

《不说我也知道你想干什么（察行观色3秒钟洞悉对方心理，破解身体语言，随心所欲读懂人心！）



书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2013年07月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787807245773

编辑推荐

你是否曾有过在聚会中，碰到有人好像熟人般向你打招呼，而你却不认得对方的经历？不出片刻，无论你的声音装得多自然，对方还是会发现你根本一无所知。这可不是开始会议、婚宴或同学会的好方法。如果你对身体语言有些微了解，你就能轻易使对方相信，你真的认得他(她)。假如你对身体语言有更多的了解，就能迅速让对方感到自在，甚至愿意吐露内心的想法，使你在之后的对话或协商场合中明显获得主动。想瞬间掌握人心吗？想拥有好人缘吗？想揭开恋人心灵的面纱吗？想避免尴尬的场面吗？想让自己魅力四射吗？那就赶快翻开本书，掌握里面所介绍的“察行观色3秒钟洞察对方心理”的方法。

更多好书：



内容简介

你是否希望：在办公室中备受同事们的欢迎；在聚会中，有你在的地方总是笑声不断；在面试时，迅速发现主考官的喜好；在业务中，成为炙手可热的销售冠军、沟通专家和谈判能手；在茫茫的人海中，迅速找到你的真爱；在朋友的心目中，你是他们最知心的伙伴.....

在一个人的脸部表情、身体四肢的动作中，说话者的情绪往往无所遁形，只要你懂得“阅读”身体语言，就能轻松破解别人的心理密码！

本书提出名为R.E.A.D.的系统，包括审视、评估、分析、判断四个环节，帮助人们观察和理解每个人的身体语言，并以前美国总统比尔·克林顿和主演《加勒比海盗》系列电影的当红明星约翰尼·德普等为例，搭配简单易懂的说明，帮助读者成功洞察别人的心，从而成为善解人意、备受欢迎的人气王！

作者简介

格里高利·哈特莱

哈特莱先生曾以审讯专家的身份活跃于军事领域，因出色表现不断受到军方表彰，包括2次军功奖章、5次军事评论奖章、4次军事成就奖章、国防奖章、东南亚服役奖章以及解放科威特奖章。

哈特莱经常被“福克斯新闻”、CNN、《华盛顿邮报》、《明镜》等著名报刊及电视媒体邀请撰写专栏及提供嘉宾分析，并有包括畅销书《如何识破骗子》等多部著作出版。同时，哈特莱为多家全球性公司提供心理咨询和培训服务，受到客户的广泛好评。

玛丽安·卡琳奇

卡琳奇女士毕业于华盛顿的美国天主教大学，获得演说兼戏剧的学士、硕士学位。曾经营专业剧团，并为华盛顿特区的艺术、教育计划筹募善款。她是9本书的作者，其中包括她与哈特莱合著的另一本书《如何识破骗子》。

目录

序言 让你人气直升的关键30秒

第一部分 身体语言——比说话还有用的沟通方式

第一章 如何成为读懂身体语言的专家

别迷信专家和电视

专家有哪些秘诀

第二章 文化对理解身体语言有着巨大的外在影响

习俗与社会典范对身体语言的影响

新文化对身体语言的冲击与改造

第二部分 R.E.A.D.——帮助你迅速读懂身体语言

第三章 R：从头到脚的审视

全球通用的身体语言

前额

眉毛

眼睛

第一部分 身体语言——比说话还有用的沟通方式

别迷信专家和电视

第二章 文化对理解身体语言有着巨大的外在影响

新文化对身体语言的冲击与改造

第三章 R：从头到脚的审视

前额

眼睛

鼻子

下巴

四肢

口头声音

产生误解的原因

象征姿势

调适姿势

反映姿势

第五章 E：身体语言要从整体来理解

姿态

动作

应用

性别

阻隔姿势

文化

羞辱所扮演的角色

第七章 A：你对自己了解多少

语言：意志的奴仆

非语言：听从心智的控制

基准判断守则

影响来龙去脉的要素

第三部分 应用技巧——读懂身体语言的捷径

身体语言的策略模型

安·寇特(AnnCoulter)

尼克松、肯尼迪VS历史记忆

混合的信息

第九章 一般人的常见姿势

规约姿势

阻隔姿势

距离

对压力进行管理

第十章 让身体语言帮你在商场上成功

绝不公开争论并落败

推销员

处理高压状况

有承诺的感情关系

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

别迷信专家和电视 电视里的警察、侦探抓坏人的能力近乎于神通。对他们来说，各种线索会在黑暗中发光，或从屋檐上掉下来。当他们审讯嫌犯时，能凭其身体语言确定罪行。有特写镜头的帮助，再加上导演呈现的时机与方法，你能看出聪明绝顶的警探发现了什么破绽——但却不一定知道为什么。嫌犯说话时揉着腿(借着在别处使力，好释放压力)、看受害者照片时，瞳孔缩到极小(照片再度引发对受害者的怒气)，还有干燥的嘴唇(也表示了强烈愤怒)，都在聪颖的警探心中综合出真相，但在你眼里都只是种感觉，仿佛这名嫌犯是个情绪化的人。当然，这些演员是按照剧本演出，因此他们知道潜在含义，不论编剧的诠释正确与否。真相通常更奥妙，而且难以解读。人类的辅助行为极其复杂，所以很少有编剧、导演和演员能结合创意与经验，做出正确的诠释。

《法律与秩序：犯罪倾向》和《结案高手》是两个绝佳范例，说明身体语言专家能在与人的互动中，收集到多少实质信息。在《法律与秩序：犯罪倾向》中，文森·多诺夫饰演警探罗伯特·戈伦，TV.com频道曾贴切地形容他是“聪明得异乎寻常的凶案组警探，有历练丰富的直觉，与犯案对手们配合无间”。这种说法当然略嫌美化，除了影视剧的警探以外，大概没人能达到这种程度。

在某一剧集中，凶手是连环杀手，警探戈伦不只阅读身体语言，还利用身体动作与情绪的相互作用加以操控。他在嫌犯家中貌似轻松地提问，刻意将头偏向左方。嫌犯做出自然反应——但并未意识到自己正在“回应”警探的姿势——将头偏向右方。我们会用力向右看，或用力将头朝右偏，来反射或表达情绪。看看葬礼中的人，他们的视线往右低垂，头有时也会往右垂下。虽然有些临床心理学家不同意我的看法，不过我从观察中得知，通过这种反射技巧“强迫”做出情绪性的身体语言，的确能逼一个人进入情绪状态。这就是警探戈伦的手法，嫌犯出于本能反应而表现出的身体语言，让他进入情绪状态，卸下防备，最后乖乖招供。

我的学生都看过类似节目，自认已知道许多窍门。他们都是军事与行政部门中的杰出审讯人员，经筛选后参加我的课程，因此他们走进教室时，心中暗想：我的能力已经很强了，所以哈特莱要教的，我大部分都知道了。

我问学生他们对身体语言的了解。

他们通常会举出约翰·特拉沃尔塔在2003年主演的《特种部队》，说电影“教”他们，一个人如果往右上方看，表示在说谎。我说这是骗人的。像这种根据单一身体语言所做的泛论，通常不具有太大的意义，除非这个动作与其他因素互有关联，或者你已经知道对方的标准，能确定哪些属于他的正常行为，否则你无法只根据眼睛的动作，就判断对方是否在说谎。如果你想“读懂一个人”，就必须读完全部内容，而非章节标题而已。

《法律与秩序：犯罪倾向》和《结案高手》是两个绝佳范例，说明身体语言专家能在与人的互动中，收集到多少实质信息。在《法律与秩序：犯罪倾向》中，文森·多诺夫饰演警探罗伯特·戈伦，TV.com频道曾贴切地形容他是“聪明得异乎寻常的凶案组警探，有历练丰富的直觉，与犯案对手们配合无间”。这种说法当然略嫌美化，除了影视剧的警探以外，大概没人能达到这种程度。

我的学生都看过类似节目，自认已知道许多窍门。他们都是军事与行政部门中的杰出审讯人员，经筛选后参加我的课程，因此他们走进教室时，心中暗想：我的能力已经很强了，所以哈特莱要教的，我大部分都知道了。

他们通常会举出约翰·特拉沃尔塔在2003年主演的《特种部队》，说电影“教”他们，一个人如果往右上方看，表示在说谎。我说这是骗人的。像这种根据单一身体语言所做的泛论，通常不具有太大的意义，除非这个动作与其他因素互有关联，或者你已经知道对方的标准，能确定哪些属于他的正常行为，否则你无法只根据眼睛的动作，就判断对方是否在说谎。如果你想“读懂一个人”，就必须读完全部内容，而非章节标题而已。

有些误解甚至来自人类行为模式的“专家”文献。让我们一起来看看下列句子：“在73%的例子中，一个人将双手指尖交互搭成塔状，都表示自信”，因此得出结论，认为这类姿势意义都一样——不论是朝上、朝下，还是朝旁边搭。实际上并非如此，你很快就会明白这点。

就算这些学生上过基本的身体语言课程，依然会让先人为主的立场干涉眼前的观察，往往要到面临类似结业测验的假想状况，发现自己无法正确找出敌人时，心态才会有所转变。

你和两名部队成员踢开门，发现房间里有五个人在吃晚餐——一名中年伊拉克男子以及两对伊拉克夫妇。每个人的外表和衣着看起来都像伊拉克人，均操伊拉克方言。你只有一小时决定谁是恐怖分子，并把那个人带回部队。

你一面以眼角余光注意他，一面盘问他妻子。她似乎是位单纯的女性，回答问题都很直接，明显憎恨美国人。由于白天无处可去，她整天都在家和孩子们看电视。农庄有卫星电视，所以她不只能看新闻，也能观看美国犯罪剧集与过量的电视节目。这让她得出结论，美国有一大堆不道德又疯狂的人。她朝你以及两名士兵吐口水，她丈夫在旁以手势要她闭嘴坐下。

你问了一堆标准问题，比如“你在哪里出生？住在这里多久？”，你和两名军人所用的策略是提问，好让这些人走漏与别人有关的信息。你紧紧追问那位直言不讳的反美女性，指出显然只有她有反美意识。

具备出色身体语言的学生会注意到三个显著事实。第一，电器维修员

的妻子在说“问她！”时，以指控性的方式指着妯娌。第二，那名女子走动的方式显示出，她最近才开始再次穿着伊拉克服装。长期穿裤装的女性会大步走路，但长期穿着裙装、终生都在传统伊拉克女性群体生活的女子不会。第三，羊农的妻子直接上前面对盘问者，这并非伊拉克女性的典型行为。她能和男性面对面交谈，显示出西方女性拥有的独立性。

这个故事的意义是：别根据自以为真实的事物妄下论断。观察并倾听逻辑上能互相佐证的线索，避免寻找的资讯嵌进你预设的框架。

他看起来很可怜，但他呼吁对美国民众采取暴力手段，是一个彻头彻尾的恐怖分子。

[显示全部信息](#)

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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)