

<<身体秘语>>

图书基本信息

书名：<<身体秘语>>

13位ISBN编号：9787560975382

10位ISBN编号：7560975380

出版时间：2012-4

出版时间：华中科技大学出版社

作者：刘跃辰

页数：219

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>

<<身体秘语>>

内容概要

《身体秘语》通过体语实现的沟通叫体语沟通。

专门研究体语沟通的学科是身体语言学。

身体语言，指非词语性的身体符号，包括目光与面部表情、非词语声调、身体运动与触摸、姿势与外貌、身体间的空间距离等。

我们在与人交流沟通时，即使不说话，也可以凭借对方的身体语言来探索他内心的秘密，对方也同样可以通过身体语言了解到我们的真实想法。

人们可以在语言上伪装自己，但身体语言却经常会“出卖”他们，因此，解译人们的体语密码，可以更准确地认识自己和他人。

非语言交流通常是指用非语言行为或身体语言来进行交流，它是传递信息的一种方式，这一点与口语一样，不同的是它通过面部表情、手势、身体接触、身体移动、姿势、饰品服饰、化妆、发型、文身、语调、音色、音量等来传递信息。

非语言交流能够反映一个人真正的思想、情感和意图。

正因为如此，很多时候，当人们提及非语言行为时都会使用“告诉”一词（他的行为告诉我，他很喜欢我；他的表情告诉我，他很痛苦），这就是人们通过对非语言的观察而得知的答案。

<<身体秘语>>

作者简介

刘跃辰，吉林省梨树县人，国家二级心理咨询师，高级家庭教育指导师，中国心理学会会员现就职于吉林省四平市大东北文化研究学会心理解压工作室。

出版有《心理革命》等畅销书。

<<身体秘语>>

书籍目录

第一部分 解读不同生活、工作场景中的身体秘语1.求职面试2.商务洽谈3.新来的上司4.新来的女秘书5.职场生涯6.要不要与他合租7.相亲8.交友9.与陌生人同行10.朋友11.一次报案调查中的肢体语言12.第一次演讲13.婆媳之间14.离婚15.亲子间的肢体语言16.单身男女17.邂逅第二部分 心理学及心理咨询中的肢体语言18.梦中肢体语言所传递的信息19.家庭系统排列中肢体语言所表达的信息20.心理治疗中的信息解读后记

<<身体秘语>>

章节摘录

按照赵威的营销计划，藺总给他配备了五个人，两名是移动公司的正式员工，三名是招聘来的长期合同工。

在几天的宣传和销售中，赵威明显感觉到员工本身存在很多问题，正式员工连下车发宣传单都不好意思，那三名合同制员工，虽然可以发宣传单，但对于不同手机的性能、手机卡套餐的适用群体等业务都很不熟悉，这与联通公司员工的素质相差很远，联通公司的待遇和工作条件不如移动公司，但员工们知道自己公司在竞争中的优势和劣势，能充分挖掘潜在客户、为现有客户做最好的售后服务。

赵威一面工作一面认真考察员工的心理素质和工作中的行为状态，给公司提交了员工培训计划。这份计划书不久就得到了市分公司的批准，县分公司全体员工分两期进行培训。

这个培训对于赵威而言无疑是一次充分展现自我的机会，他已经有近两年的时间没有作这类培训了，一丝喜悦从脸上划过，那是久违的感觉，很兴奋。

赵威先后利用两个星期的星期六和星期日，把县分公司的员工培训了一遍，虽然两天的培训不能使员工掌握太多的东西，但那种富有创造力的互动环节和情景预设使每个人的心灵得到了感悟和成长。

这类培训的宗旨是引导员工注重心理素质的培养，提高适应社会生活的能力及职场竞争能力。总体来说，就是通过培训了解自己，增强自身的责任感和自信心。

培训理念是开发潜能、快乐工作，培养业务技能和提升综合心理素质。

培训方法是“启发、参与式”、“教、学、做合一”。

具体做法是人为地为员工营造工作和人生中必须面对和经常经历的场景，让其亲身体验，去冷静和认真地思考自己在工作和生活中是一个怎样的人、要做一个怎样的人，并是否为之努力。

培训课程纲要如下。

(1) 训练描述 这是一门帮助员工应对心理压力，增强自信、快乐生活的一门心理训练课。本课程从专业而权威的角度，以通俗独特的方式，通过心理学活动为员工打开一扇心灵之门，就像带领员工做一次轻松、愉快的短途旅行，使员工在和谐、轻松的气氛中获得全新的人生体验与改变，从而增强自信，真正达到提升自我心理素质的目的。

(2) 培训课程内容 本培训课程分五个单元，共五讲。每讲由四部分组成：心理学原理；专业测试与分析；互动式心理训练游戏；总结。

第一单元：认识自我 采用心理剧与相关的性格与气质等心理测试，指导员工分析自身的性格与气质等心理特质；深刻而全面地认识自身优势与不足，使员工达到正确定位、自我悦纳的目的。

第二单元：掌握行业本职技巧及培养工作兴趣 教会员工放松和利用无意识学习的技巧。每个员工在这里介绍自己的工作 and 生活状态，找出适合每个员工的工作方法，培养其工作热情。

第三单元：管理自我 通过情绪与压力测试，模拟真实压力情景，提供有效而实用的应对压力的工具，引导员工正确面对生活和工作的压力，并教给员工科学的放松方法、家庭成员和谐相处的技巧和员工间的人际关系处理等，使员工能够合理调节情绪，真正成为自己的主宰。

.....

<<身体秘语>>

编辑推荐

知名心理师教你读懂肢体语言为表情、洞察他人内心大秘密独门心理技巧。
解读不同场景最真实的秘语，窥探不同人群最离奇的心理世界。

<<身体秘语>>

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>