

《每天懂一点行为心理学》

图书基本信息

书名：《每天懂一点行为心理学》

13位ISBN编号：9787539945552

10位ISBN编号：7539945559

出版时间：2011-7-1

出版社：江苏文艺出版社

作者：匠英一

页数：224

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《每天懂一点行为心理学》

前言

如今，手机已经不是什么稀罕玩意。随处都能看到边走路边用手机打电话或者发短信、上网的人。在公共汽车或地铁中，更是常能遇到旁若无人高声讲电话的人。手机已经成为我们工作、生活中不可缺少的一种工具。有些人甚至对手机产生了依赖性，时不时就要掏出手机确认一下有没有来电或短信、邮件，否则心里就很不安；还有的人一听到手机铃声就莫名其妙地紧张起来。而这些行为，大多都是无意识的。除了手机之外，环顾一下自己的周围，还能发现许多有趣的现象。比如，在地铁中，先上车的人总会选择最靠边的座位；在地铁站台上等车时，很多男性会模拟高尔夫挥杆练习……其实这些行为，也都是在人无意识间做出来的。在日常生活中我们所看见的上述身体动作，在心理学上认为它们和人们无意识的心理活动存在着某种联系。换句话说，如果我们能了解身体动作所代表的含义，便能读懂别人隐藏的心思（无意识）。比如，语言是靠不住的，因为人可以操纵语言，说出谎话，但人的动作却不会做假，只会反应内心的真实想法。如果您掌握了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，还能把自己看得更清楚，进一步加深对自己内心的了解。本书中，将以大家都曾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。当然，在不同的状态下，人体动作所代表的含义也不同，所以，本书中所阐述的观点和解说，并不是“唯一的答案”。重点在于抛砖引玉，教您一种心理学的思维方式。读过这本书之后，如果您能掌握从心理学的视角分析种种表面现象的技巧，并体验到“动作与心理”的有趣联系，我将感到万分欣慰。 匠英一 2011年5月

《每天懂一点行为心理学》

内容概要

《每天懂一点行为心理学》语言是靠不住的，因为人可以操纵语言，说出谎话。人的动作却不会做假，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义，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义。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，并进而培养出犹如FBI般的敏锐洞察力。

《每天懂一点行为心理学》

作者简介

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，并应用其研究成果解决市场管理、营销等方面的心理问题。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《一分钟看穿对方的心理》《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。

书籍目录

前言

第一章 “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
- 日常生活中的常见行为（7）用雨伞进行高尔夫挥杆练习的大叔们
- 日常生活中的常见行为（8）“工作和我，到底哪个重要？”
- 日常生活中的常见行为（9）一边打电话一边信手涂鸦的原因
- 日常生活中的常见行为（10）一身名牌的人缺乏自信？
- 日常生活中的常见行为（11）考试前一天晚上还通宵看漫画的原因
- 日常生活中的常见行为（12）经常检查手机的人
- 日常生活中的常见行为（13）事后诸葛亮，“所以我就说嘛……”
- 日常生活中的常见行为（14）男性失恋后不容易恢复的原因
- 日常生活中的常见行为（15）看到有人排队也想加入其中的心理
- 日常生活中的常见行为（16）人总容易被“好听的”欺骗
- 日常生活中的常见行为（17）为什么老把雨伞忘在地铁里？
- 日常生活中的常见行为（18）人想事情的时候，眼睛为什么会往上看？
- 日常生活中的常见行为（19）把自己的不幸挂在嘴边的人，多是自我中心主义者

专栏 心理学的历史（1）心理学从哲学中萌芽

第二章 “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
 - 通过动作看透客户的心理（7）说话中途摸鼻子的人，可能在说谎？
 - 通过动作看透部下的心理（1）过分的深度鞠躬有可能意味着拒绝接受
 - 通过动作看透部下的心理（2）从座位位置看部下的工作热情
 - 通过动作看透部下的心理（3）模仿上司的部下是个什么心理状态？
 - 通过动作看透部下的心理（4）常使用专业术语的部下
 - 通过动作看透部下的心理（5）反射性道歉的人，心里并没有反省的意思
 - 通过动作看透部下的心理（6）“基本上……”是逃避责任的一道保险
 - 通过动作看透同事的心理（1）“我受不了了”是自我吹嘘的前奏？
 - 通过动作看透同事的心理（2）把“恐怕不行吧”挂在嘴边的悲观论者
 - 通过动作看透同事的心理（3）“总之……”喜欢半路插话做总结性发言的人
 - 通过动作看透同事的心理（4）从不接电话的同事
 - 通过动作看透同事的心理（5）嘴上说自己“很忙”的人，真的很忙吗？
 - 通过动作看透上司的心理（1）从不离开自己座位的上司
 - 通过动作看透上司的心理（2）部下靠近，马上跷起二郎腿的上司
 - 通过动作看透上司的心理（3）单调地晃腿，是为了缓解焦躁情绪
 - 通过动作看透上司的心理（4）经常用手转笔的上司很无聊？
- 根据场合选择合适的着装 需要鼓足干劲的日子，就系红色领带！

专栏 心理学的历史（2）反冯特派创立的“行为主义”

第三章 “解读”男人和女人的“真心”

- 透过行为解读男朋友的心理 (1) 嫉妒真的是爱情的印证吗？
 - 透过行为解读男朋友的心理 (2) 约会中抢着坐左边的男人
 - 透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？
 - 透过行为解读男朋友的心理 (4) 戒指是“束缚”的象征？
 - 透过行为解读男朋友的心理 (5) 如何分辨真假笑容？
 - 透过行为解读男朋友的心理 (6) 擅长使用第一人称的男性
 - 透过行为解读女朋友的心理 (1) 根据第一次约会的食量看透她的心思
 - 透过行为解读女朋友的心理 (2) 不太熟的女性专门跑来找你商量事情，她的真意是……？
 - 透过行为解读女朋友的心理 (3) 故意贬低自己的女性的真实心情
 - 透过行为解读女朋友的心理 (4) 女朋友舔嘴唇是在诱惑男朋友
 - 透过行为解读女朋友的心理 (5) 女性向上翻着眼珠看人是撒娇的证据
 - 透过行为解读女朋友的心理 (6) 玄关处散落一地的鞋子
 - 透过行为解读女朋友的心理 (7) 女性接触男性的身体，说明有戏！
 - 透过行为解读女朋友的心理 (8) 女性盯着人看，可能是在说谎
 - 透过行为解读女朋友的心理 (9) 摆弄头发时，女性在想些什么？
 - 透过行为解读女朋友的心理 (10) 她说话的声调为什么突然拉高？
 - 透过行为解读女朋友的心理 (11) 面对喜欢的人，为什么总是无法直抒胸臆？
 - 透过两个人的行为解读恋人的心理 (1) 障碍越多，恋人的关系越紧密
 - 透过两个人的行为解读恋人的心理 (2) 为什么恋人和夫妇都很相似？
 - 透过两个人的行为解读恋人的心理 (3) 通过脚尖的方向，读取情侣的感情深度
 - 透过两个人的行为解读恋人的心理 (4) 并排坐更有助于爱情的发展！
- 专栏 心理学的历史 (3) 维特海默的完形心理学

第四章 “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”
 - 通过行为看透朋友的心情 (1) 越是认真的人，喝醉后越容易“剧变”
 - 通过行为看透朋友的心情 (2) 合影时总喜欢站中间的人，是容易感到寂寞的人
 - 通过行为看透朋友的心情 (3) 折叠伞不离身的人
 - 通过行为看透朋友的心情 (4) “手刀”动作有什么含义？
 - 通过行为看透朋友的心情 (5) 照相时做“V”字手势的含义
 - 通过行为看透朋友的心情 (6) 相亲时表现出一脸无聊的女性
 - 通过行为看透朋友的心情 (7) 喜欢给别人斟酒的人，心中有个小算盘
 - 通过行为看透朋友的心情 (8) 老是改变形象的人，心中充满了不安
 - 通过行为看透朋友的心情 (9) 通过日程安排簿看人的性格
 - 通过行为看透朋友的心情 (10) 喜欢作势大笑的人，有点自以为是
 - 通过行为看透朋友的心情 (11) 谈话过程中伸舌头代表什么？
 - 通过行为看透朋友的心情 (12) 不停赞美别人的人，是想听到别人赞美自己
 - 通过行为看透朋友的心情 (13) 穿迷你裙的女性对自己充满自信
 - 通过癖好看透朋友的性格 (1) 喜欢穿蓝色衣服的人，有怎样的性格？
 - 通过癖好看透朋友的性格 (2) 笔力弱的人社交能力强
 - 通过癖好看透朋友的性格 (3) 睡相也能暴露一个人的性格
 - 通过癖好看透朋友的性格 (4) 双腿张开的人和双腿并拢的人有什么不同之处？
 - 通过癖好看透朋友的性格 (5) 走路匆匆忙忙的人容易犯一般性错误
- 专栏 心理学的历史 (4) 弗洛伊德与荣格

第五章 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？
 - 无意识的行为（7）人一害羞就会挠头
 - 无意识的行为（8）办公桌上摆很多私人物品的人
 - 无意识的行为（9）收藏家都欲求不满？
 - 无意识的行为（10）浓妆艳抹的女性其本质反倒很朴素
 - 无意识的行为（11）时尚品位始终和别人保持一致的人
 - 无意识的行为（12）吸烟成瘾是退化成婴儿的证据？
 - 无意识的行为（13）用力把烟头碾灭的人都是实心眼儿
- 专栏 心理学的历史（5）被精细分类的现代心理学

章节摘录

通过动作看透上司的心理（1）从不离开自己座位的上司 有的上司喜欢把部下叫到自己身边来训话，也有的上司会亲自跑到部下的座位旁，下达命令。这两种上司的行为和心理存在什么差异呢？从不离开座位的上司和亲自跑腿的上司 Y 君的上司 A 经理，每次向部下做出指示、下达命令或者询问情况时，都会亲自跑到部下的座位旁。另外一个上司 B 经理，每次都会拿起电话说：“喂！你过来一下。”像这样把部下喊到他的身边来，而从没见他离开过自己的座位。A 经理的做法平易近人，非常体谅部下，自然也能得到部下的爱戴。B 经理则不怎么受欢迎，这边部下忙得不可开交，他却常因一点小事就把部下呼来喊去，部下对他简直烦透了。那么，这两位上司的行为和心理到底有什么差别呢？B 经理把办公桌看作自己的势力范围 分析两位上司的异同时，关键点在于他们领地意识的强弱。从这一点，我们也能看出哪位上司充满自信，哪位上司是在虚张声势。首先，总爱把部下喊到自己办公桌旁训话的 B 经理，他只把办公桌当做自己的领地。因为他缺乏自信，所以只有把部下叫到自己的势力范围之内时，才能保住自己的威严。另一方面，A 经理就对自己的能力和领导力充满自信。所以，他不管走到哪里，都会把那里当做自己的势力范围。为了引导部下发挥出自己的能力，他会积极主动地走过来，不会觉得这样有失上司的威信。另外，作为部下，还可以通过这种行为来推测上司的心理状态。例如，当上司拿到部下写好的计划书时，如果把部下叫到他的旁边询问计划书的细节，可能说明上司对这个计划是否可行没什么信心。如果上司拿着计划书走到部下旁边进行询问，则说明上司对这个计划很是期待。透过行为解读男朋友的心理（1）嫉妒真的是爱情的印证吗？当人深爱着另一个人时，嫉妒心会变得很强。我们身边经常能看到这样的例子。有人说嫉妒正是爱情的印证，但果真如此吗？嫉妒心强的男朋友 A 君和 C 小姐是一对情侣，开始交往的时间并不长，但感情如胶似漆，分开一分钟都会开始彼此想念。不过，有一点让 C 小姐感到非常困扰，那就是 A 君的嫉妒心非常强，甚至要求 C 小姐把手机电话簿中所有男性的电话都删除。C 小姐深爱着 A 君，或者说被爱情冲昏了头脑，于是答应了男朋友的要求。可是作为旁观者，我们都觉得 A 君的要求实在太过分了。他的这种嫉妒心真的是对 C 小姐爱情的印证吗？实际上，这种嫉妒心体现出想出轨的欲望 这种情况下，C 小姐一定要注意了。实际上，嫉妒心强的人，出轨的欲望也很强。人自己想做某件事时，也会感觉别人同样想做这件事。这种心理在心理学上称为“投影”。也就是说，A 君嫉妒心强，内心会猜疑：“她是不是想出轨？”而背后隐藏的心理是“因为我想出轨，所以她肯定也在想同样的事情。”所以，尽管 C 小姐根本没有想出轨的想法，也没有做任何可疑的事情，A 君还是开始嫉妒了。特别是那种，认为自己决不能出轨，而压抑自己欲望的人，嫉妒心会越强。另外，“投影”还有一个令人头痛的地方，本人对自己内心深处隐藏的欲望几乎没有察觉到。拿 A 君来说，他根本不知道自己内心隐藏着出轨的欲望，因此他也不清楚自己嫉妒心的真正起因，反而还认为是因深爱引起的呢。通过行为看透朋友的心情（1）越是认真的人，喝醉后越容易发生“剧变” 人的真心不仅可以从语言看出来，还能根据其态度进行解读。特别是在酒桌上，喝醉后的样子能把人的本性暴露无遗。人喝醉后的样子千奇百怪 毕业十年后的同学会上，多年没见的老同学们分外亲切。在推杯换盏之中，聚会的热烈气氛被推到了顶点。此时，大多数人都醉了，放眼看去，那醉相还真是千奇百怪。有的人仰面大睡，有的人手舞足蹈，有的人自吹自擂，还有的人和清醒时没什么两样……酒精的魔力通过人的醉相，大体可以解读出他的性格。有的人喝醉后性格会发生“剧变”，例如旁若无人地唱歌、大笑、大哭，简直和平时判若两人。这种酒后大变身的类型，平时多是认真、理性的人。这样的人容易积累精神压力，而在喝醉后，他们会借着酒劲把压力一下子释放出来。另外，喝醉后不停自吹自擂的人，很可能是平时自卑感极强的人。他们在日常生活中怀有的自卑感、劣等感，会在酒后以一种相反的形式呈现出来，那就是自吹自擂。通过这种方式，他们可以弥补自己的自卑感，并获得精神上的满足。还有的人即使在不讲虚礼、可以开怀畅饮的酒桌上，依然能够冷静地控制自己的酒量，即使多喝了几杯，依然像没事人一样。这种人多属于警惕性高、不想把真实心意表露出来的类型。他们害怕因为不胜酒力而把真实的自己暴露出来。不过，有的人会在酒桌上向我们吐露心声或故意揭露一些秘密。对于这样的人，我们还是小心为妙。他们利用这样的场合和气氛倾吐心声，也许是想引我们说出某些秘密信息，正所谓“酒后吐真言”嘛，所以不可不防。……

精彩短评

- 1、语言是靠不住的，因为人可以操纵语言，说出谎话。人的动作却不会做假，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义，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。
 - 2、每天懂一点行为心理学，对于我们销售来说应该是必修课吧
 - 3、还行，但浅，不如看身体语言密码
 - 4、打破一些固有观念，是一件好玩的事。
 - 5、简单了点
 - 6、很容易读
 - 7、挺不错的心理学书籍，可以了解动作在日常生活中的含义，与别人交流时，能够“掌控局面”，不至于太“烦人”！
 - 8、简单易懂，寓教于乐。一边读一边把身边的人对号入座，特别是说到喜欢用活动铅笔工作的上司，优柔寡断没有决断力时真是说的太对了。
 - 9、图文并茂，看完后会努力装自己没有说谎的样子，有趣。
 - 10、有些有点意思
 - 11、不错
 - 12、呵呵
 - 13、很多内容都知道 都是比较浅层次的心理知识吧
 - 14、语言是靠不住的，因为人可以操纵语言，说出谎话。人的动作却不会做假，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义，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义。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FBI般的敏锐洞察力。
 - 15、好玩
 - 16、不好，简直无聊，没认知好
 - 17、孩子6年级了，对这套用显浅语言和漫画表述的心理书爱不惜手。看了《行为心理学》后，常常对我的行为分析我的性格，比我自己更了解我自己！真是太牛了！
 - 18、睡前读物
 - 19、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义。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FBI般的敏锐洞察力。
 - 20、很好玩
 - 21、每天懂一点行为心理学，这本书也是看了好久的，很不错，和微表情的研究有点相通，很好。
 - 22、闲时娱乐的读物 有些还挺有趣的 不过想从这里学心理学就算了
 - 23、插图有意思~随便看看就好，不是很专业。
 - 24、这一系列，除了“原田玲仁”作者的那基本，其他质量一般，通俗快餐书籍，无聊时可以看看
 - 25、对于行为心理学，我一直觉得很神秘，我平常也喜欢观察别人的行为，行为可以解释很多东西，一言一行甚至是一个眼神，我都能明白对方的意思，了解别人行为的含义，是蛮有意义的，人际交往中，通过观察对方的行为，知道对方想要做什么。你就可以处理好大家之间的关系。
 - 26、收到之后立刻就拿出来看，很不错的书，讲了很多生活中的小例子，让你对他人的行为有了更深的了解，而且也能更深入的了解自己，通过自己下意识的小动作了解到自己真实的想法，很有趣的书，里面有一些小插图，小漫画，让你觉得原来心理学也没有那么的枯燥
 - 27、日常行为的一些解读，有些意思；也可以自己解读一下自己
 - 28、每天懂一点心理学 这个系列都挺好玩的~~通俗易懂 不难看进去~
 - 29、人人都需要便捷的读心术！以大家亲身经历的小事为例子，讲解连FBI都要学习的最基本的读心术。
- 教您掌握通过小动作读取真心的技巧，从而消除人际关系中的各种烦恼，把自己也看得更清楚。

《每天懂一点行为心理学》

- 漫画插图，诙谐画风，让整本书趣味盎然。只看漫画，也可以学会行为心理学。真是受益匪浅
- 30、连FBI都要学习的最基本的读心术。
 - 31、每天懂一点行为心理学--日本最快破解身体语言的心理书
 - 32、2014.01.08 一晚上就翻完了，比较浅显和生活化，有点上当的感觉。人类的行为并非所见即所得，更多时候是恰恰相反。最大的收获大概是明白人人都有心理意义上的弱点。
 - 33、皮毛，而已。
 - 34、很好玩，好像对自己也了解的多了一点
 - 35、这是一本以漫画，和生活实例的方式讲解色彩的卡通书，教会你懂得辨别和欣赏，虽然里面的色彩理论相较艺术教科书而言要浅显的多，但却结合生活实际，使这些理论实用化，通过色彩对食欲、记忆、心情、认知、性格的影响来阐述色彩的重要性和搭配方法，书中通过色彩透视人的性格，以及服装配色，职业应用的知识实用且非常吸引人，甚至还有专为女性读者准备的恋爱色彩心理学，同时本书还介绍了各国风情以及对色彩的偏好，书的最后，介绍了一些基础的配色原理，内容充实，丰富，是一本名副其实的色彩使用说明书
 - 36、很有趣的一本书，通过一个人的某个小动作便可洞知他的内心
 - 37、原先就挺喜欢心理学，读心之类的东西。这本书阅读的很轻松，就像看一个个小故事，又有漫画图，在不经意间了解到一些行为背面的一些心理状态。偶尔也会观察一下别人和想一下自己的状态，听有意思的。
 - 38、图画很多，读起来很有意思，每天读一点多了解一些行为心理学知识，在生活中对解决和预见很多问题应该是有帮助的。
 - 39、每天懂一点行为心理学能够更好的了解自己与他人
 - 40、作为一本目的是让所有人能看懂并应用的心理普及读物 这本书已经很好了
日本人写普及读物水平还是高
 - 41、这个也太简单了吧！不用叫我都知！过了十几年了连一点肢体语言都看不懂的话还怎么混呢？连FBI也要学？骗我吧！里面的内容太3岁了吧！我的21元钱啊！够我在学校吃三顿饭了！我的妈妈咪呀！以后买书不能光看介绍了，还要仔细看评论了啊！大家说好才是真的好啊
 - 42、装帧精美、例举了很多我们日常生活中不曾在意的小动作、小细节有大学问、情境导入之后再作生动诙谐的分析讲述、还配有漫画、看完感觉很轻松、不会觉得心理学是一门枯燥的学问
 - 43、每天懂一点行为心理学--日本最快破解身体语言的心理书，讲解连FBI都要学习的最基本的读心术。不错的呢~！
 - 44、做设计的时候老师就总提人的行为心理、建议我们去读一下。。之后就看到这本书。。很喜欢书中的风格。。把很多内容都说的很浅显。。很容易懂。。很喜欢看~~
 - 45、基本不值得一读
 - 46、每天懂一点行为心理学,很实用。
 - 47、很棒的一本书，内容简单易懂，都是一些最平常的动作，但是却能破译出人的心理活动。
 - 48、每天学一点行为心理学，真的懂很多！！每天看一点，可以知道别人的行为是代表着什么意思，感觉挺好的。这样子遇到什么事情都会简单一些！
 - 49、还行吧，不是很信
 - 50、漫画的方式很不错，不过基本是比较简单的一些行为心理学，大多数都曾听说过。
 - 51、书里的漫画很好玩~
 - 52、没有上一本读起来那么有趣，配图也略无聊啦，感觉像硬拼起来的
 - 53、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义。还有其他几种系列 以后一并买齐来看看。
 - 54、之所以说这本书是可以看下去的，因为它用身边的经典案例来阐释这些动作之后的心理，再加之漫画演绎重温之前的知识，不觉得乏味，可以耐心读下去。可以说这本书是知识与趣味兼顾的书。
 - 55、2015年读的一本书，文字加插图的形式读起来很轻松，看着电影读完的，整体来说，作者在书中提到的一些行为甚至是一些细微不易察觉的小动作，我们在交际中每天都会遇到，自己大部分也能判断，只不过作者用更准确的语言告诉了我们这叫什么，有些可做参考，但有些也不太敢苟同，一个人的性格不同确实行为有很大的差距。

读到最后一页，有一张心理学的分类图表，感觉比较实用，一直想系统学习心理学的相关知识，这

《每天懂一点行为心理学》

下有了方向。

56、受用至今

57、很基础入门的生活小常识。纸张质量不错，插图比较易懂。

58、有趣的一本小书

59、挺好玩的，都是尝试性的例子，很有趣味性

60、本书利用一个个小故事，介绍了人们日常行为当中的小动作所透露出的心理现象，让读者对行为心理学有了初步的认识，而且理论结合小故事的描述方式让心理学看起来并不枯燥，也容易勾起人的求知欲。

61、很棒的一本书，内容简单易懂，都是一些最平常的动作，但是却能破译出人的心理活动。很神奇，这就是心理学的魅力所在。只是内容有点少，没有想象中的多，但这又有一点好处，那就是简单。每一页都有类似漫画的插图。很棒。让人会有兴趣读下去。

62、20151021 眼珠那一则挺有趣的。

63、作者选取日常生活中的常见行为

用简单初级的语言加以分析解释 很适合对心理学有兴趣的朋友~~

文字一点也不枯燥 重点语句有特殊加粗变色处理

非常Q 非常可爱 非常简明~~

很喜欢每个例子配的漫画哦~~

64、还好，分为他人、同事、恋人、朋友、自我五个部分，以幽默的漫画图文讲解一些日常比较常见的行为背后所隐藏的心理。虽然比较初级，但实用性比较强。心理学专业的朋友可以移步，但对心理有些兴趣，相对日常小动作反应的心理有所了解的朋友值得入手。

65、这是我第一本买的有关心理学的书。在买之前，看了很多评价。有部分人说书的内容太少了，不够详细，这点我也认同。很多都是点到即止，看着看着，有些疑问，却又解不开。不过，例子到时挺生动，也很充足。也有人说，这本书是日本人写的，日本人的习惯和中国人的不同，所以不能一概而论。很多时候，看完，我都会发出这样的感叹“哦！原来是这样的。”不过看着看着的时候，会想，这是不是只是作者的主观臆想呢？一个人的行为就只有一种解释吗？例如说，书里面谈到过一边谈电话一边信手涂鸦是因为觉得对方所说的无聊，又或者是在接听一个必须听却不想听的电话通过这种方式来缓解紧张感；还有就是说在约会中，如果对方出现了摆弄吸管、搅拌咖啡之类的就是说对方认为你说的话很无聊。这点我不是很认同，很多时候出去和别人吃饭，就算聊得很开都会有这些小动作，我在弄，对方也在弄，但是两个人还是聊得很开心啊.....所有有一些我不是很认同。不过我觉得很多都说得挺靠谱的。

66、让我们解读日常生活中的小动作，图文并茂，让人更容易理解，而且看起来会更有趣。解读商务中的小动作帮助我们更好的工作，了解男女的“真心”，解读朋友们的无意识行为，让我们了解人与人之间减少了秘密，会更好地交往，最后就是更好地了解另一个自我，认清自己，正视自我，才能更好成长。书中还有一些心理学历史小知识，能让我们进一步理解心理中的行为心理。

67、很可爱的一本书，用漫画、简单易懂的文字让你读懂深奥的心理学。

68、就像漫画一样，很容易看懂。

看这本书的时候你会说“哦哦哦”“原来是这样”。。。。。

不过这本书有些行为我看是在中国见不到的，因为作者是日本人呐

不过从入门或兴趣的角度讲，这本书是一本可以解闷的一本书。如果说想看更理论有哦意思的书我可以推荐一本《世界如此险恶，你要内心强大》。也是心理书来的。

别看是中国的作者就以为不行，中国也是很厉害的。

69、简单浏览，寓教于乐。

70、快速读懂心理的行为体现。

71、有趣的心理学读本！漫画插图，诙谐画风，让整本书趣味盎然，只看漫画，也可以学会行为心理学。以生活小事为例，解读各种情境下小动作的含义，可以体验“动作与心理”的有趣联系，培养敏锐洞察力，哈哈！原来神探是这样修炼成的！

72、蛮好玩的,比较简单入门级的行为心理学,适合寓教于乐.

73、这本比其他基本写的好

《每天懂一点行为心理学》

74、每天懂一点行为心理学，很轻松，很简便

75、书籍中，行为心理的内容涉及的范围较广，虽然没有深入地介绍每一种行为心理学，但对于初学者而言，还是能学到不少有关行为心理方面的知识。这本书值得推荐！

76、很有意思，当然也很准，学会察言观色很重要！！

77、书的内容很实用，非常值得一看，适合不是心理学专业但是对心理学感兴趣的人读，可以当作一本开启对心理学兴趣的入门书。左侧页是文字分析，右侧页是配合的漫画图片，大部分图片可以帮助体会和理解，但也有些略显多余。每章节后面带有一些专业的心理学知识，这部分内容太少而且显得有些生涩，外行人很难看懂。不过总体来说值得一看，很喜欢！

78、还好，主要都是例子。

79、整本书通过漫画，和简单文字通俗的解释了一些生活中的行为与心理的关系，很浅显，几下就看完了，感觉浪费钱了，买这书

80、喜欢这种以漫画+文字形式展现的小知识，对于那种看久了文字就烦躁的人们来说简直是福音呢。虽说是日本人的写的吧，但是挺有用的，学一点心理知识也许会有助于我们在日常生活中人际交往。以前买了同系列的色彩心理学和好玩心理学，所以这次想集齐它们。

81、每天懂一点行为心理学，还成，挺有意思

82、我以为心理学会有多么复杂。要想入门或是懂得最基本的，你必须要掌握多少专业名词才够格或是可以说我会一点点。但是这本书读完以后，忽然觉得，其实，只是我们对它太陌生而已。一切都是来源于生活，研究的也只是我们身边的人或事。我并没有说 我看完这本书以后就掌握多少，就可以说我是研究心理学的。其实这本书读完以后你首先会觉得很对。然后，你就会自己反省自己，自己到底是不是有什么反应，真的能起到很好的自我暗示作用。也算是为了解自己多了一点软手腕儿吧。

83、心理学好像是越来越重要了,大势所趋之下拥有一本是理所当然,选择这本时是因为听说简单易懂.

书看起来没有一般的心理学的深奥,显得简要了点,只是从身边一些人的行为和一些事去判断这个人的性格或这些事的前因.这读起会有些有趣,同时你会习惯在生活上观察身边的人,看到某些动作和情景会情不自禁想起这本书所描写中的推断而对号入座,懂一点行为心理学的确有点作用,而且也有点趣味.

看看无妨,当然行为心理学只是供参考,不可能按照同一行为的人都是同一类人.

84、2015.9 觉得里面有很多东西都太片面了。

85、生活中的点点细节，隐藏的秘密，每天懂一点心理学，无论是对工作还是还是人际交往都有很大的帮助

86、闲书

87、一些通过观察他人行为去推测对方心理和性格的趣味法则

88、花了一天看完这本书...趣味性强也易懂 但还是觉得内容不够

89、没《FBI教你读心术》那么好看

90、看着比较有意思吧，不是很深奥，但是很有趣

91、以一个个实例和图像告诉我们生活中那些常见动作背后的心理行为，了解到了很多，纸质也很好

92、有用的内容寥寥无几，不专业的内容满篇都是。

93、人们日常的行为模式背后，隐藏着怎么样的心理？这些行为又体现了一个人什么样的性格？通过阅读此书，我认为行为心理学在这几个问题上面，能够对我们提供比较多的帮助。作为一门科学，心理学是建立在一系列的试验和假设之基础上的。所以这本书中介绍的内容，有很多是由心理学家通过观察人们日常生活中的各种模式化行为，分析其特点和共性而总结出的一些结论。作者通过一个个生活中的具体场景，以一种先提出问题，然后逐步剖析引出答案的富有启发意义的方式把它们表述给读者，让人受益匪浅。除了以场景导入心理学原理的做法，本书还有另外一个优点，就是它在每一篇的末尾，都通过一幅插图对本篇的要点进行了总结，非常便于理解和记忆，看来作者确实匠心独具。行为心理学中，有很大一部分内容是在研究人的肢体语言，特别是无意中表露出来的那部分由潜意识引起的动作。相对于可以有意识去控制的语言，心理学家认为这些无意行为代表了人的潜意识，所以更加真实地展现了当事人的心理，也更加可信。虽然书中很多结论我是相对比较认同的，然而正如一些心理试验所展示给我们的情况，一些结论对于70%~80%的人是适用的，同时也依然存在那20%~30%的

《每天懂一点行为心理学》

例外，所以也有很多不能一概而论的情况。最后要提醒大家的是，心理学是术，不是道，要注意在正确的地方去使用它；用得不好，反而害人害己。

94、这是一些简单易懂的行为心理学知识汇总，每天都可以学习一点，经过日积月累后，你会发现自己的观察角度深刻而更富有趣味。来自于生活的一些行为，能够更大的折射心理活动，是心理学初学者的很好的阅读。赞。

95、可能有文化差异，所以有些内容不适用。

96、每天懂一点系列都是漫画加文字的形式很可爱，和传统心理学比趣味性更强，容易接受

97、这本书很可爱 不过不大喜欢文字 还好有图画解释 不看文字也可以看图 而且里面的内容大都是在日常生活中的动作语言 从中可以看出这人什么心理 这太满足我的好奇心了

98、写的比较浅 没说透

99、内容简单易懂，挺适合休闲时间阅读。也明白了一些浅显的心理学。不过有些地方太过于简单，有些理论重复出现，只是不同表现而已，有些冗杂。

100、左右部分有点重复性，其实大部分行为的潜在原因我们都知晓，这本书只是用更准确的数据来确定说明

101、这是一本很不错的关于行为心理学的书。书中举了很多生活中常见的行为，并将这些行为进行分析，让人们可以清楚隐藏在他人某一行为后面的真实想法。当然，很多情况下是可以参照书本里的事例进行分析人的行为的；不过，也不能完全的相信某一本书中的分析及理论，因为有些行为可能是出自一个人的习惯。多去观察他人的言行，应用书中的知识，你将受益匪浅。

精彩书评

- 1、“每天懂一点”系列所阅读的第一本书，个人认为适合对心理学比较感兴趣的读者，比如现在的我~从日常生活中的一些小细节便可以大致了解人的性格和心态，对人际交往和日常沟通有一些指导作用吧~比较喜欢彩页和插图，很形象易懂~
- 2、最近在品读道德经，所以再看这本书时颇有感触。不停点头的，是内心不以为然。拼命点头哈腰如日本人的，恰恰相反其心里充满了反感。女人在你面前吃得多，说明不把你当回事。挠头，说明害羞给你看。以手托腮作拒人千里之状，是渴望你的安抚。走到你座位找你的领导，说明内心自信。左为上，坐在领导左边的说明他把左脸给你看，内心是相信你的。妆化的浓的，恰恰相反很纯情。把二郎腿掂起，作轻松状，实际内心很紧张……人是会装的动物，所以反着听别人说话，反着看别人行为。对已，也是这样。
- 3、如何更好的理解他人？如何更清晰地认识自己？人们日常的行为模式背后，隐藏着怎么样的心理？这些行为又体现了一个人什么样的性格？通过阅读此书，我认为行为心理学在这几个问题上面，能够对我们提供比较多的帮助。作为一门科学，心理学是建立在一系列的试验和假设之基础上的。所以这本书中介绍的内容，有很多是由心理学家通过观察人们日常生活中的各种模式化行为，分析其特点和共性而总结出的一些结论。作者通过一个个生活中的具体场景，以一种先提出问题，然后逐步剖析引出答案的富有启发意义的方式把它们表述给读者，让人受益匪浅。除了以场景导入心理学原理的做法，本书还有另外一个优点，就是它在每一篇的末尾，都通过一幅插图对本篇的要点进行了总结，非常便于理解和记忆，看来作者确实匠心独具。行为心理学中，有很大一部分内容是在研究人的肢体语言，特别是无意中表露出来的那部分由潜意识引起的动作。相对于可以有意识去控制的语言，心理学家认为这些无意行为代表了人的潜意识，所以更加真实地展现了当事人的心理，也更加可信。虽然书中很多结论我是相对比较认同的，然而正如一些心理试验所展示给我们的情况，一些结论对于70%~80%的人是适用的，同时也依然存在那20%~30%的例外，所以也有很多不能一概而论的情况。最后要提醒大家的是，心理学是术，不是道，要注意在正确的地方去使用它；用得不好，反而害人害己。
- 4、看起来像是一本教心理的书，但读起来有很轻松，像是看漫画一样。里面都是日程中亲身经历的小李子，很好运用和理解。很喜欢“每天懂一点”这个系列，又能学点心理方面的小知识，又放松。插图有的还很搞笑、易懂。

《每天懂一点行为心理学》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com