

# 读人



[读人\\_下载链接1](#)

著者:[美]乔艾琳·狄米曲斯 [美]马克·马扎瑞拉

出版者:天津教育出版社

出版时间:2011-6

装帧:

isbn:9787530964576

《读人(2011全新修订版)》内容简介：每时每刻，外貌特征和肢体语言都在透露一个人

的本性，运用读人技巧，可以透过一个人的外在进入其内在，进而深入了解他人的情感趋向、思维逻辑以及行为方式。

全美最著名的陪审团顾问——乔艾琳·狄米曲斯博士，十五年来，预测过上千位陪审员、证人、律师和法官的行为表现。在《读人(2011全新修订版)》中，她将那叹为观止的读人技巧活用于日常生活，告诉读者哪些视觉及口语线索可以有效无误地预测出情感关系、职场特性以及家庭中的各种行为模式，并将他人对自己的阅读进行准确解码，不断锻炼自己的直觉，从而避开容易导致错误决策的陷阱。

作者介绍:

乔艾琳·狄米曲斯 (Jo-Ellen Dimitrius)，因辛普森案 (O.J.Simpson) 的表现声名鹊起，曾担任过六百多件法庭审判的顾问，她不仅上过“欧普拉秀”(Oprah)、“早安美国”(Good Morning America)、“今天”(Today)、“赖利·金现场”(Larry King Live)、“面对全国”(Face the Nation) 及“六十分钟”(60 Minutes) 等当红节目，还出任过许多名利财富一百 (Fortune 100) 公司的顾问。

马克·马扎瑞拉 (Mark Mazzarella)，在圣地亚哥地区任辩护律师已达二十年之久，并曾任拥有12000名会员的加州州立律师公会诉讼部门主席。

目录: 第一章

为读人的挑战做准备

如果你想变成一个“读人专家”，一定要下决心努力和人交往。只要有心，就算最会躲人的网络怪物也一定能学会交谈，前提是你一定要离开沙发，走出第一步！

第二章

学会见树也见林

聪明人也有掉进低级陷阱的时候，脾气暴躁的人也有温顺柔和的一面。仔细分辨最关键的个性特质，归纳相对完整的行为模式，读人迟早会成为你的“第二本能”！

第三章

外貌和肢体语言

九种肢体语言，九种心智状态，外貌和肢体语言之间虽然界限微妙，却包含多种解读的可能，除非被迫，否则绝不可以仅凭穿着和姿态就轻下结论，请先存盘——我们需要更多的信息！

第四章

看人也要看环境

办公环境、居住环境、人际环境、社交环境、汽车环境直接反映个人的品性、价值观及生活习惯。环境不同，各种特性可能呈现相反含义；失去环境，失去背景，一切行动都将失去意义。

第五章

学会听出弦外之音

怎样说话比说什么样的话更为重要。为你提供六大掌握声音线索的演练步骤，将声调、肢体语言及谈话内容进行对比，把信息从隐藏在听似普通的音质中解读出来。

第六章

善问问题并听出答案

不同的环境询问不同的问题：开放式问题、诱导式问题、争论式问题。慎重选择问题并以全部感觉倾听，学习聆听比学习提问还难，真心聆听他人的回答，否则你所有的问题都只是在浪费时间。

第七章

在沟通中寻找隐藏的含意

语言就是我们的名片。转移话题、信口开河可能都是参与者有心操控的结果，了解各式

各样传达自己意念、闪避敏感话题的技巧后，你将会看穿透露真相的习惯。

第八章

认清行为所显示的本性

有人满口仁义道德，行事却虚伪卑鄙；有人其貌不扬，心地却光明磊落。挖掘某个人的人格特质，唯一的方法就是观察他的行为，而别人对待你的方式就是他们期望你对待他们的方式，这是人类行为的金科玉律。

第九章

注意例外情形

疾病、酒精、压力、文化、巧合都可能造成“我今天和平常不同”。九种较常发生的例外情形，包含非自愿行为、自愿行为和造假行为，让你读人再胜一筹！

第十章

直觉的力量

直觉不等于猜测。瞄准直觉，这是读人非常有用的工具。运用直觉四步骤，调动潜意识的经验信息，对思维进行加工重组，你就会听到来自内心深处的第二个声音。

第十一章

看看别人是怎么读你的

随时随地，总有人盯着你看。完善第一印象，改进他人对你的观感，判断你的观众，设计你的策略，回应瞬息万变的状况，时刻准备“被读”！

第十二章

瞬间做出正确判断

超速读人法：扫描、分解、放大、评估、决定，紧急情况下，五大步骤教你快速做出准确判断。浓缩版读人技巧的熟练运用，让读人变得更加简单准确，真正成为你的第二本能！

附录A 外貌特征所传达的讯息 233

附录B 肢体语言所传达的讯息 248

· · · · · (收起)

[读人\\_下载链接1](#)

标签

心理学

行为分析

美国

心理

提问形式，开发自身未开发的缺点。

图书馆有

面试

管理

## 评论

核心有三点：1，基本特质；2，模式；3，例外

-----  
主要是常识，观察细节来识人，还有每个人都不同，要差别对待

-----  
还是有点实践意义的。

-----  
陪审团顾问，cool job

-----  
感觉一般。不弱体态语言深入。而且条款太多，感觉就是个很感觉型的人写出的东东。内在逻辑没有讲，所以读起来很乱很杂。但是看过体态语言后看这个，还是很有意义的。疏离清思维后再看条款，就像SUMMARY一样的。

-----  
其实吧，这本书最告诉我们的一点就是，善于观察，这种善于观察除了言行举止以外，还有环境，着装，时间，家庭，等等各方面的东西，当然也与你观察一个人的方式有关。总结一下就是，把这个你要观察的人，当做一个局外人，然后用你所可以获得的所有数据，对这个人建模。。。当然也要看模型到底要用到一个什么程度，因为可能很多的数据是未知的，也有可能很多数据是误导的，所以说，关键是看这个模型怎么建立，然后是用来干什么的

-----  
20180324

-----  
作者集合自己的经历提供了一套阅人的方法来借鉴

-----  
希望能有些用处

-----  
读第三章了，非常不错，非常系统的论述。

-----  
基本都是干货

-----  
[读人\\_下载链接1](#)

书评

-----  
[读人\\_下载链接1](#)