

口袋系列丛书

校园心法

破解校园时代

◎ 麦迪 / 编著

50

大难题

心出版社



口袋系列丛书

校园心法

破解校园难题

北京计劳干院图书馆



L020590

大难题



图书在版编目(CIP)数据

校园兵法·校园心法/麦迪编著.-北京:同心出版社,1999.9

(口袋系列丛书)

ISBN 7-80593-418-5

I.校… II.麦… III.青年修养-通俗读物 IV.D432.63

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 61387 号

同心出版社出版、发行

(北京市东单西裱背胡同 34 号)

邮编:100734 电话:(010)65298830

北京佳顺印刷厂印刷 新华书店经销

1999 年 9 月第 1 版 1999 年 9 月第 1 次印刷

787×1092 毫米 36 开 15 印张

字数:120 千字 印数:1~5000 册

定价:19.80 元(共两册)

主要参考书目

《激发心灵潜力》

戴木才编著 时事出版社

《性的改造——心理控制学》

[美]梅尔兹著 红旗出版社

《成长的感觉》

宇涛编著 中国文联出版公司

《我是青少年,早恋好朦胧》

[英]罗斯·阿斯奎思著 春风文艺出版社

《最新青年处世交际指南》

日本サソマーク出版编辑部编 中国人民大学出版社

《青少年心理咨询百科全书》

罗晓兰编著 新世界出版社

《心理素质自测与训练》

《心理素质》教科书编写委员会编 开明出版社

《永远站在你这边——青春档案》

苦苓著 华艺出版社



目 录

第一部分 友谊对策

1. 相同的兴趣爱好，使你们成为朋友/3
2. 你喜欢别人，别人就会喜欢你/6
3. 为什么别人做错了事却怀疑到自己头上/9
4. 不要事事和同学比高低/12
5. 获得荣誉的时候，称赞你的竞争对手，会赢得友谊/15
6. 多和比自己学习优秀的同学交朋友/18
7. 在同学最困难的时候给予帮助会令同学更加感动/21
8. 写信是消除同学间误会的有效方法/24
9. 争论时，以退为进会收到良好效果/27
10. 为同学保守秘密，是赢得友谊的第一原则/30





11. 站在对方的角度看待问题会减少交往上的障碍/33
12. 自我解嘲可以融洽人际关系/36
13. 旧事重提，会让同学拒绝你的批评/39
14. 批评他人时先谈自己的错误效果会更好/41
15. 不要当众指责同学的错误/44
16. 与同学交往不要苛求公平/47
17. 暴露自己的弱点会让同学感到亲近/50

第二部分 交际对策

1. 想想同学与自己的相同点，你就有了勇气/55
2. 积极参加体育活动，可以增进同学间的了解/58
3. 从赞扬和诚挚的感谢入手，同学容易接受批评/61
4. 观点相似的同学容易成为朋友/64
5. 喜欢在背后议论别人会让同学远离你/67





6. 对嫉妒你成绩好的同学，最好的办法是帮助他/70
7. 多疑会使你自我孤立/73
8. 主动倾听同学诉说苦恼，会得到同学的信任/76
9. 找出“共同的敌人”就能消除彼此间的隔阂/79
10. 用老眼光看人，妨碍你交上新朋友/82
11. 同学关系紧张时，不妨有意疏远一段时间/85
12. 过于在乎别人的想法，反而会影响交往/88
13. 有输赢的娱乐活动会影响同学间的关系/91
14. 和同学谈论问题时，不要相对而坐/94
15. 见面就争论的同学，首先要寻找双方都能接受的观点/97
16. 让同学乐意帮助你的方法/100
17. 和同学在一起，不要只说自己的事/103
18. 感谢指出你不足的同学，把他当作最好的朋友/106
19. “告密”会让你同时失去老师、同学的信任/109





- 20. 主动交朋友是你适应新环境的好办法/112
- 21. 参加集体活动可以克服你的羞怯心理/115
- 22. 同座的同学彼此喜欢并成为朋友的概率最高/118
- 23. 对付“两面派”的同学，最好的办法是不给他表现的机会/121

第三部分 情感对策

- 1. 结交异性朋友，可以使自己的学习成绩提高/127
- 2. 有了烦恼，向异性朋友诉说效果会更好/130
- 3. 清洁是你富有魅力的开始/133
- 4. 和女生在一起时，不要随意评价她的容貌/136
- 5. 与男生交往时，不要把他们放在一起比较/139
- 6. 在集体活动中容易结交异性朋友/142
- 7. 增加交往的开放性可以打退流言蜚语/145
- 8. 过分打扮会引起同学的反感/148





9. 和女伴在一起是防止男生纠缠的好方法/151
10. 和喜欢你的女生做最好的朋友/154
11. 对方成绩下降是分手的好机会/157
12. 把握好“亲密”距离/160
13. 想象一下自己前途的握淡就不会“越轨”早恋/164

第四部分 成长对策

1. 把老师当作自己人看待，有利于说服老师/169
2. 邀请老师参加你们的行动，会获取老师的支持/172
3. 给老师讲幽默的故事，会增强老师与你交往的欲望/175
4. 切忌老师进门就告状/178
5. 真心喜欢老师，有利于和老师建立亲密关系/181
6. 建立老师的“私人档案”/184
7. 展现自己长处是引起老师注意的关键/187
8. 多问问题是接近老师的好办法/190
9. 及时站出来回答问题会赢得老师的好





感/193

10. 真诚地接受老师的忠告/196
11. 坐在前排的学生和老师的关系更为密切/199
12. 不要在老师面前，议论其他老师/202
13. 抓住老师的心理，改变老师对你的看法/205

第五部分 学业对策

1. 对自己默念“我的学习天天在进步”
结果会真地发生改变/211
2. 经常奖赏自己，会使你对头疼的课程
产生兴趣/214
3. 当你对学习厌烦时，可以用抽签的办
法激发自己的学习兴趣/217
4. 对于学生来说，上午十点到下午三点
是学习最佳时间/220
5. 在教室或校园角落里读书，注意力容
易集中/224
6. 用自己最舒适的姿势看书效果会更
好/227
7. 桌面上整洁有序有助于听好课/230



8. 运用课间轻松术，可使身体彻底放
松/233
9. 遇到难解的题，最好是先放在一旁/236
10. 相同的课程，用不同方式复习，不会
感到厌倦且效果好/239
11. 考试前，做点自己擅长的事，会增强
信心/242
12. 和同学一起学习，可以提高学习效
率/245
13. 和老师保持积极地接触，胜过多读参
考书/248
14. 改换思路，采取不同的方法，可以有
效地纠正答案中的错误/251



第一部分
友谊对策





1. 相同的兴趣爱好， 使你们成为朋友



兴趣、爱好相同的人，由于共同话题多，交往的吸引力便强烈。





富兰克林年轻的时候曾经担任菲拉迪尔菲亚议会的书记，当时，议会中有一位下院议员，经常对他提出批评。富兰克林想与他和好相处，于是千方百计地找机会改善彼此间的关系。有一次，他偶然听说这位下院议员是个藏书家，而富兰克林又是一个有名的喜欢读书的人，因此，他请求这位下院议员借给他一本很珍贵的书。结果，以此为开端，他们由于相互间拥有共同的爱好，后来成了和睦相处的挚友。

兴趣、爱好相同的人，由于共同话题多，彼此很容易谈得融洽、投机，交往的吸引力便强烈。球迷相遇，对一场精彩足球的品评，可以使两个原本比较陌生的人，在短短几分钟内，就可以成为知音，而且这种建立在相同志趣基础上的友情往往能够顺利发展。

在你周围的同学中，找出一个爱好音乐或者对电脑游戏、读书感兴趣的人，或者偶然发现你所喜欢的演员他也间样喜欢——“啊，这样相间，简直太棒了！”“能不能交换一下……”有了这样感觉相间的伙伴，你应当抓住机会，走过去大声招呼他。

人都是在兴趣、感觉上发现共同点时，





相互间才容易充满善意或好感去相待。而且如果你们之间找到共同的话题，很快就又会产生一个新话题，于是友情自然而然地产生了。请你留心，看看学校中有没有这样的同学。



放胆心交

如果你的同学是个沉默寡言，又没有任何兴趣爱好的人，怎样让他成为你的朋友——

你不妨抽出时间陪他默默地坐着，等他忍不住开口讲话，你们就可结成为朋友。

如果你的同学是一个难以相处的人，你也应该了解他的爱好，发现对方与自己有共同之处，便可以此为突破口，积极地与他接触。即使做不到这样，在校园中相遇时，也不妨以对方的爱好为话题进行交谈。这时你会意外地发现，相互间完全有可能做到以诚相待。

由此看来，你应该培养自己多方面的兴趣、爱好，做个兴趣广泛的人，这样你会不断开拓交往的范围，打开广交朋友的大门。



2. 你喜欢别人， 别人就会喜欢你



朋友就像一面镜子，你对他投以热情，他也会以热情来款待你。赶快采取行动吧！

