ストローク実践シート（実践期間：30年4月10日～30年4月30日）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 誰に | どんな（いつ、どんな言葉・態度で） | 実践結果（主観） | ヒアリング結果 |
| 新卒の女の子 | 朝いちばん「名前+おはよう+一言」 | 少々内気な女の子。笑顔で一生懸命（！？）返してくれた。間違いなく距離はすごく近づいた。 | 毎日必ずその子にだけ声をかけていたので、相手側にも勤めてやっていることは感じていた。でも悪い気はせず、新しい会社での不安が和らいだとのこと。 |
| 警備員のおじさん | 目が合った時に「おはよう+一言」 | エレベーターで待っていると声をかけてくれるようになり、雑談するようになった。 |  |
| 食堂のマスター | 支払いの問に、「天気の話題+喜んでくれる話題」を務めて投げかける | 私が一人でご飯を食べていると、声をかけてくれるようになった。 |  |
| ホテルのフロントマン | 「業務上の会話+一言」 | すれ違った時に親しい笑顔で声をかけてくれるようになった。 |  |
| スーパー。レジの女の子 | 「お金を払うときに一言」 | 向こうからは話しかけてくれないが、間違いなく私が近くにいると雰囲気が柔らかくなる。 |  |
| 毎朝オリジンで豚汁を購入。その際の店員さん | お金を払うときに一言 | 別格になった。必ず声をかけてくれるようになり、友達のようになった。 |  |
| 母親 | 電話の時に一言 | 普段ない会話のため、異常に反応。会話が止まらなくなる。 |  |