



美国联邦警察  
教你无敌测谎术

鲁芳 著

**FBI**

畅销3版

**测谎术**

教你察言观色，巧解玄机，破解谎言

中国法制出版社  
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

鲁芳 著



畅销  
3版

# 测谎术

美国联邦警察教你无敌测谎术

中国法制出版社  
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 (CIP) 数据

FBI 测谎术：美国联邦警察教你无敌测谎术/鲁芳  
著. —3 版. —北京：中国法制出版社，2017. 4

ISBN 978 - 7 - 5093 - 8469 - 5

I. ①F… II. ①鲁… III. ①心理交往 - 通俗读物  
IV. ①C912. 11 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 077002 号

责任编辑：胡 艺

封面设计：古润文化

---

FBI 测谎术：美国联邦警察教你无敌测谎术

FBI CEHUANGSHU; MEIGUO LIANBANG JINGCHA JIAONI WUDI CEHUANGSHU

著者/鲁芳

经销/新华书店

印刷/河北省三河市汇鑫印务有限公司

开本/710 毫米×1000 毫米 16 开

版次/2017 年 7 月第 3 版

印张/15.5 字数/218 千

2017 年 7 月第 1 次印刷

---

中国法制出版社出版

书号 ISBN 978 - 7 - 5093 - 8469 - 5

定价：36.00 元

北京西单横二条 2 号

邮政编码 100031

网址：<http://www.zgfzs.com>

市场营销部电话：66033393

值班电话：66026508

传真：66031119

编辑部电话：66034985

邮购部电话：66033288

(如有印装质量问题，请与本社编务印务管理部联系调换。电话：010 - 66032926)

# —— 前 言 ——

美国联邦调查局（FBI）已经为大家所熟知，这个有着百年历史的机构，在最初成立之时并不被看好，但凭借其出色的破案能力很快便凌驾于普通地方警察之上。后来，FBI 屡屡做出不凡的成绩，这才得到美国政府高层以及平民大众的认可。不过，如今在大部分人的眼中，FBI 依旧是一个充满神秘色彩的组织，那些在联邦政府工作的 FBI 究竟有着什么特殊技能呢？

多年以来，FBI 的职责范围逐渐扩大，它所肩负的使命越来越重要，而在案件调查中运用的手段和技术也与时俱进，不仅发展了多个部门以应对各类事件和处理各类信息，比如行为分析部、实验室、司法信息服务部等，还加强了对察言观色、肢体动作测谎等知识领域的研究。值得一提的是，FBI 是罪案分析技术的创新者，他们的犯罪调查分析其实是一个从行为调查的角度出发去回顾罪犯如何作案的过程。从案发现场收集证据，分析周围的环境，进而推断出作案者的性格特征，包括年龄、性别、教育程度以及从事的工作类型等。这些目标会随着调查的深入而逐渐实现，进而也就缩小了 FBI 的调查范围，范围越小，嫌疑犯凸显的个人特征也就越明显。

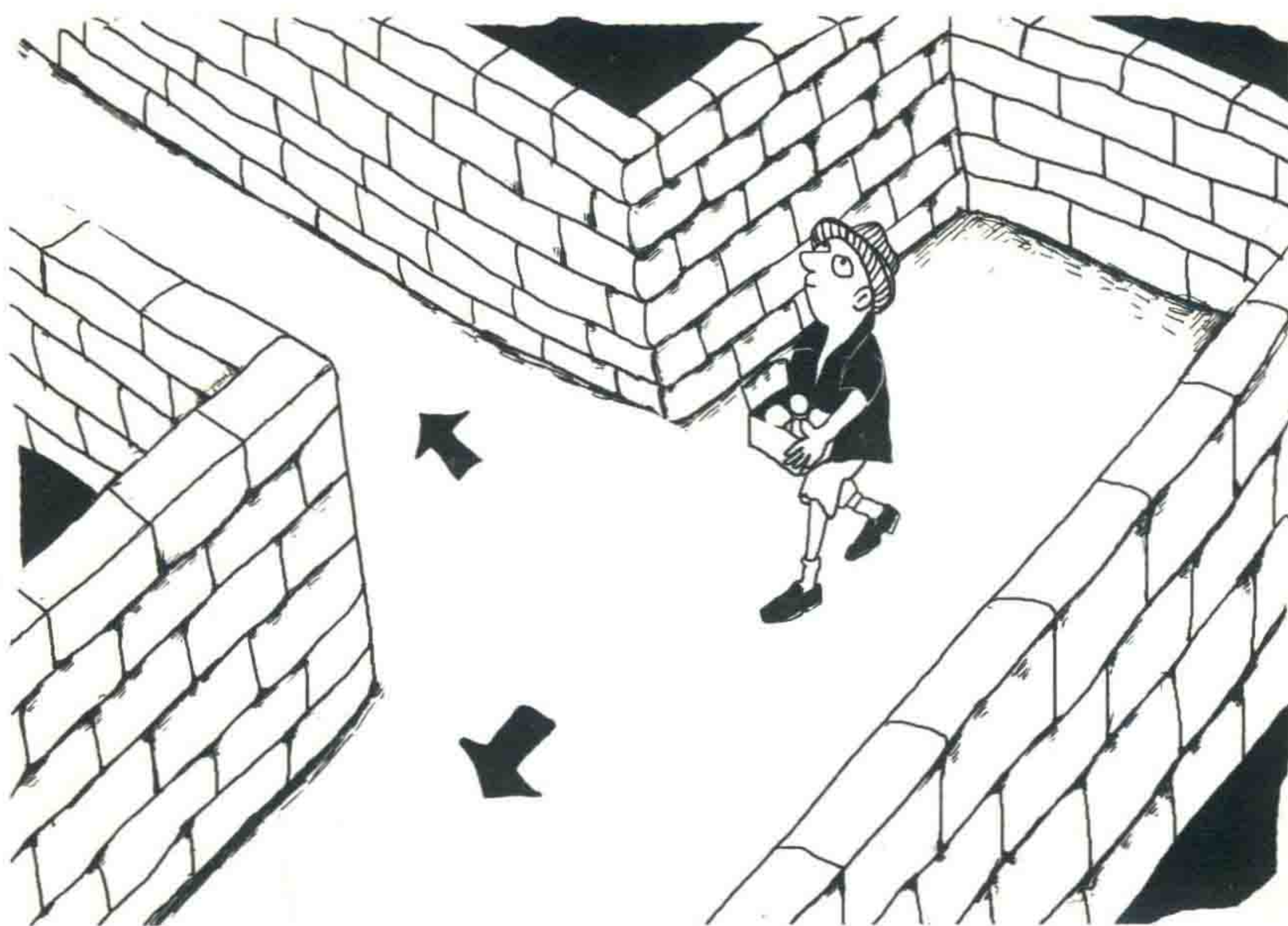
除了这些，FBI 对人类肢体语言的研究也在破案过程中发挥着巨大的作用。当年绯闻缠身的美国总统克林顿，被记者拍下一张垂头丧气的照片，他低着头，双唇紧闭，以此来表达对辩解绯闻的厌倦；但这张照片中并非只有克林顿一个人，还有他的夫人希拉里。希拉里高傲地抬着头，她充满自信的面部表情和克林顿形成鲜明的对比，表达了对丈夫的信任和支持。在接受审讯时，克林顿的回答中总是反复地省略主语“我”，并且拒绝提及“莫妮卡”的名字，而仅仅用“那个女人”指代。这些表现自然就成了 FBI 推测克林顿撒谎的重要线索。

在测谎方面，FBI 也有自己的一套独特方法。在审讯中，FBI 能够根据嫌疑犯说话的语气、语速等解读其内心，判断其心理状态；能够根据面部微表情揣测其真实情绪以及是否在撒谎；能够在解读肢体语言的基础上测试并破解谎言。

本书分两大部分，前四章为第一部分，主要探讨如何识别人心，其中也穿插了一些识谎的小技巧；第二部分则重点讲述测谎、识谎的方式和方法，暗藏谎言的行为表现可谓遍布一个人的全身，结果就是嘴巴在撒谎，肢体动作跟着就揭谎，这似乎有点儿玄妙。事实上，被誉为“最忠诚的揭谎者”的肢体动作确实在测谎的过程中起了不小的作用。

在我们的日常生活中，也许并不会像 FBI 审讯犯罪嫌疑人那样来“讯问”我们身边的人，但不可否认，谎言无处不在。大可不必

像审讯犯人一样去质问你的朋友为什么欺骗你，真正懂心理的人会巧妙试探，略施小计，让撒谎者自己说出真相。



## 顾问委员会

|     |     |     |     |     |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 孙啸海 | 朱桂梅 | 李红军 | 兰祁蓉 | 李井杰 |
| 朱 玲 | 段然琪 | 师晨晖 | 赵金辉 | 王亚雄 |
| 谢欣原 | 孔马兰 | 鲁 俊 | 周家全 | 崔 潇 |
| 刘璐薇 | 杨 攀 | 谢 琴 | 崔慧辉 | 李艳萍 |
| 杨 驰 | 王涑雯 | 刘 博 | 李 想 | 孟 龙 |
| 郝红敏 | 宋亚丽 | 陈庆峰 | 陈国栋 | 孙风兰 |
| 刘 敏 | 陈涛涛 | 鲁 芳 | 隋 岩 | 董 斌 |
| 史文建 | 杨珊珊 | 李娟娟 | 王星星 | 常振兴 |

# —— 目 录 ——

## 第一章 FBI鲜为人知的秘密 / 001

美国联邦调查局（FBI）拥有百年历史，它是如何成长起来的？又何以拥有了如今的地位？真正的FBI是什么样子的？经受过怎样的训练才能成长为一名真正的FBI？他们又是怎样一次次出色地完成任务的呢？有人说，联邦调查局的前半段历史就是胡佛的个人传记，如何理解？胡佛又是何许人物？

### 第一节 美国联邦调查局 FBI 们艰辛的成长历程 / 002

联邦调查局特工招募与训练 / 002

训练的内容与胡佛时代的 FBI / 004

这样的 FBI / 006

### 第二节 联邦调查局如何执行任务 / 010

### 第三节 FBI 中的测谎心理策略 / 013

### 第四节 世人对胡佛局长的评价 / 017

危险人物——胡佛 / 017

情场失意 / 020

## 第二章 FBI教你察言观色 / 023

FBI 拥有超凡的观察技巧，如果和 FBI 探员面对面交谈，很少有人能够逃过他们的眼睛。他们仅仅观察你的面部五官，就能获得想要的信息。想知道他们是怎样通过察言观色窥探一个人的内心的吗？一个眼神，一个视线的投射，哪怕你动了动小嘴，这里面都有鲜为人知的秘密。

### 第一节 FBI 观眼分析 / 024

观察眼睛，识别德行 / 024

视线的交流 / 027

不同方向的眼球转动 / 029

瞳孔背后的秘密 / 031

### 第二节 FBI 教你搜集鼻子发出的信号 / 034

鼻子背后的心理秘密 / 035

鼻型识别个性 / 037

### 第三节 FBI 看嘴分析 / 040

嘴部小动作 / 040

根据嘴唇的形状分析性格 / 043

### 第四节 FBI 揭露下巴的秘密 / 046

对话中观察下巴，探究其性格 / 046

观察下巴形状，个性一目了然 / 048

下巴暗示的心理变化 / 050

### 第三章 FBI教你肢体语言分析 / 053

如果说面部表情是一个人内心情绪的镜子，那么，肢体动作就是真实人心的显示器。如果你被 FBI 确定为嫌疑对象，那么你的举手投足都可能露出马脚。语言可以粉饰，仅听一面之词将很难分辨真假，甚至还会被骗；但肢体语言就不一样了，一个人在不经意间做出的肢体动作，往往是其真实内心的写照，正确解读这些肢体动作背后隐藏的信息，可以帮助我们更深层次地了解人心，看穿其表里不一的实质。你知道那些最常见的点头摇头等动作其实还有另外的注解吗？你知道为什么一个人会离你忽远忽近吗？你知道身体是怎样表达喜欢和厌恶的吗？腿脚怎样揭露谎言？不同的站姿、坐姿、行姿暗含什么样的秘密呢？

#### 第一节 肢体语言解读——头部动作带来的信息 / 054

#### 第二节 肢体语言解读——躯干距离背后的玄机 / 059

#### 第三节 肢体语言解读——领地占领的心态揭秘 / 063

“王者”心态 / 063

捍卫心理 / 063

自信与权威 / 065

爱情的领地 / 066

#### 第四节 肢体语言解读——如何识别胸腹信号 / 067

#### 第五节 肢体语言解读——观手分析 / 071

手部动作表达多种心理 / 071

注意手部动作的转变 / 075

观手分析术 / 076

通过握手揣摩其人 / 078

第六节 最“知己”的朋友——腿脚 / 082

第七节 FBI 站姿心理揭秘 / 086

站姿里的腿脚 / 086

从站姿窥探其性格 / 087

第八节 FBI 坐姿心理揭秘 / 088

坐姿里的腿脚 / 088

从坐姿窥探其性格 / 090

第九节 FBI 行姿心理揭秘 / 094

从走路姿势看人 / 094

从体型解读性格 / 096

## 第四章 FBI教你巧解话语玄机 / 101

面部表情、肢体动作等都可以作为测谎的工具，那么，如果只听一个人说话呢？如何从中识别真假？实际上，语言也可以作为分析的工具，不同性格的人，说话速度、习惯以及常用语等都是不一样的。FBI 认为，语言富含心理密码，一旦被解码，很多有价值的信息就一览无余。本章中，FBI 就带你一起学习如何巧解话语玄机。

第一节 说话习惯昭示性格 / 102

谈话开篇的方式 / 102

打招呼的方式 / 103

通过客套话判断其性格 / 104

口头禅泄露性格 / 105

幽默的人 / 110

当说话习惯演变为风格 / 112

第二节 语速也是一个人性格的写照 / 115

第三节 话题的“言外之意” / 118

话题中的性格秘密 / 118

话题的转换密码 / 121

第四节 声音传达的信息 / 123

## 第五章 FBI教你面部表情测谎术 / 129

如果你结识了一个新朋友，他是一个什么样的人？对你足够真诚吗？当他对你微笑时，你能确信那就是友好的信号吗？当你把自己不幸被公司辞退的消息告诉室友时，对方脸上的惋惜表情是真还是假？他是在幸灾乐祸还是在为你觉得不值？当他义愤填膺地同你一起向老板发出声讨时，你知道他是否是真心的吗？你和恋人在一起嬉闹时，对方开怀大笑是发自内心的吗？……实际上，类似的问题在FBI审讯嫌疑犯的时候也经常出现，被审讯者往往做出一副很无辜的表情，或者刻意悲伤忧愁，抑或愤怒难忍，到底是真是假？学习了FBI独特的面部表情测谎术就可以作出准确的判断了。

第一节 FBI教你解读脸上的心情 / 130

第二节 微表情真假线索之一：惊讶 / 133

惊讶的微表情 / 133

真假检测 / 136

### 第三节 微表情线索之二：恐惧 / 139

恐惧的微表情 / 139

真假检测 / 142

### 第四节 微表情线索之三：厌恶 / 145

厌恶的微表情 / 145

真假检测 / 147

### 第五节 微表情线索之四：悲伤 / 152

悲伤的微表情 / 152

真假检测 / 155

### 第六节 微表情线索之五：愤怒 / 158

愤怒的微表情 / 158

真假检测 / 160

## 第六章 FBI教你肢体语言测谎术 / 163

遭遇外界负面刺激时，当事人会做出什么反应？第一反应是减少肢体动作，还是拼命用动作来做掩饰？是保持静止，任由压力蔓延全身，还是小动作不断，以便缓解不适？是立即逃离现场，还是留下来继续抵抗？如果你知道答案，那其中的原理又是什么呢？如何根据这些反应判断一个人是不是在撒谎呢？

### 第一节 肢体冻结 / 164

冻结行为表现 / 164

关于测谎线索 / 167

### 第二节 肢体安慰 / 169

安慰行为表现 / 169

关于测谎线索 / 175

### 第三节 肢体战斗 / 178

战斗行为表现 / 178

关于测谎线索 / 180

## 第七章 FBI教你言语测谎术 / 183

如果有个机会，让你像 FBI 一样来审讯一名嫌疑犯，你会如何规划和进行这场审讯？明明知道嫌疑犯是在撒谎，你能够找出其中的证据吗？其实一次有效的测谎过程，并不一定要“审讯”，正常的谈话，也可以测试出谎言，因为这里面的技巧是完全相通的。所以，哪怕是在日常生活中，类似的测谎过程也可以实现。那么，要做何准备？要如何顺利展开谈话？在谈话过程中如何成功得到你想要的真相呢？

### 第一节 准备一场有效的谈话 / 184

布置环境 / 184

时间与空间对谈话的影响 / 188

细节分析 / 190

### 第二节 当谈话进行时 / 196

氛围融洽，关系和谐 / 196

如何知道对方已经放松戒备之心 / 202

掌握主导权 / 203

善于打破僵局 / 209

### 第三节 寻找撒谎的证据——破解语言的心理密码 / 215

语调变化 / 215

时态的改变以及被动语态的应用 / 216

回答时间间隔 / 217

不正面作答 / 218

跳跃式回答问题 / 218

用词细节 / 219

### 第四节 寻找撒谎的证据——破解肢体语言密码 / 221

撒谎者的心理分析 / 221

FBI 识别谎言的四象限法 / 223

撒谎的典型肢体动作 / 228

## —— 第一章 ——

# FBI 鲜为人知的秘密

美国联邦调查局（FBI）拥有百年历史，它是如何成长起来的？又何以拥有了如今的地位？真正的 FBI 是什么样子的？经受过怎样的训练才能成长为一名真正的 FBI？他们又是怎样一次次出色地完成任务的呢？有人说，联邦调查局的前半段历史就是胡佛的个人传记，如何理解？胡佛又是何许人物？



## 第一节 美国联邦调查局 FBI 们艰辛的成长历程

### 联邦调查局特工招募与训练

美国联邦调查局成立于 1908 年，原名“司法部调查局”，1935 年改隶属于美国司法部，多年以来一直在美国司法部长的领导下开展工作。可以说，自它成立的那天开始，就已经预示着它将不仅仅是一个小小的部门，之后百年的发展造就了今日的联邦调查局，更创造了美国历史上的神话。

美国联邦调查局是 FBI (Federal Bureau of Investigation) 的中文全称。我们平时提到的 FBI 实际上就是美国联邦调查局，但是 FBI 也可以用来指代那些在联邦调查局工作的特工。今天，你如果站在美国华盛顿市中心宾夕法尼亚大街上，就会发现一栋米色大楼，它看起来并不十分惹眼，但在这栋楼里的每一个角落都装有无数的金属监测器以及 X 射线机，每天在这里上班的不少于 5000 人。这就是联邦调查局的总部大楼。它始建于 20 世纪 70 年代初期，总共 8 层。当时担任联邦调查局局长职务的是埃德加·胡佛，后来因胡佛死在任上，这栋楼就以胡佛命名，以示大家对他的纪念。不管是谁，若想要访问此楼，都必须出示自己的身份证明，并在门卫处登记具体的到访时间；如有携带武器，还必须上交后方可入内。