

第 1 章



瞬間的表現告訴你
他是否值得深交



到處給名片的人 有較強的自我表現慾



在現實生活中，交換名片是表明彼此身份的一種手段，更是在某些場合下不可或缺的行為。但有很多人在非工作場合，也總是動不動掏出名片遞給對方，比如旅途中剛認識不久的人、飯店裏的鄰坐、賓館的前台招待等。

這些人為甚麼喜歡到處散發名片呢？根據心理學家的研究，一般這種人評價他人的時候，所注重的往往是對方的身體、地位或頭銜。他們自己的名片上就常常堆砌着很多頭銜。

其實，這是一種自我表現的形式。在他們看來，只有這樣才能讓別人更清楚認識到自己是一個如何優秀的人。他們有野心，喜歡抬舉自己，並且常常夢想着一夜暴富，但在交往中卻又會表現得不大誠實，常常言行不一。

遞接名片的方式也反映了一個人的品性。自己比對方先拿出名片是誠意的表現，而當我們遞上名片，對方用雙手接過也是一種尊敬的表示。但如果對方接過我們的名片，卻沒有把自己的名片遞過來，則是一種無禮或者拒絕的表現。

有的人會抓出大把不經整理的名片，然後從中翻找自己的名片；有些人會若無其事地掏出一大堆別人的名片來，然後誇耀自己和這些人的關係是如何如何要好。這種人大多屬於自我中心的類型，他們大多具有優秀的口才，活動能力強，能討人喜歡。這種人精力比較充沛，有魄力，但過於注重外表。

經常以「名片用完了」之類的話表示歉意的人，多半對生活和事業缺乏長遠的規劃，並且為人較為輕率。除了以上這些情況，名片的內容和樣式同樣可以反映一個人的個性和心理。喜歡用粗大字體印名字的人，一般具有較強的名利慾，總是喜歡不時地強調、突顯自己，以吸引他人的目光。這種人雖然有強烈的功利心，但在為人處世等方面卻會表現得比較平和、親切，具有紳士風度。他們很擅長運用一些手段來達到自己的目的，外表和內心經常會不一致。

喜歡在名片上附加住址和電話的人，從心理學上講，這種人大多具有較強的責任感，否則他們不會把自己的住址和電話印在名片上。與此相反的是，許多人為了逃避工作上的麻煩，會拒絕告訴別人自家的地址和電話。

喜歡在名片上印綽號和別名的人，比較叛逆

這種人一般都具有叛逆心理，做事也經常無法與其他人合拍。他們在為人處世方面一般都比較小心和謹慎，但有時也會顯得有些神經質，以至於常常會無端地猜疑，並且在猜疑別人的同時也會懷疑自己。這就使得他們很容易產生自卑感，並且在遇到挫折和困難的時候，缺乏足夠的信心，總是想妥協退讓。

喜歡用輕柔質感的材料製作名片的人，溫和

這種人大多具有較強的審美觀念，不太容易與人發生爭執。在條件允許的情況下，他們會盡力去照顧對方的感受。他們的意志力比較薄弱，這常常會給他們帶來一些麻煩。

喜歡在名片上加亮膜的人，虛榮心強

這種人外表上看起來熱情、真誠和豪爽，與人相交也親切和善。但這可能只是他們在人際交往中的一種慣用手段，事實上他們大多是虛榮心比較強的。

同時持有兩種完全不同名片的人，精力充沛

這種人的精力往往非常充沛，同時具備一定的實力，經常需要應付不同領域的人和事。他們的思維和眼光較一般人要開闊一些，能夠看得更遠。他們的創造力很突出，往往會有一些驚人之舉。

總之，在一張小小的名片中，蘊含着非常豐富的信息，如果我們能夠掌握這種「閱讀」對方名片的本領，在人際交往中也會走得更加順暢。



從遞上名片的方式，以及名片的設計，往往是自我表現的方式。



敲門聲會說話，不信你來聽一聽



在日常生活中，我們動作中的輕重緩急與自己的情緒和性格息息相關，所以，我們可以從一個人敲門的強度、節奏、時間等，了解對方的心理狀況。

敲門的輕重

一般情況下，一個把門敲得極其響的人是比較自信的，具有強大的內心。如果一個人敲門的聲音非常小，生怕嚇着螞蟻，則表明這個人有些過於謹慎，可能極度缺乏自信。這種人在人際交往中，一般也會顯得比較消極和被動。**如果我們聽到的是那種泰山壓頂的敲門聲，就可以推斷出，敲門的人是一個辦事比較負責並且講究禮節的人。**

如果我們聽到敲門聲顯得乾澀無力，表明對方可能正因為甚麼事情想不通，希望能夠找人訴苦。還有一種人，他們在敲門時喜歡用手掌把門搗得「乒乒乓乓」響，有時甚至會「拳腳相加」。這樣的



這些蛛絲馬跡 證明他背叛了你



面對男人的背叛，有的女人依靠超強的第六感，可以瞬間化身福爾摩斯，發現對方變心的證據；但也有很多女人，在男人已經背叛她們很久之後依然無法察覺。相信沒有女人願意面對一個已經變心的男人，那麼我們要如何證明他真的選擇了背叛呢？

好丈夫的表現都差不多，但壞丈夫的背叛方式卻各有千秋。當一個男人開始背叛的時候，為了不讓自己出軌的事情敗露，他會拼命掩飾再掩飾，撒謊再撒謊。但無論他做得怎樣天衣無縫，他的言行舉止裏總會露出一些蛛絲馬跡。現在，就讓我們用放大鏡來看一看男人變心時都有哪些典型舉動吧。

突然變得喜歡打扮

但凡男人突然改變自己的穿衣風格，我們就要小心了。比如，他脫掉了自己的西裝襯衫，開始換上牛仔T恤；把以前從不接觸的顏色甚至是卡通人物都裝飾到自己的身上，這可能意味着他的身邊出現了年輕的女孩。

或者一向拒絕香水的他，抽屜裏突然多出一瓶名貴香水，這也許就意味着，在他新認識的女生中，有一位的抽屜裏也有同樣一瓶香水。又或者，明明喜歡張學友的他，卻一連好幾天都在哼唱陳卓賢 (Ian Chan) 的《正式開始》，這可能就表示，一名喜歡 Ian 的女孩出現在了他的身邊。

最近經常說「我很忙」

男人「很忙」的可能有許多，他可能是在為了讓我們生活得更好、更舒適而去努力工作，爭取賺更多的錢。但如果從壞的一面來解釋，那就意味着他可能已經對你失去了興趣，喪失了熱情。這種時候，加班、出差等就成了他最有力的藉口。

所以，如果你的他最近總說要加班，要不就出差，在家裏的時間越來越少，陪你的時間更是屈指可數，那很有可能並不代表他成為「工作狂」，而是意味着對方可能正在準備和你說「我們結束吧」。

通話或短信記錄常為空

一般來說，正常使用的手機在通話記錄欄或短信欄內都會是滿格記錄。如果我們發現他的通話記錄或短信經常出現記錄不完整的情況，我們就可以大膽猜測：他是不是在回家以前對這些信息進行了刪除。因為只有刪除才會出現這種記錄不完整的情況，目的就是為了使自己的手機中不留下其他女人的信息。

或者他在回家後，總小心翼翼地把手機放在身邊，當信息提示

音響起的時候，他會第一時間拿起來獨自察看，並且回覆訊息也是悄然進行；電話鈴聲響起，他沒有像以前一樣當面馬上接聽，而是走到我們聽不到的地方，壓低嗓音接聽電話。遇到這種情況，就要特別注意了。

開銷突然增大

一個男人出軌以後，為了體現自己的紳士風度和浪漫，也為了討伊人歡心，總要去吃吃燭光晚餐、送送玫瑰、喝喝咖啡甚麼的，而這些都是要花錢的，再加上他為了享受風花雪月，在沒有外快的條件下，只好拼命地攢私房錢。還有些男人為了存錢，甚至不惜戒煙戒酒，無所不用其極。

許諾不再生效

如果有一天，我們發現他對我們的許諾不再生效了，就表示我們在他心目中的地位已經不那麼重要了。發現這種事情的原因，要麼是他「靈光一閃」，發現自己不再愛，要麼就是他遇到一個更符合口味的人，移情別戀了。

見面次數明顯變少

濃情蜜意時，恨不得天天黏在一起，可最近見面的次數卻驟然變少，並且即便在一起也變得平淡，甚至有些尷尬，這些都是感情出現問題的表現，要注意了。

對你開始有負疚感

忽然有一天，那個一向不在意我們優點的人開始對我們誇讚有加，或者在一個平常的日子，一向不懂情調的他卻給我們買了一份精緻且價格不菲的禮物。出現這種情況的原因，一來是他突然「良心」發現，變得浪漫起來；二來便是他心裏有負疚感，覺得自己承擔不起另一半真摯的情感。所以，**當那個「可以『hea』的話不會郁」的他，突然又是洗碗又是拖地，變得好不勤快時，千萬不要天真地以為自己終於「守得雲開見明月」了，也許是他在外面和其他女人逍遙，回家卻看到你在操持家務，於是良心發現獻一回殷勤。**

當然，上面總結的這些情況都只是「有可能」，但不可否認，當一個男人以往的生活習慣忽然發生變化時，一定意味着甚麼。也許是因為最近心情特別好或壞，也許是因為這段時間的工作特別順或不順，還可能是因為他遇到了一個靚麗的女人，開始了新的戀情！



我們未必要做福爾摩斯，但出軌的人總會有一些古怪的行徑，讓人感到不妥。



對方不斷看手錶， 說明你超時了



在面試時，如果每位求職者都口若懸河，回答問題時遠遠超出面試官的時間限制，顯然會讓面試官非常疲勞，他們可能會不斷做出看手錶、變換坐姿等動作，以此來表明「你已經超出時間了」。如果無法看懂面試官這一動作的心理，就可能會給對方留下不好的印象，影響到面試結果。

亞聰是一名大學畢業生，在學校各科成績都十分優異的他，躊躇滿志地向各大企業投去自己的簡歷，期待找到一份好工作。很快，他收到一家外企的面試通知。面試時，對方要求亞聰先自我介紹，亞聰便開始講述自己大學期間如何能力出眾，甚至連初高中的「豐功偉績」都涉及了不少。聽着亞聰滔滔不絕的自我介紹，面試官抬手看了看手錶，又問了他一些其他的問題。亞聰暗暗得意，覺得面試

官肯定是對他有好感才會對他進行全面了解，於是又繼續口若懸河地說了起來。期間，面試官看了三四次手錶，但亞聰都沒在意。面試官的表情越來越難看了。就在亞聰繼續講述自己的職業規劃時，面試官終於忍不住打斷他的話，讓他回去等面試消息了。

其實，對於面試官看手錶的動作，我們心裏應該有數，這是對方在暗示「你超出時間了」或者「你太囉唆了」。如果我們這點事情都看不出來，那面試失敗也是必然的。

除了看手錶之外，面試官還可能會通過其他一些動作來表達自己的不耐煩，比如變換坐姿。下面我們就來解讀一下，看看面試官的哪些動作在表達不耐煩。

面無表情地玩弄手指

當面試官表情呆滯、笑容僵硬，並開始玩弄自己雙手，變化雙腳的位置或者兩腿重疊抖動時，就表示他不願意再聽我們繼續說下去了。這時候，我們最好用簡潔的語言結束面試，以免讓對方更加不耐煩。

眼神閃爍，雙手置於腦後

當面試官的眼神開始閃爍時，有兩種意思：第一，面試官對我們所說的話題並不感興趣，所以他有些心不在焉；第二，面試官對我

們的話題已經到了忍無可忍的地步，希望我們馬上停下來。因此，一旦看到面試官做出這兩個動作，千萬不要再滔滔不絕，否則將徹底失去這次求職機會。最好在面試官出現第一個動作時，我們就馬上打住。

雙手交叉抱於胸前

當面試官面無表情地盯着我們，並且微蹙雙眉，把自己的雙手交叉抱於胸前，或一隻手橫於胸前，另一隻手的食指靠頰、大拇指頂着下巴，剩下三隻手指蓋着嘴巴，再加上背往後靠，雙腿張開或交叉蹺腳時，表明面試官已經對我們的談話失去興趣。這時候，最好立刻改變自己的談話內容和方式。

頭斜向一旁並微微朝下

當面試官的頭斜向一旁並微微地朝下，嘴唇線條僵硬、眉毛上揚、眼露不屑時，表示面試官已經不再信任我們。這可能是因為對方覺得我們的談話內容中有太多誇大的成分。這個時候，我們最好能夠拿出事實來證明我們所說的話，否則可能會給對方留下硬銷自己的印象。

放鬆身體，背往後靠

當面試官放鬆自己的身體，背往後靠，頭向後仰，並搔頭皮或雙手抱於腦後的動作時，表示對方覺得我們的談話內容過於膚淺。這個時候，我們最好不要再說下去，靜等面試官提下一個問題。

總之，面試是一個雙向交流的過程，為了使交流能夠愉快地進行，我們必須從面試官那裏不斷獲取反饋，並據此調整自己的講話內容和方式。



如果我們為了通過面試一味地表現自己，而不注意面試官的表情，就很可能會造成與面試官之間的不協調。



握握手就可探知 對方內心的秘密



被譽為讀心術高手的霍茨·艾爾特曾說過這樣一句話：「在一個人的手和另一個人的手相互觸碰的那一瞬間，就意味着一種交流的開始。這好比有一種電波在人和人身體和心靈上展開了傳輸。一旦握手動作發生，這種電波就會瞬間在彼此間產生。而從這微弱的電波中，我們就可以感知別人的內心。」握手是一種禮儀，也是人與人之間的一種交流方式，只要我們用心去解讀，就能感受到對方通過手掌傳遞的信息。

握手的溫度

2004年雅典奧運會女子乒乓球單打決賽中，中國選手張怡寧以4:0的比分輕鬆戰勝朝鮮選手金香美，為中國代表團拿下一枚寶貴的金牌。賽後，張怡寧向記者透露，在比賽開始之前，她就已經知道自己肯定會贏。記者問她

為甚麼會如此自信，張怡寧回答道：「賽前與對方握手時，我感覺她的手是冰涼的，這說明她很緊張。」

張怡寧通過握手就預料到自己的勝利並不奇怪，因為行為學家早就有過研究，手是一個人情緒的衡量尺。一般情況下，在一雙顫抖之手的背後，一定是一個人恐懼的情緒；在一雙發熱的手背後，則一定是激動的情緒；而在一雙冰涼的手背後，自然就是一個人緊張的情緒。

兩個人的手緊緊握在一起時，它所傳遞的，絕不僅僅是問候這麼簡單，更是一種投石問路的試探。當一個人想通過握手來打探我們的底細，或者通過握手來向我們施加某種壓力時，如果我們不知道其中的奧秘，那在人際交往中就很容易處於被動。而當我們的信息在對方那裏暴露無遺，自己卻沒有主動從中去獲取有用的信息，就等於主動放棄了一次解讀對方內心秘密的機會。但如果我們深諳其中的奧秘，每一次和對方握手時，都能認真地從這個簡單的動作中去感知對方的心理，就能在社交場上更加遊刃有餘。

握手的力度

因為工作原因，Monica 經常需要和各種各樣的人打交道。她是個非常細心，善於觀察的人。經過一段時間的學習和琢磨後，她練就了一項絕招——通過握手來探知對方的心理，從而獲取雙方交流的主動權。

一次，Monica 和一個剛結識的合作夥伴握手時，感到對方握手的力氣很大，就像老虎鉗一樣，把她的手夾得生疼。根據她的經驗，這代表對方是一個控制慾極強的人，這種人總是企圖能夠從力量上壓制對方，一般不容許對方反駁，更不容許別人背叛，所以和這種人交往的時，最好不要得罪他。為了順利將對手拿下，Monica 決定「以柔克剛」。在和對方交談的時候，儘量避開對方的鋒芒，也不去搶對方的話。無論對方說甚麼，她都能從自己的角度予以積極的評價。正是因為謙恭溫和的態度讓對方覺得滿意，對方才沒怎麼為難她，最後更是毫不猶豫地和她簽訂了合作協議。

在這次交際實踐中，Monica 看似在氣勢上不敵對方，但誰又能說她不是這次交際的贏家呢？反過來想，如果 Monica 因為對方的咄咄逼人而針鋒相對，和對方硬碰硬地進行一番唇槍舌劍，那必然會得罪對方，到時雙方的合作自然也就不可能達成了。

在握手時，有些人的力量偏大，說明這個人在性格上坦率樂觀，是一個堅強開朗的人。而那種握手力量適中的人，一般都比較聰明，他們善於交際，能夠在人際交往中遊刃有餘。同時，他們非常多疑，攻於心計，難以完全信任他人。所以，和這種人成為朋友很難。

有些人握手力量很輕，時間也非常短，好似敷衍了事。一般來說，出現這種情況是因為對方的情緒低沉，或者對方正在被別的事

情困擾，導致沒有心情應付社交；再不然就是他對我們沒有特別的好感，所以才敷衍了事。

握手的形式

有些人握手時間很長，這表明他對我們很感興趣，希望與我們進行深入的交流或者想馬上獲得你的好感。有些人在握手時，只用手指抓握我們的手，而不讓我們觸碰到掌心。這表示對方的性格非常敏感，不喜歡與人交往。一般想和他們成為朋友並不容易，可一旦成為朋友後，彼此就有可能成為知己。

有些人喜歡在握手時與我們交談，心理學家認為，這是因為對方可能是個「自來熟」，想要通過這種方式讓我們感到親切；也有可能是對方在試探我們，想提前了解一些信息。

有些人在與我們握手時，喜歡抓緊我們的手並不斷地搖動。這種人一般都非常樂觀，並且對人生充滿了希望。他們樂於助人，而積極熱誠的待人態度更能給他們帶來很好的人緣，進而讓他們成為焦點人物。

此外，有些人在我們伸出手之後，他們卻猶豫了片刻才慢慢伸出手來。這種人大多性格內向，不善與人交際，平時沉默寡言，做事優柔寡斷。



我們可以透過握手的長度、力量與形式，建立在別人心中的印象。