



Пролог. Вас уже обманули?

Что? Вас окружают исключительно порядочные люди, которые не способны на такую низость? Разрешите вам не поверить. Как говорится, «дедушка пожил, он знает»... Если вы взяли в руки эту книгу, то на подсознательном уровне вас что-то беспокоит. Но я хочу потревожить вас еще больше. Пройдите, пожалуйста, эти тесты. Увидите, мотивация прочитать книгу у вас повысится.

Тест. Мое отношение ко лжи

Прежде чем узнать, до какой степени обманывают вас окружающие, давайте выведем «на чистую воду» себя любимого.

8 □ Не дай себя обмануть! Язык жестов: о чем умолчал Пол Экман

Задайте себе такие вопросы: «Часто ли я вру?», «Ложь для меня — это норма жизни?» Затрудняетесь ответить? Тогда пройдите тест. Предупреждаю: не подчеркивайте свои ответы — какими они будут, вы еще не знаете, а в книгу могут заглянуть ваши родные и близкие... Вам это надо? Согласен, я даю вредные советы, но жизнь есть жизнь...

1. Как вы считаете, что такое ложь?
 - а) зло;
 - в) особое искусство;
 - с) вынужденная необходимость нашей жизни.
2. Закончите предложение: «Актерская игра — это...»
 - а) ремесло;
 - в) очень тонкое дело;
 - с) удел одаренных людей.
3. В словосочетании «актерская игра» какое слово для вас главное?
 - а) это устойчивое словосочетание;
 - в) актерская;
 - с) игра.
4. С каким высказыванием вы скорее всего согласитесь?
 - а) «Ложь — это страшный грех!»;
 - в) «Я не лгу, я рассказываю сказки...»;
 - с) «Самое главное — это помнить, кому и что ты соврал...»
5. Приходилось ли вам в жизни притворяться не тем, кто вы есть на самом деле, надевать «маску»?
 - а) я не понимаю, о чем речь;
 - в) в нашей жизни маски носят все и всегда;
 - с) да, такое случалось.
6. Считаете ли вы, что «ложь во спасение» необходима?
 - а) нет, пусть горькая, но правда;
 - в) это применимо для медицины и личных отношений между женщиной и женщиной;
 - с) конечно.

7. Смогли бы вы простить обман?

- а) нет, если тебя человек обманул один раз, то с ним лучше не иметь никаких дел;
- в) все зависит от конкретного случая;
- с) да, ведь я сам обманываю.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «А»

Вы стараетесь быть честным. Вы всегда думаете, что говорите только правду, и очень этим гордитесь. Да, вы не лжец, но подумайте, всегда ли хорошо от вашей правды бывает окружающим?

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «В»

Вы прирожденный актер. Очень гибко реагируете на жизненные ситуации. Да, бывает, что вы хитрите и дома, и на работе, но успокаиваете себя тем, что «такова жизнь». В вашей ситуации главное — не заиграться.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «С»

Выйти сухим из воды — ваше хобби. Вы умеете лгать и спокойно относитесь к чужим обманам, вы считаете себя настоящим современным человеком, приспособленным к жизни, которая и заставляет изворачиваться всеми возможными способами. Вашим успехам многие завидуют. Не следует гордиться собой, потому что таким поведением вы заработаете плохую карму.

Тест. Легко ли вас обмануть?

Да, обманы становятся все изощреннее и циничнее... «Разводами» по телефону уже никого не удивишь. У 80-летней бабушки моего друга мошенники недавно выманили 30 тысяч рублей «похоронных» денег. Как вы думаете, на что?

10 □ Не дай себя обмануть! Язык жестов: о чем умолчал Пол Экман

На якобы вызволение ее внука из ДТП. Причем бабушка знала, что у внука машины нет и не было.

Слушая по радио и телевидению страшные истории обманутых граждан, мы усмехаемся: «Во дураки! Я бы никогда не попался на такую удочку!» Но ведь попадаемся...

Проверьте, легко ли вас обмануть?

1. Читаете ли вы астрологические прогнозы?
 - а) нет — по-моему, все это выдумки;
 - в) иногда, скуки ради;
 - с) да, читаю и на год, и на месяц, и недельные прогнозы.
2. Если вы посмотрели рекламный ролик, то...
 - а) игнорирую рекламу, сразу переключаю на другую программу;
 - в) думаю, что не все то золото, что блестит;
 - с) стараюсь приобрести товар, о котором узнал из рекламы.
3. Куда вы обычно ходите за покупками?
 - а) в крупные магазины;
 - в) в те, которые ближе к дому;
 - с) на оптовые рынки.
4. Ваш спутник или спутница жизни пришли домой позже обычного срока, не предупредив о задержке. Ваши действия:
 - а) накормить, напоить, спать уложить, а потом уж и спрашивать;
 - в) встречаете вопросом: «Ну, и где ты был(а)?»;
 - с) сразу закатите истерику.
5. Если вы услышали звонок в дверь, ваши действия:
 - а) я никого не жду, поэтому даже не сдвинусь с дивана;
 - в) потихоньку подкрадусь к «глазку» и посмотрю, кто меня побеспокоил;
 - с) подойду к двери, поинтересуюсь, кто там, если это коммунальные службы или милиция, то открою дверь.

6. Участвуете ли вы в лотереях и конкурсах?
- а) нет;
 - в) если мне это интересно, то да, но нечасто;
 - с) да, мне это очень интересно.
7. К вам подходят в магазине и сообщают, что вы — тысячный покупатель магазина и поэтому вам дарят ценный приз, за которым вам надо зайти «во-о-он туда». Ваши действия:
- а) вежливо просите отстать от вас, а если не отстают, зовете милицию;
 - в) требуете предъявить документы и, убедившись в том, что перед вами действительно работник магазина, идете за призом;
 - с) с радостью следуете за незнакомцем.
8. Где вы храните свои сбережения?
- а) в банке;
 - в) конвертирую в валюту или приобретаю что-нибудь ценное, поскольку в нашей стране деньги хранить опасно;
 - с) дома, под подушкой.
9. Смотрите ли вы ток-шоу?
- а) нет, мне неинтересны эти кривлянья;
 - в) иногда включаю в качестве «фона» на кухне;
 - с) часто, ведь эти передачи очень «жизненные».
10. Пробовали ли вы узнать свою судьбу посредством гадания?
- а) нет, это все ерунда;
 - в) изредка раскладываю пасьянс;
 - с) да.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «А»

Вы всегда начеку. Вас трудно обмануть, вы не поддаетесь влияниям «извне». Ваш девиз: «Осторожность и еще раз осторожность!»

12 □ Не дай себя обмануть! Язык жестов: о чем умолчал Пол Экман

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «В»

Вы трезво оцениваете окружающую действительность. Вас обмануть трудно, но, увы, возможно. Вашим девизом должна быть фраза «Доверяй, но проверяй!» Зато вы не мучаете подозрениями своих близких.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «С»

Если бы вы были зайцем, вы не прожили бы и года... Нельзя быть таким доверчивым! Душа нараспашку — это, конечно, хорошо, но тем не менее надо дорожить тем, что вы имеете. Чтобы не плакать потерявши... Учитесь на чужих ошибках, хоть это и трудно.

Тест. Обманывает ли вас ваш мужчина?

Говорят, что любящую женщину обмануть трудно, практически невозможно. А вот женщину, которая вас разлюбила, обмануть можно, только она обманет вас первой. Да, это говорят наши злые мужские языки. И есть здесь своя сермяжная правда.

Тем не менее обман для многих женщин — это трагедия, это крах любви и всей жизни. Хотя некоторые стараются не замечать обман и оставаться в неведении, щадя свои нервы. Поэтому подумайте, дорогие дамы, а стоит ли вам проходить этот тест...

1. В последнее время вы замечаете, что ваш партнер:
 - а) все чаще «задерживается на работе» и уклоняется от выполнения «супружеского долга»;
 - в) стал менее внимательным, жалуется на недосып;
 - с) практически не изменился.
2. Вы задержались на корпоративной вечеринке. Действия вашего партнера:
 - а) он не беспокоится, спокойно лежит на диване перед телевизором;

- в) он позвонит и уточнит, где я;
 - с) он позвонит и предложит встретиться меня.
3. В ресторане незнакомая барышня приглашает вашего партнера на «белый» танец. Его действия:
- а) с удовольствием соглашается, во время танца оживленно с ней беседует;
 - в) идет танцевать и во время танца ищет глазами вас;
 - с) говорит, что «не танцует».
4. Находили ли вы случайно у партнера какие-нибудь компрометирующие его «улики»: следы губной помады, фотографии и т. д.?
- а) было дело, но он рассказал очень правдоподобную историю и убедил меня в своей «невиновности»;
 - в) было дело, он повинулся, и мы больше к этой теме не возвращались;
 - с) нет, ничего подозрительного я не находила.
5. Когда в доме раздается телефонный звонок, он
- а) бежит к телефону с криком: «Это, наверное, меня!»;
 - в) не проявляет к звонку никакого интереса;
 - с) говорит вам: «Зая, ответь, если что — меня нет».
6. Часто ли ваш партнер выключает мобильный телефон?
- а) да, бывало, что я не могла до него дозвониться;
 - в) он выключает только на время совещаний;
 - с) он иногда выключает звук, но когда видит мой звонок, перезванивает мне по мере возможности.
7. Если вы отправляетесь на работу «при всем параде», ваш партнер:
- а) не обратит на это внимания;
 - в) поинтересуется поводом для такого наряда;
 - с) скажет, что сегодня вы особенно красивы.
8. Часто ли ваш партнер «сидит» в Интернете?
- а) довольно часто;
 - в) нет;
 - с) если ему нужна оттуда какая-нибудь информация, он просит меня найти ее.

14 Не дай себя обмануть! Язык жестов: о чем умолчал Пол Экман

9. Обновляете ли вы с партнером свои сексуальные познания и навыки?

- а) у нас и так все хорошо;
- в) нет;
- с) да, мы стараемся разнообразить свою сексуальную жизнь.

10. Как распоряжается ваш партнер своими доходами?

- а) самостоятельно, не посвящая меня в источники и суммы;
- в) ведем «хозяйство» пополам;
- с) он отдает вам практически все деньги, и вы ими распоряжаетесь.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «А»

Вам следует держать ухо востро. Да, ваш избранник человек общительный и открытый, но вряд ли он будет вам верен всю жизнь. Скорее всего, у него уже кто-то есть... Это может быть как несерьезный флирт, так и любовница «со стажем». Вам остается либо делить его с другими женщинами, утешая себя тем, что он вернется к вам, либо искать более тихую заводь.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «В»

Считайте, что вам повезло с избранником. Он не бабник и не зануда. Если вас не пугает его «среднестатистичность», то вы будете жить долго и счастливо. Вряд ли он пойдет «налево». В его активе всего лишь байки про бурную молодость и легкие, вполне невинные флирты.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «С»

Он вас очень любит... Это хорошо, только не исключено, что на пятый год совместной жизни вас начнет тошнить от такой любви. Хотя, если с сексом проблем нет, вы будете жить долго и счастливо и умрете в один день от... сексуальных утех. Надеемся на лучшее!

Тест. Обманывает ли вас ваша партнерша?

Говорят, женщины более изощренны в искусстве обмана. Попробуйте проверить своих подруг с помощью этого теста.

1. Вас посылают в командировку, ваша подруга:
 - а) со слезами помогает вам собирать вещи, жарит курицу и провожает на поезд;
 - в) начинает вслух строить планы своего одинокого времяпрепровождения;
 - с) встречает эту новость равнодушно.
2. Вас не очень удачно подстригли в парикмахерской, ваша подруга:
 - а) утешает вас, говоря, что такую красоту ничем не испортить;
 - в) предлагает пойти к знакомому мастеру и подкорректировать прическу;
 - с) говорит, что с вами вечно случаются всякие неприятности.
3. Вашей жене позвонил мужчина, как она объяснила, кто это?
 - а) сказала, что это коллега по работе, с которым при случае она вас обязательно познакомит;
 - в) объяснила, кто и зачем звонил;
 - с) сказала: «Я же не спрашиваю, кто звонит тебе!»
4. Последнее время ваша подруга стала:
 - а) готовить разные новые блюда;
 - в) жаловаться на усталость;
 - с) задерживаться на работе.
5. Как бы вы охарактеризовали эмоциональное состояние вашей подруги?
 - а) обычное, все в меру;
 - в) кажется, она выглядит более усталой;
 - с) стала более раздражительной, часто меняется настроение.

16 Не дай себя обмануть! Язык жестов: о чем умолчал Пол Экман

6. Как вы в последнее время проводите свободное время?
- а) вместе;
 - в) чаще всего вместе, бывает, что ходим порознь на «девчачники», «мальчишники»;
 - с) отдыхаем друг от друга.
7. Интересуется ли подруга вашими делами?
- а) да, мы с ней каждый вечер за ужином рассказываем друг другу о том, что произошло за день;
 - в) иногда спрашивает, как дела на работе, но она плохо разбирается в том, чем я занимаюсь;
 - с) нет, ее это не интересует.
8. Если вы пришли домой с корпоратива подшофе, действия вашей подруги:
- а) дает вам таблетку аспирина;
 - в) ворчит, что вы могли бы ограничиться меньшей дозой;
 - с) говорит, сложа руки на груди: «Я так и знала!»
9. Если вы поссорились, ваша подруга:
- а) уходит плакать в ванную или в соседнюю комнату;
 - в) бьется в истерику, крича, что ей придется переехать обратно к маме;
 - с) молча уходит из дома в неизвестном направлении.
10. Хочет ли ваша подруга от вас ребенка?
- а) да;
 - в) да, но «надо все спланировать»;
 - с) говорит, что все это глупости.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «А»

Вы — счастливчик! С подругой вам действительно повезло. Умница, красавица, любит вас, да еще и хозяйка хорошая. Не пудрите девушке мозги, ведите ее в ЗАГС — ведь она этого достойна. Только и вы не ударьте в грязь лицом и оправдайте надежды этого сокровища.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «В»

Что ж, у вас все нормально. Если ваша любимая и увлечется кем-нибудь, то это произойдет только потому, что вы сами ее к этому подтолкнули. Следите за тем, чтобы не стать скучным, не превратиться в зануду и побольше интересуйтесь ее работой и подругами, чаще общайтесь и разговаривайте.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «С»

Скорее всего, вам пора поговорить начистоту. Будем надеяться на то, что такие перемены в поведении вашей подруги связаны с рабочими неурядицами, критическими днями. А может быть, это оттого, что вы боитесь и не хотите знать ничего лишнего? Если вам нравится быть рогоносцем — будьте им на радость окружающим.

Тест. Обманывают ли вас коллеги?

Все начальники одинаковы: они считают, что их обманывают подчиненные. Все подчиненные тоже одинаковы: они считают, что идеальных начальников не существует. Отношения с коллегами тоже периодически проверяются на прочность. Итак, если вы не хотели бы, чтобы вас обманывали, если вы хотите выявить обманщиков, ответьте на вопросы теста.

1. В последнее время вы заметили, что сослуживцы:
 - а) стали вас избегать;
 - в) более сдержанно с вами общаются;
 - с) неизменны в своем отношении к вам.
2. Если вы предлагаете что-нибудь, с вашей точки зрения, дельное:
 - а) от вашего предложения отмахиваются;
 - в) с вами вступают в спор;
 - с) просят вас рассказать подробнее.

18 Не дай себя обмануть! Язык жестов: о чем умолчал Пол Экман

3. Если вы в присутствии сослуживцев признали свою ошибку, то они:
 - а) игнорируют ваше признание;
 - в) пожимают плечами и расходятся;
 - с) говорят, какой вы молодец.
4. Вы случайно увидели, что ваш коллега на одном из сайтов просматривает вакансии. Как он вам это объяснил:
 - а) смотрел работу для жены или друга;
 - в) интересовался зарплатой на аналогичной позиции;
 - с) в стране сложная ситуация, надо быть готовым ко всему.
5. Когда вы выступаете на собрании, совещании, то:
 - а) присутствующие занимаются своими делами;
 - в) слушают;
 - с) заинтересованно слушают.
6. Когда вы разговариваете с сотрудником, он:
 - а) отводит глаза в сторону;
 - в) занимается своим делом;
 - с) слушает вас, глядя в глаза.
7. Что происходит на корпоративных вечеринках, стоит вам выйти за дверь:
 - а) усиливаются общие веселье и шум;
 - в) ничего не происходит;
 - с) все стихает.
8. Доверяют ли вам сотрудники свои сердечные тайны?
 - а) я не «жилетка» и не «конфедент»;
 - в) да, некоторые мне рассказывают о своих проблемах;
 - с) у меня часто просят совета в той или иной ситуации.
9. Вам не выплатили явно заслуженную, с вашей точки зрения, премию, и вы:
 - а) затаите злобу;
 - в) устроите скандал;
 - с) поговорите с начальством на эту тему.

10. У вас сложилась непредвиденная ситуация, из-за которой вам необходимо покинуть рабочее место, вы:
- а) потихоньку уходите, авось никто не заметит;
 - в) придумываете «уважительную» причину;
 - с) рассказываете все начальнику и просите войти в ваше положение.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «А»

У вас не фирма (лаборатория, офис, вуз, контора и т. п.), а осиное гнездо! Работать в таких условиях очень вредно. Вам врут. Вы врете. Ничего хорошего из этого не получится. Уверен, можно найти место, где вас оценят по достоинству, если, конечно, вы не спровоцировали весь этот негатив вокруг себя сами.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «В»

Ваша ситуация — обычная. «По-крупному» вас никто не обманывает. А «по мелочам» ... с кем не бывает, все мы люди. Это не от неуважения к вам, а скорее от желания уберечь вас и себя от лишних проблем и неприятностей.

ЕСЛИ В ВАШИХ ОТВЕТАХ ПРЕОБЛАДАЮТ ВАРИАНТЫ «С»

Вам можно позавидовать! Вы работаете в таком коллективе, в котором ложь — редкое явление. В этом просто нет необходимости: каждый на своем месте и каждый занимается своим делом. Так держать!