

共通の話題を探る

数人で雑談をしているとき、ふと気が付くと一部の人がただ盛り上がり、一人だけぽつんと置いてきぼりの人がいたという経験はないだろうか。

こうした輪の外の人を作らないためには全員で話せる共通の話題を探すに限る。その努力を惜しんではいけないが、どうしても避けられない場合もある。

まず簡単に済む特定の話なら、あらかじめ「ちょっとだけごめんなさい。すぐ済みます」と話題に加われない人に断ることが大切だ。そう切り出せば「どうぞ、どうぞ」と気持ちよく待ってくれるだろうし、その間にトイレに立つなど間を持たせてくれるだろう。

話の途中で気が付いた場合は「今、〇〇の話をしているのよ」と状況を説明し、「あなたならどう思う？」と会話の輪の中に誘う気遣いがほしい。

共通の話題のはずなのに会話に加わらず、孤立している人を見つけた場合は、話しながら視線だけでも送ってみると効果的だ。

会話で重要なのは疎外感を与えないこと。「あなたにも気を配っていますよ」というメッセージを伝えることが大切なのだ。

④ 会話を盛り上げる