

普华心理

别对我 说谎

如何发现
别人隐藏
的东西

[德] 马库斯·舒尔梅耶
(Markus Schollmeyer) 著
徐琼星 余萍 译

LÜG

MICH

NIGHT

成为人形测谎仪
识别身边的谎言

中国工信出版集团

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

ANI

别对我说谎：如何发现别人隐藏的东西
(德) 马库斯·舒尔梅耶 (Markus Schollmeyer) 著

人民邮电出版社

北京

图书在版编目（CIP）数据

别对我说谎：如何发现别人隐藏的东西 / （德）马库斯·舒尔梅耶（Markus Schollmeyer）著；徐琼星，余萍译.--北京：人民邮电出版社，2023.3

ISBN 978-7-115-61032-4

1.①别... II.①马...②徐...③余... III.①谎言—心理学分析
IV.①G912.69

中国版本图书馆CIP数据核字（2023）第001944号

◆ 著 [德] 马库斯·舒尔梅耶（Markus Schollmeyer）

◆ 译 徐琼星 余萍

责任编辑 姜珊 杨佳凝

责任印制 彭志环

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <https://www.ptpress.com.cn>

◆ 开本：880×1230 1/32

印张：7 2023年3月第1版

字数：150千字 2023年3月北京第1次印刷

著作权合同登记号 图字：01-2022-4463号

定价：59.80元

读者服务热线：（010）81055656 印装质量热线：（010）81055316

反盗版热线：（010）81055315

广告经营许可证：京东市监广登字20170147号

目录

封面

扉页

版权信息

内容提要

前言 以诚相待

引言 谎言束缚着每一个人

不诚实的人不应获得奖励

大前提：寻求真相的人应该先认清自我

第一部分 真理的价值——为什么诚实能战胜谎言

第1章 诚实营造充满信任的生存环境

诚实是新“绿色主义”

维京人原则：诚实地跨越海洋

诚实的人都是傻瓜吗

诚实者是圣人还是凡夫

第2章 拥有一双看清谎言的眼睛

合法撒谎：当你只能对谎言袖手旁观时

男人和女人，谁更容易撒谎

情绪代替事实

如何看清本质，不再雾里看花

如何不被人类大脑的黑客操纵

让大脑“自由”的技巧

恐惧吞噬灵魂，焦虑导致盲目

化学反应：和詹姆斯·邦德一起喝杯咖啡

第二部分 好饵能诱鼠——BACON®法

第3章 成为人形测谎仪

小心那些教导人们更有“说服力”的“演员”和骗子

群体和紧张情绪会影响你的判断

假新闻遍天下，我们究竟还可以相信什么

隐藏自己：为什么在冷静的人身边要小心

匹诺曹：童话作者的鼻子

两眼之间：说谎者怎么看人

向左看还是向右看：骗子的眼神暴露了什么

天生的骗子：眼睛的颜色和是否说真话有关吗

鳄鱼的眼泪：如何看穿面具后隐藏的情感

无声的鞋底：腿和脚暴露了什么

追踪钱的踪迹：谎言和金钱有何关系

第4章 谎言是文化遗产

榜样也说谎，为何我们不效仿

说谎无恶果，导致说谎行为的持续性

危险的真相：诚实有时要付出代价

摆事实比讲道理更有用：数字化变革怎么影响对真相的寻找

社交媒体是如何帮助我们寻找真相的

第5章 BACON®测试

15道测试题

评估

人格类型

语境

后记“炙烤”出真相

参考文献

版权声明

内容提要

社会学家和心理学家研究表明，人们每天都可能会程度不等地用到5~200次谎言。这也可能意味着我们生活在一个真话、假话混杂的环境中，但没人喜欢谎言，没人喜欢被欺骗。

本书作者马库斯·舒尔梅耶用他曾作为刑事律师和法证心理学研究人员的研究与实践经验提出了一种普通人就能掌握的鉴谎方法——BACON®法，通过对一个人的人格与背景进行分析，辅以身体语言这种重要线索，帮助人们在识别真相时学会调查，学会不让情绪代替事实，不被人类大脑中的“黑客”操纵，进而不再雾里看花，看清真相和本质。

本书适合每一个谎言研究者，每一个需要学会辨别谎言以提升工作与生活质量的人，以及对说谎心理学有兴趣的人。

前言 以诚相待

阅读此书前，请你诚实地问自己：

- 你今天撒了多少次谎？
- 你为何想要别人诚实地对待你？
- 对你来说，真相意味着什么？

在这个我们连国家首脑都很难去信任，谎言会在知名社交媒体平台被转载无数次的时代，问自己这些问题就显得尤为重要了。有人都说现在是后真相^[1]时代，但这么说还为时尚早。说实话，我认为这完全是胡说八道。事实就是，我们通过我们的眼睛来感知世界。我们知道的事实越多，对世界的感知就越独到、越可靠、越丰盈、越现实。事实帮助我们看到事物之间的联系，以及认识世界运行的模式。

我认为现在到了强调真理价值的时候了。通过这本书，我展示了我在职业生涯中寻找真理的经历。为了消除那些广为人知的误解，如靠身体语言判断谎言（神话、假话与科学理论在身体语言应用中并存），我借鉴了揭穿谎言的科学研究成果。

各章主题设计明晰，如果你对某一章特别感兴趣，你可以从那里开始阅读。当然，你也可以从头到尾阅读这本书。

[1]所谓后真相，就是客观事实对公众的影响没有感性诉求大。

引言 谎言束缚着每一个人

不诚实的人不应获得奖励

艾伯特（Albert）吃惊地说：“请告诉我这到底是一本什么样的书？关于诚信的书？在这样一个充斥着假新闻、谎言、信口开河的‘定论’的环境下，人们开始不相信自己的所见和所闻，你要去介绍谎言、真相，并且倡导诚实？你是不是太闲了？这样做能给你带来什么？你还不如写一本关于如何在作弊之后逃脱惩罚的手册，那一定会是一本畅销书！”

艾伯特是我非常尊敬的同事，我们常常一起谈论社会问题。我非常欣赏他高质量的谈话水平，但此时我不得不反驳他：“好吧，如果接下来我说得不对，那么请纠正我。你是不是不喜欢别人对你有所隐瞒？你是不是也意识到并经常强调真理的价值？其实你也是一个期望改变的人。你也会摒弃‘为达目的，一切手段都是合理的’思维，盼望人与人之间有更长久的相处方式。我们倡导环境保护，但在保护人性和价值观时表现得相当冷漠，你也会对此感到很矛盾。你也觉得很难在一个尔虞我诈的社会里打造没有谎言的氛围。你认为我们应该给予他人更多的信任，作为回报，我们也应该在这个利益至上的世界里得到信任。你觉得这是一个每个人都呼吁正义，却又抱怨且不愿承担责任的世界；这是我们需要最好的医疗保健但护士薪水过低的世界；这是我们向年轻人承诺未来，却不让他们创造未来的世界；这是我们期望伴侣忠诚，却喜欢在网上调情的世界；这是金钱和权利可以掩盖真相的世界。你会认为这样的世界是虚伪的，对吗？”艾伯特点了点头：“确实如此，我经常看到不诚实的人最终获得了奖励。”

欢迎访问：电子书学习和下载网站 (<https://www.shgis.com>)

文档名称：《别对我说谎》马库斯·舒尔梅耶 著.pdf

请登录 <https://shgis.com/post/2590.html> 下载完整文档。

手机端请扫码查看：

