

<<微表情识谎术>>

图书基本信息

书名：<<微表情识谎术>>

13位ISBN编号：9787801419347

10位ISBN编号：7801419340

出版时间：2012-4

出版时间：台海

作者：郭志亮

页数：244

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>

## &lt;&lt;微表情识谎术&gt;&gt;

## 前言

你驾车赶着赴约，不知不觉愈开愈快。

当你从后视镜里看到警车的闪光灯时，才知道自己违规超速。

警察拦下你准备开罚单，这下，你不仅迟到，还要收到罚单，此时，你该怎么做？

你的孩子放学回家时，带回来一个你从未见过的玩具。

他告诉你这是朋友送的，你却不信，担心玩具可能是他“顺”回来的。

怎么办呢？

有一个新工作的面试机会，你跃跃欲试，但对手也很强，于是你非常紧张，希望能给主考官一个好印象。

你可以怎样做呢？

千万不要企图解释你超速的理由来说服警察不开罚单，这只会让双方僵持在罚单上，甚至演变成争吵。

面对警察，你的态度一定要服从恭敬；乖乖地下车，用低姿态和警察交涉。

你可以强调自己的愚蠢、不负责任，而警察每天要处理这么多像你一样的人闯的祸，是何其辛苦。

记着，说话时掌心朝外，声调不要高，以此代表你并无敌意且真心忏悔。

请求他原谅你一次，这种情况下，警察可能会扮演起父母的角色，生气地责备但还是原谅了你，最后收回罚单。

如果你希望孩子爽快地认错，提问时，别忘了要求他的眼神正视你，缓缓拉近距离并摸摸他，握住他的手，解除他的防备和紧张。

这种亲密互动能加深孩子因说谎带来的不安，为了纾解压力他会愿意吐露真相。

当孩子承认错误之后，别忘了坦白从宽，夸奖他的诚实。

如果父母揭穿谎言后立刻动怒，孩子便会认为说实话不是好事，从此不再愿意认错了。

从见到主考官的那一刻。

你就必须留意自己的身体语言：微笑并直视对方，如果他回以微笑，表示你有一个好的开始，假如对方面无表情，也不要使自己的焦虑流露出来。

请注意眼神的接触，正面响应主考官的身体语言，突破他的防线：他紧绷着脸，你就面露微笑；他姿势僵硬，你就放松，像照镜子一样；记住，别交叉手臂，也不要跷二郎腿；双脚略为平行，正对主考官而坐。

双手轻松下垂或置于膝上，眼睛平视，不要乱瞄或东张西望。

坐姿稍向前倾可以给人积极的印象，但别太靠近免得造成压迫感，如果注意到主考官不自觉后退，试着放松你的姿势，微微向后。

如果你希望给别人好印象，就必须控制自己那些负面的身体语言。

在说话时，对自己的手势、姿态保持警觉，避免行为和言语出现矛盾，让别人产生不信任甚至是敌意。

“他今天看起来垂头丧气，连胡子都没刮，是不是跟女朋友吵架了？”

“她说话好嗲，还搔首弄姿，让人浑身不自在。”

“开会时老板一直看着我，对我点头微笑，一定是觉得我表现很好。”

“你可能不知道，越是“下意识”的表情，越能真实地反映人的本意——这个“下意识”，我们就称它为“微表情”。

因此，准确地解读别人的微表情和善用自己的微表情，对于我们了解别人、传递信息和作出准确的判断都是极为重要的。

如何获得成功？

每一个人都有过这样的疑问。

每每言及于此，通常能想到的不外乎先天的禀赋和后天的性格、能力、习惯，很少提及一个重要的方面，就是一个人的“微表情”。

任何一个人借助于“微表情”所获得的信息，其中准确部分在全部信息中所占的比例通常高于80%

<<微表情识谎术>>

。卓越观察能力使你不会错过任何通过肢体语言、面部表情以及其他动作和神情所传递的信息，我们保证你一定会立刻变身为一名占卜师！

不过，我们写作此书的目的并不是鼓励你成为一名占卜师。我们只是想让你知道，你完全可以像那些占卜师一样，解读他人的心思，做出精确的判断。

## <<微表情识谎术>>

### 内容概要

别以为出卖你的只能是“第二者”、“第三者”、“第N者”。  
当你的盘算被别人猜透，当你的小九九被人家看穿，这很可能是你的微表情在作怪，也就是说你的微表情出卖了你。

也许你是伪装表情的高手，但，你一定不要小看微表情，转动眼球、挑起眉毛……它们也许就是“潜伏”在你身上的“无间道”，它经常会导致谈话双方的误解、不满甚至是愤怒。

如果你给别人留下了一个负面印象，结果也会损害你自己的利益……

如何控制自己的微表情？

不同的微表情都代表哪些信息？

微表情要到哪里捕捉？

它是你的朋友还是你的敌人？

如何在交流中掌握主动权，将自己的不良情绪掩盖住，不做或尽量少做类似的表情与动作？

《微表情识谎术》为你收集了各种微表情，并结合实际情况加以说明，手把手地教你捕捉、分析、研判陌生人的微表情，交给你一个“阅读放大器”。

而此时你就会发现，读懂人心、识破谎言不再是难事！

《微表情识谎术》由郭志亮编著。

## <<微表情识谎术>>

### 作者简介

郭志亮，电视节目嘉宾主持。

知名培训师，畅销书作家。

研究人际互动关系已有二十余载。

长期为跨国公司和国际组织提供沟通技巧培训。

曾帮助上百万人运用谈话技巧并获得有效的交流——帮助他们去结识陌生人，和陌生人成为朋友，甚至发展成知己。

## <<微表情识谎术>>

### 书籍目录

#### 第一章 眉目传情——微表情的点睛之笔

##### 眼睛——敞开心灵的窗口

1. 眼睛的形状透露内心世界
2. 眼睛的非语言行为——放大的瞳孔出卖了他的“不”
3. 神奇的“目光语”——注视的方位不同反映的态度也不同

##### 眉毛——内心的晴雨表

1. 看眉毛知秉性
2. “眉有高低，自打嘴巴”——眉毛变化看人心
3. 男女有别，巧识“姻缘眉”

#### 第二章 “相由心生”——脸表现你的内心世界

##### 鼻子——性情的象征

1. 吐故纳新——鼻子代表你的心
2. 匹诺曹效应——撒谎者常常触摸鼻子？

##### 嘴巴——善变的嘴易吐真情

1. 不张嘴也能看出的秘密
2. 咬嘴唇的人心里到底在想什么？

##### 3. 温和的抗拒：嘴部的非语言行为

#### 第三章 音容笑貌——神态彰显真实的自我

##### 笑容人人皆有，巧妙各自不同

1. 解读笑容背后的心理秘密
2. 笑其实是一件严肃的事情
3. 恋爱进行时，从笑容了解你在乎的人
4. 微笑能够隐藏谎言吗？

##### 似是而非的微表情——“我不是这个意思”

1. 点头不是YES，摇头不是NO
2. 十指交叉可能是心情愉快，也可能是怀有敌意
3. 没表情不等于没感情

##### 语言——说话方式里的微表情

1. 闻其声，知其人
2. 留意语速变化，以不变应万变
3. 有理不在声高，声调高的人不一定有理

#### 第四章 尽在掌握：利用手掌获得控制权

##### 手掌——他是否坦诚以对？

1. 看看你的手掌个性
2. 看看你的手掌力量——谈话权的移交
3. 如何探知对方的诚意——当双手暴露于对方的视线之内时

##### 最好的握手方式

1. 一举虏获人心——握手的技巧
2. 一切尽在掌握——获得双方交往中的控制权
3. 在不知不觉之中瓦解对方的强势进攻

##### 看手臂姿势，读懂他的真实想法

## <<微表情识谎术>>

1. 由表及里——识别手臂的“防卫”

2. 即学即用——破解手臂的“心态”

### 第五章 身体语言，比说话更有效的沟通方式

为何你会心口不一

1. 为何我们容易产生误解——身体语言如何体现情感？

2. 勤观察、细思量、适表现——领悟无声语言背后的含义

3. 如何成为身体语言解读专家——全球通用的表情和动作

正确解读身体语言的三大规则

1. 连贯地理解

2. 寻找一致性

3. 结合语境来理解

### 第六章 “微”观贵人，修炼一双聪慧的眼睛

怎么发现你的贵人

1. 眼光放远，贵人不只高官显要

2. 理清规划，从专业领域建立人际网络

3. 小人物的表情有大问题

你与贵人擦肩而过了吗

1. 你也可以成为他人的“职场贵人”

2. 火眼金睛，看出哪个是假贵人

防微杜渐，他是贵人还是小人

1. 相由心生，慧眼识真——看人不要被面具所迷惑

2. 防微杜渐，如何识别小人

### 第七章 人在江湖，用微表情说出你的优势

面试之道——合理利用微表情勇闯第一关

1. “我叫不紧张”——放松，提前放松

2. 当微笑来敲门——怎么笑能让对方第一时间喜欢你？

3. 领地之“争”——落座之前需要注意的

4. 认清结束的“表情”——及时礼貌地离开

进退之道——读懂上司微表情掌握职场风向

1. 透过上司头部动作——了解上司对你的态度

2. 根据上司手势——判断他的真实想法

3. 如何洞察上司对自己的信赖度——不是所有甜点都加糖

财富之道——必须比客户“棋快一着”

1. 他不喜欢你？

——透过腿和脚的姿势分析客户态度

2. “你很像他”——适度模仿客户的体态或动作

## &lt;&lt;微表情识谎术&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 婴儿的眼是清澈的，我们由婴儿逐渐长大、变老，有人到五十岁眼神也是澄澈的，有人却风尘入骨，他们经历过什么，不必分辨、解释，经历全写在他们的脸上——焦黄的脸是为旧事辗转过的夜；下垂的眼睑是狂欢后醒来的下午；八字纹提示着无数次争夺与抢掠；眼神里的厌倦是欲望冷却后的灰烬；俗话说“眼睛是心灵的窗户”，在人的脸部，与眼睛离得最近、关系最密切的非眉毛莫属，有人称其为“心灵的窗框”。

眼睛——敞开心灵的窗口 中国有句古话叫“胸中不正，则眸子眊焉”，就是说眼睛不明亮的人，其心难测。

眼睛是心灵的窗户，是顺应宇宙中日月星辰而生，在相学上也有特别重要的意义。

文学家们很喜欢通过描写眼睛刻画人物内心的性格，自是这个道理。

眼睛是整个面相最重要之处，用以观察人之善恶、贤愚、人格之高尚或卑劣、决断力之快慢、体质之强弱及运气之好坏等。

1.眼睛的形状透露内心世界 大眼：温柔个性好 眼睛的大小有没有一定的区分标准呢？

眼睛的大小不只限于横幅，还包括开启时的上下幅或眼睛瞳孔大小等。

大眼睛自古以来就被视为美貌的重要要素之一。

大眼睛更表示拥有纯美、温柔的个性。

大眼睛的人表现力好，适合从事礼仪、演讲等可以发挥表现欲的工作。

不过，大眼睛的人也容易犯过度敏感的毛病，而且爱憎分明的个性也可能令其与人缺乏沟通的空间。

而眼大露神的女子，更易陷入一时冲动而发展的感情中，因意气用事而后悔。

在此奉劝一句：大眼睛帅哥美女们，对人对事别太主观判断，也学着审慎客观一点。

小眼：敦厚智能好 小眼睛以性格敦厚、朴实内向型者居多，神秘主义者，也很聪明，言行多属封闭型。

这种人意志坚定，有时会拘泥于小事而坏了大事。

虽说如此，但其细心，有耐性，所以适合从事长期努力的工作，而最后成就了不起的事业哦！

在政界或财界有不少成功者都拥有一双小眼，由此可见，有些人的外观并无任何特殊优点，但其内在潜力与实力却可令其一鸣惊人！

小眼女性生活平淡，不爱冒险，有点小心眼，会是典型的贤妻良母。

而她们的指尖也相当灵活，在时装设计、画报有关或美容方面有不错的发展。

另外有一种小眼而眼光闪烁不停者，有潜力成为杰出人物哦——快快从今天开始努力吧！

细眼：仁慈而内向 眼细之人心思细密，观察敏锐，做事有条不紊，极具周详的计划；而且他们仁慈友好，有奉献精神，当然就适合做一些精密性的工作或参谋工作啦！

但眼细表现出性格较为内向，遇事没有主见，人云亦云等，对事情也有极端的看法，因而在许多时候不能及时采取行动，错失一些良机。

而且很多时候，他们感情比较脆弱，可能因为他们想得太多，而显得有点神经质，疑心重吧。

所以，眼细的朋友，应多磨练自己的承受力，这样面对事业和感情会有很大助益。

有时也要以自己为中心，解放一下！

白眼：城府深、性格躁 黑眼珠偏上或偏下，由眼珠的上面或下面都可以看到眼白的眼睛。

白眼的这些人有才华，脑筋也转得很快，城府较深，善用谋略。

在社会上可以取得一定地位。

白眼分上三白眼和下三白眼：上三白眼——眼珠上方露出眼白，是经常以自我为中心的人，非常神经质，暴躁易怒，喜欢攻击别人。

通常来说，有上三白眼的人，自卑感特别重，对别人的批评很敏感，经常会往坏的方向想，犯罪倾向也比别人强。

奉劝一句：要修心养性啦！

下三白眼是指眼珠下方露出眼白——也就是眼珠上吊，眼下露白的人，通常是有自信的人，性格好强，胆大，生活物欲很强，一旦决心做一件事。

## <<微表情识谎术>>

都会排除万难进行到底，但任性冷漠，经常言行不一。  
而且他们比较不去体会别人的感受，也很神经质，疑心重，嫉妒心强，固执。  
具白眼的人如果多把眼珠往上移或往下移，养成习惯，给人的印象还是会变好的。

## <<微表情识谎术>>

### 编辑推荐

《微表情识谎术》是一部适用于官场、职场、人际场的万能晋升手册！

基层领会了微表情，可以改变职场命运。

展开人生新格局。

中层读懂了微表情，能够突破职场瓶颈。

成功打开事业新领地。

高层掌握了微表情，可以运筹帷幄，一切尽在掌握中。

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>