

<<别笑！ 我是色彩心理学书>>

图书基本信息

书名：<<别笑！  
我是色彩心理学书>>

13位ISBN编号：9787565700590

10位ISBN编号：7565700592

出版时间：2010-11

出版时间：中国传媒大学

作者：石井亚由美

页数：190

译者：高岚

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：<http://www.tushu007.com>



## <<别笑！ 我是色彩心理学书>

### 内容概要

丰富多彩的颜色散落在我们生活的各个角落中，每一个细节都与颜色息息相关。

但是，颜色的影响力是通过什么样的方式来表现？

影响的程度又有多深？

我们如何运用这些色彩的效果，去了解自己和他人？

带着这些问题，本书将与你一起携手，共同步入充满无限魅力的色彩世界。

这也是作者石井亚由美女士的衷心祝愿。

本书以期待掌握色彩心理的人群为目标，将最基本的入门技巧介绍给大家。

第一部分《实践篇》是对颜色使用过程中需要把握的3要素，即“喜欢的颜色”、“适合的颜色”以及“应搭配在身上的颜色”分别做以说明，并按照商务和私人两种不同的场合进行颜色搭配的介绍。通过这个部分的学习，将会使你成为各种聚会场合中的焦点，同时也会让你的工作和生活变得更加愉快和美好。

第二部分《知识篇》则是以“颜色是一种怎样的物质”这一基本问题为开端，向大家介绍了有关颜色的基本常识，以及颜色所具有的心理效果，以此解开你对颜色的所有迷思。

颜色具有某种潜在的能量，希望你能在工作和生活中发现并掌握这种神奇的力量，活学活用，精彩每一天。

我们相信，只要你找到本书，色彩的世界就不再陌生！

## <<别笑！ 我是色彩心理学书>

### 作者简介

石井亚由美

调色师、色彩治疗师、旅行顾问。

日本国立大学法人、日本和歌山大学客座讲师。

日本个性色调协会会员、英国Aura-Soma公司认定色彩治疗师、日本香氛环境协会认定芳香疗法顾问、日本国际观光学会会员。

以“借助色彩力量，赋予人类及社会健康活力”为主题，在日本各企业、学校及行政机关等场合开展巡讲活动，并以讲师的身份参与各种研讨会。

同时在东京也开办了旨在提升个人形象、缓解心理压力的色彩沙龙和“心之色彩”学校。

著作有《调节身心的色彩疗法》、《幸福的治疗之旅》、《能够带给你幸福的色彩疗法心理测试》。

主页：<http://heartfulcolor.lovepop.jp>

# <<别笑！ 我是色彩心理学书>>

## 书籍目录

Prologue 序言 你感受到身边的“色彩魔力”了吗？

开篇实践篇一 了解自己喜欢的颜色 喜欢或关注的颜色能够反映出性格及心理状态？

色彩印象 红色色彩印象 外向型/精力充沛/感情丰富 蓝色色彩印象 内向型/逻辑性/慎重 绿色色彩印象 中立性/安宁/希望 黄色色彩印象 光明/发展/活力 橙色色彩印象 开朗/活跃/自由奔放 黑色色彩印象 严肃/敏感/酷感 白色色彩印象 纯粹/纯真/天真无邪 茶色彩印象 安定/不屈/可靠 灰色色彩印象 迷茫/绝望/失意 桃色彩印象10 清纯/感情丰富/浪漫 紫色彩印象11 高贵/神秘/不安 淡蓝色彩印象12 冷静/细致/疲劳 实践篇二 了解自己适合的颜色 你了解哪一种颜色最适合自己吗？

不同类型的个人色彩范例（适合色调、不适合色调） 了解自身个人色彩的检测方法 类型 春（Spring） 夏（Summer） 秋（Autumn） 冬（Winter） Column 1 日本明星们的个人色彩实践篇三 商务场合中的色彩运用 商务场合中值得期待的效果色 Situation 1 新天地中的自我演绎 2 新天地中的自我演绎 3 新天地中的自我演绎 4 取得男性的信赖 5 展示自我个性 6 演绎自信态度 7 说服意见不同的对象 8 善于赞赏别人 9 表述不同意见 10 为自己的错误道歉 11 为他人的错误道歉 12 开发新客户 13 冷静应对客户 14 面对熟悉客户 15 关注重要合同的签订 16 使商谈更有利于自己 17 友好地拒绝提案 18 接待客户 19 受人款待 20 更有效地教导下属 21 赢得上司的好感 22 赢得上司的好感 23 赢得上司的好感 24 申请带薪休假 25 顺利早退 26 集中注意力 27 充分发挥想象力 28 肩负责任感 29 改善眼部疲劳及头痛症状 30 提高工作效率 31 使会议圆满成功 Column 2 厌恶色调的背后所隐藏的深层心理实践篇四 私人场合中的色彩运用 私人场合中值得期待的效果色 Situation 1 受异性欢迎 2 受异性欢迎

3 聚会场所的选择 4 约会中的等待 5 关系修复 6 请求帮助 7 传达感谢的心情 8 增强忍耐力 9 跨越失恋痛苦 10 舒适放松 11 消除堆积的疲劳 12 有计划地储蓄 13 避免奢侈浪费 14 有效减肥 15 获得良好睡眠 Column 3 让自己回复年轻的“粉色呼吸法” 实践篇之色彩资料室 1 了解自己喜欢的颜色 资料 2 了解自己适合的颜色 资料 3 色彩的运用 资料知识篇一 应该了解的色彩基础常识 人类能够“看见”颜色的原因是什么？

首先解决一些基础性的问题 最优秀的信息收集器官 肉眼识别颜色的机能 颜色的性质可分为两大类 颜色的个性要通过3大要素来区分 各种颜色是如何表现出来的？

利用光和原料混合出不同的颜色 色彩表现必不可少的“配色”基准及其效果 色相、明度、彩度3种不同要素的基本配色模式 能够即刻应用的配色技巧 帮助你一跃成为配色达人 可操纵观赏者冷暖感受的暖色系与冷色系 在不清楚是进是退之前 利用前进色和后退色唤起注意 肉眼错觉可改变物体大小 膨胀色与收缩色的力量 可实现轻重感转换的色调 令情绪兴奋或镇静的颜色 Column 4 红色内裤能够促进健康？

知识篇二 色彩所具有的其他心理效果 出生地不同形成差异 喜欢的颜色及颜色的使用 在日本国内喜爱的颜色也具有地域差别 手术服为青绿色 世界通用颜色的理由 有利于饮食常识的普及 通过食材颜色区分营养价值 是否被颜色欺骗了？

关于颜色的着色 同样具有区域性 食物的颜色与食欲之间的关系 日本的饮食传统十分合理 提升食欲的黑色食器 为提升料理美味推荐的灯光照明 红灯笼的效果超好？

饮食店喜好红色的理由 Column 5 色彩调和的盛放技巧 结束语参考文献



## <<别笑！我是色彩心理学书>

### 编辑推荐

《别笑!我是色彩心理学书》是横扫日本亚马逊书店畅销榜，被誉为本年度最有看头的一本书！日本最流行的色彩心理学，销量超过2 000 000册，学生、上班族人手一本！

！  
日本最火爆的色彩使用说明书——你不得不看！

把握心理的色彩技巧！

感受不可思议的色彩魅力！

一本心理世界的入门书一本职场人士的必读书一本了解他人的色彩书一本陪你左右的枕边书 最简单! 色彩达人，从零开始。

最实用! 按场合找颜色，最佳搭配，应有尽有。

最有趣! 告诉你每种色彩背后的秘密，色彩的TPO是什么？

皮肤也能看见颜色吗？

人究竟能看到多少种颜色？

粉色呼吸法让你变得更年轻！

海报：

<<别笑！ 我是色彩心理学书>

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:<http://www.tushu007.com>