

<<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

图书基本信息

书名：<<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

13位ISBN编号：9787564059408

10位ISBN编号：7564059400

出版时间：2012-6

出版时间：北京理工大学出版社

作者：翟玉峰

页数：291

字数：320000

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>

## <<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

### 前言

在当今社会中，人与人之间的交流变得愈发频繁，几乎是每时每刻，每个人都在与外界发生着联系。人与人之间的沟通和交流，其实是每个人需要花费毕生精力来学习的艺术。

由此可见，这门艺术相当不简单。

要想学好这门艺术课，就必须能够深刻、准确地洞察人心。

“男人的心像海洋一样宽阔”，“女人心，海底针”，这只是一些俗语，并不能作为衡量一个男人或者一个女人的标准。

事实上，有很多小肚鸡肠的男人，也有很多大方得体的女人。

偏见很容易让人们误解一个人，甚至造成不可挽回的损失。

每个人的内心世界绝对比他的外表更加丰富复杂，正所谓“百智之首在于识人”，说的就是这个道理。

而在人与人的交流中，很多时候都不能做到推心置腹，甚至有时候交流的双方会将各自的真情实感伪装起来。

因此，能够透过对方的外在，读懂他的内心显得十分的重要。

那么如何才能正确地读懂人心呢？

这一点对美国特工来说，并不是什么难事。

美国特工主要效力于国家安全局（NSA）、中央情报局（CIA）、联邦调查局（FBI）。

在外人看来，美国特工是一个神秘的群体。

之所以这样说，是因为这个群体中的每个人都具有常人不具备的超凡本领——他们能够快速、准确地读懂对方的心。

对于当今社会中的普通大众来说，随着人际交往越来越频繁和复杂，他们也越来越渴望拥有这种能够读懂人心的本领。

乔·纳瓦罗是一名在FBI工作过25年之久的特工。

他曾说过这样一段话：“世界上最重要的不是你该去怎么做一件事，而是你该和别人怎么去做一件事。”

我们的社会是一个不可分割的整体，如果你不顾及别人的想法，那么你很可能遭到全世界的排斥。

所以，做任何事之前，都不能仅仅考虑自己，还应该揣摩别人的想法，考虑自己做这件事会不会对别人造成影响。

现代社会不乏那些具有高人一筹能力的人，但却急需能够与人一起共事的人。

”如何能够寻找到最适合自己、最愿意与自己一起共事的人，也需要读懂他人的心。

正所谓“知人难，知人心更难”。

作为普通大众的你，可能总在头脑中幻想自己能够精通读心术，这样你就可以摆脱那些困扰已久的疑惑，可以知晓周围人最真实的想法，可以分清楚哪些才是自己真正的朋友，这样你一直困惑的心就可以放下来安静地歇息了。

可以说，任何一名普通大众，如果能够像美国特工那样，拥有读懂人心的超凡本领，那么他就可以更好地与人交流、沟通，他的能力将会得到最充分的发挥，从而在社会中立于不败之地。

本书就为你揭示了美国特工是如何“知人心”的。

本书分别通过美国特工在读人时常常用到的各种方法，诸如观察一个人的五官、肢体动作、面部表情的变化、衣着打扮和言谈等，来介绍美国特工在读人识心方面的经验，希望你有所帮助和启迪。

由于编者水平有限，书中难免有纰漏之处，欢迎广大读者对本书批评指正。

编者

## <<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

### 内容概要

本书分别通过美国特工在读人时常常用到的各种方法，诸如观察一个人的五官、肢体动作、面部表情的变化、衣着打扮和言谈等，分别从各个方面介绍了美国特工在阅人读人方面的经验，从而帮助广大读者朋友在阅人识人方面有所受益。

<<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

作者简介

翟玉峰

毕业于白求恩军医学院

中国科学院心理学硕士、中央党校法学硕士

全国公安文联会员

1963年出生于河北沧州。

1981年入伍，1985年在军校加入中国共产党，1995年转业，在公安部离退休干部局保健办工作，现任公安部老干部局二处调研员。

一级警督。

从事医疗及医疗管理工作30余年。

2003年因在抗击“非典”工作中成绩突出，被评为优秀共产党员，荣立三等功一次。

## <<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

### 书籍目录

#### 第一课 不必日久，也见人心——美国特工最实用的读心计策

1. 美国特工从笑容中迅速捕捉到对手的非言语信息
2. 抽烟识人：美国特工的秘密
3. 美国特工教你第一眼瞬间读懂人心
4. 千万不能忽视女性的谎言
5. 从男人的面子问题解析他们的性格
6. 从微小举动中窥视对方的心理变化
7. 换位思考——美国特工的读心妙招
8. 外在形象透露出的内心秘密
9. 通过观察他人对情绪的管控读懂他的内心
10. 笔迹会暴露出一个人的性格特征

#### 第二课 五官特性，读懂人心——美国特工略胜一筹的读心策略

1. 微微翘起的嘴：美国特工洞察对手心理的读心策略
2. 通红的脸蛋——CIA洞察人心的有效手段
3. FBI从轻抬眉毛中能够读懂眼眉背后的暗语
4. 眼睛：洞悉情绪和性格的窗户
5. 瞳孔大小变化：目光背后的真相
6. FBI教你识别舌头的语言信号
7. FBI破案的重要手段：读懂鼻子里蕴涵的语言
8. 美国特工破案杀手锏：看破耳朵背后的玄机
9. 透视人的个性，不可忽视下巴的细腻变化

#### 第三课 行为举止，识破人心——观人举止能识别其内心世界

1. 交叉双臂的深层含义
2. 抚慰紧张内心，识别不经意间的多余动作
3. 低头耸肩背后的秘密
4. 从握手看穿一个人的内心世界
5. 通过视线探测对方心理
6. 手臂冻结：美国特工识破身体的“冻结反应”
7. 身体倾斜可以折射出一个人的内心
8. 双手叉腰——捍卫领地的宣言

#### 第四课 肢体动作，直指心间——美国特工戳穿肢体谎言的读心方法

1. 美国特工读懂肢体的悄悄话
2. 走路姿势：美国特工解读人心最习惯运用的方式
3. 美国特工从不同坐姿解读人心的心理策略
4. 双手会将人的内心暴露在美国特工面前
5. 美国特工从来都不会忽略头部动作
6. 腿脚动作也会泄露出内心的秘密
7. 美国特工教你如何读懂躯干动作

#### 第五课 脾气秉性，凸显内心——美国特工从性格推断人的心理策略

1. 自信型人格：自信和固执只在一念之间
2. 悲观浪漫主义人格：FBI最放心的一类人群
3. 智慧型人格：最让FBI头痛的人群
4. 多疑型人格：FBI为何对这一类人见怪不怪

#### 第六课 相由心生，洞察心理——面部表情背后的内心真实想法

1. FBI的直观判断：头部动作携带的心理信息

## <<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

2. FBI最为关注的面部器官：眼睛携带的信息
  3. 容易忽视的面部特征：眉毛里隐藏的秘密
  4. 可深入洞察心理的面部特征：鼻子携带的有效信息
  5. 多变的表情，难掩饰的心情：FBI解析嘴部表达的奥秘
  6. FBI如何利用下巴携带的信息分析对手的心理活动
  7. FBI探索面部奥秘：面部器官同时动作所携带的心理信息
- 第七课 衣着装束，辨别心理——衣着装扮中的识人读心之道
1. 服饰色彩：FBI特工揭开对手心理的一把钥匙
  2. 欲盖弥彰的帽子，逃不过特工的法眼
  3. 美国特工从手表的佩戴上推测对方的内心世界
  4. T恤类型的选择——FBI超强的识人之道
  5. 眼镜背后的故事：FBI特工特有的读心之道
  6. 美国特工辨别对手心理特征的方式——鞋子的穿法
  7. 领带的玄机：美国特工直击对手心理不可或缺的装束配件
  8. 美国特工解读无法掩饰的真相——化妆
  9. 美国特工剖析心理不容错过的一环：头发的发质与发型
  10. 手提包：美国特工不容忽视的鉴别物件
- 第八课 闻其言语，辨其真伪——听懂弦外之音的心理策略
1. FBI从语速、音调变化看对手的内心特征
  2. 言谈方式——美国特工读懂对手真实个性的“独门暗器”
  3. CIA读懂对手口头禅后面的真实内心世界
  4. FBI特工从言辞中看穿对方的内心世界
  5. 悄悄话背后暗藏的惊天秘密
  6. 不容忽视的抱怨声：CIA快速察觉对方心理的良方妙计

## <<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

### 章节摘录

版权页：虽然经受过高强度的身体和心理考验，但美国特工还要经常进行长达数个小时甚至十几个小时的连续问讯，这对他们的精力、体力、心理无疑是一个巨大挑战。

吸烟在某种程度上会对人的神经有刺激作用。

美国特工也经常会抽上几口烟来缓解疲劳，让精力更集中。

经历无休止问讯的被调查者同样会深感疲惫。

实际上，经过美国特工长时间的实验，发现在疲惫不堪的人身上并不能得到更多想要的东西，而体力折磨也不是美国特工的强项。

美国特工逐渐发现，给接受调查者抽上几口烟是个再好不过的选择，既能避免他因为困乏而敷衍了事，也能通过仔细观察他的抽烟行为读懂他的内心。

抽烟对人体有害，这几乎是各个国家、每位公民公认的事实。

但是据调查，全世界吸烟者的比重虽有下降的趋势，但是总人数仍然在10亿左右。

每个人都有自己独特的抽烟习惯和方式，抽烟时的一举一动，都可以极大限度地帮助美国特工判断出他们内心状态的波动。

在美国特工的眼中，抽烟的动作虽然简单，但是里面却蕴藏着不少玄机。

一般来说，抽烟整个过程可以分解为点烟、持烟、吸烟、喷烟、抖烟和灭烟六个步骤。

美国特工通过仔细观察每一个步骤就能读懂人心。

美国特工认为，现代社会人的生活节奏普遍加快，一般人点烟都是通过打火机立即点燃。

而也有一部分人，仍然会选择划火柴点烟，这部分人要么生活节奏偏慢，要么能够掌控自己的生活，大体上是一个内心充满怀旧感的人。

还有一部分人特别喜欢找正在抽烟的人借烟点燃，这种人大抵生活较为随便，如果是发生在朋友之间，则表明二者之间的关系较为亲密。

美国特工观察到，普通人持烟最多只会用到大拇指、食指和中指，如果用上了小拇指和无名指，那么他很可能身体有某种疾病。

最常见的持烟方式是用中指和食指的指尖夹住，以这种方式持烟的人往往性情较为沉静、为人较为踏实，给人一种亲切自然的感觉，但容易听人唆使，随波逐流；还有一部分人会用中指和食指的根部缝隙夹住香烟，美国特工认为这种人更有主见，行动力更强，但是缺乏沟通能力。

小部分人会用拇指、食指和中指捏着香烟，美国特工认为这种人行动更为干练，思维敏捷，决策能力强，但常常会给人冷淡、自傲、不愿与人亲近的感觉。

有的人吸烟时喜欢将烟叼在左嘴角，有的人则喜欢将烟叼在右嘴角……在美国特工看来，喜欢将香烟叼在左嘴角的人往往心思更为缜密，计划性强；叼在右嘴角的人往往更有行动力、决策力和办事的魄力；将香烟叼在嘴中间并向上衔着的人往往爱慕虚荣、好高骛远；而向下衔着的人往往较为理性，喜欢循序渐进；嘴里叼着烟，手上却不断做着小动作的人往往是对自己很自信，对生活很满意的人；那些抽烟不止，而且叼烟位置不断变化的人往往是一些急性子，动不动就生气的，他们的好恶表现得十分明显；而看到频频咬湿烟头的男性，美国特工则认为他们童心未泯。

## <<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

### 编辑推荐

《FBI CIA 美国特工阅人识人的8堂训练课》中紧密结合美国特工的工作特点和专长，结合当前民众的生活实际，具有实际可借鉴性。

《FBI CIA 美国特工阅人识人的8堂训练课》逻辑清晰，事例耐读，让读者在阅读的同时不会感到枯燥乏味，有着很好的实用价值和启发作用。

<<美国特工阅人识人的8堂训练课>>

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>