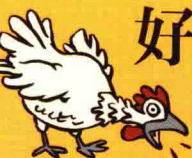


我的校园没烦恼

TROUBLE



好方法，帮你结交真正的朋友

[美]特雷弗·罗曼 / 著 卢东民 / 译

{同学不和我玩 怎么办}



简单实用小技巧，全面解决你的校园烦恼！

626

我的校园没烦恼

同学不和我玩 怎么办

[美] 特雷弗·罗曼 / 著
卢东民 / 译



图书在版编目(CIP)数据

同学不和我玩怎么办 / (美) 特雷弗·罗曼著; 卢东民译. —昆明: 晨光出版社, 2018.7
(我的校园没烦恼)
ISBN 978-7-5414-9577-9

I. ①同… II. ①特… ②卢… III. ①儿童故事—图画故事—美国—现代 IV. ①I712.85

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第079476号



Copyright©2018 by Beijing Yutian Hanfeng Books Co.,Ltd
Original edition published in 1998 by Free Spirit Publishing Inc.,
Minneapolis, Minnesota, U.S.A., <http://www.freespirit.com> under the
title: Cliques, Phonies, & Other Baloney
All rights reserved under International and Pan-American Copyright
Conventions.
著作权合同登记号 图字: 23-2018-048号

我的校园没烦恼 同学不和我玩怎么办

出版人 吉 彤

作 者 [美] 特雷弗·罗曼
绘 画 王芷玄
翻 译 卢东民
项目策划 高田文化
版权联系 杨 娜 陈 甜
责任编辑 王林艺

项目编辑 孙淑婧
美术编辑 沈秋阳
封面设计 萝卜
版式设计 惠 伟 王彦洁
内文设计 常 跃

出 版 云南出版集团 晨光出版社
地 址 昆明市环城西路609号新闻出版大楼
邮 编 650034
发行电话 (010) 88356856 88356858
印 刷 北京鑫海达印刷有限公司
经 销 各地新华书店
版 次 2018年7月第1版
印 次 2018年7月第1次印刷
开 本 145毫米×220毫米 32开
印 张 4
I S B N 978-7-5414-9577-9
定 价 19.80元

退换声明: 若有印刷质量问题, 请及时和销售部门(010-88356856)联系退换。

♥ 献词 ♥

谨以此书献给我年轻的朋友坎迪——一位真正的幸存者和永不言弃的斗士。



{ 前言 }
Preface

你为什么
Why do you
需要  need this book?
这本书?

既然是前言，我就得介绍点什么。

它是个词语，这个词语拼起来好玩，听起来有趣，但它实际上却是个令人头疼的家伙。

这个词语就是
“小圈子”。

它听起来像“小骗子”。

在你上学的时候，“小圈子”也确实很会蒙骗你。

为什么呢？

因为小圈子会让你感到：

孤独 害怕 生气
被人排挤
不高兴 没人缘



如果你有这些感受，就很难在学校里
开心玩耍、认真听讲或者充满自信。



如果你正受到小圈子的烦扰，那么这本书就是为你而写。如果你正渴望加入一个小圈子，这本书也同样是为你而写。即使你正处在一个小圈子里，你也能从这本书里学到点东西。

这本书就是关于小圈子的——

**它是什么，
它做什么，
以及你能就它做些什么。
这本书也涉及结交朋友。**



那些在你生命中很重要的人，他们不会介意你表现得像个笨蛋、说错话或者犯错误。

你会了解到，有好朋友并不总是意味着受欢迎或者融入某一个小圈子。你还会发现与人和睦相处的最佳方式——在学校或者其他任何地方——



就是要 **自信** 和 **友好**。

{ 目录 } CONTENTS



1

什么是小圈子… 1

拉帮结派太可怕… 4

关于小圈子的头号谎言… 6

小圈子常做的四件蠢事… 8

了解小圈子… 18

难以置信的真相… 20

2

骗子和冒牌货… 23

怎样识别骗子… 28

你是一个小骗子吗… 30

做你自己… 34

3

真正的朋友… 37

什么是真正的朋友?… 40

朋友 VS 小圈子… 43

你是不是正在跟错的人一起玩… 46

交友指南… 48

交友时的“要”与“不要”… 50

表示友好的五种方式… 63

锻炼你的人际交往技能… 69



4 什么是受欢迎… 71

受欢迎的真相… 75

受欢迎吗… 80

积极乐观地认识自己… 83

关于受欢迎的两大谎言… 86

问你一个问题… 89

几点小建议… 90

5 小建议、小窍门，以及一些有用的小提示… 91

糟糕的小圈子真是毫无益处… 94

面对糟糕的小圈子千万别做这四件事… 96

与众不同也不错… 104

友谊这件重要的小事… 109

稳固友谊的十大方法… 111





什么
是 *Just What
Is a Clique?*
小圈子

小圈子
(名词)

一小群

**紧密联系在一起的人，
他们拥有相似之处。**

心烦

不舒服

反胃



这个定义听起来好像没什么坏处，那么，为什么一些小圈子会让你感到心烦、不舒服，甚至有点反胃呢？



一旦小圈子令你作呕，你就会患上 →

【小圈子呕吐症】

不然就是众所周知的小圈子病。或者，也许你会感到想吐，因为小圈子是在**拉帮结派**，这意味着小圈子成员可能：

小圈子呕吐症



1. 故意冷落其他孩子。
2. 表现得好像他们比其他任何人都更好——包括你。



拉帮结派太可怕

虽然不能说所有的小圈子都是拉帮结派的结果，但其中大部分都是。

假如身处小圈子里的孩子说“我们都不要跟那个人一起玩”，他们的自我感觉会变得更加良好。

专家们表示，一些小圈子认为拉帮结派会让自己感觉更加强大有力。



拉帮结派的做法会让小圈子的成员更有安全感。

因为成为组织的一分子
本身就是一种保护。

想想野狗都是怎样在野外聚集成群的，或者小混混们都是怎么成群结队在大街上闲逛的。小圈子虽不至于有那么大的危害，但是，他们的出发点在本质上是一样的。他们之所以聚在一起，是因为庞大的数量会给人**安全感**。



关于小圈子的头号谎言

小圈子里的孩子
是所有孩子中
最自信、最开心、
最受欢迎的那部分。

真相

部分小圈子成员可能会很自信，自我感觉非常良好。但是，其他人也许是缺乏自信的，正因为如此，成为组织的一分子才会让他们感觉更好。



在小圈子里的孩子总是会受欢迎，这也是一个

谎言。



实际上，如果总是与相同的一群人在一起，他们就很难去认识班级或校内的其他孩子。



小圈子常做的四件蠢事



他们总是结伴同行。



无论去哪儿，他们都要聚一起，
就像一群奶牛。

