

21世纪青少年健康成长畅销书
男孩女孩必读父母必备工具书

成长

系列丛书 001-4

成长手册

主 编:廖莉琴
执行主编:卞庆奎

男 孩 女 孩

交际篇

用心交际



长江出版社

成长

青少年成长系列丛书

男孩女孩成长手册

交际篇

用心交际

黑龙江出版社

责任编辑:钟希平

封面设计:千百度

图书在版编目(CIP)数据

男孩女孩成长手册.4,交际篇/张然,廖莉琴等编著.北京:长征出版社,2002

ISBN 7-80015-753-9

I.男... II.①张...②廖... III.①青春期-健康教育②人际关系-青少年读物 IV.G479

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 007900 号

长征出版社出版发行

(北京西城区阜外大街 34 号 邮编:100832)

电话 68586781

通州京华印刷制版厂印刷 新华书店经销

2002 年 3 月第 1 版 2002 年 3 月北京第 1 次印刷

开本:850×1168 毫米 1/32 37.5 印张

750 千字 印数 1-5000 册

定价:70.00 元(共五册)

ISBN 7-80015-753-9/G·192

总 策 划：张 然 陈 雄

主 编：廖莉琴

执行主编：卞庆奎

撰 稿：陈清清 郭 磊 古 月

何美端 李 凡 石 也

吴小华 颜碰能 叶国民

张 力 朱 强 宗书琳

土壤·营养·解决方案

(代序)

池无虞

当男孩女孩把头发染成五颜六色、穿着吊带裙露肩装变着花样玩“酷”时,许多大人又无可奈何地摇头了:这样的时代教育还有什么意义?看看,这些孩子都成了无根之树,成了飘零的树叶,不知要飘向何处,不知要在哪个角落被晒干被风化。每到这时候,我们就禁不住会想起20年前当学生时的情景。那时候,牛仔裤刚刚作为“舶来品”被穿在许多少男少女的身上,老师们家长们就齐齐摇头:看这些追求物质享受的一代,如此下去,江山会垮的,社会主义会变质的,会亡党亡国的。20年过去了,当年的青少年,包括那些穿过第一批牛仔裤的大小伙大姑娘们,已经成为今日社会的中坚,他们的孩子正是这些正在玩“酷”的靓女俊男。难道新一代总是要在老一代人的叹息中长大不成?

每一代孩子都有属于他们自己的快乐时光。如果仅仅为一些变化着的冲突杞人忧天,那社会的前进将会举步维艰,孩子们的成长也会由此阴影重重。照这样下去,与其说孩子们“无根”,还不如说是大人们所提供的土壤对他们来说已经太贫瘠了。有人说:60年代的学生单纯、勤奋、吃苦,但知识面太窄;70年代的孩子在动乱中扑腾,荒废了学业,延误了半辈子;80年代的孩子认识到知识值钱,奋发图强,开拓创新力很强;90年代是非常可爱的一代,他们更为开放,善于运用信息渠道,乐于接受新生事物……按这个思路来看现在,到了新世纪,孩子们开始进入创造新鲜玩意儿的时代了,

你营造什么土壤供他们长苗、拔节、开花、结果呢？

新时代里流行新风尚。在新知识层出不穷的年代，少男少女们象一块块海绵正奋不顾身地汲取时代的甘泉。他们不是没有根，他们只为寻求适合他们生长的肥沃土壤。肥沃的土壤需要的是营养：一代又一代成长中的孩子需要道理和经验的诱导，需要方向和轨道的牵引，就象成长中的树苗需要精修细剪一样。

经过接触，我们了解到《成长丛书》的编撰者们的心思，对孩子们的理解成为他们写作这套丛书的出发点，他们开始推出他们的第一套青少年健康成长营养套餐——《男孩女孩成长手册》。这俨然就是一套男孩女孩及其父母们必备的工具书。今天的男孩女孩有很多生理、心理、学习、交际、休闲等方面方方面面的困惑需要解答，这五本书为少男少女们提供了这些领域的解决方案和行动指南。

类似《男孩女孩成长手册》这类读物的出现，是孩子们健康成长所需营养的一部分，希望这样的读物更丰富地出现在孩子们面前，为孩子们配制精神营养的“科学配方”，让他们得以全面发展，快快长成建设祖国未来的栋梁之材。

目 录

序.....	(1)
--------	-----

第一章 练好交际基本功

1.1 从打招呼开始.....	(3)
1.2 恰到好处地称呼他人.....	(5)
1.3 注意你的视线.....	(7)
1.4 轻松自如走亲戚.....	(9)
1.5 和大人交往快乐又充实.....	(11)
1.6 设计自己的形象.....	(13)
1.7 学会悦纳他人.....	(15)
1.8 在交谈中滋长友谊.....	(17)
1.9 懂得如何探望病人.....	(21)
1.10 言谈举止显出你的教养.....	(24)
1.11 拜访亲朋讲技巧.....	(28)
1.12 拿什么拜年.....	(30)
1.13 送什么礼物好.....	(31)
1.14 Party中有一个你.....	(34)
1.15 让客人充分放松.....	(36)
1.16 道歉的艺术.....	(38)
1.17 恰到好处的表达感谢.....	(41)
1.18 讲话要“见机行事”.....	(42)
1.19 打破拘束.....	(45)
1.20 见面招呼怎么打.....	(47)
1.21 别忘了握手的“规矩”.....	(48)

- 1.22 致意的礼节很有趣..... (56)
- 1.23 西餐桌上见“西式文明”..... (63)
- 1.24 礼貌认真地接受和保存名片..... (68)
- 1.25 使用电话有什么礼则..... (69)
- 1.26 舞场上显绅士风度..... (72)
- 1.27 礼貌待客之道..... (74)
- 1.28 送客应注意细节..... (78)
- 1.29 假如你做客人..... (79)
- 1.30 远亲不如近邻..... (83)
- 1.31 公共场所讲公德..... (85)

第二章 友谊之树常绿

- 2.1 结识新朋友..... (89)
- 2.2 主动与朋友交流..... (91)
- 2.3 交笔友网友留七分理智..... (94)
- 2.4 广交朋友的几条途径..... (96)
- 2.5 怎样称呼别人..... (99)
- 2.6 给亲密朋友一个空间..... (101)
- 2.7 开玩笑有分寸..... (104)
- 2.8 闲聊过分也烦人..... (107)
- 2.9 友情促进健康..... (109)
- 2.10 雪中送炭..... (112)
- 2.11 出行礼仪..... (115)
- 2.12 与朋友通电话..... (118)
- 2.13 宽容是获得朋友的良方..... (119)
- 2.14 “小心眼”的病不该患..... (122)
- 2.15 你的档案在别人的心里..... (125)
- 2.16 冷静地提出抗议..... (127)
- 2.17 如何对待与朋友的争吵..... (129)

2.18 “分手”时该说些什么	(132)
-----------------------	-------

第三章 快乐接触

3.1 少女魅力在社交活动中展开	(139)
3.2 女孩如何使用“身体语言”	(142)
3.3 如何赢得女孩的尊重	(145)
3.4 性吸引是怎么回事	(147)
3.5 正确区分友情与爱情	(150)
3.6 吸引他人的资本	(153)
3.7 少男少女的愉快接触	(155)
3.8 防范性骚扰	(158)
3.9 如何看待“性解放”	(162)
3.10 与异性交往注意保护自己	(165)

第四章 成功交际秘笈

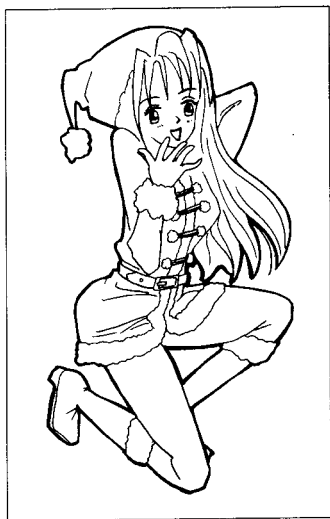
4.1 如何赢得同学的尊重	(169)
4.2 增添魅力的9种方法	(171)
4.3 与羞辱说再见	(173)
4.4 注意你的“第一印象”	(177)
4.5 给人良好“第一印象”八大建议	(180)
4.6 用行动改变别人的看法	(182)
4.7 赢得别人的好感	(187)
4.8 争取别人的信任	(188)
4.9 在交际中独领风骚	(190)
4.10 主动与别人接近	(193)
4.11 在客人面前“穿针引线”	(196)
4.12 从孤独中走出来	(202)
4.13 与害羞说再见	(204)
4.14 社交恐怖症正在蔓延	(207)

- 4.15 练就一副好口才..... (210)
- 4.16 让自己说话得体..... (212)
- 4.17 测测自己的交谈能力..... (216)
- 4.18 公共场合避免尴尬..... (218)
- 4.19 教养十条..... (220)

CHAPTER ONE

第一章 练好交际基本功

从打招呼开始
恰到好处地称呼他人
注意你的视线
轻松自如走亲戚
和大人交往快乐又充实
设计自己的形象
学会悦纳他人
懂得如何探望病人
言谈举止显出你的教养
拜访亲朋讲技巧
送什么礼物好
Party 中有一个你
让客人充分放松
恰到好处的表达感谢
讲话要“见机行事”
见面招呼怎么打
礼貌待客之道
假如你做客人
送客应注意细节
远亲不比近邻



1.1 从打招呼开始

☞ 主动打招呼是一种利润极高的无本投资

当听到朋友和熟人的一声声亲切的问候时,自己会不由自主地感到心情舒畅。假如不等对方先打招呼,抢先向对方寒暄的话,对方会感觉很好,自己也会感觉很好,双方会更加融洽。

一直生活在一起的亲属或朋友,也有必要大大方方地对他们说“早上好!”“晚安”“谢谢!”等,虽然是无意中的寒暄,但在这一瞬间则成了非常好的思想交流时刻,与亲人之间的情义更深了,同时也起到了礼仪作用。

常言道

语言是情感沟通的桥梁。



☞ 寒暄,伸出手来

你出门时是否会遇上住在附近的熟人就像看到了不认识的人,自己低着头,好像没见过似的,这是不对的。“早上好!”“你好!”仅仅一句话使得大家轻松愉快,虽然是一句很平常的话,但是这一说,却使人们对你的评价一下子就提高了许多。另外,用“今天天气真不错”这样谈论天气的话题,也是对附近熟人常用的寒暄。用不着过多地考虑,随便打打招呼就可以了。

如果是新同学,就应该比其他人先说声“早上好!”这样明快而又精力充沛的寒暄,会使你对周围的事物尽快地熟悉

起来。在走廊里见到同学的时候,轻轻地点头行礼就可以了;遇到教师时要停住脚步,叫声老师好。

“连一句寒暄的话也不说的人”,实际是刺儿头的代名词。如果是亲属,还没什么关系,要是老师或前辈这样想的话,恐怕你就要被与低评价连在一起了。相反,会说好听的寒暄语的人,容易从别人那里得到好感,结果是能创造良好的人际关系。寒暄是社会生活中的基本礼仪。

☞ 要记住:无论在什么时候,都要先向对方寒暄致意

■ 就拿伸手来说吧,应该是年龄和地位较高的人先伸出手,或女士先向男士伸手。

■ 伸手时必须用右手。男士应脱掉手套再握手。

■ 就女性而言,如果对方是亲密无间的朋友,则只需把右手的手套脱掉。原则上,戴着手套握手也可以。

1.2 恰到好处地称呼他人

☞ 称呼

称呼,是沟通人际关系的信号和桥梁,也是表情达意的重要手段。结识新朋友,路遇老朋友,一见面就是称呼对方。这既是对对方的尊重,又是自己知书达礼的体现。据有关心理专家说,人们对别人怎样称呼自己特别地看重;同时,由于各国各民族民俗不同,语言各异,社会制度也不一,因而称呼上的差别也较大。那么朋友相见,尤其是与陌生人相见,就不得不讲究应该如何称呼了。如果称呼错了,将会闹出笑话,造成误会,使对方不高兴甚至反感。而恰当的称呼则会让对方觉出你的尊重,它有如妙音入耳,使对方倍感温馨,从而使双方产生心理相容,使感情更加融洽,使交流更加顺畅。

☞ 因人而异,因地有别

每个人都希望得到他人的尊重,尤其是在我国,人们比较看重自己业已取得的地位。对有头衔的人,你称呼他的头衔,就是对他莫大的尊重。你若称他为“先生”或“同志”,他多半会以为你是在漠视他所取得的成就。直呼其名适用于关系密切的人之间。一般来讲,关系越密切,称呼越简单。你若与有头衔的人关系非同一般,直呼其名来得更亲切些,但若是在社交场合,你直接称呼他的头衔要得体些。

虽然同是龙的传人,而且生活在同一个地球上,但是,由于身在异国他乡,根植的文化土壤不同,游子们对自己亲属的称呼就与故土有所区别。在海外华人中,一般丈夫称妻子为“太太”或“内人”,而妻子则称丈夫为“先生”或“外子”。本

土上的中国人多喜欢称自己的伴侣为“爱人”。至于“夫君”那是古代的称呼,现已不再使用。

与外国人打交道的机会越来越多,了解其称呼习惯也就非常必要了。虽然在不同的国家对人的称呼各不相同,但是,有些称呼习惯则是国际通行的。在涉外交往中,对于那些国际通行的称呼不得有丝毫的马虎,否则,容易伤害对方的感情,或者被对方误认为缺乏教养。在西方,一般情况下,对男子不管其婚否都称为“先生”(Mister)。对于女子的称呼则显得复杂些,不可错称。通常,称已婚妇女为“夫人”(Mistress),称未婚女子为“小姐”(Miss)。对其婚姻状况不明的女子也可称作“小姐”,即使对方已经结婚,但她仍然很高兴你这么称呼她,她会非常乐意接受这令人愉快的过错,可是你不能随便地称不了解其婚姻状况的女子为“夫人”,若她尚是黄花闺女,非给你气破肚皮不可。在外交场合,为了表示对女性的尊重,可以将女性称为“女士”(Madam)。上述称呼,不管是先生还是小姐,都可以连名带职称一起使用,比如“市长先生”、“戴安娜小姐”等等。

实行君主制的国家仍然维持着其固有的一套礼仪习俗,对于这些国家的王室成员的称呼,我们必须尊重其习俗。在这些国家,一般称国王、王后为“陛下”,比如“伊丽莎白女王陛下”;称王子、公主、亲王为“殿下”,比如“查尔斯王子殿下”;其他有爵位的人士,可称其爵位,也可称“先生”或者“阁下”。

1.3 注意你的视线

☞ 视线是有吸引力的

当你向对方强调诉说什么的时候,重要的是要一直目不转睛地看着对方的眼睛,听别人说话时也是这样。自己的身体要面向对方,一边注视着对方,一边随声附和,这样对方才知道你在认真听他讲话。

即使知道视线是有吸引力的,也会有暂时避开别人视线的人。自己目不转睛地看着对方,对方也凝视着自己,所以有不少人对此感到很不自在。如说重要话题的时候再去看着对方的眼睛。而且为了便于言谈,重要的是,要让对方的精神放松。一边看着对方,一边经常把视线转移到对方的衣领处,而不要给对方一种压力感,这也是一种风度。

常言道

要想得别人的尊重,首先得尊重别人。



☞ 视线投在哪儿

和许多人谈话的时候,要毫无遗漏地看着大家,如果把视线全神贯注地盯在一个人身上,其他人会感到自己被忽视了,也许就会对你讲的话不感兴趣。

相反,当你变成听话人的时候,对正在说话的人略微看上几眼,也是一种礼仪。一边偷偷地和周围的人聊天,一边看着旁边。这是非常不礼貌的,应该引起注意。