第一图书网, tushu007.com

# <<微反应>>

## 图书基本信息

书名：<<微反应>>

13位ISBN编号：9787540456849

10位ISBN编号：7540456841

出版时间：2012-8

出版时间：湖南文艺出版社

作者：姜振宇

页数：192

字数：190000

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

## 前言

最近几年，随着美国电视剧Lie to Me（《对我说谎》）的热播，让很多人知道了一个单词——Micro Expression，这个神奇的词语被美剧字幕组翻译成微表情。
其实，Expression这个词有很多意思，翻译成“表达方式”或者“表现”最为恰当。
只有在加前缀Facial-Expression的时候，才能够准确地翻译成表情。
所以，Micro-Expression准确的中文意思应该是“微表现”。
可惜，“表现”一词在中文的语言习惯中，有太多故意的成分，这样一来，微表现就失去了其核心要义，不能用来辨别真伪了。
因此，我们需要观察被测试的人在受到有效刺激（不是用针）之后第一瞬间的反应，这种表现更加贴近本能，更能说明被试者的真实心理状态。
所以，本书在“Micro Expression”研究的基础上，增加了情境分析、人物分析以及问题设计等内容，把身体微反应和微表情等内容统一用“微反应”一词来概括介绍。
美剧Lie to Me播出之后，大量相关的书籍开始跻身图书畅销榜，不论是国内外学者著述的，还是编译、编著的，总能成功吸引读者的眼球，因为它们似乎能指导读者如何在不说话的时候看穿别人的心理。
Micro Expression在科学研究领域属于“非语言行为”研究的一个子领域，关于非语言行为（Non-Verbal Behavior）系统而科学的研究在国外已经开展很久了。
Lie to Me 的科学顾问Paul Ekman（也就是剧中大神Dr. Carl Lightman的人物原型）就是这方面研究的专家。
早在20世纪70年代这项研究已经达到高峰。
很多著作、论文以及著名的FACS（FacialAction Coding System）面部运动编码系统都是在30年前就得到了学界的广泛认可。
这些原本学院派的科学研究内容，随着大众媒体的努力推广，尤其是Lie to me 的神奇剧情推动，被中国广大观众获知。
再加上各类书籍热销的二次推动，市面上就出现了颇多神奇的测谎标准。
由于简单易记，这些标准成为很多初学者的黄金法则和炫耀资本。
更有甚者，很多“学者”也根据这些依据、标准“著书立说”，推波助澜。
那么，神奇的读心功能能否通过观察和分析别人的微表现实现？
是不是学习之后，就可以把身边的所有人都看得通通透透？
那种作神的感觉是不是很美好？
还是说，这种伎俩只是伪科学，和江湖上的算命如出一辙，完全是骗子们宣称的“超能力”？
可以肯定的是，只通过某一个表现的片段作为依据来判断真假，这个本领放眼全球还没有人具备。
我不得不说，电视剧毕竟是电视剧。
全球范围内，从事相关研究的人员在基础理论方面已经建立了比较完善的体系，但实际应用的经验还不足，还有很大发展完善的空间。
要想通过分析各种微小的外在表现来判断谎言，是需要学习一个完整的体系的（您将会在第二章中了解到这个体系）。
所以，在本书中，我们就使用理论+案例的解说方式，力图把“心理应激微反应”这项科学的研究依据和应用体系介绍清楚，既不过分神化，也不盲目妖魔化。
希望能够帮助有兴趣的人学习到正宗的分析方法，提高日常生活中的辨识能力。

第一图书网, tushu007.com



## 内容概要

准确而科学的谎言揭穿术。

“ 微反应 ”全称“ 心理应激微反应 ”。
早在20世纪70年代这项研究已经达到高峰。

《微反应：姜振宇教你察言观色》是一本从微反应入手讲识人术的图文书。
本书每一章从情境展开，按照人们学习微反应的步骤进行讲解，首先写在我们生活中遇到的情境中哪些表情是人内心真实的反应哪些是用以蒙蔽我们的假表情；然后的讲解不同情境会出现什么样的微反应和微表情；人的不同经历造就了不同的微反应和微表情，怎样结合人的不同经历判读微反应显示出的内心；最后，将人和环境相结合，讲述在复杂情况下如何使用微反应。

第一图书网, tushu007.com



## 作者简介

姜振宇，博士，中国政法大学 法律信息中心 主任，微反应研究小组 联络人。

普通科研人员一枚，并不神奇，仅仅是对情绪的机制和表现形态比较熟悉，喜欢逻辑推导和验证事实。

目前与部分地区司法机关及江苏广播电视集团、深圳广播电视集团、北京宝洁科技有限公司、深圳华为技术有限公司、大连浦发银行等企业合作开展心理应激微反应科学研究。

目前已有著作：
《微反应--小动作背后隐藏着什么》
《微表情--如何识别他人脸面真假》

# <<微反应>>

## 书籍目录

Chapter1
微反应很神奇吗？

一、这些判断准不准？

二、一个靠谱的判断过程
Chapter2
微反应的分析步骤
一、情境很重要
二、人物经历分析
三、设计好问题
Chapter3
捕捉微反应
一、为什么叫微反应？

二、轻松抓住八种身体微反应
三、呀！
你变雕塑了--冻结反应
四、求治愈--安慰反应
五、逃离反应
六、长幼尊卑--仰视反应
七、我的地盘听我的--领地反应
八、我要消灭你--战斗反应
九、输赢不是平常事--胜败反应
十、两颗心的距离--爱恨反应
Chapter4
捕捉微表情
一、人脸上出现的动物表情
二、呀！
我当时就惊了--惊讶类微表情
三、呸！
好恶心--厌恶类微表情
四、我怒了--愤怒类微表情
五、怕！
--恐惧类微表情
六、不哭，不哭--悲伤类微表情
七、今天我高兴--愉悦的微表情
Chapter5
生活中的微反应
一、微表情和微反应的总结
二、复合情绪的表现
三、各种情况下都能使用微反应
四、专业应用三个领域
五、不应该使用微反应的领域
六、最后的忠告

第一图书网, tushu007.com

第一图书网, tushu007.com



## 章节摘录

版权页：一部Lie to me，让很多中国人知道了还有这么一门神奇的功夫，能通过解读表情和身体语言来识别谎言。
要是真能够在不动声色的情况下洞悉人心，那周围的人人的心理活动不就是透明了吗？
这么说我们都能成为洞悉一切的神？
做神的感觉，真棒！
于是乎，Lie to me的每一句台词都被仔细拆解，大量传播转载。
当然，比较多的是字幕组翻译成中文的剧情台词。
不过，这并不影响爱好者们的热情，每次遇到这样看似非常有知识含量的判断标准，都能让粉丝兴奋好一阵子，不但大量转发，还在评论中惊叹、赞美——学到东西了！
这些判断规则真的这么神奇吗？

## 媒体关注与评论

学问要深入，好书要浅出——孟非识人辩物看反应，跟姜振宇学看点——郭德纲这是一本为想看透他人以及不想被他人看透的人准备的指导书——大众网·读书

## 编辑推荐

《微反应:姜振宇教你察言观色》编辑推荐：微反应研究大神姜振宇归来，最通俗、最好玩的写法讲解微反应的应用。
第一本全彩漫画版微反应——超轻松、超好玩、超简单不是识人术、不是读心术。
没错，微反应是一门察言观色的科学。

第一图书网, tushu007.com



## 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