



いい人止まり卒業チェックリスト

～恋愛で“知らぬ間に損してる”30の落とし穴＋改善TOP3つき～

こんな人におすすめ

- 自分では気づかない地雷を踏んでいるかも？と不安な人
 - 「また会いたい」と言われたい原因が知りたい人
 - “優しさ”が逆に恋愛を遠ざけている気がしている人
-

チェックリスト構成(○か×でチェック)

【会話編】

- ☐ 相手が話してる時に、自分の話でかぶせる
- ☐ 話題が浮かばないとすぐ沈黙になる
- ☐ 「とりあえず質問すればいい」と思っている

【LINE編】

- ☐ スタンプだけで終わることが多い
- ☐ 毎回「暇？」と聞いてしまう
- ☐ 自分から話題を振らないことが多い



【印象・振る舞い編】

- ☐ 「どこでもいいよ」と言いがち
- ☐ お店やデートの提案を丸投げする
- ☐ デートでも笑顔が少ない

【“いい人止まり”ループ編】

- ☐ 自分の気持ちは後回しにする
 - ☐ 相手に共感しすぎて自分の軸がなくなる
 - ☐ 「また会おうね」で終わり、次に進まないことが多い
-

チェック数による判定と改善アドバイス

○が10個以上 → 要注意ゾーン！

→ あなたの魅力が“伝わっていない”か、“逆効果”になっている可能性があります。

✨10個以上の人向け | 改善ポイントTOP3

1. 「質問量」より「会話の質」にこだわる
→ 詰問にならず、相手の感情に寄り添う聞き方を身につけよう
2. “察してほしい”ではなく、素直に感情を言葉にする
→ 「会えてうれしい」「緊張してるけど楽しい」などが好感につながる
3. リード＝決断ではなく、“提案力”と“余白のある配慮”
→ 「○○と△△どっちが好き？」などの選択肢提示が◎