



练就一双“火眼金睛”，
在瞬间识别人心；
打造一个“显微镜”，
在瞬间看透人性。



朱岩 / 编著



一个手指头、一条眉毛、一个发型、
一顶帽子、一双鞋子、一个饰品、
一张名片、一句口头禅……
就可以让你看透一个人，
不再为人烦恼！

瞬间看透 你周围的人

成就人生的第1步跨越！

吉林大学出版社



瞬间看透 你周围的人

成就人生的第二步跨越！

朱岩 / 编著

吉林大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

瞬间看透你周围的人/朱岩编著. —长春: 吉林大学出版社, 2009. 8
ISBN 978-7-5601-4719-2

I. 瞬… II. 朱… III. 人际交往—通俗读物 IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 153020 号

书名: 瞬间看透你周围的人
作者: 朱 岩

责任编辑、责任校对: 王世林
吉林大学出版社出版、发行
开本: 787×1092 毫米 1/16
印张: 17 字数: 150 千字
ISBN 978-7-5601-4719-2

封面设计: 思想工社
三河市佳星印装有限公司 印刷
2009 年 11 月 第 1 版
2009 年 11 月 第 1 次印刷
定价: 29.80 元

版权所有 翻印必究
社址: 长春市明德路 421 号 邮编: 130021
发行部电话: 0431-88499826
网址: <http://www.jlup.com.cn>
E-mail: jlup@mail.jlu.edu.cn



前 言

西方心理学家佛洛伊德曾有一段经典名言：“任何人都无法保守他内心的秘密。即使他的嘴巴保持沉默，但他的指尖却喋喋不休，甚至他的每一个毛孔都会背叛他！”

你每天接触最多的是人；对你帮助最多的是人；最使你迷惑的是人；最让你无可奈何的是人；最令你意想不到的也是人。

你希望：在人海中，一眼辨别出自己的真爱；在家庭里，轻易察觉家人言行背后的渴望；在办公室中，受到同事们的欢迎；在聚会中，成为众人环绕的焦点；在面试时，迅速判断主考官的性格；在业务中，瞬间读懂客户的真实想法……

你需要知道别人需要的真实的报答；

你需要清楚别人内心的真实的想法；

你需要了解别人隐藏的真实的渴望；

你需要掌握别人背后的真实的动机；

……

一句话：你需要瞬间看透周围的人。

可是似乎没有人认为瞬间看透人心很容易。

古人说：“人心隔肚皮”，“画虎画皮难画骨，知人知面不知心。”

今人道：“眼睛看到的不一定真实，嘴巴说出来的不一定是真心话。”

无论古人还是今人，好像有一种默契似的，异口同声地感慨着：识人难，看透人更难！

瞬间看透人心，读懂脑中的思想、洞察内心的玄机、把握语言的内涵，可以让你以静制动，以不变应万变，从而使你在生活中挥洒自如、自由惬意；职场中左右逢源，如鱼得水；交往中泰然自若，步步为盈。从而让世界尽在自己的掌控之中，人生尽在自己的掌握之下。

如果你足够耐心地、细心地看完本书，你会发现看透人心并不像想的那么



难。关键就是：把握细节。

一个手指头、一条眉毛、一个发型、一顶帽子、一双鞋子、一个饰品、一张名片、一句口头禅……

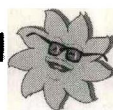
这些看似无关紧要的小细节，却表露着一个大大的“人”。只要我们细心一点，就可以通过这些不为人注意的细节达到“一叶知秋”，然后“顺藤摸瓜”，最后“知人知面又知心”。

为了使忙碌的你速练就一双“火眼金睛”，在瞬间识别人心；打造一个“显微镜”，在瞬间看透人性。我们编撰了这本《瞬间看透你周围的人》。

本书内容详实精辟、结构严谨，而且文字通俗、论述浅显易懂，是一本集科学性和实用性于一体的理想读物，从一个个不为人重视的细节分析人背后所掩藏的真实的内心世界，可以为不善识人的你指点迷津，让你迅速掌握察言观色之诀窍，从而辨人于弹指之间，现人于咫尺之内，掌控人际交往主动权，做人际博弈中的赢家。

也许你也努力过，你看了很多关于“识人、鉴人、察人”的书籍，却发现效果微乎其微，“人”依旧让你困惑不已。

不要放弃，来阅读《瞬间看透你周围的人》吧！它会让你轻松破解别人的心理密码，最终摆脱“人”的困扰，在“人海”中快乐畅游！



目 录

第一章 由表及里，衣着打扮读人心

一个人的心理往往表现于外表，衣着打扮，先有三分气象。第一印象中的相貌、服饰等对于感知者来说都是新的信息，它对感官的刺激也比较强烈，有一种新鲜感，这就如同在一张白纸上，第一笔抹上的色彩总是十分清晰、深刻一样。

1. 着装显示人的个性 / 3
2. 学会以帽识人 / 5
3. 鞋子彰显个性 / 7
4. 饰品传达人的心理 / 10
5. 着装颜色透露人的性格 / 11

第二章 知人知面不知心

俗语说：“人心之不同，各如其面。”人的个性不同，犹如人之容貌，千千万万，各有特色，以致人们的思想、言语、行为与别人不同。所以，人与人当面接触的时候第一眼往往看对方的相貌，对交往者有一个初步的判断。

1. 人心不同，各如其面 / 17
2. 从发型看个性 / 19
3. 眉毛表现人的心态 / 21
4. 眼睛是心灵的窗户 / 23
5. 鼻子“凸显”真性情 / 26
6. 从嘴巴了解人的性格特征 / 28



- 7. 左右他人印象的下巴 / 29
- 8. 表情显示内心活动 / 32
- 9. 气质是人的综合反映 / 34

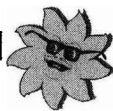
第三章 不同的姿势反映不同的心态

人的行为举止，在日常生活里时刻都在表露着人的思想、情感以及对外界的反映，虽然它可能是自觉的，也可能是不自觉的。不同的姿势有其不同的作用、不同的表现，反映着人的不同心态，同时也会给他人以不同的印象。

- 1. 拍案而起：显示威慑力 / 39
- 2. 跷大拇指：称赞他人 / 40
- 3. 拳头是力量的体现 / 42
- 4. 手势上扬显个性，手势下劈有力度 / 44
- 5. 坐姿是心灵的暗示 / 46
- 6. 站姿是性格的一面镜子 / 49
- 7. 走姿折射人的内心世界 / 51
- 8. 睡姿显露人心 / 54
- 9. 读懂女性的体态语言 / 56
- 10. 细察对方的习惯小动作 / 58
- 11. 从打电话的动作观察人 / 61
- 12. 识别说谎者的假动作 / 64
- 13. 从体型姿态看人性格 / 66

第四章 兴趣爱好是人的心理写照

人们的精神生活越来越丰富，在学习工作之余，人们会选择适合自己的休闲娱乐方式来放松自己。这种休闲娱乐方式的选择往往是与个人的兴趣爱好相挂钩的。人的兴趣和爱好完全由他们的性格所决定。

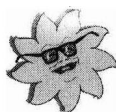


1. 音乐偏好泄露人格特质 / 71
2. 从喜爱的童话观察人 / 73
3. 阅读爱好是性格的指标 / 75
4. 笔迹是人潜意识的自然流露 / 77
5. 性格隐含在收藏品中 / 80
6. 从喜欢的玩偶和宠物了解人的心理 / 82
7. 舞蹈透露人的心理特征 / 83
8. 棋盘中的性情流露 / 85
9. 旅游偏好窥探人的内心世界 / 87
10. 不同的人喜欢不同的益智游戏 / 88
11. 由喜爱的汽车了解人 / 90
12. 有什么样的癖好，就有什么样的性格 / 93

第五章 闻其声而知其人，闻弦琴而知雅意

人的声音随着内心世界的变化而变化。闻声知人是看透他人心灵的妙招之一。识人的时候，听人的声音，要去辨识其独具一格之处，不一定完全与五音相符合，但是只要听到声音，就要想到这个人，这样就会闻其声而知其人。

1. 闻弦琴而知雅意 / 99
2. 花言巧语不可信 / 101
3. 从语言辨析人的品德情操 / 102
4. 对传闻要有选择 / 104
5. 哭笑声也会泄露线索 / 106
6. 小口头禅露出大秘密 / 109
7. 电话交谈有秘密 / 111
8. 聊天场合使人的性格暴露无疑 / 113
9. 语音是人的第二种表情 / 115
10. 语速体现人性 / 117
11. 谈话主题暴露个性 / 119
12. 招呼语传达的信息 / 121



- 13. 受到表扬时的态度也能暴露信息 / 124
- 14. 无法掩饰的说话方式 / 125

第六章 日常生活习惯表露人的性格

一滴水可以折射出太阳的光辉，一些平淡无奇的日常生活习惯都是性格的缩影，习惯与性格之间不仅有必然的联系，而且有规律可循，如果仔细品读，我们可以在较短的时间里识别各种各样的人。

- 1. 通过签名解读人的性格 / 131
- 2. 在吞云吐雾中窥探人的内心世界 / 134
- 3. 看电视显示的性格特点 / 137
- 4. 从端酒杯的姿势中发现个性 / 138
- 5. 处理信件方式的性格暗示 / 140
- 6. 刷牙展现人的性情 / 142
- 7. 洗澡方式暴露人的内心秘密 / 144
- 8. 运动方式是性格的外露 / 147
- 9. 从驾车方式探秘人的心理 / 151
- 10. 储蓄习惯泄露人的性格秘密 / 154
- 11. 从付款方式看人的真实性格 / 156
- 12. 购物习惯流露出一个人的个性 / 158
- 13. 从烹饪方式看透人的心理 / 160
- 14. 从饮食习惯观察人心 / 163
- 15. 卧室风格暗示人的个性 / 166

第七章 职场复杂，人心难测

一个成功的职场人士，具有瞬间看透人的心理活动的本领，在职场上往往能够游刃有余，无往而不胜。瞬间准确地把握与判断，来自你日常生活中的仔细观察和积累，只有看透对方的内心，才能掌握对方的长处与短处、优势与劣势，才能制其人、攻其心。



1. 识人是用人的基础 / 171
2. 不要被第一印象迷惑 / 173
3. 识人先识德 / 177
4. 识别人的不同类型 / 180
5. 用人不能看出身门第 / 184
6. 不能重用的 7 种人 / 187
7. 摸准上司的脾气 / 189
8. 看清七种危险同事 / 194
9. 警惕同事中的各种“小人” / 196

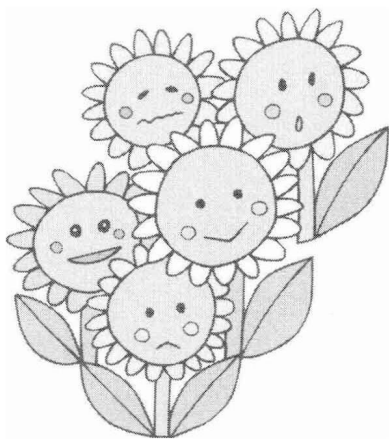
第八章 待人处世显人心

如何看待自己的认知者的待人处世，对于全面认知他人具有重要作用。有些待人态度与接物姿势，对一个人来说是比较稳定的。他如果对别人不很积极，那对你也就不会怎么积极，如果他对别人忠诚厚道，那也就会一如既往对待你。

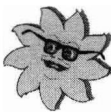
1. 利用首因效应，留下良好第一印象 / 203
2. 朋友是一个人的“影子” / 205
3. 好友亲密要有度 / 207
4. 小名片读出大学问 / 209
5. 多角度，全方位识人 / 212
6. 礼物往来流露人的个性 / 214
7. 握手方式显示人的性格 / 216
8. 患难之中见真情 / 218
9. 坦诚是友谊的源泉 / 220
10. 路遥知马力，日久见人心 / 221
11. 诚信是做人的基本准则 / 223
12. 看他如何对待上司和前辈 / 226
13. 量情度义识人心 / 227

由表及里，衣着打扮读人心

第一章



一个人的心理往往表现于外表，衣着打扮，先有三分气象。第一印象中人的相貌、服饰等对于感知者来说都是新的信息，它对感官的刺激也比较强烈，有一种新鲜感，这就如同在一张白纸上，第一笔抹上的色彩总是十分清晰、深刻一样。



1. 着装显示人的个性

爱美是人的天性。许多人为了使自己看上去更漂亮、更有气质和风度，热衷于装扮自己。走在大街上，套着精美服装的各色人群让人眼花缭乱。绚丽多彩的服装是否会遮挡住他们的内心世界呢？心理学家告诉我们，穿着是一个人思想理念和个性的外化，他们的心态会透过衣着的风格、颜色、质料等袒露无疑。

在日常生活中，有的人喜欢穿显眼的华丽服装，有的人却喜爱朴素的衣服，这就缘于人的不同个性。

一般来说，喜欢穿简单朴素衣服的人，性格比较沉着、稳重，为人较真诚和热情。这种人在工作、学习和生活当中，对任何一件事情都比较踏实，肯干，勤奋好学，而且还能够做到客观和理智。但是如果过分的朴素就不太好了，这种情况表明人缺乏主体意识，软弱而易屈服于别人。

喜欢穿单一色调服装的人，多是比较正直、刚强的，理性思维要优于感性思维。

喜欢穿浅色便服的人，大多性格比较开朗，且喜欢结交朋友。

喜欢穿深色衣服的人，性格比较稳重，显得城府很深，不太爱多说话，凡事深谋远虑，常会有一些意外之举，让人捉摸不定。

喜欢穿式样繁杂、五颜六色、花里胡哨衣服的人，多是虚荣心比较强，爱表现自己而又乐于炫耀的人，他们任性甚至有些飞扬跋扈。

喜欢穿过于华丽的衣服的人，表示这个人的自我表现欲特别强烈，但是，假使这种华丽程度太过份的话，就成了所谓的奇装异服了。一般而言，穿着这种服装的人，除了自我表现欲强烈之外，获取金钱的欲望也很强烈。

喜欢穿流行时装的人，最大的特点就是没有自己的主见，不知道自己有什么样的审美观，他们情绪不稳定，且无法安分守己。

喜欢根据自己的嗜好选择服装，而不跟着流行走的人，多是独立性比较强，有果断决策力的人。

喜爱穿同一款式的人，性格大多比较直率和爽朗，他们有很强的自信，爱



憎、是非、对错往往都分得很明确。他们的优点是做事不会犹豫不决，而是显得非常干脆和利落。言必行，行必果。但他们也有缺点，那就是清高自傲，自我意识比较强，常常自以为是。

另一种与服装的关系密不可分者，就是所谓的流行与心理的关系。法国启蒙思想家伏尔泰，曾经比喻流行这一现象为“善变而烦人的女神”。当然有不少人极容易受这位“女神”的诱惑，但是也有完全不在乎的人。一般说来，女人在意流行，而且容易受流行的影响。此乃源于女人特有的气质，心理学上称之为“同调性”。不过，现在追求流行的男人的数量，似乎也显著增加，这些人都属于顺应体制型，同时也是对自己缺乏信心的表现。换句话说，转换成对他人表现权威的心态了，亦即有补偿自卑感的作用。

法国的服装设计大师皮尔·卡丹就是一位通晓人类心理的大师。他设计的服装之所以能够风靡全世界，就是因为他把握了人类弥补内心不足的动向，针对不同种性格，设计出款式不同的服装。他深知人类的个性是共通的，抓住了人类的心理活动特征，看穿了服装对人类的实际意义，终于获得了巨大的成就。

由服装了解他人所应该注意的一项要领，也就是要注意服装的变化。服装当然足以反映出个人的喜好。每个人都有各自喜爱的形式、色调以及质料等等。一般来讲，在一个公司的桌子上，如果放着一件上衣，就凭该上衣的类型、颜色等，便能够让人猜出大概是属于什么样的人。

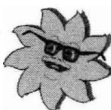
可是，有时候，我们也会碰到随时改变其所好，让人无法了解其真正喜好的服装为何的人。这种人的情绪大都不稳定，或者也可能由于希望脱离单调的工作，向往富于变化的生活，以致有此逃避现实的表现。

还有一种人，一向穿着特定格调的服装，可是，突然之间，穿起完全不同格调的服装来。这种人大多数是在物质或者精神方面，遇到了重大的刺激，他的思维方式受到新观念的影响，从而表现在服饰上的重大调整。

在中国古代，有位少数民族的国王，为了学习汉族的优秀文化艺术，首先从服装上做起，从意识形态上强化对汉族文化的接纳，最终获得了良好的效果。

服饰是流动的文化，同时也是心灵自我显露的展示台。留意于一个人的着装的色彩选择上，可以看出他的性格特征和心理动向。

服饰表现个性。通过对一个人的穿着打扮的观察，可以明显地发现一个人的内在气质。“服饰是第二种皮肤”，也是人们了解他人的一个途径。



2. 学会以帽识人

帽子不仅仅只有御寒的功能，它还能起到美观和树立人的某种形象的作用。世界各地都在生产形式各异的帽子，出入任何一家娱乐场所、大型酒楼、餐馆，都会看到衣帽间的牌子。这说明帽子对于一个人来说，有着很重要的用途，它可以帮人建立某种形象，使人的个性在众人面前得以展现。

(1) 爱戴礼帽的人

爱戴礼帽的人所穿的皮鞋往往擦得锃亮，而且所穿的袜子也一定给人以厚实的感觉。他们比较清高，有些自命不凡，看不起他人。他们自认为是块料，能干大事，对个人前途有远大的抱负，但是过分保守和缺乏冒险精神的性格，让他们很快发现：行动比想象要困难得多。

在生活中，他们经常表现地热爱传统：喜欢听古典音乐和欣赏芭蕾舞等，与流行歌曲无缘，有时他们甚至站出来反对这些他们自认为是糟粕的东西。他们欣赏一个男人穿西服、打领带，一个女人穿套装、旗袍，从不正眼瞧袒胸露背穿超短裙的女人。他们的愿望是让人觉得自己稳重，有绅士风度。

在人际关系上，他们可能会拥有一个自己的圈子，但很难找到能够交心的朋友。

(2) 爱戴旅游帽的人

如果一个人常常喜欢戴着一顶旅游帽，那么我们可以这样解读他：他不是心地诚实的人，在事业上善于投机钻营，有时也会收到不错的效果，但是“日久见人心”，最终也就会被他的上司和同事看穿。他的内心世界与外在表现有很大的出入，真正能够了解他的人很少。

常常喜欢戴旅游帽的人还自以为是，爱耍小伎俩。在别人面前既唱红脸又唱白脸，以为自己做得天衣无缝。但是没有拆不穿的“西洋镜”，别人会渐渐地发现他是个不可深交的人。因此他真正的朋友不多，多半是与他面和心不和的人。即使他能看出自己的缺点，但由于本性所致，他终究还是那副德性。



(3) 爱戴鸭舌帽的人

一般有点年纪的人才戴鸭舌帽，它显示出稳重、办事忠实的形象。如果男人戴这类帽子，那么他会认为自己是个客观的人，从不虚华。面对问题时，总能从大局着想，不会因为一些旁枝末节而影响整个大局。

有时候他自认是老练的人，在与别人打交道时，就算对方胸无城府，他还是喜欢与别人兜着圈子玩，即使把对方搞得晕头转向，也不直接说出他的心思。

他之所以这么做，是因为他是个会自我保护的人，不愿轻易让别人了解他的内心。他不是个攻击型的人，但是个很会保护自我的防守型的人，所以他很少伤害别人，但也不容许别人伤害他。

他是个很会聚财的人，相信艰苦创业才是人生的本色，多劳多得是他的信条，他从不相信不劳而获或少劳而获，他认为他所拥有的财富来之不易，所以他从不乱花一分钱。

(4) 爱戴彩色帽的人

这种人在衣着时，清楚在不同的场合、穿不同颜色的服装应该配不同颜色的帽子。

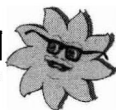
他们喜欢色彩鲜艳的东西，对流行非常敏感。他们希望别人对他们的评价是：生活过得多姿多彩，懂得享受人生，并且总是以弄潮儿的身份走在时代前列。

他们是一群害怕寂寞的人，因为他们精力旺盛，朝气蓬勃，他们经常邀请伙伴们一起玩耍，高呼“人生得意须尽欢”。然而，曲终人散的时候，他们常常会品尝到更多的寂寞和痛苦。

对于工作，他们随意性比较大。心情好的时候，干劲十足；心情不好的时候，就消极怠工。

(4) 爱戴圆顶毡帽的人

爱戴圆顶毡帽的人大多外柔内刚，表面上对人唯唯诺诺，实际上却对别人的言行常常心存抵触。他们有自己的想法，但是不愿意搬上台面。在为人处世的时候，习惯扮演老好人的角色。在很多时候，他们缺乏主见，遇到事情就方



寸大乱。

从本质上讲，这种男人属于忠实肯干的人，他们相信“付出终有回报”的箴言。在他们平和的外表下，有一颗执著追求的心。他们相当痛恨不劳而获的人，相信“君子爱财，取之有道”，对不义之财从不染指，是别人眼中的“老实人”。

在工作中，他们会全力以赴，投入巨大的精力和热情。对于报酬，他们只拿属于自己的那一份。他们的美德常常能赢得别人的尊重。

在选择朋友方面，他们表面随和，其实颇为挑剔，他们认同“道不同不相为谋”的古训，因此除非对方和他们有共同的追求和相近的观念，否则他们是不会考虑与之深交的。

3. 鞋子彰显个性

鞋子，对脚能起到保护的作用，这只是一方面；另一方面，我们在观察他人的鞋子的时候，除了注意其美观大方外，还可以通过它对一个人的性格进行观察。

可以说，身上的每一个着装元素都在无意中表白了一个人的观念，哪怕是踩在脚底的一双鞋。如果这双鞋合适，那就穿上它；如果觉得它可以打动你，那就买下它！

是为了追赶时髦才关注鞋子，还是只为了保护小脚丫才穿上鞋子，或是还有其他的原因？

在说出答案之前，请先借鉴一下心理专家列出的科学分析。

(1) 始终穿自己最喜爱的鞋子

始终穿着自己最喜爱的一款鞋子，这一双穿坏了，会再去买另外一双，这样的人思想多是相当独立的。他们知道自己喜欢什么，不喜欢什么，他们很重视自己的感觉，而不会过多地在意他人怎样看。他们做事是比较小心和谨慎的，在经过仔细认真的思考以后，要么不做，要做就会全身心地投入，把它做得很好。他们很重视感情，对自己的亲人、朋友、爱人的感情都是相当忠诚

