

《拿来就用的女人读心术》

图书基本信息

书名：《拿来就用的女人读心术》

13位ISBN编号：9787515103112

10位ISBN编号：7515103116

出版时间：2013-3

出版社：西苑出版社

作者：博锋

页数：265

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《拿来就用的女人读心术》

前言

前言“如果能知道对方在想什么就好了！”“如果对方说的能跟他心里所想的对上号就好了！”很多人在日常交际中会表现为表里不如一，他们所说的跟所想的完全是两码事。这让彼此间都很苦恼，于是，天真烂漫的女人就出现了诸多天马行空的幻想。只可惜我们是肉眼凡胎，没有超能力，根本无法得知对方内心的想法。难道我们真的没有办法窥视到对方的心事吗？难道我们真的不能懂一点读心术吗？其实未必。心理学家为了证明“读心术”的存在，他们曾在一家电话销售公司做过一个实验。心理学家把销售人员分成两组，第一组沿用老方法进行电话销售，第二组则得到心理学家的指示，即在给客户打电话时，尽量模仿对方的语速，并且迎合对方的喜好进行交谈。结果，第二组人员的销售业绩比以往提高了30%。我们都懂得一个道理，即“知彼知己，百战不殆”。战争中要想获胜，就必须在知道自己实力的前提下，掌握对方的实力，这样才能有的放矢，有所准备。其实，在人际交往中也是如此，要想让对方喜欢你，你就必须了解对方的喜好和取向。如果你想要更好地与对方交谈，就要能读出他内心的想法，这样才能挑拣对方喜欢的话题并将谈话维持下去，而你使用与对方相同的语速，则更能让对方放宽心。以上实验的结果表明，人类的内心防线是可以被交谈对方打破的。在说话过程中，如果一个人的嘴在撒谎，那么他的眼睛一定是游移不定的；如果连他的眼睛也在隐瞒你，那么他一定会在穿着打扮上有所疏忽；如果他连穿着打扮都伪装得很好，那么你最好注意一下他的身体语言……人类有许多方法撒谎，但总会在某一方面露出马脚。心理学家古特曼花费了14年的时间做了一个实验。他先后为500对夫妇录制了谈话录像，而后发现在谈话录像的3分钟内，那些无意中露出微妙的厌恶表情的夫妻，在四年内全部经历了婚姻破灭。这个实验并没有多神奇，它只说明了一个道理，即真相总能通过各种角度被细心的人读出，无论你隐藏地多么完美。所有的谎言迹象中最明显的信号是由身体传达的。因为我们很难控制自己的生理机制。比如，在害怕、紧张的时候，我们可以装作镇定地说自己“不紧张”，却不能抑制自己出汗、脸红。一般而言，人在感觉厌恶的时候，嘴唇会上抬，眉毛下垂，然后眯起眼睛。女人如果看到对方露出了这个表情，就应该立刻知道，自己没有什么希望了，最好赶紧离开。相反，如果对方先眯眼，而后眉毛收紧，嘴角下拉，下巴抬起或收紧，这就说明他为你事感到难过，他心里很惦记你，很在乎你。女人如果从对方眼中看到了这个表情，你就有福了。人类心中究竟隐藏着多少秘密，没有人可以全部获得，更何况社会纷繁复杂，瞬息万变，人们每时每刻都在与他人进行沟通，这就使得人际交往变得越来越复杂和多样。再者，人性的弱点，利益的驱使，都使得人们在交往时选择隐藏。女性是个特殊群体，她们感情丰富容易轻易相信他人，如果不能识别人心，不懂与人交往的分寸，就会在激烈的社会竞争和复杂的人际交往中受制于人，处于被动局面，甚至落入他人的圈套和陷阱，使自己的人生蒙受重大的伤害和挫折。基于此，《拿来就用的女性读心术》分别从表情、装扮、语言，以及姿态、习惯、兴趣、行为方面揭露人类的内心秘密，让广大女性读者能够在人类交往中成功读出对方内心想法，使交际变得顺风顺水，从而赢得一个好人脉、好人缘！

《拿来就用的女人读心术》

内容概要

《拿来就用的女人读心术》内容简介：人性的阴暗，利益的驱使，都使得人们在交际中选择隐藏。相较于男人，女人感情丰富容易轻信他人。如果不能识别人心，不懂与人交往的分寸，就会在激烈的社会竞争和复杂的人际关系中受制于人，甚至落入圈套和陷阱。

《拿来就用的女人读心术》是心理学专家专为女性量身打造的实用读心术。针对女人的心理共性、生活共性、社交共性，详尽讲解一些随手可用并且简单有效的心理学技巧。指导读者在不为人知的情况下了解和影响他人，在人际交往中成功读出对方内心想法。

《拿来就用的女人读心术》

作者简介

博锋，学贯中西的心理学专家，博士。曾深入学习潜意识专家詹姆斯·艾伦、成功学大师拿破仑·希尔等人的思想理论和实际经验，以大众心理学为主要研究方向，著有《FBI教你超级读心术》、《淡定的女人最幸福》等多部畅销书。

《拿来就用的女人读心术》

书籍目录

第一章表情直指心间——无需开口，表情告诉你他在想什么 被脸泄露的秘密 喜欢还是讨厌，表情告诉你真相 难色上了眉头，愁事便在心头 别怕！面无表情只因还不熟悉 用心体会，对方是不是真的在笑？担心被骗？仔细看他的脸 看穿别人的表情，才能善解人意 眼泪无色，却包含千种思绪 了解对方的恐惧，就能掌握对方的软肋 模棱两可？别被对方的优柔耽搁 第二章让装扮泄老底——看明白穿戴的门道，心思一摸一个准儿 装扮，代表内心的渴望 珠光宝气的人，未必就有品位 衣服，人的第二皮肤 一条领带的颜色，男人品性的颜色 女人的发型，就是女人的名片 从手指到手腕，都是大学问 偏爱某种品牌，透露一种个性 饰物，透露深层次的心理需要 皮包、钱包、旅行包 修饰仪容，看穿一个人对自己的定位 第三章话里暗藏玄机——有些话是用耳朵听的，有些话是让你用心听的 语言，最直观的心迹 洞悉他人的谈话技巧，别被人忽悠 有些话女人可以信，有些话真的别去信 别人说“不”，未必代表不可以 声调，揭开性格一角 说话内容，最能透露心思 口头禅暴露的动机 寻找着重点，知晓对方关注点 以什么样的方式说话，以什么样的态度生活 言有尽意无穷，扣准弦外之音 第四章姿态都有用意——做一个特工美女，在无声之中寻觅到“心声” 姿态，不设防的语言 笔直还是闲适？站姿透露生活态度 不同的坐姿，不同的个性 什么样的睡姿，什么样的情绪 每一个手势都有深远含义 是大步生风，还是蹑手蹑脚 首脑问题，点头YES摇头NO 肩膀与手臂，考量人的诚意 双脚：女人不可忽略的隐性地带 眼睛是心灵的窗户 第五章从行为看性情——亮起读心法眼，不必日久就见人心 行为，摘掉伪装的面具 自来熟，不是太热情就是太功利 轻易许诺，十有八九不靠谱 对方笑里藏刀，女人先看刀出何处 金钱过手，揣测人心的最佳机会 处处试探，多疑者必然善变 路见不平吼不吼？看透对方的公共意识 傻乎乎？也许是大智若愚 待在角落里，是神秘还是自闭？喜欢指手画脚的人，其实不值得依靠 第六章习惯绝非偶然——那些不起眼的小事儿，往往都是“心”的写照 习惯，最难掩饰的心理符号 握一次手，迅速判断个性 点烟拿烟，十个人十个样儿 拿电话的姿势，也能看出个性 对方喝一杯，女人就有了一张“心”名片 看看一个人如何工作 观察一个人如何应酬 怎样开车，和性格有关 拖拉散漫又固执，留意低效率人群 时间表，精英族类的象征 第七章兴趣背后藏真相——别忽略个人的小偏好，它是识人的“一把手” 一种兴趣，一种人生 烹饪，生活质量的直接体现 音乐里包含着音符，也包含着心境 看看别人的书架 收藏的不是乐子，是心思 选择什么样的休闲活动 从电视节目，琢磨心灵电波 看宠物，感受他愿意受到什么样的“宠爱” 去哪里旅游，反应内心渴望 微博或空间里写了什么 第八章心思随着情景转——读心无处不在，画出不同场合里的心灵图 不同情景，将不同心理层面“读”出来 会议室，性格集中展示区 办公桌上的性格“风水罗盘” 潮流下的暗涌，揣测他人潜在的个性 小饭桌，自有大乾坤 送礼是门大学问，远近亲疏看出来 一次购物，就能看出心理素质 唱K，包厢里的小社会 约会，男女相处的“试金石” 站台，人性最佳观测点

版权页： 被脸泄露的秘密 会客厅里，一位女士正在向一个老板推销该公司的合作项目，这位老板在倾听女士陈述的过程中，表现得十分有耐心，而且不时点头，似乎很赞同这笔交易。女士对这笔交易准备得很充分，本来就有信心，看到对方表现出很有兴趣的样子，她更加卖力地推销这个项目。对面的老板不但连连点头，还经常就细节问题提出疑问，请女士解答，这下女士心中就更加有底气，对这单生意志在必得。让女士没想到的是，两个小时以后，谈判结束，当她将准备好的合同放桌面时，老板却摇摇头，平静地表示：“谢谢你的解说，请容我考虑考虑再说吧！”这对胸有成竹的女士来说，无疑是当头一棒。女士心灰意冷，她不明白究竟是哪个环节出了问题，导致了这笔交易的失败。是条件不够好？还是自己的表现有差错？如果能够更好地观察对方，这位女士的计划不一定会泡汤，即使在故事最后，也不会自认为一切已成定局。那位老板也许心中的确对这单生意感兴趣，但因为想压下价格而故作镇定和不在意。如果女士在这个关键时刻判断出客户的真实意图，那么这单生意就可能成功。由此可见，观察判断对方的表情是多么重要。表情是内心的晴雨表。一个人如果正值春风得意，必定会双眉舒展并面带笑容的；一个人若是遇到了什么倒霉事，就会眉头紧锁，面露悲伤；如果是怒火冲天，一般来说会脸红脖子粗，面部肌肉抽搐不止，双眉竖立，咬牙切齿；如果是有愧于心，也许会脸热心跳，呼吸急促，两耳发热，脸上多半会出汗，所谓“汗颜”就是这个意思；如果是恐惧，通常会脸色苍白，尤其是皮肤温度下降，呼吸不畅，嘴唇颤抖，等等。但事实也许并不像你想象的那么简单。现代医学解剖发现，人的面部表情肌有42块肌肉，这42块表情肌互相组合，可以产生1万多种表情，而其中有3000种表情是带有情感色彩的。因此，很多时候，表情比语言更能反映一个人的心理动态。所以，表情同样具有欺骗性和迷惑性。女人如果太过相信表情，就容易被它蒙蔽，做出错误的判断。因为很多人喜怒并不行于色，人们仅从他的面部表情根本无法判断他是喜是怒，更别说洞察他的内心活动了。女人不要太容易相信表面的事情，只会读表情还不够，还要学会判断该表情的真实度。很多时候，我们之所以无法从表情上了解对方的感情，或无法识破对方的本意，是因为本身的经验不够。一般说来，人们如果不愿意将真实意图从脸上表现出来，那么必然会通过其他方式表现出来，比如身体姿态和动作。这就是说，我们总是有办法读出他人的心意的，女人只有通过多方面的结合，加以密切关注，才能成功地获取他人的表情信息。

- 1.在脑中画出印象草图 认识一个人，首先要掌握他的表情，首先要能够在脑海中绘出对方的五官特征，有了这些特征才能辨认他同其他人的区别。如果一个人能够活灵活现地出现在你的脑中，他生气、高兴、着急的时候分别是什么表情，你都能一一把握，那么他在你面前就没有什么秘密可言，因为他的每一个表情变化都被你分析过，了如指掌。当然，不要向人吹嘘你有多么了解别人，也不要说诸如“你眨一下眼睛我就知道你在想什么”之类的话，这只会让人觉得你心机太深，难以接近。女人在这方面要含蓄，甚至装傻，你只需要在对方为难的时候解围，在对方害怕的时候鼓励，谁也不会说你有心机，只会说你是一朵既体贴人又有智慧的解语花。
- 2.寻找表情的“不同点” 每个人都有“标准表情”，在常规情况下，眉、眼、嘴巴都会维持一个姿态，有些人笑脸迎人，有些人一脸严肃，有些人唯唯诺诺，如果他们的标准表情突然变了，就是情绪有了改变，结合情境，你可以猜测对方心里的想法。例如，人的表情在自然情况下是对称的，如果你发现对方笑容不对称，一面的肌肉明显比另一面用力，你可以断定他在假笑。
- 3.摸清他人的习惯动作 每个人都有习惯性的动作，例如，在紧张的时候，有人抓耳挠腮，一副急得坐不住的状态；也有人会咬紧下唇，完全说不出话；还有人只是眼珠转来转去想办法。只要你掌握了别人在某种状况下的习惯性动作，你就能掌握他的情绪，在他坐不住、咬嘴唇、转眼珠的时候，你能够断定他在为某事紧张——即使在你看来，他根本不会为这种事紧张。“知道”习惯动作和“摸清”习惯动作不同。仍然举上边的例子，一个人急得抓耳挠腮，你能够判断他很着急，但不要直接判断出他没办法，也许他只是急惯了，什么事都要抓耳挠腮一番，其实心中早有应对办法。“知道”很浅显，“摸清”需要反复观察，只有“摸清”，才能得出正确答案。女人在观察别人的表情时，也需要时时控制自己的表情。女性最佳的表情状态应该杜绝“负面表情”，特别是不要把厌恶挂在脸上，如果你真的讨厌一件事，大不了面无表情。还要避免“夸张表情”，一个表情幅度过大的女人常常让人觉得太过大大咧咧，不细腻。微笑，有点疑惑的注视，歪着头等待，低头抿起嘴，这些表情则会为你的魅力加分。喜欢还是讨厌，表情告诉你真相

张爱玲的小说《倾城之恋》中，有个场景很让人玩味。女主人公白流苏陪着自己的妹妹宝络去相亲，认识了男主角范柳原。张爱玲将这个场景写得很隐晦，但通过书中其他人的叙述，我们不难看出白流苏是个多么敏锐的女人。范柳原首先带相亲对象去看电影，为的是看几个小时后，女

《拿来就用的女人读心术》

人脸上出油了，变成什么样子，是否天生丽质。然后又去吃饭跳舞，这个时候，他先问宝络会不会跳舞，大家闺秀出身的宝络自然不会，然后，范柳原又去问他早已注意到的白流苏。就在这个细节上，白流苏意识到范柳原对自己有兴趣，他根本瞧不上宝络。于是，她顺水推舟地接受了范柳原的邀请。一次，两次，三次，她看到对方的表情，心中已然十拿九稳，《倾城之恋》这个故事得以开始。在绝大多数时候，女人非常在意自己在别人眼中的形象，特别是自己是否让人喜欢。只有极少数的女人完全不在乎他人的看法。对方究竟喜欢还是不喜欢，成了女人们冥思苦想的问题。你可以说女人太在乎别人的眼光，但是，对于一个爱自己的女人来说，在意自己的形象不是错误。即使对方掩饰了自己的情绪，她们也有办法通过表情观察对方的喜恶。而且，女人特别想要知道对方心里的真实想法，比如，面对同样一件事，别人的真实感受是什么样？面对一个工作计划，同事们究竟有多少赞同成分？面对自己做的事，身边的人到底满意还是敷衍？女人在乎他人的喜乐，有时并不是为了自己，也是希望从他人的真实想法中得到提示，让他人更加满意，也让自己舒心。这就要求女人懂得察言观色。察言观色是女人与生俱来的本领，对大多数女人而言，感性多过理性。有些女人眼光“透”，从一个人的外在看透内在，这是上了年纪的女人；有些目光“毒”，从言谈举止就能看穿目的，一针见血，这是有脑子的人；还有些目光“灵”，从一个人的外在大体推断出他说话、做事的意思，这样的女人大多蕙质兰心，温柔体贴。那么，如何从别人的“颜”与“色”上，推断对方的真实心情呢？

- 1.代表愉悦的举动 代表一个人对另一个人或事有兴趣，最大的表现是眼睛睁大，有的时候嘴巴也会张开；与礼貌性的微笑不同，人在开心的时候，脸颊会鼓起来，笑得“开了花”，每一个线条都是舒展的；在动作上，手脚透露的是有节奏的愉悦，有的时候，对方甚至会手舞足蹈。如果察觉到他人的愉悦，女人不妨更多地展示自己，不论是优点还是小缺点，在对方愉悦的情况下，都很容易接受，认为优点很可贵，缺点很可爱。但要注意，如果是初次交谈，不要谈个没完没了，要找个合适的时候主动结束，这样才会让对方不能在一时之间摸透你，在这种神秘感的作用下，对方会觉得你更加迷人。
- 2.代表不耐烦的举动 很少有人会把不耐烦挂在脸上，即使已经在心中嘀咕了一百遍，为了礼貌，人们还是会表现出微笑，但是，肢体上却会显露出不耐烦的信号。比如，半天不说一句话，说明已经走神；前后摇晃椅子，表示想要驱散心里不快；转移话题，表示对你说的话根本不感兴趣。如果一个人对你态度已经上升为“不理不睬”，你就该回想一下你们交往的每个细节，检讨自己的失误。能让一个人完全不理睬你，也不是件容易的事。
- 3.代表厌恶的举动 不论是轻视还是鄙夷，厌恶的表情都是轻微却容易察觉的。当一个人心存厌恶的时候，他的面部肌肉会微微收缩，导致鼻子周围到眼角都起了细纹，有时候是轻蔑地扬一下嘴角。看到这种表情，你可以断定你的某句话或某种行为引起了对方的反感，这个时候千万不要试图寻找更多话题，在一个厌恶你的人看来，你做什么都是错的，说多错多，不如礼貌结束话题，让场面“冷”下来，保持一定距离，这样才不会让对方的厌恶情绪加深。等到一段时间的接触观察后，对方对你有了改观，这时候才适宜重新接近。
- 4.表示好奇、亲近的动作 人的感情复杂，并不是除了“喜欢”就是“讨厌”，在两者之间还有很大空间，这时候，人们好奇、试探，想要彼此了解。比如，当一个人的身子向你微微倾斜，当他偏着脑袋听你说话，当他伸着脖子朝向你，这都说明你已经成功引起了他的注意，这时候一定要争取留下更好的印象，让他的感觉向“喜欢”进上一步。女人和别人相处，最忌讳的就是自以为是。有些女人自我评价甚高，打心底里认为没有人会拒绝和自己来往，因为自己漂亮、聪明、优秀……但没有一个女人能得到所有人的喜欢，如果你用这种高傲的态度和人接触，只会让那些对你不感兴趣的人心生反感。而太过保守的女人，谁也不接触，显然也不符合现代社会的需要。所以，了解对方是不是喜欢你，才能让你和他人的交往“循序渐进”，每一个步骤“恰到好处”。

难色上了眉头，愁事便心头。南宋朝才女李清照是中国历史有名的女词人，年轻时，她有一段幸福的婚姻生活，和丈夫赵明诚相敬如宾，浓情蜜意。有一次，赵明诚去外地办公，李清照独守空闺，写了一首《一剪梅》，思念远方的丈夫：“红藕香残玉簟秋。轻解罗裳，独上兰舟。云中谁寄锦书来？雁字回时，月满西楼。花自飘零水自流，一种相思，两处闲愁。此情无计可消除，才下眉头，却上心头。”因为缠绵的诗境，流利的词句，以及形象的描写，每当后世的人被忧愁缠绕时，总会想起千年前那一句：“才下眉头，却上心头。”自古以来，人们在为某些事发愁，因某些事痛苦时，表情并没有太大改变，不论是皱眉还是叹气。当人们心中有苦恼，却没有办法排遣时，这种情绪自然而然就会表现在人的脸上。人们很难掩饰所有负面表情，要了解他人的忧愁和痛苦，并不是一件难事。也有人认为，把自己的痛苦表现出来，是一种无能。他们试图让自己在任何时候都表现得镇定自若，似乎没有什么事压得倒他们。这样的人倔强，有时候也有点逞强。即使他们竭力表现自己的冷静，竭力露出和平常一样的笑容，别人也会看出他们的“不高兴”。女人与他人交往有

《拿来就用的女人读心术》

很多优势，最大的一个优势就是对他人的苦闷有天生的体察能力，很少有女人能大大咧咧到连别人的痛苦都看不出来的程度。一来她们本身就留心观察别人的心情；二来她们自己也常被烦恼占据心灵，有“同类触觉”。看出别人的痛苦后，她们往往选择体谅、宽容，这就无形中提高了个人形象。那么，如何一眼就看出别人在痛苦呢？

《拿来就用的女人读心术》

编辑推荐

《拿来就用的女人读心术》编辑推荐：瞬间看透你周围的人！教你迅速掌握女人独有的优势心理策略，让你永远拥有强大的心理资本！金牌女性心理课、女人设计人脉、掌控他人，必用的心理操纵，简单、有效、拿来就用、一点就通！女人的生存智慧。如果你没心计、不设防，善良但总受伤、单纯但总被欺骗，那你毫无疑问，必须读！

《拿来就用的女人读心术》

精彩短评

- 1、看看目录就可以
- 2、很好！值得大家读一读！
- 3、既然是心理学方面的书，但是感觉还是差了一点，不够深入人心吧

《拿来就用的女人读心术》

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:www.tushu111.com