第一图书网, tushu007.com

<<学点身体语言读心术>>

图书基本信息

书名：<<学点身体语言读心术>>

13位ISBN编号：9787530965559

10位ISBN编号：7530965557

出版时间：2011-11

出版时间：天津教育出版社

作者：茱蒂·詹姆斯

页数：284

译者：龙淑珍

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

第一图书网, tushu007.com

内容概要

一本提升人个魅力，提高职场竞争力的必备工具书！

《学点身体语言读心术》是享誉欧洲的身体语言大师茱蒂?詹姆斯潜心十年的权威力作。
在多年的身体语言研究中，朱蒂发现了很多之前的著述从未揭示过的沟通真相。

这些真相通过细微的调整可以帮你解除工作生活中的困惑。
比如，谈判当中，对方哪些举止表示他已经快要妥协？
再比如，生活当中，第一次面见未来的岳父母大人，哪些细节让你更容易获得对方好感？

朱蒂以大家熟悉的政界名流、影视名星为标本，详细、生动地解读他们的举止言谈，让你领略身体语言的无穷奥妙，帮你识人、观相、察心，教授比说话更有效的沟通技巧。
更是我们提升自身影响力，进而提升人际交往质量的最佳沟通助手。

作者简介

英国顶级身体语言学专家，社会行为学家，著名电视节目主持人、畅销书作家。

作为身体语言方面的顶级专家，茱蒂享誉欧美。
她曾在英国知名的切尔西模特学校做培训师，培训过许多世界超级名模，这其中就包括纳奥米?坎贝尔。
茱蒂至今已出版六本小说，著有畅销书籍《超级名模》等。

她也是英国影响力最大的商业电台“第五频道”的制片人之一，拥有自己的品牌系列节目——“真实名人”。
身为知名的人际沟通顾问，茱蒂经常被“大哥大”、“保罗?奥格雷迪脱口秀”、“真人秀?英国偶像”、“新闻之夜”等著名谈话节目邀为特约嘉宾。

第一图书网, tushu007.com

<<学点身体语言读心术>>

书籍目录

第1篇 表情、手势背后的真相
第一章 表情、手势比嘴巴更会“说”
第二章 婴儿和动物都在用的万能通沟通术
第2篇 修炼你的身体语言
第三章 修炼自己的身体语言
第四章 让你更有魅力的身体语言
第五章 泄露真相的手势
第六章 手势训练
第七章 练习完美的面部表情
第八章 社交场合的身体接触
第3篇 生活中的身体语言
第九章 展示魅力，吸引异性的肢体信号
第十章 亲密关系中的身体语言
第4篇 职场中的身体语言
第十一章 招聘面试中的细节
第十二章 工作中的身体语言交流
第十三章 重要场合的身体语言
第十四章 瞬间洞悉他人的读心术
摘 要
身体语言词汇表

章节摘录

第二章　婴儿和动物都在用的万能通沟通术　　你从什么时候开始利用身体传达信息？
答案是，在你出生大约15分钟后。
人类是唯一一种刚出生时非常无助的动物。
其他动物出生后不久就能为食物而战斗或出去觅食，但婴儿却只能躺着，显得特别娇小。
小时候娇小可爱固然好，这样让年纪大的人有种想要保护你的欲望，令你得以生存下来。
同时，你还能模仿周围成年人的脸部表情，增强彼此间的关系。
随着年龄的增长，这一行为便被称为"学来的行为"。
你非常乐意模仿周围任何人，从而清楚地传达自己的信息。
虽然，我们表现出来的大多数行为是"学来的行为"，但有些是出于本能，属于你进化过程的一部分。
父母的遗传，兄弟姐妹和同龄人的行为确实在很大程度上对你产生了影响，但这些行为多半可以追溯到原始时期。
我们只要到动物园快速参观一遍，就能解释你目前的各种身体语言行为了，尤其是职场表现。
其实，人的一生不停地在兽性、天性和具有逻辑性、策略性、社交性的人性之间挣扎。
尽管我们认为自己距离茹毛饮血的类人猿时代非常遥远，但是类人猿身上那种动物的本能在我们人类为权力、地位、空间、食物和性而奋斗的时候表现一览无余。
很多时候，内心的猿性会主导我们的思想，但这种猿性是如何影响到人类日常的行为和身体语言的呢？
猿猴和其他动物首先关注的就是生存问题。
虽然人类也会面临生活中各种风险，但对于获取食物或避免被更强大的人欺负等问题，我们已经完全能应付。
人类的进化使我们拥有更强大的力量应对担心、害怕和压力，可琐碎的事情，比如收集垃圾、玩电脑以及办公室政治问题，却总是暴露一个人最本质的东西。
比如，能够激发我们"猿性"的往往是那些在公路上飙车或打电话引发的暴怒行为。
和猿猴一样，我们人类生活也主要围绕着地位、权力和等级展开。
但与其不同的是，我们的重点不在身体和权力的对抗上，而在于职业、社会等级或财政状态的竞争上。
无论有着怎样的相同点和不同点，动物本能在人类身体语言方面都有着非常明显的表现。
当你的情绪变得更加强烈，潜在的动物性的一面就会不经意地表现出来。
众所周知，猿猴双唇向后绷紧（即咧嘴）的行为表示屈服或接受。
我们人类则将此进行了优化，演变成了微笑的问候。
这就是早上如果有同事忘了回你一个微笑，你会感到非常生气的原因了。
因为你传达了友好的态度，但对方却没有给出明确的回应。
对于动物而言，这种不回应的行为即表示它随时准备"攻击"。
因此不难理解，在企业信息回馈中，我听到最大的抱怨之一就是："早上我微笑着跟他打招呼的时候，他竟然视而不见。
"虽然在职场中，大家对这种事不以为意，但对动物而言，却不容小觑。
雄性猿通常会利用它们岿然不动的身体和所处的位置显示它们的权威性，这也是为什么艾伦·休格爵士作为电视真人秀系列节目《学徒》的制片人会如此成功。
他巨大的办公桌和座椅向外界发出了一个类似于猿猴的权威信号，他允许学徒们彼此争论，唇枪舌剑的同时，自己却保持原地不动的状态。
皇室们将这些类似于猿猴的身份信号使用得恰到好处。
其中，戴安娜王妃就是其中一个比较"上镜"的王室成员。
她时不时改变自己的身体语言风格，迎合周围人的个性。
这种做法对大多数皇室而言是无法想象的。

而这位王妃在此之前的表现更加接近雄性猿猴。
不管她和谁在一起，都表现出种种平静，缺少身体语言上的迎合和讨好。
　　雄性猿会通过力量、身体的平静和空间表现其力量，雌性猿更容易利用装扮、食物和营养物建立它们的力量基础。
装扮就像猿猴之间的窃窃私语，它能与感情融为一体，建立和谐的关系。
雄性猿会训练其他猿保持镇静，并与它们形成亲密关系。
此外，它们还会将控制感情作为一种非常强大的交流工具。
如果有的猿猴举止不礼貌，有权威的猿就会表现出一种不怒自威的状态，直到淘气的猿恢复受控状态为止。
这一切听起来是不是很耳熟啊？
　　……

编辑推荐

人与人的沟通，手势、表情比语言更真实。
93%的沟通信息来自于身体语言，身体语言决定人际交往的成败。
以往的身体语言方面的著述都是教你如何识人观心，而《学点身体语言读心术》不但让你成为“读心神探”，更要让你学会用身体语言好好包装自己，帮你观相、读心、察己，树立自身完美形象的同时，实现更成功的人生。

第一图书网, tushu007.com

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