

# 一眼看穿对方心

作者:郑健



人民体育出版社出版

(京)新登字 040 号

一眼看穿对方的心

\*

人民体育出版社出版

大中印刷厂印刷

新华书店总店北京发行所发行

\*

787×1092毫米 32开本 5.75印张 10.6千字

1993年6月第1版 1993年6月第1次印刷

印数：2.0000册

1

\*

ISBN 7-5009-1001-0/G·958

定价：3.98元



对方心  
眼看穿

作者 郑健

---

## 前 言

我们每天都会接触到很多人，而其中就有一些我们不得不关心的人物，譬如工作方面必须交往的人们、热爱的对象等等，我们必须藉著种种的动机，对他（她）表示关心，对他（她）抱持着兴趣，以便多多理解我们“在乎”的人。

所谓“在乎”，是表示‘想更进一步知道’的心境，如果想洞悉一个人，正确地理解他（她）的话，那就必须学习把握对方性格的方法。

‘人不可貌相’，凭外表判断一个人相当的危险，只凭脸型以及相貌，就想到判断一个人，实在是太牵强啦！不过，只要利用正确的方法观察，的确可以窥知对方的性格。

人类的性格真是微妙而复杂，几乎每一个人都有不同的性格，不过，我们在日常生活方面，只要在相同的情况下，总是会重复相同的行动模式，这种行动模式含表面性的表情变化，演变成一种习气（显示一个人的性格倾向），以习惯性的反应姿态，由态度表现出来。

习惯性反应以性格内部的情报显现于态度或者表情时，就可以把它们特征归类为几种类型，再由外表推测内部的性格。

恰有如内科医生从众多的症候群诊断病情（类型）一般，就算是初次见面的人，亦可以凭其态度、表情等推测出他基本的性格，再加上理论性的解释以后，即能下达妥当的判断。

欲正确地理解一个人的性格，与其追求个人多样的行动

模式或者其特异性，不如找出其共通的一般法则，再把性格典型化，如此比较有效，这种的想法已经形成了性格心理学（类型论）的主流。

因分析‘外向性’、‘内向性’而文明的杨格，发表了所谓的‘向性理论’；连同克雷杰马的分裂性、躁郁性、粘着性等‘三大气质论’，号称五类型论的典型。这两种理论经由多次的临床研究，已经证实了其妥当性，乃是现在最能够被信赖的性格判断法。

本书基于这种优异的诊断法，具体地举出例子，深入浅出的展开说明，可说是看穿人格的一部秘籍。

阅读本书以后，你看人的一双眼睛，将发散出富于洞察力的光辉，别说是三分钟，只需三十秒钟，你就能够看穿你“很在乎”的对象。

# 目 录

## 第一章 凭第一印象就看 穿人的诀窍

——即使从外表也可以窥

- 知一二 ..... 1
- 一 凭笑的方式，就可以  
判断性格 ..... 2
- 表情为窥知性格之“窗”
- 凭笑容看出性格的不同
  - 复杂的内向型的笑容
  - 凭笑容可以取得此种情报
- 二 凭表情的变化来判断 ..... 9
- 直率明快，表情丰富的外向型
  - 感受很强烈，但无表情，叫人猜不透的内向型
  - 内心与表情刚好相反？内向性攻击歇斯底里型
- 三 内向的人何以喜欢戴  
墨镜，留胡子？ ..... 17

- 只要遮起眼睛，什么事都能做
- 填满理想与现实的鸿沟——胡子

#### 四 凭声音大小及说话方式看穿性格..... 20

- 跟尊长交谈，声音会变得尖锐
- 凭声音大小判断性格
- 声音不知不觉中变小者为内向型的人
- 凭电话里的声音也可以判断性格
- 说话速度稍快，善于随声附和的外向型
- 内向型的人会慎重选择言词

#### 五 凭态度以及举止来判断..... 39

- 很慎重，但是不灵活的内向型
- 够帅气，但是装模作样的攻击型内向型
- 巧妙的谈话术，并用手势的外向型
- 接近内向型的执着性格之外向型

#### 六 凭兴趣以及爱好的方向来判断..... 40

- 无线电玩家 蒸汽火车迷 天体观测
- 电脑迷 野鸟迷 钓鱼 登山
- 古典音乐 盆栽、阳台园艺 读书
- 外向型的人多数没有特定的兴趣

#### 七 各种性格所不同的服装与打扮..... 58

- 重视明快的外向型
- 讨厌模仿别人，喜欢不显眼的内向型
- 即使债台高筑也喜欢装成‘阔少’的歇斯底里型

## 八 相信血型占测的人们..... 65

- 能使相信血型的人改变心意？
- 血型信仰者多属于歇期底里性格

## 九 凭体型看穿性格..... 69

- 克雷杰马的理论
  - ①细长型—分裂性气质·内向性
  - ②肥胖型=躁郁性气质·外向型
  - ③斗士型=粘着性气质·内向性
- 提高克雷杰马理论精确度的谢尔顿

# 第二章 性格判断的理论性考察

——（认识模式）就可以  
获得这些资料 ..... 77

一 外向性·内向性的  
基本性格..... 78

- 心性明朗、心性灰暗的真正意义
- 杨格所提倡的性格类型论
  - 把杨格理论图解化的（周·哈里窗）
    - （A窗）开放的部分   （B窗）非自觉的部分



(C 窗) 抑制的部分 (D 窗) 潜在的部分

## 二 外向性典型的特征

外向型典型的人际关系…………… 83

- 外向性典型的人际关系
- 外向性典型的工作能力及行动模式
- 外向性典型对事物的看法、想法
- 外向性典型的情绪与感情

## 三 外向型典型的性格群象

- 所谓的外向型典型大多相同，只是……
- 歇斯底里性格的基本特性
- 幼儿性很强烈的歇斯底里性格者
- 连佛洛伊德也没注意到的粘着性歇斯底里型

四 内向性典型的特征…………… 95

- 内向性典型的人际关系
- 内向性典型对事物的看法、想法
- 内向性典型的情绪与感情

五 内向性典型的性格群像 …… 100

- 种类颇多的内向性典型
- 责任感强烈，具有耐性的灰暗心性典型
- 才能丰富，但傲气十足的攻击典型
- 是现代病吗？沉溺于劣等感的神经质型性格
- 谦虚老实的典型模范

## 六 克雷杰马的实证性气质类型论

### ——分裂性、躁郁性、粘

着性的差异 ..... 110

●被明显化的精神病与病前性格的关系

♥分裂性气质

●特性：非协调性、敏锐感受性、迟钝

●性格性：胆怯与不灵活

●有如围墙似的“心理界限”

♥躁郁性气质

●特性：容易亲近、情绪的循环性

●性格特征：与心爱之物一体化的愿望

●模范上班族的执着性格

●反叛倾向强烈的勇猛型性格

♥粘着性气质

●特性：一旦沾上就离不开

●性格特征：重秩序、传统

●更为粘密的偏执型性格

●分析加虐淫乱症与被虐淫乱症

## 第三章 性格分析的诊断法

——更正确地认识他

人的方法 ..... 131

☆ [性格诊断测验] 16种

## 典型的分析 ..... 132

◎判断表① (E 尺度)

◎判断表② (N 尺度)

◎凭计分所得之结果，断定你（此人）的性格的  
典型

### ●16 种典型

# 第一章

★★ 即使从外表也可以窥知一、二！  
凭第一印象就看穿人的诀窍





凭笑的方式，  
就可以判断性格



**\* 表情为窥知性格之“窗”**

只凭眼睛、眉毛、耳朵、嘴巴，以及鼻子的形状及位置等脸部特征，根本就不可能判断性格而且它们的大小也跟性格无关。不过，所谓的占卜看相又另当别论，例如——凭脸部特征、相貌来预测运势的看相术，有时只凭一个人的眉型就可以下论断。占卜算命的方法很多，例如——姓名、生辰年月日时、星座、桥牌、卜卦、房屋的形状、方向等等，都可当成论断荣枯兴衰的依据。

其中尤以人相学一直被当成最重要的判断材料，不过话说回来，凭脸型、相貌等占测一个人的性格，准确与否实在不牢靠，然而，如果凭脸孔的表情来判断性格，大致都可以获得相当的准确性。

表情乃是动情的一种反应，所谓动情，乃是指一个人的

感情、意志等内部的精神活动,尤其是最能够反应情绪的——表面化的动作,也就是所谓的表情了。

是故,只要仔细观察一个人的表情,即可看穿对方基本的性格倾向,并且能藉此诊断他的人际关系是否圆滑。

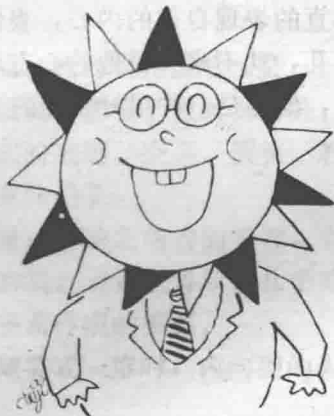
例如表情丰富有时常浮现笑容的人,他的人际关系一向很好,此种人属于容易亲近的外向者的典型。反过来说,表情一向很贫乏,始终不苟言笑的人,在人际关系方面就显得‘冷漠而不圆滑’,由此就不难判断此人喜欢躲在自己的小天地里面,乃是不折不扣的内向型的人。

俗语说‘眼睛比嘴巴更会说话’,单凭眼睛的动态即可推测一个人的心理,不过,想要抓住一个人的性格的话,那就必须以眼睛为中心,仔细观察全体的表情才行。

以下,我就要具体地说明凭表情判断性格的诀窍。

## \* 凭笑容看出性格的不同

### ▶ 率直而天真的外向型之笑容



以全体表情来说，笑是极为重要的因素，在喜怒哀乐的  
表情变化中，喜与乐的直接表现就是笑。

希望得偿的喜悦笑容、快乐时的欣喜笑容，甚至能够使  
周围的人们感到暖烘烘的率直而天真烂漫的笑，最能够感动  
人们，最佳的典型就是婴儿的笑脸。

外向典型的最大特征是，每当快乐或者高兴时，根本就  
不在乎周围有什么人，立刻发出愉快的笑声，喜形于色，那  
是爽朗而‘不客气’的笑。

外向的人，希望周围的人知道他的高兴，以致很自然的  
就会笑容满面。相对地，悲哀时，他也会流着泪哭泣。

总而言之，外向者喜怒哀乐的感情动向，很自然的就会  
展现于脸孔上面。

大体上说来，外向的人以爽快而明朗的心态居多，所以  
时常面带笑容，即使别人感动悲伤时，他也会满面笑容地安  
慰对方。

外向的人很容易跟别人打成一片，是故，他们能够配合  
绝佳的时机、讨好的欢笑，或者附合着对方欢笑。正因为他们  
不隐藏感情，率直的表现自己的内心，表情自然就会很丰富。  
只要看他的脸孔，就不难知道他的心态，所以很容易为  
别人所理解，同时，他也是一种很好相处的人。

## \* 复杂的内向型的笑容



内性型不明确的假笑

笑的方式有好多种，外向型的爽朗笑容是属于单纯而明快的种类，至于内向型的笑容则相当的复杂，而且以不明确者居多。

最明显者为假笑，他的脸孔虽然在笑，但是眼睛却是没有笑，心中也丝毫没笑，像极了假面具的笑，计有一一自我、对着对方嘲笑式的笑容、空笑、假笑、教人莫测高深的笑，以及充满妄想意味的笑。

总而言之，这是一种缺乏内容的笑容，有时笑声高而尖锐，有时则是吃吃的笑，音量低得叫人几乎听不到声音，一言以蔽之，那是孤独而冷漠的笑容。

每伙儿很快乐地笑成一堆时，内向型的人几乎都会发出



这种空笑，那并不是附和周围的笑声，而是在人际关系持续感到不安时，为了掩饰自己的紧张，不得已而勉强挤出来的笑容。

比起外向型来，内向型的笑容比较少。归根结底，不外是他们不轻易笑的缘故，就算他们有任何的喜事，他们也认为——不必让没关系的人知道，甚至可以说，他们具有一种不让别人知道的防卫意识。

正因为如此，就算勉强的笑出来，看起来总予人一种虚假的感觉。遇到这种场合，只要你仔细的瞧他，就会发现，他有如女人敷面一般，整个脸孔看起来紧绷，显示出硬邦邦的德行，一片嘴唇微微的颤抖，并且有点歪斜，以致变成一种十足空虚感的冷笑。在这个瞬间，有一些人的脸孔会涨红，此种人还算坦城，如果是强烈内向型的话，将变成‘能面’（编按，日本古典戏剧演员所戴的面具）一般缺乏表情，而且，当大伙儿并不感到有趣时，他却会单独的笑着。

笔者就认识一个人“假笑专家”，此君是著名的顾问，时常被邀上台演讲。

因为他深知‘使用笑脸谈话时，连声调也会变成优雅’的道理，于是拼命练习笑的功夫，为了表现出自己最好的笑容，他每天都对着镜子练习三十分钟，好不容易才找到了自己喜欢的笑容。

他的演讲很出色，声音很富于变化，自始至终不失笑容，他是一个能够凭自己演出自身表情的好演员，不过，等到演讲结束，他立刻就显露出一脸的倦容，恢复到平时硬邦邦的表情。

在对待他人的场面时，他也能够充分发挥自己的演技，表