

用途ラベル：信頼停止の瞬間

「実績」という名の壁

現状の確認

実績がないから発信できない / 自己紹介で言葉が止まる
何を名乗ればいいのか分からない / プロフィールに手が止まる



言葉がないまま動けない / 自分でブレーキをかける

動き出す前に、自分に「沈黙」を課している状態

「実績」がなければ 語れない、という誤解。

- 信頼 = 実績という思い込み
- 肩書きがないと語れない感覚
- 実績不足への引け目

停滞の核心

今の自分の「輪郭不足」

名乗りの一文が未整備なため、言葉になる前で停止している

「順番」を履き違えていないか

ズレた優先順位

すごい経歴が先
フォロワー数が先
上手い発信が先

信用への誤解

長い説明が信用を作る
実績がつくまで沈黙
最初の信頼を作る視点不足

実績より先に「言葉」で信頼を置く

信頼を惹きつける「言葉の輪郭」

整った言葉 + 一回で掴める順番

誰に → 何を → どんな変化を渡すか

言葉の輪郭を先に置くことで、相手の意識を固定する

名乗りを「説明」から「設計」へ変える

実績の前から、信頼は作れる

自己紹介 → 分類されやすくなる

相手の反応 → 安心して話を聞ける

発信の軸 → 筋が通りやすくなる

語り口 → ブレが減る

「言い切れる案」を一つ選ぶ

- 助けたい相手を一人書く
- 渡したい「変化」を一つ書く
- 自分の経験（背景）を一つ添える
- 「私は〇〇な人に、△△を届けたい」で書く
- 一文を三案出す
- 一番「言い切りやすい案」を残す

曖昧さを削るための「点検図」

名乘りを整える参照カード / 言葉の輪郭図

実績不足で止まった時の戻り先 / 自己紹介前の点検用

発信の前に、自分の立ち位置を確定させる場所

言葉を定め、信頼を始める

仮の一文をプロフィールに置く

自己紹介で一度使う

相手の反応を観察する

伝わりにくければ、順番を調整。言葉が合えば、信頼は加速する。