

<<3秒鐘直達對方的心>>

图书基本信息

书名：<<3秒鐘直達對方的心>>

13位ISBN编号：9789861752402

10位ISBN编号：9861752404

出版时间：2011-7-25

出版公司：方智出版社股份有限公司

作者：Yu Yuki

页数：192

译者：龔婉如

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>

## <<3秒鐘直達對方的心>>

### 前言

我們的人生幾乎把三分之一的時間花在思考自己與別人的關係。

人與人的關係對我們如此重要，我們經常為此煩惱：「他到底是怎樣的人？」

「他說那番話是什麼意思？」

「他喜歡我嗎？」

還是不喜歡？」

「他為什麼不理我？」

是不是我做了什麼踩到他的雷？」

「或揣測著：「我這個人究竟是什麼樣的一個人？」

「我討人喜歡嗎？」

「慘了，我得罪他了，該怎麼做才能重修舊好？」

因為怕失禮，即使心裡有一千零一個為什麼，也不好意思問個明白；當你面對別人的探問時，也不一定肯說真話，一來怕真話傷人，二來怕真話丟人，三來可能連自己都不知道答案是什麼。

於是我們就在這樣的曖昧之中，過著混沌的人生……我們都渴望透過各種方式更了解自己、更了解別人，想尋找一個合宜的方式和別人建立美好的關係，也想要找到生命的答案。

「要是真有方法可以3秒直達對方的心，那該有多好！」

「這是我大學時非念社會心理系不可的理由，也是刺激我繼續研究人類行為和心理議題的動力。

我實在太想知道別人到底在想些什麼了！

怎麼會有那樣的行為？」

那些行為下又隱含了哪些意義？」

心理學果然給我很多線索參考，人類的行為果然都可以被推論，也有方法被形塑。

因為了解對方的行為，減輕自己的人際焦慮，也同時比較能寬容每個人的行為反應。

雖然不是每個人都有機會進入心理系，接觸正統的心理研究和心理學理論，但幸運地，我們還有機會可以擁有「3秒鐘直達對方的心」的能力。

感謝YU YUKI這位日本知名的精神科醫師、心理專家，把人類的心理和行為精華研究濃縮成這本可愛有趣又豐富的書，這本書使用很多生活上唾手可得的線索，讓我們輕易的就能觀察別人的心理行為，線索也多到用不完。

再加上YU YUKI醫師的文筆詼諧幽默，偶爾還會自嘲一番，真是太可愛了！

以前念研究所的時候，最喜愛讀日本的心理學研究，比較貼近東方人的文化，而且他們研究的主題都好有趣，例如：「如何讓人瞬間不生氣？」

「如何讓人一眼愛上你？」

「擁有哪些關鍵的行為或習慣馬上就可以變成受歡迎的人氣大王？」

你看，日本人是不是把心理學在人生中應用得相當透澈？」

看了這本書，我馬上應用第一章傳授的「三個成語洩露了你的觀念」來「誘發」其他人講出對自己、對愛情、對人生的看法，效果真是出奇的妙！

心理測驗有趣的地方不在於結果如何，而是在回答的過程中發現：「原來自己腦中存在的成語這麼少！」

要使用的時候竟一個也想不起來！」

也有人發現：「怎麼自己講出來的成語都這麼尖酸苛薄！」

害到自己。」

也有人發現：「從沒想過的形容詞句，竟然在這時候突然冒出來，比如……三寸金蓮！」

哈哈哈哈哈。

這就是日本心理學有趣的地方！

## <<3秒鐘直達對方的心>>

### 內容概要

小心！

你所採取的行動、說的話，都不是出於偶然！

你每一個不經意的舉動和發言，都會洩露你的「真實心意」！

光看臉就能猜中血型？

選擇上第一間廁所的，是社交女王？

《反擊的智慧》作者教你絕妙的「讀心的智慧」 如何憑對方的直覺反應，洞悉他的心？

如何讓對方在不經意中，透露真心話？

什麼樣的說話方式，更能打動人心？

情人的何種表情，能讓你確認終身伴侶是不是他？

學會本書的心理技巧，就能輕鬆解決以上問題，心想事成，生活愉快！

本書作者以心理學和精神醫學的學理背景，用最簡單易懂的生活小事，教你如何在瞬間直達對方的心。

光看臉就可以猜中血型  
侶時，千萬不能光看燦爛的笑容

選擇上第一間廁所的，是擅長社交的女王型人物 挑終生伴  
互動前，先觀察對方是：視覺型、聽覺型，還是觸覺型。

## <<3秒鐘直達對方的心>>

### 作者簡介

Yu Yuki 東京大學醫學部畢業，是知名的精神科醫師與心理學家。  
曾發行結合精神科醫學、臨床心理學的網路漫畫，並在堪稱電子報界葛萊美獎的「網路漫畫大獎」中，連續四年榮獲綜合優勝獎。  
所經營的心理學網站「性感心理學」，擁有全世界最多會員人數，目前瀏覽人次已超過九千五百萬。夢想是將自己的心理專業理論，化為淺顯易懂的常識，推廣到世界各地。  
著有《反擊的智慧》等十餘部暢銷書。  
「性感心理學」網址：[sinri.net/](http://sinri.net/) 龔婉如 文藻外語學院日文科、東京家政大學造型表現學系畢業。  
曾任日商出版社編輯、廣告公司翻譯，目前為專職翻譯。  
熱愛旅遊、美術工藝及馬拉松。  
譯作有《赤朽葉家的傳說》《魔王》《窮忙族 - 新貧階級時代的來臨》《原研哉。Ex-formation植物：視覺藝術聯想集》等書。

## <<3秒鐘直達對方的心>>

### 書籍目錄

推薦序：就算不念心理系，也可以擁有「3秒鐘直達對方的心」的能力  
第1章 讓你不經意透露「出乎意料的真心話」三個成語洩露了你的觀念 YU教授的解答 準確率高達99%的原因  
上廁所也可以看出個性？

為什麼大多數人都選擇女按摩師？

你是騎士，還是國王？

電子郵件帳號隱含什麼訊息？

用生日當帳號的人有自戀傾向？

第2章 從直覺反應發現解讀「人生」的線索看表情就可猜出對方的「血型」？

準確率80%！

為什麼大家都相信星座、血型分析？

如何回應血型話題？

不妨試著問問朋友：「你猜我是什麼血型？」

了解對方是哪一類型，才能迅速打動人心 你是視覺型、聽覺型，還是觸覺型？

透過簡訊傳達想說的話，更有效！

從「回答問題的方式」可以看出什麼？

「想法」分成九種類型 若有人說「這場電影真難看」，你會怎麼回答？

第3章 解讀心中的潛在「訊號」！

從喜歡的運動判斷你的男性化／女性化程度 聽聽佛洛伊德怎麼說！

遲到時，你會說什麼藉口？

任何話都會隨著時間在心裡逐漸發酵 抱怨「年輕人語文能力真差」的人，心裡在想什麼？

「捍衛正確語言」的真正理由其實是…… 把「說到最近的年輕人啊……」掛在嘴邊的人 第4章

你絕對想試試看的「深層心理術」男人女人在意的威脅不同 男性和女性的差異如此之大！

為什麼「男人不壞、女人不愛」？

看穿情人真面目的方法 「笑容最燦爛」的男朋友，危險！

讓所有事情一筆勾銷的「笑容魔法」擷獲人心的說話技巧 覺得他長得像藝人嗎？

「我也試過了喔」這句話的絕佳效果！

第5章 操控人心的絕招吃營養食品就可贏得好人緣？

你相信嗎？

從「心生懷疑」到「相信」的瞬間熱愛觀賞體育賽事的人有什麼共通點？

出乎意料的三個理由如果只能選一個人一起去無人島…… 人向高處爬！

？

和機會不期而遇的好運！

## <<3秒鐘直達對方的心>>

### 章節摘錄

上廁所也可以看出個性？

心理學裡有一個名詞叫做「私人空間」。

換句話說，也就是心靈的「拉繩定界」。

在古代，男性是一種從事狩獵及戰鬥的生物，必須隨時留意身邊大範圍的動向，因此私人空間也會比較大。

除非必要，否則不希望有其他人（特別是同性）靠近自己。

說到這裡，先岔題一下。

我有一個朋友是精神科醫生，姑且稱他為S醫師好了。

他和我雖然是同一世代，但卻總是肩膀、腰椎痠痛，所以常常去按摩。

而且他不喜歡隔著衣服的指壓按摩，所以常去可以把油倒在身上、師傅直接按壓身體的油推按摩

。如果你是女性，按摩時會選擇男性按摩師或女性按摩師呢？

應該有超過99%的人會回答「女性」吧。

如果妳的答案是「我比較想找男性按摩師」，請務必與我連絡，我會馬上登門拜訪的。

不論如何，大部分的女性還是會抗拒不認識的男性觸碰自己的身體。

如果你是男性，答案又是如何呢？

你會選擇女性按摩師，或選擇男性按摩師呢？

或許有女性朋友會覺得：「男性應該會想要選擇男性按摩師吧？」

但實際上請教男性朋友，有90%以上的人都回答：「可以選擇的話，當然是女性按摩師。」

其實我的想法也和大家一樣。

對於這件事，S醫師的想法是這樣的：「如果是隔著衣服按摩的話，那麼找男性按摩師也沒有關係。

但如果讓男人直接把按摩油塗在我身上按摩的話，不知道為什麼就是不舒服，一定要女性按摩師才行

。我完全同意他的想法。

再回到私人空間的話題。

自古以來，男性就不喜好和同性有密切的關係（尤其是第一次見面）。

那是因為同性對他們來說是戰爭的對象，和同性太過接近，會讓他們感覺到「被攻擊的危險性」。

隔著衣服的話還沒有什麼關係，但如果是直接接觸皮膚，就會讓他們感覺到恐懼。

但如果對方是女性按摩師，恐懼的程度就會比較低。

比起男性按摩師，被女性按摩師攻擊的可能性較低，而且女性的接觸會讓他們回想起幼年時母親的輕柔呵護，感覺非常安心。

因為以上這些原因，不管是男性或女性，都比較喜歡女性按摩師。

「看護」也是一樣。

例如在醫院裡請看護擦拭身體，應該有99%的女病患會找女性看護吧。

即使是男性，基於上述的理由，大部分的人也會找女性看護，因為大家在潛意識裡都對男性的接觸感到恐懼。

當然，也有可能10%的男性會因為「怕羞」而選擇同性。

你是騎士，還是國王？

想像一下，你現在走進了百貨公司的洗手間。

下列圖示裡的ABC，代表依序排列的男廁的小便斗或女廁的洗手間隔間，A距離出口最近，C最遠

。這時，你會選擇哪一間？

再重複一次，男性對同性往往會保留更大的私人空間。

每個人使用洗手間的時候，通常都處於沒有防備的狀態，對於私人空間的意識也會更強。

## <<3秒鐘直達對方的心>>

所以選擇洗手間時通常會選擇最後一間，比較不需要意識到其他人的存在。

事實上某個心理實驗就做過這樣的調查，得到的結論就是「使用最後一間洗手間的人最多」……居然真的有人做這種調查，真是太了不起了。

首先為大家解說男性的答案。

選擇C的人占大多數。

你們適度地對其他人抱持不安全感，出於本能想保護自己。

也有人選擇和C完全相反的A。

由於A離入口最近，常有人進進出出，相較來說是私人空間比較容易受到侵犯的地方。但也因為最接近入口，可以比較快上完並離開洗手間。

選擇A的人某種程度對自己相當有信心，思考和行動也較有效率，也比較無情。

至於B的位置，不管是左邊還是右邊，私人空間都有可能受到侵害，也因為離入口有些距離，所以在背後經過的人不像A這麼多。

選擇B的人，因為選擇正中央的位置，所以相較之下較能取得平衡，對於周遭環境也不會那麼容易感到恐懼與不安。

不過也由於強烈希望處於洗手間的中心位置，因此在團體或同儕之間，會是比較希望獲得領導權的人。

如果用中古世紀的身分來做比喻，C就是一般人，A是騎士，B就是國王。

另一方面，女性大多從事烹飪、家事等與他人距離較短的工作。

也就是說，一般來說與同性之間的距離很近，因此私人空間會比男性來得小。

所以在剛才的問題中，希望選擇同性按摩師和看護的原因就在此。

所以身處於洗手間這一類無防備的空間時，才會希望「和同性近一點」。

因此選B的人會最多。

左右兩邊都有人的話，意外發生時（例如突然有人入侵或生病等）才有人能彼此照應。

而選擇C的人則比較男性化，也可以說是對身邊的事物比較有抗拒感的一些人。

另外，選擇A的人在進入洗手間之後還會在潛意識裡留意著洗手台的方向，即使進入了可以放鬆的空間裡，仍然會留意外面的對話等狀態，在某種意義上是可以「一心多用」的人，也可以說是工作效率高、較擅長社交的人。

同樣用中古世紀的身分來做比喻的話，B是一般人，A是女王，C是公主。

如果有機會和朋友、同事或是主管一起上洗手間，也可以讓對方先選擇位置，藉機判斷他們屬於什麼樣類型的人。

也可以試著問異性：「你會選擇哪個位置？」

（因為不可能跟著他們去上洗手間嘛）不過要特別注意，千萬不可以讓對方覺得有受到性騷擾的感覺喔。

## <<3秒鐘直達對方的心>>

### 媒体关注与评论

「這本書使用很多生活上唾手可得的線索，讓我們輕易的就能觀察別人的心理行為，線索也多到用不完。

再加上YU YUKI醫師的文筆詼諧幽默，偶爾還會自嘲一番，真是太可愛了！

- 」 - - 知名網路部落客 / 貴婦奈奈 「沒想到心理學竟然這麼有趣又實用！
- 」 - - 讀者 「書中的猜血型遊戲，讓我跟朋友們玩得樂不可支。
- 」 - - 讀者 「一點都不像心理學書籍那樣艱澀，不但簡單易懂，而且一針見血！
- 」 - - 讀者



<<3秒鐘直達對方的心>>

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>