

<<微反应>>

图书基本信息

书名：<<微反应>>

13位ISBN编号：9787550602779

10位ISBN编号：7550602778

出版时间：2011-4

出版时间：凤凰出版社

作者：姜振宇

页数：239

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>

<<微反应>>

内容概要

最强本能识谎术，让谎言装不成、藏不住

微反应是每个人在遇到有效刺激的一刹那产生的瞬间反应，它从人类本能出发，不受思想的控制，无法掩饰，也不能伪装。

再能“装”的人，遇到有效刺激之后的第一瞬间也会出现微反应，他的“装”只能出现在微反应之后。

因此，微反应是个人内心想法的忠实呈现，是了解一个人内心真实想法的最准确线索。

本书作者经过5年研究，与8家司法科研机构合作，积累了10000条微反应测试数据，在国内最先开启了应激微反应研究的先河。

全面分析了最常见的8种微反应类型（冻结反应，安慰反应，逃离反应，仰视反应，爱恨反应，领地反应，战斗反应，胜败反应），适用于恋爱交友、工作升职、团队管理、业务谈判、面试访谈等人际关系各个领域，能够从根上助你认清谎言，撕破假面，还原真相，打造属于你的防欺骗保护伞，进而看透他人，掌控局面。

<<微反应>>

作者简介

姜振宇博士中国政法大学中国法律信息中心主任中国政法大学心理应激微反应研究小组负责人《心理应激微反应测试分析》课程主讲人创建国内首家依据心理应激微反应进行“测谎”的研究团队团队参与检察院系统心理测试技术研发某电视台测谎节目专家指导《微反应在新闻采访中的信息挖掘研究》项目指导《微反应在心理健康检测和干预领域的应用》项目研究成果得到中央电视台、北京卫视、台湾东森电视台新闻报道；深圳卫视、北京青年频道、北京生活频道根据真实测试过程，录制多档节目；新京报、法制晚报、正义网、台湾政治大学报等多家媒体进行专题采访报道，所有报道内容均以真实测试验证为基础。

<<微反应>>

书籍目录

第1章 人人都逃不掉的微反应

什么是微反应

微反应源于人类本能

微反应能准确映射心理状态

破绽

自我控制能力

人具有的8种微反应

第2章 几个重要而细微的理论点

关于说谎

什么是说谎/说谎的类型/说谎的目的

需要判断的两件事

脑功能和优先级

刺激与情绪

情绪与能量

几个概念

基线反应

微反应分析方程式

第3章 注意！

千万别动（冻结反应）

冻结反应的原理

惊

明显的冻结反应

最古老的冻结——跪叩/标准的冻结——整个身体僵住

隐晦的冻结反应

呼吸控制/手的约束/脚的拘束/面容僵化

与心理测试相关的应用

实用速查

第4章 不怕，不怕（安慰反应）

视觉安慰

神奇的瞳孔/视线转移/两个荒谬的传说

听觉安慰

口唇安慰

嘴唇的动作/咀嚼和吞咽的动作/味道的安慰

肌肤安慰

头、脸、颈部皮肤安慰/衍生皮肤安慰/手部的安慰/胸腹部的安慰

对他人的安慰行为

实用速查

第5章 走为上策（逃离反应）

准备逃跑的那一刹那

循环和能量储备/姿态调整

明显的逃离

逃跑的变形/一个著名案例：女车模与女主持的争锋

隐晦的逃离

视觉逃离/角度的扭转

实用速查

<<微反应>>

第6章 服从与合作（仰视反应）

高高在上
傲慢/御下/骄傲
服从的诚意
低头/藏脸/高低定位的变形——酒文化/腿脚的反应
尊重与互惠
点头/四种不同握手/真假拥抱/拍照站位
实用速查

第7章 喜爱——以爱情的名义说事（爱恨反应）

羞涩
羞与涩/脸红什么/公众人物也不例外
允许你靠近我——距离的控制
什么是爱情/四种心理距离/爱情距离坐标轴
因爱而恨
愤怒/嫉妒
实用速查

第8章 这是我的地盘（领地反应）

自尊
自我认同/对外防御
领地的确认
领地的建立：手和臂/领地的建立：脚和腿
领地里的掌控感
炫耀/松弛/身体不同的松弛反应
我的地盘听我的
谁是领导/位置的讲究
实用速查

第9章 进攻与防守（战斗反应）

愤怒情绪
愤怒的面孔/脖子变粗/身体绷紧/眼神犀利/语言少且单一/呼吸急促/愤怒的根源是威胁
战斗预备
挑衅/迎接挑战
犀利进攻
牙齿反应/手指姿态/手指敲击/手的动作/脚的动作/如何辨别愤怒情绪的真伪/案例分析：克林顿的谎言

谨慎防御
建立屏障/阻断反应
专业人士的例外
实用速查

第10章 胜败并非常事（胜败反应）

重力原理
胜利者的姿态
反重力动作/高声欢呼/摇头晃脑/欺骗的得意
失败者的表现
长期的压抑
实用速查

章节摘录

版权页：插图：视觉安慰传说中，如果婴儿每天睁开眼睛的时候能看到妈妈（爸爸）的笑脸，他（她）将来就会很爱笑，很开心，而且会长得很漂亮。

很多妈妈对这一点都深信不疑。

从科学的角度讲，能不能长得漂亮这个问题，与婴儿能否看到父母笑脸之间并没有直接关系。

不过不用失望，因为视觉上的舒适和宽慰，确实能促使一个人的心情好转。

小婴儿如果经常能够看到父母的笑容。

的确会变得性格开朗，容易开心。

爱笑，这些都源于不断积累的安全感和自信心。

一个人笑着的时候，就会变得比板起面孔漂亮很多。

当然，长大了之后，眼睛看到的不会每每都是父母温柔的笑容，还会看到很多让自己不高兴的负面的东西。

而且，年纪增长之后也不会单一满足于父母的笑容，还会拥有更多的视觉需求，比如美人（包括男和女）、美景、艺术品以及能引发美好幻想的东西（比如钞票）。

不过，有两条规律是不会打破的：一是从东西的角度讲，所见之物一定是良莠俱存，本事再大的人也不能掌控，二是从看东西的人的角度讲，一定是喜欢看喜欢的，不喜欢看不喜欢的。

<<微反应>>

编辑推荐

《微反应》：冻结反应 安慰反应 逃离反应 仰视反应 爱恨反应 领地反应 战斗反应 胜败反应5年研究积累。

8家司法科研机构合作.10000条测试数据。

熬制出本能识谎术。

读懂身体小动作。

让他人内心想法赤裸呈现，装不成。

藏不住。

紧闭双唇。

下巴上颏肌隆起 说明内心不满双手十指交叉，突显紧张内心抱住膝盖，形成肢体力量对抗平衡 抑制紧张，建立自卫屏障结论面对负面刺激，心理承受压力 试图自我保护和逃离。属恐惧 头部微后仰，试图远离刺激源双肩缩拢，躯干微曲试图减少身体暴露面积，以降低伤害 躯干前倾的二郎腿 典型的屏障和距离控制

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>