

FBI

心理术



畅销3版

鲁芳（知名心理作家）著 京师心智（专业心理教育机构）组编

美国联邦警察教你无敌心理战术

教你识别谎言，察言观色，透视人心，操纵心理

中国法制出版社
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE



台湾繁体版 数字版
同步发行

FBI

心理术



鲁芳（知名心理咨询师）著 京师心智（专业心理教育机构）组编

中国法制出版社

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.
—3 版. —北京: 中国法制出版社, 2014. 4
ISBN 978 - 7 - 5093 - 5365 - 3

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 (2014) 第 075817 号

策划编辑: 刘 峰 (52jm.cn@163.com)
责任编辑: 杨 智

封面设计: 周黎明

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 × 1000 毫米 16

版次/2014 年 6 月第 3 版

印张/14 字数/208 千

2014 年 6 月第 1 次印刷

中国法制出版社出版

书号 ISBN 978 - 7 - 5093 - 5365 - 3

定价: 29.80 元

北京西单横二条 2 号

邮政编码 100031

网址: <http://www.zgfs.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)

鲁 芳

知名心理类图书作家，京师心智心理培训师。代表作有《别对我说谎》《FBI心理术》《CIA心理术》《FBI与CIA心理术》《FBI读心术与攻心术》《FBI识人术与测谎术》《三天读懂心理常识》《心理学是本故事书》等。

京师心智

国内知名的心理健康教育专业机构和心理自助类图书开发机构。京师心智依托中国心理学会、北京师范大学等权威机构的资源优势，上百位心理学专家组成的技术团队，致力于将心理学研究成果应用于实践，服务大众。凭借自身优势和丰富的经验，被中国心理学会测量专业委员会认定为“正版量表进学校工程”的全国唯一推广单位。

关联企业京师博仁，是一家集研究、开发、生产、销售、售后服务、培训、专家支持于一体的专业的心理学应用服务机构。

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	孙凤兰
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？

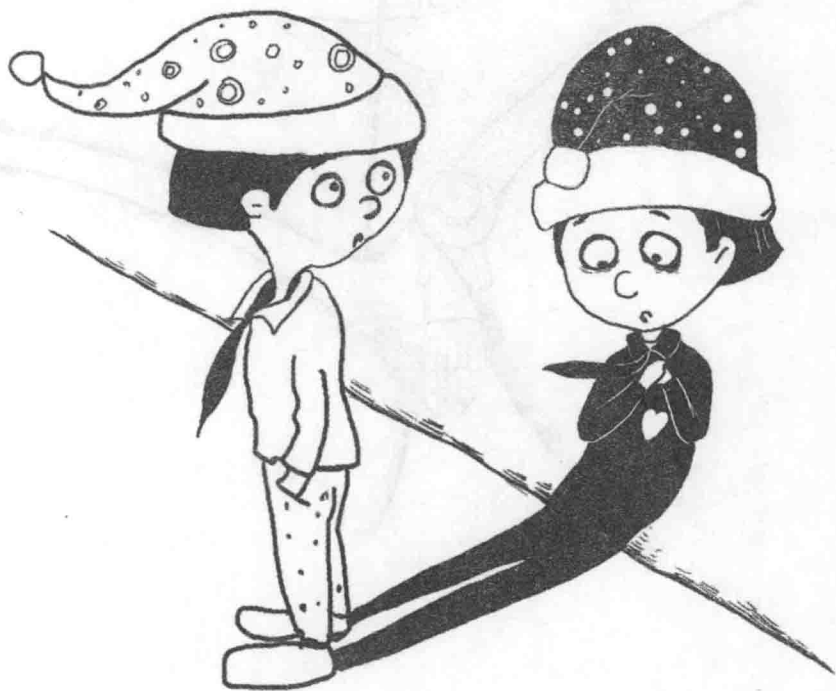
我们将镜头的焦点转向另一个地方。有一名呆坐在窗口的男子正心不在焉地注视着窗外——他约定见面的朋友没能准时赴约。就在这时，他看见一个黑发及腰的女子，温婉可人，心想：真是一道靓丽的风景线。于是，他便不由自主地走过去，坐在女子旁边的椅子上，并和她搭话。看见有人过来，女子扭过头来轻轻地微笑，却并不言语。男子以为她对自己可能也是感兴趣的，在接下来的时间里，他开始自顾自地和女子聊了起来，但是不管他说什么，女子都是紧紧闭着嘴唇，似乎是在对着他微笑。这个时候，男子等待的朋友终于来了，他看见这一场景很快就走过去，并将男子拉到一边，对他说：“你真是个笨猪！她一点都不想听你说下去！”男子傻傻地愣住了，她不是在对自己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

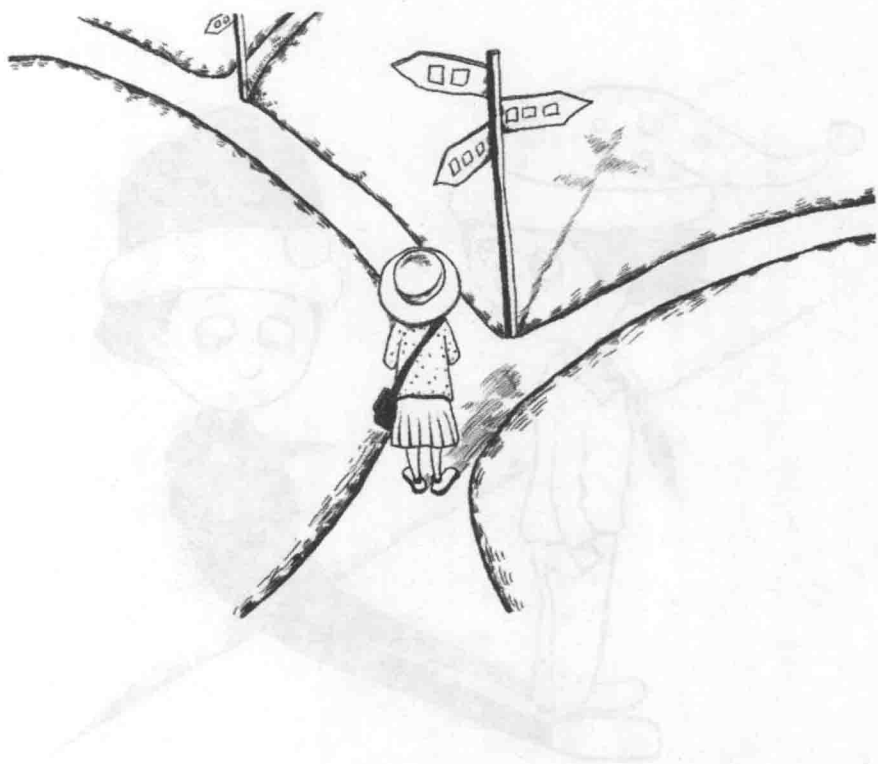
细心的你肯定也要问了，究竟是为为什么呢？微笑不是表示好感吗？男子的朋友怎么会作出这样的判断呢？这名男子是不是在自作多情呢？

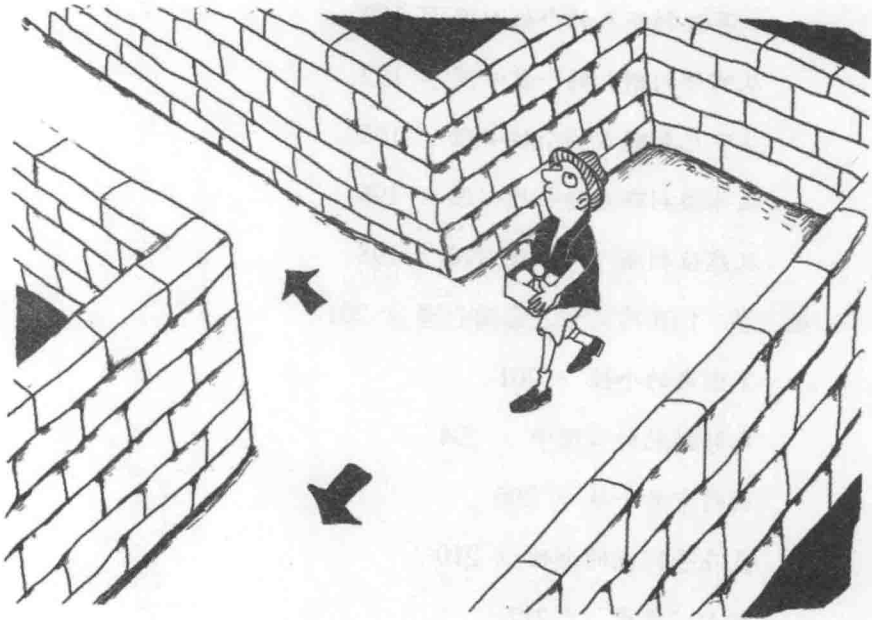
想必在生活中你也会遇到类似的情况吧，面对一个初次见面的人，想和他（她）进一步交流，又担心会被拒绝，要是能够知道他（她）在想什么就好了，这样就可以大胆地走上前去了。这时你也许会觉得那名 FBI 真是酷，轻易地就知道罪犯在想什么了，他有什么秘诀呢？

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