

データの教科書

① データ設計ロジック

ゴールからの逆算

恋人までに必要な要素

- ① 危なくない
- ② オスとしてOK
- ③ 尊敬できる存在
- ④ 特別な存在

よくある失敗パターン

- ① イベントごとに行く
- ② 時間をかけすぎる

デート設計はこうしよう

1回目 ランチ or カフェ

危なくない & オスとしてOK

2回目 ディナー

尊敬できる & 特別な存在

練習も必要

データの教科書

① データ設計ロジック

デートの教科書

② 事前準備

デートは準備で8割決まる

男が全部決める

- ① 日時
- ② 集合場所
- ③ 行く店
- ④ 注文内容

お店選びのポイント

- 苦手なものを聞いておく
- 横並び or L字
- 2軒目 3軒目までルート下見

身だしなみチェックリスト

- ヒゲ剃りましたか？
- 眉毛整えましたか？
- 髪はセットしてありますか？
- 鼻毛出てないですか？
- 汗対策OKですか？
- 口腔ケアOKですか？
- 唇乾燥してませんか？
- 爪は切りましたか？
- いい匂いさせてありますか？
- 服はシワ無いですか？
- 靴と鞆は綺麗ですか？
- 財布は整理されてありますか？

デートの教科書

② 事前準備

デートの教科書

③ 気遣い基本編

女性のエスコート

気遣いの基本

- 車道側を歩く
- 歩く速度を合わせる
- エスカレーターは男が下
- エレベーターは女性が先
- 椅子を引いてあげる
- メニューは女性向き
- 店員さんは男が呼ぶ
- おしぼりは先に女性に
- 注文は男が決める
- お水、お茶の注文
- トイレの間に会計する
- 改札まで送る

誰も出来ていないぶん
差別化出来る

デートの教科書

③ 気遣い基本編

デートの教科書

④ ボディランゲージの基本

男としてOK

ボディランゲージ①

目線

ボディランゲージ②

動作量

ボディランゲージ③

動作速度

ボディランゲージ④ リターンバック

日常から意識しよう

デートの教科書

④ ボディランゲージの基本

デートの教科書

⑤ 初回デートロジック

初回デートのポイント

「また会いたい」で終わらせる

初回デートの構成

- ① 挨拶
- ② アイスブレイク
- ③ 仕事 → 趣味 → 過去の話
- ④ 恋愛話

① 挨拶のポイント

- 名前呼び
- 笑顔
- 目線
- 声

② アイスブレイク

- 世間話 「何線ですか？」
- 自己開示 「緊張しますね」
- 褒める 「オシャレさんだよね」

③ 仕事 → 趣味 → 過去

「仕事何してるの？」

「仕事楽しい？」



「気分転換って何するの？」

「やってみたい事とかある？」

「インドア or アウトドア派なんやね」



「部活も文化系？ or 体育会系？」

「小学校の頃ってどんな子供だった？」

話題掘削の目的

その子が「頑張っているポイント」を探る



上位互換が「尊敬される人」

主な尊敬ポイント

- 仕事を頑張っている
- やりたい事をして生きている
- ポジティブ、明るい
- 好奇心やチャレンジ精神旺盛
- 美意識が高い

④ 恋愛話

「初恋っていつだった？」

「どんな人だった？」

「付き合ってから好きになる方？」

あくまで軽めに

目的は”盛り上がること”です

初回デートの構成

- ① 挨拶
- ② アイスブレイク
- ③ 仕事 → 趣味 → 過去の話
- ④ 恋愛話

デートの教科書

⑤ 初回デートロジック

デートの教科書

⑥ 2回目デートのロジック

2回目デートの構成

- ① 再生
- ② 恋愛観
- ③ 移動
- ④ 未来
- ⑤ 接触
- ⑥ クロージング

① 再生

褒める → 仕事 → 趣味 → 過去 → 恋愛

前回の話を持ち出しながら
盛り上がりを思い出してもらおう

② より深い恋愛話

「初恋ってどんなだった？」

「前の彼とはなんで別れたの？」

「付き合ってから好きになる方？」

「こんな男は無理！ってのある？」

「異性にキュンとくる瞬間」

「タイプの人」

Point : 逆脈アリサイン

(例) タイプの人トーク

- タイプの人は? → 女性の回答 → 「あー僕ですね」
- ○○くんは? → 「ショートヘアで看護師…(女性の特徴)」
- 「俺たち絶対合うやん！」

③ 移動

「明日早い？」

「もう帰る？」

④ 未来の話

短期的未来

「今度～～行こうよ！」

「一緒に～～やろう！」

長期的未来

「旅行してみたい所とかある？」

⑤ 接触

接触は、身体の中心部から遠い順に

手 → 肩 → 頭 → キス

⑥ クロージング

- 逆脈アリサイン

「こんな話合う事なかなか無いよね」

「〇〇と付き合ったら絶対楽しいと思う！」

「もう好きになりそうやわ」

- 告白するなら

「てか、好きなんやけど。彼女なってや」

「〇〇さ、俺の彼女になれよ」

デートの教科書

⑥ 2回目デートのロジック