



透过细节 读懂人心

王文波◎主编

教你透过细节读懂对方心理

言辞能透露一个人的品格；
表情眼神能让我们窥测他人的内心；
衣着、坐姿、手势也会无形之中出卖它们的主人。



金城出版社
GOLD WALL PRESS



透过细节 读懂人心

王文波◎主编



 金城出版社
GOLD WALL PRESS

图书在版编目(CIP)数据

透过细节读懂人心 / 王文波主编. — 北京: 金城出版社, 2011.10

ISBN 978-7-5155-0216-8

I. ①透… II. ①王… III. ①心理交往 - 通俗读物
IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第197040号

Copyright© 2012 GOLD WALL PRESS, CHINA

本作品一切中文权利归**金城出版社**所有, 未经合法许可, 严禁以任何方式使用。

透过细节读懂人心

主 编 王文波

责任编辑 雷燕青

开 本 787毫米×1092毫米 1/16

印 张 18.75

字 数 316千字

版 次 2012年1月第1版 2012年1月第1次印刷

印 刷 香河利华文化发展有限公司

书 号 ISBN 978-7-5155-0216-8

定 价 36.00元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区和平街11区37号楼 邮编 100013

发 行 部 (010) 84254364

编 辑 部 (010) 84250838

总 编 室 (010) 64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchenghuban@163.com

法律顾问 陈鹰律师事务所 (010) 64970501

Preamble 序言

在竞争日益激烈的社会，一个人要想在为人处世中游刃有余，要想在事业上取得令人瞩目的成就，就必须具备洞彻人心的敏锐观察力。能否知人识人已成为其事业成功的关键。学会看准人，就能快人一步，胜人一筹。

无数的人却不时发出这样的感叹：识人难，识人心更难！世间最深藏不露的莫过于人心！单从几个细节就能读懂他人内心似乎并不那么容易！人很复杂不假，但并不是说不可识别的。毕竟，世上任何事情都有踪迹可循，有端倪可察，人也是一样。一个无意识的动作，一句不经意的话语，都能流露其本意。

所谓“喜形于色”就是这个道理。只要你留心观察，你就能练就“一眼看穿”、“一语识破”的识人入骨的技巧，只要很好地掌握了这种技巧，就意味着你可以在瞬息之间，看透周围的人和事，洞察一个人内心深处潜藏的玄机，可以让你以不变应万变，从而使你在人生的大舞台上左右逢源，尽情挥洒。有了这种本领，就可以具备及时认清他人的优势，辨人于弹指之间，察其心而制其人；观人于咫尺之内，识其言而审其本，让你潇洒地辗转于生活的竞技场中，把自己的人生牢牢地控制在自己手中。





《透过细节读懂人心》一书贯通了古今中外观人之术，识心之学，围绕人的神情、仪表、体态、言谈、兴趣、习惯等阐述了全面准确地看透他人之“心”的知识。本书涉及内容广泛，大到人类的行为心理特点，小到生活中无意的小习惯，让读者清晰明了地获得有益的人生经验与技巧，演练一双火眼金睛，成为生活的智者。

Contents

目 录

第一章 通过体貌特征和面部表情看透人心

读透了内心所蕴藏的玄机，是识人高手厚积一世而薄发于一时的秘技。

眉毛传递心理变化.....	02
眼睛守不住内心的秘密.....	03
眼球位置外的玄机.....	05
鼻子凸显心理特征.....	06
嘴形破解识人之道.....	08
下巴动作暗藏心机.....	09
牙齿也能辨别性情.....	11
耳朵是人生的缩影图.....	12
透过表情，把握心情.....	16
不同脸谱不同性格.....	20
发型是趣味的标牌.....	23
头发渲染个性色彩.....	26
体型是性格的投影.....	28





从视线变化的细节看人心.....	31
从鼻子的变化来洞悉人心.....	33
从嘴部动作透视情绪变化.....	34
从精神气质识别对方.....	36
腿足离大脑最远但最诚实.....	38

第二章 通过穿衣打扮的细节看透人心

人的穿着打扮，不仅衬托了一个人的气质、容貌和风度，更反映了一个人的素质和审美观。同时也传递出一个人的性格、心态、爱好及身份等多方面的信息。是人内在的一种外在表现形式。

服饰是一张重要的“王牌”.....	44
衣服颜色炫出个性风采.....	48
通过鞋子透视人的秉性.....	52
领带悬挂的是格调.....	54
T恤是个性的标语.....	58
帽子识人学问大.....	59
妆容描画女人心.....	62
饰物是心情的铃铛.....	65
眼镜戴出的性情特征.....	66
衬衫折射个性.....	67
随身包装点个性人生.....	68

从戒指识人能知其喜厌.....	70
手表上识人最简单.....	71
腰带束扎出价值取向.....	73

第三章 通过工作细节和习惯看透人心

工作占据了人们很多的时间。虽然工作的内容不尽相同，但可通过一些细节和习惯来分析和研究其对职场的态度与责任心。

处理信件能知人是否真心.....	76
处理文件能知人是否果敢.....	77
办公桌状态透露本性.....	78
从细节处体现工作责任心.....	81
识别同事间的离间术.....	82
细听对方参会的语言风格.....	84
从对待工作的态度看人.....	85
放松方式见人心态.....	86
谈判中洞悉对手心理.....	87
识别人才要靠眼力.....	89
从颜色看上下级的交往.....	91

第四章 通过言语细节看透人心

语气比语言更具有个人感情色彩。一个人的心态和精神状况直接影





响着语气所表达的感情色彩浓淡。

语气是心情暗语.....	96
闻其声，辨其人.....	97
口头语背面的内心世界.....	101
通过察言而洞察其心.....	105
语速变化揭示心理变化.....	110
多留心对方的声调.....	112
说话方式可以捕捉对方的心理.....	115
话题反映对方的心理.....	119
网络聊天可察隐秘本性.....	121
从称呼用语看亲密程度.....	124
借口中隐含的心理.....	126
从吵架破译对方的本质.....	128
从幽默感看人个性.....	131
常说错话的人表里不一.....	132

第五章 通过行为举止的细节看透人心

人们经常把眼睛比喻成心灵的窗口，其实通过一些行为举止也能窥探出一个人的心理活动，了解他的心理动向。

坐姿窥探心机.....	136
-------------	-----

走路姿势是个性的速写.....	139
站姿折射人的性格特征.....	144
手部动作演绎情绪.....	147
十指连心,指随心动.....	149
从头部动作捕捉对方心理.....	155
等电梯姿势中显示出来的心理活动.....	157
腰部摇曳着丰富的内心世界.....	159
双臂交叉抱于胸前者防卫心重.....	160
听众体态折射出心理状态.....	161
心中藏事坐不“稳”.....	163
吃相暴露本性.....	164
从握水杯的动作洞悉人心.....	165
睡姿呈现深层心理.....	167
笑型展露潜藏的内心世界.....	168
倾听是一种窥探的计谋.....	173
从假动作看对方的心理状态.....	176
拧毛巾暗含的恋爱态度.....	178
收放车票折射的性格偏向.....	179
小动作中显露出来的心理秘密.....	180
打电话的动作泄人心境.....	185





第六章 通过生活细节看透人心

通过对一个人的生活细节进行观察，也可以窥视出一个人的个性秘密。

付款方式难掩真性情.....	190
从挤牙膏的习惯看人心.....	192
从刷牙的方式看性格.....	192
拿烟姿势流露性格特征.....	194
随手涂写透析心迹秘语.....	196
笔迹是心迹的外现.....	199
电话样式表现深层心理.....	202
购物方式见人生活品位.....	204
从开车方式看人的个性.....	205
从食品偏好看性格特征.....	208
酒是品味的试金石.....	213
醉态现真形.....	217
房间装饰展现女性心态特征.....	219
从洗澡方式的选择看对方.....	220
从喝咖啡的方式考察人的习性.....	222
手机的不同佩带方式展现不同的个性.....	223
钥匙的不同佩戴方式开启心灵之门.....	224

从点菜方式观察对方的从众心理.....	226
---------------------	-----

第七章 通过社交方式看透人心

在社会交往过程中，人们都比较重视外表的修饰打扮。确实在交往中给人的印象，直接影响到别人对自己的评价。

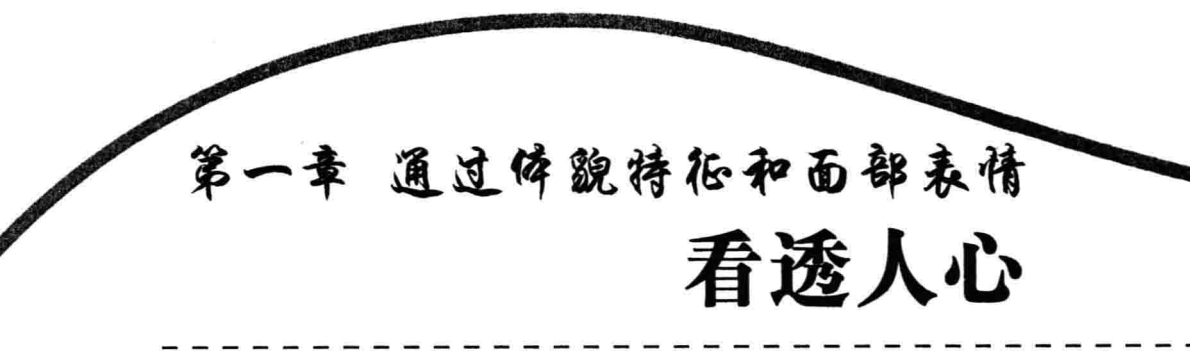
礼物诠释品位.....	230
打招呼传递心声.....	233
握手探知心情.....	235
通讯录是个人的关系层.....	237
座位选择显示个性奥秘.....	239
名片是个人的品牌.....	241
沉默中蕴含的思绪.....	245
恭敬语描绘真实想法.....	246
开场白提示人的性格特征.....	248
交换名片探知心态.....	250
喜欢请客的人自我满足欲望强.....	251
读懂社交场中的“微笑”.....	252
透过交际圈识别人.....	255
唱KTV探知你的性格.....	256
从注视时间看心理.....	258



第八章 通过兴趣爱好看透人心

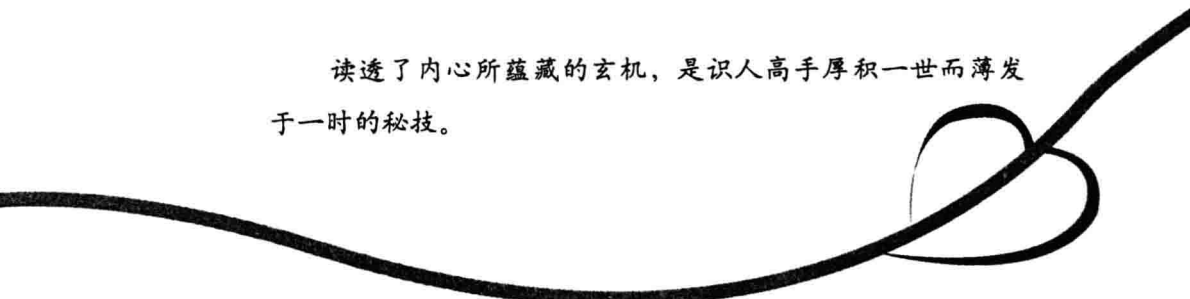
人对事物的感觉是其心理的真实反映，因此可以较为准确地反映出人的性格。因此，兴趣爱好也是我们洞悉对方心灵之门的重要着眼点。

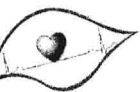
音乐洞开心灵之门.....	260
阅读是品性的烙印.....	262
在收藏中发现对方心底的追求.....	266
室内活动透视心理活动.....	268
从喜欢的体育运动透视对方.....	269
旅游方式折射性格差异.....	273
看电视最容易分清对方的关注点.....	275
益智游戏能反映一个人的智力.....	277
休闲嗜好是性格的最佳演绎.....	279
由喜爱的舞蹈看透对方.....	283
养宠物容易见人乐趣.....	284



第一章 通过外貌特征和面部表情 看透人心

读透了内心所蕴藏的玄机，是识人高手厚积一世而薄发于一时的秘技。





眉毛传递心理变化

眉毛能够传递人内在的心理变化。心理学家认为，眉毛有20多种动态，不同的动态可以表示不同的情绪。

有些时候，当我们的心情发生变化时，眉毛的动态也会跟着变化，从而产生许多不同的重要信号，下面我们从四个方面来详细地分析。

一、扬眉

当一个人的某种冤仇得到伸张时，往往会扬眉吐气。一个眉毛高挑的人，正是想逃离庸俗世事的人，通常有自炫高深的傲慢表现。单眉上扬，表示对别人所说的话，做的事不理解；双眉一起上扬，表示非常欣喜或极度惊讶。扬眉还可以表示危机减弱时，重新审视周围的环境。

如果两条眉毛一条上扬、一条下垂，它所传达的信息则介于扬眉与低眉之间，半边脸显得恐惧、半边脸显得激越。眉毛斜挑的人，心情往往处于怀疑状态，扬起的那条眉毛就像是提出一个问号。

眉毛打结，指眉毛同时上扬及相互趋近，和眉毛斜挑一样。这种表情通常表示严重的忧郁和烦恼，有些慢性疼痛的患者也会如此。急性的剧痛产生的是低眉而面孔扭曲的反应，而和缓的慢性疼痛才产生眉毛打结的现象。

有时候，眉毛的内侧端会拉得比外侧端高，而形成吊梢眉似的夸张表情，一般人如果心中并不是那么悲痛的话，是很难勉强做到的。

二、闪眉

闪眉，是指眉毛先上扬，然后在瞬间下降，这是一种友善的行为。比如说，当两位久别的老朋友相见的一刹那，通常会出现这种动作，而且常会伴随着微笑和扬头。但在握手、亲吻和拥抱等亲密动作时很难看到。

眉毛闪动若是出现在对话里，则表示加强语气。每当一个人说话时要强调一个字时，眉毛就会扬起并瞬间落下，这是在表示“我说的这些你可要听清楚了！”

三、皱眉

当受到侵略、心感恐惧时，人们通常会皱眉。在遭遇危险时，只是低眉不



够，还得将眼睛下面的面颊往上挤，以尽可能提供最大的防护，这时眼睛仍保持睁开并注意外界动静，这就形成了皱眉的动作。

这种上下压挤的形式，是面临外界攻击时典型的退避反应，眼睛突然见到强光照射时也会如此。当人们有强烈的情绪反应，如大哭大笑或感到极度恶心时，也会皱眉。

人们往往把一张皱眉的脸视为凶猛，而不会想到那其实和自卫有关。而真正侵略性的、一无畏怯的脸，反而是瞪眼直视、毫不皱眉的。

一个深皱眉头忧虑的人，基本上是想逃离他目前的处境，但是由于某种原因而不能这样做。一个大笑而皱眉的人，其实心中也有轻微的惊讶成分。

有些时候，皱眉还可代表怀疑、诧异、否定等。

四、耸眉

耸眉是指眉毛先扬起，停留片刻，然后再下降，通常还伴随着嘴角迅速往下一撇，而脸上其他部位却没有任何明显的动作。耸眉所牵动的嘴形是忧伤的，有时表示的是无可奈何，有时则表示的是一种不愉快的惊奇。另外，人们在强调自己所说的话时，也会不断地耸眉。

眼睛守不住内心的秘密

人们常说：“眼睛是心灵的窗户”，“眼睛是心灵的镜子”。画家的神来之笔常常就体现在眼睛上。因此，我们可以通过眼睛来窥视对方的心理状态。

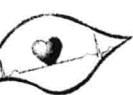
从医学的角度看，眼睛在人的五种感觉器官中是最敏锐的，大概占感觉领域的70%以上，因此被称“五官之王”。

深层心理中的欲望和感情，首先反映在视线上，视线的方向、移动、集中程度等都表达不同的心理状态，观察视线的变化，有助于人与人之间的交流。爬上窗台就不难看清屋中的情形，读懂人的眼色便可知晓人们内心状况。眼睛看人的方法由来已久。

史书《三国志》中就有这样的记载：

曹操派刺客去刺杀刘备，刺客看见刘备，并没有当时下手，而是与刘备讨论削弱曹操势力的策略。他的分析极合刘备的意思。

不久后，诸葛亮进来，刺客很心虚，便托辞上厕所。



刘备对诸葛亮说：“刚才得到一位奇士，可以帮助我们攻打曹操。”

诸葛亮却叹息一声，慢慢说道：“此人一看到我，神情畏惧，眼中时时露出忤逆之意，奸邪之形完全泄露出来，他一定是个刺客。”

于是，刘备连忙派人追出去，刺客已经跳墙逃走了。

诸葛亮在瞬息之间，透过眼神的变化，便看出一个人的目的和动机。这就说明，即使是一瞬即逝的眼神，也能发射出千万个信息，表达丰富的情感和意向，泄露心底深处的秘密。

人的个性是一成不变的，不管其修养功夫如何深远。俗语说：江山易改，本性难移，看人的个性还是简单的，而情的表现则不然。性为内，情为外，性为体，情为用，性受外来的刺激，发而为情，刺激不同。情所表现最显著、最难掩饰的部分，不是动作，也不是语言，更不是态度，而是眼睛，言语动作态度都可以用假装来掩盖，而眼睛是无法假装的。我们看眼睛，不重大小圆长，而重在眼神。

如果一个人的眼神沉静，便可明白他对于你着急的问题，早已成竹在胸，定操胜算。只要向他请示办法，表示焦虑，如果他不肯明白说，这是因为事关机密，不必要多问，只静待他的发落便是。

如果一个人的眼神散乱，便可明白他也是毫无办法，徒然着急是无用的，向他请示，也是无用的。你得平心静气，另想应付办法，不必再多问，这只会增加他六神无主的程度，这时是你显示本能的机会，快快自己去想办法吧！

如果一个人的眼神横射，仿佛有刺，便可明白他异常冷淡，如有请求，暂且不必向他陈说，应该从速借机退出，即使多逗留一会儿也是不适的，退而研究他对你冷淡的原因，再谋求恢复感情的途径。

如果一个人的眼神阴沉，应该明白这是凶狠的信号，你与他交涉，须得小心一点。他那只毒辣的手，正放在你的背后伺机而出。如果你不是早有准备想和他见个高低，那么最好从速鸣金收兵。

如果一个人的眼神流动异于平时，便可明白他胸怀诡计，想给你苦头尝尝。这时应步步为营，不要轻近，前后左右都可能是他安排的陷阱，一失足便跌翻在他的手里。不要过分相信他的甜言蜜语，这是钩上的饵，是毒物外的糖衣，要格外小心。

如果一个人的眼神呆滞，唇皮泛白，便可明白他对于当前的问题惶恐万状，尽管口中说不要紧，他虽未绝望，也的确还在想办法，但却一点也想不出