

每天懂一点行为心理学（新版）



[每天懂一点行为心理学（新版） 下载链接1](#)

著者:匠英一

出版者:湖南文艺出版社

出版时间:2017-1-1

装帧:

isbn:9787540477929

语言是靠不住的，因为人可以操纵语言，说出谎话。人的动作却不会作假，只会反映内心的真实想法。因此，如果我们能了解身体动作所代表的含意，就能读懂别人隐藏的心思；如果能掌握通过动作读取别人内心的技巧，便可以消除人际关系中的种种烦恼。

本书以大家亲身经历的生活小事为例，用心理学的知识和思维模式加以探讨，解读各种情境下小动作的含意。希望您读过本书后能够掌握从心理学的角度分析种种表面现象的技巧，体验到“动作与心理”的有趣联系，进而培养出犹如读心师般的敏锐洞察力。

作者介绍:

作者：【日】匠英一，1990年创立（株）认知科学研究所。从认知科学的角度，对无意识、直觉等进行研究，并将研究成果应用于市场管理和营销等方面。此外，他还担任多家企业的顾问，活跃于杂志专栏、演讲和电视访谈节目等众多领域。主要著作有《看穿人心的小动作》《首次公开，洞察对手的心理练习册》《科学认识“意识的秘密”》《“动作与心理”词典》《图解好学易用的心理技巧》等。

译者：郭勇，日文译者，自由职业者。译作有《每天懂一点色彩心理学》《每天懂一点人际关系心理学》《心理学玩的小技巧》《荣格双重人格心理学》等。

目录: 第1章 解读日常生活中的小动作日常生活中的常见行为

- (1) 对镜子中的自己异常关注 日常生活中的常见行为
- (2) 先坐靠边座位的理由日常生活中的常见行为
- (3) 习惯把发票揉成团的人精神压力较大日常生活中的常见行为
- (4) 一摸方向盘就性格突变的人日常生活中的常见行为
- (5) 在自动扶梯上还要自己上楼梯的人 日常生活中的常见行为
- (6) “先来一杯啤酒”的理由……

第2章 解读商务活动中的小动作通过动作看透客户的心理

- (1) 伸出双手与人握手是热情的表现？通过动作看透客户的心理
- (2) 闭着眼睛听人说话的人通过动作看透客户的心理
- (3) 对方突然整理领带的话 通过动作看透客户的心理
- (4) 身体动作夸张的人性情飘忽不定？通过动作看透客户的心理
- (5) 像鸡啄米一样点头的人通过动作看透客户的心理
- (6) 如果对方眨眼次数增加的话……

第3章 解读男人和女人的“真心”通过行为解读男朋友的心理

- (1) 嫉妒真的是爱情的印证吗？通过行为解读男朋友的心理
- (2) 约会中抢着坐左边的男人 通过行为解读男朋友的心理
- (3) 谈话途中，男朋友突然将双手抱于胸前，这是为什么 通过行为解读男朋友的心理
- (4) 戒指是“束缚”的象征？通过行为解读男朋友的心理
- (5) 如何分辨真假笑容通过行为解读男朋友的心理
- (6) 擅长使用第一人称的男性 ……

第4章 解读朋友们的无意识行为通过语言看透朋友的心情

- (1) “告诉你个秘密”所隐含的心理技巧 通过语言看透朋友的心情
- (2) “我是为你好”，实际是为了自己！通过语言看透朋友的心情
- (3) 总是说“不过”的人，心中是怎么想的 通过语言看透朋友的心情
- (4) “就是说、就是说……”是撒娇的证据？通过语言看透朋友的心情
- (5) 喜欢直呼别人姓名的人通过语言看透朋友的心情
- (6) 因为没有自信，才会说“绝对” ……

第5章 通过癖好，解读另外一个自我无意识的行为

- (1) 脱袜子时总忍不住要闻一闻的心理 无意识的行为
- (2) 认识的字还会写错的原因无意识的行为
- (3) 戴墨镜是没底气的表现！ 无意识的行为
- (4) 人为什么会陷入赌博无法自拔无意识的行为

- (5) 毛茸茸、软绵绵的东西让人产生抚摸的欲望 无意识的行为
- (6) 自言自语是心的退化现象?
- • • • • [\(收起\)](#)

[每天懂一点行为心理学（新版）\\_下载链接1\\_](#)

标签

心理学

身心灵

成长

2018

评论

通过小动作读取真心

-----  
原来一些平常的小动作，却能看透人的性格和心理。2019年读的第18本书。虽然是漫画轻读物，但是是干货，可读性较强，也需要多多实践分析。

-----  
实用易懂

-----  
一本书只有两三个点感觉是那么回事，毕竟中国跟日本的文化差异表现在心理、动作上是不太一样的

-----

非常浅显易懂，很适合了解刻画人物

-----  
配图丰富，快餐读物，还是有一些蛮符合的论述，不过也给出了其他可能的解读。当然这本不能当作圣经来解读交流对象的动作心理。原版分数比新版略高一点，我爱囤新书，那我打高一点点吧~

-----  
蛮有趣的一本小书。

-----  
几好 少字通俗易懂 喜欢

-----  
通过行为看到本质

-----  
如果人和人靠得太近 可能会相互讨厌 如果离得太远 又会感到寂寞

-----  
[每天懂一点行为心理学（新版） 下载链接1](#)

## 书评

-----  
[每天懂一点行为心理学（新版） 下载链接1](#)