

<<微表情心理学>>

图书基本信息

书名：<<微表情心理学>>

13位ISBN编号：9787564055462

10位ISBN编号：7564055464

出版时间：2012-3

出版时间：北京理工大学

作者：徐谦

页数：262

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>

## &lt;&lt;微表情心理学&gt;&gt;

## 前言

你也可以读懂他人 每一个人的内心都是一座城，因为城门的紧闭而让别人总是拥有浓厚的兴趣去打开它。

去年《读心神探》的热播让人们了解了“微表情”这个名词，今年江苏卫视全新推出的脱口秀节目《非常了得》更是让微表情学说风靡一时。

作为一个心理学名词，“微表情”可以反映出一个人内心的流露与掩饰。

人们通过做一些表情把内心感受表达给对方看，在人们做的不同表情之间，或是某个表情里，脸部会“泄露”出其他的信息。

而这个过程最短可持续1 / 25秒，虽然一个下意识的表情可能只持续一瞬间，但这是种烦人的特性，很容易暴露情绪。

当面部在做某个表情时，这些持续时间极短的表情会突然一闪而过，而且有时表达相反的情绪。

在这个纷繁复杂、瞬息万变的现代社会中，每一个人都无时无刻在与其他人进行沟通和交往。

社会是一所大学，每个人都必须在这所学校中，接受人生的考验和灵魂的洗礼。

本书从破解他人身体语言的一般准则和方法入手，给人以一双识人的慧眼，一把度人的尺子，以便从体态上辨认其性格，从谈吐中推断其修养，从习惯中观察其心机，从细微处洞悉气质高低。

如果你具有破解他人身体语言的本领，就意味着你可以轻松地看透周遭发生的人与事、勘破一个人的真伪，洞悉他人内心深处潜藏的玄机，以不变应万变，顺利地窥探出情绪变化的温差，辨别出气色蕴藏的内涵，使你在人生的旅途上左右逢源，把人生的主动权牢牢地掌握在自己的手中。

我们都知道，机会不是等来的，是要自己通过努力去寻找的。

如果我们通过这本书学到了如何通过一个人的行为表情来读懂他的内心的本领，那么我们会在对付局的把握上占得先机。

也就非常容易捕捉到成功的机会，通过自己的努力，成功自然就会水到渠成了。

总之，从一个人的言谈举止中，观人于细致、察人于无形，轻而易举地看破他人他心，让你有一张王牌在手，你就能够轻易绕过生活中的险滩和躲过四处碰壁，使你非常从容地融入这个社会，面对人生各种挑战时都能游刃有余，在人际交往的过程中能够充分把握局面的主动权，成为自己人生的主宰者。

## <<微表情心理学>>

### 内容概要

其实在日常生活中，这种能力也能帮助我们。  
如果我们错误的理解“微表情”的含义，我们会对交流对象形成错误的判断。  
这增加了人们之间的隔阂，而不是互信。  
如果理解了“微表情”，我们就更能够从一闪而过表情信号里发现有价值的信息。  
其实有时候人是矛盾的，即想知道他或她说的是否是真的，又怕知道真相后那种无法承受的痛，希望大家能够认真的思考这个问题后，在想想你们是否适合运用微表情？  
你们是否能够谨慎的运用“微表情心理学”来找寻到一个属于你自己知道的真相。

## 作者简介

徐谦：男，台大企管系毕业，担任台视记者、主播多年后，在美国UCLA取得MBA学位。

2002年开始，受到启发与指引，辞去高薪的工作，专心研修瑜伽以及新时期的各类心灵课程。六年多来，学习了各种不同的心灵成长及心理治疗方法，并且博览了一百多本中英文的有关著作，透过每日的瑜伽练习和静坐，体悟了许多灵性及个人成长方面的心得。现在最关心的是“人类意识的进化与提升”，希望帮助更多的人发现内在真实的自我与幸福。从94年开始长年定居北京，并取得了中国国家心理咨询师的执照。

书籍目录

- 001 读你千遍也不厌倦
- 002 先看其人，以面观心
- 003 通过姿势来认清一个人
- 004 各种性格的“投影”
- 005 “阅微”笔记
- 006 边观色，边察言
- 007 请别告诉我你在说谎
- 008 会“说话”的衣着
- 009 跟着习惯来看人
- 010 教你成为一个成功的职场人

## &lt;&lt;微表情心理学&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页:第一章 你也可以读懂他人“你的眉目之间，锁着我的爱恋，你的唇齿之间，留着我的誓言”，这是一首歌中的歌词，对于相爱的人而言，彼此的一举一动，一颦一笑都会让对方明白其中的含义。

而在现实生活中，你或许只喜欢和自己熟悉的人打交道，因为你会觉得人心险恶，小心为妙。

其实你想错了，和陌生人打交道能真正提高你的能力，对方的言行和表情，都能作为你了解他们内心想法的突破口，时间久了你就会发现，读懂一个人，其实是一门有趣的学问。

读懂一张脸，了解一群人中国有一句古话“凡事之所以难知者，以其窜端匿迹，立私于公，倚邪于正，而以胜惑人之心者也”，这就导致“事之至难，莫如看破人心”。

不难理解，看破人心这样的事情之所以不易了解，是因为有人善于隐藏迹象，把私心掩盖起来而显出为公的样子，把邪恶装饰成正直的样子，去迷乱他人的眼睛，并使他人形成错误的印象。

以正直、忠诚、善良的外表作奸恶的掩护，就是这些人的实质难以辨识的原因所在。

俗语说：“人心难测。

”人心何以难测?人心是指人的思想，思想是无形的，看不见，摸不着，它隐藏在人的脑海里；且思想又非固定的，是随着客观世界的变化而变化的。

所以，要摸透人的思想是不易的，故说人心是难测的。

人们常说，“知人知面不知心”，这恐怕也道出了“人心难测”的道理。

有人说不要轻易相信他人，这不是没有道理的。

有的人特别是在感情至深时，总是轻信他人。

于是，就有：“对待我真诚，我又为何对别人掩饰自己、向人家讲假话。

”所以，把心里的秘密全掏出来给人家。

然而，你可知道，他“真诚”地在你面前说别人的坏话，他在别人面前又会“真诚”地说你的坏话。

因为人都有讨好他人的心理。

而且，人总是在变化的。

今天你是他的朋友，明天你可能又成了他的对手。

是对手，他就可能利用你那些秘密，特别是隐秘的话来攻击你。

## <<微表情心理学>>

### 编辑推荐

《微表情心理学》给你一双识人的慧眼，一把度人的尺度，让你灵活运用微表情心理学以便从体态上辨认人的性格，从谈吐中推断人的修养，从习惯中观察人的心机，从细微处洞悉人的气质。

微表情，是内心流露与掩饰，是心理学名词。

人们通过做一些表情把内心感受表达给对方看，在人们做的不同表情之间，或是某个表情里，脸部会“泄露”出其它的信息。

“微表情”最短可持续1/25秒，虽然一个下意识的表情可能只持续一瞬间，但这是种烦人的特性，很容易暴露情绪。

当面部在做某个表情时，这些持续时间极短的表情会突然一闪而过，而且有时表达相反的情绪。

而这本书就是通过优美的文字让你从中收获到微表情的知识，让你的明白如何来识人。

台湾知名主播徐谦教你破解心理密码，读懂微表情背后的隐情与真相！

做FBI，你也可以！

或学或读，妙趣横生！

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>