

<<身体语言的力量>>

图书基本信息

书名：<<身体语言的力量>>

13位ISBN编号：9787506482578

10位ISBN编号：7506482576

出版时间：2012-5

出版时间：中国纺织

作者：王静

页数：327

字数：237000

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>

<<身体语言的力量>>

内容概要

身体语言是人们内心愿望所发出的信号，每一个看似无足轻重的表情、眼神、手势与体态，都透露着人的内心信息。

人的身体动作几乎不懂得如何协调一致地去“撒谎”充分发挥身体语言的力量、解读人心，就能在社交场合赢得主动、占尽先机，在人际交往中如鱼得水、游刃有余，在事业上助你一臂之力，最终达成人生的幸福和成功。

本书从身体的不同部位和细节动作上，教你学会用自己的身体“讲”得更好。妙趣横生的分析和生动形象的插图，让你学会正确地使用表情、眼神、手势和体态去控制自己的身体，倾听身体发出的声音，并尝试着去修正自己的身体语言信号，提高自己说服和影响他人的能力，看清人际交往的本质，发挥自身潜能，迈向成功的人生。

<<身体语言的力量>>

书籍目录

壹 身体语言是比说话更有效的沟通方式

- 无意识发出的信号
- 因时因地而异
- 男女身体语言大不一样
- 身体语言能伪装吗
- 解读身体语言的规则
- 如何学习身体语言

贰 观表情而知内心

- 从表情判断对方情绪
- 别让你的判断出错
- 人并不都直接显露感情
- 愤怒的表情
- 额头的动作
- 眉毛的动态
- 鼻子的“语言”
- 耳朵会告诉我们什么
- 嘴部动作
- 与牙齿有关的行为
- 舌头的动作
- 下巴的动作
- 面颊的动作

叁 笑容演绎心灵风景

- 笑的种类
- 真笑与假笑
- 快笑与慢笑
- 嘲笑
- 笑声的言外之意
- 微笑的感染力
- 让微笑成为一种习惯
- 幽默能展现人的性情

肆 眼睛传达的信号

- 从眼睛透视对方心灵
- 瞳孔变化的秘密
- 眼神流露的私密
- 不同的文化有不同的眼神
- 几种常见的眼部动作
- 迷人的“睡眼”
- 凝视的行为
- 凝视的范围
- 礼貌性的凝视
- 不礼貌的盯视
- 其他眼神的含义
- 眼球转动表达的意思
- 交际中的目光应用
- 控制对方的视线

<<身体语言的力量>>

使眼色

眼睑与睫毛的动作

眼皮的动作

让你的眼睛会说话

伍 手臂姿态的暗语

标准的双臂交叉

强化的双臂交叉

伪装的双臂交叉姿势

其他有关双臂的动作

腕部的动作

陆 手指间透露的秘密

手掌动作的含义

手心向前

搓手掌

鼓掌与握拳

尖塔形的手势

交叉型的手势

显示不安的手姿

背握式的手姿

以手托腮的手势

思考的手势

喜欢说话时指手画脚的人

说话跷大拇指的人

攥紧拳头说话的人

双手叉腰说话的人

手势上扬和下劈的人

大拇指的姿势

捻大拇指的手势

食指的动作

交叉手指

柒 腿足泄露的信息

标准的交叉腿的姿势

跷二郎腿的姿势

“字腿”的姿势

站立交叉腿的姿势

腿低位交叉

交往中的腿势

女性常用的腿势

腿部的小幅度动作

足部的动作

脚尖的方向

捌 身势的信号

从坐姿识别对方心理

从走姿识别对方

站姿反映性格特征

从睡姿了解对方的潜意识

抬高身体的姿势

<<身体语言的力量>>

- 俯首的姿势
- 点头和摇头
- 其他头部姿势
- 肩部的无声语言
- 腰部的无声语言
- 胸部的无声语言
- 腹部发出的信息
- 背部的姿势
- 清喉咙的动作
- 咬手指的动作
- 打电话的姿势
- 叉腰的姿势
- 解开外衣纽扣的动作
- 跨骑椅子的姿势
- 抽烟的姿势
- 戴眼镜的姿势
- 模仿的姿势
- 开放式指示信号
- 封闭式指示信号
- 自身调节性体语
- 象征性体语
- 使用正确的身体姿势
- 玖 触摸的魔力
 - 自我触摸的行为
 - 抓头和拍头
 - 抚摸下巴的动作
 - 双手放在脑袋后面
 - 从握手感觉对方的态度
 - 支配性与顺从性握手
 - 友好的握手
 - 缺乏礼貌性的握手
 - 对付“专横者”
 - 握手的力度
 - 轻拍对方
 - 手对物件的触摸
 - 触摸要分场合
 - 女性的触摸
 - 权力性触摸
 - 亲密关系的标志
 - 触摸的魅力
 - 触摸的禁忌
- 拾 人们怎样掩饰自己
 - 伪装的面具
 - 怎样摘下面具
 - 说谎的“假”动作
 - 假装扯线头的动作
- 拾壹 身体语言的地盘性反应

<<身体语言的力量>>

人人都需要私人空间
人到底需要多大的私人空间
私有化的空间
不同文化背景下的私人空间
个人空间和个性
性别和“不存在的人”
私人空间的灵活使用
座次位置的奥秘
座位的角度
圆桌会议
从空间语言中把握他人
拾贰 闻其声，辨其人
闻言谈而识人心
从语速语音看人性格
从声调的高低看人
打电话的声音
常说错话的人
言辞过恭者的心态
爱发牢骚者
吁声与口哨声
拾叁 工作中的身体语言
显示地位的身体语言
由姿态了解部属心态
上司是否自信
读懂上司的眼神
结束会谈的信号
和上司打招呼的姿势
会场上的一些身体语言
应对“恐会症”
面试中的身体语言
服饰：自我的延伸
拾肆 恋爱中的身体信号
两性私人空间
“我爱你”的两种姿势
女性示爱的姿势
男性示爱的姿势
头部、脸部和耳朵
体毛与头发
颈部和肩部
动情的目光与不感兴趣的信号
回绝的行为

<<身体语言的力量>>

章节摘录

动情的目光与不感兴趣的信号 心理学家认为一个人的眼睛最能准确地表达出此人的感情和意向。

眼睛所视方向暗示了当事者的内心意向。

在恋人之间，目光是引起兴趣、吸引力和促使感情进一步发展的重要源泉。

对于男人来说，看着女方双眼以下，胸部以上的位置为最佳；而女人看着男人的鼻子左右的区域，会使男人感到欣喜。

而双眼悄悄地对视，肯定是兴趣和爱的信号。

男女双方若想了解彼此的内心活动，请注意观察一下对方的眼神以及眼睛所视方向就能得到答案。

但是，在恋爱早期，有以下几种细微的体语信号值得注意：不看着对方的眼睛；讲话时用手指指着对方的脸；揣着胳膊，叉着腿讲话；边谈边折树枝，撕纸张，捻纸球，咬手指或低头磕着东西；讲话时用脚踢石头，看手表或不断用脚玩弄鞋子；用右手支撑着左手的胳膊肘；听话时把脸往一侧一甩，闭紧嘴，并且双臂紧紧交叉；不积极提起话题；斜着眼，绷着脸。

以上体语信号都表示了对方对你不感兴趣的消极情绪，可能会给你的感情发展带来一定障碍。

如果处于这种情况就要从双方交往方式、交往内容方面作一定改进，积极争取改变。

这需要你提前有所了解，才能得以实施。

.....

<<身体语言的力量>>

编辑推荐

点头、摇头、耸肩、扬眉、撇嘴，每一个微表情都充满着意味；眉毛、眼睛、颈部、肩膀、双脚，每一个部位都可以与对方倾心交谈。80%的个人成功源自人际交往，55%的有效交际取决于正确使用身体语言。只有懂得身体语言透露出的微信息，才能读懂他人，提升自己，一窥人际关系的秘密，令你从出色到卓越，从此沟通顺畅无阻，最终在生活、社交中如鱼得水、游刃有余、赢得主动、占尽先机！

《身体语言的力量》是一把打开身体语言奥秘的“万能钥匙”，不仅帮你破解这些欲言又止、意在言外的内心信息，看穿对手心理世界的巧妙伪装，更能让你从未知到已知，再到掌控，彻底改变你对自己和他人的根本看法，让你与他人的每一次交锋都变成一段刺激有趣的智慧较量，最终实现人生的幸福与成功。

提供专业的身体语言分析术，提炼实用的身体语言洞察术，总结有效的读心法则，让你能够更好地读懂人心，掌控生活。

教你不用一言一语，掌握别人的想法和意图；不用一言一语，建立自己的影响力和权威；不用一言一语，展现自己的风度和自信；不用一言一语，获得广阔的发展空间和升迁的机会。

解析人类神秘肢体信号的权威读本。

读完此书，你不仅可以识破骗局，更能洞察先机，轻松掌控全局并战胜对手！

兼有工具性和娱乐性的特点，幽默的文字、有趣的图片为您全面展现身体语言的魅力？无论你是管理者、销售人员、谈判代表，还是行政人员，尽可以轻松阅读。

<<身体语言的力量>>

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>