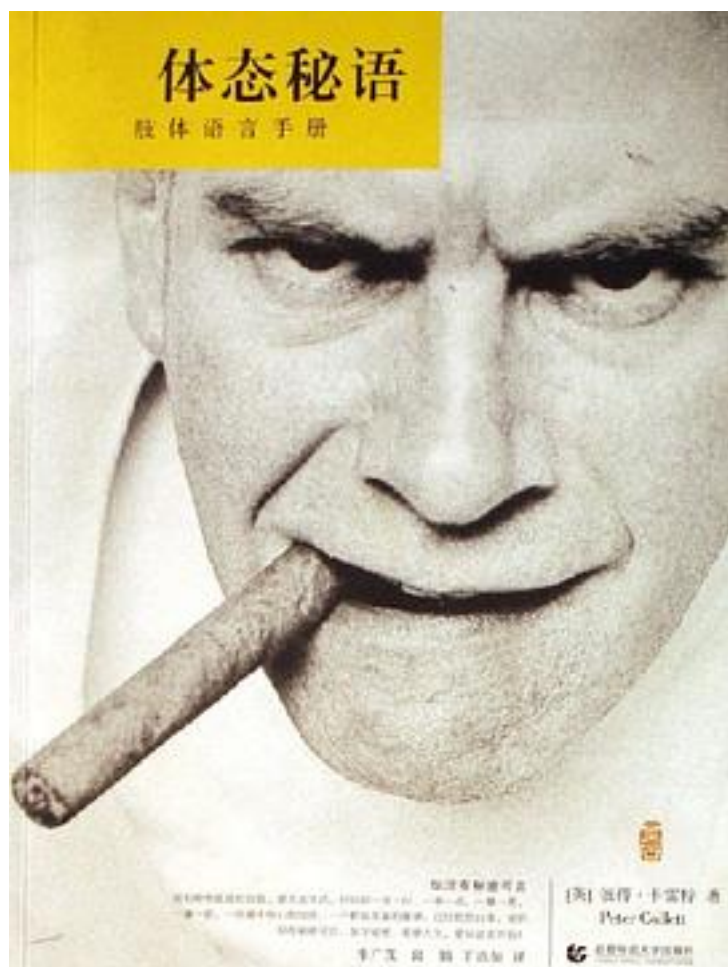


# 体态秘语



[体态秘语\\_下载链接1](#)

著者:(英)彼得·卡雷特

出版者:首都师范大学出版社

出版时间:2006-12-1

装帧:精

isbn:9787810649902

图书目录

中文版前言

第一章 体态秘语

第二章 支配性的体态秘语

第三章 屈从性的体态秘语

第四章 交谈中的体态秘语

第五章 政治中的体态秘语

第六章 致意中的体态秘语

第七章 皇室中的体态秘语

第八章 表示焦虑的体态秘语

第九章 性关系中的体态秘语

第十章 撒谎时的体态秘语

第十一章 外国人的体态秘语

第十二章 吸烟时的体态秘语

第十三章 隐情大暴露

注释

中外人名对照表

作者简介

译后记

书摘

预示性的体态秘语

某些体态秘语是预示性的。它们会表明，某人下一步将做什么，或者对此可能怎样终结。想象这样一种情形吧：一对青年男女坐在公园的长椅上聊天。女方决定，是她离开的时候了，但她并没有宣布自己就要走了，然后拔腿走人，溜之乎也。相反，她分阶段实施。为了确保不令男人尴尬，她开始做出一系列的“意向性作动”，向他表明她想离去。这些动作包括：对于自己的目光作小小的调整，以某种方式摆放自己的胳膊和腿。这些意向性信号未必是有意做出的，女方甚至没有意识到，她做出了那些动作。尽管女方发

出的信号不很明显，但男方可能已经发现，并相应的改变了自己的姿势。通过回应女方发送的信号，同时了出自己的信号：他要向她表明，他理解了她的意向。他可能没有觉察到她发出的信号对他产生的影响，也没有觉察到自己是如何做出回应的。事实上，由表示要离去的体态秘语组成的全部会话，都是在他们不知不觉的情形下上演的。

人们在不知不觉的情形下回应体态秘语，这样的实例还有许多。两人交谈时，其中一方或双方“映射”(mirror)对方的姿势，也不是什么稀奇的事情。例如，一人交叉双腿，然后转过脸去，几分钟后，她的朋友可能做出丝毫不差的动作。我们在这样模仿别人的动作时，通常会忘却自己的动作，只有在被别人指出时，我们才会意识到自己刚才做了些什么。打哈欠就是依据类似的原理发生的。我们都知道，打哈欠是极具传染性的，一个人打哈欠，他边上的人就很可能亦步亦趋。研究表明，不完整的哈欠也会引起模仿，只要看到有人张嘴，或者听到打哈欠的声音，就足以令人身体力行。

我们解读别人的意向性动作的能力高度发达。我们不需要去想就可解读。我们的解读是自动的、快捷的，通常也是异常准确的。与其他生物一样，我们需要知道别人是否对我们有好感。我们不是等着看他们怎么做，而是迅速扫描他们的行为，寻找意向性动作的蛛丝马迹，因为这些意向性动作可以帮助我们判断他们下一步可能做什么。

作者介绍:

彼得·卡雷特英国著名社会心理学家，长期在英国剑桥大学执教和从事研究，并且是英国一档非常受欢迎的电视节目BigBrother的特邀心理分析师。他最擅长分析人们在交往过程中的肢体语言。虽然著作不多，却是读者甚众，口碑甚佳。本书见解独特，分析透彻，行文优美，活泼幽默，对于那些对人类本性感兴趣的读者。对于想要更多了解人类肢体语言的读者来说，这是一本必读之书。

目录: 中文版前言第一章 体态秘语第二章 支配性的体态秘语第三章 屈从性的体态秘语第四章 交谈中的体态秘语第五章 政治中的体态秘语第六章 致意中的体态秘语第七章 皇室中的体态秘语第八章 表示焦虑的体态秘语第九章 性关系中的体态秘语第十章 撒谎时的体态秘语第十一章 外国人的体态秘语第十二章 吸烟时的体态秘语第十三章 隐情大暴露注释中外人名对照表作者简介译后记

• • • • • [\(收起\)](#)

标签

心理学

肢体语言

行为学

心理

体态秘语

体态语言

科普

社会

评论

英国剑桥大学社会心理学家彼得·卡雷特撰写的阅读肢体语言和身体微语言的通俗著作，解读各种身体语言及其含义，推荐给那些学习表演、想学表演和研究表演来读。也推荐给那些暗中准备做导演的人看看，如何控制人物的动作和表情。

-----  
2009.7.3/29

-----  
: H026.3/2212

-----  
终于在这个方面能真正买到可以用 权威 两个字来形容的书了

-----  
好看极

-----  
我觉得挺靠谱的，虽然投入实践仍有困难

-----  
蛮有趣的一本讲体态语的书，通俗易懂而且举了很多名人的例子，读者从中能学到不少技巧，另外，作者也提出了一些对达尔文观点的质疑，只是书的插图还是有点少，我觉得其实还是可以再详细些。

-----  
2007年2月6日 上海季风书园。

-----  
身体和思维皆是精密的体系，独立运作，而我们人自己，到底是什么？主人？受控者？抑或过客？

-----  
很好玩

-----  
2007好轻松

-----  
我认为还是莫里斯教授结合人类动物学的行为研究分析的更好

-----  
未能获致期冀中的惊喜

-----  
人的体态秘语都可以从猩猩的身上找到样板。特别需要注意的是，我们通常不能仅从他人的动作鉴定体态语言，一定要结合他所处的情境，甚至是过分关注情境。

-----  
yoyocheng推荐。

-----  
科普类

-----  
很实用，非常好玩

-----  
观察很重要 一个小细节总能透露出些什么 可惜自己的观察力还不是那么的好。。。

-----  
蛮有意思的

-----  
一点点，真的只有一点点

-----  
[体态秘语\\_下载链接1](#)

## 书评

想了解别人，或是想让别人了解自己，这本书透露了许多小秘密小技巧，在不知不觉中，人的思想或是人性就暴露了，全书解释了各式各样的体态细节与人心的互动，心灵的窗户已经不仅仅是眼睛了，你的嘴唇你的脚甚至你的手指头都是的。我个人认为这本书前面大部分的指导性强，后三分...

-----  
买这本书的时候，我对它有一个误解：我以为它是讲肢体语言(body-langrage)的，实际

上它的书名也是写着《体态密语—肢体语言手册》。因此，当我拿起这本书首先想像到的是：两个相互不认识对方语言，在手舞足蹈地进行交流。事实上，这本书是关于“体态密语” (tell) (关于翻译的原...

-----  
一看到排版，字体又小，旁边留白又特别多，就没什么兴致读下去。不过，内容看了一两页，渐渐觉得还行。本书从人的面部表情、眼睛、嘴巴、眉毛、肢体动作等方面阐述了人类情绪与体态动作的相关联系。还有分类阐述了不同的人不同的肢体动作。支配性人员更倾向于大开大合的动作， ...

-----  
和美剧lie to me一样，这本书是教你如何看懂别人的肢体语言。语言有可能说谎，但下意识产生的肢体语言却很难说谎。 1、支配型地位：  
跨骑坐姿势，用直腿式、台阶式站坐姿势，对称的姿势，放松态，身体呈现少运动，慢运动态，说话声调低、慢速；双手掐腰。身体大开大合， ...

-----  
可以当做本人际学书来看，而且比市面上许多庸俗的人际关系学书好很多，教你如何在不同的情境下通过肢体展现适当的你。  
可以当作心理学书来看，教你如何通过肢体了解别人。  
丰富的照片，举例和严谨的标注，让你很快能领会这本书所负载的知识。

-----  
[体态秘语\\_下载链接1](#)