

<<微表情读心术>>

图书基本信息

书名：<<微表情读心术>>

13位ISBN编号：9787515505091

10位ISBN编号：7515505095

出版时间：2013-1

出版时间：金城出版社

作者：徐杰

页数：307

字数：260000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;微表情读心术&gt;&gt;

## 前言

一个人的面部是表达情感和态度的重要信息源，因此那些说谎的人一般最注重控制自己的面部表情和语言，他们知道与其交谈的对方特别在意这些，只是他们对自己的语言的控制往往比对自己脸部表情的控制更成功。

因为人对于自己的语言加以掩饰很容易，只要事先稍做些功课，准备充分，思虑周全，就可以掩饰好言不由衷，但是想要隐藏面部表情则是一件十分困难的事情，即便是那些情商和智商都很高的人，也很难做到这一点。

一般来说，当一个人试图掩饰谎言时，他往往会通过点头、微笑、眨眼等来调整和掩盖自己内心的真实想法。

但心理学的研究表明，人的脸部特征是很难被完全控制的。

比如，当一个人试图掩饰自己的谎言时，尽管他会点头、会微笑，只要此时你能够仔细观察对方，就会发现他的整个面部表情会出现一种类似于停顿下来的十分生硬的“面部迟疑状态”，这一状态通常会持续2~3秒。

可见，通过观察对方的这种“面部迟疑状态”，就可以知道他在说谎，或是有所隐瞒，不愿透露自己的真实想法。

其实，在这里我们就是运用了“读心术”，即根据其无意识的活动所引起的反应来探测其内心隐藏的真相的一种技术。

读心术是一把打开他人心理之门和人际交往之门的双刃剑，掌握此技术的人知道在适当的时候说恰当的话、在合适的时机做有效的东西，而且能察言观色、见缝插针，进而达到影响和掌控对方行为和态度的目的。

生活在这个竞争无处不在的时代里，每个人都懂得“攻心为上”的重要性，但是如果你不善于运用“读心术”的战术，就无法读懂对方的内心世界，也很难保持良好的人际关系。

人与人交常常是心理与心理的较量，不是你影响他，就是他影响你，而我们若想掌握交际和沟通的主动权，拥有强而有力的人脉资源，成就一番大事业，就要培养这种“观其行，察其心”的能力。

那么，如何培养这种能力呢？

其实也很简单，只要我们能够掌握一些非常普通而又实用的方法和技巧，并能熟练地运用，就能轻松掌握人心的奥秘，进而操纵自己和他人，达到预设的目标！

本书就内容而言，大体分为三个部分：第一章到第四章分别从表情、动作、神态、眼神、穿着、兴趣爱好、生活习惯等方面教你如何“读”懂他人的内心世界，并对之做出准确的判断；第五章到第七章分别从语言、语速、语气、声音、站姿、坐姿、睡姿、手部动作、驾车习惯等方面叫教你如何“悟”出言行举止背后的秘密，帮助你通过对方的每一个动作和行为习惯所传达出来的信息，了解他们的性格特征和内心的真实想法；第八章到第十四章分别从看透人性、操纵人心、笼络人心、化解敌意、突破心理障碍等方面着手，为您提供人际关系中简单实用的心理操纵与生存博弈的策略和技巧，有效利用他人心理，迅速掌控他人思维方向，从而掌握人际交往的主动权，取得事业上的成功，尽享辉煌的人生！

这是一部百科全书式的人际关系心理学必读书，集古今中外心理战术之大成，内容更全面，引证更科学，剖析更深刻，技巧更实用，愿本书能帮助你成为交际的最终赢家！

## <<微表情读心术>>

### 内容概要

心理学是打开他人心理之门，同时又是打开人际交往之门的一把钥匙，但很多人一直苦于找不到那把万能钥匙，这本《微表情读心术》就是那把钥匙，它能帮助你通过他人的表情、动作、神态、眼神、穿着、兴趣爱好、生活习惯等方面“读”懂他人的内心世界，并对之做出准确的判断；通过他人的语言、语速、语气、声音、站姿、坐姿、睡姿、手部动作、驾车习惯等方面“悟”出言行举止背后的秘密。

另外，本书还从看透人性、操纵人心、笼络人心、化解敌意、突破心理障碍等方面着手，为您提供了人际关系中简单实用的心理操纵与生存博弈的策略和技巧，帮助每一个读者成为人际关系的大赢家，进而取得事业上的成功，尽享辉煌的人生！

## <<微表情读心术>>

### 书籍目录

#### 第1章 “面”具下隐藏的内心世界

01. 脸红是泄露一个人内心情感的信号
02. 隐藏在笑中的真相：一个人的笑容是内心的真实反映
03. 言语可以掩饰，脸部特征很难被完全控制
04. 仔细观察眉毛“动作”，解读心理信息
05. 眼随心动：深入解读这扇心灵之窗
06. “鼻语”也是“心语”：透过鼻子看出对方的内心活动
07. 嘴巴不出声也会“说话”：一个人的嘴折射其性情

#### 第2章 穿戴装扮中流露出的性情

01. 穿衣风格“出卖”了你的心
02. 衣着情结：从上衣类型识人性格
03. 以帽可以取人：一个人的帽子是真实自我的外化
04. 系出来的真相：透过领带识男儿心
05. 眼镜的秘密：眼镜类型可以展现人的本色
06. 手表让一个人的内心世界袒露无遗
07. 锦上添花：佩饰彰显人的性情
08. 戴出来的个性：戒指的佩戴位置反映其性格
09. 提包是性格的反映：透过提包类型了解他人
10. 鞋子是真性情的外露：从鞋子的喜好中识人

#### 第3章 兴趣爱好中隐含的“真心”

01. 从色彩喜好中知悉他人性格
02. 从喜欢的舞蹈类型中识人性格
03. 从喜欢的音乐类型中识破人心
04. 从喜欢的球类运动中解读对方
05. 从喜欢的旅游方式了解对方
06. 从看书类型透视他人性格
07. 从喜欢的游戏类型剖析性格
08. 从养宠物类型看人性格
09. 从喜欢的电视节目观人性情
10. 从喜欢的汽车类型看人心
11. 从喜欢的酒的类型看人的心理

#### 第4章 生活习惯中流露出的“心声”

01. 挤牙膏习惯反映人的性格
02. 习惯是内心的传感器：睡前习惯揭示人的性格
03. 晨起后小动作折射性情
04. 从吸烟习惯中了解他的真性情
05. 不经意流露出的真相：脱鞋方式暗示他的性格
06. 习惯影响精神：从洗浴时间看个性
07. 点菜方式暴露人的真实性情

#### 第5章 肢体语言是内心的显示器

01. 睡着了，他其实仍在“说话”
02. 揭破玄机：解读坐姿中的奥秘
03. 站姿是种奇妙的“语言”

.....

#### 第6章 察言辨音知人心

<<微表情读心术>>

第7章 透过行为细节解读人性

第8章 看透人性，抓住关系要害的心理策略

第9章 操纵人心，让他人心悦诚服的心理策略

第10章 笼络人心，赢得好感和友谊的心理策略

第11章 互利互动，合作双赢的心理策略

第12章 化解敌意，巧妙处理反对意见的心理策略

第13章 自我调控，避免情绪化的心理策略

第14章 突破心理障碍，博弈制胜的心理策略

## &lt;&lt;微表情读心术&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：许多的成功，是与他人的合作中完成的；许多成功，也是在他人的支持或帮助下完成的；许多成功，是由更多人团结奋斗，共同努力达成的。

所以，我们都要重视与他人的交往，团结周围，与人为善，与周围的同事、朋友和谐相处，只有如此，自己的主观努力才能获得更多的支持，才能有真正发挥作用的土壤，才能最终找到自己的位子，得以成功。

以前，有一个士兵叫郭超，他非常热爱自己的队伍，每次出征时，都会很好地协助连长布置战术工作，每一次都会很好地与连长配合。

所以，他们的队伍从来没有失败过。

一次，连长接到其他连队需要紧急救援的信号。

于是，在紧急情况下，连长与郭超一同商议作战策略，仅仅几分钟的时间，就制定出了一个非常完善的救援计划。

但是在战场中，遇到了突发状况，敌人设下陷阱，让他们自投罗网。

当整个战队到达现场时，连长意识到了情况的危险性。

这时，郭超当机立断，他带了半个连队攻打还没有攻上来的敌人，主动出击。

而连长则带领其他战友攻打剩下的敌人。

在郭超和连长的紧密协作下，他们又一次取得了胜利。

虽然有战友受了伤，但是如果没有郭超果断的策略和完美配合，那后果将会更加的惨烈。

可见，一个人在集体中可以充分施展自己的实力，而且在紧急的情况下。

还会超常发挥自己的应变能力。

由于能够很好地协作集体作战，所以最后的成功将会是一种必然。

人生活在社会中，每个人都不是孤立的个体。

一个人要想在社会上立足，除了主观努力，还需要与别人和睦相处，善于合作，在与他人的合作共进中，在团体共同奋进中，得到共同进步，获得更大的发展空间。

一个与人为善，真诚待人的人，总是保持一种积极的健康的向上的心态，能很好地认识自己，也能很好地与他人相处，这样的人自然能与人相处融洽，更容易得到他人的支持与帮助，也容易与他人建立友好合作的关系。

他们在团队中的协调能力和适应能力也比较强，既能保持愉快的心情，很好地发挥自己的能力，又能积极地支持团结他人，与他在合作中共同进步，自然工作效率和工作质量也高，也是团队里最受欢迎的人。

但是，一个无法与他人很好相处的人，一个不过集体生活的人，即便他有多强的个人能力，他的生活不会过得轻松，内心也会时常有孤独无助感，心理也不会健康积极，反过来会影响个人的发展和发挥。

。

## &lt;&lt;微表情读心术&gt;&gt;

## 媒体关注与评论

一个人的面部是表达情感和态度的重要信息源，因此那些说谎的人一般最注重控制自己的面部表情和语言，他们知道与其交谈的对方特别在意这些，只是他们对自己的语言的控制往往比对自己脸部表情的控制更成功。

因为人对于自己的语言加以掩饰很容易，只要事先稍做些功课，准备充分，思虑周全，就可以掩饰好言不由衷，但是想要隐藏面部表情则是一件十分困难的事情，即便是那些情商和智商都很高的人，也很难做到这一点。

?一般来说，当一个人试图掩饰谎言时，他往往会通过点头、微笑、眨眼等来调整和掩盖自己内心的真实想法。

?但心理学的研究表明，人的脸部特征是很难被完全控制的。

比如，当一个人试图掩饰自己的谎言时，尽管他会点头、会微笑，只要此时你能够仔细观察对方，就会发现他的整个面部表情会出现一种类似于停顿下来的十分生硬的“面部迟疑状态”，这一状态通常会持续2~3秒。

?可见，通过观察对方的这种“面部迟疑状态”，就可以知道他在说谎，或是有所隐瞒，不愿透露自己的真实想法。

其实，在这里我们就是运用了“读心术”，即根据其无意识的活动所引起的反应来探测其内心隐藏的真相的一种技术。

?读心术是一把打开他人心理之门和人际交往之门的双刃剑，掌握此技术的人知道在适当的时候说恰当的话、在合适的时机做有效的东西，而且能察言观色、见缝插针，进而达到影响和掌控对方行为和态度的目的。

?生活在这个竞争无处不在的时代里，每个人都懂得“攻心为上”的重要性，但是如果你不善于运用“读心术”的战术，就无法读懂对方的内心世界，也很难保持良好的人际关系。

人与人交往常常是心理与心理的较量，不是你影响他，就是他影响你，而我们若想掌握交际和沟通的主动权，拥有强而有力的人脉资源，成就一番大事业，就要培养这种“观其行，察其心”的能力。

?那么，如何培养这种能力呢？

其实也很简单，只要我们能够掌握一些非常普通而又实用的方法和技巧，并能熟练地运用，就能轻松掌握人心的奥秘，进而操纵自己和他人，达到预设的目标！

?本书就内容而言，大体分为三个部分：第一章到第四章分别从表情、动作、神态、眼神、穿着、兴趣爱好、生活习惯等方面教你如何“读”懂他人的内心世界，并对之做出准确的判断；第五章到第七章分别从语言、语速、语气、声音、站姿、坐姿、睡姿、手部动作、驾车习惯等方面叫教你如何“悟”出言行举止背后的秘密，帮助你通过对方的每一个动作和行为习惯所传达出来的信息，了解他们的性格特征和内心的真实想法；第八章到第十四章分别从看透人性、操纵人心、笼络人心、化解敌意、突破心理障碍等方面着手，为您提供人际关系中简单实用的心理操纵与生存博弈的策略和技巧，有效利用他人心理，迅速掌控他人思维方向，从而掌握人际交往的主动权，取得事业上的成功，尽享辉煌的人生！

?这是一部百科全书式的人际关系心理学必读书，集古今中外心理战术之大成，内容更全面，引证更科学，剖析更深刻，技巧更实用，愿本书能帮助你成为交际的最终赢家！

<<微表情读心术>>

编辑推荐

《微表情读心术》是一部百科全书式的人际关系心理学必读书，集古今中外心理战术之大成，内容更全面，引证更科学，剖析更深刻，技巧更实用，助你成为交际和人生的最终赢家。



版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>