

<<身体语言de魅力>>

图书基本信息

书名：<<身体语言de魅力>>

13位ISBN编号：9787802234178

10位ISBN编号：7802234174

出版时间：2008

出版时间：中国三峡

作者：刘慧

页数：205

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>

<<身体语言de魅力>>

前言

人际关系是人立足社会不可缺少的一部分，要想建立良好的人际关系，语言沟通是最重要的一部分，它是人与人之间传递情感、态度、信息和想法的过程，但有时并非所有的语言都能起到沟通作用。

如不同的国家存在着较大的文化差异，即便是一个国家，不同的地区还有方言的差别。

尤其是在无声的世界里，语言沟通自然存在着很大的障碍。

这就需要我们掌握更直白、更真实的无声语言：肢体语言。

因为肢体语言是一个人内心想法的真实体现。

通过肢体语言，我们可以了解他人的真实想法，也可以间接表达自己的内心感受。

肢体语言应用广泛、表达直观。

一位著名的心理学家就曾针对肢体语言的应用列出了一个公式：信息的传递：7%语言信息+38%语音信息+55%表情、肢体信息。

比如，我们在与人交谈时，总是会经意不经意地用眼睛、面孔和身体来表达自己的真实感觉，一种眼神、一张笑脸、一举手、一投足无不成为捕捉他人信息的重要依据。

尤其是面对面交谈时，通过对方眼睛的俯视、回避、东张西望和瞳孔的变化，就能判断出他是否处于紧张或是腼腆的状态。

除了眼神外，一些面部表情和身体姿势也不同程度地“泄露”了一个人紧张、防御的心理：皱眉、紧咬双唇、双臂交叉、双手叉腰、脚踝相扣等等。

生活中，肢体语言随处可见，课堂上、舞蹈中、会议中、谈判中、面试中，即使是两个陌生人，也会以彼此的微笑来呈现自己的真诚和友好。

当然，每个人的肢体表达方式是不同的，尤其是在不同的国度，即使是同一种肢体语言，它所传递的信息也不尽相同。

为了避免在交流中陷入尴尬局面，我们简单了解不同国家人们肢体语言传达的信息是很有必要的。

这就要求我们在现实生活中要仔细观察，多多积累，细细品味。

从而全面地解读这门语言艺术的独特魅力。

我们通过查阅资料和整理分析，尽最大的努力将生活中常见的、重要的肢体语言展现给读者，并对肢体语言的动作、面部表情、眼神传递，头部、肩部、手部、腿部、脚部以及坐、立、走姿和一些动作的含义，各种动作的组合，以及彼此间的交流方式做了一系列的介绍。

书中给您介绍的肢体语言中，以眼部信号和手部信号为重点，详细地介绍了不同眼神、不同姿势所传递的信息，希望大家能够通过对本书的阅读，学习和掌握肢体语言技巧，真正做到“透过现象看本质”。

本书的完成，很多人参与了创作，并提出了宝贵的意见和建议，在此向各位同仁表示衷心的感谢！

<<身体语言de魅力>>

内容概要

本书编者通过查阅资料 and 整理分析，尽最大的努力将生活中常见的、重要的肢体语言展现给读者，并对肢体语言的动作、面部表情、眼神传递，头部、肩部、手部、腿部、脚部以及坐、立、走姿和一些动作的含义，各种动作的组合，以及彼此间的交流方式做了一系列的介绍。

书中给您介绍的肢体语言中，以眼部信号和手部信号为重点，详细地介绍了不同眼神、不同姿势所传递的信息，希望大家能够通过对本书的阅读，学习和掌握肢体语言技巧，真正做到“透过现象看本质”。

<<身体语言de魅力>>

书籍目录

第一章 身体语言的独特魅力 一、身体语言的产生 二、体语为传递感情的另一方式 三、观其形而知其“言” 四、如何正确解读身体语言 五、把自己练成体语专家第二章 头部、脸部信号 一、头部信号 二、脸部信号第三章 眼部信号 一、眼睛是心灵之窗 二、不同眼神传递出的含义 三、意在眉睫 四、眼神的运用第四章 微笑的信号 一、微笑的含义与意义 二、姿态万千的笑 三、不同情况中的微笑第五章 手部信号 一、手臂的信息交流 二、手部的信息交流第六章 肩部、腰部信号 一、肩部信号 二、腰部信号第七章 腿部、脚部信号 一、腿部信号 二、脚部信号第八章 坐、立、走姿的信号 一、坐姿 二、站姿 三、走姿第九章 异性间的身体语言 一、唇部的魅力 二、眼睛的倾诉 三、两性肢体的非语言信号第十章 肢体语言渗透于生活中每个角落 一、烟民的肢体语言 二、眼镜体现出的神秘信号 三、求职者必知的身体语言

<<身体语言de魅力>>

章节摘录

第一章 身体语言的独特魅力 一、身体语言的产生 身体语言简称体语，指非词语性的身体符号，包括目光与面部表情、身体运动与触摸、姿势与外貌、身体间的空间距离等。

身体语言通过人的肢体、器官的动作和面部表情的变化来表达人的思想感情。

人与人交往时，从解读身体语言得来的讯息，比口语还多。

当今世界，人们用以交流的讯号大部分都是通用的。

如人们高兴时，通常情况下会微笑；当人们愤怒或沮丧时，就会怒目而视或紧锁眉头。

点头多用来表示认可和肯定，它有可能是一种天生的本能动作，因为那些先天性失明的人也会使用这一动作。

但是并非所有体语都为天生之本能，有可能是童年时期通过后天因素所学习掌握的一种动作。

婴儿吃饱之后，他会以摇头的形式拒绝送到他嘴边的食物。

久而久之，孩子会很快懂得以摇头的方式来表达自己拒绝或否定他人思想和做法的意念。

许多人都很难接受把人类当做生物学层面上的一种动物这样的说法。

其实，我们与其他猿猴的不同之处，就在于我们人类学会了用两条腿直立行走，且有一个进化了的聪明大脑，除此之外，每个人就是一只毛发退化了的类人猿。

你仍然和其他物种一样，要受到生物学规律的制约，所以你的各种行为。

对外界所作出的种种反应，以及你的肢体语言和手势都与生物学规律相吻合。

有趣的是，作为一种动物，人类在绝大多数时候都没有意识到，自己通过各种身体姿势、动作和手势所传达的信息，与本人通过语言所传递的信息常常背道而驰。

人类的一些面部表情动作的产生可追溯到远古时期。

例如。

许多危险动物，它们传递危险信号的表情是微笑，而对灵长目动物来说，这种表情与危险没有丝毫的瓜葛，它所传递的信号是妥协和屈服。

动物间的相互攻击则通过龇牙和扩张鼻孔的式来表达，这种表情也是灵长目动物常用的。

动物龇牙咧嘴的目的在于给对方以警告，否则它们会以锋利的牙齿让对方尝尝自己的厉害。

虽然人类不会像动物那样用牙齿来保护自己，但也会在人类身上发现相类似的表情和动作。

<<身体语言de魅力>>

编辑推荐

解读神秘的身体语言信号，开启无声世界的信号密码。

《身体语言de魅力》是一本身体语言的精粹，一把洞悉内心的钥匙。
识人、观相、查心，用另一种“眼光”看世界。

<<身体语言de魅力>>

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>