

幽默语录和口才

目录：

幽默语录

幽默技巧

撩妹技巧

口才练习

-不去吃饭吗？

-戒了

XX 啊，你妈是我们当时的第一美女
看来啊，你是随你爸了

我家有只熊猫（雄猫）；
来时兄弟三，去时兄弟仨；
足球：现在天平已经开始倾斜了

形容好久没有笑过了(詹俊形容米尔纳好久没进球)：好久没有看到他的大白牙了

您这一生都能拍成电影了

我们是这个 XX 的颜值与担当，他负责颜值，我负责担当

--等我去舔舔肚子在回来
--填填

艺高人胆大
胆大艺更高

农村养猪养猪样的好，漂亮媳妇娶得早

Kiss： 我要给你嘴上盖个章；

--把你卖了

--5万已经

--卧槽，猪肉涨价啦？

棺材板都要按不住了

一个人摔了，如果周围没人，他又没看到你，就不要扶她，也不要让别人知道，，除非他需要帮助

爸爸是意大利人，妈妈是中国人，所以我是？？

激励演讲模板

在练习和与甘尼克斯的表演中

You have shown great promise.

你都表现出了无量的前途

In practice. In exhibition against Gannicus.

先小小褒扬
给足底气与认可

不过这里是竞技场

Yet this is the arena.

在抑：然后说明当前情势
危机、危险

是凡人成神的地方

This is where men become gods.

大批比你训练有素 技巧高超的战士

Legions with far greater training and skill than you

倒在这块神圣的土地上

have fallen upon this sacred ground.

但是我认为你与众不同

But I do not think that you will be one of them.

再扬：虽然形式不乐观
但是你不一样，有足够
能力改变现状，一战成神

你有着冠军之血统

You have the blood of a champion.

足以让吾父之战士为你称臣

To rival any my father has ever heralded.

你难不成要错失如此之良机吗

Do you wish to behold such miracle come to pass?

激励：你愿意错过如
此良机吗

那就去为荣耀而战

Then seize fucking glory.

证明我们的价值所在

And see us both proven worthy.

那就战斗吧，证明自己的
价值

幽默笑话

- 发现一个规律：20岁左右的靓女和50岁的有钱人结婚，当靓女50岁的时候，丈夫去世，她又找了一个20岁的小伙结婚，小伙50岁时，靓女死去，他又找了一个20岁的靓女结婚.....
- 现在这世道，未婚的像已婚的一样同居，已婚的像未婚的一样分居；猪像人一样穿衣服，人像猪一样露着肉；女人比男人还像男人，男人比女人好像女人；没钱的像

有钱的一样装富，有钱的像没钱的一样装穷，情人像原配一样招摇，原配像情人一样简出。

- 阿拉伯国家一个男孩到纽约读大学，写信给妈妈：我在这里一切都好，这是全校只有我一个开兰博基尼上学，其他人都坐地铁，不太好意思。妈妈回信：好儿子，妈妈已经给你汇过去4亿美金，快去买个地铁，别给咱家丢脸。
- 古代：李二妞学花木兰替父从军，一日，来大姨妈，由于过于劳累，昏倒在沙场，醒来时发现躺在军营，军医对他说：勇敢的战士啊，挺住，你的小弟弟是保不住了，但不用怕，我已经将伤口缝合了。
- 最不诚实的几种表现：
老婆饼里没老婆
海底捞不在海底
牛肉面里没有牛肉
苹果专卖店不买苹果
- 打扫卫生，人人有责——>打扫卫生大人有责——>打扫卫生，夫人有责
- -老师：家里漏煤气怎么办？ -学生：凡遇大事必有静气，不要慌，先点上一根烟，思考一下要采取什么措施
- 一女总是自我感觉良好。说：毕业后找老公，必须要有车有房才行，不然配不上我。 - 我：嗯过年回家我就把车子房子都卖了。
- *一般人都会选择自己所缺少的东西
-老师：财富与智慧，你们选择什么？
-一同学：财富
-老师：要是我的话，我会选择智慧。
-我：嗯，因为一般人都会选择自己所缺少的东西。
- 我们班里一个女同学，发布QQ签名：我最宝贵的东西失去了
我回复：疼不疼？
于是，她再也没有理过我
- **最穷无非讨饭，不死总会出头**
不要因为自己是武大郎，就以为姚明是两个人叠在一起的。
一分钟有多长？这要看你是在厕所里蹲着，还是夹着腿颤抖地在厕所外等着。
- 心理趣事：
火车经过隧道，车内漆黑，只听见一声打破声和一记响亮的耳光。
做着的四个人沉默不语：
男子甲左脸红肿
老奶奶乙：这小丫头，人挺美，下手够狠
女孩丙：甲真有意思，另可亲老奶奶也不亲我。
甲：丁这小子太坏了，他亲别人我挨打，有苦说不出啊！
丁：我亲了手背一下，有打了甲，还没有人发现，哈哈。
- 交通事故：人围着水泄不通，记者无法采访，灵机一动：我是伤者的儿子；记者走到里面：原来被撞的是一头猪。
- 宿舍室友遇到色狼，主动将裙子撩起来，色狼看到后将裤子脱下来。这姐妹说：一

个裤子脱了一半的男人怎么跑得过我

- 两只老虎，两只老虎，谈恋爱，谈恋爱，一只是公的，另一只也是公的，真变态。。。
- --好冷！ --去墙角那待一会吧，--为什么？ --因为那里有 90 度
- 小时候，和小伙伴一起玩。回到家中，生气的妈妈：拿起我的左手：你要是能找到比这只手还脏的手，我就不打你了。 于是，我缓缓伸出另一只手。
- 公鸡母鸡在家吃饭，母鸡突然捂着肚子：老公，我肚子疼，可能是胎动。公鸡笑道：别搞笑了，你怎么可能有胎动，明明是蛋疼。
- 小猫：大家好，很高兴认识大家，请叫我小猫猫
小狗：大家好，很高兴认识大家，请叫我小狗狗
小鸡：大家好，很高兴认识大家，我还有事，先走了...
- 三只老鼠吹牛：
A：耗子药就是我的饭后甜点
B：捕鼠夹就是我的健身器材
C：这都不算什么，村支书家的猫不是怀孕了吗，那是我干的
- 语文课上：老师讲到：‘乳’就是很小的意思，比如：乳猪，乳臭未干等
我：因为房价实在是太高，我爸只能买一个乳房；我不擅长体育，就连乳沟都跳不过；这道题实在太难，我乳头都想爆了。
- 英语作文：罗密欧与朱丽叶
R asked Z: Can you speak Chinese!
R: 太好了，
接下来都是中文
- 没钱的老婆兼秘书，有钱的秘书兼老婆
- 情侣：
女：你愿意为我而死吗？
男在三犹豫，手伸进耳朵里转了转，然肉迅速放进女朋友嘴巴里。
（你愿意喂我耳屎吗？）
- 你说包子是男的还是女的？
男的。
？
因为包子有包皮啊！
- ABC 犯错，AC 关系较好，都与 B 合不来，他们都要挨 200 板子，但是可以有一个愿望。
A：屁股上垫一个垫子。不过屁股还是开了花
B：屁股上垫十个垫子。安然无恙
C：把 B 垫在我身上
- 安全套对卫生巾：妹妹啊，你可千万别上班，你一上班我的歇岗 7 天
卫生巾对安全套：老哥，还是关心一下你自己吧，你要是漏了，我十个月都没啥事了。

<http://www.gaoshanlian.com/forum.php?mod=viewthread&tid=2997>

若干一个人秃头：

一看这个人就十分聪明，聪明绝顶啊！

看到笑话：你是想笑死我然后好让你继承我的遗产吗？

面对怪罪：你这顶帽子不要往我身上扣啊？

Hit-on-girls Strategies

开启话题

- 不知道说什么，表情包
- 通过朋友圈、头像开始
M: 头像很萌
- 描述自身状态
G: 我刚吃完饭呢
M: 当心长膘哦

承接话题

- 通过表情包间接夸赞。
M: 哈哈你这个表情包，有点向你一样可爱了
- 通过关键字回复
G: (表达抱怨身体胖)
M: 你才不胖
- 发散性思维
G: 在干嘛呢



--我打了一个喷嚏。是你在想我吗。

-我去洗澡了

--我可以 YY 一下吗

-不可以

聊天

女性喜欢的聊天方式：

- 有价值的
 - 心灵依靠，能起到安慰、陪伴等一系列作用。（知心哥哥）
 - 见多识广，能让人觉得跟你聊天有所收获。
- 有趣

女生喜欢的话题：

- 时尚
- 吃喝玩乐
- 宠物
-

男人独一无二的吸引力：

- 有自己**专长了解的领域**，比如红酒、舞蹈、美术等，这些都会让女生把你和其他男生区分开来。
- 有自己**丰富多彩的生活**，能够带引女生发现不一样的世界。
- 能够充分**调动女生的情绪**，无论是难过或开心、激动。

快速幽默思维法

幽默是思维的跳跃，分为两种：

● **顺势夸张：**

顺着他的想法，持肯定意见。然后跳跃过原来的正常思维，拉大程度。

例 1：

女：你真小气。

男：你刚发现？呵呵，我从来都是为了省一块钱，跟着公交车跑回家。

例 2：

女：你好矮啊？

男：我现在还太高呢。要是矮到 1 米以下，坐公交都不需要给车费了。

例 3：

女：你脸皮好厚啊

男：对啊，这么冷的天，我要是皮不厚点，那不早就冻死了。

● **逆向解释：**

误解歪曲错解，偷梁换柱、指鹿为马

Eg:

-女：你妹的，你疑心也太重了吧。

-男：你怎么知道我妹疑心重？

-女：基因遗传。

聊天技能真是可以锻炼的，看我的（这就是顺势夸张）：

-我：我猜对了

-女：真聪明

-我：不，我是运气好，今天该买张彩票啊

-女：现在出去买一张。

-我：算了，把机会留给别人吧，我这样抢别人饭碗不好！

Genius 哈哈

-我相信你不会拒绝别人目睹你美丽的芳容吧

聊天最重要的是展示我们的价值，而不是索取菇凉的价值。

面试非常锻炼人——你必须在短时间内展示你的价值

比如：

1.你为什么要换工作：我们公司最近转型了，我觉得转型后公司不再适合我，所以我希望更好的发展。

2.你为什么要选择我们公司：我觉得贵公司是一个有朝气的团队，会让我成长更多学到更多的团队，我希望能到这里来提升自我，同时我也希望我可以给团队带来更多的价值。

3.你对薪水有什么要求：由于我还没有给贵公司带来任何价值，所以我对我的待遇

没什么要求，等到体现我价值以后我相信能够得到应得到的待遇。

和菇凉聊天也是一样的。

1. 你是做什么的？

小的时候梦想是 XX，越大越觉得这个梦想好难实现，后来想做 XX，大学也学的是 XX，现在我开始自己创业，做的事 XX，觉得这样既可以帮到人，又可以 XX

2 你是哪里人

***那我做比喻：我的祖籍是保定，但是我爷爷那一辈就出来打工了，后来我们家定居在了石家庄，我也出生在了石家庄。后来大学时候我去到唐山上学，在哪里我生活了4年，对唐山有深厚的感情，唐山算是我的第二故乡。

3.你叫什么

4) 你多大了。

***我的sfz上的年龄是28，但是我前段时间做了个心理测试，发现我的心里年龄是48，，为此我伤心了好几天，，

聊天禁忌：

- 不断强调自己的优越感
- 直接进入交往\婚姻话题
- 我妈如何如何
- 热切谈论女生话题
- 不停地抱怨
- 沉浸于个人爱好、专业中，而这些 对方一点不感兴趣。
- 用各种物质来利诱对方。

追女孩手段：

- 先行的奖品策略：主动创建空间让她来追你。
要主动，创建机会

回答女孩问题的技巧

在问一个女孩问题/做出行动之前，先思考几个问题：

1. 这个问题真的存在吗？这真的是一个问题吗？
2. 这是否只是自己的主观感受,别人并没有觉得？
--我直接过去说想认识对方,会不会很唐突？
3. 这个问题重要吗？
4. 这个问题可否用其他问题替换？
--女孩 170, 说只找 170 以上的,我 165,该放弃吗？
换成：
--女孩只说找比自己高的男朋友,我该怎么追到她？

回答问题的技巧:

- 不讲真话, 也不讲假话.

例 1:

--你经常在大街上这样搭讪女孩子啊?

--有过, 不过这次最有感觉.

(真话:是的, 假话, 从来没有.)

例 2:

在酒吧:

女:你经常来吗?

答: 不经常来, 一天大概只来一次吧.

- 承认、夸大错误。

--你是不是经常这样搭讪女孩子啊?

--是啊, 你是我今天搭讪的第 100 个。

- 曲解:

晏子狗洞:

--“好啊, 到狗国就应该钻狗洞”

林肯妙答:

记者见林肯在擦自己的皮鞋: 总统先生, 你自己擦自己的皮鞋?

--是的, 怎么, 你自己擦别人的皮鞋?

例 3:

被你搭讪的女孩子:

--我有男朋友了

--你的想法太奇怪了, 我只想认识一下你, 还不了解你, 你就想到男女朋友了。

- 反问问题——跳出对方的设陷

-我和你妈掉进水里你先救谁?

-我和你爸掉进水里你先救谁?

- 变“我”为“你”

不要以我为主体, 而要以对方为对象, 把问题扔给对方。

--想认识你一下

--为什么

--嗯, 因为你看起来不像坏人。

--你是谁啊

--看来你把号码留给太对男生了, 我都不记得了了。

- 啰嗦一点

--那个时候你为什么来搭讪我啊?

简单: 我第一眼看到你就很有感觉

调侃: 我也在后悔我那天的冲动。

啰嗦: 我先给你讲个故事, XX。。。。

- 慎重回答庸俗的问题
你叫什么
你做什么的
你家住哪里
- 用身体代表语言
有些时候直接上行动
- 同一个问题，不同的回答

例如，女孩爱问的：“你真的喜欢我吗？”

吸引力回答：“我喜欢你.....不过不要想歪了，只是作为一个普通朋友。”

舒适感回答：“你在我心中，永远是遇见你的那个下午，公园里的那只小白兔.....”

再如，女孩说：“我有男朋友了。”

吸引力回应：“那太好了。他是不是很有钱的？下次我们两个吃饭一定要叫他一起。”

舒适感回答：“我知道你有男朋友，但我还是无可救药的爱上了你，我愿意做你永远的替补。”

- 先调侃后严肃

对方回复慢

--你回复得太慢了，我开始对你不耐烦了，我们分手吧！

聊天心理暗示

恋爱不是理性思考的东西，而是本能带动的感觉，而本能是无意识、潜意识。

电话聊天禁忌

- 过度暴露需求感：
-干什么呢？
会降低自己的价值。
- 迫切要求掌握对方信息
- 拙劣的话题索取

电话聊天开场白：

- 开门见山、直来直去
“要不要去看电影。。。 ”
“XX上市了。陪我去买”
“忘了告诉你，昨天你穿的小裙子很漂亮”
- 改变称呼、拉近关系
我清纯可爱的美丽学妹，我可想死你了。

（此时她在电话另一头会笑得花枝招展）

- 光明正大、坦诚相待。

潜沟通

你的内心、性格都会通过一些细小的行为、动作表现出来，自己难以察觉，而其他人，特别是女人，对细节有特殊的关注。通过对细节的观察，从而识别你是什么样的人。

所以，平时必须在细节上注意，对于别人，不通过不当的细节行为表现自己的意图，或者故意表现自己的某方面的动作，从而使对方对自己误判或欣赏。

研究表明：

7-38-55 规律：在情绪和态度的交流中，语言只占整体沟通的 7%，而非语言则占据了 93%，语气占 38%，身体语言占 55%。

消除软弱的肢体语言：

- 站立时双脚分得不够开。双脚靠得太拢表示出你害怕侵犯到别人的空间——不自信表现。正常情况下比自己的肩宽一点。
- 坐立不安，焦虑紧张产生的小动作。讲话时，没事一会摸一下鼻子，摸一下自己的脸，手不知道哪里放，一会放口袋，一会拿出来，东摸一下西摸一下，抓头挠背——通通要改。表现了你的紧张。
- 肩膀崩得太紧，缺乏笑容。显得不自信。要稍微前倾。

展现强有力的肢体语言：

- 站立姿势
 - ◆ 保持下巴和头上扬
 - ◆ 保持双脚和双腿分开，与肩齐宽
 - ◆ 保持双手在身体两侧。
 - ◆ 保持背部挺直
- 占据空间
 - ◆ 世界上自信的男人是不会害怕他人的。占据该占有的空间。
- 放松
 - ◆ 交谈中把目光集中到对方身上。
 - ◆ 绝不让你的眼睛快速扫过整个房间。
 - ◆ 在坐着的时候舒展身体，并显得很舒适的样子。
 - ◆ 进行腹腔呼吸而不是胸腔呼吸。
- 深思熟虑第移动
 - ◆ Beta male: 随时准备为女人效力，取悦对方。
 - ◆ 缓慢移动，并且带着深思熟虑的姿态。不要自然而然暴露自我。
 - ◆ 侧脸：可以减小对方的压力和紧张。

不要拘束

跟女人聊天的秘诀究竟是什么？

男人的嘴巴潜力无穷

谈话高手三大基本功：聆听 发问 说故事

- 聆听：尊重对方，主要是搜集信息。你可以从对方口中得知：她渴望什么，讨厌什么，在意什么，以及大队事情的态度和价值观。
- 发问：要进一步了解女人，就要使用**开放式的问题去引导女人**说话。通过发问，制造话题，延续话题
- 说故事。要制造气氛：让女生感到跟我聊天很舒服，没有压迫感。
不过女生要的不仅是气氛，她们更希望能够激发她们时序的男人。换句话说，如果你能适时发表你对事物的独到见解，或是点出不曾被察觉的微妙之处，并以说故事的的方式来描述，将会使她产生悸动。

一些话题：

- 1、你从事什么工作？（为什么喜欢这个工作？当中有什么最大挑战？有何最大挫折？对于工作、未来有什么憧憬？）
- 2、至目前为止，生活中有什么重林成就？（有没有什么重大挫折？）
- 3、最热爱什么？（为什么有兴趣）
- 4、<最近>去年有什么印象最深的喜事？（或不幸的事呢？）
- 5、用工作，你会做什么事？
- 6、你喜欢如何度假？
- 7、想成名吗？（为什么）
- 8、如果你有一百万，会怎么用？
- 9、家庭里，你从小到大的成长历程，情形如何？
- 10、成长历程里，你有什么个性优点？（有没有害怕的缺点？）
- 11、你希望发展出什么样的关系？
- 12、你浪漫吗？（如何浪漫？）
- 13、你以为男、女有什么不同之处？
- 14、什么事会让你高兴？
- 15、什么事让你伤悲？
- 16、小时候，你希望长大后做什么？
- 17、你认为，你跟别人有何不同？
- 18、你相信有神明吗？（对神明有什么看法？）
- 19、在什么范围里，你认为自己的个人行为对改变社会有所影响？
- 20、你认为，目前社会有什么重要事件？（可能的话，你会有什么行动？）

约会聊天时一定要保持开心、快乐的兴许和心境，话题要轻松。

话题三招：

- 围绕事业追求，寻找话题闪光点。
任何人对自己的学习/工作生活都比较重视，**别人对自己工作的关注使自己极度舒适，也愿意讨论这方面的话题。**
- 围绕兴趣爱好，寻找话题的共鸣点。
任何人谈论起他的兴趣，都会口若悬河
- 围绕环境氛围，寻找话题着眼点。
一个善于观察事物、分析问题、处理矛盾的人，只要把寻找话题的着眼点放在环境氛围上，话题就会取之不尽。
- 围绕社会生活，寻找话题的兴奋点。
社会生活中，你总会有一些深切的体会、最想说的话、最厌恶/喜欢的人或事.....

增气场 变活跃气氛

- 提升能量气场是首要

很多人在社交场合不敢说话，不太敢与人主动交流，首先是你交际的次数就少不习惯，害怕说错话，就像平常不敢上台演讲的人，大部分是畏惧当着很多人的面发表演讲

要想改变，需要时间，循序渐进，不要急于求成。

首先是精神状态，多出门参加社交活动，多认识人，多和气场能量强、活泼的人在一起。多运动打球跑步健身。

- 减少只靠外部刺激带来的娱乐感

如果你还经常看 AV，那就慢慢逐步减少把，它慢慢消磨你的意志、精力、能量，让你变得萎靡

少玩游戏、刷微博，看朋友圈，拒绝“奶头乐”。

- 练习注意事项：

- 说话可以调大音量

- 说话注意“抑扬顿挫”感

- 适当运动然后见人，身体血液循环加快能提高自我的个人能量。

- 去 KTV、酒吧等需要高能量才能玩的开的地方

多重聊天技巧的脉络贯通

聊天，强调的是思维。

- 内心觉醒：

人不可能完全了解自己，你以为自己是这样的，但是其他人眼中又是那样的。一个原因就是，在交谈中，只有极少数人会留意到自己刚才说的话（这些引起你留意的话大都是引起别人担心你、过分无理、开了个玩笑等），这意味着大部分人在交谈时“不知道自己说了什么”。

这也是谈话引擎的核心，怎样让潜意识正确引导你说话。让你的潜意识升级是关键。

- 行为背后的动机：

每一个人在说话以及思考的时候，都会不自觉地随便表达自己。自己内心装载的东西全部暴露在自己的嘴巴上。

- 创造你自己的世界：

改造思维才能改造自己的世界，技巧和模板不是最核心的。只有开始真正留意自己，每天开始做正确的事，留意自己说的每一句话并观察反馈，开始在环境中自发性地更别人对比，建立自己的思维方式，完善交谈风格。

具体来说：为了营造你的谈话习惯，使之成为你的潜意识，你需要充实你的思维和想法，每天看看书，或者模仿下喜剧中搞笑的角色，总而言之，要搜集属于自己的东西。

- 不同环境不对对象，采用不同聊天思维

- 风格：使用一个惯例，原文修改变自己的：下策；根据原理创造自己的是中策；上策是像一个更妙的。
- 完善体现你的各种材料：
很多人根本不知道自己一辈子有过什么快乐时光甚至好玩的事情发生，每天就是过日子，每当需要是自己也想不到。
所以需要总结一下自己一生中所有高价值低价值的事情（快乐、悲伤、荣誉等），并记住这些事，予以分门别类。
- 把人生提高到新高度：做高价值的事情，每天健身、交友、看书，过有品位的生活。内化这些价值，把自己的人生提升到新高度。

聊天没有话题

- 重点不在说什么，而在于怎么说。
同一句话，说的方式，在不同环境，效果不同。
女孩最讨厌“查户口”式的提问。
使用冷读术 Cold Reading：指在没有防备甚至第一次见面就看透他人的心思，从而更好地与人交流。
~你是不是在国外留过学？ ~是的/不是
To: 你一定在国外留过学 ~你怎么知道的/没有啊，为什么这么说
~你觉得你性格怎么样？ ~嗯嗯还好吧。
To: 如果我没看错的话，你人品应该不错吧。
这个不能常用，一句两句效果不错的，关键在于勾起对方的好奇心，塑造一种自己比较了解她的假象。
- 关键字联想法，留下余地：
She: 我平时在家喜欢看看电影。
（关键字：电影）
—你喜欢看什么电影啊？/喜欢看电影的人通常都会很感性，看你你也是这样的咯。
She: 我不喜欢那家酒吧，上次生日和一群朋友在里面喝高了。
联想，发展话题：
 - 1.不喜欢酒吧，为什么
 - 2.经历的最疯狂的生日聚会
 - 3.上一次我喝高的经历
 - 4.之后发生的故事。
- 讲故事
很多对话其实就是讲故事
 - 细节：细节让故事听起来像是真的：“我躺着床上，被子都盖（细节），看了一下表，三点过（细节）……”
 - 起伏：不要平淡，需要一定编剧的能力

举个例子：“你知道吗？昨天有个妹纸咨询我，她说她男朋友的那里太小，只有牙膏那么大。我一听就怒了。和她说，你别天真了好么？有牙膏那么大已经很大啦！！结果她弱弱的说，你见过宾馆的牙膏么...”

- 创造画面，引起联想
- 加入感情
- 诱出，通过自己先讲，让对方讲
- 欲擒故纵
- 开放式圈套

开放式圈套是这么玩的：

她：“你今天过得怎样？”
你：“真是一言难尽”。
她：“怎么了？”
你：“太恶心了！你不会想知道的。”

如此，她会对这其中的故事非常的感兴趣。

例2：

你：“你知道吗，你真的很厉害！你让我在你身上多花了3分钟时间。”
她：“是吗？我哪里厉害了？”
你：“有机会再告诉你吧。对了，上次。。。”

如此，她会对“她很厉害”的原因极度的着迷。

- 引用影视等角色

比如你会说：“你去休息吧，我也睡了。”
角色扮演：“爱卿退下吧。朕就寝了。明日再翻你的牌。”

再比如你会说：“你把头发剪短了真漂亮！我们去散散步吧。”
角色扮演：“走吧，凌波丽，使徒杀过来了！”

- 联系感：

- ◆ 浅层：共同的话题
- ◆ 深层：都有一些相似的刻骨铭心的记忆

没话题是不存在的，多吸收，多尝试，其实各方面都是可用的。

的话题。) 关键还是在于你怎么去聊。有的人说不应该和女孩聊**历史，应该去聊聊星座。我说这就是扯淡！当你告诉她香奈儿是如何成为荡妇的或是蒋介石和宋美龄之间的爱情故事。我相信她会非常的感兴趣

邀约

- 为什么——一个合理借口

- 干什么
- 什么时候：一定要具体点

1 原则 2 策略 2 要点

- 原则：聊天少聊理性话题。
- 2 策略：
 - 短期：立竿见影，临时抱佛脚，准备话题
 - 长期：多和活泼的人交朋友，他们能量气场很高，和他们呆久了，你也会变得开朗和爱说话。
- 2 要点：
 - 状态：交流过程中不可以去寻找话题的状态。进入状态，你就是快乐的源泉。
 - 惯性：尽量保持那种健谈的状态。

<http://www.gaoshanlian.com/forum.php?mod=viewthread&tid=1355&extra=page%3D10>

ABC: American born Chinese 美籍华人

经典案例

- 孟非喝咖啡
老板请提意见，孟非见咖啡只有半杯。
孟非：我有一个办法，可以让你立马多卖出两杯咖啡？
老板：什么办法？
孟非：只要把咖啡倒满就行了。

- 对方吃饭/面吃到苍蝇之类的如何回应
 - 这也是肉
 - 要是有人py，就对她说：乖，闭上眼睛，张嘴，把苍蝇喂给他，然后说，肉好吃吗？（玩笑）
-

职场

HR 面试，女面试官：如果我裤子拉链开了，你这样提醒我。

答：以不舒服为借口，询问卫生间在哪，并暂时请假离开，去卫生间，得到您的允许之后，会告诉你：我太太/女友有一条和你同款的裤子，很时尚，就是那个拉链哪里做得不好，经常会裂开，然后离开给你时间拉上。

好词

重灾区

EQ 测试：

1-9：

ACACCBAB

18+9=27

BBCBBAA

10+8=18

BCCCBAABA

15+6=21

YNNN

15

4335

15

TOTAL 96 一般

Chatting with A Girl

聊天致命误区

1. 跪舔讨好
2. 暴露需求感：恋爱的本质其实是吸引，在女生没被你吸引之前，暴露强的需求感，相当于直接告诉女生：我是个屌丝，快离开我吧！
3. 自嗨
4. 太快表白

想象一个场景，你去商场买衣服。

销售员说：我真的很想你买这件衣服，你能买吗？

你说：你推销的挺热情的，但是我不想买，谢谢。

销售员不依不饶：这件衣服哪里不好，简直就是为你量上定制的啊

你听到销售员的话，会很不耐烦的走出那家店吧

同理：

你对女生说：我很喜欢你，你喜欢我么？

女生说：你是个好人，但我不想谈恋爱呢，谢谢你。

你又说：我哪里不好，我改还不行么？

然后女生就再也没回你信息了。

表白也一样啊，姑娘只有足够喜欢你，表白才会成功啊，否则，都是花式作死。

5. 急色
听说男人分两种，一种是好色，另外一种是很好色。
6. 邋遢
7. 太直

基本功

● 有框架

框架是一个框子——指其约束性，也是一个架子——指其支撑性。是一个基本概念上的结构，用于去解决或者处理复杂的问题。

把跟女生聊天当做你要处理的问题，那么框架支撑起你独立平等的人格

● 有态度

废物测试是指女生经常在潜意识下利用一个问题、要求或看似敌意的意见测试一个男人。女人喜欢通过不断地给男人废物测试去考验眼前的男人是否具有**真实的价值和强大的心态**，评量一个男人是否值得成为男友或性伴侣。如果男人只看问题、要求或看似敌意的意见的表面，他就失败了，也失去和她进一步互动的机会。女孩在乎的不是问题的答案，在乎的是你回答问题的【态度】。

比如女生问你：你谈过几个女朋友？你喜欢我什么？你是不是跟每个女生都这

么聊天啊？

- 节奏感

跟女生聊天，回复频率、回复字数，跟女生差不多就可以了，女生没回你等女生回就可以了，不要再连续发多条信息轰炸了，也不要整天缠着女生聊天了，会给女生一种无所事事的感觉

- 感知能力

聊天中，你要能正确感知你跟女生的当前聊天关系，女生说话的意思，女生的聊天情绪。

- 有情绪

不可否认，很多会撩妹的男生，他们都有个共同的特点，就是很会撩拨女生的情绪。

女生：你们男生是不是都喜欢好看的小姐姐啊？

很一般的回答：也不是每个男生都这样，内涵也很重要

有情绪的聊天：是啊，可是你比她们漂亮啊

聊天开场白

你在干嘛 NO

女生是吸引来的，不是追来的。前期对女生的吸引很重要，包括你个人的穿着打扮，朋友圈建设等。

现在就要开始有意识的去做自身建设了，并且一直坚持下去。

3 个错误：

- 没话找话型

男： HI，在午休吗？

女： 嗯，是呀

男： 下午几点上班呢？

女： 2 点诶

男： 那你们午休还挺久的

女： 我们是 11 点半到 1 点半

男： 你中午不睡觉困吗？

.....

女生看到这种没营养的话题，根本提不起兴趣，会让她觉得你是个无聊的人。

- 需求感太强型

男： 在干嘛呢

女： 上班呀

男： 别上了，来找我玩呀

女：。。。.

- 好奇宝宝型

男： 你好，你是做啥的？

女： 我做传媒行业的



● 表情开场

三种方式共同点：

1. 目的性弱，不会让女生觉得你是一个情商低的直男癌。

2. 提供谈资，增加联系感

两个人相处，「分享」很重要。向女生分享你的生活，代表了对她的信任，你乐于让她参与到你的生活当中，塑造一种「共同经历」的感觉，增加了彼此的亲密感，也有利于未来的邀约。

3. 体现生活价值

常规话题

- 美食

女生一般都是吃货。吃饭、做饭...

- 旅游

- 宠物

- 星座

- 摄影

- 热播剧/电影

- 工作：认真工作的男生最帅。但是聊工作切记散发负能量，男生要多展示自信上进，三观正，时刻散发慢慢正能量

- 故事

事是人脑更容易接收信息的方式，更容易让女生产生共鸣。

- 经历

聊童年糗事，聊大学经历，聊初入职场的跌跌撞撞，往往能起到情绪共振的效果，让女生有一种好像认识你很久的感觉。

- 未来规划

聊一下你未来的规划，你的梦想。

当女生聊完，也要进行适当的捧眼，比如：我觉得你是一个挺有想法的女孩。 /我发现我们之间竟然有那么多共同点。

避免一问一答

你跟女生聊天为什么会出现一问一答的对话？

原因一，女生对你没有兴趣，对你敷衍式聊天。

原因二，女生对你有一定兴趣，缺少聊天话题，不知道聊什么；

不要谈女生不敢兴趣的话题，比如只有男生玩的游戏，政治军事、或者专业性太强的话题，比如答主从事 IT，跟女生谈论代码就不合适

不要跟女生谈论太理性，太深刻的话题，其实女生比较喜欢生活化，比较喜欢没油盐的话题

拉近关系话题：

- 往事类
- 故事类
- 将来规划

如何聊一个话题

男：在干嘛呢？

女：刚吃完饭，躺在沙发上看电视呢

回答步骤：

- 提关键字：
吃完饭、沙发、看电视
- 展开话题：
吃完饭：不会叫的外卖吧 / 你做饭好吃吗。。。
沙发：脑补出你葛优瘫的样子，哈哈 / 说到沙发，我之前在无印良品看到个懒人沙发超舒服的。。。
看电视：你在刷什么剧呀，好看的话我也要看~ / 我最近在刷烈火如歌，好虐，差点看哭了。。。
综合：吃完饭，躺在沙发上，边吃着零食边刷刷，那种感觉超舒服的~

然后根据女生的回答，你又可以抓关键字，展开话题，源源不断地聊下去。。。

入门技巧

- 推拉

男：你今天看着挺怪的？【推】

女：哪怪？

男：怪好看的。【拉】

女：你们男人，是不是就喜欢漂亮女生啊？

男：是啊【推】

女： /生气

男：可是你比她们漂亮啊【拉】

- 幽默风趣：

你加上小姐姐后，幽默风趣一把：“恭喜你微信又多了个帅哥咯~”

- 角色扮演

根据你们当时的聊天场景切入。

比如你跟女生聊天，某次女生小小地夸了你一把，这时候很多男生就开始谦虚

起来了：“没有没有，你过奖了”，你都把气氛谦虚得开始尴尬了，你让人家一个腼腆的女生怎么接你的话？

其实当女生夸你的时候，这时候你不妨骄傲风趣地角色扮演一把，给自己加加戏：“那可不？我要是在幼儿园，肯定是小红花拿最多的”，

这时候女生肯定看不惯，肯定开始打压你呀。然后你们的情绪求升级了，这不就是传说中的调情嘛

● 勾起好奇

男：我昨晚做了一个关于你的梦（女生内心 OS：关于我的，有点好奇）

女：什么啊？

男：说了你也不信（女生内心 OS：有那么夸张吗，好奇+1）

女：说说看啊

男：说了怕你打我（女生内心 OS：尼玛，不会梦里在骂我吧，不说你死定了）

女：不会的，你快说

男：梦里你还是个宝宝，在地上捡脏东西吃

女：！@#¥%.....&（哈哈，准备冲过来揍你了）

● 曲解

故意进行不按套路的解读，这个技巧常能起到柳暗花明的效果
顺势夸张

比如你刚加了个女生，聊着聊着，你可能问了些不该问的问题，女生甩了你一句：我们又不熟。。。这时候尴尬了，一时语塞，不知道怎么接女生的话
这时候不妨对女生的话：“我们又不熟”曲解一下，女生原本这句话指的是关系不熟，我们可以故意理解为食物熟没熟，回：“叮~刚去微波炉转了一圈，现在熟了”

● 顺势夸张

在中国，一段婚姻关系的开始，需要经历的平均恋爱次数为 5 次
男女双方，共同迈入婚姻殿堂的人平均年龄为 25 岁
然而，只有 3%的男人，迎娶了自己喜欢的那个女人

5 岁觉得游泳难，放弃游泳，到 18 岁遇到一个你喜欢的人约你去游泳，你只好说“我不会耶”。18 岁觉得英文难，放弃英文，28 岁出现一个很棒但要会英文的工作，你只好说“我不会耶”。当你遇到一个真正心爱的女孩，不会聊天和升级关系，你只好

说“我不会耶”。人生前期越嫌麻烦，越懒得学，后来就越可能错过让你动心的人和事，错过新风景。

女:你喜欢我什么?

回答公式:一个时间点+一件小事
+形容润色+山盟海誓

例子:四年前的一个早上，你忙碌着为我做早餐，看着你的身影，我恍惚看见了天使，美极了，那时我便默默对自己说，这就是我要用一辈子去爱去疼的女人。

是谁，要有自信，女生的想法是有三种1，屌丝2，优秀男生3，喜欢我的优秀男生。你要认为自己是屌丝

干货。比如朋友圈要精致有质量，还有头像要有足够的吸引力。也很有道理，在微信上本身展示最直接的就是头像朋友圈。第二，发型找50-250，然后要找店长或经理级别的剪，半个月一次左右一次吧。

第三，要懂得服装搭配，适合自己的才是最好的。注意，衣服搭配别超三种颜色。

第四，聊天不在于说什么，在于你是谁，要有自信，女生的想法是有三种1，屌丝2，优秀男生3，喜欢我的优秀男生。你要认为自己是屌丝就永远别想女朋友了。多参与点活动，宅男最不可取。特别勇气同等重要，搭讪啊平时互动啊，男人嘛脸皮厚点才吃的开。

要逼迫自己搭讪：那么多优秀女生擦肩而过，那么多优秀男生，凭什么你是你，所以只能走出去才能把握。

第五，掌握和女生聊天的思维，不要怕聊死，也可以抱聊死的心态去，话题要懂得不断切换，不用盯着一个话题，取女生感兴趣的。当然聊女生，也同时要分享自己的生活。

最后也很重要，要有自己的框架和

为什么有这种教程，这是一种产业，是一种技能/知识培训，是知识付费的一种情况。之所以有这种产业出现，那是因为——需求。

Eloquence

口才训练的 16 种方法

1、朗读朗诵。

自己读书，大声地读出来。每天坚持朗读一些文章，既练习口齿清晰伶俐，又积累一些知识量信息量，更重要的是对身体大有裨益，清喉扩胸，纳天地之气，成浩然之身！每天坚持朗读半小时以上，坚持两年三年，你不是大师也成大师！

2、对着镜子训练。

建议你在每天的朗读过程中，对着镜子训练，训练自己的眼神，训练自己的表情，训练自己的肢体语言，这样效果更好。

3、自我录音摄像。

建议每隔一周时间，把自己的声音和演讲过程拍摄下来，这样反复观摩，反复研究哪儿我卡壳了，哪儿手势没到位，哪儿表情不自然，天长日久，你的口才自然进步神速。看一次自己的摄像比上台十次二十次效果都好。

4、尝试躺下来朗读。

躺下来大声读书！当我们躺下来时，必然就是腹式呼吸，而腹式呼吸是最好的练声练气方法。每天睡觉之前，躺在床上大声地朗读十分钟，每天醒来之前，先躺在床上唱一段歌，再起来。坚持一至两个月，你会觉得自己呼吸流畅了，声音洪亮了，音质动

听了，更有穿透力了，更有磁性了！

5、速读训练。

锻炼人口齿伶俐，语音准确，吐字清晰。

一般开始朗读的时候速度较慢，逐次加快，一次比一次读得快，最后达到你所能达到的最快速度。读的过程中不要有停顿，发音要准确，吐字要清晰，要尽量达到发声完整。因为如果你不把每个字音都完整地发出来，那么，如果速度加快以后，就会让人听不清楚你在说些什么，快也就失去了快的意义。我们的快必须建立在吐字清楚、发音干净利落的基础上。我们都听过体育节目的解说专家宋世雄的解说，他的解说就很有“快”的功夫。宋世雄解说的“快”，是快而不乱，每个字，每个音都发得十分清楚、准确，没有含混不清的地方。我们希望达到的快也就是他的那种快，吐字清晰，发音准确，而不是为了快而快。

6、即兴朗读。

平时空闲时，你可以随便拿一张报纸，任意翻到一段，然后尽量一气呵成的读下去。而且，在朗读过程中，能够注意一下，上半句看稿子，下半句离开稿子看前面（假设前面有听众）。长期以往，你发现自己记忆力加强许多，快速理解力和即兴构思能力也在加强。

7、背诵法。

背诵，并不仅仅要求你把某篇演讲辞、散文背下来就算完成了任务，我们要求的背诵，一是要“背”，二还要求“诵”。这种训练的目的有两个：一是培养记忆能力，二是培养口头表达能力。尝试去背诵一些文章，一篇一篇地去完成。天长日久，那些文章字句自然就转化为自己的词语了，练到一定时间就能张口就来口出华章。所谓：熟读唐诗三百首，不会吟诗也会吟！

8、复述法。

复述法简单地说，就是把别人的话重复地叙述一遍。可以找一位伙伴一起训练。首先，请对方随便讲一个话题，或是一个故事。自己先注意倾听。然后再向对方复述一遍。这种练习在于锻炼语言的连贯性及现场即兴构思能力，和语言组织能力。如果能面对众人复述就更好了，它还可以锻炼你的胆量，克服紧张心理。

9、模仿法。

我们每个人从小就会模仿，模仿大人做事，模仿大人说话。其实模仿的过程也是一个学习的过程。我们小时候学说话是向爸爸、妈妈及周围的人学习，向周围的人模仿。那么我们练口才也可以利用模仿法，向这方面有专长的人模仿。

①模仿专人。在生活中找一位口语表达能力强的人，请他讲几段最精彩的话，录下来，供你进行模仿。你也可以把你喜欢的、又适合你模仿的播音员、演员、相声表演家等的声音录下来，然后进行模仿。

②专题模仿。几个好朋友在一起，请一个人先讲一段小故事、小幽默，然后大家轮流

模仿，看谁模仿的最像。为了刺激积极性，也可以采用打分的形式，大家一起来评分，表扬模仿最成功的一位。这个方法简单易行，且有娱乐性。所要注意的是，每个人讲的小故事、小幽默，一定要新鲜有趣，大家爱听爱学。而且在讲之前一定要进行一些准备，一定要讲得准确、生动、形象，千万不要把一些错误的东西带去，否则模仿的人跟着错了，害人害己。

③随时模仿。我们每天都听广播，看电视、电影，那么你就可以随时跟着播音员、演员进行模仿，注意他的声音、语调，他的神态、动作，边听边模仿，边看边模仿，天长日久，你的口语能力就得到了提高。而且会增加你的词汇，增长你的文学知识。

④要求要尽量模仿得像。要从模仿对象的语气、语速、表情、动作等多方面进行模仿，并在模仿中有创造，力争在模仿中超过对方。在进行这种练习时，一要注意选择适合自己的对象进行模仿。要选择那些对自己身心有好处的语言动作进行模仿，有些同学模仿力很强，可是在模仿时都不够严肃认真，专拣一些脏话进行模仿，久而久之，就形成了一种低级的趣味，我们反对这种模仿方法。

10、描述法。

描述法就是把你看到的景、事、物、人用描述性的语言表达出来。描述法可以说是比以上的几种训练法更进一步。这里没有现成的演讲辞、散文、诗歌等做你的练习材料，而要求你自己去组织语言进行描述。所以描述法训练的主要目的就在于训练同学们的语言组织能力和语言的条理性。在描述时，要能够抓住特点进行描述。语言要清楚，明白，要有一定的文采。一定要用描述性的语言，尽量生动些，活泼些。这可以训练我们积累优美词语的应用能力。

11、角色扮演法。

在我们的培训过程中，经常让学员进行角色扮演，组织角色语言去演讲，叫“情境模拟训练法”，比如扮演律师，扮演市长答记者问，扮演新郎新娘即兴发言等等，还可以选择小品中的角色扮演，直接让学员去演小品，去扮演作品中出现的不同的人物，当然这个扮演主要是在语言上的扮演。这种训练的目的，在于培养人的语言的适应性、个性，以及适当的表情、动作。

12、讲故事法。

不同时候要能够讲不同的故事，而且现场就能想出符合场合的故事。这就要求我们积累大量的素材。同时还要讲得动听，讲得精彩，熟能生巧，讲多了口才就来了！

13、积累知识，多翻翻字典、成语词典。

14、对口才产生兴趣。

当你的焦点在口才训练上时，你必然就会关注平时生活中的口才技巧。兴趣在哪里，焦点到哪里；焦点到哪里，学问到哪里！这种方法进步更快。即使看电视，也在注意台词的优美，交际的仪态，幽默的笑眼，必然进步神快

