

悪用厳禁！

彼を沼らせるLINEテクニック6つの媚薬セミナー

西谷文花

LINEでスレ違う男性心理・女性心理

<男女での、LINEの目的の違い>

男性は何かを決めるとか解決するためのLINEがしたい。

それに対して、女性は繋がりを覚えるために目的を持たないLINEもしたい。

感情をやり取りするLINEがしたい。

繋がっている安心が欲しいからラリーがしたい。

<その目的の違いは何故起こるか？>

男性が愛を求めるのは常ではなく、タイミングがある。

それに対して、女性は常に愛情を求めている、確認していきたい。

<男性の愛情表現と、女性が求める愛情表現の違い>

女性の愛情確認は継続。

それに対して、男性の愛情表現は大きさ。

女性あるあるのお悩み

Q.

彼は忙しい人で、彼発信はあまりありません。
忙しいだけなのか、面倒なのか、不安になってしまいます。

大好きで大切な彼だから、連絡を大切にしたい。
だからこそ、逆に連絡を大切にしないのは
大して好きではないし、大切だと思っていないと感じる。

↓ 嫌われている妄想に発展。

悔やまれる過去の行動を取り繕う為に、ますますLINEを送る
相変わらず反応の薄い彼に、不安が増すばかり。

↓ 私からのLINEは迷惑なの？

自爆

<彼にとってLINEが迷惑ではないことを確認する方法>

- × 「私からのLINEは負担になってる？」
- × 「私からのLINEは迷惑になってる？」

- 「LINEを送ったら迷惑になる時間帯ってある？」

LINEでの連絡を大切に思っていない男性にとって、
大切なものではないLINEは、愛情表現ではない。

既読スルーになる理由

- ・後で落ち着いてから返信しようと思っているから
- ・返信を急がない内容だと思ったから
- ・何て返信したら良いか解らないから（既読＝了解）
- ・雑談で返信が必要ないと思っているから（既読＝了解）
- ・彼に駆け引きされている

未読スルーになる理由

- ・後で落ち着いてから読もうと思っているから
- ・未読マークを残しておかないと読んでも忘れてしまうから
- ・通知や長押しで読んで、急がない内容だと思ったから
- ・雑談で返信が必要ないと思っているから（既読＝了解 → 既読する優先順位が低下）
- ・ネガティブな内容で、気分が落ちるから
- ・彼に駆け引きされている

<心配要らないケース>

デート中に携帯を出していない（携帯の利用頻度が少ない）
仕事で携帯を頻繁に利用している

<要注意なケース>

忙しいという理由で、どんどん連絡が減り、会う約束もしてくれなくなり。
消滅を狙うような動きがあるなら、彼に送っているLINEに問題がある可能性が高いです。

未読や既読スルーになりやすいメッセージ

- ・今、何してるの？
- ・日常報告
- ・ラリーしたがる人からのLINE
- ・愚痴

既読スルー → 既読をつける優先順位の低下 → 未読スルー

未読スルー既読スルーという駆け引き

<未読スルーが無駄なワケ>

仕事の合間など、忙しい中で送信したら、送信しっぱなし。

彼は、既読がつくタイミングを確認しない。

返信が必要な用事で、1日経っても返信がなかったら、確認する程度。

<既読スルーが無駄なワケ>

忙しいのかな？ 忙しい中読んで、忘れたかな？

程度にしか思われたい。

<駆け引きのデメリット>

返信が必要な用事の場合、長時間の既読スルーは、常識を疑われます。

スムーズに連絡が取れないストレスから、付き合いにくいと思われてしまう。

不安からの駆け引きを見透かされて、情緒不安定な面倒臭い女と思われる。

彼が心地よいと感じるLINEの基本

<書き出しに彼の名前を入れる>

〇〇さん、こんばんは☺

丁寧を感じる。

名前を呼ばれると、相手に好意を感じる。

<感謝の一文を入れる>

今日も、ありがとう☺

この一言だけで、思いやりを感じます。

人は、「ありがとう」と言ってくれる人を大切にしたいです。

特に男性は「好き」より「ありがとう」と言われる方が好きです。

<語尾をポップに>

「～」「♪」「！」

気軽な雰囲気が出て、彼も返信しやすい。

(°▽三°三▽°)ウホー! (; ´Д`)ハアハアフソフソ

顔文字も好印象を与えることが判っているが・・・。

あまりに凝りすぎた顔文字は返信率が下がる。

<恋に落とす恋愛ワードを取り入れる>

彼) 明日、恵比寿のレストランでね! 私) はい! あそこのオムライス**好き**☺楽しみ♪

私) ローソンのプリン**幸せ**感じるよ♡ 食べてみて☺

彼) 明日友達と焼肉なんだよ! 私) お肉**トキメク**ね☺ 楽しんできて!

私) マグロさんが勧めてくれたドラマ見たよ。**ドキドキ**した♡

好き・幸せ・トキメク・ドキドキと言う恋愛ワードをたくさん聞くと、相手への好意度が上がる。

彼について、褒め言葉として使うのは要注意。

彼以外のことを褒める時に使って、潜在意識に働きかける。

<同じスタンプを使う>

- ・彼がよく使うスタンプ

同じシリーズのスタンプは波長が合う感じがして心地好い。
スタンプを揃えることを伝えない方が、潜在意識に効果的。

- ・彼にスタンプをプレゼントする

私たち専用のスタンプ使おう♪ と言ってプレゼントする。
二人の専用は、特別感があり、あなたとのやり取りに愛着が湧く。

彼が使うスタンプの類似から、あなたが心地良く使えるスタンプを選ぶ。
目が大きい小動物系のスタンプは相手を笑顔にしやすく好印象。

<感情を伝える>

すっごく嬉し〜い😊 キャーン幸せえ😊

男性は感情を表現するのが苦手。

その分、女性からの感情表現には、女性らしさを感じる。

男性は女性の感情に返事をするのも苦手。

感情を伝えた時の既読スルーは想定内。

彼の心に愛情を蓄積したい時のライン術。

注意)

○○してくれて、嬉しかった

など、彼の行動を説明した上での感情表現は、彼と低迷期の使用はNG。

すがられるような重圧に感じて、距離置きの原因になる場合あり。

彼との低迷期や、まだ関係がギスギスしているような修復中には、

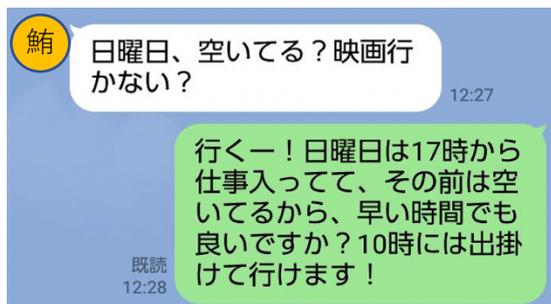
文字で彼の感情を揺さぶらないように、シンプルが良い。

<LINEのミラーリング技術>

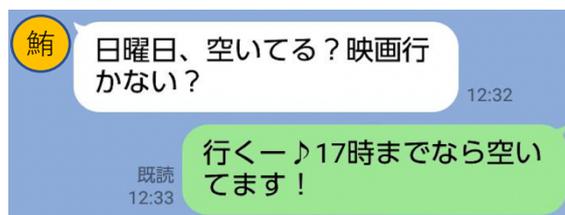
事務連絡は彼の文量や改行の仕方に合わせると読みやすい。

返信が欲しい、必要な用事の時に効果的な、返信優先LINE術。

・改行しない系のNG

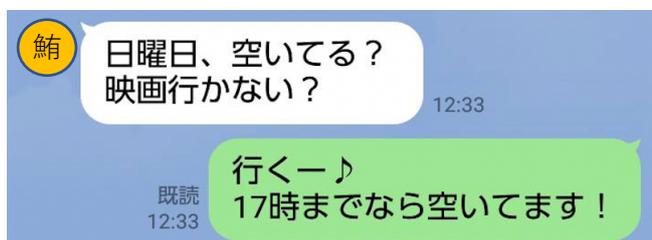


・改行しない系のOK



短文にすることばかり意識して、必要な丁寧さが欠如することはないようにしましょう。

・改行する系のOK



<1件につき1テーマ>

男性は、一点集中！

複数のテーマは、読んでいてストレスに感じさせてしまうことも！

<質問系メッセージの落とし穴>

人は返事の言葉に悩まされると、相手への好感度が下がるという心理がある。

1. 一度に複数の質問

質問系ではなくても、一件につき1テーマ。
質問系で複数のテーマは、更なるストレスになります。

2. 目的が見えない広い質問

東京でオススメのイタリアン教えて？ これだち彼の脳内で起きることは・・・



東京のどの辺り？ 誰かのお祝い？ 女子会？ 予算は？ 謎だらけで、考えることにエネルギーを使うか、質問に質問で返さないとならず既読スルーになりやすい。

お世話になった同僚の送別会をしたいの。
渋谷で、飲み放題がついてるオススメのイタリアン教えて？

考えることが少ないほど、返信しやすくなります。

3. 頻繁な質問

本当に必要でもない質問系の連発は鬱陶しい。
構って欲しいとか、返信が欲しいという依存を見透かされる。

女性は質問することで繋がるのが目的。

男性は質問に答えることが目的。

<返信する時間を合わせる>

彼が2時間程度で返信してくるなら、あなたも2時間程度
早すぎて圧迫感を与えることもなく、待たせ過ぎてストレスを与えることもない。

または、会社で仕事が終わる時間や、夜落ち着いてから寝る前の時間など。

決まった時間に返信してくるなら、あなたもその時間に送る。
彼への配慮になって好ましい。

<心地好い頻度>

永続きしているカップルの平均頻度
忙しい社会人、週に2、3回
3年以上の熟年、週に1回

この平均に近ければ、お互い自立しつつも支え合える良い関係。

<LINEを習慣にする方法>

男性が彼女からLINEが来て嬉しい時間帯
第1位 夜の就寝前 52%
第2位 終業後の帰宅時間 34.0%
第3位 ランチタイム 8.0%
第4位 朝の通勤時間 6.0%

○ 夜、寝る前に一言、おやすみLINEを送ってくれると、幸せな気持ちで眠れる♪
× 不安だから送って欲しい

一言の挨拶LINEは、内容を考える労力不要で習慣化しやすい。
内容としては毎日同じ単純な繰り返しですが、男性は習慣になること自体が愛。

例) 既婚で夜のやり取りが困難な場合、LINEは、夕方5時~帰宅の7時まで。
彼は、その時間に、あなたのLINEを見ることが習慣になる。
LINEが出来なかった日は、あなたが何しているのか気になり、翌日のLINEタイムまで焦らしの時間。

彼を沼らせる6つの感情

男性が心地好いのは、会うための会話と、自分を認めてくれる会話。

安定・刺激・重要感・繋がり・貢献・成長

人は、この6つの感情の中から、3つ以上の感情を得られる相手の中毒になる。

- 安定 — 安心感
- 刺激 — 二人の関係性の不安定感や変化
- 重要感 — 認められたい、尊敬されたい、価値ある存在だと感じたい（承認欲求）
- 繋がり — 一体感を感じたい、愛を感じたい
- 貢献 — 役に立ち自分の存在意義を感じたい
- 成長 — 成長した自分の存在意義を感じたい

この6つの感情を利用して、会う為の会話と、彼を認める会話を提供すると、追いかけてくる。

安定（安心感）

<テンションを合わせる>

彼) 残業になっちゃって疲れたよ。

NG) お仕事頑張ってる〇〇さんカッコイイよ！疲れてるのに尊敬しちゃう。お疲れ様！

無理に褒めたり、励ましたりするのとは、彼とテンションが合わず違和感。

OK) 遅くまで頑張ってるね！お疲れ様。

彼を認めてくれる言葉「頑張ってるね」
労いの言葉「お疲れ様」

<十分な応答>

彼) 明日、渋谷の焼肉行かない？

NG) いいよー！

行かない？に対して、行くか行かないか、と言う直接的なお返事がなく、丁寧感の欠如。

OK) 行く行く～！ あのお店のお肉トキメクよね😊 楽しみ～♪

行かない？に対して直接的なお返事「行く」が入ることで素っ気なさがなくなり丁寧。トキメクと言う恋愛ワードと、ポップな記号で、グンと感じが良い返事になる。

刺激（不安定感・変化）

<デートをキャンセルされたら>

彼) 明日、仕事で会えなくなった、ごめん。

私) お仕事なら仕方ないね。体、大丈夫？無理しないでね！

この会話では、彼の感情は揺さぶれない。

私) 了解

ご機嫌、損ねたかな？

と考えるしまうような、ハッキリ感情が読めない一言で、彼をモヤモヤさせる。

このまま、放置もあり。

私) 次はいつ？

仕事が終わる頃、連絡。

キャンセルした罪悪感からモヤモヤして、穴埋めのデートが早まる。

<他の女性を褒められたら>

私) 私のことも褒めて♡

彼) 可愛い

私) もっと♡

彼) 優しい

私) もう一声♡

彼は、あなたの魅力を思い出す。

「もう一声」リクエストすることで更に、あなたの魅力を探す。

明日もLINEする為に、会話を持ち越すのもオススメ。

私) 私のことも褒めて♡

彼) 優しい

私) もっと！ あと3つ考えて、明日お答え下さい。 では、おやすみー♡

明日に持ち越すことで、彼はその日、あなたの良いところをいくつも考えてくれます。

魅力の深掘りもオススメ。

私) 私のことも褒めて♡

彼) 可愛い

私) どんなところが可愛いのか、明日のLINEでお答え下さい。 では、おやすみー♡

彼はあなたの魅力を発掘、深いレベルで認識。

文字にすることで、より脳へインプット。

<久しぶりにLINEが来たら>

私) どちら様？

彼) えー、ひどい！

私) 会って見ないと思い出せないわ♡

デートに誘導しましょう。

<アイコンを変える>

ぱっちりキメ込んだ画像は、注目されたいと言う自己顕示欲が見え見え。
褒められたいと思って、印象良く思わない男性も少なくない。

自分の画像を使うなら、綺麗な風景の中に存在するものなど、主張し過ぎない画像が無難。
インパクトが薄いので、あまり効果は期待出来ない。

文花のオススメ

彼との思い出の物や風景をアイコンにする。

彼だけに向けた特別感。

彼もその幸せな思い出を見る度に、あなたへの愛着が湧く。

それが、外されたら・・・どうして？ とあなたのことが気になる。

彼) 何でアイコン変えたの？

私) 何でだと思う？ (ニヤリスタンプ)

彼) えー、わからないよ！

私) そろそろ思い出を更新したいから♪ ○○へ連れて行って！ (ルンルンスタンプ)

またあるタイミングで、昔の思い出のアイコンに戻すのも刺激。
あなたとの歴史を感じて、あなたへの愛着が育つ。

重要感（承認欲求）

褒められたい、認められたい、価値ある存在だと感じたいという欲求。

例)

お友達の誕生日祝いをしたんだけど、渋谷で前菜がお洒落なイタリアン教えて？
マグロさん、いつも連れて行ってくれるお店センス良いから！
お願いしまーす！

用途、場所、特徴を絞って質問。

ポイントは「知ってる？」や「ある？」ではなく「教えて？」

「いつもセンス良い」と褒められることは重要感。
頼られることも、価値ある存在だという重要感。

彼が二箇所、提案してくれた場合。

私) どっちもお洒落で迷ったけど、皆とは「A」のお店に行ってくるね！ありがとー😊
「B」のお店にもトキメイちゃって諦められなーい。マグロさんと行きたいなあ♪

会う約束への会話へ誘導。

「トキメイちゃう」など恋愛ワードを入れつつ、褒めて次のデートを早める。

彼がススメてくれたお店へ行ってきた後の報告。

例)

「A」に行って来たよ！ お友達「幸せー」って連呼してた♡
素敵なお祝い出来たよ～。 マグロさん頼りになる！ ありがとー。

間接的に褒められると、重要感も大きくなり得られる喜び倍増。

強力な一言！

私) 一番先に、マグロさんに伝えたかったのー！

繋がり（一体感）

繋がりを感じさせるのは、会っている時だけで十分（LINEでの提供は不要）。
会っていない時、あなたの好意が不確実に感じると、繋がり求めて会いたくなる。

○ 好意 8割：不確実 2割

追いかける女性がしている、彼を沼らせる駆け引き。
どっちなのか判らない、そんな微妙なバランスに、一番、人は抜け出せなくなって沼る。

× 依存 8割：脈なし 2割

成就できない女性がしている、失敗な駆け引き。
彼から見たら、ただの情緒不安定で面倒な女。
これを繰り返すと、未読スルー、音信不通、ブロックという末路。

< 会話未完了で放置 >

私)
「黒潮」って映画、マグロさん好きそうじゃない？
来月公開だって！ 一緒に観に行かない？

彼)
どんな映画なの？

私)
マグロがサメと戦うアクション映画だよ！
迫力満点だと思うよ♪

彼)
いいね！ 観に行こう！

私)
予定見しておくねー♪

放置して、あれはどうなったの？と思わせる会話をする。
彼の好みに合わせて、乗せておくことがコツ。

<ライバルの出現>

彼) 目黒川の桜が咲いて来たよ!

私) ライトアップが綺麗なんだよね♪ 見頃はいつかな?

彼) 週末辺りが見頃だと思うよ!

放置後、お友達と観に行った報告。

私) 目黒川の桜、飛魚ちゃんと観て来た! すごく綺麗だったよー♪

俺より優先なの? と疑問に思うライバルの存在が効果的。

ただし、他の男性を匂わせるのはNG。

モテる女性は価値が高く魅力的、男好きに見えると下品。

放っておいたら予定が埋まってしまう充実した人間関係は、彼からのお誘いを早める。

愛の言葉を交わしている場合。

関係が順調なら、愛の言葉を止める必要なし。

自分の情報を開示し過ぎないこと。

未来も愛情を維持できるかは判らない、不確かさを感じて貰えればOK。

男性の独占欲と支配欲。

男性は、不確かさによって、独占欲や支配欲も刺激される。

男性の独占や支配の証は、自分の力(お金)に結びついていることも多い。

ご馳走や、プレゼントという貢献で、独占欲や支配欲を満たそうとする傾向あり。

貢献・成長

貢献は、パートナーの役に立ちたい、価値ある存在だと感じたいという欲求。

成長は、パートナーの役に立つことで、自分の成長を感じたり、自信を増したいという欲求。

貢献・成長は、見返りがなくても自己肯定が沸き起こるポジティブな感情。

その一方で、人は自分の行動と現実が伴わないのは納得が出来ない。

そのため、貢献した相手が自分から離れていくことは、なかなか諦めがつかず、更に尽くす。

<彼との思い出のアイコンを外した時>

彼) 何でアイコン変えたの？

私) 何でだと思う？ (ニヤリスタンプ)

彼) えー、わからないよ！

私) そろそろ思い出を更新したいから♪ ○○へ連れて行って！ (ルンルンスタンプ)

彼は、不安定感を取り除く為に、希望の場所へ連れて行くという貢献をする。

<久しぶりにLINEが来た時>

私) どちら様？

彼) えー、ひどい！

私) 会って見ないと思い出せないわ♡ 1週間以内に会わないと完全に忘れちゃうかも！

彼) 今度の日曜日にね。

彼は、不安定感を取り除くために、時間を作るという貢献をする。

会えない間、マグロさんのこと忘れないように、指輪プレゼントして♡

など、会えた時に可愛いオネダリをして、お金を使う貢献もして貰いましょう (笑)

<オシャレなお店教えてもらった時>

例)

お友達の誕生日祝いをしたいんだけど、渋谷で前菜がお洒落なイタリアン教えて？
マグロさん、いつも連れて行ってくれるお店センス良いから！

カッコつけたいし、期待を裏切りたくないの、一生懸命探すという貢献をします。
「それが出来た俺」は成長。

私) どっちもお洒落で迷ったけど、皆とは「A」のお店に行ってくるね！ありがとー😅
「B」のお店にもトキメイちゃって諦められなーい。マグロさんと行きたいなあ♪

調べて、そのお店に連れて行くというのも貢献。
「それが出来た俺」は成長。

<彼が友達と出かける時>

彼) 明日友達と焼肉なんだよ！

私) ズル〜い！ いいなあ〜私もトキメクお肉食べたーい！ 今度連れて行ってね♪

「ズルい」は、ポジティブな攻め言葉。

<彼とのプチ約束>

私) ローソンの新作プリン美味しそうだよ♡ 今度会う時、買って行くから一緒に食べよー♪

後日の彼) ローソンの新作プリン、美味しかったよ！

私) え？ ズルい！ 一緒に食べるの楽しみに待ってたのに。
私もう会う時、買って行かないから、マグロさんが買って来てよ。
私の分は二つだよ。マグロさんは先に一つ食べちゃったんだから！

お安いものから、コツコツお金を使わせる訓練を（笑

Q&A

【Q】

彼に「ラインが素っ気なくて悲しかった」と送ると、数日後に会えます。
その会う日まで、最初に私を落とす時くらい、頻繁にラインが来てグイグイ。
でも会うと、翌日から全くなくなります。

【A】

男性の愛情表現は大きさ、という男性特有の心理。

女性は自分が常に愛情表現して欲しいから、それをしない彼に疑問を持つ。
男性は愛情を欲するにはタイミングがあって、常に表現するものと思っていない。

常に表現しない ≠ 大切にしていない

【Q】

彼発信があまりなく不満なので、彼から来るまで待ってみたりします。
でも、5日くらいが限界で、チラッとスタンプを送ると「ごめん、腰痛めてる」とか
いつもこんな感じ。これ、どうしたら良いですか？
この悔しい気持ちは、どうLINEにしたら良いですか？

【A】

悔しい気持ちはLINEにするのはNG。

女性がわざと連絡せず我慢しても、男性はその事実にも、その気持ちにも気付いていない。
男性は日常的にLINEを必要としていないので、女性が我慢しているという発想がない。

こちらの事例は、チラッとスタンプを送るだけで、言い訳付きの謝罪が来る。
あなたが頻繁にLINEがないと寂しいことを認識していても出来ないということ。

圧迫感になって、お付き合いを苦痛にさせないように！
オススメは、決まり文句の挨拶一言を日課に。

【Q】

既読スルーや、未読スルー後のLINEは、どのくらい間を開けて送ると良いですか？
また、送る時は、どんな内容が良いですか？

【A】

前回会った時の彼の様子から判断して、関係が良好なら。
間を開けず、LINE送ってOK。

また返信に困る内容になっていないか？ 無駄な質問になっていないか？ など。
内容に注意して、彼にとってちょっと得するポジティブな情報を送る。

文章力が返信率を左右？

私) ローソンの新作プリン美味しいよ♪

私) ローソンの新作プリンが大変なことになってるよ！

後者の方が返信率が高い。
続きが気になる書き方をするのがコツ。

関係性が良好ではない場合

どんなトラブルか、どんな頻度で拗らせたか、どんな言葉を使ったか、
それらの蓄積したダメージによって、次に送るタイミングが全く違う。

「脱走者な彼から愛される15のお作法」というセミナーでお話ししています。

【Q】

長文LINEは読むのが面倒、文字では表現しにくいこともある、
と彼から言われていて、本当に事務連絡です。
昭和男子な彼が、甘いラブラブなLINEをしたくなるには、どうしたら良いでしょうか？

【A】

面倒という言葉を使って断ってくる彼に、甘い言葉を誘導すると苦痛になる。
エッチなネタなら、事務連絡以外の会話でも、乗ってくる可能性あり。

私) この間したエッチが忘れられない♡

彼) 何が良かったの？

私) 鏡の前でバックからしたのが刺激的だったの。
マグロさんは、この間、何が刺激的だった？

彼) お風呂で啜えてくれたのが良かったな。
火照ってる顔が可愛かったよ。

私) 会いたくなっちゃった。

いつもよりラリーが出来たり、普段聞けない言葉を聞ける可能性が格段に上がる。
次のデートは、ほぼ間違いなく早まる。