩時間や、少しの時間で話していることになるわけですから、話が途中で途切れることが多いと思います。だから、

“話したくても、話せない…っ！”

という不満を、女の子は持ちます。その時に、

「せっかくだからさ、今度一緒にご飯どう？ もっとその話聞かせて(^\_-)☆」

と誘うと、高確率で、OKが返ってきます。

一緒に食事に行けば、もっと話を聴いてもらって、楽しくなれると、女の子に思ってもらえるからです。この原理が理解できるようになると、女の子と仲良くなる方法がいろいろ見えてきます。

...

例を出します。

僕の前職は、高校生を対象にした進学塾講師でした。

その仕事では、生徒とたくさん面談していたのですが、特に、女子生徒には、その子が好きな分野についてたくさん質問して話していました。

女子生徒は、今流行りのアイドルグループやイケメン俳優、音楽アーティストには、熱狂しているところがあります。その話について、彼女たちに質問することで、たくさん好きな話をさせてあげます。興味本位で話を深堀するように訊いていくと、必ず会話が弾みます。

教えてもらったことを、帰った後、ネットで調べて、そのことについての知識を取り入れていきます。で、再度その生徒と面談した時に、その話でまた盛り上げる。

下調べがあるので、ある程度、その子が好きなことについて、理解することができます。

理解されることで、その生徒は喜びます。

そうして、「自分が好きな世界を知ってほしい！」という欲求を満たしてあげた後に、自分のお願いをするのです。

「これからの学習計画を立てようか。」

そうやって、彼女たちとは摩擦なく面談を進めていました。

ここは、狙ってやっていました。このワンクッションを入れるのと、入れないのとでは、面談の質は全く異なってきます。

この例は、女子生徒との面談の話ですが、これと同じようにして、好きな女の子にアプローチすることができます。

つまり、

“好きな話題について、女の子が話せる状況を、あなたが作り出してあげる。”

この環境を作ってあげるのです。

聴くときのポイントは、女の子が魅力を感じている部分に、共感して、話を聴くことです。

「確かに、あの俳優はカッコいいよね！」

「なるほど、そんなふう思うんだね！」

「そのライブ、行くの楽しみやなあ！」

すると、彼女たちは、楽しそうに話をしてくれます。

ここで、女の子が楽しそうに話をしている時、気を付けたいことがあります。

それは、話を聴いている時のリアクションを、ちゃんと取ってあげる、ということだ

す。

「そうなんだね！」

「なるほど！」

「で、その後はどうなるん??」

そうやって、興味があることを、リアクションによって、相手に伝えます。

男性は、女性よりも、感性が乏しいと言ったら語弊がありますが、女性と比べると、感情的に振舞うよりも、理性重視で振舞う傾向があります。

だから、リアクションが薄い、ということがよくあります。

「ふ～ん。」

↑

こんな感じのリアクションをしてしまいがちです。  
(たとえ、興味があったとしても)

男性の場合は、論理脳が優位になっていることが多いので、

返ってきた答えに対して、頭の中でいろいろ考えてしまっ、リアクションとして、こうなる傾向が強いのです。

これをしてしまうと、  
女の子を、気の毒な状況に追い込んでしまいます。

「この人は、あまり私が話していることには、興味がないのかな...？」

と、思ってしまい、心理的にキヨリが生まれてしまいます。

これは、ものすごく勿体ないことだと思います。本当は、あなたは好きな女の子が興味関心を抱いている話を聴いているはずなので、

「そうなんだ！！」

「ふんふん、なるほど！それで！！」

と、大きく頷いてあげたり、どんどん話を深掘させてあげることができるはずですよ。

なのに、それをしないことで、気になる女の子との関係が築けないとなると、自分の行動の在り方を、見直す必要があります。

ですので、ここは、あまり恥ずかしがらずに、少し大げさなぐらいのリアクションを、女の子にとってあげましょう。

「私は、あなたに興味があるんです！」

このメッセージを、大きくリアクションするという態度を見せることで、伝えてあげます。

...

これは、僕の話ですが、女の子の話を聴いている時の僕は、自分も女の子になったかのように、話を聴いています。そして、深く共感しながら、話を聴いています。

ガールストークに溶け込むような、イメージです。

もちろん、オネエのような話し方をするわけではありません。女の子のように、共感重視で、話を聴く、ということです。これをすると女の子は、絶対に喜んでくれます。間違いありません。

ほぼ例外なく、自分が話したいこと、好きなことには、嬉しそうに話してくれるのが、女の子です。

そうやって、

“あなたと会話する時間＝至福の時間”

だという印象を、相手の女の子に埋め込みましょう。

これができるようになれば、必ずあなたが心から「可愛い！」と思う女の子から、異性として強く意識され、望みが叶うようになっていきます。

頑張ってください^^

ここまで長文読んでいただき、感謝します。

**【追伸.】**

今回のメッセージを受けて、感想などがあればこちらへメールを下さい。  
送ってもらえただけで、とても励みになります^^

01changing.project@gmail.com

---

---

**執筆:**yuki 塩野

**ブログ:**<https://ameblo.jp/yukies-life/>

**Youtube チャンネル:**<https://bit.ly/2K3eWN6>

---

---