

打造成功心理系列

世上无难事

只怕有心人

只要留心观察

几秒钟就能让你看准对方心理

识别对方内心

从而练就

一眼看穿

一语道破

的高超技巧

瞬间读懂你

[日] 涉谷昌三◎著

科学出版社



深入了解其性格特征及优缺点

对症下药，找到与之相处的恰当方法

· 打造成功心理系列 ·

· 世上无难事 ·

· 只怕有心人 ·

· 只要留心观察 ·

· 秒钟就能让你看准对方心理 ·

· 识别对方内心 ·

· 从而练就 ·

· 一眼看穿 ·

· 一语道破 ·

· 的高超技巧 ·

·

·

瞬间读懂你

[日]

涉谷昌三

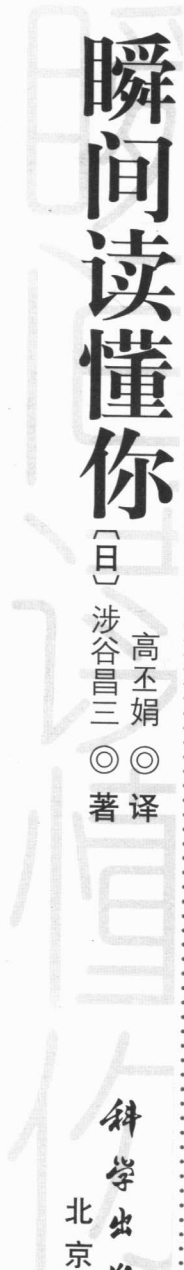
◎ 著

高不娟

◎ 译

科学出版社

北京



图字：01-2007-1201

内 容 简 介

古人云“事之至大，莫如知人”，也就是说再也没有什么事情比认清一个人更重要。但是，认人难，知心更难，“人心隔肚皮”要想了解一个人的所思所想真可谓难上加难。不过，本书可以帮你做到瞬间洞悉人心。本书从人们的外表特征、言谈举止、穿着打扮、工作习惯、兴趣爱好等几个方面对识别他人、看准对方心理作了详细的分析和介绍。本书通俗易懂，涉及内容广泛，涵盖了人的方方面面，希望在人生的道路上能够助你一臂之力，从而使你在风云突变的茫茫人海中寻找到心灵栖息的港湾。

本书是大众读物，适合希望改善自己的人际关系，在人际交往中达到事半功倍效果的人士阅读。

图书在版编目(CIP)数据

瞬间读懂你/(日)涉谷昌三著;高丕娟译. —北京:科学出版社,2007
(打造成功心理系列)

ISBN 978-7-03-018760-4

I. 瞬… II. ①涉…②高… III. 人间交往-社会心理学-通俗读物
IV. C912.1-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第038688号

责任编辑：王 炜 赵丽艳 / 责任制作：魏 谨

责任印制：赵德静 / 封面设计：目後视觉工作室

插图绘制：孔令维

北京东方科龙图文有限公司 制作

<http://www.okbook.com.cn>

科 学 出 版 社 出 版

北京东黄城根北街16号

邮政编码：100717

<http://www.sciencep.com>

天 时 彩 色 印 刷 有 限 公 司 印 刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2007年4月第一版 开本：A5(890×1240)

2007年4月第一次印刷 印张：9 1/4

印数：1—7 000 字数：128 000

定 价：25.00 元

(如有印装质量问题，我社负责调换〈双青〉)



内容简介

古人云“事之至大，莫如知人”，也就是说再也没有什么事情比认清一个人更重要。但是，认人难，知心更难，“人心隔肚皮”要想了解一个人的所思所想真可谓是难上加难。不过，本书可以帮你做到瞬间洞悉人心。本书从人们的外表特征、言谈举止、穿着打扮、工作习惯、兴趣爱好等几个方面对识别他人、看准对方心理作了详细地分析和介绍。本书通俗易懂，涉及内容广泛，涵盖了人的方方面面，希望在人生的道路上能够助你一臂之力，从而使你在风云突变的茫茫人海中寻找到心灵栖息的港湾。

本书是大众读物，适合希望改善自己的人际关系，在人际交往中达到事半功倍效果的人士阅读。

目 录

contents

第 1 章 聪明人,糊涂人,言行之中见分晓

- 1 初次见面看着对方的眼睛说话的人自信吗 ... 3
- 2 目不转睛凝视对方的人其言辞并不可信 6
- 3 谈话中视线游离不定的人是艺术家类型吗 ... 9
- 4 语速快脑子也快这一说法是否把握了重点 ... 12
- 5 嗓门越大的人性格越懦弱,越孩子气 15
- 6 电话中精神饱满的人,实际不善于交际 18
- 7 滥用指示代词的人无体恤心理,头脑迟钝 ... 22
- 8 会做铺垫的人能够进行顺畅的谈话 25
- 9 经常转变话题的人会失去朋友 28
- 10 喜用流行语和时尚词的人不懂周围气氛 ... 31
- 11 常迟到的人是缺乏危机意识的社会人吗 ... 34

- 12 轻易说 OK 的人,可能马上就会说 NO ... 37
- 13 桌上乱七八糟的人割舍不下过去 40
- 14 看起来呆头呆脑的人其实具有一技之长 ... 44

第 2 章 从若无其事的“动作”中看透对方的谎言

- 1 与眼睛和嘴巴相比,脚的动作更说明问题 ... 49
- 2 总是晃腿的人内心充满不平不满 52
- 3 盘腿坐着的人持有否定心理 55
- 4 探究对方前倾姿势代表好感还是敌对态度 ... 59
- 5 连续点头三次以上是 NO 的标志 62
- 6 揣着胳膊的人内心非常紧张 65
- 7 谎言具有欲盖弥彰的特点 68
- 8 通过眼神变化看穿对方的谎言是终极秘诀 ... 71
- 9 与自己同样的姿势和动作代表认同 74
- 10 模仿对方的动作会让对方不知不觉妥协 ... 77
- 11 通过“亲密程度标尺”来判断对方的态度 80
- 12 坐席位置表明了男女联欢会的结果 83
- 13 当对方的表情让人迷惘时,可以观察左脸 ... 86
- 14 谈话中双手托腮的女性内心正在寻求帮助 ... 89

第 3 章 从着装看性格

- 1 服装和装饰品都是隐藏自我本性的工具 ... 95

2	华丽的服装体现了本质上踏实牢靠的性格	… 98
3	喜欢名牌的人崇拜“传统”和“实绩”	… 101
4	追求时髦的人要“跟大家一样”才安心	… 104
5	频繁变换发型和装扮的人爱出风头， 没有常性	… 107
6	爱好服装游戏的人像孩子一样单纯	… 110
7	总是一身套装配领带打扮的人是“傻瓜 商人”	… 114
8	在家里的休闲服装体现一个人的本性	… 117
9	多数奇装异服的人出人意料地都是有 常识的人	… 120
10	鞋后跟的磨损程度跟心灵的压力大小 成正比	… 123
11	喜欢五颜六色的人其实性格非常复杂	… 126
12	头发遮耳的人“不想听任何人说话”	… 129
13	对待秃顶的态度和方式表明对年轻的 依恋程度	… 132
14	同人志痴迷作家使用纸袋的心理特点	… 136

第 4 章 通过其兴趣可以看透一个人的真意

1	喜欢高尔夫的人上进心强	… 143
2	喜欢团队游的人精神上正在承受着虐待	… 146

3 喜欢独自旅游的人是为家人着想的人	149
4 热衷于业余棒球的人是在“讨债”的人	152
5 职业棒球球迷在工作上是难对付的人	154
6 喜欢打麻将的人因为“能说会道”而很幸福	157
7 喜欢照相的人想通过自己看到的事物 引起大家共鸣	160
8 爱好读书的人留恋人世	162
9 古董收藏者渴望爱情	165
10 兴趣不断变化的人是乐天派	167
11 从事团体竞技的人追求良好的人际关系	169
12 市民赛跑者希望创造自己的最佳成绩	172
13 夸耀兴趣的人自我展示欲望强烈	175
14 以散步为兴趣的人具有自我控制力	178
15 喜欢喝酒的人希望具备自我控制力	180
16 喜欢到各地寻找美食的人想成为第一	182

第 5 章 通过一件小事看穿一个人的愚蠢程度

1 不能说出自己想法的人想寻找挡箭牌	187
2 以“敏感细腻之人”自居的人希望得到 关心照料	190
3 归咎于别人的人过度重视自我	193

4	总感慨没有得天独厚条件的人受害者 意识强烈	196
5	认为世界并不那么美好的人认为人生 有遗憾	199
6	总提醒对方换位思考的人想处于有利立场 ...	202
7	强调“无论谁都可能遇到这种事”的人 想把自己正当化	204
8	总说“那可属于常识范畴”的人试图为 自己辩解	207
9	说“这是因为我聪明”的人希望被表扬	210
10	说“知道这是怎么回事吗”的人总认为 自己正确	213
11	“下次我会认真对待”不值得信赖	216
12	羡慕别人无烦恼的人陷于自我烦恼之中 ...	218
13	说“有很多科学无法解释的现象”的人 童心未泯	221
14	说“这个不适合我”的人不愿付出努力 ...	224
15	说“我年轻的时候……”的人是在自慰 ...	227
16	说“请相信我!”的人得不到信任	229
17	说“他是婴儿潮一代啊”的人总找借口 ...	232
18	“是我吗?”如此反问的人自卑感强烈	235

19 “我知道”急于表现自己的人目光短浅	… 238
----------------------	-------

第 6 章 这些人的心声到底是什么呢

1 挡道的上班族正在斗争“内心的不安”	… 243
2 在电车上化妆的女性非常需要浓妆艳抹	… 246
3 深夜制造噪音的年轻人可能是真傻瓜	… 249
4 在酒场发表议论的人在宣扬内心的焦躁	… 252
5 说丈夫坏话的家庭主妇希望被认为优秀	… 255
6 晚上集会的年轻人是为了填补心灵的 空虚和寂寞	… 258
7 冬天穿半袖装的女性是因为没有冬衣吗	… 261
8 无业游民为何总童心未泯	… 263
9 爱用最新词汇的人能在其中体会到优越感	… 266
10 独自去唱卡拉 OK 的人想做任何事情	… 269
11 学英语的家庭主妇是为了消除衰老感	… 271
12 在咖啡馆或酒吧发牢骚的人不了解自己	… 274
13 热衷于摆弄道具的人实是在安抚自己	… 277
14 容易歇斯底里的人随时想拿别人撒气	… 279
15 吹毛求疵可以缓和气氛、平静他人心情	… 281
后记	… 285



**聪明人，糊涂人，
言行之中见分晓**

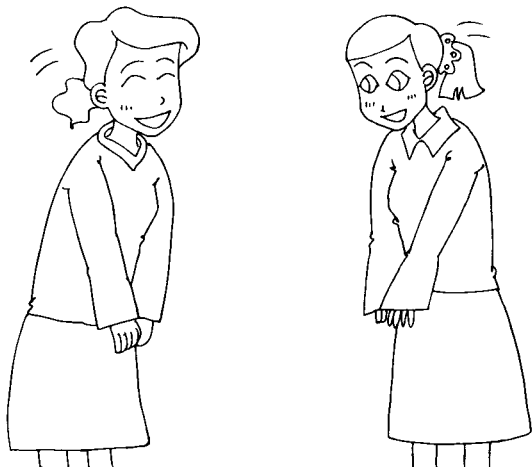
1 初次见面看着对方的眼睛说话的人自信吗

“初次见面,我是××。请多多关照。”……在这样做自我介绍的时候(或者被介绍给第三方的时候),看着对方的眼睛寒暄是作为一个社会人应该具有的基本礼仪,如果此时嘴上说着“幸会幸会……”一边把眼光转向旁边,可以说这样的人是非常不善于处理人际关系的。

在交换名片等一系列介绍的场面结束之后,一旦开始交谈,话题总是离不开手边的相关资料,“哎——预定下个月开始的那个工程情况怎样?……”而且,即使有时会看着对方的眼睛,可一旦目光相对也会马上移开。这样的人并不少见。

因为是初次见面,客气自然是避免不了的事情,但还有一个重要的原因,那就是源于不愿意打乱自我步调的心理,

“无论什么事情,开端是最重要的。我一定要把握住主导权。”“一定要在对方提出反对意见之前把自己的意见和条件全都说出来。”因而特意不让自己的视线与对方视线相遇。



4

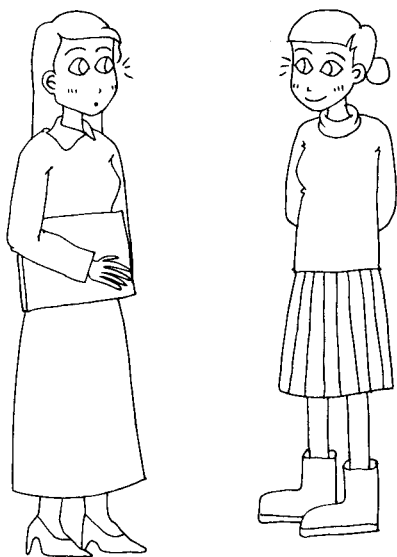
相反,即使是初次见面也能够紧紧盯住对方的眼睛谈话的人就没有这种不安和紧张心理。“我会留给他们什么印象呢?”“他们对这个策划案有什么看法呢?”他们并不如此介意对方的意见和观点,而是具有很强烈的说服对方的意识,“我(我们公司)是这样想的,也想这么做。”这样的人可以说是对自己的工作非常自信的人,是工作热情非常高的人。

话虽这么说,但也有相反的情况。有些人会目不转睛地凝视对方的眼睛,甚至到了让别人感觉到不自然的程度。俗话说物极必反,过犹不及,这样的人正是“对工作没有信心的人”,在他以飞快的语速讲述的过程中,我们可以猜到他的手心已经因紧张出汗而潮湿了。

2 目不转睛凝视对方的人 其言辞并不可信

关于在谈话中与对方四目相对的频率问题,男女之间是存在一定的差别的。无论是四目相对的次数还是四目相对的持续时间,女性都比男性的要多要长,这已经是定论,得到了大家的公认。

女性之所以会频繁地注视对方的眼睛,好像多数是由于好奇心和对方的亲密感情,但男性却是因为“过分地注视对方的目光是失礼的举动”这一心理在起作用而刻意避免双方四目相对的。因为注视对方的目光这一举动不仅能够表达自己对对方的好感和亲密感情,同时还具有探测对方、威胁对方的意思,所以,本来就具有攻击性的男性很担心会被对方认为自己是在威胁恐吓他们吧。



但是男性之中照样也有人喜欢目不转睛地凝视对方的眼睛。这样的人其实是在探测对方,“这个人心里正在想什么呢?”当然其本质是出于强烈的戒备心理,“嘴上说得天花乱坠的,可不要骗我哦!”暴露出他们正在试图了解对方语言背后的真正目的的这种心理。这样的人生性多疑,可以说他们基本上是不会相信任何人的。

如果在初次见面的时候就遇到了采取这种态度的人,那