

<<身体语言掌控术>>

图书基本信息

书名：<<身体语言掌控术>>

13位ISBN编号：9787504472618

10位ISBN编号：7504472611

出版时间：2011-6

出版时间：中国商业出版社

作者：author

页数：286

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;身体语言掌控术&gt;&gt;

## 前言

识人是一门艺术，也是一门学问。

识人不能只看外表，不能只看举止形态，也不能只看他在某时说了一句很合你意的话。

很多时候，不用开口，我们的动作就已经透露了我们的一切。

大量的调查研究结果表明，身体信号传达出的交际效果是有声语言的5倍，当你的身体语言与有声语言二者不一致的时候，人们往往注重于身体语言，而对有声信息不那么注重了。

你要知道，人的嘴巴会骗人，但是身体不会说谎！

心理学家认为，身体语言大都发自内心深处，极难压抑和掩饰。

比如，一个人做了亏心事或偷了东西，总显得心神不定、六神无主或鬼头鬼脑；一个人听到好消息时，脸上总要露出笑容；一个人听到批评时，脸色总会显得很不自在；一个人说谎时总是要怕看着对话者的眼睛；一个人激动时总要手舞足蹈，发怒时总要青筋暴起，或双拳紧握、咬牙切齿……这些事实不难证明身体语言的可靠性。

因此，若想分辨人心的真伪，应首先注意观察他的肢体信号，因为只有肢体信号才能显露出一个人的真实思想。

非语言行为不易伪装，原因在于当一个人的大脑进行某种思维活动时，大脑会支配身体的各个部位发出各种微细信号，这是人们不能控制而且也是难以意识到的。

因此，看人不能只看表面。

教授日本新体道的阿尔伯特·帕尔玛经常说：“你的一个很小的动作就能把你出卖。”

听到这话，许多人吓得连小手-指头都不敢再动一下。

因为，高明的人一看对方的动作，就知道他是不是在撒谎。

身体语言沟通是一种普遍的沟通方式。

在沟通过程中，仅仅靠语言是远远不够的，我们还必须借助于自己的目光、面部表情、手势、身体动作等身体语言，以增强口头表达效果。

身体语言沟通可以起到支持、修饰或否定语言行为的作用，有时可以直接代替语言行为，甚至表达出语言难以表达的情感内容，它是非常重要的沟通技能。

研究发现，人们每天的讲话时间平均仅占与人交往时间的10%，而与人交往的其他时间，都在有意无意地进行着身体语言的沟通。

身体语言能够增强沟通的有效性。

身体语言具有形象、生动、直观、个性化的特点。

在沟通中，将身体语言和语言结合起来使用，能够使表达的含义更精彩、更准确。

根据对方身体语言所表达的信息，我们也能够更准确地理解对方。

在有些情境中，身体语言比文字和言语更有影响力。

身体语言在表达人类情感上也起着重要作用。

缕缕相思，点点离愁，满腔爱意，即使用千言万语也难以形容。

然而，一个无心的眼神，一个不经意的微笑，一个细微的小动作，就可能决定了你的成败——即使这是一次涉及亿万资产的商务谈判。

是的，那些被我们所忽略的微小的身体语言，就是有着如此之大盼魔力。

正是这些微妙的身体语言，决定了我们在与他人的交往中是掌控别人，还是为别人所掌控。

通过本书，你可以凭他人的身体姿势解读其思想。

学会使用身体语言去交流，你会发现生活中更多的乐趣。

## <<身体语言掌控术>>

### 内容概要

在竞争激烈的社会里，人们总是习惯于掩饰自己。  
但是，每个人的长相穿着、言行举止、肢体动作，都会泄露自己的情感趋向、思维模式、行为特征...  
...无论你在工作中扮演什么角色，只要你善于透过身体语言洞悉人们的内心世界，你就可以游刃有余地行走于社会之中。

识人难识心，难就难在“快”和“准”。

## <<身体语言掌控术>>

### 书籍目录

第一章 识人先识貌1.脸是最直接的名片2.眼睛是心灵的窗户3.眼皮反映疲劳痕迹4.面部肌肉变化流露真感情5.眉毛是心情变化的指示器6.鼻子的动静透露其内心世界7.嘴唇是丰富的信息资源库8.下巴是影射内心的投影机9.表情是辨别真伪的测谎仪10.神情是内心活动的体现11.笑是一个人心情的体现12.最常见的22种面部表情13.观察表情有技巧14.通过体形看性格第二章 穿着打扮，透露性格1.穿衣风格显示性格2.显示个性的帽子3.从所穿的鞋子观察人4.穿什么样T恤，有什么样的性格5.由化妆看人6.戒指显示个性7.从手表看人8.背包9.香水10.领带11.发型12.首饰13.衬衫14.内衣第三章 生活小细节，隐藏大秘密第四章 细察行为，了解性情第五章 端详姿态，探秘心理第六章 社交场所识人术第七章 竖起耳朵，巧妙听出“话外音”第八章 巧用身体语言镇住人

## &lt;&lt;身体语言掌控术&gt;&gt;

## 章节摘录

在面部的五官中，眼睛是监察官，大概是因为它的“明察秋毫”。

人要传出的信息，有一部分是通过眼睛传出的，尤其是情感方面的内容。

人的精神气质、喜怒哀乐，很大程度上是由眼睛所显示出来的，炯炯有神，眉目传情，暗送秋波，都说明了这个意思。

同时，眼睛又是人的身体健康状况的显示屏。

眼睛黑白分明，神清气爽，是健康之相；灰暗浑浊，枯涩呆滞，是不健康之相；顾盼无光，昏花恍惚，是衰弱之相。

正因为眼睛对于面孔如此的重要，所以说“目者面之渊，不深则不清”；渊要深才清，清才美。

目也应该深，从而至清并至美，否则，便不会清，也不会美。

泰戈尔说得好：任何人“一旦学会了眼睛的语言，表情的变化将是无穷无尽的”。

有时，眼睛似乎也会说话，一个人的内心活动，经常会反映到他的眼睛里，心之所想，透过眼睛就能看出其中的大概，这是每个人都很难隐瞒的事实。

孟子在《离娄上》篇中有一段用眼睛判断人心善恶的论述：“存乎人者，莫良于眸子。”

眸子不能掩其恶：胸中正，则眸子瞭焉；胸中不正，则眸子眊焉。

“眼神的清浊，对于识人而言，至关重要。”

古人通过不断地研究和观察，把眼神区别为清与浊两种，清与浊是比较容易区别的，但邪与正却不容易区分，因为邪与正都是托身于清之中的。

考察一个人眼神的邪正，要从动静两种状态入手。

眼睛是心灵的窗口，眼睛里隐藏着内心的诸多秘密，要知人知面又知心，不妨先从眼睛开始解读对方。

一、深眼睛 如果一个人眼睛嵌在脸庞的后方，四周有强而有力的眉毛和高高的额骨包围。

这表示这个人喜探究，仿佛周遭的一切都经常处在一面放大镜之下。

其擅长区分极细的细节，可以侦测出一个人个性中的小缺陷。

就因为这个原因，这个人十分挑剔，除非相当特别的人，否则很难进入他的生活中。

二、两眼相近 这样的人是那种在某一方面能够取得相当成就，但又因为在另一方面未得到他人认同，而沮丧万分的人。

他一直认为自己总是在最好的时机上，做了错误的选择。

不过，他却又马上指出，这绝大部分是因为别人给了自己不恰当的建议。

在他心中怀疑每一个人，事实上，。

他的疑心病严重到连对待自己都小心翼翼。

三、两眼分得很开 这个人很有良心，凡事替别人着想，对人生看得很开。

虽然他朝着自己的目标前进，但并不因此而盲目，也不因此局限了自己的视野。

他乐于帮助他人，一点儿也不嫉妒别人。

受其帮助的人，经常问他该如何回报。

那些人并不知道，让这个人帮助他们，便是给他的最大回报。

四、鱼尾纹 人眼角的皱纹透露出一股幽默感。

他说故事的本领，经常使听众捧腹大笑。

不过，这种本事并不是天生的。

鱼尾纹同时也表示，他曾经历过人生百态；而他说故事的本领，也因为他脸上表情的丰富多变而更显智慧。

五、眼皮沉重 这样的人就像小狗一样可爱。

想睡觉的眼睛也是这个模样，因此，睡觉成为他离开人群最好的借口，因为沉重的眼皮，看起来就像只能上床睡觉。

不需多说，这人说话必是轻声细语，行事轻松自在，但保守退缩。

<<身体语言掌控术>>

&hellip;&hellip;

<<身体语言掌控术>>

编辑推荐

观人于细微，察人于无形，顺势而为，成事之道也。  
一个无心的眼神，一个不经意的微笑，一个细微的小动作，就可能决定了你的成败。

<<身体语言掌控术>>

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>