

全てが一律あてはまるわけではなくお相手によって融通きかせることが必要ですが、成婚した女性会員様のフィードバック（プレ交際でのお断り理由）を踏まえ列記しました。
※内容はごく基本的なものになりますが、**交際において男性会員様は問題ないと捉えているにもかかわらず女性会員がお断りするパターンが増えています**ので客観的な事象として参考にしてください。

+++++

■1～2 回目のデート

- ◎ 週 1 ペースで会う
- ◎ 短時間（2～3 時間）デート
- ✕ 2 週間以上空けたデート
- ✕ 最初から長時間デート

初期のデートは、互いの相性についての確認、そして信頼関係を構築するための大切な時間です。まずは焦らずふたりの時間を楽しむ事に集中し、お互いが自然に打ち解けられるよう接することがポイントです。

その中で、お互いがどうしても譲れない条件などあるかとも思いますので、さりげなく確認をしておきましょう。

そしてここからが重要なポイントになりますが、交際したら週一のデートはマストということ。マメに会う、マメに連絡を取り合うことは交際を進める上で重要です。

逆に、**交際初期にデートの間隔が空いた場合、成婚まで交際を続けられるカップルはほとんどいません。これを避けるために、デートで別れる前には、次回会う日程を決めておくことが大事です。**

また、初期のデート時間は、短めの 2～3 時間程度（ランチ、カフェデートが主流）に留めておくことをオススメします。

★短時間デートはとてもよい効果があります。

「もう少しこの人とお話ししてきたいな」「もっと相手の事を知りたいな」こんな風に、少し時間が足りないくらいが次回のお楽しみも増えるので、交際に対してお互い前向きな気持ちになれるのです。

短いデートで軽く楽しみ、マメに会う、マメに連絡を取り合う、がポイントです。

※注意

お互いが気遣う初期に、いきなり半日～1日デートと長時間連れまわすのは特に男性に多いのですが、反して女性は長時間の束縛に疲労困憊してしまいます。

◆1回目デートで話す主な内容

- ・ 家族や友達、趣味、仕事などについて
- ・ 過去～現在の話が中心
- ・ 知合ったばかりなので、結婚観や将来についての話はまだしなくて大丈夫。何よりも信頼関係の構築と、ふたりの楽しい時間を作ることを優先させましょう。

◆2回目デートで話す主な内容

- ・ 趣味や、日常的な会話中心
- ・ 将来について（住まい・仕事・家族など）
- ・ 結婚観について（結婚式の規模、子供、過ごし方など）

2回目デートでは、楽しく過ごしながらもいよいよ将来の話や結婚観についてさりげなく確認をしてゆきましょう。お互いの価値観を知ることが出来るだけでなく、ふたりの気持ち上げる効果もあります。できれば男性主導で進めてゆく方が、女性も心を開きやすいですよ。

★2回目デートについて、成婚カップルから下記の複数報告が上がっています。

成婚カップルによると、皆さん2回目デートくらいからお互いの呼び方を下の名前で呼んだり敬語をやめるなど、徐々に距離を縮めています。実は、この「2回目デート」というタイミングがポイントです。（呼び方やタメ口は、ちゃんとお相手に断ってからを忘れずに！）デートも2回目以降にもなればかなり距離感が縮まる、ということの表れです。

ただし、良識の範囲は必要で、初デートからラフすぎる服装、振る舞い、タメ口ではお相手から「なれなれしい」「真剣度がない」、「一般良識がない」とかなり不評で相手に覚めることが多いこともあり注意が必要です。

■3回目以降のデート

- ◎ 週に1~2回ペース
- ◎ 時間は、長短織り交ぜたデート
- ◎ 懸念の確認（住まい・仕事・子供 etc）
- ✖ もはや連絡を取り合わず疎遠に.....（100%お断り）
- ✖ 会う頻度が低いので、会話も先へ進まない

この頃になると成婚に至ったカップルのほとんどがかなり頻繁に会うようになり、休日だけでなく平日夜に会ったりと、かなり親密度が増してゆきます。

お互いに慣れてきた時期でもありますので、週に一度は半日~1日かけてじっくりとデートをすることをおすすめします。

★成婚カップルによると、この頃には手を繋いでの散歩など本当のカップルらしく振る舞えるようになることが多いです。まさにデート3回目以降は、お互いが将来のパートナーになりえるのかの大切な判別時期に来ているのです。

お互いが慣れてくると自ずと雑談が多くなりますが、その中に将来の話や結婚観などの話もしっかりと織り交ぜることがとても重要です。

◆デートで話す主な内容

- ・相手への気持ちを言葉で伝える
- ・これから二人で経験したい事について
- ・懸念や心配事はないかの確認

今後、どう一緒に過ごしたいか、といった将来の話を混ぜながらの会話を心がけましょう。また、相手の良いと感じたところ（考えかた、接し方、共感、尊敬など「いいな」と感じたこと）はきちんと素直に言葉で伝えることはとても大事。言葉にすることで、初めてお互いが将来に向き合えるといっても過言ではありません。

デートを何回か行ううちに、次第に相手の事を理解し、心地よい時間が過ごせるようになってきたのではないのでしょうか？

自分の気持ちがお相手に惹かれてきて、形だけではなく心が伴ってきたなと思ったら、自分の気持ちを整理することも大事です。

★★真剣交際へ行く前に....

気持ちのチェックリスト←女性が判断材料として重視していること

- ・素の自分を出せているか
- ・一緒にいて居心地が良いか
- ・疲れている時、忙しい時も「会いたい」と思えるか
- ・会っていない時でも相手のことを考えたりしているか
- ・「してほしい」ではなく「してあげたい」と思えるか
- ・多少の気になるところは、長所でカバーできているか（受け入れられるか）
- ・他の交際相手はお断りして、この人だけに集中したいと思うか
- ・家族、友人に交際を受け入れてもらえそうか（祝福されそうか）
- ・この関係に心配事、懸念点はないか（住まい、家族、お金、etc...）

真剣交際へ進む成婚カップルは、この項目を全てクリアしてから二人は確信を持って最終ステージ【真剣交際】へと進みます。

ここで「お互い好きだから」や、「1対1で交際したいから」といった軽い気持ちで真剣交際へ移行するのは危険です。

真剣交際はあくまでも結婚を前提とした恋人関係という事を忘れないでください。いわばノリだけで真剣交際へ移行したとしても、途中で交際終了になる可能性が高いので、真剣交際の移行タイミングは本当に注意が必要です。

★★★真剣交際への進み方（告白テクニック）

月並みですが夜景の見えるレストランでの告白も好印象

さて、いよいよ真剣交際へ一緒に進みたいという気持ちになり、お相手の気持ちも自分と同じくらいに上がってきたなと感じたら、タイミングを見てお相手に対して行動を起こしましょう。（ここは担当カウンセラーを介して相手の相談所との連携も大事になります）

真剣交際への移行は、お互いの言葉での意思表示が必要です。

一般的には男性から女性に対し、以下のようなメッセージを発信します。

「結婚を前提にお付き合いをしてください」

「私と一緒に真剣交際へ進んでいただけませんか？」

そしてそれに対し、お相手が

「はい、よろしくお願いします」

など、**明確な返事をいただくことが必須**となります。

★★★★ここで告白をする上での大切なコツは

真剣交際へ移行したいという気持ちを伝える前に、この告白をするに至った理由を丁寧に伝えるという事です。

これはお相手への誠意を伝えると同時に、大事な告白までの雰囲気作り（地ならし）でもあります。

真剣交際のお誘い方法は、この3ステップがよいでしょう。

◆プレ交際のコツ&真剣交際へ繋げる方法

真剣交際へのお誘い3ステップ

①相手のよさを伝える

「明るい」「前向き」「楽しい」

「〇〇に共感する」、「〇〇に対し尊敬している」 など具体的に伝える

②自分の気持ちを伝える

「会うほどに惹かれてゆく」

「この先もずっと一緒にいられたらと思う」 など伝える

③最後に真剣交際への打診！

「結婚を前提にお付き合いをしてください」

「私と一緒に真剣交際へ進んでいただけませんか？」 など伝える

例：「A 子さんはいつも明るくプラス思考（①相手の良さ）なので、私もとても元気になります。そして会うたびに、もっとずっと会ってほしい（②自分の気持ち）など思います。私と、結婚を前提（③打診）にお付き合いをしていただけませんか？」

【まとめ】

「結婚を前提」「真剣交際」など、明確なワードを使いましょう！

参考まで、真剣交際への告白のダメな例もご紹介します。本人は告白しているつもりでも、相手に真意が伝わっていないものです。

ダメな告白

- × 「交際をこの先も続けていきたいですね....」
- × 「ずっと会いたいと思っています.....」
- × 「少しずつ進展していきたいです.....」

ちゃんと言わないと伝わりません！たとえデート自体が楽しくても女性会員は「この人は結婚意欲ない、結婚イメージできない人、先導力・決断力のない人！」と急冷めします。

（結婚相談所に入会される女性会員は結婚に真剣です。30代以降の女性会員様は長い時間軸をイメージしていません、たとえお人柄を気に入られても別のお相手にシフトになることは残念ながら否めません。）

繰り返しとなりますが、真剣交際へは「結婚」や「真剣交際」などの明確ワードが必要不可欠です。

ところで、真剣交際やプロポーズなどの大事な場面では男性にリードしてほしいという女性が多いのは世の常です。

なかなか言葉に出来ない男性を見ると、女性は「なぜきちんとしてくれないの？」と不安、そして不満が溜まる可能性が大きいので、ここはひとつ覚悟を決めて臨んでいただければと思います！

あくまでご自身も主役なので合わせるばかりする必要はありませんが、「この方と一緒にになりたい」と思える人をちょっとした温度感で男性側がリリースされてしまうのはもったいないことです。

最近の傾向として短期間で自分を見直し補正される男性会員の成婚率が上がる一方、パターンが硬直化してしまう方（自我を通すだけの人）は同じ事由でお断りされ、停滞する傾向もあります。

基本的なことにはなりますが女性陣の見方の1つの指標として参考にしてみてください。