

姑娘社交艺术

○ Li quanmei
○ Ligengchen

GUNIANGL
SHEJIAOYISHU

河北人民出版社

李 泉 梅 李 庚 辰

姑娘社交艺术

江
北
人
民
出
版
社

插 图：熊国英
江 勇
曹红申

姑 娘 社 交 艺 术

李泉梅 李庚辰

河北人民出版社出版（石家庄市北马路45号）

河北新华印刷一厂印刷 河北省新华书店发行

787×1092毫米 1/32 5.375印张 86,000字 印数：1—101,500 1987年6月第1版
1987年5月第1次印刷 统一书号：7086·1426 定价：1.25元

前 言

这是一本专门写给姑娘们看的书。自然，做了妻子的，当了妈妈的，或者“熬成”婆婆的，以及各个年龄层次的男子汉们倘能一读，也一定会有裨益的。

尽人皆知，今天的世界，是开放的世界；今天的中国，也是开放的中国。开放型的社会生活，必将极大地促进人与人之间的联系与交往，也必将极大地促进男女之间的联系与交往。所谓“男正位乎外，女正位乎内”的谬论，所谓“男女不杂坐”、“男女授受不亲”的邪说，都该进入历史的垃圾箱了。可以说，没有社会的开放，必定迟滞社会的发展；没有社交的开放，必定迟滞人类的进步。而如果没有男女社交的自由，社交的开放也就成了一句空话。所以说，为男女社交自由、尤其为姑娘社交自由鸣锣开道，是时代的要求，是“四化”建设的要求，也是改革的要求！

姑娘要参加社交活动，建有一个如何社交的问题，也就是讲究社交方法或社交艺术的问题。不打破关于姑娘社交的封建落后观念当然无法开展社交；而如果不解决姑娘社交的方法问题，也仍然会搞不好社交。有鉴于此，为了对姑娘们参加社交有所帮助，我们选取了姑娘社交中经常遇到的、或者说应当注意的一些问题，试写了这本书。如果它能为姑娘们的社交自由和社交成功起点促进作用，从而给我们的社会主义精神文明建设和“四化”事业略有些微贡献，那对作者来说，也就如愿以偿了！

——作 者

一九八六年一月三十日

目 录

热情大方——社交的基本要求·····	(1)
社交不必“脸皮薄”·····	(5)
社交与礼貌·····	(11)
社交如何交谈·····	(17)
口才与口德·····	(24)
说服人的艺术·····	(31)
安慰人的艺术·····	(37)
社交中的“听话”艺术·····	(43)
社交与打扮·····	(49)
社交与“人缘好”·····	(55)
社交中的送礼·····	(61)
社交与旅游·····	(68)
社交中的佐料——幽默感·····	(75)
社交也应讲“温良恭俭让”·····	(81)
“开玩笑”的学问·····	(87)
社交勿做戏·····	(92)

谈谈社交中的自卑感·····	(98)
社交不喜“妒花女”·····	(104)
谈谈“闲言碎语”·····	(110)
社交中的心理障碍·····	(115)
社交中的忌讳·····	(120)
怎样写社交书信·····	(127)
请你跳跳交谊舞·····	(134)
社交勿做“势利交”·····	(139)
社交莫上当·····	(145)
漂亮姑娘社交谈·····	(151)
“丑姑娘”社交谈·····	(155)
交绝不出恶声·····	(161)

热情大方——社交的 基本要求

我们时常听说：那姑娘很热情，言下之意是说她有一副热心肠；又时常听说，那姑娘热情大方，言外之意是说她既有一副好心肠，又庄重沉稳，不媚流俗……总之，人们提到热情的人，总是流露出钦佩、赞赏的感情。

的确，为人热情，是一个人的美好品格。热情的人，总是会唤起别人相应的热情或好感，从而比较易于建立起融洽的人际关系。在社交活动中，热情尤其重要，甚至可以说，热情是社交的一个基本要求。离了热情这一条就难以进行社交活动了。

而热情又不是假装的，它是对人诚恳、友善、热忱等品性的自然流露，是“诚于衷而形于外”的心灵美的外现。假装出来的“热情”是虚伪的，而虚伪是令人讨厌的。

我曾遇到过这样一件事：我有一个朋友，是一个乐于助人而又心直口快的姑娘。她虽然有一副热心肠，但有时说话却不大注意方式方法，因而她的一个同事对她产生了误解。但她心地坦荡，对别人的误解从不放在心上，而是“该怎样还怎样”。后来，这位对她误解的姑娘在恋爱中遇到了挫折：谈了两年的男朋友，因为嫌她心胸狭隘，要与她断绝关系。这位姑娘的苦闷和烦恼，被我这位朋友发现了，她热情地关心她，劝导她正确对待恋爱中的波折，鼓励她从消沉中醒悟过来，争取重归于好；同时，又不顾一天工作后的劳累，亲自跑去找到这位姑娘的男朋友，耐心向他介绍姑娘的许多优点，向他解说姑娘对他的一片真情。由于她的努力，笼罩在那一对情人头上的乌云终于消散了，他们进入了一个恋爱的新阶段。事实最有说服力。我这位朋友热情助人的态度，极大地感动了那个原先对她产生误解的姑娘。自此以后，不仅原先的误解冰化雪消，她还把她看成了最知心的朋友，有什么心事都和她谈。在“热情”的温暖和培育下，信任就这样建立起来了。

热情，当然首先是表现在对人态度热诚上。这就免不了要笑脸迎人。宋人王安石有首诗说：“纵言及平生，相视开笑靥”。见人笑咪咪的，首

先就给人以平易、亲切的感觉，人家就好和你接近和交谈了。当然，笑和笑也有不同，多数人的笑属于“人情喜则笑”的笑，是一种真挚亲切感情的流露，往往会得到人们的响应和“回笑”。但也有“皮笑肉不笑”的笑，给人的印象只不过是世故油滑；更有谄笑、媚笑，反而会使人鄙视；至于冷笑、奸笑，就不仅无助于社交，恰恰是“断交”的一把无情剑了。我们所说的笑脸迎人，当然是发自内心的真诚的笑，它是联系同志间感情的纽带。被人们誉为“八十年代先进青年的代表”的张海迪同志，虽然周身三分之二的部分失去了活动机能，整天只能躺在床上或坐在轮椅上，然而，当初次见面的小朋友窥视这个残疾姑娘的时候，她亲切的笑容，很快赢得了小朋友们的信任，并且很快地与她交上了朋友。这可以看作是真诚的笑容在社交中的奇特作用吧！没有笑脸的人也是不易看到别人的笑脸的。真诚的笑的交流就是美好感情的交流，就是社交的开始。

有的同志说，“笑靥嫣然”，即使是百分之百的真诚，也不一定能获得友谊啊。这话当然有一定道理。所以说除了态度的热情，除了自己对人“相视开笑靥”，还要能够有实际的行动，用行动来唤起别人的热情，使别人也发自内心地“相视开笑靥”，这样才能有真正的心的交流，才可以达到社

交的目的。

日常生活中，同志之间需要互相帮助的事情多得很，而在人们最需要别人帮助的时候，你热情地伸出援助之手，给以有力的帮助，人家是会永志不忘的。比如说，有人碰到了个人力量难以克服的困难，你慷慨地给以支援；别家婚丧嫁娶人手不够需要搭帮手时，你主动前去出力卖劲；人家两口子吵嘴打架，你出面予以调解；某甲与某乙因误会产生了隔阂，你帮助他们消除了误会，促进了团结；张三在马路上摔伤了脚，你将他扶到医院，帮助挂号、看病，然后送他回家；李四丢失了一件心爱的物品，你帮助他四处寻找直至“完璧归赵”；如此等等，都是热情待人的表现。

当然，热情待人，助人为乐，需要时时处处去关心别人，这就需要花时间，出力气，做出一些牺牲。社交是在建立广泛社会联系的基础上互助互利的活动，其中自然有利己的一面，但更多的是要利人。如果仅是为了利己才社交，那就把社交的意义扭曲了。以做出某些自我牺牲而利人，最终实现广泛的社会性的互学、互助、互利，这样的社交活动才是有意义的。

社交不必“脸皮薄”

姑娘社交经常碰到的一个问题是“脸皮薄”。“脸皮薄”就不好意思到大庭广众中去，就不好意思与人交谈、交往，尤其不好意思与男同志交谈、来往，一接触生人、外人，尤其是一接触青年男子，心里就扑通扑通直跳，脸皮也会“唰”地一下红了起来，甚至汗颜塞语，不知如何是好。

脸皮这东西，从圣人贤哲，到贩夫走卒，是人人都有的，除了《山海经》上那个“舞干戚”的刑天，因为与天帝争权被砍了脑袋，脸也就不知去向了。但脸皮到底是厚点好，还是薄点好，不能一概而论。这要看在什么情况下，什么问题上的，“厚”或“薄”到什么程度。前两年听说，有两个舞蹈演员，跑到一个女画家索要作品。素不相识却来冒然伸手，自然是“效果不佳”；这二位看到白乞不到，又提出愿出四十元买画。其“脸皮”的厚度，这时更显出了“水平”。女画家深感

这两位实在不知趣，就反过来问道：给你们更多些钱跳个舞如何？终于使二位悻悻而去。你看，“脸皮”这样厚，又拿着厚脸皮到处撞，恐怕不算高雅吧？可是，也有相反的情形：有位大姑娘，只因一位男青年向她表示了一点好意，由于这位男青年的做法不甚得体，引起了别人嘻笑，这姑娘竟跑到宿舍里，埋头哭将起来，弄得脸皮本来不算太薄的那位男青年也觉得脸上无光，无所适从了。可见，脸皮太厚，甚至厚到不要脸皮的地步，固然不太好；而脸皮太薄，动不动就脸红耳赤，本该大大方方露脸的事，仍要羞羞答答，也不见得好。而对于姑娘进行社交活动来说，脸皮太薄就更无法与人交往。试想，如果见了生人就发怵，未曾说话先脸红，三句话未说心里就发慌，那还能进行感情的交流，还能在自然的交往中建立联系的纽带么？

姑娘们容易脸皮薄，这既有生理上的原因，也有心理上的原因。就生理上来说，人在青年时期，神经系统的高级部分——大脑皮层对皮层下中枢的调节还不十分成熟，因而易于冲动，富于激情，尤其是女孩子，容易产生羞涩感。这样，在面部表情上，就表现为“脸红”，比如，有的姑娘接触到小伙子，由于心理上的紧张，将欲言而嗫嚅，往往先就脸红了起来；甚至并非异性人，

便是同为女子，由于疏于交往，初见乍谈，也会由于羞怯而脸红。这种情况，随着年龄的增长，见识的增加，和社会交往的日益增多，会逐步提高对外界的适应性，从而逐步克服见人就脸红的毛病的。

至于心理上的原因，那就比较复杂了。心理原因固然也往往与生理原因有联系，比如，青年人往往有青年人特有的心理，象上进心强等，老年人也往往有老年人的心理，如求稳持重等，但心理原因又毕竟不同于生理原因。就“脸红”而言，青年人会脸红，中年、老年人有时也会脸红，这就不能单从生理原因上去解释了。事实上，一个人的情绪情感，喜怒哀乐，都既与生理因素有关，更和外界环境有着直接的关联。同样是怒，不同年龄层次的人可能会有不同的面部表情（当然不是绝对如此了），这就是生理因素的影响。而不管其年龄层次如何，也不管其面部表情如何，对于令人愤怒的事，人们毕竟都还是要怒的，只不过怒的表现不同罢了，这就是心理因素的制约了。心理因素致使脸红的现象随处可见。比如，经过“红娘”牵线，一对恋人初次相见，有的人就容易羞涩脸红；有的人说错了话，一经别人当众指出，他也会羞红了脸；有的人回答不出老师或领导提出的问题，也会满脸飞起红云；甚至自

己原本毫无差错，只是遇见了德高望重而自己又久久心向往之的人，也会心跳脸红起来。还有一种敏感型的人，一遇问题，反应分外强烈，而且类似的反应还会象条件反射一般，只要遇到类似的情景，就不断的引起类似的反应。此种反应的重复，便出现了“动不动就脸红”那样一种情形。“动不动就脸红”的结果是反转来又加重了怕羞、怕见人的心理，这种心理障碍的增加，必然导致参加社交活动的勇气的减退和社交活动的减少以至取消，到头来，可能使自己成为一个孤陋寡闻、性情乖僻的人。

心理障碍，还要用心理作用去解决，用健康心理，去排除病态心理。在心理学上有一种“自我暗示”的现象，比如，当别人与你谈话时，你的第一个反应是“我千万别脸红，”这其实恰恰是“脸红”的自我暗示，结果是自己越防止脸红而越脸红，久之就形成一种条件反射，到时候就会脸红起来。比如有的蹲班生，脸皮比较薄，一听到别人说到“蹲班”两个字，便立即脸红起来，从而给自己造成了很大的思想压力和苦恼，不必要地分散了精力，与周围同学的关系也因此而紧张起来，结果学习成绩仍是不大好；而有的蹲班生却不在乎，只在内心里告诫自己要努力学习，争取好成绩。由于风言风语没能成为她的思想压力和

心理障碍，所以能够集中精力学习。可见脸皮薄也可以通过心理锻炼和自我调节，使之逐步“厚”起来。锻炼的方法之一，便是平时注意培养自己良好的情绪和情感，开阔眼界，扩展胸怀，以信任和诚恳的态度对人，同时相信绝大多数同志也是以信任和诚恳的态度对待自己的；不要自己把自己置于不信任和不真诚的假定环境中。那样，自己对别人总怀有某种戒备心理，便会惴惴然如履薄冰，自己偶有闪失，甚或并无闪失，也生怕被人看破什么，而动不动便脸红起来。人是要有点气魄的，处处疑神疑鬼，患得患失，怕这怕那，不要说搞社交活动，就连日常生活也难感到愉快与欢乐。

有的姑娘有个错觉，以为社交活动不是姑娘的事情，涉足社交场所，很容易被人视为轻浮女子。因而，虽也有试探体验的心理要求，但在实际实行时，却又不免诚惶诚恐，象要做什么错事，因之也很容易心跳脸红；即使一般地与男同志说句话、打个招呼，也觉得不好意思。这其实也是个心理问题。生活中不能说没有轻浮的女子，但什么才叫“轻浮”呢？有几句诗讲得很形象，一曰：“骨轻羽薄夸灵巧，气急心浮语不伦”，这算是一种；“攀上高枝鸣得意，个中隐秘丑难闻，”这又是另外一种。这类人，人们称之为轻浮，

倒是不算冤枉的。至于正常的男女交往、正常的社交活动，甚至正常的交朋友，无论是同性交朋友，或非恋爱关系的异性交朋友，都是完全正当而无可非议的。如果个别庸俗之人以己之心度人，由看不惯而嚼舌头，那也不足与论，“俯仰了无愧，鸣噪一任之”，无根而不负责任的流言，终是会不攻自破的。

大大方方的社交、理直气壮的社交，沉沉稳稳地社交，完全不必“脸皮薄”！因为社交本来就不是丢脸的事嘛！

