



美国联邦警察 教你无敌心理战术

鲁芳（知名心理作家）著 京师心智（专业心理教育机构）组编

FBI

畅销5版

心理术

教你识别谎言，察言观色，透视人心，分析心理

CRIME SCENE
CROSS

中国法制出版社
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

CRIME SCENE
CROSS

鲁芳（知名心理作家）著 京师心智（专业心理教育机构）组编

FBI

畅销5版

心理术

美国联邦警察教你无敌心理战术

中国法制出版社
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

FBI 心理术：美国联邦警察教你无敌心理战术/鲁芳著. —5 版. —北京：中国法制出版社，2017. 3

ISBN 978 - 7 - 5093 - 8333 - 9

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 058633 号

责任编辑：杨 智 (yangzhibnulan@126.com)

封面设计：李 宁

FBI 心理术：美国联邦警察教你无敌心理战术

FBI XINLISHU: MEIGUO LIANBANG JINGCHA JIAONI WUDI XINLI ZHANSHU

著者/鲁芳

经销/新华书店

印刷/三河市紫恒印装有限公司

开本/710 毫米 × 1000 毫米 16 开

版次/2017 年 5 月第 5 版

印张/14 字数/208 千

2017 年 5 月第 1 次印刷

中国法制出版社出版

书号 ISBN 978 - 7 - 5093 - 8333 - 9

定价：29.80 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：66038703

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)

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

—— 前 言 ——

一家商场的结账台前面排了一支长长的队伍，等待结账的人似乎开始不耐烦了。但是，就在收银员刚刚将收银机打开的时候，有人大声喊道：“小心！”就在那一瞬间，不可思议的事情发生了：有个站在收银台旁边的人向收银机的抽屉伸出了手，天哪！他是想干吗？在场的顾客不禁冒出一身冷汗，有的甚至已经躲了起来。就在这个时候，那名机智的收银员一把将那只伸向抽屉的手抓住了，并将其反拧过来。商场的警报铃声及时响起，不久就有几名警官出现在大伙的面前，将那名抢劫未遂的罪犯带走了。

这一幕被在场的所有人看在眼里，真是惊心动魄，可谁也没有注意到那个喊“小心”的人。后来人们才知道，这个及时发现罪犯作案意图的人，原来是一名FBI的探员。在案发前，他根据罪犯的表情和动作猜测出他想做什么，断定他即将实施抢劫行为，在关键时刻向收银员发出了“警报”。人们不禁要问：这名FBI探

员为什么会关注那个罪犯？他是怎样判断出那个人即将要采取行动的呢？

我们将镜头的焦点转向另一个地方。有一名呆坐在窗口的男子正心不在焉地注视着窗外——他约定见面的朋友没能准时赴约。就在这时，他看见一个黑发及腰的女子，温婉可人，心想：真是一道亮丽的风景线。于是，他便不由自主地走过去，坐在女子旁边的椅子上，并和她搭话。看见有人过来，女子扭过头来轻轻地微笑，却并不言语。男子以为她对自己可能也是感兴趣的，在接下来的时间里，他开始自顾自地和女子聊了起来，但是不管他说什么，女子都是紧紧闭着嘴唇，似乎是在对着他微笑。这个时候，男子等待的朋友终于来了，他看见这一场景很快就走过去，并将男子拉到一边，对他说：“你真是个笨猪！她一点都不想听你说下去！”男子傻傻地愣住了，她不是在对自己微笑吗？怎么会是对自己一点都不感兴趣呢？

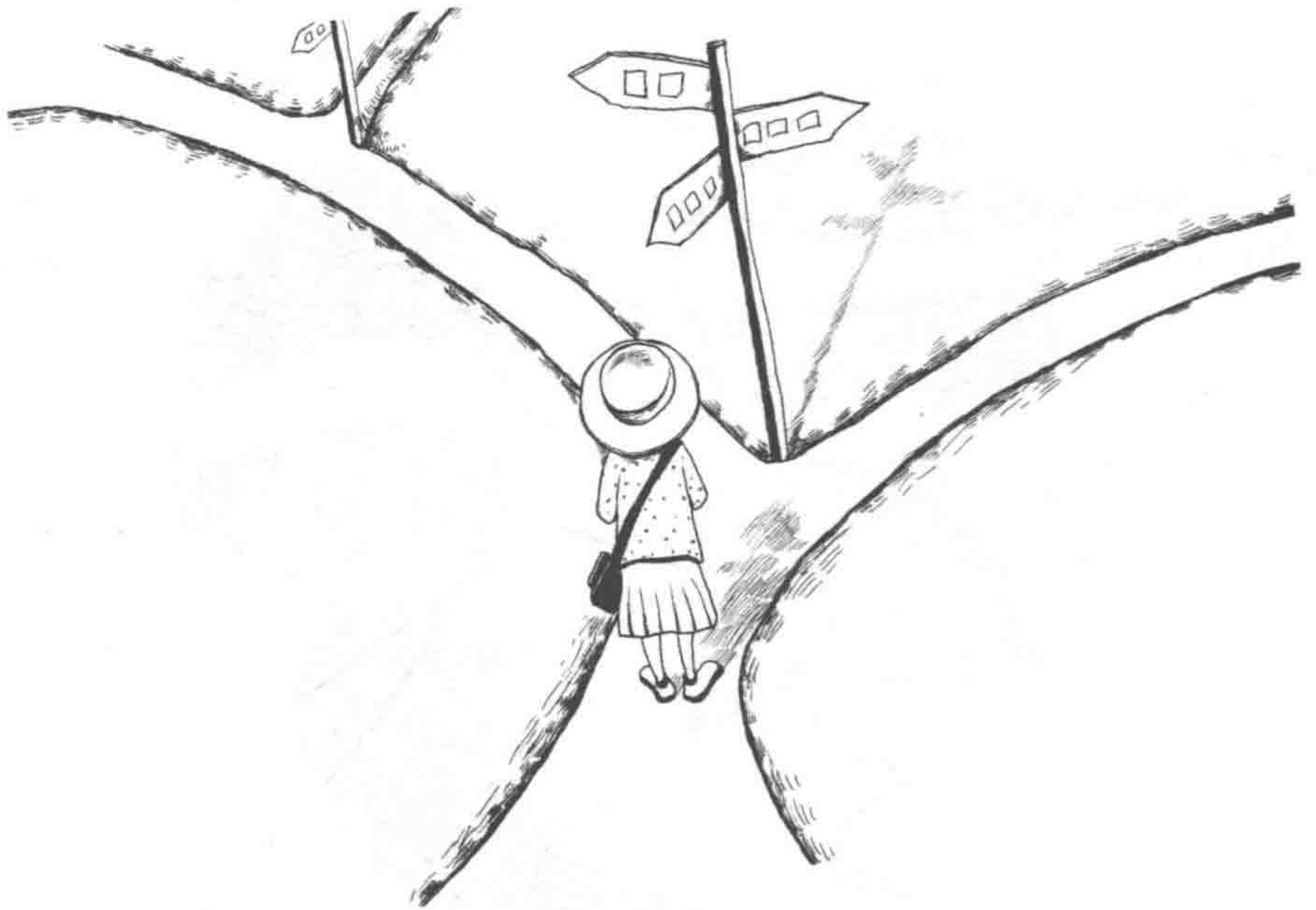
细心的你肯定也要问了，究竟是为什么呢？微笑不是表示好感吗？男子的朋友怎么会作出这样的判断呢？这名男子是不是在自作多情呢？

想必在生活中你也会遇到类似的情况吧，面对一个初次见面的人，想和他（她）进一步交流，又担心会被拒绝，要是能够知道他（她）在想什么就好了，这样就可以大胆地走上前去了。这时你也许会觉得那名 FBI 真是酷，轻易地就知道罪犯在想什么了，他有什么秘诀呢？

我也能在瞬间看穿一个人的心思吗？

只要翻开本书，你所有的疑问都会在不知不觉中融解。仔细地阅读完这本书，你也能成为一名日常生活中的“FBI”，拥有洞察人心的“特异功能”。





— 目 录 —

第一章 FBI都懂心理学

曾经在美国历史上创造过无数神话、堪称是史上最无所不能的“隐形的鬼”的美国联邦调查局，不仅在冷战时期因为维护其本土安全做出过巨大的贡献而被誉为“国家秩序的救世主”，而且在今天它也不失为美国反恐的主力军。FBI究竟是怎样谱写一段又一段传奇的？它究竟有何过人之处？为什么FBI的干探一眼就能看穿对方的心思？他们与心理学有何渊源？又是怎样将心理学有效地融入案件调查中的？

第一节 无所不能的FBI / 014

第二节 无所不在的心理学 / 016

 招募与训练中的心理学 / 016

 案件调查中的心理学 / 019

第二章 FBI教你识别谎言

如果有人告诉你说：“不要怀疑我，我从生下来就没有说过谎话。”你信吗？一个小小的动作，可以是他握杯子时候的手势，可以是他在说话间不经意上挑的眉毛，也可以是他轻微一瞟的眼神，都可以让你在瞬间读懂他的心思。这其中有什么窍门吗？如何识别他的话是真还是假呢？面对谎

言是揭穿还是容忍？怎样让谎言不攻自破呢？撒谎者究竟为何而撒谎？所有的谎言都是不可原谅的吗？

第一节 FBI 构建的谎言模型 / 022

自在 / 不安 / 022

强调行为 / 023

同步性 / 024

认知管理 / 025

第二节 表情和行为中的蛛丝马迹 / 025

通过面部表情识别谎言 / 025

通过小动作识别谎言 / 029

通过非同步行为识别谎言 / 034

第三节 揭穿谎言的“话术” / 036

只言片语暴露谎言 / 036

让说谎者自己露馅的绝招 / 040

双重束缚法则，让谎言无处藏身 / 042

第四节 直击谎言的心理攻略 / 044

通过心理操纵制服说谎者 / 044

探索谎言背后的心理黑洞 / 046

第三章 FBI为你还原一张没有伪装的脸

他看向你了，这个时候，你知道他在想什么吗？如果他对你微笑，又是在向你传达什么样的信息呢？是不怀好意的“笑里藏刀”，还是真心地想要拉近彼此间的距离？如果我说，在这个世界上还有一种除了语言以外的

非语言——人类的肢体语言，FBI 正是因为读懂了这些肢体语言才读懂了他们的心，你还别不信，现在就跟着 FBI 来研究一下吧，看看这神奇的肢体语言到底是什么，复杂的面部表情背后究竟又隐藏了什么样的秘密。

第一节 揭开面具，透视人心 / 052

人面如同“雾里看花” / 052

捕捉“转瞬即逝”的表情 / 054

绕过伪装的表情 / 056

第二节 破译笑容密码 / 057

无法抗拒的笑容魔力 / 057

真真假假的笑容魔法 / 059

通过笑容判断人的性格 / 061

留心嘴角的变化 / 064

第三节 开启心灵之窗 / 066

泄露内心秘密的眼睛 / 066

注意视线交流 / 069

观察瞳孔变化 / 071

留意眼球转动 / 074

关注眨眼动作 / 077

第四节 会说话的鼻子 / 080

鼻子怎样“说话” / 080

有关鼻子的小动作 / 083

第五节 下巴的秘密 / 085

扬起的下巴与缩起的下巴 / 085

关于下巴的小动作 / 087

交谈中的下巴动作 / 089

延伸阅读：自我安慰 / 091

第四章 FBI教你解读四肢传递的信号

双手也能演绎出一个精彩的心理世界？说话的时候应该将你的双手拿出来吗？如果在谈话时，对方将他的指尖放在鼻子上，并且不断地触碰，这个时候你需要怎么做呢？如果你的朋友告诉你他的心情糟透了，因为刚刚在过马路时不幸被一个骑单车的人撞了一下，说话的时候双手却莫名其妙地用力绞在一起，时而又摸摸自己的颈窝，那么，事实的真相到底是什么呢？

生活中你有没有发现一些比较有趣的现象：两个人相谈甚欢的时候，不仅会越靠越近，而且还会将脚尖朝着对方，如果有一方是女性，她还会用脚尖挑起自己的高跟鞋，不停地上下踢动，假如在哪一个环节上出现了矛盾，这样的动作会立即停止，原本朝向对方的脚尖也会立即转弯……

第一节 双手演绎的心理世界 / 096

十指连心 / 096

心情都在手上 / 098

个性都在手上 / 102

积极的手与消极的手 / 104

第二节 手臂表达的情绪和意图 / 106

手臂传递情感 / 106

环抱自己的手臂 / 109

手臂的捍卫行为 / 111

手臂的冻结行为 / 114

第三节 诚实的腿和脚 / 116

为什么说腿脚最诚实 / 116

站立的腿脚 / 118

坐姿的腿脚 / 122

隐藏在坐姿里的秘密 / 125

从步态看心境 / 128

从步态看性格 / 130

传达爱意的腿脚 / 133

延伸阅读：交谈心理 / 134

第五章 FBI指点你从头看到腰

大脑就像是一个总司令，指挥着身体系统的运行。在与人交谈的过程中，对方是抬头直视着你，还是依旧埋头于自己繁忙的工作呢？如果把人体比喻成一株植物，身体的躯干部位就是这株植物的茎，而四肢就是枝叶。相比活跃的四肢，躯干部位能告诉我们什么呢？

第一节 头部发来短信 / 138

消息一：抬头与低头 / 138

消息二：点头与摇头 / 140

消息三：头部歪向一侧 / 141

第二节 看看他的颈肩部 / 144

面临压力的脖子 / 144

脖子不说谎 / 146

耸肩缩脖 / 148

第三节 看看他的胸腹部 / 151

胸膛能告诉我们这些 / 151

喜不喜欢，腹部表态 / 153

弯腰是一种智慧 / 155

第四节 不可忽略的躯干语言 / 158

躯干的逃离与反抗 / 158

躯干的自我保护 / 159

躯干的距离 / 161

从背影读懂他的心思 / 163

第六章 FBI教你冷读人心

初次见面，怎样在较短的时间内了解一个人？想要掌握谈话的主动权，你该怎么做呢？你有洞察对方的心思，先发制人的本事吗？只看一眼就能得知对方是什么性格的人吗？从说话的声音也可以听出对方的个性吗？喜欢戴手表的人是什么心理？怎样通过穿衣打扮看透一个人的性情？如果只给你一张白纸，你能测出对方的脾性吗？如何解开这些谜团呢？我们一起来学习FBI的冷读术吧。

第一节 FBI冷读术之闻声识人 / 166

语速识人 / 166

语气识人 / 169

话题识人 / 172

说话方式显露心机 / 175

说话习惯显露心机 / 178

第二节 FBI 冷读术之“冷观”人心 / 183

从脸型判断人的个性心理 / 183

从眉眼判断人的个性心理 / 185

从鼻型判断人的个性心理 / 188

从耳型判断人的个性心理 / 190

从嘴唇判断人的个性心理 / 192

从下巴判断人的个性心理 / 195

从体型判断人的个性心理 / 196

从座位判断人的个性心理 / 198

第三节 FBI 冷读术之服饰心理 / 201

穿出来的个性 / 201

色彩搭配的心理 / 204

鞋帽中的个性 / 206

戴在手腕上的个性 / 210

读心“魔戒” / 212

个性就在你的包里 / 214

透过眼镜看内心 / 216

第四节 FBI 冷读术之笔迹心理 / 218

——前 言——

一家商场的结账台前面排了一支长长的队伍，等待结账的人似乎开始不耐烦了。但是，就在收银员刚刚将收银机打开的时候，有人大声喊道：“小心！”就在那一瞬间，不可思议的事情发生了：有个站在收银台旁边的人向收银机的抽屉伸出了手，天哪！他是想干吗？在场的顾客不禁冒出一身冷汗，有的甚至已经躲了起来。就在这个时候，那名机智的收银员一把将那只伸向抽屉的手抓住了，并将其反拧过来。商场的警报铃声及时响起，不久就有几名警官出现在大伙的面前，将那名抢劫未遂的罪犯带走了。

这一幕被在场的所有人看在眼里，真是惊心动魄，可谁也没有注意到那个喊“小心”的人。后来人们才知道，这个及时发现罪犯作案意图的人，原来是一名FBI的探员。在案发前，他根据罪犯的表情和动作猜测出他想做什么，断定他即将实施抢劫行为，在关键时刻向收银员发出了“警报”。人们不禁要问：这名FBI探

员为什么会关注那个罪犯？他是怎样判断出那个人即将要采取行动的呢？

我们将镜头的焦点转向另一个地方。有一名呆坐在窗口的男子正心不在焉地注视着窗外——他约定见面的朋友没能准时赴约。就在这时，他看见一个黑发及腰的女子，温婉可人，心想：真是一道亮丽的风景线。于是，他便不由自主地走过去，坐在女子旁边的椅子上，并和她搭话。看见有人过来，女子扭过头来轻轻地微笑，却并不言语。男子以为她对自己可能也是感兴趣的，在接下来的时间里，他开始自顾自地和女子聊了起来，但是不管他说什么，女子都是紧紧闭着嘴唇，似乎是在对着他微笑。这个时候，男子等待的朋友终于来了，他看见这一场景很快就走过去，并将男子拉到一边，对他说：“你真是个笨猪！她一点都不想听你说下去！”男子傻傻地愣住了，她不是在对自己微笑吗？怎么会是对自己一点都不感兴趣呢？

细心的你肯定也要问了，究竟是为什么呢？微笑不是表示好感吗？男子的朋友怎么会作出这样的判断呢？这名男子是不是在自作多情呢？

想必在生活中你也会遇到类似的情况吧，面对一个初次见面的人，想和他（她）进一步交流，又担心会被拒绝，要是能够知道他（她）在想什么就好了，这样就可以大胆地走上前去了。这时你也许会觉得那名 FBI 真是酷，轻易地就知道罪犯在想什么了，他有什么秘诀呢？