

不会聊天 就出局

安小妖——著



别等到已经OUT，才知道如何好好说话

33式开场白 × 60个惯例军火库 × 孙子兵法聊天术 × 28个精华案例全解析

你到底是不配被爱，还是不懂得爱？
别让不会聊天害了你。



中国出版集团



现代出版社

不会聊天 就出局

安小妖——著



中国出版集团



现代出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

不会聊天就出局 / 安小妖著. -- 北京 : 现代出版社, 2019.4

ISBN 978-7-5143-7669-2

I. ①不… II. ①安… III. ①语言艺术 - 通俗读物 IV. ①H019-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第046724号

不会聊天就出局

作 者: 安小妖

责任编辑: 申 晶

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里504号

邮政编码: 100011

电 话: 010-64267325 64245264 (兼传真)

网 址: www.1980xd.com

电子邮箱: xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷: 三河市国英印务有限公司

开 本: 880mm×1230mm 1/32 印 张: 10.25 字 数: 184千字

版 次: 2019年4月第1版 印 次: 2019年4月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5143-7669-2

定 价: 42.80元

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载





自身建设

人生永远没有
太晚的开始

当我们努力使自己变得比现在更好的时候，

我们周围的一切也会变得更好。

自身建设

01

人生永远没有太晚的开始

自我提升：让自己喜欢的人喜欢上自己……003

培养自信心：自信的男生最有魅力……008

培养幽默感：幽默的男生最讨人喜欢……016

培养情商：情商高的男生具有这些特质……023

聊天攻略

02

男生会聊天，到底有多重要

男女思维大不同……033

三十三式开场白……038

聊天八术十计……051

聊天的心态和禁忌……083

如何在聊天中升级关系……090

破解女生的废物测试……096

60个惯例军火库……108



约会、升级关系

03

约会大作战

这样邀约，才可以把她约出来……123

把握好约会的流程与节奏……129

如何在约会中升级关系……138

孙子兵法表白技……147

表白被拒怎么办……153

真情实战

04

如果爱，请好好爱

备胎要转正，先打破友谊区……163

维护长期关系，你需要这么办……174

破解异地恋困局的方程式……181

校园恋爱那些事……188

情感挽回的综合解决方案……192

男女互动常见的误区……198



小妖微问答

05



- 关于追求的案例……215
- 关于表白的案例……224
- 关于备胎的案例……229
- 关于相亲的案例……237
- 关于如何相处的案例……242
- 关于挽回的案例……249
- 关于爱情中有三个人的案例……258

形象永远走在能力前面

附录



- 皮肤管理：让颜值成为你的加分项……271
- 发型管理：打理好你的第二张脸……279
- 体味管理：体味和男生味不是一回事……286
- 型男穿搭：让你比 99% 的男生更有吸引力……292
- 房间整理：私密空间的断舍离整理术……308



01

1111





“当我们努力使自己变得比现在更好的时候，我们周围的一切也会变得更好。”这是很多人喜欢并相信的一句话。而针对脱单与恋爱这块，小妖想说的是，我们努力做到更好，努力让自己变得更优秀，是想万一哪天遇见想去爱、想去保护的人了，可以很有底气地去爱。而不是躲在角落里看她在别的男生面前笑靥如花。

在吸引或者追求女生时，修炼自己，比一味地迎合她、对她没有限度地付出更重要也更有收获。这一章主要从男性的个人提升、培养自信心、幽默感、情商这四块展开。



自我提升： 让自己喜欢的人喜欢上自己

很多人会来问我，为什么和女生聊两句女生就不理我啦？还有就是为什么我和女生没有话题可以聊？其实很多时候，我们都陷入了一个误区，认为聊天是吸引女生最重要的一部分，要求自己的聊天要非常有趣，最好能够让对方哈哈大笑，甚至希望能够通过一段对话就让对方爱上自己。

这当然是痴人说梦，如果你一次又一次试图用言语逗对方开心，那么，你就会沦落到一个靠着取悦别人来赢得存在感与成就感的地步。

你可以思考一下，又有什么人愿意喜欢这样的男生呢？很多人期待有一套神奇的聊天话术，只要学会这套话术就能够无往不利、所向披靡。但是抱歉，我这里没有，也没有人会有。

不知道你们有没有经历过这样的事：你在干吗？吃了吗？睡了吗？对方没有回复，然后就眼巴巴地等着，只期待对方能够给你一个眼神。

你为什么会的这样呢？有三个方面的原因：

1. 你没有其他的选择，所以这个人对你来说非常重要，重要到你不知道应该怎么对她，只能不断地发问。

2. 你的生活太无聊，你实在是太过于单调乏味，所以导致你不知道和对方聊什么，你也不知道她到底会喜欢什么。你的生活，只有上班和下班，只有工作和睡觉、游戏。那么，你的生活是这样，你希望能够吸引什么样的女生呢？

3. 你有太多的需求感，你付出了太多，女生对你爱搭不理，你也不知道该如何继续，只能用如此笨拙的方式。

但这是不应该的。

如何让自己喜欢的人喜欢上自己？如何让自己变得受人欢迎一点？如何让自己身边有更多的选择和追求者？

我们应该把目光放在自身，给自己时间和空间，让自己的生活丰富多彩起来。好多人不想做任何改变，不想自己付出任何努力，就希望有一天，出现一个女生，给自己带来丰富多彩的生活，但这不现实啊，你得自己先是丰富多彩的，才能遇见那个彩虹一样的人呀。

首先要说的是：健康而有吸引力的体魄。

经常听到有小伙伴和我说，我听了你的课，觉得很有道理，但是我还是不会吸引女生，这就好像是我听过很多的道理，依旧过不好这一生。为什么会这样呢？因为道理你听了，但是没有去

执行啊。

就像穿衣和搭配，你要知道，有些衣服，别人穿着好看，你穿着不好看，不是因为长相，而是身材，男生的性感，在发型，在衣着，在身材，不在脸。养成定期健身的习惯，这会让你拥有一个好身材，而大部分的女生都欣赏好身材的男生，因为身材能够证明你有一个自律的生活习惯和健康的身体。

方案一：下载健身 App，如：Keep，自主锻炼，花费 0 元。

方案二：健身房，会员费 1000~3000 元不等。

方案三：上健身课，大班课和私教课可选，具体花费看你自己的选择。

不论哪个方案，都需要你有持之以恒的耐心。

其次是：打造好的生活模式。

有一个朋友，吸引女生的方式就是和女生去吃遍当地所有的美食餐厅，去各种各样好玩的有趣的地方，他对于北京好吃的餐厅、好玩的地方、好看的风景总是如数家珍。有时候，我都惊叹：天哪，他竟然知道这么多好玩的事，和他在一起，仿佛永远不用担心无聊，永远不用担心吃什么，也永远不会感觉到压力和尴尬。这是他在自己休息的时间里，一点点积累下来的经验，看了非常多的推荐并且亲自去测验过的，我相信，他的身边一定不会缺少选择。

关于如何打造一个优秀的生活模式，这个没有固定不变的答案，我只能给你建议，当然，你可以根据你自己的需求进行选择调整和更改。

首先当然是不要宅。不要每天除了上学、工作，就是打游戏，除非你是游戏职业玩家，除非你游戏排名世界前十，不然，你拿什么去和女生聊呢？聊坦克？聊 LOL？聊为了部落？！相信我，90% 的女生不喜欢，另外 10% 的女生，她们玩游戏，但是她觉得你菜！

培养一个兴趣爱好。画画、运动、乐器、看书、旅行……不论是什么，花时间去，把玩手机的时间抽出来学习、沉浸在自己的兴趣爱好里，相信我，时光不会辜负你。当你沉浸在自己的爱好里时，也不会每天等着和女生聊天了，你要相信，当你有丰富生活的时候，对于女生而言，也更加有吸引力。

制订周密的计划。一个月看几本书，一年去几个地方旅行，要看几部电影，画几幅画，制订计划，然后执行，虽说人不是机器，但是生活需要自律，在你变得优秀的过程中，肯定会遇到很多阻力，但是要克服它。

很多人推说自己没有时间，我不信。小妖和大家分享下自己、2018 年的计划和已经完成的部分吧。年初小妖制订的 2018 年计划是：