

The International Bestseller



CK.0000068726

Cuốn sách hoàn hảo về  
**NGÔN NGỮ CƠ THỂ**

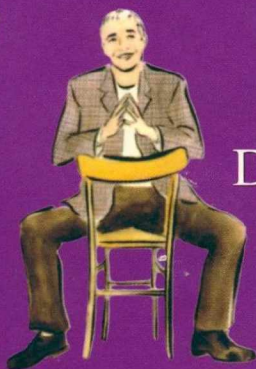
Allan & Barbara Pease

Bản dịch tiếng Việt

Lê Huy Lâm

THE  
DEFINITIVE  
BOOK  
— of —

**BODY  
LANGUAGE**



ÈN

J



NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP  
THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

NTV

Công ty TNHH  
Nhân Trí Việt

## NGÔN NGỮ CƠ THỂ ở nơi làm việc

của Allan & Barbara Pease

phiên dịch tiếng Việt Lê Huy Lâm

Cuốn sách này sẽ cung cấp cho bạn tất cả những điều cần biết về ngôn ngữ cơ thể ở nơi làm việc để từ đó, bạn có thể:

- Gặt hái thành công trong giao dịch hoặc phỏng vấn
- Thuyết trình hiệu quả
- Giải mã và sử dụng ngôn ngữ cơ thể của các quốc gia trên thế giới
- Hiểu giao tiếp bằng mắt
- Hiểu những dấu hiệu tinh tế liên quan đến giới tính

Thông qua việc hướng dẫn bạn từ cách ứng xử ở buổi phỏng vấn phòng đến phương pháp sắp xếp các vật dụng trong phòng làm việc sao cho hiệu quả nhất, cuốn *Ngôn ngữ cơ thể ở nơi làm việc* sẽ giúp bạn nhận biết và chinh phục kiểu ngôn ngữ cơ thể gây bất lợi cho bạn.



## NGÔN NGỮ CƠ THỂ trong tình yêu

của Allan & Barbara Pease

phiên dịch tiếng Việt Lê Huy Lâm

Cuốn sách này sẽ cung cấp cho bạn tất cả những điều cần biết về ngôn ngữ cơ thể trong tình yêu để từ đó, bạn có thể hiểu rõ:

- Cuộc chơi hẹn hò
- Nghệ thuật tỏ tình và các tín hiệu tán tỉnh
- Hẹn hò tốc độ, cuộc hẹn đầu tiên, những buổi tiệc tùng, hẹn hò qua mạng và các "sử mạng cảm tử" khác
- Bí quyết để có những mối quan hệ tình cảm thành công

Thông qua việc hướng dẫn bạn từ cách sử dụng ngôn ngữ cơ thể để gia tăng khả năng tìm được bạn đời đến cách giải quyết với các vấn đề nảy sinh trong mối quan hệ tình yêu, cuốn *Ngôn ngữ cơ thể trong tình yêu* sẽ giúp bạn nhận biết và chinh phục kiểu ngôn ngữ cơ thể gây bất lợi cho bạn.



Được bán tại Nhà sách **MINH TÂM**

1 An Dương Vương P4 Q5 TP. Hồ Chí Minh ☎ 38353608 - 38354845 Fax 3830202417

Website: [www.nhasachminhtam.com](http://www.nhasachminhtam.com)





Cuốn sách hoàn hảo về  
**NGÔN NGỮ**  
**CƠ THỂ**

The Definitive Book of  
**BODY LANGUAGE**

Allan & Barbara Pease

Bản dịch tiếng Việt

**Lê Huy Lâm**



**NHÀ XUẤT BẢN TỔNG HỢP**  
**THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH**

**NTV**

Công ty TNHH  
**Nhân Trí Việt**

## **The Definitive Book of BODY LANGUAGE**

Copyright © Allan Pease 2004, 2006, 2007, 2009, 2012, 2013, 2014

This translation of The Definitive Book of BODY LANGUAGE is published by agreement between Pease International Pty Ltd, Australia and Nhan Tri Viet Co., Ltd, Vietnam c/o Simmonds Literary Agency, UK.

### **Cuốn sách hoàn hảo về NGÔN NGỮ CƠ THỂ**

Công ty TNHH Nhân Trí Việt giữ bản quyền bản dịch tiếng Việt, 2014.

Được xuất bản độc quyền tại Việt Nam, phát hành trên toàn thế giới, theo hợp đồng chuyển nhượng bản quyền giữa Pease International Pty Ltd và Công ty TNHH Nhân Trí Việt thông qua Simmonds Literary Agency.

Không phần nào trong cuốn sách này được phép sao chép, lưu giữ, đưa vào hệ thống truy cập, hoặc truyền tải bằng bất kỳ hình thức hay phương tiện nào, điện tử, ghi âm, sao chụp, thu hình, phát tán qua mạng, hoặc dưới bất cứ hình thức nào khác khi chưa có sự cho phép bằng văn bản của chủ bản quyền.

Cuốn sách này dành tặng cho những ai có thị lực tốt nhưng không nhìn thấy được bản chất sự việc bằng đôi mắt của mình.





# Mục lục

Lời cảm ơn	19
Lời mở đầu	21
Mọi thứ không như vẻ bề ngoài của chúng	22
Bạn biết lòng bàn tay của mình đến mức nào?	23
Bạn có thể nhận ra những biểu hiện trái ngược trong ngôn ngữ cơ thể đến mức nào?	24
Cách thức chúng tôi viết cuốn sách này	25
Từ điển ngôn ngữ cơ thể của bạn	27
<b>Chương 1 Hiểu những điều cơ bản</b>	<b>29</b>
Lúc đầu...	31
Tại sao điều bạn nói lại không quan trọng?	33
Ngôn ngữ cơ thể tiết lộ cảm xúc và ý nghĩ như thế nào?	34
Tại sao phụ nữ mất cảm hơn?	36
Nội soi cắt lớp não cho thấy gì?	37
Làm thế nào thầy bói biết nhiều như thế?	38
Bẩm sinh, di truyền hay được tiếp thu?	41
Một số nguồn gốc cơ bản	42
Những điệu bộ phổ biến	44
Ba quy tắc để đọc chính xác ngôn ngữ cơ thể	45
Quy tắc 1: Hiểu các điệu bộ theo cụm	45
Quy tắc 2: Tìm kiếm sự phù hợp	47
Quy tắc 3: Hiểu điệu bộ trong ngữ cảnh	48
Tại sao điệu bộ có thể dễ bị hiểu nhầm?	49
Tại sao dễ hiểu trẻ em hơn?	50
Bạn có thể bịa ra điệu bộ không?	51
Câu chuyện có thực: Ứng viên xin việc nói dối	52
Làm thế nào để trở thành một người đọc ngôn ngữ cơ thể thật giỏi?	54
<b>Chương 2 Quyền lực nằm trong tay bạn</b>	<b>56</b>
Làm thế nào để phát hiện sự chân thật?	58
Cố ý sử dụng lòng bàn tay để đánh lừa	60
Quy luật nhân quả	60
Sức mạnh của lòng bàn tay	61

Cuộc thử nghiệm của chúng tôi với khán giả	64
Phân tích các kiểu bắt tay	66
Ai nên chủ động bắt tay trước?	67
Sự thống trị và quyền kiểm soát có liên quan như thế nào?	67
Bắt tay kiểu phục tùng	70
Làm thế nào để tạo sự bình đẳng?	71
Làm thế nào để tạo mối quan hệ tốt?	71
Làm thế nào để vô hiệu hóa cái bắt tay thể hiện quyền lực?	72
<b>1. Thuật bước qua bên phải</b>	<b>73</b>
<b>2. Thuật bàn tay đặt trên cùng</b>	<b>74</b>
Cái bắt tay lạnh, ẩm ướt	75
Giành lợi thế phía bên trái	76
Khi đàn ông và phụ nữ bắt tay	77
Bắt tay bằng hai tay	78
Cái bắt tay kiểm soát	80
Trò chơi quyền lực giữa Blair và Bush	82
<b>Giải pháp</b>	<b>83</b>
<b>Tám kiểu bắt tay tệ hại nhất thế giới</b>	<b>84</b>
<b>1. Kiểu cá tươi (bàn tay lạnh ngắt)</b>	<b>84</b>
<b>2. Kiểu gọng kìm</b>	<b>85</b>
3. Kiểu bóp vụn xương	85
4. Kiểu nắm đầu ngón tay	86
5. Kiểu chìa cánh tay cứng đờ	87
6. Kiểu bắt tay xoay cổ tay	88
<b>7. Kiểu bắt tay lác lên lác xuống</b>	<b>88</b>
<b>8. Kiểu Hà Lan</b>	<b>89</b>
Cái bắt tay giữa Arafat và Rabin	90
<b>Tóm tắt</b>	<b>91</b>
<b>Chương 3 Điều kỳ diệu của nụ cười và tiếng cười</b>	<b>92</b>
Mim cười là dấu hiệu phục tùng	95
Tại sao nụ cười dễ lan truyền?	97
Nụ cười đánh lừa bộ não như thế nào?	98
<b>Tập cười giả tạo</b>	<b>100</b>
<b>Những kẻ buôn lậu ít mim cười hơn</b>	<b>101</b>
<b>Năm kiểu cười phổ biến</b>	<b>101</b>
<b>1. Nụ cười mim chặt môi</b>	<b>101</b>
2. Nụ cười méo xệch	103
3. Nụ cười trẻ hàm xuống	104