

身体语言使用手册



[身体语言使用手册_下载链接1](#)

著者:赛弥·莫尔肖

出版者:国际文化

出版时间:2008-6

装帧:

isbn:9787801737571

80%的个人成功源自人际交往，55%的有效交际取决于身体语言！

识别身体语言，让交际变轻松。身体语言助你——在商场上强占先机、稳操胜券；职场

上察言观色、平步青云；情场上巧用心思、赢得真爱！

风靡全球的身体语言技巧登陆中国

亚马逊网站实用类图书连续十周位列排行榜，日本、韩国年度生活类畅销书，欧美热卖百万册。

120张专家示范照片，生动演绎身体语言的“一招一式”！教你正确使用表情、眼神、手势和体态，让你一眼看透他人的情感和心思。

欧洲哑剧表演大师、身体语言专家赛弥·莫尔肖“见招拆招”，讲述获得人生成功的身体语言。

作者介绍:

赛弥·莫尔肖，当代著名哑剧表演艺术家。

1936年出生于以色列的特拉维夫，以自己在演员和导演方面的出色工作而闻名全世界。其著作《读懂孩子的身体语言》《肢体语言大全》及《肢体语言与伙伴关系》都是畅销之作。除了艺术工作外，赛弥·莫尔肖还是维也纳音乐和表演艺术大学马科斯·赖因哈特学院的教授。2004年获得奥地利共和国杰出贡献银质奖章。

目录: 上篇 如何掌控身体语言 1 站稳立足点 2 如何迈出你的第一步? 3 保持你胯部的正确姿势 4 男女有别的臀部 5 女人该怎样穿高跟鞋? 6 让你的身体充满力量 7 胸部, 我们能量的存储器 8 学会呼吸: 吸气和吐气 9 拒人千里, 只落得形单影孤 10 张开你的双臂, 把世界揽入怀 11 做敢于冒险的领导者 12 女人的领导风格是否需要有别于男人? 13 用肢体动作展现你的坦诚 14 用手来说话 15 慎用你的支配性手势 16 女人支配男人? 17 男人和女人的身体语言大不一样! 18 如何让你的肩部扛起责任? 19 让你的颈部灵活, 再灵活 20 有时候, 也要挺直颈部 21 倾听的最佳姿势 22 让你的眼睛会说话 23 恰如其分地运用你的情绪 24 成功由不得一丝勉强 25 如何掌握谈话的节奏? 26 你看见了什么, 你如何感觉? 27 试着去扩展你的视野 28 脚踏实地, 行动就是一种成功 29 在别人的地盘上, 在自己的地盘上 30 座位排序中的奥秘 31 破解交流中遇到的障碍 32 化敌为友的艺术 33 如何有效利用你的时间? 34 在外商谈时, 如何选择恰当的场所? 35 我们去哪儿, 谁来订座位? 36 不必害怕大场面 37 闲谈中有大技巧 38 握手的力度 39 守时是国王的美德 40 求职: 如何聪明地推销自己 41 不要触犯他人的领域禁忌 42 会议发言有妙招 43 保持你在媒体前的形象 下篇 身体语言! 成功! 44 成功是一粒种子 45 不要上了“伪成功”的当 46 天赋是你最大的财富 47 智商向左, 情商向右 48 让别人感受到你的激情与信任 49 别让经验磨掉了你的好奇心 50 想象力为你插上成功的翅膀 51 信念是成功的推进器 52 希望越大, 失望越大 53 持续成功才是真正的成功 54 如何才能达到内心的平衡? 55 现在就开始改变自己吧! 56 实践是成功的开始后记
· · · · · (收起)

[身体语言使用手册_下载链接1](#)

标签

身体语言

行为学

心理学

肢体语言

沟通

心理学行为学

形象

学习

评论

乏善可陈。

学会用肢体语言树立在人群中的威望

不如叫气质高于一切。

名为身体语言，泛泛而谈成功学

成功是一种做事情的方式 而不光是那个结果！

肢体语言 演讲 实用

精彩

觉得还行 感觉还是有点枯燥 没办法全部读完 实践性也有待考察

在与人交流的过程中，更了解自己，做到知己知彼

该书是以“能量”的形式，映射到人体行为学，并以此为切入点阐述沟通和成功学的原理。个人觉得不值得慢慢品味

有空翻翻~

[身体语言使用手册_下载链接1](#)

书评

叫这个名字的书有好几本，这里说的是[奥]赛弥·莫尔肖所著、国际文化出版公司2008年出版的书。在腾讯上有全文连载（<http://book.qq.com/s/book/0/13/13686/index.shtml>）。腾讯把这本书归入“经管励志”类型，豆瓣上很多人却把它贴上“行为学”、“心理学”的标签，我看，还...

起初读这本书的时候，感觉读不下去，枯燥无味，感觉就是标题党。搁置了好久，想想还是读下去吧，善始善终，但是最终体会，花费大量的时间真是不值得。当时以为是有关心理学的书，所以拜读了此物，后面发现完全是站在行为学的角度去阐

述成功学。网上归类为行为学、...

整本书包括了： 1.
自己平时的举止仪态注意点：站姿，走姿，手势，颈部肩部胸部的放松，以及表情暗示
2. 会谈时的可以准备的 3. 如何通过肢体语言判断一个人此时的状态
简单来说，讲得还不够详细，可以再多看几本书融会贯通起来。 站稳立足点：
站的稳稳当当首先需要固定我们...

[身体语言使用手册_下载链接1](#)