

複数の人との会話が苦手

1対1で話すことは平気なのに、複数の人と話すことは苦手という人がいます。
大事なのは傍観者になってしまわないことです。



積極的に会話に参加する意識を持ち続けられる工夫を

複数の人との会話は1対1より難易度が高くなります。話し手や聞き手が複数いると会話に入るタイミングがつかみにくいうえに、自分が何もなくても話は勝手に進みます。とくに自分にとって興味のない話題になるとなおさらです。

ただ話を聞いているだけの傍観者になってしまうと、会話の輪に入ることがむずかしくなります。そのため、複数の人との会話では積極的に参加する意識を持ち続けることが大切。「会話に積極的に参加する=自分がたくさん話す」ことと思われがちですが、聞き役や質問役でも会話に楽しく参加し続けることはできます。

複数の人との会話に楽しく参加するコツ

「聞く」「質問する」「話す」の3つをうまく使ってみよう。

笑顔と大きめのリアクションで聞く

聞き上手な人には話をしたいと思うもの。笑顔と大きめのリアクションで話を聞くと自分に向かって話をされる機会も増え、会話に参加している感覚を持てる。

質問をしてみんなの会話を促す

質問をすることで会話を盛り上げることができ、聞き役としての存在感が増す。また、質問をすることで自分が興味のある話に持っていくこともできる。

だれかが話したあとと同じ話題で話す

会話に参加したいけれども話すタイミングや話題に迷うときは、だれかが話したあとと同じ話題で話す。そうすれば自然な流れで自分の話ができる。

