第一图书网, tushu007.com

<<1/25秒的智慧>>

图书基本信息

书名：<<1/25秒的智慧>>

13位ISBN编号：9787548406532

10位ISBN编号：7548406533

出版时间：2011-9

出版时间：哈尔滨出版社

作者：张荣妹

页数：235

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

前言

当一个陌生人站在你面前时，你如何利用有效的几分钟，甚至几秒钟，来了解对方的为人？
怎样迅速找到他的喜好，拉近彼此的距离？
怎么判断他所说言论的真实性？
　大多数人都是依靠第一印象来建立对对方判断的基础，得出答案，但事实上只靠第一眼的表情观察、言语倾听，根本无法在短时间内真正了解他人的想法。
因为有很多人善于伪装：也许嘴上带着笑容称赞你，心里却在连篇累牍地咒骂；也许已经做了No的决定，却哈哈大笑说有兴趣继续合作……这些人用比专业演员还要更自然的技巧努力隐藏起自己的真实情绪，只要稍不留神，就会掉进对方精心设计的“圈套”。
　杜绝“圈套”，绝杀对手，最有效的方法是注意对方的微表情。
所谓微表情是人们在试图隐藏某种情绪时无意识做出、短暂呈现的面部表情，其中也包括一些细微的不易察觉的肢体动作。
微表情通常会在人们的情绪产生急剧转变时出现，与一般的面部表情不同，微表情是无法伪装的。
它就是人们内心情绪的一个“在线阅读器”，一张陌生的脸孔下面有什么样的活动内容、情感表达，都可以通过微表情一览无遗，因为微表情能够完全反映出人类共有的七种情绪特征：憎恶、生气、惊恐、伤心、开心、惊讶、蔑视。
尽管有学者证明它在1／25秒内就会一闪而过，但只要你掌握了窍门，细心观察，依然可以把这转瞬即逝的1／25秒变为强大的绝杀力——令对手无处遁形。
换句话说，从商场谈判、求职面试到日常交流，谁懂得掌握微表情，谁就掌握了成功的主动权！
　这本书收集了各种场合产生微表情的情形，并结合实际情况加以详细说明，手把手教会你捕捉陌生人的微表情、分析微表情、判断微表情，让你短时间内成为一把高倍数的“阅读放大器”，从陌生人的眉毛抖动、嘴角不经意的一撇、手臂的下意识抱紧中，洞察一切可能没有隐藏好或者故意暗示的信息。
一旦这个放大器像嗅觉灵敏的警犬一样捕捉到这些细微的动作，你就会发现：读懂人心不再是难事！

内容概要

尽管微表情稍纵即逝，但只要你掌握窍门，细心观察，仍然可以锁定这1／25秒的瞬间，让对手无处遁形。
《1/25秒的智慧：瞬间的心灵穿越》收集了各种微表情，并结合实际情况加以说明，手把手地教你捕捉、分析、研判陌生人的微表情，交给你一个“阅读放大器”。
而此时你就会发现，读懂人心不再是难事！

这不是教你做“心灵神偷”，而是要将你打造成“读心达人”。

作者简介

张荣妹，福建省三明市尤溪县人，尤溪实验小学教师。
现在厦门大学深造。
已有《美丽的翅膀》《性格是孩子一生的资本》《城画——世界名城的经典面孔》等多部著作出版。
从小受校长父亲的言传身教，六岁开始就养成每天阅读一小时，每天写作一小时的学习习惯。
几十年的坚持使写作与阅读成为她生活中必不可少的组成部分。

<<1/25秒的智慧>>

书籍目录

第一章 头头是道：看头明态度
1. 喜欢拉扯头发的人个性比较鲜明
2. 爱把双手放于脑后者有决断力
3. 频繁摇头晃脑者显自信
4. 抬头向上表示对你很感兴趣
5. 头部前倾的人对你无心理设防
6. 频繁点头不一定是肯定
7. 侧头露脖说明你很有说服力
8. 爱扬头露额的人大多很包容
9. 轻拍头表示不是很在意
第二章 眉来眼去：眉眼高低诉隐情
1. 眼睛向右频瞟，可能在说谎
2. 瞳孔放大说明非常有好感
3. 眨眼频繁的他有暗示
4. 有躲闪眼神的人很怕受伤害
5. 低头同时眼神上扬的人很自信
6.长久的注视是希望得到更多的信息
7. 东张西望的眼睛有逃离愿望
8. 说话不看人可能已拒绝什么事
9. 摸鼻子可能在掩饰心中的慌乱
10. 爱挑眉的人正试图示好
11. 皱眉的人随时可能爆炸
12. 眉毛闪动是对人友善
13. 轻擦耳朵可能已经厌烦
14. 戴不同的眼镜折射不同的性格
第三章 口是心非：无法对你说谎的嘴
1. 绷紧嘴唇的人常常很严厉明
2. 嘴角上翘可能是满意也可能是蔑视
3. 捂嘴的人可能撒谎也可能自卑
4. 嘴巴以下瘦削坚硬的人比较倔强
5. 用指尖拨弄嘴唇的人很不安
……
第四章 笑看风云：不同的微笑不同的含义
第五章 魔术手臂：他的心理手臂最知道
第六章 姿势语言：坐姿和站姿传递的信息
第七章 弦外之音：语言语速背后的秘密
第八章 有趣空间：身体间距离的和谐与危险

章节摘录

版权页：插图：根据体态学我们可以知道，常常“ 摇头晃脑 ”说话不利索的小王其实是一个非常自信的人。
因为体态学中有一个经过多次调查研究得出的结论：头部动作频繁的人大多都很自信，以至于经常唯我独尊。
而那些常常瞪大眼睛，以用力的点头或摇头来表达赞成或反对意见的人，更是爱憎分明，比较固执。
这类人不大容易接受不同观点，内心追求万事无瑕疵，有比较强烈的完美意识。
工作中，这类人通常会对别人的工作多有挑剔，有点儿小独断，凡事愿意根据自己的意愿进行操作。
偶见随和态度，恐怕也是怀了点儿小心思，比如想从别人做事的过程中获取点儿灵感、启发之类。
不过并不能一概而论，有一些特定的摇头晃脑的动作也有其各自独特的含义，比如通常认为摇头时紧抿嘴唇的人，比较爱表现自己，做事有一股子冲劲，但让人觉得有活力的同时，也常会遭到他人的厌恶。
古时教书先生吟诵诗歌到兴起，常入无人之境，摇头晃脑，这种情况下的摇头晃脑则是为了帮助大脑对文字进行理解记忆。
现代社会中有非常明显的摇头晃脑动作读书的人已经比较少见了。
一般人都以摇头或点头表示赞成、反对或喜欢、厌恶，似乎看不出什么特别含义。
但只要稍加注意，你就会发现，有很多人在与别人谈话或者发表讲话时，头部动作较多，比如左顾右盼，频繁交换做着各种动作，尤其是想要表达自己的意见或内心的强烈情绪时，常常自创些加强版的动作，如用力地甩头、幅度更大地抬头等。
这种情形也可以归为“ 摇头晃脑 ”一类。
头部语言就是通过头部活动表示特殊意思的一种体态语，如点头、摇头、侧头、低头等。
头部是一个人身体器官中的重点所在，因此，它的表现力也是较强的。
很多成语就明显体现了这一点，如俯首帖耳、昂首挺胸、交头接耳、点头哈腰等等，非常形象地反映了头部语言的特性。

后记

自然的演替与社会的发展造就了很多的说谎者，依据常规的语言判断最复杂的灵长类动物“人类”的心理活动，显然已经越来越不灵活实用。
单凭人类越来越复杂的大脑，常规的语言判断就只能使信息辨别变得更加困难，因为人们越来越精通于语言这种工具的使用。
“面不改色心不跳”的遮掩却将被那些精通微表情的高人嘲笑，因为他们掌握一些看穿心灵的技巧。
我们现在正处于一个信息高速膨胀、媒体高度发达的社会，上面那些技巧已不再是某些专家的秘密，更不是什么难得一见的绝学，只要我们足够仔细、足够灵活，每个人都可以借助这些技巧成为“微表情大师”，成为下一个“莱特曼”。
人类迄今为止已经在这个星球上生存了450万年，而我们这些当下还活着的人，也只不过在这个世界上存在了十几年、几十年而已。
虽然，我们无法准确详细地展现这悠久历史中存在过的每一个表情和它们代表的每一种含义，但是本书所描述的这一切的确经过了很多人的考察和验证，还是足以为你讲清楚我们在生活中可能会遇到的表情、陷阱或者机会的。
当然，书中还有许多需要我们继续探讨的地方，但总体来说应该已经解决了你的很多实际问题。

编辑推荐

《1/25秒的智慧:瞬间的心灵穿越》：你是否能做到心灵的穿越？
……读懂一个人也许不再需要长时间，读懂一个人也许不再需要近距离。
微表情就是观察他人心灵状况的透视镜。
你完全有可能在短暂的时间里。
将陌生人变成熟人。
微表情是无法伪装的，它是人们内心情绪的一个“在线阅读器”。
一张陌生的脸孔下面有什么样的内心活动、情感表达，都可以通过微表情一览无遗，因为微表情能够完全反映出人类的七种情绪：憎恶、生气、惊恐、伤心、开心、惊讶和蔑视。
你是一个“读心达人”吗？
人生就是一场化装舞会，每个人都用面具挡住自己的微表情。
站在你面前的他（她）。
是言为心声，还是口是心非？
摘下他们的面具，看透他们的心灭。
一切秘密将尽收眼底。
家人、朋友、同事，你觉得你很了解他们，不，那只是你的错觉！
领导、老板、客户，你想了解他们，那要从何开始？
你在读他，他也在读你，这是瞬间的较量，在1／25秒捕捉瞬间的心灵穿越，这不是魔术，而是识人术。

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