

一分钟读心术

瞬间读懂女人心

女の心を理解
するなんて

[日]松岗正彦 著
史玲燕 译

全方位深入女性世界
揭秘女人最真实心理



YZLI0890113655

每个动作、癖性、说话、爱好、态度，
都是源于内心强烈的心理暗示。

日本最畅销最有趣的两性心理学作品，
累积销售突破200万册！

女の心を理解
するなんて

[日]松岗正彦 著
史玲燕 译

一分钟读心术 瞬间读懂女人心



YZLI0890113655

图书在版编目(CIP)数据

一分钟读心术：瞬间读懂女人心 / (日)松岗正彦著；史玲燕译.
—北京：中国友谊出版公司，2010.8
ISBN 978-7-5057-2777-9

I. ①—… II. ①松… ②史… III. ①妇女心理学—通俗读物
IV. ①B844.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 150638 号

书名	一分钟读心术：瞬间读懂女人心
作者	(日) 松岗正彦著 史玲燕译
出版	中国友谊出版公司
发行	中国友谊出版公司
经销	新华书店
印刷	北京市通州富达印刷厂
规格	880×1230 毫米 32 开 8 印张 84 千字
版次	2010 年 8 月第 1 版
印次	2010 年 10 月第 1 次印刷
书号	ISBN 978-7-5057-2777-9
定价	28.00 元
地址	北京市朝阳区西坝河南里 17-1 号楼
邮编	100028
电话	(010) 64668676

序 言

如果用一样实在的物体来比喻人类的心理，可以把它们看成是一个“黑箱”，“黑箱”顾名思义，指一个黑洞洞看不见的东西。人类的心理如同“黑箱”一般，是无法看透的。心理学在某种程度上，可以帮助人们了解这个“黑箱”。它是在一定条件下，给人以刺激，观察受刺激者的反应，然后根据反应推测黑箱中的内容。

这样说来，心理学似乎很玄乎很困难，实际上这种

观察“黑箱”的活动，大家做起来都不知不觉习以为常。比如：在公司里，某位与你平时形同路人的女士突然有一天对你非常友好，与你热情地打招呼，就好像是你深交多年的老朋友一样。当然，你会感到惊奇，进而对她为什么采取这种态度加以观察，并且探讨其中的缘由。

同样，如果平时同你亲密无间的女朋友，突然对你冷若冰霜，敬而远之，那么你也一定会疑惑是不是自己有什么地方做得不对，探究她采取这种态度的理由。如果你能够清楚地了解对方的心态，自然也就能够明白当中的原因，对她为什么会做出上述行为也就不难理解了，那么你在窥探她的心理——“黑箱”方面也就获得了成功。

但是在很多场合，女人的心理并不是那么轻易能够被捉摸到的。男性们总是挖空心思，千方百计地推测揣摩她们的心理。如果猜中摸透了，就会皆大欢喜，但若想入非非，走火入魔，引起犯罪行为，于己于人都会不利。就像最近经常发生的案件一样，犯罪者对女性的心理胡思乱猜，最后误入迷途，使得一些清白无辜的少女

被他们刺杀；或者，他们虽然有丰富的社会经验，但因爱情纠葛，仍然引起不少伤害事故。这其中多半都是由于他们对女性的行为和心理一无所知的缘故。另外，作为经常要同女性交往的男性，不能没有绅士风度。为此，男性必须懂得女性那潜藏在她们所有行为中的真实心态和本来意图。本书将为读者提供这方面的方法和知识，帮助他们从女性的无意识行为、动作、癖好、嗜爱、语言、态度等各个方面深入女性的内心世界，解开复杂的女人心。

本书在每章之前都有一个简略介绍全章的引言，作为引领全章的线索。本书第一章，主要从女性的无意识动作和行为中揣摩女性心理。第二章，从女性的癖好中分析女性心理。第三章，着眼于女性的语言，探索她们隐藏在语官背后的真实意图。第四章，从女性的爱好来窥视女性的性格。最后的第五章，则是从女性的态度，来考察女性的真实心理。

本书从以上五个方面来探讨女性心理，但它并不是女性心理入门的万能钥匙。另外，各章节对女性心理的

观察与了解方法也只是比较常见的，所列举的不过是各种方法中的一部分。

《一分钟读心术：瞬间读懂女人心》是本人根据研究心理学多年积累的经验，在观察女性更普遍、更常见的生活、行为的基础上完成的，写作这本书的目的主要是出于对女性的爱护之忧，它的顺利诞生离不开很多人的关心和鼓励。假如《一分钟读心术：瞬间读懂女人心》能够帮助女性读者更加了解自己，并友善地改善自己的生活；男性读者们变得更有绅士风度，与恋人、妻子和公司的女同事们相处得更为融洽，这将是作者最大的快慰。

松岗正彦

目录 CONTENTS

第一章 由动作“读”女人心

引言

现代心理学的利器——“行为语言” / 003

女性表现在动作上的真实意图 / 006

1. 喜欢单独旅行的女性 / 009

2. 喜欢助人为乐的女性 / 011

3. 经常结伴上街的女性 / 013

- | | | |
|----|--------------------|-------|
| 4 | 流氓袭击时大喊大叫的女性 | / 015 |
| 5 | 在咖啡厅和小餐馆喜欢坐中席的女性 | / 016 |
| 6 | 男女并排走路要保持距离的女性 | / 017 |
| 7 | 女性歇斯底里症发作的时候 | / 019 |
| 8 | 你为什么会变胖 | / 021 |
| 9 | 看电影电视容易流泪的女性 | / 023 |
| 10 | 她为什么总爱唱反调 | / 025 |
| 11 | 女性在拒绝男性礼物的时候 | / 027 |
| 12 | 女性在远避饶嘴饶舌的女同事们的时候 | / 028 |
| 13 | 喜欢男女成群行动的女性 | / 030 |
| 14 | 女性在热心听自己不感兴趣的事情的时候 | / 031 |
| 15 | 女性在流泪的时候 | / 033 |
| 16 | 女性在送礼物给男性的时候 | / 035 |
| 17 | 一碰到男性的目光就眨眼的女性 | / 037 |
| 18 | 女性在把头发剪短的时候 | / 038 |
| 19 | 喜欢拉裙子下摆的女性 | / 039 |

20.	同男性说话时手心出汗的女性	/ 041
21.	女性在歪着头同男性说话的时候	/ 042
22.	女性身体不适表现在姿态上的时候	/ 044
23.	女性把手搭在男性肩上的时候	/ 045
24.	如果她给你看小时候的照片	/ 046
25.	女性在边说话边晃荡着一只高跟鞋的时候	/ 047
26.	同男性走路时喜欢接触对方身体的女性	/ 048
27.	女人天生购买欲强	/ 050
28.	女性把宠物抱在膝上谈话的时候	/ 052

第二章 由癖好“读”女人心

引言

	“癖”诉说女性的“深层心理”	/ 057
	通过“癖”去了解她的弱点、出身和教养	/ 059
29.	喜欢用手拨弄刘海的女性	/ 062

30.	喜欢皱眉的女性	/ 063
31.	爱拉耳垂的女性	/ 065
32.	喜欢睁眼接吻的女性	/ 067
33.	说话时爱摸鼻尖的女性	/ 068
34.	喜欢嘴对瓶口喝饮料的女性	/ 069
35.	喜欢用手掩嘴的女性	/ 071
36.	喋喋不休的女性	/ 072
37.	爱说“就这么一次，下不为例”的女性	/ 073
38.	喜欢插嘴的女性	/ 075
39.	喜欢双手叉胸的女性	/ 076
40.	谈话时抚摸自己的女性	/ 077
41.	谈话时喜欢把玩手中物的女性	/ 079
42.	喜欢刺激手掌的女性	/ 080
43.	喜欢跷腿点脚尖的女性	/ 082
44.	喜欢张开膝盖坐的女性	/ 085
45.	喜欢跷腿而坐的女性	/ 086

46.	字写得又大又圆的女性	/ 087
47.	方向感差的女性	/ 090
48.	喜欢坐在最后一排的女性	/ 091
49.	喜欢拎大皮包的女性	/ 092

第三章 由说话“读”女人心

引言

	语言与心理学的关系	/ 097
	语言隐藏着很多信息	/ 098
50.	语言过分礼貌的女性	/ 101
51.	对男性说话过分客气的女性	/ 102
52.	念念不忘“恋”和“爱”的女性	/ 104
53.	说话时伶牙俐齿的女性	/ 105
54.	女性讲恭维话的时候	/ 107
55.	突然说话很多的女性	/ 108

- | | | |
|-----|----------------------|-------|
| 56. | 女性突然沉默下来的时候 | / 110 |
| 57. | 对上司说话不客气的女性 | / 111 |
| 58. | 女性说“给我看看相吧”的时候 | / 115 |
| 59. | 因为爱人有外遇而痛苦的女性 | / 117 |
| 60. | 喜欢拨弄是非的女性 | / 118 |
| 61. | 女性指责男性生活不检点的时候 | / 120 |
| 62. | 发短信或打电话诉说自己如何忙的女性 | / 122 |
| 63. | 说话时爱提起男性姓名的女性 | / 123 |
| 64. | 女性极力称赞其他女人的时候 | / 124 |
| 65. | 女性对男性说“你是神经病”的时候 | / 126 |
| 66. | 女性要你不断重复一句话的时候 | / 128 |
| 67. | 以“因为……所以不行”拒绝男性邀请的女性 | / 129 |
| 68. | 用“君”称呼男性的女性 | / 130 |
| 69. | 对求爱感到困惑的女性 | / 131 |
| 70. | 女性向男性说“我不理解”的时候 | / 132 |
| 71. | 女性不称呼男性姓名的时候 | / 134 |

72	女性当着丈夫的面称赞名男人的时候	/ 135
73	外表聪明伶俐但多嘴多舌的女性	/ 137
74	女性说男性没有出息的时候	/ 139
75	常引用母亲的话的女性	/ 140
76	常说贞节就是美德的女性	/ 141
77	女性谈论自己身世的时候	/ 143

第四章 由嗜好“读”女人心

引言

	“嗜好”是把握“性格”的线索	/ 147
	女性的“嗜好”更能表现性格	/ 150
78	有装饰墙壁欲的女性	/ 152
79	浪漫摩登女郎	/ 154
80	女性在购买妇女周刊的时候	/ 155
81	嗜烟好酒的女性	/ 156

- | | | |
|----|----------------|-------|
| 82 | 专抽外国烟的女性 | / 158 |
| 83 | 数学和物理很出色的女性 | / 159 |
| 84 | 喜欢孩子的女性 | / 161 |
| 85 | 爱穿牛仔裤的女性 | / 162 |
| 86 | 关心中年男性的女人 | / 163 |
| 87 | 喜欢红色的女性 | / 165 |
| 88 | 不赶时髦的女性 | / 167 |
| 89 | 喜欢了解别人人生际遇的女性 | / 169 |
| 90 | 喜欢古典音乐的女性 | / 170 |
| 91 | 讲究卧室装饰的女性 | / 171 |
| 92 | 喜欢写实画的女性 | / 173 |
| 93 | 眷恋旧家的女性 | / 174 |
| 94 | 口红很浓的女性 | / 176 |
| 95 | 喜欢给自己洒很多香水的女性 | / 178 |
| 96 | 喜欢抽象画的女性 | / 179 |
| 97 | 女性在对新兴趣异常关心的时候 | / 180 |

98.	爱用小玩意装饰房间的女性	/ 182
99.	衣饰朴素，却身藏贵重物的女性	/ 183
100.	喜欢绿色的女性在穿红衣服的时候	/ 184

第五章 由态度“读”女人心

引言

	女人说“讨厌”意思却是“好”	/ 189
	男人为什么难以捉摸女人的态度	/ 191
101.	交际能力很强的社交型女性	/ 194
102.	好奇心旺盛的女性	/ 195
103.	对自己能力缺乏自信的女性	/ 196
104.	对下属傲慢的女性	/ 198
105.	很关心男性服饰细微变化的女性	/ 199
106.	避讳有关男性和金钱问题的女性	/ 201
107.	女性在要求接吻的时候	/ 202

108. 憧憬个性魅力的女性 / 203
109. 装得野气十足的女性 / 205
110. 要求男人发誓的女性 / 207
111. 随声附和的女性 / 208
112. 对妓女的情况很有兴趣的女性 / 209
113. 与男友相处的大小事都记得很清楚的女性 / 210
114. 社会上公认的美女 / 211
115. 下馆子要分开付账的女性 / 213
116. 对“理想”、“进步”等抽象概念
理解力很弱的女性 / 214
117. 对菜单一窍不通的女性 / 216
118. 身体右侧很敏感的女性 / 218
119. 一边同男人说话一边玩耳环的女性 / 219
120. 讨厌女权运动的女性 / 220
121. 在餐馆中专点高价菜的女子 / 222
122. 女人突然变得温柔体贴而又勤快的时候 / 223