

<<每天10分钟学点读心术>>

图书基本信息

书名：<<每天10分钟学点读心术>>

13位ISBN编号：9787111377467

10位ISBN编号：711137746X

出版时间：2012-4

出版时间：机械工业出版社

作者：邓明明

页数：192

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>

## <<每天10分钟学点读心术>>

### 内容概要

本书为繁忙的现代人量身定做，在保证系统性，知识性的同时。  
将读心术的内容尽可能简单化  
碎片化，帮助您每天花费10分钟。  
就可以读完一个章节，并通过大量生动  
鲜活的事例以及插图。  
让您在轻松的氛围中掌握读心术的要点。

书中讲述了最常用的读心术知识，从基本表情、肢体运用、语言外表到行为习惯，配以插图，介绍了它们所代表的内在含义，并重点介绍了如何识破谎言和攻心，十分方便您拿来即用。希望本书能帮您学会用读心术去读人、识人、影响人，从而更好地工作和生活。

## <<每天10分钟学点读心术>>

### 作者简介

邓明明，心理学研究爱好者，对心理学有着极大的兴趣和深入的研究，擅长将晦涩难懂的心理知识，结合生活中有意思的事例，深入浅出地表达出来。

出版图书有：《魔鬼心理学》《破译身体语言密码》、《侧写师：用犯罪心理学破解微笑表情密码》等。

## <<每天10分钟学点读心术>>

### 书籍目录

#### 前言

#### 第1章 为什么要学习读心术

看破人心，就要学点读心术  
大脑和身体，出卖情绪的“祸首”  
读心，从进入有效空间开始  
读心术在生活中的运用

#### 第2章 基本表情读心术

##### 面部表情

真笑还是假笑  
厌恶还是顺从  
是否触动了他的心  
权力欲望是否强烈  
是否引起了他的兴趣  
是什么让他害怕  
他到底在逃避什么  
是否真的关注对方  
是否真的悲伤  
他是否值得相信  
是否在隐瞒真相  
是否欲求不满  
喜爱还是厌恶  
他是否真的相信你的话  
你的提议他是否满意  
愤怒与下决心的前兆  
没睡好还是有压力

##### 情绪表情

快乐表情，高兴从何而来  
愤怒表情，究竟有多生气  
悲伤表情，难过的心理反应  
恐惧表情，他在害怕什么  
厌恶表情，请离我远一点  
惊讶表情，你吓到对方了

#### 第3章 肢体动作读心术

##### 头部动作

他真的那么认同你吗  
他到底在掩饰什么  
是顺从还是倨傲  
头部动作显示出的性格  
面部的安慰行为

##### 躯干动作

肩膀上的快乐和紧张  
腹背肯定与腹部拒绝  
是什么使他不舒服  
不同寻常的冻结反应  
躯干纳安慰行为

<<每天10分钟学点读心术>>

手势动作

憎恶还是掩饰

他到底为什么安抚自己

他为什么羞愧

观望与保留的动作

撒谎的标准手势

藏起来的手部动作

诚恳的手掌

尖塔式手势的暗示

不安的预兆

到底在隐瞒什么

懊悔还是紧张

不自觉的厌恶手势

第4章 语言外表读心术

第5章 行为习惯读心术

第6章 测谎读心术

第7章 读心攻心术

## <<每天10分钟学点读心术>>

### 章节摘录

在人类发展的历史中，对于心理方面的探索一直没有中断，西方出现了很多心理学派，他们探究人们的心理活动，找一些志愿者做实验，做着解读他们内心活动的尝试。而科技的发展也在很大程度上促进了这一研究的深入，比如测谎仪、心理分析等工具的发展，使读心术得到更多的继承和发扬。

读心术是很神奇的，看起来的确非常吸引人。

那么，读心术到底是怎么回事呢？

除了了解读心术是人类文化一门古老的传承之外，我们是不是还可以从中学到一二，在生活中运用呢？

当然可以，你也可以用你的眼睛读懂这一切。

因为人的体态行为、表情姿势、谈话外表、行为习惯等，在某些无意识的情况下，会自然地流露出他们的真实想法，这就需要你的仔细观察、细心体悟了。

读心术是一门技术，FBI侦探都在使用这种方法。

学点读心术，一定会对你有所帮助。

大脑和身体，出卖情绪的“祸首”——情绪，是人各种感觉、思想和行为的一种综合的心理和生理状态，是对外界刺激所产生的心理反应，以及附带的生理反应，如喜、怒、哀、乐等。

人生活在一个微妙的现代世界里，为了适应这个充满竞争的世界，很多人都试图掩饰自己的情绪，渐渐地人们都变成了“没有情绪”的假面人。

那么，这些假面人的情绪，真的是一点蛛丝马迹都看得出来吗？

他们隐藏得到底有多深呢？

我们来看一卜。

大脑。

按照科学研究的说法，大脑又称端脑，脊椎动物脑的高级的主要部分，由左右两个半球及连接两个半球的中间部分组成，即第三脑室前端的终板。

它是控制运动、产生感觉及实现高级脑功能的高级神经中枢。

比如，人在思考的时候，大脑在飞速运转，这个时候，你看不出什么有效的表情，只能看到安静的他。

他的情绪会产生细微的变化，费力地思考他的表情就会相对痛苦，而一旦思考出来某个东西则会异常的兴奋。

身体。

身体是各部分的总和，包括头部、肢体，甚至可以算上衣装的协调搭配所展现出来的身体姿态。

人在快乐的时候，肢体语言是非常丰富的，小孩子的蹦蹦跳跳就是一种体现；生气的时候，表情严肃，不苟言笑，或者会用肢体踢打某种眼前可以触及的东西，以发泄这种内心的情绪；哀伤的时候更是很明显，同时伴随着眼泪，身体明显是安静不动的，也有捶胸顿足者，这种情绪是最容易体察到的，也是最容易出卖人类的情绪的。

……

## <<每天10分钟学点读心术>>

### 编辑推荐

要想成为生活中的智者、职场中的达人、商场中的精英、情场中的高手，要想在不为人知的情况下了解和影响他人，就必须学点读心术。

有趣、轻松、易读、实用、便携 详解基本表情、肢体动作、语言外表、行为习惯、测谎、攻心，帮你快速掌握读心术

<<每天10分钟学点读心术>>

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:<http://www.tushu007.com>