



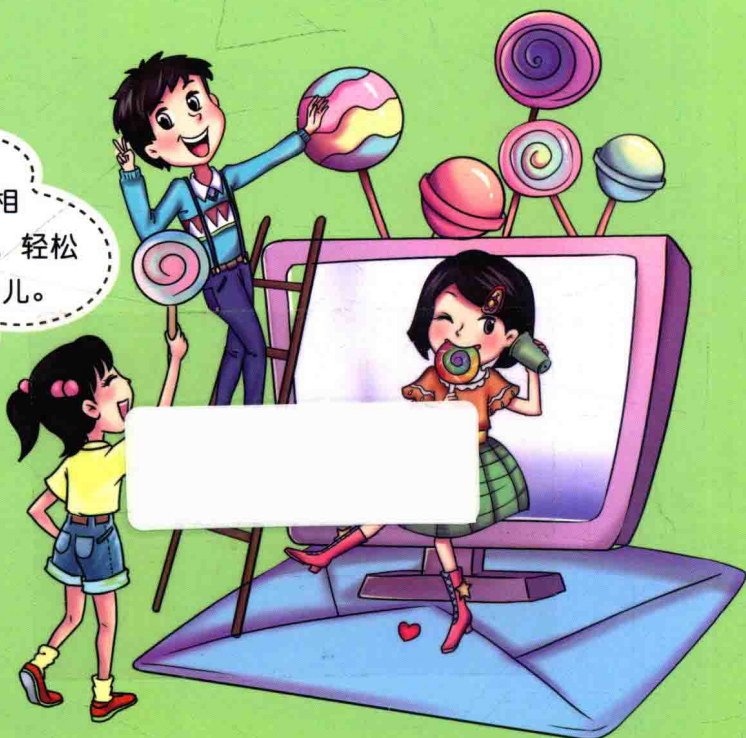
一封封孩子的来信感动了亿万父母

会交际才不会被孤立

HUI JIAOJI CAI BUHUI BEI GULI

赵 静 著

与人友好相
处、团结互助，轻松
赢得好人缘儿。



河北出版传媒集团 河北少年儿童出版社



会交际才不会被孤立

HUI JIAOJI CAI BUHUI BEI GULI

赵 静 著

河北出版传媒集团 河北少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

会交际才不会被孤立 / 赵静著. — 石家庄 : 河北少年儿童出版社, 2017.6

(成长不再烦恼 : 允许我流三滴泪系列. 第二季)

ISBN 978-7-5595-0020-5

I. ①会… II. ①赵… III. ①儿童文学—书信集—中国—当代 IV. ①I287.6

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第105695号



会交际才不会被孤立

赵 静 著

选题策划: 张力勇 段建军 赵玲玲	特约编辑: 陈 燕 马卓冰
责任编辑: 李 平 赵 正	装帧设计: 杨 元 王立刚
美术编辑: 牛亚卓	插 图: 马梦璇 董 欢

出 版: 河北出版传媒集团 河北少年儿童出版社
(石家庄市中华南大街172号 邮政编码 050051)

发 行: 全国新华书店

印 刷: 北京新华印刷有限公司

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 5.75 彩插0.25

版 次: 2017年6月第1版

印 次: 2017年6月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5595-0020-5

定 价: 15.80元

版权所有, 侵权必究

若发现缺页、错页、倒装等印刷质量问题, 可直接向本社调换。

电话: 010-87653015 传真: 010-87653015







“允许我流三滴泪”的由来

这套书内容的真实性，毋庸置疑！

《允许我流三滴泪系列》上市一年多时间就畅销一百多万册，并入选国家新闻出版广电总局 2016 年向全国青少年推荐百种优秀出版物，毋庸置疑！

小补丁、冷冰雪、小苦瓜、闷心菜、笨笨羊、鸭蛋白……虽然信尾署的都是这类稀奇古怪的网名，但他们都是现实生活中的孩子，毋庸置疑！

这套书第一季出版后，小读者倾诉烦恼的来信又像雪球一样滚来，于是，才有了第二季的《允许我流三滴泪系列》。

这些甩掉烦恼的“小补丁”们，很愿意分享他

们在成长蜕变过程中的酸甜苦辣，这让我感到非常意外，也非常感动。

再与你们分享一个秘密——那就是本套书的书名，来源于我与小读者的对话，这也是我从来没想到事情：

“为什么只允许我流三滴泪？不不不……我要流十滴、百滴、万滴、万万滴……”

好吧，好吧，我投降了！不过，我还是希望你只流三滴泪，只悲三分钟——时间都耗费在逃学、跺脚、抓耳挠腮的纠结中，实在是太傻了！快速宣泄，赶紧想辙吧！眼泪又不会施魔法，更不会解救你，一切都得靠自己的智慧！

赵 静

2017 年 4 月



目 录

第一章 包容和自信会形成一个强大的气场

- | | | |
|---|------------|----|
| 1 | 被绑定的风云人物 | 2 |
| 2 | 惹上了“四大垃圾” | 11 |
| 3 | 总是和笔“冤家路窄” | 22 |
| 4 | 被人羞辱的“刀疤鱼” | 32 |

第二章 安全感的获得须通过内心真正的强大

- | | | |
|---|----------|----|
| 1 | 心机太重的同学 | 42 |
| 2 | 秘密被出卖 | 51 |
| 3 | 上课不敢举手发言 | 60 |

第三章 高情商就是让别人舒服也不委屈自己

- | | | |
|---|---------|----|
| 1 | 总是莫名被嫌弃 | 70 |
| 2 | 掌上明珠与女仆 | 80 |
| 3 | 惹上不该惹的人 | 90 |



目录

4 被朋友们集体欺骗

98

第四章 与正能量的人相处才能提高自己

1 我是一个“万人厌” 108

2 忌妒“烤糊”了友谊 118

3 被损害的“矮脚怪” 128

4 看人脸色的“千面海妖” 136

第五章 孤独就是给你独立思考自己的时间

1 总是被人捉弄 148

2 鸡飞狗跳的友情 156

3 “家丑”总是被外扬 165

4 亲戚抢走了我的小闺蜜 175



包容和自信会形成一个强大的气场

让自己变得更有分寸，是摆脱八卦玩笑的最佳方式。

要学会求助于别人，求助会让你的力量增强。

任何事情，只要心甘情愿，

总是能够变得简单。

不反思自己的人，永远得不到真正的信任和理解。

博取信任最直接的方法，就是不要把自己弄得很复杂。



被绑定的风云人物

赵静老师，您还记得我这个四年级的小读者吗？我真的很喜欢您，是您的忠实粉丝哦！

我原来叫“伤心可爱果冻”，现在改叫“钻石女王”了。您可能会觉得奇怪，她怎么这么快又有烦恼了。实际上，我的烦恼还多着呢！请容我慢慢向您倾诉，希望您能给我指点指点。

我凭借优秀的成绩、姣好的相貌，以及乐观开朗的性格，成了我们班的风云人物。我们班还有一位大队干部，名字叫姜姜叶（当然是化名了），虽然是插班生，但因为长得帅、成绩好、性格又不错，很快也成了我们班的风云人物。

一次偶然的机会，我们这两个风云人物被“绑”



在了一起。

在一次体育课上，老师让我们玩一个游戏，这个游戏的规则是：每人都抱着一个足球绕着操场跑，在大家跑的过程中，老师会突然叫出一个数字，叫出的是数字几，就必须有几个人迅速组成一个组。比如，老师叫的是数字 5，就要求有 5 个人迅速组合在一起，而且必须有男有女，球还得在手上。

活动进行得很顺利。突然，老师喊出了数字 2。我心想，每组必须有男有女，而全班有 20 个女生、15 个男生，我还不得赶紧“抢”一个男生进行组合呀？

于是，慌乱中，我抱着球来到了姜姜叶的身旁。正好，他还没找到组合的人，就急忙叫住我并拉住我的手。

眼看组合顺利完成，可就在这时，我的球不知道被谁踢跑了。于是，我赶紧去追。

而姜姜叶呢，可能是怕我去追球的时候被别



人“抢”走了，全程死死拉住我的手，和我一起跑。

最终，我捡回了自己的球，和姜姜叶也完成了组合。

没想到的是，情急之中，他竟然忘了松开我的手，一直拉到本轮活动结束。

不巧的是，班上这时候刚好流行传绯闻，平时那些爱嚼舌根、痴迷八卦的同学立刻开启喋喋





不休模式，把我和他炒作成班上最火的绯闻对象。

从此，在我们班，不管是做游戏还是其他活动，我和他总被人起哄。

唉，以绯闻人物的身份被人关注，我真的好烦呀！

我举两个例子，您就知道我有多烦了。

有一次，我们班的两个女生在玩“手雷版扳枪”游戏，规则是：谁输了，谁就亲对方一口。结果赢来输去，那两个女生也就亲来亲去，看得我们哈哈大笑。可是，还没等我笑完，居然有人说我和姜姜叶 kiss（亲吻）了。

还有一次，就是在今年的六一表彰大会上，我和好朋友趁老师不注意玩起了“有没有缘”游戏。结果又有人开始瞎说了，说我和姜姜叶有缘，还说我俩是绝世夫妻。

这都什么跟什么呀！

虽然实际上我也真的喜欢姜姜叶，但真的不像他们传的那样。



我们经常有聊不完的心里话，有发不完的微信，毕竟这是第一次有男生喜欢我，而我也喜欢这个男生。

可是后来我发现，因为这件事，我的脾气变得越来越坏了。

不知道是姜姜叶告诉了别人，还是被别人泄露了出去，现在全班同学都知道我们相互喜欢了。

这件事闹得满城风雨，甚至有人都不叫我名字，直接叫我“姜姜叶老婆”了。

尚悦是我的同桌，也是我的好朋友，竟然连她也在不停地散播谣言，说我和姜姜叶要天长地久一辈子。

真让我暴怒呀！

不过，生气也没用，尚悦照样胡说八道。就在今天，她还当着大家的面，故意把姜姜叶往我身边推，一边推还一边说些让人生气的话：“哎哟，小两口儿挺亲密的呀！”

我气极了，但没有发作，只装作没听见。



没想到，她不仅没有善罢甘休，反而又问道：“你们什么时候结婚呀？”

我仍然没理她，只是愤愤地瞪了她一眼。

但是她似乎没有察觉到我的怒火，继续胡说八道：“哎哟，怎么不说话了？爱一个人要说出来的嘛！”

本来我怕事情越闹越大，想装聋作哑，可结果暴脾气的我没有忍住，挥起手打了她一下。

后来我才知道，原来这都是我的死对头吴佑佑搞的鬼！是她让尚悦到处乱说的，是她破坏了我和尚悦长达三年半的友谊。

虽然我和尚悦还不至于变成“敌人”，关系却大不如从前，过去的美好都变成了回忆。

赵静老师，我到底该怎么办？我不想成为一个坏脾气的人。

钻石女王 女生 四年级



情绪涂改液

亲爱的“钻石女王”，其实，在很多情况下，制造这些八卦的不是别人，而是你自己。

你一定很惊奇吧？但仔细想想，你对姜姜叶的喜欢的确超出了同学之间正常的友谊，所以才会让你稀里糊涂地变成别人的八卦对象。

面对八卦，你没必要气急败坏、暴跳如雷，甚至动手打人，使得双方两败俱伤，这是于事无补的。

你只要借机反省，严格要求自己，落落大方地做到正确把握与男同学交往的分寸，别人就没有制造你八卦的机会了。

或许姜姜叶的某一方面是你欣赏的，但别人身上肯定也有值得你欣赏的地方。所以，你应该广交朋友，交往对象不能只局限于一个男生。

若是你能发现每个人的优点，能与每个人友好相处，你的人气指数就会飞快上升，你也会变