

下空话不废话 / 纯干货易操作 / 一秒化身男神 / 俘获心爱的 TA

别输在不会说话上

# 高情商 不尬聊

小鹿情感

吕梦龙 / 著

10 条恋爱“军规” + 50 个绝佳聊天话题 + 上百例案例分类解读

会聊天，让爱得偿所愿

“小鹿情感” 500 余名资深心理咨询师倾情分享  
600 万付费用户亲测有效

 江苏凤凰科学技术出版社

# 高情商 不尬聊



小鹿情感  
吕梦龙 / 著

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

高情商不尬聊 / 小鹿情感, 吕梦龙著. -- 南京:  
江苏凤凰科学技术出版社, 2018.9

ISBN 978-7-5537-9391-7

I. ①高… II. ①小… ②吕… III. ①心理交往—语言艺术—通俗读物 IV. ①C912.11-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 147129 号

## 高情商不尬聊

---

著 者 小鹿情感 吕梦龙  
责任编辑 葛 昀  
责任监制 曹叶平 方 晨

---

出版发行 江苏凤凰科学技术出版社  
出版社地址 南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009  
出版社网址 <http://www.pspress.cn>  
印 刷 北京旭丰源印刷技术有限公司

---

开 本 880mm × 1230mm 1/32  
印 张 7.5  
版 次 2018 年 9 月第 1 版  
印 次 2018 年 9 月第 1 次印刷

---

标准书号 ISBN 978-7-5537-9391-7  
定 价 39.80 元

---

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

# 愿大家的爱情， 都能得偿所愿



自从创办“小鹿情感”以来，我们累计帮助过1000万以上的注册用户，解决了他们遇到的情感问题。

在男性用户中，不懂得与女生沟通是最高频的用户疑难问题。

在成长路上，有人教导我们考高分技巧、职场技能、保健之道、赚钱方法、安全驾驶……但唯独没有人教育我们怎么去沟通和表达爱。

或许你正在某个角落偷偷地翻看着这本书，毕竟让别人知道你想透彻地了解女生这件事情本身或许会让你陷入尴尬的境地，但其实比起那些自认为懂女生的男人，你比他们更加坦诚。

是的。坦诚是跟女生相处过程中最重要的特质。它看起来简单，其实做起来真的很难。有些男人的爱情经历是一部“猥琐”的感情史。他们总是尝试去掩饰自己的欲望和喜怒哀乐，希望在喜欢的女生面前表现得完美。但这样做其实恰恰相反，它是最糟糕的策略，因为女生的“雷达”总能识别男人的“伪装”。

## **你有没有遇到过，不知道怎么跟女生聊天？**

在这本书里，我们将介绍跟女生聊天时的关键原则，这些原则可以帮助你高效快速地让你喜欢的女生喜欢上你！

### **或许你跟我一样，遇到过下面这些情况：**

不知道怎么跟自己喜欢的女生聊天，每次在微信上发一句话之前，都纠结得不行，担心效果不好；女生的回复不冷不热；发了一大段文字过去，换来的仅仅是她三言两语的回复；不知道该怎么点评她的朋友圈，才能让她觉得我并不是那么刻意地讨好她，进而能够跟她开启自然的对话……

如果一个男生在当今社会无法很熟练地掌握跟女孩子互动聊天的方法，那他在跟女生谈恋爱的过程当中就可能寸步难行。

更糟糕的是，如果你无法掌握跟女生聊天的方法，那么你将处于择偶竞争中的劣势地位，难以跟其他男人站在同一水平线上去争夺你心仪女生的芳心。

**因为自己无法判断女生对你此刻的态度，而给她发了不该发的短信，可能会让你自己抱憾终身。**

我有方法，甚至有让女生主动找你聊天的方法。

这本书里面有很多跟女生沟通的方法和技巧。如果使用得当，它们在沟通过程中可以起到润滑剂的作用，让你在跟女生沟通的时候不至于无言以对。

但请记住这句话，女生之所以最终喜欢你，并不是因为你能说会道，而是你坦诚的本质，以及你所能给她带来的积极正向的生活和世界。

希望这本书能够帮助你，让你喜欢的女生喜欢上你。

也祝愿你的爱情，能够得偿所愿。

小鹿情感创始人

巫家民



# 目录

Contents

## 第一章 / 不会聊天，怎么搭讪

- 009 / 巧妙制造情绪波动
- 016 / 对冷场说“NO”
- 026 / 有趣是最好的“春药”
- 039 / “恋爱达人”的十条“军规”

## 第二章 / 会聊更要会“撩”

- 049 / “男神”专属开场白
- 061 / 会问，更要会答
- 067 / 当她的“话题英雄”
- 078 / 是绅士更是勇士
- 090 / “撩”到点子上
- 098 / 聊天软件的“神助攻”

## 第三章 / 每一通电话都是一次进攻号角

- 109 / 让她对你瞬间“来电”
- 118 / 不怕话多，就怕说错
- 124 / 迷人嗓音速成法

## 第四章 / 打动芳心只需一面

133 / 一开口就要能“hold”住场

142 / 会聊天，让她无法拒绝你

154 / 确认距离，“升温”情感

165 / 乘胜追击，“住进”她心里

175 / 巧妙回击“废物测试”

184 / 用故事“征服”她

## 第五章 / 那些聊天“大神”的约会技巧

197 / 常规话术 VS 高情商话术

204 / 引爆全场的《非诚勿扰》男神

211 / 聊天框架下的超级控场能力

**附录 1： 适合与女生深聊的 50 个绝佳话题**

**附录 2： 瞬间打动芳心的经典话术**

**附录 3： 约会经典场景及技巧分析**

# 高情商 不尬聊

小鹿情感  
吕梦龙 / 著



## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

高情商不尬聊 / 小鹿情感, 吕梦龙著. -- 南京:  
江苏凤凰科学技术出版社, 2018.9  
ISBN 978-7-5537-9391-7

I . ①高… II . ①小… ②吕… III . ①心理交往—语言艺术—通俗读物 IV . ① C912.11-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 147129 号

## 高情商不尬聊

---

著 者 小鹿情感 吕梦龙  
责任编辑 葛 昀  
责任监制 曹叶平 方 晨

---

出版发行 江苏凤凰科学技术出版社  
出版社地址 南京市湖南路 1 号 A 楼, 邮编: 210009  
出版社网址 <http://www.pspress.cn>  
印 刷 北京旭丰源印刷技术有限公司

---

开 本 880mm × 1230mm 1/32  
印 张 7.5  
版 次 2018 年 9 月第 1 版  
印 次 2018 年 9 月第 1 次印刷

---

标准书号 ISBN 978-7-5537-9391-7  
定 价 39.80 元

---

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换。

# 愿大家的爱情， 都能得偿所愿。



自从创办“小鹿情感”以来，我们累计帮助过1000万以上的注册用户，解决了他们遇到的情感问题。

在男性用户中，不懂得与女生沟通是最高频的用户疑难问题。

在成长路上，有人教导我们考高分技巧、职场技能、保健之道、赚钱方法、安全驾驶……但唯独没有人教育我们怎么去沟通和表达爱。

或许你正在某个角落偷偷地翻看着这本书，毕竟让别人知道你想透彻地了解女生这件事情本身或许会让你陷入尴尬的境地，但其实比起那些自认为懂女生的男人，你比他们更加坦诚。

是的。坦诚是跟女生相处过程中最重要的特质。它看起来简单，其实做起来真的很难。有些男人的爱情经历是一部“猥琐”的感情史。他们总是尝试去掩饰自己的欲望和喜怒哀乐，希望在喜欢的女生面前表现得完美。但这样做其实恰恰相反，它是最糟糕的策略，因为女生的“雷达”总能识别男人的“伪装”。

## **你有没有遇到过，不知道怎么跟女生聊天？**

在这本书里，我们将介绍跟女生聊天时的关键原则，这些原则可以帮助你高效快速地让你喜欢的女生喜欢上你！

### **或许你跟我一样，遇到过下面这些情况：**

不知道怎么跟自己喜欢的女生聊天，每次在微信上发一句话之前，都纠结得不行，担心效果不好；女生的回复不冷不热；发了一大段文字过去，换来的仅仅是她三言两语的回答；不知道该怎么点评她的朋友圈，才能让她觉得我并不是那么刻意地讨好她，进而能够跟她开启自然的对话……

如果一个男生在当今社会无法很熟练地掌握跟女孩子互动聊天的方法，那他在跟女生谈恋爱的过程当中就可能寸步难行。

更糟糕的是，如果你无法掌握跟女生聊天的方法，那么你将处于择偶竞争中的劣势地位，难以跟其他男人站在同一水平线上去争夺你心仪女生的芳心。

**因为自己无法判断女生对你此刻的态度，而给她发了不该发的短信，可能会让你自己抱憾终身。**

我有方法，甚至有让女生主动找你聊天的方法。

这本书里面有很多跟女生沟通的方法和技巧。如果使用得当，它们在沟通过程中可以起到润滑剂的作用，让你在跟女生沟通的时候不至于无言以对。

但请记住这句话，女生之所以最终喜欢你，并不是因为你能说会道，而是你坦诚的本质，以及你所能给她带来的积极正向的生活和世界。

希望这本书能够帮助你，让你喜欢的女生喜欢上你。

也祝愿你的爱情，能够得偿所愿。

小鹿情感创始人

巫家民



Contents

## 第一章 / 不会聊天，怎么搭讪

- 009 / 巧妙制造情绪波动
- 016 / 对冷场说“NO”
- 026 / 有趣是最好的“春药”
- 039 / “恋爱达人”的十条“军规”

## 第二章 / 会聊更要会“撩”

- 049 / “男神”专属开场白
- 061 / 会问，更要会答
- 067 / 当她的“话题英雄”
- 078 / 是绅士更是勇士
- 090 / “撩”到点子上
- 098 / 聊天软件的“神助攻”

## 第三章 / 每一通电话都是一次进攻号角

- 109 / 让她对你瞬间“来电”
- 118 / 不怕话多，就怕说错
- 124 / 迷人嗓音速成法

## 第四章 / 打动芳心只需一面

133 / 一开口就要能“hold”住场

142 / 会聊天，让她无法拒绝你

154 / 确认距离，“升温”情感

165 / 乘胜追击，“住进”她心里

175 / 巧妙回击“废物测试”

184 / 用故事“征服”她

## 第五章 / 那些聊天“大神”的约会技巧

197 / 常规话术 VS 高情商话术

204 / 引爆全场的《非诚勿扰》男神

211 / 聊天框架下的超级控场能力

**附录 1： 适合与女生深聊的 50 个绝佳话题**

**附录 2： 瞬间打动芳心的经典话术**

**附录 3： 约会经典场景及技巧分析**

# 第一章

## 不会聊天， 怎么搭讪



Chapter 1

**聊天看似简单，实则是一门技术活。**它是传递和交换两人或多人情绪、态度、思想的媒介，也是展示彼此价值的一种重要方式。

在男女两性关系中，从开场搭讪到邀约见面，关系随之逐步升级，对广大男生而言，**聊天始终都是走近异性的最简单、最直接，也是最有效的方法。**

实际上，在不同的聊天情境中(包括场合、时机、对象和阶段)，男生想要和女生开启有效聊天模式，拥有一段精彩美妙的聊天体验，就需要了解聊天的核心因素，利用灵活独特的话术技巧和相关的应对策略，才有可能达成预期目的。

# 巧妙制造情绪波动

L e s s o n O n



一些外表忠厚老实或者做事“中规中矩”的男生，频频在女生那里领到“好人卡”；

和女生经历长时间的感情拉锯战，彼此关系却依然得不到任何改善和提升；

对女生“无事献殷勤”，时常嘘寒问暖，却始终得不到她的明确表态；

很多男生费尽心机，为女生做的一切事情全部“劳而无功”，原因究竟是什么？

**事实证明，他们中的很多人没有在聊天过程中给女生带来足够强烈的情绪波动，没有让女生体验到丰富的情绪反差。**



## 大多数女生都是“情绪思维动物”

你是不可能说服一个女生喜欢上你的。

看到劫匪，你可能会产生恐惧；看到孩子，你可能会产生爱心……与这些本能感受一样，“喜欢”也是一种情绪反应，无法受理智左右。

所谓情绪，泛泛地讲，就是人的多种思想和行为综合产生的心理和生理状态。具体来说，指的就是喜、怒、哀、乐、悲、恐、惊等显而易见的情绪，以及羞耻、惭愧、自豪、嫉妒等细腻微妙的情绪。

相较男生，大部分女生更容易受到情绪的影响。很多女生处于一种特殊的情境中，读到一段感人的文字，或是看到可怜的动物时，都能够自动带入情感并即刻感受到忧郁、伤感等情绪。例如，在电影院里，你经常能看到（或者听到）女生被电影感动而哭泣的场景。

情绪虽然无法被说服，但它是可以被制造的。在男女关系中，与女生聊天的核心就是要调动起女生的这种即时情绪<sup>①</sup>。

当你和女生在一起聊天的时候，如果话题和气氛都很平淡，女生的表情一直是“波澜不惊、宠辱皆忘”的，那她的情绪就如

---

<sup>①</sup>即时情绪：指在自然环境下对某种现象表现出的真实情绪。