

青春修炼不完全读本

→ ●白 马/编著

理想校园

——欢乐的青春 欢乐的我



- ➔ 找到属于自己的友谊
- ➔ 轻松交往的秘诀
- ➔ 拥有异性朋友
- ➔ 如何做到师生融洽
- ➔ 成为学业高手

中国三峡出版社

青春修炼不完全读本

理想校园

——欢乐的青春 欢乐的我

- 找到属于自己的友谊
- 轻松交往的秘诀
- 拥有异性朋友
- 如何做到师生融洽
- 成为学业高手



中国三峡出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

理想校园——欢乐的青春 欢乐的我/白马编著. —北京:
中国三峡出版社, 2003.1

(青春修炼不完全读本)

ISBN 7-80099-700-6

I.理... II.白... III.中学生—学生生活

IV.G635.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第095522号

中国三峡出版社出版发行

(北京市海淀区太平路23号院12号楼 100036)

电话:(010)68218553 51933037

51933087(二编室)

<http://www.e-zgsx.com>

E-mail:sanxiab@sina.com

北京秋豪印刷有限责任公司印刷 新华书店经销

2003年1月第1版 2003年1月第1次印刷

开本:850×1168毫米 1/32 印张:9

字数:144千字 印数:1—8000册

ISBN7-80099-700-6/Z·110 定价:16.00元



前言

校园是青少年成长的摇篮。每个青少年在心中都梦想过自己理想的校园生活：在那里，学习不再是一件令人头疼的事，也不再是校园生活的惟一，那里的生活丰富多彩，老师、同学愉快地交往，没有矛盾，没有烦恼……一切都是那么的美好。

可是，现实生活毕竟不同于梦想，在现实生活中，你要面对繁重的学业、严厉的老师、性格各异的同学，你们之间有观念上的冲突，也有感情上的烦恼，这一切让你的校园生活黯淡了许多。

你是不是正陷在这种苦恼之中呢？其实，现实与理想只有一步之遥，改变的关键在于你自己，只要你付出努力，你就可以在现实生活中营造自己的理想校园。

本书从青少年的个体感受出发，针对你在校园生活中遇到的各种问题、困惑，帮助你轻松愉快地与老师、同学交往，让你巧妙地处理好自己与异性

朋友的感情发展，掌握良好的学习技巧。

你如果真地按照本书的方法去做，相信改变就会从现在开始，你梦想中的校园生活能上能下就会实现。

目 录
M U L U



第一章 找到属于自己的友谊

- 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 7
- 3 获得荣誉的时候,请称赞你的竞争对手 11
- 4 争论时,以退为进会收到良好效果 15
- 5 为同学保守秘密,是赢得友谊的第一原则 19
- 6 与同学交往不要苛求公平 23
- 7 不要当众指责同学的错误 26
- 8 在同学困难的时候,请给予帮助 29

- 9** 写信是消除同学间误会的
最好办法 32
- 10** 站在对方的立场上看待问题，
可减少交往上的障碍 35
- 11** 幽默可化解尴尬，让同学喜欢你 ... 39
- 12** 暴露自己的弱点，会让同学
感到亲近 44
- 13** 批评他人时，先谈自己的错误 47
- 14** 多和学习成绩优秀的同学交
朋友 50
- 15** 走出印象不佳的阴影，重新
赢得信赖 54
- 16** 不要事事和同学比高低 57
- 17** 老翻旧账会引起同学反感 61

第二章 轻松交往的秘诀

- 1** 想想同学与自己的相同点，你就
有了勇气 67

2	从赞扬入手,同学容易接受批评 ···	70
3	相似的同学容易成为朋友 ·····	74
4	找出“共同的敌人”,就能消除 彼此间的隔阂 ·····	78
5	见面就争论的同学,首先要寻找 双方都能接受的观点 ·····	82
6	感谢指出你不足的同学,把他当作 最好的朋友 ·····	86
7	对嫉妒你成绩的同学,最好的 办法是帮助他 ·····	90
8	多疑会使你自我孤立 ·····	94
9	参加集体活动可以克服你的 羞怯心理 ·····	98
10	主动倾听同学诉说苦恼,会得到 同学信任 ·····	102
11	过于在乎别人的想法会影响 交往 ·····	106
12	同桌间彼此喜欢并成为朋友的 概率最高 ·····	110
13	和同学谈论问题时,不要 相对而坐 ·····	113

- 14** 用老眼光看人,会妨碍你交
新朋友 117
- 15** “告密”会让你失去老师、同学的
信任 121
- 16** 和同学在一起,不要只说
自己的事 124

第三章 拥有异性朋友

- 1** 有了烦恼,向异性朋友诉说
效果会更好 129
- 2** 增加交往的开放性可击溃
流言蜚语 133
- 3** 和喜欢你的女生做最好的
朋友 137
- 4** 把握好“亲密”距离 141
- 5** 想像荒废学业带来的痛苦就不会
“越轨”早恋 145
- 6** 结交异性朋友,可使自己的学习
成绩提高 149

- 7** 和女生在一起时,不要随便评价
她的容貌 153
- 8** 清洁是你富有魅力的开始 157
- 9** 与男生交往时,不要把他们放在
一起比较 161
- 10** 在集体活动中容易结交异性
朋友 165
- 11** 和女伴在一起是防止男生纠缠的
好方法 168
- 12** 过分打扮会让你失去异性同学的
好感 172
- 13** 对方成绩下降是你将早恋转变成
友谊的好机会 177

第四章 让老师成为自己人

- 1** 邀请老师参加你们的活动,取得
老师的支持 181
- 2** 适当地与老师讲些幽默的故事,彼此
增强师生之间的情感 185

3	建立老师的“私人档案”	189
4	真心喜欢老师,有利于学习 成绩的提高	193
5	课上积极回答问题有利于 师生交流	196
6	和老师保持适当的距离	199
7	与老师站在同一立场上	203
8	展现自己的长处可引起老师的 关注	206
9	适当地多问问题可以让老师 更了解你	210
10	真诚地接受老师的忠告	213
11	不要在老师面前议论 其他老师	216
12	抓住老师的心理,改变老师 对你的看法	219
13	选择恰当的时间和场合向老师 反映问题	222

第五章 成为学业高手

- 1 自己默念“我的学习天天在进步”
会真地发生改变 227
- 2 经常奖赏自己,会使你对头疼的
课程产生兴趣 231
- 3 用抽签的方法可以激发自己的
学习兴趣 235
- 4 在教室或校园角落里读书,注意力
容易集中 239
- 5 用自己最舒适的姿势看书效果会
更好 243
- 6 考试前,做点自己擅长的事,
会增强信心 246
- 7 改换方法,可以有效地纠正
答案中的错误 250
- 8 积极地接触老师,胜过多读
参考书 253
- 9 和同学共同学习,可提高学习
效率 257
- 10 遇到难题,最好先放一边 261

第一章

◎找到属于自己的友谊





1 相同的兴趣爱好， 使你们成为朋友

路易斯在他的《四种爱》中写到“友谊诞生于一瞬间”。两个人一起吃饭时，突然发现形同陌路的邻桌同学竟然与自己有着相似的生活习惯，于是，友谊之花就重新在你们之间绽放。课间休息，两个人聊天，发现彼此有许多共性，友情便诞生了。初次见面，人们交谈进展的速度很能说明这一点。因为，相同志趣的人在一起，很容易就会消除隔阂。共同的观点和共同的习性容易激发两个人的交往欲望。

年轻的富兰克林终于获得了他向往已久的议会秘书提名。这是一件让人愉快的事情，可是有一位新任议员对他不满，经常以长篇宏论予以冷嘲热讽。富兰克林很想与这位议员保持良好的关系，但又不想以委曲求全博得他的好感，于是，富兰克林采取了另一种方式。他偶然听说这位新任议员是个藏书家，并且有一本罕见的珍本书，于是就写了一

张便条，表达了想看到这本书的热切愿望，请求他能借给自己看上几日。书很快就被送来了，大约有一周后，富兰克林把书还给他，并附上一张便条，热情地表示了诚挚的谢意。等他们下次在议会相见

时，这位议员很客气地对

富兰克林说：“以后随

时都愿为您提供服

务。”这样，他们

成了好朋友，这

份友谊一直维

持到他去世。

想必你曾有

过这样的经历，

一场精彩的足球赛

已响毕终裁哨，可你

却依然和身边的人侃得忘

乎所以，激情迸发，继而又惺惺相惜，相见恨晚。

谁又知，几十分钟前你们还是两个毫不相干的陌生人，只因为双方有一根神经都被足球给打了个蝴蝶结，而使陌路人转眼间便熟稔得如同多年挚友。

相同的兴趣、爱好，由共同的话题开始，很容易便谈得融洽、投机，这种建立在共同志趣上的友情当然能够顺利发展了。因为，人都是在兴趣感觉





上发现共同点时，相互之间才容易充满善意或好感，直到真诚相待，而且如果你们之间找到共同话题，很快就会产生一个新话题，你们的友情便也自然而然地随着时间而加深。

但是如果你的同学是个沉默寡言无任何兴趣爱好的人怎么办呢？不用烦恼，想想你自己是否也有经常沉默的时候。虽然你在大家眼里是个活泼开朗的人，但在某些时刻，你需要这种内心的宁静来感知自己。所以，当你看到他默然而坐时，那么，请你走到他身边，静静地和他一起享受这种喧嚣青春中的宁静吧！这份默契足以感动他孤寂的心灵，你的真诚，你的善意，谁会拒绝呢？谁还会依然去刻守那份清高孤傲呢？

在生活中，你要学会运用你锐利的眼睛去观察，用你聪明的脑袋去思考，找到你和他同样感兴趣的东西。“物以类聚”，不怕他会拒绝你这个同类。还请记住一点：你应时刻去关注那位可能成为朋友的人。用点时间为你的友谊播上一颗种子，让它繁茂生长。如果你欣赏他，那就请告诉他，只要出现奇迹般的闪光，就抓住它，让它继续发扬光大。

当然这种做法的前提是要出于热诚，热诚永远是友谊成功的第一要素。

当你的内心充满热诚时，你向别人提出的，肯