

فهرست

- درباره نویسنده ۱۳
- درباره مترجم ۱۵
- مقدمه ۱۷
- بخش اول. مواجهه با دروغ‌گو: چه کسی دروغ می‌گوید و چرا؟** ۲۵
- فصل ۱. دروغ چیست؟ ۲۷
- فصل ۲. هزینه دروغ ۳۱
- فصل ۳. تکامل یک دروغ‌گو: چرا حیوانات (بله، حیوانات!)، کودکان و افراد جوان دروغ می‌گویند ۴۵
- فصل ۴. هفت دلیل دروغ‌گویی در بزرگسالان ۵۹
- فصل ۵. دروغ‌گوهای سایبری ۷۵
- بخش دوم. تشخیص دروغ در انسان‌ها.** ۹۵
- فصل ۶. احساس درونی و زمینه ۹۷
- فصل ۷. زبان بدن دروغ‌گوها ۱۰۳
- فصل ۸. زبان چهره دروغ‌گوها ۱۴۹
- فصل ۹. صدای دروغ‌گو: زیر و بم صدا، شدت صدا، طنین صدا و آهنگ صدا ۱۸۷
- فصل ۱۰. محتوای گفتار: فقط کلمات محتوای کلام را نشان نمی‌دهند ۲۰۹
- فصل ۱۱. چشمان دروغ‌گو: عشاقی که خیانت می‌کنند و فریب می‌دهند ۲۲۹
- فصل ۱۲. مشخصات خطرناک‌ترین دروغ‌گو: روان‌پزش یا جامعه‌ستیز ۲۴۳

مقدمه

فریب خوردن، دست انداخته شدن، گول خوردن یا فقط یک دروغ ساده شنیدن برای همه اتفاق می‌افتد. فرقی نمی‌کند چقدر باهوش باشید، چه سنی و چقدر ثروت داشته باشید یا چقدر مشهور باشید؛ تقریباً همه در زندگی به شیوه‌های مختلف یک‌بار قربانی یک دروغ‌گو شده‌اند که یا حقیقت را پنهان کرده است یا اطلاعات غلط به آن‌ها داده است. اگر آن قدر بدشانس بوده‌اید که در تجارت فریب خورده‌اید؛ پולتان را بالا کشیده‌اند؛ با انتشار دروغ به شما خیانت کرده‌اند؛ نامزد، شوهر یا زنتان را گول زده‌اند؛ در اینترنت فریب خورده‌اید یا کسی با جا زدن خود به جای دیگری فریبتان داده است، آسوده باشید و بدانید که شما تنها نیستید.

وقتی متوجه می‌شوید کسی که زمانی به او اعتماد داشتید، عشق می‌ورزیدید یا مورد احترام شما بود فریبتان داده است، احساسات قوی مختلفی در شما ایجاد می‌شود. این احساسات و هیجانات شامل شوکه شدن، دلشکسته شدن، غمگین شدن، افسرده شدن و خشمگین شدن است و بعضی اوقات هم همه این احساسات با هم شکل می‌گیرند. شما در حیرت می‌مانید که واقعاً به چه کسی می‌توانید اعتماد کنید یا اصلاً می‌توانید دوباره به کسی اعتماد کنید یا نه. حتی شاید به عقل و درایت خودتان نیز تردید کنید و ممکن است خود را سرزنش کنید

و دائم از خودتان بپرسید که چرا نتوانستید نشانه‌های دروغ‌گویی را در طرف مقابل تشخیص دهید.

اما اگر بخواهیم واقع‌بینانه صحبت کنیم، چطور می‌توانستیم این علائم را ببینیم درحالی که نمی‌دانستیم باید دنبال چه نشانه‌هایی بگردیم؟

چطور می‌توانستید بفهمید که همسرتان شما را فریب می‌دهد، خواستگاری که در اینترنت با او آشنا شده‌اید ریاکار و فریب‌کار است، مستخدم خانه از شما دزدی می‌کند یا پرستار بچه کار خود را به‌درستی انجام نمی‌دهد؟ از کجا می‌توانید بفهمید ریاستان وقتی می‌گوید کارتان عالی است نمی‌خواهد فردای آن روز شما را اخراج کند؟ چطور می‌توانستید بفهمید که همکاران پشت سر شما بدگویی می‌کند یا کارمندان دزدی می‌کند؟ چطور می‌توانستید بفهمید که نزدیک‌ترین دوست شما وقتی به شما می‌گوید ازدواج با دوست نااهلتان اشکالی ندارد، صادقانه صحبت نمی‌کند؟ وقتی پسران قسم می‌خورند که هیچ‌وقت مواد مصرف نکرده است، اما بعد از آن وسایل مصرف مواد را زیر تختش پیدا می‌کنید، به چه علائمی توجه نکرده‌اید؟

چطور می‌فهمید می‌توانید به چیزی که در رسانه‌ها درباره یک مسئله خبرساز می‌خوانید اعتماد کنید؟ آیا آن زوج مشهور واقعاً عاشق همدیگر هستند یا رابطه آن‌ها فقط یک شگرد برای جلب نظر عموم است؟ چطور می‌توانید بفهمید که رهبران شما حقیقت را به شما می‌گویند یا رهبران صحنه روابط جهانی به شما دروغ نمی‌گویند؟

پل اکمن، پژوهشگر پیشگام این حوزه، در دانشگاه کالیفرنیا سان‌فرانسیسکو، روی دوازده هزار تن تحقیق کرد. او دریافت فقط کمی بیشتر از پنجاه درصد آن‌ها می‌توانند تشخیص دهند دیگری دروغ می‌گوید، بنابراین احتمال تشخیص اینکه دیگری دروغ می‌گوید بالا نیست؛ اما وقتی بلد باشید

چطور بعضی علائم دروغ را تشخیص دهید، میزان این احتمال بالا می‌رود. هدف من از نوشتن این کتاب بالا بردن میزان این احتمال است. من به شما آموزش می‌دهم چطور با استفاده از احساسات درونی خودتان، دروغ‌گویی دیگران را تشخیص دهید. به بیان دقیق‌تر، به شما نشان می‌دهم دنبال چه علائم فریب‌کاری در زبان بدن، زبان صورت (حالات و حرکات)، الگوهای صدا و درنهایت الگوهای صحبت کردن باشید. (چطور حرف خود را می‌زنند یا در فضای اینترنت چطور می‌نویسند.)

پیشینه نویسنده

من در مقام یک تحلیلگر زبان بدن می‌توانم دروغ‌گویی خبرسازها را تشخیص دهم، یعنی دروغ‌گویی سیاستمداران، ورزشکاران معروف، رهبران جهانی، شخصیت‌های مشهور و مجرمینی که در رسانه‌ها زیاد حضور دارند. سال‌هاست این کار را انجام می‌دهم و در برنامه‌های تلویزیونی مختلف مانند ۲۰/۲۰، دکتر فیل، ای‌بی‌سی نیوز، صبح‌به‌خیر امریکا، سی‌ان‌ان، برنامه امروز، خودمانی، اچ‌ال‌ان، کانال دیسکاوری، ام‌اس‌ان‌بی‌سی و بسیاری برنامه‌های دیگر شرکت کرده‌ام که نیاز نیست آن‌ها را اینجا نام ببرم. من حتی متخصص زبان بدن برای رقص با ستارگان^۲ و دلال ازدواج میلیونر^۳ بودم.

علاوه‌براین، به‌صورت منظم در روزنامه‌ها، مجله‌ها و فضاهای اینترنتی مختلف حضور دارم و درباره دروغ یا راست بودن خبرسازهای مختلف نظر می‌دهم. من در مورد اینکه زوج‌های مشهور در مورد رابطه خود حقیقت را

1. The Insider
2. Dancing with the Stars
3. Millionaire Matchmaker