

跨界心理学

陈邦伟 刘鹏 陈池明 著

行为

色彩

还在困惑吗？
你想要的心理学答案都在这里

销售

口才



您身边的

心理学

跨界心理学

陈邦伟 刘鹏 陈池明 著

行为

色彩

销售

还在困惑吗?
你想要的心理学答案都在这里



中国建材工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

跨界心理学 / 陈邦伟, 刘鹏, 陈池明著. -- 北京 :
中国建材工业出版社, 2017. 10
ISBN 978-7-5160-1977-1
I. ①跨… II. ①陈… ②刘… ③陈… III. ①心理学
—普及读物 IV. ①B84-49
中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第189339号

跨界心理学

陈邦伟 刘鹏 陈池明 著

出版发行: **中国建材工业出版社**

地 址: 北京市海淀区三里河路1号

邮 编: 100044

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京天恒嘉业印刷有限公司

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 11.25

字 数: 200千字

版 次: 2017年10月第1版

印 次: 2017年10月第1次

定 价: 43.80元

本社网址: www.jcbs.com

微信公众号: zgjcgycbs

本书如出现印装质量问题, 由我社市场营销部负责调换。联系电话: (010) 88386906

Abstract

内容提要

本书遵循心理学与艺术相结合的跨界形式，创造性地引用形象化设计语言来表达，使心理学基本概念和经典原理以生动形象艺术的阐释方式、清晰深刻地映刻在读者脑海中。

本书从行为、销售、色彩与口才四个方面进行跨界整合，系统地进行分析解答。在全书最后，读者可以根据自己的心情用色彩图案描绘一个喧嚣世界以外的花园，给浮躁的心带来平静祥和，控制情绪，调整心理状态，开阔视野。

本书适合白领精英、时尚人士、教育管理者、心理学爱好者、销售管理人员、艺术设计人员、服装设计师、学生等阅读参考。

Preface

前言

“为什么自己总会出现无法理解的行为？”“为什么自己的销售业绩总是不好？”“为什么自己的口才不具有说服力？”“为什么自己不懂内心中的性格色彩？”“如何让自己更加自信？”

本书将以跨界形式改变您的思维方法，教您更好地体验生活。教您学会处理各种心理及情绪困扰，从自卑变为想象不到的自信！

这本书为什么叫《跨界心理学》？按照生活中大众对于心理学的理解，认为任何学科都是以科学方法为主导，但在日常生活中有很多时候无法用单一的科学方法去解读，就需要我们整合心理学中的行为学、销售学、色彩学、口才学等多学科知识，来处理并解决问题。生活中不管您是否满意现有的生活状态，都会时不时出现理性与非理性的情绪变化，然后会有排斥情绪，不自觉地产生认知自卑。读懂《跨界心理学》这本书，将会改变您的心理状态。通过本书，您会了解跨界心理的奥秘，并学会通过沟通、交流等方式来表达自己的心情。

人们常说，心理学是打开人们知识宝库的钥匙，生活上最难打开的门是心门，生活上最难走的路是心路，生活上最难过的桥是心桥，生活上最难调整的是心态。可以说，心的改变，决定您的人生成败。因此，要成功，从心开始。从尊敬自己、欣赏自己开始，本书从心理学角度为您解答心中的这些疑问，教您学会欣赏自己，赶上时代的脚步，并用自己的生活方式，开启心灵密码，激发潜能，调动积极情绪，化解消极情感和心理危机，造就成功幸福的人生。

总之，《跨界心理学》一书集趣味性、知识性、艺术性、启发性于一体，将会深深吸引读者，使读者了解在生活中，心灵是那么丰富多彩，心理知识是那么益智有趣。它让我们认识到心灵可以散发出最有力量的灵感。让诸位读者朋友在读完本书后，充分发掘自己与生俱来的特性并及时规划未来发展，使您更自信地去掌握自己的命运，这就是本书的目的所在——相信自己最重要。

本书在选题、内容和设计的工作中得到了黄聪、杨艺兵、龚昀、许震、陶磊、黄尚、王凯、郭肇基、杨金舟、柳样春等设计师的大力支持，在此表示感谢。



生活魅力来源启邦

众所周知上海具有购物激情和浓郁商业气息

十里洋场处处展现出商业前景

上海又是D. G. G品牌事业的创始地

海派精神铸就了D6G的企业文化

若把D6G比作一艘远航的巨帆

那么上海就如承载着它远行的大海

D6G在这座古老而现代

传统却更前卫的国际化大都市里畅游前行着



目录

行为心理学

Behavior Psychology



会让女人变丑的危险动作·····	02
从洗澡习惯看出个人性格·····	04
从床上细节看出他多爱你·····	06
从拥抱姿势揭露个人心理·····	08
从“笑”看懂对方心理秘密·····	10
睡姿暴露出女性的小秘密·····	12
从点菜可以看出性格缺陷·····	14
从衣服颜色看出男生内心·····	16
微信头像说明了你的性格·····	18
出轨心理是这样被暴露的·····	20
教你看玩暧昧还是想交往·····	22
可以出卖你性格的小动作·····	24
从握手窥探你的内心秘密·····	26
酒后看出他人的性格特点·····	28
男生喜欢一个女生的表现·····	30
从喜欢吻女人哪里看性格·····	32
男人的身体语言暴露性格·····	34
透过手势解读其行为心理·····	36
从步伐节奏分析人的性格·····	38
男生点赞背后的六种含义·····	40

消除客户害怕受骗的心理·····	44
给你带来成功的交易心理·····	46
一眼看穿在你面前的客户·····	48
向客户报价千万别那么快·····	50
大部分中国人的消费心理·····	52
销售潜规则中的几条铁律·····	54
几个小动作助你提升自信·····	56
几个很准的社交心理现象·····	58
销售淡季提高销量的秘诀·····	60
销售中你可能没注意的点·····	62
做销售要知道饭局潜规则·····	64
打动六类客户该说什么话·····	66
放下你外表的自卑和偏见·····	68
销售要有麻将高手的精神·····	70
改变抱怨心态的训练方法·····	72
内向的人更容易做好销售·····	74
客户为什么不喜欢接电话·····	76
销售就是读懂顾客的心理·····	78
销售人员必备的黄金观念·····	80
如何培养消费者的信赖感·····	82

目 录

销售心理学 Sales Psychology



目 录

色彩心理学

Color Psychology



用色彩改变他人眼中的你·····	86
女性恋爱时的色彩心理学·····	88
产生色彩心理差异的原因·····	90
透过色彩看你心底的秘密·····	92
与生活相关的色彩心理学·····	94
人体色与服饰色彩的关系·····	96
色彩疗法可治愈不同疾病·····	98
色彩传达可产生感觉信息·····	100
时尚靓丽的服装色彩搭配·····	102
服装色彩搭配技巧的运用·····	104
喜欢黑色系的人心理解析·····	106
色彩心理学中白色的解密·····	108
色彩心理学中绿色的解密·····	110
色彩工学在产品中的作用·····	112
对于品牌中色彩的重要性·····	114
教学中色彩心理学的运用·····	116
灯光师需知的色彩心理学·····	118
色彩在室内设计中的应用·····	120
色彩对网页设计的影响力·····	122
能让心情变好的七种色彩·····	124

教你事半功倍的销售术语..... 128

初次见面说讨人喜欢的话..... 130

让口拙的你变得巧舌如簧..... 132

教你电话销售的说话技巧..... 134

将平淡如水变成风趣幽默..... 136

摆脱沟通恶习的沟通技巧..... 138

让好口才决定你的好人生..... 140

教你提高口才的训练方法..... 142

把握说话节奏呈现音乐美..... 144

学会面试中语言沟通技巧..... 146

增强感情的家庭说话技巧..... 148

向领导提建议的说话方式..... 150

提高说服力的五个心理学..... 152

缓解电话沟通中的尴尬局面..... 154

恋爱中需掌握的说话技巧..... 156

展现幽默口才的几项禁忌..... 158

销售员不能害怕当众说话..... 160

从说话方式中去发现性格..... 162

演讲心理迅速调整的技巧..... 164

700 倍提升你的口才能力..... 166

目 录

口才心理学 Eloquence Psychology



行为心理学

Behavior Psychology

瞬间读懂他人小动作背后隐藏的小秘密，破解人性密码，呈现行为奥秘！

比读心术更有效，比攻心术更直接！看过本章，秘密不再是秘密！

留心观察自己与别人的行为，就会发现，我们身体的一举一动都在告诉别人：我是什么样的人。同理，我们可以根据对一个人个性的了解，预见其未来行为。

每个人都希望了解自己，了解他人。人的心理并非琢磨不透，其实它很简单，行为心理学通过行为分析心理，让你在日常生活中逐渐了解到自己的内心深处，并帮助你分析你周围人的行为和个性。

希望本章能给那些不善于识人的读者指点迷津，在学会识人辨人方法的基础上，掌握为人处世的策略，不仅在职场中如鱼得水，还能收获幸福美满的婚姻，达到无往不胜的高超境界。

行为心理 Behavior Psychology

会让女人变丑的危险动作

生活中，女性朋友常常为皮肤保养问题而烦忧，经常用一些护肤品和化妆品来护住我们的“面子”。然而却始终抵挡不住岁月的无情。其实呢，生活中我们不经意的一些小动作就有可能加速了我们的衰老，这些你一定要注意哦！

有人说，岁月是把杀猪的刀，年龄老化会让女人的美貌失色，但其实真正让女人变丑的原因还有很多。每天我们生活都马不停蹄，漂亮精明的女人对自己的容颜不可匆忙对待。女人有的越长越漂亮，而有的却越长越丑了，令你多日保养的结果功亏一篑。

比如平时无聊的时候常常会发呆，有时候就喜欢一边用手撑着脸，一边想一些事情。其实手在托腮的时候，手掌会对脸部的皮肤造成拉扯，如果经常这么做就很容易长出皱纹来。与皮肤因环境影响所导致的细纹、幼纹不一样，这条纹如果长出来了往往就是一辈子都消不掉。另外，这个动作是勾背的，容易造成驼背，而且手上如果不干净还会对皮肤造成感染。

再美的美人，若不注意保养，都会在时间面前败下阵来。要想10年之后依旧是个美人，以下几个动作一定要杜绝。



挤眉弄眼

在说话或做表情时，夸张一点儿就会这样，长期如此额头上的五线谱会悄悄出现。任何拉扯皮肤的动作重复多次都会生皱纹，即使是说话时眨眼睛或挑眉。

偏爱某侧牙齿

长期保持单侧咀嚼的坏习惯，会让经常咀嚼食物那边的面部肌肉越来越强壮，而另一边面部肌肉则由于经常不用而退化。久而久之，就会造成左右面部大小不同，形成“大小”脸。

亲手战“痘”

自己挤痘痘容易引起红肿发炎，留下痘疤。一个可恶的痘痘从出现到消失的时间不过两三天，但如果挤破它造成感染，痘疤消失的时间是一个月甚至更长。

用手撑脸

长此以往会生成永久性的皱纹。托腮时，手掌对脸部的挤压会造成脸上的皮肤被拉扯，很容易出现皱纹。最可怕的是，这个动作一旦造成皱纹，可就是永久性的。

超时敷面膜

长期超时敷面膜会导致皮肤变干、过敏，还会变老。一般面膜在脸上的停留时间不宜超过 15 分钟。敷面膜超时后，面膜会倒过来从肌肤中吸收水分，影响皮肤吸收营养和分泌油脂，引起过敏。

常皱鼻子

脸上最早出现皱纹的部位，就是常受表情肌牵动的部位，像眼尾、眼下、眉心、额头等。肌肤偶尔受到牵动时有纹路出现，但只要表情恢复纹路就不见了，还不必担心。

行为心理 Behavior Psychology

从洗澡习惯看出个人性格

每一个人都有属于自己的习惯，好的习惯可以改变一个人的命运，注定一个人的前途。人与人之间的习惯都各不相同，有的人习惯好，有的人习惯差。

教养体现素质，素质展现自我，变通成为习惯，习惯改变命运。养成一种好的习惯不易，而学习一种“下九流”习惯却很快。习惯在分类中没有什么清楚的界限，有生活中的习惯，学习中的习惯，工作中的习惯，也有与人交往中的习惯等。

在日常生活中，我们都会有一种自己的生活习惯，就如同穿衣戴帽一样，各有自己的一种风格。平日喜欢什么品牌总是用这一种作为自己的独有“专利”，平日喜欢什么颜色总是将它作为自己的“性格”，平日喜欢什么食物总是“死守”这一块“阵地”。

习惯是一件以小见大的事情，从习惯能真切地看出一个人的性格，瞒不了人。现在从洗澡习惯测测你的内在性格如何吧！



习惯晚饭之后才洗的人

属于做事比较慢条斯理型的人，喜欢趁着洗澡时沉淀一下思绪，并悠游自在地享受洗澡的乐趣。不会情绪化，对事物的喜恶不易表现出来。

看完电视后才洗澡的人

很重视满足自己的欲望，比较不会事先规划再做事，尽管他们目标定得很高，但是他们做事的态度非常脚踏实地，不好高骛远，他们的应变能力也不差。

在洗完澡后才上班的人

属于比较精明的，他们对于数字很有观念，对于理财更是有一套，做一件事之前会先评估许久，对一切已经做好万全的准备之后才会开始行动。

习惯在吃晚饭前洗澡的人

通常他们比较不爱泡澡，因为这对于凡事喜欢速战速决的他们来说太浪费时间，他们喜欢按部就班地将所有规划的事情做好，而不愿意拖拉。

习惯上床睡觉前洗澡的人

喜欢追求温柔又美丽的一段感情，他们的感情故事也相当具有浪漫色彩。通常他们比较喜欢独来独往，不习惯过团体生活，在生活方面也不喜拘泥于形式。

喜欢跟家人排序洗澡的人

习惯接受他人的安排、意见与看法，很好相处，其人格方面协调性也强，会站在别人的立场为其设想，不会自私地只会去自扫门前雪。

行为心理 Behavior Psychology

从床上细节看出他多爱你

爱是千古难题之一，苦于你难以分辨对方是真心还是假意，该拒绝还是接受。男人的嘘寒问暖、呵护备至，往往让人意乱情迷。真心与暧昧，表象很接近，本质却是天与地，女人需要及早分辨，别让他该死的温柔耽误自己的大好年华。

现代生活节奏越来越快，与人相处的时间越来越短，与妹子相处，性趣不合最终也是白搭。很多时候，很多在恋爱中的女生都会有一种患得患失的感觉，她们会想这个男人是不是真的爱我？毕竟只有确定了心里才会更踏实一点，那么男人爱不爱你有什么表现？怎么知道一个男人爱不爱你呢？要如何去判断一个男人是否爱你。

你的男人到底有多爱你，他平时的表现是否反应了他的真实一面？你跟他在爱爱的时候，他跟你是否有眼神接触呢？他在跟你亲热的时候是喜欢将房间的灯光调暗或熄掉，亦或是就任由灯开着，让彼此可以欣赏对方的每一个细微变化呢？很多人可能会想，睁着眼睛爱爱不是很奇怪吗？其实从你们之间的“爱爱”细节就可以判断出他对你到底是虚情假意还是全心全意的。