

# 《男人那点想法女人那点心思》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2015年03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：9787517110897

## 编辑推荐

本书带你了解男人的想法，明白女人的心思，开启彼此的幸福之路

## 内容简介

男人的那点想法，其实就是男人不希望被人看透，通过各种表情和语言来掩饰自己内心的想法；女人的那点心思，就是渴望被人欣赏，通过各种行为和习惯来展示自己的优雅和性格。

本书就是从这两个方面出发，为读者更好地解读男人和女人的内心。让读者对男人和女人都会有一个全新的认识！

## 作者简介

赵凡，中国人民大学毕业，自由作家。已出版作品十余部，作品语言优美、故事动人、风格多变。代表作有《你可以不生气》《别跟自己过不去》《大智若愚术》等，作品多次登上全国各地畅销书排行榜。

## 目录

### 第一章 男人的表情，他们的想法

有一句话说得好，一千个人中就有一千个哈姆雷特。世界上没有两片完全相同的树叶，人也一样。看男人，主要是看他们的表情，很少有男人能在细微的表情上骗人的。所以说，读男人，读的就是他们的微表情，从微表情来看他们的心。

男人的表情，内心的镜子

识人才能善用

一张男人脸，一群男人心

天下无难事，只要读懂他

男人很简单，颦笑皆学问

从观色到读心，事事都顺利

读人之关键，培养洞察力

### 第二章 男人的言谈，他们的想法

言为心声。言谈是一个人内心思维的外在表现，它集中反映了一个人的性格特征、心理特点、思维方式、行为模式等。因此，要理解他人内心的心理密码、读懂他人内心，

必须首先掌握从言谈读懂他人的能力。

口头禅——他的特色 第一章 男人的表情，他们的想法有一句话说得好，一千个人中就有一千个哈姆雷特。世界上没有两片完全相同的树叶，人也一样。看男人，主要是看他们的表情，很少有男人能在细微的表情上骗人的。所以说，读男人，读的就是他们的微表情，从微表情来看他们的心。男人的表情，内心的镜子识人才能善用  
一张男人脸，一群男人心天下无难事，只要读懂他男人很简单，顰笑皆学问

从观色到读心，事事都顺利读人之关键，培养洞察力第二章 男人的言谈，他们的想法言为心声。言谈是一个人内心思维的外在表现，它集中反映了一个人的性格特征、心理特点、思维方式、行为模式等。因此，要理解他人内心的心理密码、读懂他人内心，必须首先掌握从言谈读懂他人的能力。口头禅——他的特色三句不离本行，他的生活经验说话方式的“心理暗示”常常使用幽默的人，性格各不同

抑扬顿挫之间，他的性格自然体现谈话体现的“本性”言语辨析法让我们知他识他  
第三章 撒谎的他，你会发现吗一个人的手指、手、手臂、腿以及它们的动作，都会泄露这个人内心真正的情感。我们大部分人没有意识到自己的身体会说话，但其实当我们试图用语言欺骗别人的时候，真相已经悄无声息地显现出来了。会“说话”的瞳孔  
他的撒谎的眼神喜欢摸鼻子的他说谎的他抓耳挠腮说谎的细节要注意

说谎的他的语言特征细微观察，你会拆穿他第四章 男人的心理，藏在细节中现在非常流行的一句话是“细节决定成败”。不管做什么事情，都必需注重每一个细节。每一件事情都是由每一个小小的细节构成的。对于分析男人的心理活动，也是同样的道理。一个人说话的时候不注意细节的话，自己的想法就很容易被识破。四分钟印象和第一印象  
正常不正常，细节告诉你不要被假象迷惑了眼睛识人的“五、六、七”法

看透男人，只需三种策略第五章 他的习惯，你的发现 俗语说：窥一斑而知全豹，一叶落而知天下秋。生活习惯能够体现一个人的品质、气度和修养。举手投足、践言践行与深思熟虑是细节的具体体现，而生活格调、文化素养与价值追求则是这些平日里一言一行背后的根源。日常动作也是一种性格刷牙姿势也是一种性格洗澡习惯也是一种性格  
进餐仪容也是一种性格开车习惯也是一种性格饮食习惯也是一种性格三种习惯来识性格

第六章 女人的爱美之心，从她的着装开始 俗话说，爱美之心，人皆有之，对于女人来说尤其如此，女人对服装往往很偏爱，在她们的内心之中，她们希望自己所穿的服装能够最大程度地表现自己的气质，从而得到他人的欣赏！穿衣搭配的X档案

穿出自己的色彩搭配根据身材搭配服饰服饰与环境融合职业套装也精彩腿形决定裙形  
穿分裤的学问穿出旗袍风采冷静面对时尚热潮第七章 女人的时尚之心，从她的饰品开始  
时尚是做精致品位女人必备元素，饰品是缠绕在女人颈间、指世间千世情缘。在女人的潜意识中，她喜欢用饰品衬托美丽。无论是低调复古还是彰显奢华配饰都会被女人拿来作为自己身体的一部分，从而满足自己对时尚的追求。饰品：诠释出女人的好品位  
项链：灵动的美手镯：尽显女性特色风情眼镜：戴出别样的漂亮

披肩：披出来的别样风情丝袜：柔软女人的贴身情人鞋子：始于足下的贵气  
香水：女人的隐形品位丝巾：让女人风情款款第八章 女人的社交之心，从她的微笑开始  
现代社会离不开交际。而在社交场上，女人愈来愈多地成为这个场合的“主角”，微笑永远都是取得信任的第一把“钥匙”。充满自信与优雅的微笑，永远都是女人美丽的“霓裳”。有双会传情的眼睛声音比思想更重要优雅是最美丽的衣裳

幽默的女人到处受欢迎禁忌在心，方可优雅第九章 女人的职场之心，从她的为人开始 女人天生心细，职场上的她们尤为如此，在职场上，她们能够在为人处事上很好地表现出

自己的能力，在工作当中她们也能不放过任何一个细节。总之，女人会用自己特有的方式来工作和待人。像爱老公一样爱工作不计报酬，报酬更多学会与男同事相处与女同事相处的学问成功应对职场“骚扰”好酒也怕巷子深姜并不总是老的辣要给别人台阶下以柔克刚真精彩灵活运用提高身价的各种途径第十章

女人的形象之心，从她的保养开始都说“人靠衣裳马靠鞍”，对于女人来说也是一样，但女人想要拥有一个好的形象，除了适合自己的衣裳，还要时时刻刻保养自己的身体，在女人的心中，皮肤的保养和美容是跟衣裳同等重要的，甚至比衣裳还要重要。真正的美丽肌肤是由内而外的不同类肌肤的护理要点洗脸是美丽肌肤的重要环节不同年龄段的皮肤保养良好的睡眠是美肤的必要条件给纤纤细手柔软的呵护让秀发轻舞飞扬用好化妆品的先后顺序给眼睛一点迷人魔力画“眉”点睛，给你眉清目秀让鼻子突出你的美丽“唇唇”欲动，风情无限随时随地为肌肤补水卸妆比化妆更重要

[显示全部信息](#)

## 前言

俗话说：男人如山，女人如水。山有山的巍峨，水有水的柔美。男人像山一样深沉，女人像水一样柔美。

在人们的印象中，男人似乎都是大大咧咧，不拘小节。可是人们忽略了男人的内心，男人的内心是很复杂的，你都无法捉摸他在想什么，要做什么。可是，表情可以暴露他们的内心。一个眼神，一种姿态都是他们内心真实的反应。所以说，男人的心思不想让你猜，其实你也能猜懂。

女人如水，有一首歌叫《女孩的心思男孩你别猜》，其实，女人的心思很简单，就是渴望被别人欣赏。所谓“爱美之心，人皆有之”，女人天生爱美，她们都希望自己表现出来的美丽能够被别人肯定，能够为别人所赞赏。

所以说，男人的那点想法，其实就是男人不希望被人看透，通过各种表情和语言来掩饰自己内心的想法；女人的那点心思，就是渴望被人欣赏，通过各种行为和习惯来展示自己的优雅和性格。

本书就是从这两个方面出发，为读者更好地解读男人和女人的内心，让读者对男人和女人有一个全新的认识！

## 媒体评论

2015年度最受读者欢迎的两性“幸福对话”，让婚姻和恋爱变得更加完美的情感“圣经”！

## 在线试读部分章节

大家都知道《三国演义》中有一个非常著名的计谋叫“空城计”，但你作者去全面了解诸葛亮和司马懿的暗中配合之后，才写出这出精彩华章。

诸葛亮和司马懿，这对谋略上势均力敌的高手，一个在墙城之上，一个在墙城之下，用心机对峙着。诸葛亮知道司马懿一眼就能看穿他的虚张声势，但诸葛亮更知道司马家族和曹氏家族的冲突，倘若司马懿击败了诸葛亮，就破坏了三国鼎立之势，然而司马家族的羽翼未丰，最后难逃鸟尽弓藏的下场。当年帮刘邦打天下的韩信最后不也落的这么一个下场吗？精于军事的司马懿当然知道这些。就因为诸葛亮的存在，让司马懿有了丰满羽翼的机会，对付诸葛亮，曹丕还必须倚仗司马懿，如果没有了诸葛亮，曹丕就没了后顾之忧，不需攘外，安内是必然之举，那一刻，司马家族就没有了容身之地。因此，在平静的表面背后，两个对手心中波澜起伏，诸葛亮一生谨慎，判断司马懿不会下手，也才敢下这着看似冒险之棋。当司马懿的儿子提醒说，诸葛亮在使诈，城中必无伏兵，心知肚明的司马懿立即打断他的话，男人的表情，他们的想法以“诸葛亮一生谨慎”的话，搪塞过去了。机智的司马懿从诸葛亮平静的表情上领悟到，这是诸葛亮用谋略和他合唱的一出双簧戏，这出戏，若不是大智大慧的两个谋略高手，绝不可能唱得如此之好。

在人类的心理活动中，表情是最能反映情绪表面化的动作，如果凭面部表情来推测和判断一个人的性格，大致上是有相当的准确性的。

一个人的表情是其内心活动的写照。透过表象窥探心灵的律动，把握情绪变化的尺度，了解感情互动的根源，表情就是传递这种信息的显示器。当人们与他人交往时，无论是否面对面，都会下意识地表达各自的情绪，与此同时也注视着对方做出的各种表情，正是这种过程，使人们的社会交往变得复杂而又细腻深刻。如下这些“脸语”是比较容易读懂的：蹙眉皱额表示关怀、专注、不满、愤怒或受到挫折等情绪；双眉上扬、双目张大，可能是表现惊奇、惊讶的神情；皱鼻，一般表示不高兴、遇到麻烦、不满等。

愉快的表情的特点是：

1. 嘴角拉向后方；
2. 面颊往上展；
3. 眉毛平舒，眼睛变小。

不愉快的表情的特点是：

1. 嘴角下垂；
2. 面颊往下拉，变得细长；

3. 眉毛深锁，皱成“倒八”字。

大家都知道《三国演义》中有一个非常著名的计谋叫“空城计”，但你作者去全面了解诸葛亮和司马懿的暗中配合之后，才写出这出精彩华章。诸葛亮和司马懿，这对谋略上势均力敌的高手，一个在墙城之上，一个在墙城之下，用心机对峙着。诸葛亮知道司马懿一眼就能看穿他的虚张声势，但诸葛亮更知道司马家族和曹氏家族的冲突，倘若司马懿击败了诸葛亮，就破坏了三国鼎立之势，然而司马家族的羽翼未丰，最后难逃鸟尽弓藏的下场。当年帮刘邦打天下的韩信最后不也落的这么一个下场吗？精于军事的司马懿

当然知道这些。就因为诸葛亮的存在，让司马懿有了丰满羽翼的机会，对付诸葛亮，曹丕还必须倚仗司马懿，如果没有了诸葛亮，曹丕就没了后顾之忧，不需攘外，安内是必然之举，那一刻，司马家族就没有了容身之地。因此，在平静的表面背后，两个对手心中波澜起伏，诸葛亮一生谨慎，判断司马懿不会下手，也才敢下这着看似冒险之棋。当司马懿的儿子提醒说，诸葛亮在使诈，城中必无伏兵，心知肚明的司马懿立即打断他的话，男人的表情，他们的想法以“诸葛亮一生谨慎”的话，搪塞过去了。机智的司马懿从诸葛亮平静的表情上领悟到，这是诸葛亮用谋略和他合唱的一出双簧戏，这出戏，若不是大智大慧的两个谋略高手，绝不可能唱得如此之好。在人类的心理活动中，表情是最能反映情绪表面化的动作，如果凭面部表情来推测和判断一个人的性格，大致上是有相当的准确性的。一个人的表情是其内心活动的写照。透过表象窥探心灵的律动，把握情绪变化的尺度，了解感情互动的根源，表情就是传递这种信息的显示器。当人们与他人交往时，无论是否面对面，都会下意识地表达各自的情绪，与此同时也注视着对方做出的各种表情，正是这种过程，使人们的社会交往变得复杂而又细腻深刻。如下这些“脸语”是比较容易读懂的：蹙眉皱额表示关怀、专注、不满、愤怒或受到挫折等情绪；双眉上扬、双目张大，可能是表现惊奇、惊讶的神情；皱鼻，一般表示不高兴、遇到麻烦、不满等。愉快的表情的特点是：1. 嘴角拉向后方；2. 面颊往上展；3. 眉毛平舒，眼睛变小。不愉快的表情的特点是：1. 嘴角下垂；2. 面颊往下拉，变得细长；3. 眉毛深锁，皱成“倒八”字。

自然可以具体化一些，比如：眉——有心理学家研究，眉毛可有20多种动态，分别表示不同感情。汉语中常用词语有：“柳眉倒竖”（发怒），“横眉冷对”（轻蔑、敌意），“挤眉弄眼”（戏谑），“低眉顺眼”（顺从）。宋代词人周邦彦有一句词：“一段伤春，都在眉间。”这是因为一个人眉间的肌肉皱纹较为典型地体现出他的焦虑和忧郁，即眉头紧锁，而一旦眉间放开、舒展，则是心情变得轻松明朗的标志。鼻——鼻子的表情动作较少，而含义也较为明确。厌恶时耸起鼻子，轻蔑时嗤之以鼻，愤怒时鼻孔张大，紧张时鼻腔收缩，屏息敛气。嘴——嘴部的表情主要体现在口形变化上。伤心时嘴角容易下撇，欢快时嘴角会提升，委屈时通常噘起嘴巴，惊讶时伴有张口结舌的动作，忍耐痛苦时常常是紧咬下唇。所以，嘴唇的曲线能敏感而自然地暴露内心活动。人们一般可以从面部发生的不同表情和动态中，窥探到对方的性格特征和真实意图的大致面目，把这种表情细致地描述出来，大概有如下几种情形：当一个人正在工作时，忽然沉默下来，而且，很明显地露出不愉快的表情。那么这种人在危机的状况下，极难承受得起精神上的负荷。他属于欲求不满而又缺乏耐性的人，对于事态的发展，无法应付自如；在实际生活方面，他根本就缺乏坚强的性格；如果是在逆境的情况下，他就会立刻表现出软弱的本性。这是一种失衡的表情，由于内心的冲突，使他的面部表情失去原有的平衡。对于一般人而言，佯装出一种与感情不符的表情，是一件非常不容易的事情，因为内心的活动，会造成他脸部肌肉发生连锁反应，表情的变化随之而产生了。如果某个职员不满公司主管的言行，却只能敢怒不敢言，只好装出一副毫无表情的样子。而事实上，不管这人如何压抑那股愤怒的感情，内心的不满依然很强烈，如果仔细观察他的面孔，你会发现他的脸色有不对劲的地方，或出现令人瞩目的僵直的面孔。还有两种可能造成毫无表情的情形。一种是漠不关心，另一种是根本没有放进心里去。当然，这种表面上的情形，也可能意味着他对人非常关心，而是不愿让人轻易地看出来。有一种脸上的表情跟内心的情绪恰恰相反，但从面部肌肉的运动所呈现喜悦的表情来看，是笑的范畴。原因在于愤怒、憎恨、悲哀等感情能够从面部表现出来，很容易成为阻碍正常社会活

动的因素，所以人们都竭力设法压抑这种负面的感情，而尽量表露出喜欢或笑容满面的正面表情。所以在现实生活中，人们总是喜欢正面角色，而讨厌反面角色，就是这个原因。人的喜怒哀乐，是通过脸部的活动来表达的。很少有人注意过人左右脸的变化并不是对称的，表情先是由左脸开始的。一位美国学者沃尔夫对人的面部表情做了深入的研究后，指出，人的脸部在表达情绪时，左边要比右边变化来得强烈。论文发表后，美国宾夕法尼亚大学心理系三位心理学家随即找了86个不同性格的人，进行了一系列实验，结果证实了沃尔夫的论断：人面部表情左右不对称，表情变化是通常先由左脸开始的。这是由于左脸是由大脑右半球所控制的缘故。大脑右半球通常和外界有着直接的联系，不必通过言语作为媒介（言语是由左半球控制的），因而左脸的表情要比右脸来得快，来得强些。这就是说，人的大脑分为两半球，发自内心的感情通常由右脑控制，却具体反应在左脸上；而左脑则专司理智性感情（经过克制和伪装的感情），然后反应在右脸上。因此左脸的表情多为真的，右脸的表情有可能是假的。若想知道对方的真实感情，必须强迫自己去观察对方的左脸。透过他人的面部表情，你可以得到如下信息：1. 表情反映心态。表情会因很多因素的不同而有差异，比如，性别、年龄、文化等。但是，一般来说，单一的表情还是容易判断的，最难于判断的是有几种表情同时出现在一张脸上。另外，一些外部因素也会给判断情绪带来困难。使判断复杂化的因素包括：先前是否见过要判断的脸，综合背景环境线索，判断者的情绪状态，被判断者的面部特征，观察面部的具体方法。表情是情绪的晴雨表，通过表情，可以观察到与我们交谈的人言语之外的反应。眉飞色舞、笑逐颜开，标志着谈话气氛非常融洽；怒目而视、左顾右盼，则说明谈话的气氛不好。一些细微的表情变化，也可以提示我们对方是否对话题感兴趣，是否愿意继续下去。比如，眼神的朝向可以提示对方是在倾听、思考还是漠不关心，嘴唇紧闭提示对方要下决心，青筋暴露说明对方马上就要发怒，该采取应急的措施了。2. 从表情推断人物性格。不同性格的人，在同一情绪下的表情可能不同：遇到高兴的事情时，开朗的人可能开怀大笑，一个腼腆的人则可能仅仅抿嘴笑笑，而一个抑郁的人可能只露出一丝苦笑。经常面带笑容、面部肌肉自然放松的人，他的心态一般比较稳定、平静、开朗；而经常愁眉苦脸、面部肌肉紧张的人，他的心态往往不太稳定，可能心胸狭窄、脾气暴躁。由于面部表情由面部肌肉的活动形成，肌肉活动会在脸上形成各种表征，比如皱纹等。久而久之，这些表征就会刻记下来，成为永久的表情，这些永久的表情会向外界透露出本人性格方面的某些东西。3. 表情能帮助人们在交谈时去伪存真。由于各种各样的原因，人们在进行言语交谈时并不一定完全说出自己的真实想法，这样一来，交际的质量就会大打折扣。这时候，表情可以帮助交际的双方正确理解各自的真实意图。因为多数表情是生理性的，可以不受意志支配，当一个人想隐瞒真相时，就会使有声语言偏离真实的意图。但是，这时候表情就可能背叛他，把被有声语言掩盖的事实揭露出来。比如，当雇员对老板不满时，虽然嘴里说着得体的话，脸上却会露出不满的表情，或者至少是被掩盖的。除了有声语言会掩盖真情之外，人们还会使用表情来掩盖真实的感受或意图。比如，有的人在谈论自称是让他快乐的事情时，脸上露着欣慰的笑。但如果他的感受是假的，很可能会有另一种别的什么表情飞快地掠过脸上，或者仅仅体现在眼睛里。这种短暂的表情称为瞬间表情，它是被蓄意隐藏了的，但是，随时会跳出来揭穿它的伪装。

[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)