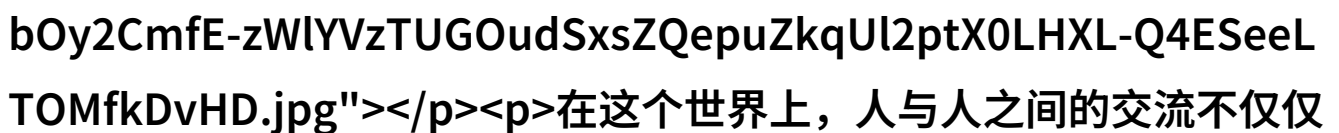


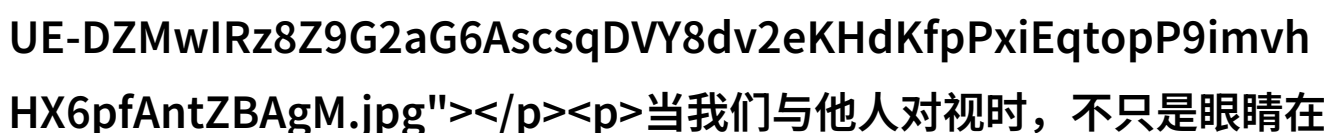
深入眼神交流的艺术心灵互动的非言语沟通

你看着我是怎么深入你的？



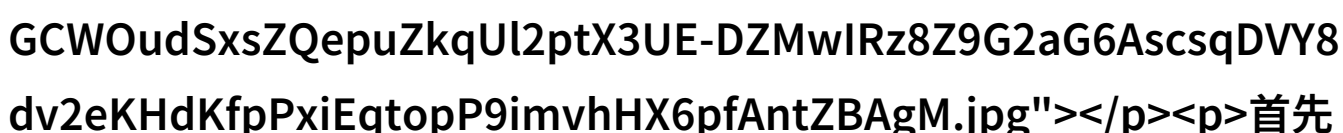
在这个世界上，人与人之间的交流不仅仅局限于语言的交谈，更重要的是非言语沟通中的眼神交流。它能够让我们更好地理解对方的心情和意图，是建立信任和亲密关系的基石。

为什么眼神能如此深刻地影响我们的情感？



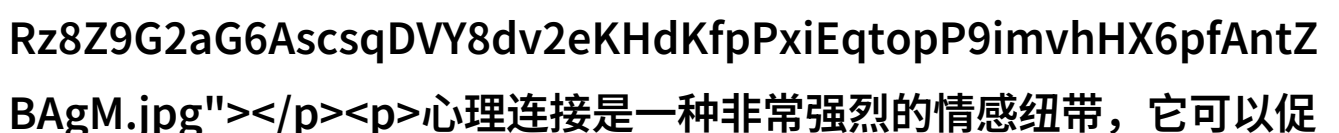
当我们与他人对视时，不只是眼睛在交流，而是整个面部表情、身体语言甚至呼吸节奏都在传递信息。这种全方位的感知使得我们能够捕捉到对方微妙的情绪变化，从而做出相应的反应或调整自己的行为。这就是为什么有时候，即使没有说一句话，我们也能准确判断出对方心里的感受。

如何有效地使用眼神来表达自己？



首先，要学会观察别人的眼神，这需要一定的心理学知识和经验积累。了解不同类型的人对视习惯，以及他们通过目光传达的情绪，可以帮助你更好地理解他们。你可以通过主动点头或者微笑来引导对话，让对方感觉被尊重和关注，然后适时放松一下你的目光，让对方也有机会发言。

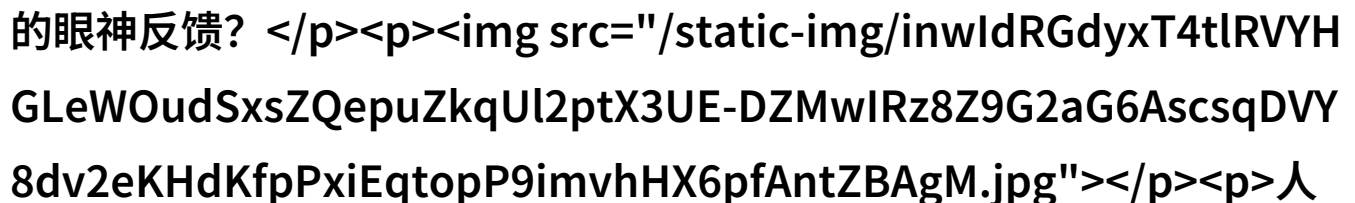
如何运用眼神来建立心理连接？



心理连接是一种非常强烈的情感纽带，它可以促进两个人之间迅速建立起共鸣。当你想要深入一个人的内心，你应该尽量保持直视，因为这会给对方一种安全且被重视的感觉。但同时，也要注意不要过度固定，因为长时间盯着某个人的眼睛可能会让那个人感到

压力或不安，尤其是在初次见面的时候。

如何识别并利用他人的眼神反馈？



人们往往会无意识地将自己的情绪投射到他人的脸上，所以如果你留意观察，他们可能会因为你的行为而表现出不同的表情。在这些情况下，你可以根据他们的反应调整自己的行为，以达到最佳沟通效果。而且，当一个人专注于听取另一个人讲话时，他们通常会低头并定期看向说话者的眼睛，这是一种显示认真倾听态度的手势。

最后，我们该怎样把握这一力量去改变生活？

真正掌握了以上所述技巧后，我们就拥有了一种强大的工具，可以用于任何社交场合，无论是在工作中提升团队合作效率还是在日常生活中加深友谊，都能发挥巨大作用。记住，每一次互相凝望都是两个灵魂间的一次接触，那么请问，你已经准备好，用你的目光去探索别人的内心了吗？

[下载本文pdf文件](/pdf/869159-深入眼神交流的艺术心灵互动的非言语沟通.pdf)