

盐选专栏名: 《说话不累的沟通方法: 对话如流的沟通 30 招》

主讲人: @程驿 BAT 大厂特邀培训师

两个技巧: 一个叫「关心」, 一个叫「关注」。

关心主要是提醒女生该注意的问题, 解决她的困难, 以及满足她的需求; 而关注是你作为旁观者, 表现出对女生的状态和兴趣。

喜欢一个人的时候, 总是想和她说话, 总是想找任何机会多看她一眼。在路边摊吃饭时、在对着电脑做 EXCEL 时, 无论生活中经历多么风马牛不相及的事, 脑子总会拐几个弯, 拐到她那里去。

但表达如果太过于明目张胆, 又可能遭至难堪。

我给大家推荐一个个人觉得还挺有用的模型, 称为「西红柿购买法则」, 主要包括三个方面:

- 1、「西红柿的成熟度」, 这里主要指关系的发展阶段;
- 2、「外硬里软」, 这是西红柿的特征, 这主要指女生的心态更软, 她们更注重感受。
- 3、「个头一样大小」, 这主要指双方的关系尽量平等。

第一「西红柿的成熟度」

首先我们来看第一个方面, 在和异性进行交往时, 要认清楚关系的发展阶段。

什么意思呢? 就是说男女双方, 从不认识到成为男女朋友, 一共分为五层: 陌生人, 认识的人, 普通朋友, 好朋友, 亲密关系。沟通的时候, 两人要一层一层地建立感情基础, 千万不要越级, 越级就死。

比如, 你和一个女孩刚认识没多久, 就开始表白了, 就算你表现得再感天动地, 人家也不会搭理你, 因为这明显是越级。

所以亲密关系的建立不能着急, 就像修房子一样, 需要把地基打牢固了。

这个地基, 其实就是帮助女生建立安全感。所谓从陌生人到相识、再到朋友、再到亲密关系, 并不是指牵牵手、约个会, 就搞定对方了, 而是一个让对方越来越有安全感的过程。

举个例子:

如果你问女生, 周末有没有什么事情呢?

女生说, 「要搬家。」

这句话只是表达了搬家这个计划, 这时候如果你们是好朋友以上的关系, 你就可以说, 要不要我去帮你搬。但如果你们是普通朋友, 你如果问要不要去帮忙搬家就不太合适了。

因为女生说搬家，可能只是暗示没时间跟你见面而已。这时候普通朋友应该表达关注，你可以说，昨天刚帮朋友搬家，换了新地方的人都特别开心。如果女生接着表达了自己的感受，说搬家好麻烦，真是烦死了，你就可以表达关心了，问问需不需要你过去帮忙。

请注意刚刚我们说到了两个技巧，一个叫「关心」，一个叫「关注」。

关心主要是提醒女生该注意的问题，解决她的困难，以及满足她的需求；而关注是你作为旁观者，表现出对女生的状态和兴趣。男生关心女生是有前提的，你们至少是好朋友以上的关系，或者女生主动说了自己感受。

再举个例子，如果女孩和你说下雨了，你回答说，记得带伞，我去接你，小心感冒，这些都是关心；而你要是回答说，这个季节雨中漫步最惬意了，或者说下雨天最适合在家睡觉，这就是关注。

追女孩的时候，很多男生一上来就表现出无微不至的关心，其实这往往是错误的。关心应该循序渐进，否则对方就会有压力，而且很多时候女生需要的是关注。有了关注，你们才能更好地交流，你才容易知道对方需要什么样的关心。

第二「外硬里软」

我们再来看第二部分，即在交流时，更应该注重女生更注重感受。

我们都知道男性的思维和女性的思维模式是不一样的，男性更注重理性和解决方案，但是女性更注重感受。

当然，其实每一个人都很在乎聊天时候的感受。昨天的分享中，我们也强调了这一点。聊天就是聊感受，因为别人很难记住你们聊天的内容。

但就感受而言，女生更注重的是当下的感受。

比如，你在街头搭讪一个女孩，女孩问你：「我为什么要认识你啊？」一般人可能就说了，因为你长得漂亮，或者因为我很喜欢你，等等。这么回答，其实就是指向未来的男性思维。其实，女孩子能接受的，恰恰不是这种，而是当下，比如，你要是回答：「因为刚才我突然看见你，我觉得有点心动，这是很久没有的感觉，我怕错过这个机会，所以我头脑一热，就上来了」。这是一个女孩子能够接受的。就算她拒绝你了，也不会给她留下不好的印象。

再比如，女生发短信给你抱怨：「今天和办公室一个人吵了一架，那个人太讨厌了，真是气死我了，真不知道以后在办公室怎么相处。」

这个时候根本不需要你帮她想解决方案，你只需要做到理解她的感受就行，比如，你可以说：「谁让你生气了，告诉我，我替你出气。」或者也可以直接说：「真是气死我了。」

女生只需要有人听她一起抱怨，但如果你这时给她讲道理：「职场上，我们还是应该注重同事关系。」那不用说，她肯定会更加生气。

再举个最常见的例子。

比如你本来跟女朋友说好了，今天晚上回家吃饭，可是临时要加班，走不了了，你就给她打一个电话说：「公司要加班，我回不来了。」

那她肯定很生气啊。然后回到家，你一推门，看到女朋友拉着一张脸，很委屈说：「我做了一桌子菜等你，你也不回来，回来还发火。」然后，你可能说：「我还不是为了这个家吗？」两个人就会叮叮当当打架。

这件事情，就是你误解了女生，我们总以为女生喜欢占用男生时间，但女人只是需要你重视她。

比如，你在下班路上，给她买一朵花，或者想别的办法，让她感受到你重视她，这事儿就搞定了。

第三「个头一样大小」

我们再来看第三个方面，关键词是平等，

这里先问你一个问题，男生追女生，需不需做到有求必应呢？很多人都觉得应该需要，但其实这非常危险，这样的关系是不平等的。

举个例子，有个男生喜欢上一个女孩，两个人能正常聊天，但关系始终不冷不热。

一天，女孩发微信问，我们晚上要玩扑克，你来吗？

男生看到这条微信，立刻回复说，好，晚上见。

等到晚上，两个人还聊着微信，眼看就到约定的时间了，女孩随口说了句，外面雨好大。

男生立刻回复，那我去接你吧。女孩却马上拒绝说，不用了。

之后，女孩在群里发了条消息，说自己加班，晚不上玩扑克了。

发现问题在哪了吗？男生犯了两个错误。第一，当女孩发微信问他去不去的时候，他应该抓住机会和女孩互动一下。比如，他可以说，你怎么来约我了，你去吗？你去我就去。这样调侃一下，不仅能增加两个人之间的互动，也不会显得男生太唯命是从。

第二，当女孩说「外面雨好大」时，男生不应该直接就提出要去接她，因为两人还是普通朋友关系，男生太过积极，女孩的压力和负疚感就来了，自然想疏远。

其实，只有当女孩既说出了自己的麻烦，又说了对麻烦的感受的时候，比如，外面雨好大，今天出门太不容易了，想想就头疼，这时候你再提出去接她，就水到渠成了。

那么，怎么给女生制造平等的感觉呢？这里有四个方法。

1、男生需要有及时的反馈和制裁。

如果男生付出了之后，女生没有给出相应的回应，那男生就要适当地少付出一点，至少不应该比之前付出的多，要让女生明白，自己不会一直无条件地对她好。

2、要学会用常识来约束自己。

当男生想要为女生做点儿什么的时候，先问问自己，如果这个人是一个其他的普通朋友，你会不会这样对她。如果会，那就没问题；如果不会的话，就要判断一下这样是不是有点过了。

3、学会适当的拒绝。

很多女生在刚被追的时候，都会默认男生就应该对她好，所以你如果一直对她好，也不会产生什么特别的效果。相反，如果男生能在一些无伤大雅的事情上，适当地拒绝她一下，就能把两个人的关系拉回到平等的方向，给接下来的发展奠定基础。比如说，男生开了个玩笑，女生没听懂，问是什么意思。这个时候男生就可以调侃一下，没明白？那算了，留个悬念，下次再告诉你。这比一五一十地和她解释要好得多。

总结一下，和异性交往，应该注意**三个方面**：

- 1、要认清清楚现在的关系阶段。在不成熟的阶段做成熟的事情，就会很失败
- 2、女生更注重感受
- 3、交流应该是平等的，一味讨好，反而适得其反。