

牵到你的手

与大学生谈人际关系

大学生现实问题

丛书之二



牵 到 你 的 手

《大学生现实问题》丛书之二

王 磊
杜 婕 编著
王 茜

山东人民出版社
一九八八年·济南

牵到你的手

——与大学生谈人际关系

王 磊 王 茜 杜 婕

*

山东人民出版社出版

(济南经九路胜利大街)

山东省新华书店发行 山东人民印刷厂印刷

*

787×1092毫米长36开本 4 2/9印张 2插图 80千字

1989年5 月第1版 1989年5 月第1次印刷

印数1——12,800

ISBN7—209—00401—7

D.98 定价：2.30元

写在前面的几句话

近几年，以大学生为读者对象的著述出版过不少，谈观念更新，讲心理优化，论知识结构，交流学习方法等等，受到了大学生的广泛欢迎。但那都比较间接，而直接面对大学生现实问题，并以此命名的丛书，这是我所见到的第一部。

这套丛书的主编赵建华同志曾利用近两年的时间，不辞辛劳，足涉全国十几个省、市，对55所高校22000名大学生设卷调查，集得30余万言的调查资料，在此基础上，几位中青年理论工作者从政治学、社会学、教育学、心理学、青年学等角度，对大学生的思考与追求，困惑与迷茫，交际与爱情等问题，进行了多层次的剖析和展示，写成了这套《大学生现实问题》丛书。他们的这种工作热情和求实精神是值得倡导的。

80年代的大学生，一直是社会各界人士评论的“热点”，或誉为“思考的一代”、“敢想敢

说敢为的一代”，或贬为“彷徨的一代”“垮掉的一代”。种种议论，不一而足。但是，无论怎样地评价，谁都无可否认，大学校园里确实集中着成千上万血气方刚、才华横溢的青年人，他们代表着中华民族的未来，党和国家把希望寄托在他们身上，作为大学生本身，也大都希望通过几年大学生活的塑造，丰富知识，提高修养，以期将自己的全部身心都贡献于社会，肩负起“实现四化，振兴中华”的历史使命。因此，研究他们的现状和要求，探索他们的追求和理想，帮助和引导他们更好地驾驭自己，使之成为一代无愧于时代、无愧于民族的栋梁之才，无疑要比停留在口头上的评头论足有价值得多。丛书的作者正是基于这样的思考，奋笔疾书，写作了这套有现实指导意义的丛书。

由于这些年轻的作者们与在校的大学生有着同样的经历，且年龄相去不远，他们的写作风格显然有别于专家、学者的手笔。全书不迷恋长篇的理论阐述，无意于旁征博引、洋洋万言。通篇流露着的是率真、坦露，如同学之间的切磋琢磨；平等、亲切，如兄弟之间的促膝谈心。读来别有一番情趣。若用“清水出芙蓉，天然去雕饰”的赞辞，或许有过誉之嫌，但是，至少他们避开了大话套语的说教。既名为《大学生现实问题》的丛书，会因此而更贴近大学生活，更具现实性。我想身居大学校园中的莘莘学子和广大青

年朋友们会赞成我的这个意见的。

在《大学生现实问题》丛书出版之际，承蒙年轻作者的信托，说了上面的几句话，谨以此表达对该书出版的祝贺，并真诚希望它为大学生朋友和高校的广大思想教育工作者所欢迎。

刘守璞

1988年8月

序：你别无选择

徜徉在书林学海中的当代大学生，有谁未曾读过笛福的《鲁滨逊飘流记》？鲁滨逊航海遇难，流落荒岛远离人群，形单影只之时，是否与人类社会关系之网斩断了情缘？我们的脑海萦绕不去的，是他那在绝望中揪心撕肺的深切呼唤：

“啊！哪怕有一两个——哪怕只有一个人从这条船上逃出性命，跑到我这儿来呢！也好让我有一个同类的人说说话儿，交谈交谈啊！”

20世纪80年代的中国大学校园之内，一个类似于鲁滨逊的——但较之更为深沉、更为持久的呼唤也在激荡不已。改革、开放及商品经济的发展冲击着一切封闭的人生和生活，大学生对人际交往的追求、对友谊的渴望，从未象今天这样强烈。

古希腊著名哲学家亚里斯多德在《政治学》一书中谈到，一个生活在社会之外的人，同别人

不发生关系的人，不是动物就是神。生物属性和社会属性注定了人要同人联系并向群体靠拢，任何人都是社会关系之“网”上的一个纽结。离开了社会关系之“网”，人这个“纽结”就不会存在；离开了人这个“纽结”，社会关系之“网”亦无从谈起。人类通过自然界反观自身，个体的人则通过社会关系之网反观自身。在相互间的交际、友谊中，个体人的存在与价值获得了实在的肯定。美国政治家林肯说过：“人生最美好的东西，就是他同别人的友谊。”随着人类的不断进步，今天，交际已经成为人的一种基本需要，友情，也已成了人类最高尚、最优美的情感之一。

美国心理学家林沃思曾把情绪活动加强的青年期的年轻人寻找自己感情寄托的现象形象地称之为心理上的“断乳”。处在心理断乳期的大学生走出父母的羽翼，迈入大学校园，导致了一场“情感转移”，开始把情感能量投放到同学身上，以寻找新的感情寄托。年龄的大致相仿，空间的接近，境遇的相似等等，都使他们彼此之间极易产生共鸣，极易走通一颗颗陌生的心。尽管心灵的共振并不是轻而易举的事情，但对友谊的渴望已使灵魂的探险不再视为畏途。另外，自我完善的需要，实现心理、发展心理、共鸣心理、补偿心理、趋望心理的愈来愈明晰，以及社会对大学生的期盼与要求，已使当代大学生对交际、对友谊出现了别无选择的追求。

薄卡丘曾经说过：“友谊是一样最神圣的东西，不光是值得特别推崇，而是值得永远赞扬。它是慷慨和荣誉的最贤慧的母亲，是感激和仁慈的姊妹，是憎恨和贪婪的死敌，它时时刻刻都准备舍己为人，而且完全出于自愿，不用他人恳求。”

面对友谊这样一种“最神圣的东西”和产生这种东西的交际，当代大学生理应敞开心扉，走出鲁宾逊式的烦恼，进行别无选择的选择了。

作 者

1988年10月

《大学生现实问题》丛书编委会

主 编：赵建华

副主编：李虹羽、郭庆良

编 委（以姓氏笔划为序）：

王 磊、王 涛、任者春、李虹羽、

刘运兴、刘 兵、杨 颖、赵建华、

郭庆良、徐明祥

本分册作者：王 磊 王 茜 杜 婕

鸣谢：

北京大学、清华大学、复旦大学、南开大学、华东师范大学、苏州大学、南京大学、华中工学院、中山大学、深圳大学、哈尔滨师范大学、山西矿业学院、云南工学院、山东大学、山东农业大学等55所高等院校的领导、教师和2万多名大学生对我们调查提供的支持和帮助。

目 录

写在前面的几句话·····	1
序：你别无选择·····	1
一 交际，青春的原始渴望·····	1
1—1 树起你的旗帜·····	1
1—2 寻找好自我角色·····	6
1—3 共鸣之曲的合奏·····	10
1—4 他山之石的妙用·····	13
1—5 步入成才的终南捷径·····	16
1—6 神交多于物交·····	19
1—7 老乡——封闭 而开放的群体·····	24
二 调适心理与优化性格·····	28
2—1 打破理想模式·····	28
2—2 强化自我评价·····	30
2—3 尽快接受自己·····	34
2—4 对群体的窥探·····	39
2—5 走出孤独感·····	43
2—6 告别自我挫败·····	47

2—7	面对嫉妒·····	52
三	立体而又斑驳的交际勾勒·····	57
3—1	别一样世界·····	57
3—2	走出迷谷·····	62
3—3	亮出你的底色·····	67
3—4	叔本华的误区·····	70
3—5	当爱的信息栖息你窗口·····	74
3—6	摘掉完美桂冠·····	79
3—7	肤色不是屏障·····	82
3—8	珍惜你的书卷气·····	85
3—9	让社会接受你·····	88
四	交际艺术谈片·····	93
4—1	“海化”心灵·····	93
4—2	幽默的效应·····	96
4—3	学会倾听·····	100
4—4	引入限距法·····	103
4—5	运用好你的眼睛·····	106
4—6	微笑——交际 之船的旗语·····	109
4—7	求人的诀窍·····	113
4—8	制怒再制怒·····	116
4—9	首因效应·····	119
4—10	避讳的学问·····	123
4—11	面对尴尬·····	127
调查附录:		
	大学生友情现状的调查·····	131

一、交际，青春的原始渴望

1—1 树起你的旗帜

· 实录 ·

我认为我们大学生的交际应该四忌：
一忌骄傲自满，夸夸其谈，不容别人对自己有意见；二忌没有礼貌，对别人漠不关心；三忌当面一套，背后又是一套，为人不诚实；四忌胆怯自卑，没有社交勇气。

——深圳大学，某男，21岁

我不同意那种：“对自己用得着的人才交，用不着则不交”的原则，多交些朋友并没有坏处，只要彼此以诚相待。

——山东工业大学，某女，20岁

本人认为在这个世界上，无所谓有什么“真心话”。在复杂的人际关系中，说真话的并不多，即使说，也不过是加以掩

饰地装做极为真诚地说上那么一两句。对待同学吗，不必太诚实，有60%的诚意就够了，那40%权当退路。

——南开大学，某男，21岁

古罗马哲学家西塞罗说过这样的话：“假如一个人独自升天了，他看到宇宙的大观，他看到群星灿烂，但他并不会感到快乐，他必须找到一个人，述说他所见的奇景，他才快乐。”话说得很有趣。人，天性就不喜欢孤独，人人都希望交际，大学生也不例外。他们由于生理和心理的逐渐成熟，对交际和友谊的渴望更甚于常人。大学生的交际姿态、交际行为受制于他们的交际原则，由于生活的经历和体验不同，他们的交际原则杂花纷呈，均带有鲜明的个性特征。人生态度积极的同学，承认同学间建构友谊的可能性，主张为人处事应该诚挚、谦虚、大方等等；有的同学对人生和同学间的交际持消极态度，认为交际中应该“逢人只说三分话，不可全抛一片心”，显示了一种灰暗落后的心态。大学生的交际原则也有高低之分，文野之分。不论我们承认与否，今天的大学校园里正悄悄涌起一股文化新潮，大学生之间、师生之间的交际越来越开放，越来越丰富。大学生的交际现实急切地呼唤着一种更为积极、更为有效的交际原则的诞生，它就是：

1. 诚实热情。活跃在校园之中的大学生，来自四面八方，其气质的不同，致使其性格有外

向、内向之别。一个人同同学相处的行为方式，直接受到了各人气质、性格的影响。直爽的人喜好直来直去，羞怯的同学常常欲言又止，这并不能说明前者待人以诚，后者待人虚伪。所谓诚实，指的是不是同学间交往的具体形式，而主要是交往态度。交友以诚，就是说对同学要洞开心扉，说心里话，不遮遮掩掩，不口是心非，真正做到言为心声，这样其他同学才能投桃报李，对你也以诚相待。同学之间以诚相待，还包括不投同学所好，不掩饰朋友的缺点、错误。这样做尽管可能引起同学的不快，但相知愈深，这种不快也就会自然得到谅解，从而消失。诚实的同学又常常是待人热情的同学。为人热情，是一个人的美好品格，热情的同学，总是会唤起别人相应的热情和好感，从而能使你比较容易走通同学的心。热情不是装能装出来的，它是发自内心的一种自然的心态流露，是心灵美的一种外现。目前，在大学校园中，平等竞争正逐渐被大家认可，但这种竞争不是尔虞我诈，竞争的目的在于挖掘自身潜能，共同提高，竞争愈是激烈，同学间越需要真诚热情，愈需要感情的慰藉。当然，对人以诚，也不是不讲分寸，不讲说话做事的艺术；待人热情，也不是任凭感情泛滥，毫无节制；否则，就会出现“欲速则不达”的结局。

2. 互助互谅。大学生交际动机之一，便是补偿心理。大多数的同学是从中学直接迈入大学

校门的，由于年龄小、经历比较平直、社会经验少，他们更需要外界的援助。在校园生活中，在同学之间互相帮助的现象的背后，强烈地脉动着交往中互酬效应的趋动力。限于条件和能力，大学生之间大多在学习上、能力上、日常生活上给予同学资助，但“人无完人”，在帮助同学的同时，有的会得到对方的信任，有的会因为同学身上存在的某些小毛病，在交往中产生点小的磨擦，这均属正常现象。要学会宽恕、原谅别人，同时也要学会自我省察。否则“其责人也详，其待己也廉”（韩愈语），定会遭到同学的疏远。朱熹诗云：“昨夜江边春水生，蒙冲巨舰一毛轻。向来枉费推移力，此日中流自在行。”就是说，凡事要顺应规律，不可单凭主观强求，还要讲方法，这首小诗对于我们把握做“人”的分寸来说，也许有启示意义。

3. 礼貌大方。任何一位同学的一举手一投足都展示着他的修养，一个礼貌待人的同学，同学们往往愿意与之交往。曾经有这样一个寓言故事：一天，飓风问和风：“你不想有我的力量吗？”和风不解其意。飓风接着说：“你看，当我起驾的时候，人们都在海岸上挂起台风信号向我致意。我折断一条船的桅杆就象托起一根鸡毛那样容易。所有的国家都在我的呼吸下畏缩着。难道你不想有我的威力吗？”和风没有回答，只是在天空中轻轻起舞。这时，所有的海洋、河

流、森林、田野、飞禽、走兽以及人类都为它的来临而高兴。鲜花盛开，果子成熟，鸟儿飞翔，风帆高举，到处是温暖和愉快。这就是和风给那骄傲可怜的飓风的唯一回答。正象这则故事所揭示的那样，狂暴粗野只会招来怨恨，礼貌待人定能赢得同学们的信任和尊重。礼貌待人的基本内容是公正、平等、谦虚。大学生来自大江南北，没有地位的悬殊和根本性的利害冲突，校园文明对人又起着净化作用，所以完全有可能让礼貌始终伴随着交际。礼貌待人的同时，也要注意自己的社交形象，落落大方，不亢不卑的同学常常受到大多数同学的欢迎。举止有度，既体现了个人的心态、修养，也显示着你的交际姿态，如果你过分地不拘小节，特别是在异性面前注意不够，同学们便会认为你没有交际的诚意，和你这种人交际让人不踏实。

4. 清纯透明。苏格拉底说过一句很精彩的话：“不要靠馈赠来获得一个朋友。你应贡献你挚情的爱，学习怎样用正当的方法来赢得一个人的心。”大学生做为特殊阶层的青年人，大多数人是直接从中学步入大学校园的，所以，他们的时间大多是在学校中度过的。优化的教育内容使他们看问题比较单纯，处事比较爽直，憎恶比较分明、强烈，他们的心理承受力虽然比较脆弱，但它是一片清纯的世界，与商品经济发展中劳动产生的其他人际关系相比，大学生的人际关系更