

搭讪心理学：走出恋爱第一步

此文档由@实用心理学 整理制作，更多心理学知识，请围观：

实用心理学围脖（55 万粉丝）：<http://t.sina.com.cn/1678862287>

实用心理学博客（330 万点击）：<http://blog.sina.com.cn/1678862287>

男女搭讪心理学



一项新的研究调查显示，男子选择的搭讪语可以迅速的帮助他们挑选出特定个性的女性。当在类似于相亲会的场合中，男性总是希望把自己描绘成是一个不怎么强势，不怎么有城府的类型。研究发现，事实上在初期的相互接触中，也就是从男性发出想要亲近的信号一直到决定是否要发展到性接触的那段时间，女性总是处于控制地位。而大部分男性总是在某一方面尤其显示出他们无能的一面——搭讪语的选择。于是给求爱这场追逐赛一个十分糟糕的开始：充满性的暗示。

兰开夏中心大学的 **Chris Bale** 的一项研究也确实发现：充满性暗示的开局者得到进一步发展感情的机会是最少的。(Bale,2006)，于是这就提出了一个问题：如果结论真是如此，为什么男人还是要用充满性暗示的搭讪语来做开场白呢？

搭讪语=选择工具

Bale (2006)和 **Cooper et al. (2007)**在一些证据支持他们的观点下，简单而睿智的回答了这个问题：搭讪语对男人来说是一种选择特定类型女子的手段。换一种说法便是，男人用充满性暗示的话题作开场白是为了寻求特定类型女子。当然在另一方面，选择性格展现或者是传统搭讪话作开场白的男人，他们同样也可能在试着表现自己是一个好的伴侣同时表现自己正在寻找一段真爱。

那么现在我们就来说下 **Cooper** 和他的同事是如何寻求这一理论依据的。

每天学点好玩的心理学！

关注 @实用心理学，下载更多心理学资料

试验最初，要求参加者们考虑一系列可能的情节，在这些情节下，男子会尝试和女子展开对话。每一个场景，男子都需要用不同的方式去接近女子。随后参加者们便被要求评估那些基于不同方式展开“攻势”的交流能够继续下去的可能性大小。

那些台词经多种途径比较后归入以下几类：

1. 优秀伴侣——这些台词常常涉及到文化，特征，或者是财富。例如：你知道吗？这个神奇的东西我曾经在泰德现代博物馆中见过。（泰德现代博物馆 **Tate Modern** 全世界最著名的当代艺术博物馆之一。）

2. 恭维。例如：你就是当代维纳斯啊！（oh, NO! 太肉麻了吧!）

3. 性暗示。例如：我虽然不是 **Fred Flintstone**，但是我一定能为你做张石床。（欠扁!）（**Fred Flintstone** 摩登原始人的主角，在一采石厂工作。具体这句话为什么很有性暗示含义，大家可以自己猜测下~给个提示：我们自家的床从来不是用石头做的阿!）

4. 幽默。例如：我能给你买座小岛吗？（真不错~）

那么现在，大体上来说，了解了我们女性参加者对这四类男性接近者得反应。下一步我们就是要找出女性参加者喜欢的是什么类型。

男子的四种类型

这一次，参加者完成了一系列约会伴侣表现的测试。分析这些结果显示女性通常都会明显偏向四个类型中的一个：

1. 好男人。是的，他很有帮助，他很体贴，他很让人欣赏——他就是会让人喜欢。
2. 养家者。他走进丛林，猎杀食物。带来火种。建了座小木屋——那么温暖那么有家的感觉。
3. 领导者。他总是喋喋不休，自信并且意志坚定——是你心灵的导航者？
4. 坏男人。薄情，自以为是，不可靠的——他完全配不上你。但是他身上总是有些东西，让人…

通过设想情节以及约会伴侣表现测试，参加者被要求完成一些列性格测试，测试他们的精神质（对于负面情绪反应和暴力的趋向性。表现为孤独、冷酷、敌视、怪异等偏于负面的人格特征），外倾性（喜外出的，爱与人交往的，外向型导向的，表现为内，外的差异）和神经质（体验负面情绪的趋向性，表现为情绪稳定性的差异）。现在我们得到了所有我们所需要的信息，那么就让我们看看这两者之间是不是有什么联系。

结果

察看相关性，我们可以发现，搭讪语的确可以选择特定性格的女性。

外向型女子最喜欢“领导者”类型的男子。

神经质女子最喜欢“好男人”类型的男子。

精神质女子完全否定“好男人”，她们偏向“坏男人”类型的男子。

那么，这就意味着男子所选择的不同类型的搭讪语的确对做出回应的女子有一定的影响。通过女子对特定搭讪语的回应，男子可以有效地快速判断出女子的个性特征。那么对于那些渴望寻找“坏男人”的人来说，就该用充满性暗示的，或者是恭维的搭讪语，相反，对于那些等待外向型女子的男士来说，还是应该多开几个玩笑比较好。

男子对于女子的台词的理解

我们大多很注意女性对于男子搭讪语台词的理解程度，因为在很多国家，很多概念中，搭讪总是男子的行为。但是这一情况已经改变了。这次研究中同样也反映了男性对女性搭讪语的理解程度。

男性理解程度的结果显示，（和女子理解程度相比较）男子多偏向搭讪语中暗含性暗示（令人惊讶，令人惊讶！）这和女子喜欢幽默的搭讪语背道而驰。同样男子在判定女子较为喜欢哪种搭讪语的能力上，也比女子差了很多。而被男子低估了能力的搭讪语则是：那些包含愿意帮助女性的，那些愿意把控制权交给女性的，以及那些巧妙展现富有的搭讪方式。（太令人惊讶！）

注意：

个性特征和搭讪语评估的相关性并没有特别的高。（在 0.2-0.4 之间）这意味着仅仅是一小部分的人格变化可以和搭讪语相互联系（4%-16%之间）。因此，个性特征并不是影响搭讪语回答的唯一因素，当然，也一定是有些影响力的。（来源：Psytopic.com）

搭讪技巧练习【实战篇】



生活中，总有这样的情景，我们在城市的角落里遇到至少是外貌上让自己心动的女人。是怅

每天学点好玩的心理学！

关注 @实用心理学，下载更多心理学资料

然若失的擦肩而过，还是勇敢的走上前去，相信是很多男人都遇到过的问题。上或不上？上了该说什么？说了她会不会不理我？在你考虑这些问题的时候，或许你已经失去了和这个 mm 认识和交往的机会。微笑的走上前去，你会发现搭讪其实很容易。我和 mm 搭讪的次数较多，总体成功率在 80% 以上。个人认为，搭讪是考验一个男人沟通技巧和整体修养的最好试练。一次成功的搭讪中蕴含着智慧和勇气，那是一门艺术。下面谈一些自己粗浅的看法和经验。

人和篇

人和就是搭讪中人的因素，大体可以从本人、目标对象、目标周边人群三个角度分析。

本人因素：首先你要有一个至少是中等的相貌，当然帅哥在这方面有优势，但女人毕竟和男人不同，一个中等相貌身材正常的男人也能得到她们的青睐，太漂亮太招摇的男人有时反而会让她们觉得反感。相貌是天生的，但着装可以改变。尽量不要穿什么哈韩的服装，古惑的服装之类的去搭讪。可能你自以为很酷，但女人天生缺乏安全感，你再酷再帅也抵挡不住她们内心深处的那点对陌生人的恐惧。西装革履的也不太好，如果你穿的不是阿玛尼，至少把领带拿下来。

一件普通的体恤，一条牛仔裤就足够了。关键是要干净、清楚，让女生觉得你首先是一个正经的人，你才能够亲近她，才能让她相信你说的话。

目标对象：就是目标 mm 了，察言观色是一个人在社会上生存的技巧。先观察你要出手的对象，看出她是什么类型的才好对症下药，当然这需要经验，但至少她现在的心情好坏总看的出来吧！如果她的视线落到你身上，你最好微笑一下（很关键），看看她会不会回你一个微笑；如果你们的目光交汇，最好不要避开或退却，这是变被动为主动的最好机会，看看她会不会害羞的低下头去。如果她会，那么可以说你已经成功了一半。

目标周边人群：mm 很少一个人行动，多数情况下她的身边都有同伴。这可要好好看看，和一个 mm 搭讪，一会他男朋友过来的行为太愚蠢了。

Mm 身边有女伴的情况下，女伴太多的情况不好，你一句我一句的比较烦，如果聊到她们让你请她们全部吃饭，那最好借故推脱，毕竟你看中的只是她们中的一个。两个女伴的情况不错，因为这时那两个女伴大都会自己到一边聊天。一个女伴的情况下（这种情形是最多的）最难办，因为她们两人的关系相对亲密。她顾着和你说话，会引起女伴的不满，你又不能两个都顾到，比较尴尬，目标 mm 也可能会因为这点故意摆出高姿态，这时就要考验你的语言交际能力了。如果经过仔细观察，发现没有同伴，天赐良缘，赶快行动！

案例：地点 上海徐汇区五月苑

在我大二的时候，五月苑三楼的游戏机房还是很多人去的，里面 mm 也不少。没有女友的期间我经常在那里打 kof。一次我注意上了一个穿牛仔裙、半长头发的 mm，相当的清丽可人。仔细观察后发现她有一个形影不离的女伴，两人感情好像不错。那个女伴戴个眼镜，很照顾那个 mm 的样子。我一直等到那个女伴出去了才出招，mm 在打泡泡龙，我直接扔币进去和她单挑～不到 30 秒，mm 就被我 ko 了。她有点手足无措的样子，看样子想起来走人了。

我帮她投了一个币，随意的笑着对她说：“再陪我玩一局好吗？”后面又说了几句话，感觉她一直在笑，问她电话也笑着不说，直觉告诉我有戏。但就在这时，那个女伴回来了。真是一场灾难，戴眼镜的恐龙先是瞪了我一眼，接着把 mm 拉走了。我没有追上去，失败了，我想。

又在游戏房呆了一会，若有所失的我到了楼下的新亚大包。点好东西后转身看到 mm 和眼镜女坐在不远处，昏倒～。她们也看到了我，我礼貌的笑了笑。我选了一个离她们比较远的桌子就餐，我吃的比较快，吃完后她们还没吃好。我本想直接就这么回去了，但最后我还是走到她们桌边打了个招呼：“你们好阿！”事实证明了我这个决定是正确的，就在我走出新亚大包大概 20 多步的时候，那个 mm 追上我给了我一张纸条，上面是她的电话和手机。

天时篇

“万事具备，只欠东风。”说的就是天时。天道总在不停的变化之中，一年之中哪个季节的搭讪成功率最高？什么气候环境下成功的可能性大？一天之中什么时辰搭讪最容易？

古人说少女遇春而思，士人感秋而悲，是有一定道理的。但放在搭讪这件事上并不成立，我认为一年四季，刮风下雨，搭讪的成功率都是一样的，没有什么天气影响成功的问题，关键是你会不会利用。

还是拿我自己来说，我基本不带伞出门，特别是在学校的时候，雨天对我来说是个最好的天气。因为遇上下雨可以向 mm 借伞，教室、餐厅、图书馆，上师大到处都有 mm。而且理由冠冕堂皇，你可以说一会就给你送过来。打着 mm 的伞到超市买一把或者回宿舍拿一把都成。伞不是你的目的，关键是通过借伞她已经认识你了，通过还伞她已经初步信赖你了。这里推荐吃饭的时间去餐厅借，因为那里 mm 比较多，不像跑教室那么累。更重要的是 mm 很少一个人来吃饭，你可以把她的伞借走，让她和女伴一起走。这么做是为了直接要到她的电话。学校之外的地方也完全可以这么用，不要因为天气不好就畏首畏尾的。

一天之中什么时候搭讪最好？晚上非常不适合搭讪，除非你在特定场所。人类的天性就是怕黑的，随着人的成年有所好转，而女孩比男孩更怕黑。我个人搭讪失败的全都是在晚上的马路上，前车之鉴，后世之师。晚上的时候，mm 很难看清你的面孔，感觉不到你要表达的真诚，真的是相当的困难。这里特指的是一些相对空旷的场所，如马路、操场等等。再说你也看不清楚她的样子，难免会误认美女。因此为了您和她人的安全，应尽量避免在夜晚的空旷处搭讪。

案例：地点 上海徐汇区长桥地区

还是大二，那时我在长桥三村租了房子住，经常要坐 131 或 804 上下课。晚上坐 131 简直是作孽，会被挤的不成人形。一天晚上，我从学校出来，在车站等车的时候注意到了一个 mm。穿着一件粉色的毛衣，剪着碎碎的头发，看起来很可爱的样子。不过看上去年纪比较小，我估计是师大附中或来师大补习的学生。她上了 131，我跟着上去了，我一直注意着她，车上很挤，她对自己保护很好。车上人越来越多了，漂亮的女孩挤公车或是地铁，真是一个悲剧。。。。。。世上猥琐的男人太多了。我一直等着车上的人少一些，想挤过去帮她挡挡，也产生了想认识她，保护她的心理，但车上的人真太多了。

到了上海中学那站，她飞也似的下车了，我刚好也在那站下车。我看了看表，已经快 10 点了。她在前面走着，我想着要不要上去搭讪。当时的环境非常不好，周围的路灯非常暗，恰巧我又穿了件比较古惑的墨蓝色 T 恤，更关键的是她刚从那样的公车上下来。理智告诉我不能上去，但最终我还是稀里糊涂的跟上了。“同学你好，可以认识一下吗？”我开口了：她似乎吓了一跳，转过头来看了看我，脚步没有停下来。该死，怎么这路灯这么暗，心里想着，又继续和她说话，她回了我几句，感觉非常慌张。路灯的光亮越来越微弱了。到前面路口的拐角已经没有灯了，她也越走越快。估计没戏了，我这样想着，放慢了脚步，但还是跟在她的后面。又走了一会，前面是一个新村的入口了，有一盏很亮的路灯。看她的样子就要过街了，我知道这是一个最后的机会。我叫住了她：“同学”。她回过头，当时路灯照的我的眼睛很刺眼：“真的没机会认识一下吗？”我停了下来，她也站住了。我们对视了大概有十秒钟，她问了这么一句话：“你会说上海话吗？”我笑了一下，没有说话，我看到她也笑了。目送她走进新村，这次是真的失败了，我想。

地利篇

“得天下者，所赖者莫非天时、地利、人和。”地利也是搭讪中一个关键的因素，这里要抛开一些特殊的场所，特殊场所的搭讪往往直接和性联系在一起，还很可能涉及到金钱，这里暂不考虑。

大多数情况下相对封闭的场所好于空旷的场所，有人的场所要好于无人的场所。教室里、公交车上、餐厅中都是相当好的搭讪场所；而人来人往的马路，操场就稍差一点。不知道是否因为女性自身要担负孕育下一代的责任，她们在相对封闭的场所中更容易产生安全感，这也是大多女性比男性更想要一个温馨的小家的原因。但这也不是绝对的，没有人会傻到在封闭的电梯里当着 10 多个人的面和女性搭讪的。电梯都有监视器，如果上班的电梯里只有你和你一直想认识的女孩，那简直是上天赐给你的机会！

大多数情况下，你无法对搭讪的地点做出选择，因为你无法预测 mm 的动向。盲目观望等待更好的环境，有时候就会失去机会。因此，地利的学问是搭讪中最难掌握的，需要长期的实践和推理，需要结合天时和人和来运用，做到见招拆招，无招胜有招。

案例：地点 上海师大南教

那年是大三了，我搬到了师大新村。就和 mm 搭讪这个方面来说，我已身经百战了。那天晚自习，我和群“狼”到南教看书兼觅食。南教不大，就三层。无聊的我们每次都分头看看教室，寻找 mm。我没有去找，在二楼的窗口抽烟，须臾一个“狼”友来报，说是就在这楼的教室，有一个非常标致的 mm。我们立刻赶去查看，只见在一间教室***窗的第一排有一个 mm，留着瀑布一样黑亮的长发，身段也十分曼妙，是我最喜欢的类型。众“狼”友面面相觑，猎物还未到手，已经开始你争我夺起来。我比较清醒：“拜托，脸还没看到呢，那么着急干什么。”“一定不错，就算凭这身材。。。 ”（不堪入目，省略 100 字）“你是怕了吧，不敢上了？”一“狼”友使用激将法，“别看你平常挺风光的，我看遇到这类型的女人也没办法。”“哈哈，那你和我赌吗？我保证今晚可以要到她的电话！”定下了一顿大餐的口头约定后，我们一伙人鱼贯而入。

我直接找了她后面的座位坐下，后面的众“狼”友真是不够意思，发出了一阵怪笑。刚刚从她面前经过的时候我稍微看了看，面孔也不错。又在后面仔细观察了一会，真是很完美的头发，肩膀也很漂亮。还一直低着头，相当有女人味，不过感觉性格非常的内向。有点棘手，我这样想着。时间在一分一秒的过去，mm 随时会走，直接搭讪或者传纸条恐怕不易成功，那么该怎么办呢？就在这时，mm 站了起来，糟！不会要走了吧。还好，没拿东西，是去wc。我心声一计，片刻之后，一张纸压在她的书本下。过了一会 mm 回来了，坐下后看到了这张纸，感觉到她很小声的笑了一下，接着拿出了自己的手机。我回过头，对众“狼”友做了个胜利的手势。片刻之后，我的手机响起，收到了前面 mm 的短信。我在纸上写的字是：同学，你的头发真漂亮啊！可以请教护发秘诀吗？135xxxxxxx 吴。

番外篇—工具的使用

公欲善其事，必先利其器。这里的器说的就是工具。搭讪和泡妞一样，有许多工具可以利用。用好这些，必将事半功倍。最醒目的就是交通工具，千万别骑着小电瓶和 mm 搭讪，自行车都比这好。如果你有跑车，哪怕是吉利美人豹，都是一件谁于争锋的兵器。我就和一个朋友开着一辆银色的跑车在师大校园里兜圈，这厮还去掉了消音器，把音响开到最大。这种杀伤力达到了相当大的程度，但搭来的 mm 动机值得怀疑。跑车不是谁都有，一只小狗谁都养的起。有时候一只小狗的杀伤力甚至超过了跑车。我就常常在背包里藏只小狗到师大逛，往香樟苑楼下卖奶茶的地方一坐，把小狗拿出来。只见 mm 们前赴后继的围了上来。当然守株待兔可能找不到你心仪的 mm，这时候就要让狗狗受点苦了，狠下心给他洗个澡吧。。。。。抱着湿漉漉的狗狗找 mm：“同学你有电吹风吗？”

事又成了。

此外还有许多道具能够使用，限于篇幅，就不多累赘了。其实工具只是一种辅助的手段，关键还是***自身对天时、地利、人和的领悟。

结语

在这个世上可以说没有搭讪不了的 mm，问题只在于她让不让你搭讪。即使你是个绝世美男；即使你腰缠万贯，用不好搭讪的技巧也一样要不到 mm 的电话。搭讪是你男性魅力的全方位展示，成功的搭讪会让自己变的更自信，更富有魅力。mm 们也不要吧搭讪和下流划等号，在法国和意大利这样的国家，一个男人如果不懂得搭讪的技巧是会遭到耻笑的。问问自己，你可以在网络里和完全的陌生人推心置腹，怎么就接受不了现实生活中正常男性对你的倾慕呢？

祝每个男人都能和自己曾经擦肩而过，未来擦肩而过的 mm 成为朋友，甚至成为伴侣。爱情无罪，搭讪万岁！

成功率最高的搭讪语——“你好，我想认识你”



为什么你没有女（男）朋友？那是因为你还没有学会认识意中人的学问。近日，长江文艺出版社出版的《魔鬼搭讪学》一上市就获得全国宅男宅女的喜爱。据悉，在《魔鬼搭讪学》中，有着搭讪快速入门指南、常见错误分析、棘手问题解决方法、应对紧张诀窍、赞美技巧，甚至具体到大街上如何搭讪、游泳池如何搭讪、二人组如何搭讪等细节。

搭讪原则一：要直接 不废话

如果在路上见到一个心仪的女子，你想上前搭讪，该说什么？该书作者“魔鬼搭讪师”阮琦说，“我们做朋友好吗？”“留个电话好吗？”“我们可不可以喝东西？”都不好，最烂的搭讪词是：“我们是否在哪儿见过？”

阮琦认为，直截了当地说“你好，我想认识你”成功率最高。“魔鬼搭讪学的理念之一就是摒弃一切多余的套话、假话和废话，我们叫做裸讪！”阮琦表示，问候加表明来意会让人觉得你真诚简单。此外，“裸讪”也正好可以考察对方对你的第一反应，无眼缘则打住，有眼缘则继续，省时省力顺便还锻炼心理素质。

搭讪原则二：脸皮厚 少赞美

阮琦说，搭讪的第二个原则是要脸皮厚，多说自己，最忌讳的就是一上来就赞美别人，这样会显得你有意图，对方会直接把你打入发廊小弟的行列。

为避免空洞的搭讪，你可以说一些细节性的东西，如“我刚从那边的音像店出来，看见你正一个人吃冰激凌，于是我脑袋一热就跑过来了。”这样会让对方觉得这个搭讪者真实且有趣。

搭讪地图

泳池旅途最宜搭讪

地点一：游泳池

搭讪技巧：对于泡在水里不动的 MM，你可以游过去然后说：“你怎么不游呢，呆着不觉得冷吗……”对于游个不停的 MM，你可以等她休息的时候说：“你可真能游啊，我已经累得不行了……”泳池搭讪还有一个有利条件就是可以切磋泳技，简直就像跳交谊舞一样美好……

地点二：旅途中

搭讪技巧：旅途中是个非常好的搭讪时机。因为时间比较充裕，可以把一步分成两步走。比如在火车上，吃饭和去卫生间，通道里谦让一下，排队时微笑一下，过会儿再遇到，自然就可以聊天了。

地点三：酒吧

搭讪技巧：酒吧很吵，只有靠 pose 取胜，比如你的外表有型有款，或者摆上一桌洋酒，这都属于 pose，让女孩一眼就能看出你与众不同，单靠耍嘴皮子是没戏的。还要记住，夜店里的女人，本身也想和人搭讪，所以在夜店搭讪女孩要像对待男孩一样直接一点。

地点四：校园

搭讪技巧：先观察，比如，搭讪一个背着画板的同学，间接开场可能会先从美术聊起，而直接开场则还是先表明来意，确定同学态度友好之后，再聊画画。

地点五：书店里

搭讪技巧：先小声问一句：“这本书好看吗？”通常会有三种反应：一，对方态度积极，那一路聊下去就行了；二，对方露出迷惑但也不拒绝的神态，那么你马上直接开场“其实，我就是来认识你的”；三，对方回答冷淡、爱理不理，你直接闪人就行了。

更多心理学知识和资料下载，请围观：

实用心理学围脖：<http://t.sina.com.cn/1678862287>

实用心理学博客：<http://blog.sina.com.cn/1678862287>