

我最想知道的色彩心理学



[我最想知道的色彩心理学_下载链接1](#)

著者:(日)木下代理子

出版者:广西科学技术出版社

出版时间:2010-7

装帧:平装

isbn:9787807634812

《我最想知道的色彩心理学》内容简介：当下，越来越多的职场人士压力超载，病痛不断，甚至患上了焦虑症或抑郁症。这些都是来自身体和心理的求救信号，我们该怎么办呢？完全可以通过色彩加以缓解！无论是想要释放压力还是提高业绩，或者赢得异性的青睐、提高工作效率、激发创意，懂点色彩心理学，绝对事半功倍！

有一个人就很好地使用了色彩的这种力量，即日本历届首相中人气最高的小泉纯一郎。在大选的时候，他每到一处，都能根据当时的情况相应地调整自己的形象很好地进行宣传，终于取得了最终的胜利。

小泉本是一个个性很强的人，但有时为了表现出自己的“大众、亲民”，他会穿压抑个性的灰色衬衫；为了表现出自己“富有同情心，朴实”，会佩戴绿色的领带出现在海报和电视广告当中；在提出改革、解散众议院后的记者招待会上，他又身穿难得一见的黑色西装外加一条蓝色领带，给人们留下了很好的印象。像他这么善于运用色彩的人还真是不多见呢。

从现在开始，稍微改变一下自己的衣服或小饰物的色彩搭配吧！一个小小的改变，就能改变你给别人的印象，说不定还会因此改变你的人生轨迹！

作者介绍：

作者：（日本）木下代理子 译者：苏喆 插图者：刘宇宏(红果)

木下代理子，色彩心理学家。日本色彩学会资深会员，日本临床心理学会会员，日本色彩诊断研究所所长。擅长色彩心理分析，开创了运用图画进行心理分析的色彩诊断法，获有国际修曼色彩顾问许可证（国际专利）。1999年获得“Color Floral Therapist”的商标，尝试用花进行心理治疗。热心于个人咨询，学校和企业举办的人才教育研修、研讨会，各种演讲活动，此外也举办过上百场企业色彩指导和培训讲座。著有《色彩为你带来好运的办法——工作、恋爱、金钱都会如你所想的色彩心理学》《从颜色看人的心理——32个成功法则》等。

目录: 序章 色彩的力量

用色彩的力量获取成功

活用色彩，让我们的人生更精彩

颜色的真面目是电磁波？

根据颜色开出的心理处方——12种色彩的心理解说

上篇 色彩处方笺——12种颜色的心理学

红色心理学 26

Red Column 1 红色，让理性判断变得钝化！

Red Column 2 “安全色”帮助我们避开危险！

Red Column 3 红色内裤必胜法，全身充满能量！

Red Column 4 红色的力量帮你增加自信！

蓝色心理学 36

Blue Column 1 缓解紧张情绪，带着蓝色签约！

Blue Column 2 看到蓝色的车，要谨防追尾呀！

Blue Column 3 手术服为什么多用“蓝绿色”？

Blue Column 4 蓝绿色帮你缓解压力，放松心灵！

绿色心理学 46

Green Column 1 有求于人？去找喜欢绿色的人吧！

Green Column 2 使用深绿色，说教不再逆耳！

Green Column 3 海绿色帮你成为说服达人！

Green Column 4 绿色让会议不再难熬！

Green Column 5 妙用绿色来平息不满和怨言！

黄色心理学 58

Yellow Column 1 黄色助你成为“求人高手”！

Yellow Column 2 黄色左右瘦肉店的销售额？

Yellow Column 3 借用黄色的力量打造健康体魄！

橙色心理学 66

Orange Column 1 橙色有助于唾液分泌，预防口臭！

Orange Column 2 巧用橙色，夸奖更具效果！

茶色心理学 72

Brown Column 1 想攒钱吗？快换用茶色的钱包吧！

灰色心理学 76

Grey Column 1 灰色，让你的工作效率翻倍！

Grey Column 2 道歉时，看灰色的神奇效果！

黑色心理学 82

Black Column 1 黑色帮你提高忍耐力！

白色心理学 86

White Column 1 穿白色内衣，更快摆脱感冒！

桃色心理学 90

Pink Column 1 粉色呼吸法，揭秘明星的不老神话！

紫色心理学 94

Purple Column 1 活用紫色，包你创意无限！

Purple Column 2 紫色，好运源源不断的秘密！

淡蓝色心理学 100

Light blue Column 1 淡蓝色让凶巴巴的人瞬间变可爱！

下篇 商务场合中的实践技法

法则1 增加自信——红色和蓝色让你在激烈的竞争中坚持到底

法则2 博得好感 (1) ——色彩技法帮你增加“好感度”

法则3 博得好感 (2) ——蓝色，加深男人间的情谊

法则4 博得好感 (3) ——浅紫色，展露女性的魅力

法则5 博得好感 (4) ——多穿暖色系，赢得女性青睐

法则6 学会赞美——用粉色为女性再添一份幸福感

法则7 开拓新客户——使用正中对方下怀的黄色来决一胜负吧

法则8 强势营销——使用黑色，不再低声下气

法则9 常规销售——用橙色打造出让顾客放心的销售氛围

法则10 达成目标——红色和绿色，振奋士气的好搭档

法则11 调动积极性——用红色的力量激发我们的潜能

法则12 高效沟通——黄色能自然地缩短内心距离

法则13 出行海外——用绿色广交天下好友

法则14 商务应酬 (1) ——参加聚会，根据情况选取不同的颜色

法则15 商务应酬 (2) ——茶色帮你做好东道主

法则16 商务应酬 (3) ——让铁蓝色来提醒你不要喝高

法则17 寻找赞助 (1) ——红色让你满怀激情地前进

法则18 寻找赞助 (2) ——有了普鲁士蓝，再精明的人都会放心

法则19 寻找赞助 (3) ——妙用橘黄色为你增华贵与温馨

法则20 激发创意 (1) ——黄色活跃思维，加强沟通能力

法则21 激发创意 (2) ——绿色开启创意的大门

法则22 产品研发——蓝色让你忽略研究工作的枯燥

法则23 提高工作效率 (1) ——米色让人静心，提高办事效率

法则24 提高工作效率 (2) ——小心，纯白色的墙壁让人焦躁不安

法则25 集中注意力 (1) ——蓝色帮你更好地集中注意力

法则26 集中注意力 (2) ——注意力小测验

法则27 缓解疲劳 (1) ——用让人苏醒的绿色跟压力说不

法则28 缓解疲劳 (2) ——在电脑四周摆放自然的绿色

法则29 缓解疲劳 (3) ——关于有放松效果的颜色

法则30 防范差错——不同情况下用颜色来防止差错

- 法则31 道歉 (1) ——灰色充分展现你的诚意
法则32 道歉 (2) ——代人道歉，蓝绿色提升你的可信赖度
法则33 道歉 (3) ——绝对不能在道歉场合使用红色和黑色
法则34 工作调动 (1) ——琉璃色给人以知性、可信赖感
法则35 工作调动 (2) ——蒲公英色帮你打造出爽朗亲切的形象
法则36 申请休假 (1) ——想休年假，请选用深蓝色
法则37 申请休假 (2) ——生病想休息，借用风信子的神奇效果
法则38 兼并与联合 (1) ——黑色和橙色，让并购顺利进行
法则39 兼并与联合 (2) ——谈判失败，用黑色和绿色来维持友好关系
法则40 表达抗议 (1) ——做好心理准备吧！直接交涉时请选用黑色
法则41 表达抗议 (2) ——先下手为强！让对手出乎意料的红色
法则42 制作海报——妙用让人出乎意料的黄色
法则43 培养忍耐力 (1) ——黑色让你拥有坚强意志
法则44 培养忍耐力 (2) ——蓝色为你带来忍耐下去的义务感和责任感
法则45 坚持到底——茶色催人孜孜不倦、脚踏实地
法则46 投资——用紫色来培养你的投资直觉
- 后记
参考文献
269种色彩指数大全
· · · · · (收起)

[我最想知道的色彩心理学](#) [下载链接1](#)

标签

心理学

色彩

色彩心理学

日本

0.心理

挺有意思的！

设计

彩图

评论

今天的地铁读物，写得很简单，感觉这真的是我读过的书里目录最能概括整本书的内容了。一些要mark一下，色彩真的很能影响心情。

2010.10.10Bu

前半本比较有意思，算是还可以

骗钱的书

三星半，一本不错的书，里面讲的比较实用。唯一美中不足的地方是，里面提及的服装色彩搭配方面的内容，都是以男士作为参照，说女性的比较少。

书中的所有结论只能说是作者观察得来的，完全没有任何科学验证。也许可行但是并不可信。不建议阅读，浪费时间。

极力推荐

不知道是翻译排版问题还是怎么的，感觉重复的信息很多，真心的只用读目录即可

一般

原来有那么多颜色！！

有些东西挺有帮助的，就是插图的漫画感觉有点脑残……

简单的实用的

还不错。但是在新华书店有点冲动买下来。不过买回家还是很满意的。

讯息过杂，浏览了十几页就放下了。

真心觉得一般。。。

简单易懂，插图有趣，并有一定科学参考性。GOOD!

轻松愉悦的小读物

色彩与心理的OOXX，很有意思的一本书。

打发时间的小品级书

偏重于日本的男性的色彩搭配· · · · ·，不太适合我啊

[我最想知道的色彩心理学 下载链接1](#)

书评

[我最想知道的色彩心理学 下载链接1](#)