

第一印象を良くする方法



“春” 出会いの季節です！最初に出会った時の印象は今後の人間関係において、とても大切です。今回は『**第一印象を良くする方法**』について、お伝えいたします。

1. 清潔を心がける

ボサボサの髪・シワシワの服・シミ付きの服・手入れできていない鼻毛や髭……。なーんてことはありませんか？**外見は第一印象を大きく左右します！**また**臭いも重要！**髪や体を清潔にし、ニンニク料理を避けるなど、基本的なことを丁寧に行いましょう。

2. 明るいオーラを出そう

自然な笑顔で相手に微笑みかけてみましょう。「私はあなたの味方ですよ」というサインになります。また、**アイコンタクト**もしっかり取るよう心がけてください。目線を避けて話をする人からは明るいオーラを感じにくいです。

3. その場を楽しむ

目の前の景色・雰囲気・参加者の服装・セミナーの内容など、**そこに参加できて嬉しい**ということを味わってみてください。楽しんでいる人の所に人は集まります。自然と生まれる話題も多くなり、柔らかな雰囲気で話を始めることができます。

4. 名前を覚えて、すぐに使う

お互い名前を名乗ったら、**すぐに相手の名前を会話の中に入れてみてください。**
例えば「○○さんはこちらへの参加は初めてですか？」や「○○さんはどちらからいらしたのですか？」などです。名前を呼んでもらえると親近感がわきます。

5. 相手に興味を持つ

相手に興味・関心を寄せましょう。まずは、いくつか質問してみたいかがでしょうか？
例えば「どのようなお仕事をされているのですか？」や「参加されたきっかけは何ですか？」などです。そして、**相手の答えにはしっかりと耳を傾けてください。**

6. 相手を否定しない

初対面の相手の話は、**一度受け入れることを心がけましょう。**
例えば「そういう考え方もありますね」や「○○さんはそう思われたんですね」などです。



7. 自分自身をかざらない

初対面だからといって、カッコイイ自分・カワイイ自分を見せようとしていませんか？
自分自身を飾りすぎず、普段と変わらないような言葉で話すことを心がけましょう。

8. 共通点がありますか？

相手と自分に共通点があると親近感がわいてくるものです。例えば、出身・部活・趣味・持ち物・共通の友人など、**相手との共通点を探してみましょう。**相手の趣味や経験を聞くことで、相手への興味・関心を伝えていくこともできます。

9. 失敗談や弱みをさらけ出す

自分の弱みや失敗談を、少し照れながらも明るい雰囲気で話してくれる人って親近感がわきませんか？
そういうパターンを1つ・2つあらかじめ用意しておくこともオススメです。

10. お別れの時に気をつけたいこと

「またお会いしましょう」だけでなく、そこに**笑顔と一言プラス**することを心がけてください。
例えば「○○さんとお話しできて嬉しかったです」や「何かお手伝いできることがあったら、いつでも声かけてください」や「教えていただいたこと、やってみますね」など、ポジティブな一言を添えてみてください。