

※男生重地※

女生和麻雀不得交头接耳

告诉朋友

这是一本什么书？
一本用讲故事回答交友问题的书
一本事关友情的温暖的书

你真棒

黄小波 主编

《中国少年报》
数以万计的问卷调查结果触目惊心！

孤独、虚伪、欺骗、背叛……

少男少女人际交往的困惑
知心姐姐 卢勤 倾情解答

男生重地
女生和麻雀不得交头接耳



告诉朋友你真棒

凤凰出版传媒集团
江苏美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

告诉朋友你真棒:男生版/黄小波主编. —南京:江苏美术出版社,2006.5

(找朋友系列丛书)

ISBN 7-5344-2070-9

I. 告... II. 黄... III. 人间交往-青少年读物

IV. C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 039892 号

出品人 顾华明
策 划 张 丽 左小红
责任编辑 王林军
装帧设计 山石卡通
封面设计 周海歌
责任校对 吕猛进
审 读 王春南
责任印制 贲 炜

书 名 告诉朋友你真棒(男生版)

出版发行 凤凰出版传媒集团

江苏美术出版社(南京中央路165号 邮编210009)

集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>

制 版 南京新华丰制版有限公司

印 刷 南京爱德发展有限公司

开 本 880×1230 1/32

印 张 10

版 次 2006年6月第1版 2006年6月第1次印刷

标准书号 ISBN 7-5344-2070-9/J·1913

定 价 22.00 元

营销部电话 025-83245159 83248515 营销部地址 南京市中央路165号13楼
江苏美术出版社图书凡印装错误可向承印厂调换

序一

我愿做你的朋友——知心姐姐卢勤 VS 男生女生

年轻的朋友，
假如你问我谁最富有，
我会骄傲地告诉你：
是我，
因为我有许许多多朋友。

——知心姐姐卢勤



“我很孤独，没有一个朋友。”
“怎样才能找到真正的朋友？”
“为什么朋友老把我俩的悄悄话说给别人听？”
“我的朋友不守信用！”
“朋友让我替他背黑锅，我该怎么办？”
“两面派的人能做朋友吗？”
“最怕朋友背叛我！”
“我想和动物做朋友，因为它们比人更通人性！”
“我想有个机器人，因为它能耐心听我倾诉苦恼。”
.....

在江苏美术出版社和《中国少年报·读写 NO. 1》联合

进行的一次题为“朋友,知道我在等你吗?”问卷调查活动中,全国各地小读者的反馈信息令人震惊。

“你交朋友的困惑”一栏,表示“没有困惑”的仅有一人;“背叛”、“欺骗”、“虚伪”、“嫉妒”等触目惊心的词汇,频频出现在孩子们的回答中;80%以上的孩子在“你对朋友的期待”一栏中,填写了“动物”、“机器人”、“外星人”,而非自己身边朝夕相处的小伙伴。

带着问卷调查中同学们反映出的普遍问题,更带着自己的困惑,北京东四十四条小学的20名男生女生,与知心姐姐卢勤相约,展开了一次关于“朋友”的“对话”。

一提起“朋友”,知心姐姐总是满面春风。

上面那首诗,是她在1987年写的。十几年过去了,无数的知心电话、无数的读者来信、频繁的校园和社会活动,知心姐姐的朋友又增加了多少?连她自己也数不清。

“对话”一开始,曾经获得过中国新闻奖最高奖——“韬奋新闻奖”的知心姐姐,就以“大记者”的身份,对男生女生来了一次集体采访。

什么叫朋友

知心姐姐:大家知道什么叫朋友吗?

乔龙祥:就是有心里话能对他说,互相之间很了解、很信任。

知心姐姐:你有多少个朋友?愿意告诉你心里话的有几个?

曹雪杨:我有50多个朋友!有我们班的,也有在课外辅导班认识的,男女朋友都有。我们一起学习、聊天。

咸禹铭:我有20多个,我们班的居多。他们有的在朝阳区,有的在东城区。

乔龙祥:大概有30多个吧,愿意告诉我心里话的朋友不



到10个。

魏子嘉:我也有30多个朋友,东城区的多。最知心的有4个,都是男生。

知心姐姐:你们的情况很不错呀,那你愿意说出自己心里话的朋友有几个?

郭玲:全班都是朋友——也不是朋友,怕打小报告。

知心姐姐:一个班的同学,为什么有的是朋友,有的不是朋友呢?

曹雪杨:如果真是我的朋友,见到我不高兴的样子,就会来安慰我;不是真朋友的人,发现不了我不高兴。

知心姐姐:你觉得有朋友好吗?为什么?

魏子嘉:当然好!心里有痛苦,或者有不能对一般人说的话,都可以对朋友说。

知心姐姐:你认为当你把心里话告诉朋友的时候,朋友应该怎样做?

魏子嘉:我告诉他开心的事,他应该提醒我别骄傲;我沮丧的时候,他应该鼓励我;我犯错误时,他应该给我泼泼冷水,讲讲道理,告诉我怎么改正。

知心姐姐:你衡量好朋友的标准是什么?

张晨:我的标准是可以一起分担痛苦,一起分享快乐。比如说,当朋友考了100分的时候,两个人都应该觉得高兴;而不是嫉妒,想方设法挑对方的毛病,挑刺儿。

知心姐姐:当你获得了好成绩,最希望朋友说一些什么样的话呢?

郭玲:希望她心态平和地对我说声“你真棒”!

柏文峰:给我敲敲警钟,让我别骄傲。

知心姐姐:当你做错了事,希望朋友怎样对待你?

咸禹铭:不要老说我不好!我最讨厌被埋怨和歧视,最不爱听“瞧你又做错了”这种唠唠叨叨的话。我最爱听朋友安慰我的话:“做错事不要紧,只要改正就好。”



知心姐姐把她获得“韬奋新闻奖”的奖金，全部捐给了河南省信阳大别山区一个立志当老师的贫困少年；知心姐姐多次到浙江省少管所探望失足少年，带去 2000 多册自己写的书——《告诉孩子，你真棒！》作礼物；知心姐姐在繁忙的工作中，对小伙伴的邀请总是尽量有求必应。比如说，她可以刚刚接受了姐姐的邀请，到一所中学演讲，马上又接受弟弟的邀请，再去另一所小学和同学们见面，为的是让不太自信的弟弟在姐姐面前有点成就感；知心姐姐能从重要的宴会上“出逃”，站在门口接听 40 多分钟手机电话，只为和远方的一个 16 岁的少年朋友大聊特聊；知心姐姐敢用受过伤的腿，陪夏令营活动中最胆小的女孩子一起，跃过宽宽的水渠，换来小女孩的一路自豪……

连这次的“对话”，也是知心姐姐牺牲晚餐时间硬挤出来的……

知心姐姐“够朋友”，她才会有那么多朋友。面对眼前一脸严肃，一心要讨论“朋友”大事的男生女生，她最关心的是——你够朋友吗？

够朋友的请举手

知心姐姐：你认为你够朋友吗？够朋友的请举手！

异口同声：够朋友！（手臂林立）

知心姐姐：哪一点表现出你够朋友呢？

周丹：我有个朋友，返校那天没写完作业，到我家来写。本来我应该到学校去打扫教室的，可她下午才写完作业，我一直在等她，耽误了自己的事。我赶到学校，已经晚了，老师问我时我也没解释。

咸禹铭：考试后，大家如果问我他们不会做的题，我都告诉他们。

张琦：有一次我的朋友没考好，就去我家里打枕头发泄。他消了气，我还劝了他半天，鼓励他下次考好就行了。

周丹:朋友有一道题不会做,来问我,我当时心情不好,就不耐烦地跟她说:“过一会儿吧!”过了一会儿,我觉得自己不能说话不算话,就主动过去给她讲了。

曹雪杨:作文课上,好多同学没带作文纸,我正好带得多,就全分给同学们了。我觉得自己帮助了同学,很高兴。

里雪:劳动课要用铁丝,课临时改到上午,同学们都没带。我带得多,一共借出去7根铁丝!

厚贵彬:我说话算数。有一次,我借了同学一样东西,到交还日期了,我没用完,但还是特意赶去还给他了。后来需要再用,我就再向他借一次。

乔龙祥:我刚认识好朋友陈磊的时候,他的腿磕了,刚好我的手也有伤,带了药,我就把药借给他,自己忍着痛回家了。

曹伊鸣:我的朋友马丽过生日,下午放学时已经4点多了,我想我是她最好的朋友,应该陪她,为她庆祝。那天我回家很晚。

于森:我和我的朋友之间有竞争,虽然是好朋友,但是竞争很激烈。评“三好生”的时候,我们的票数也是一样的,作为好朋友,我投了她一票。

知心姐姐:你真够朋友!一般人是不给竞争对手多投一票的。友谊就是这样建立起来的。能做到这一点,尤其是女孩子,真的很不容易!

不知不觉中,“对话”已经进行了两个回合,知心姐姐居然还没开始回答问题呢。

虽然知心姐姐始终面带微笑,很快驱除了孩子们的紧张和局促,她的问题却越来越尖锐了。

不够朋友的请坦白

知心姐姐:你有没有不够朋友的时候?

乔龙祥:有一次跟同学骑自行车出去玩,我把一个小女孩给撞了。为了逃避责骂,当小女孩的父母来问是谁撞了人的时候,我没敢承认。我的朋友替我承担了责任,还赔了人家医药费。

刘思宇:我们院里有个哥哥,他把我给撞了,求我不要告诉他妈妈,我忍着疼答应了他。可过了几天,我心情有点儿不好,又想起这件事来,就翻旧账把事情告诉他妈妈了。他被揍了一顿。

里雪:毛楠来我家写作业,有一道题不会,当时因为作业特别多,我就没告诉她。后来吃过晚饭,姥爷提起这件事,说我不够朋友。我赶紧打电话把做题的方法告诉她了。

郭玲:朋友问我数学题,我本来应该告诉她的;可是又一想,不行,“为朋友两肋插刀”,就是“朋友把我插两刀”,所以当时打死我也没说。

李小根:二年级的时候,我在外面上补习班,有一次上课我没去,问同学作业,他没告诉我。后来他有一次也没去,问我作业,我就翻开书,随便告诉他几道不是作业的题,心想:你做去吧!他对我人不仁,我不能对他不义,我觉得我不够朋友。

周凤桐:有一次,跟我一起上英语课的同学提前走了,没拿书,他就住在我家旁边的楼里,让我替他拿书。可是有点儿晚了,我就没帮他拿。我觉得自己不够朋友,既然答应了人家,就应该做到。

咸禹铭:一次同学让我帮他买涂改带,放学后我特别饿,就没去给他买。第二天,朋友也没跟我要,我就晚给他了一天。后来朋友说:“你以为我不知道你没买啊?故意宽限你一天。”

贵厚彬:朋友过生日,我答应给他送礼物,可是又把这事儿忘了。

周丹:朋友说周日是她生日,让我去,当时我满口答应;可是到了星期日,我居然给忘了。周一上学,朋友问我为什



么没去,当时我觉得自己特别不够朋友。

知心姐姐:看一个人“够不够朋友”,“诚信”是很重要的
一条标准。有了诚信,才有信任;有了信任,才能做朋友。
“轻诺必寡信”,轻易答应别人,就一定没有足够信用。对待
别人的请求,我们答应前应该非常慎重,答应后一定要千方
百计做好。

上海的一个同学,给农村的“手拉手”朋友写信,寄去了一
张自己的彩色照片。农村朋友拖了好长时间都没有回信,
这个上海同学心里很不高兴。最后,回信终于来了,从里面
掉下一张一寸的黑白小照片,照片上,农村朋友的脸都没照
清楚,看上去笑得也特别紧张。信上说:“我们村没有照相
的,我和妈妈攒了很久的钱,走了五六十里路,去县里照的
相,这是我第一次照相……”上海同学非常感动,从这件小事
中,他看到了朋友对自己的真诚。

还有一个“手拉手”的故事,是一位河北省张家口市的小
伙伴告诉我的。他信守承诺,参加小记者团到河南省信阳光
山县王大湾,看望在希望小学读书的农村朋友。朋友激动地
送给他一个礼物——自己家的门钥匙!

看,朋友之间的真诚和信任,换来了多么宝贵的东西。

知心姐姐爱读书,自己也写了很多书,在全国各地,有将
近 1000 万大小读者。

知心姐姐说,能用自己写的书帮助别人,告诉孩子做人
的道理,告诉父母育人的道理,是她最快乐、最有成就感的
事。她提醒大家:在一个特别重要的地方,我们可以找到特
别棒的朋友,那就是书籍!

书中自有朋友在

知心姐姐:你喜欢书中的哪些朋友?

郭玲:伊拉龙!因为那条龙可以飞,在天空中特别自由。

我热爱自由。

张晨:我也喜欢伊拉龙,它很忠诚。

里雷:我喜欢哈利·波特,因为他够朋友。

乔龙祥:我喜欢泰山,当坏人要挟女主人公的时候,泰山能挺身相救。

曹伊鸣:我喜欢名侦探柯南,他为了保护3个朋友,自己受了重伤。

刘思宇:喜欢哆啦A梦,替大雄保守秘密,帮助大雄解决问题。

李小根:我喜欢舒克和贝塔。不管是弟弟还是哥哥,都能主动帮助对方。

乔龙祥:我还喜欢《猎狗家族》中的“母鸡”。有一次猎狗都睡了,狮子来了,“母鸡”把所有的朋友都叫醒,结果自己被狮子咬死了。

刘思宇:我读过一本叫《深海狂鲨》的书,里面有个人被鲨鱼咬住了,另一个人要来救他,可他不让那个人救,结果自己被鲨鱼给吃了。另一个人特别后悔自己没有早点去救朋友。我觉得这两个人都够朋友。

周丹:《魔鬼特警》里有个人叫杨志,朋友的爸爸得了心脏病,他替朋友出警,结果被坏人打死了,我觉得他特别够朋友!

.....

大家争先恐后提起书中的朋友,知心姐姐听得津津有味、兴致勃勃。看样子她还没过足记者瘾,还想继续问下去。男生女生们全都急啦。

趁“大记者”知心姐姐还没开口,一个心直口快的女孩子站起来就问。于是,后面的问题,就刹也刹不住了……



问题 问题 问题

郭玲：有些同学特别小肚鸡肠，没人爱跟她玩，我该不该不跟她玩？

知心姐姐：小肚鸡肠的同学更需要朋友，她们更在意别人对自己的看法。

你能不能勇敢地站出来，做她的朋友？当她有了朋友，就会走出自己的小圈子；当她受到朋友的好影响，就会改变自己，变得大度。长大后，她会感谢你这个童年的朋友，帮助她走出了孤独的困境。而对于你来说呢，也应该学会做一个广交朋友的人。

著名的美国哈佛商学院，对学生最看重的素质是什么呢？是为人处事的社会交往能力，也就是会不会交朋友。他们到上海复旦中学招生的时候，特别提出要招收会与人交流的学生。因为以往的中国学生，给他们的印象都是不爱说话，只埋头学习，还喜欢挑别人的短处。

后来他们招走了一个自信快乐的女孩子，她的理想是读万卷书，行万里路，和万人交朋友！在一次曲棍球比赛中，不会打球的她临时替补，上场就进了一球，全场欢呼：“中国人进球了！”为此，美国老师兴奋地给中国使馆打电话报喜。在人际交往中，这个女孩一下子就打开了新的局面。

我希望你也能成功。

咸宇宁：我是班干部，谁不遵守纪律，老师就让我把他的名字记下来。有一次我把朋友的名字也记下来了，他说我不够朋友，我们的关系越来越疏远。我该怎么办呢？

知心姐姐：你说的是一个非常普遍的现象——班级小干部不受欢迎。

在不少小干部的职责中，都有帮助老师记捣乱的同学名字这一项，我觉得这项工作很不合理。你大笔一挥，于是这些同学在老师面前就倒霉了，难怪他们把罪过都归结在你身上，觉得你是个“叛徒”，特别不够哥们儿。



其实，他们并不是不喜欢你，只是不喜欢你这种做法。你不妨换一种积极的做法，先别记名字，而是个别提醒他注意，尤其在老师面前不要说他的坏话。否则老师对他老没好脸，他就更不自信了。然后，你要注意观察他的优点，当你发现他有进步的时候，一定要到处宣扬，见到老师就夸他、说他棒。因为老师非常信任你，所以听了你的话，也会用爱的眼神去看他，他就会觉得你告了一个“好状”，觉得你特够朋友！

周丹：有两个朋友，跟我都挺好的，可她俩是死敌，我该跟谁好？

知心姐姐：我认识一个快乐女生，大家叫她“嘻嘻队长”。有一次，两个男生死对头又打架了，“嘻嘻队长”灵机一动，就让他俩一起出板报，大家都在一旁夸他们出得好。板报出完了，他俩的气也消了，后来还成为了朋友。

所以，当你的两个朋友发生矛盾的时候，你不要站在任何一方，坚决不要传话。你要巧妙地让她俩团结起来，一起去做一件事，建立新的友谊关系。事情做成了，问题也迎刃而解了。

李小根：有个朋友明明自己犯了错误，非说是我错了，还不跟我玩了。我不想失去这个朋友，可又拉不下面子先找他。我该怎么办？

知心姐姐：北京北宫门小学的张今同学，写过这样一篇作文，文中说：他和朋友为一件不起眼的小事吵架了，朋友几天没找他一起上学，到了学校也不理他，拖了一天又一天。有一次，张今看到朋友独自在双杠上玩，想起吵架前俩人在一起的快乐时光，觉得失去朋友真难受。于是他下决心先开口跟朋友道歉，朋友马上原谅了他。他觉得心里有说不出的愉快。

时间是消除误会的最好钥匙。有些事根本不用解释，时间一长，人们再回头的时候，就会看清真相。也许你的朋友平静之后会主动来找你；如果他不好意思这样做，你也不妨先开口，给他一个台阶下。

男生就应该豁达！谅解和宽容是交朋友的最大法宝。
知心姐姐送给你一句话吧——当个“忘性大”的男生！

魏子佳：我们上音乐课要带鞋套。我有一天忘带了，找（1）班的同学借，没借来；另一个同学也去找他借，就借来了。
（1）班那个同学，还算我的朋友吗？

知心姐姐：如果这个同学经常这样，当你有困难的时候他总有借口，在和这种人交往的时候，会给你带来不愉快，那么下次再遇到困难，你可以去找别人，不要去找他。

但也不要把他当成仇人，宽容一点。反过来，如果他有什么事情来找你，你一定要热情地帮助他，这样他会觉得自己不够朋友，感到惭愧。也许他会向你学习，改正自己的做法。

北京第一师范附属小学的周子贺同学，最喜欢一句话——“有困难找民警”，他觉得民警为别人排忧解难，很棒！所以他也主动打出一句口号：“有困难找子贺。”他自己做了一个“万能袋”，里面有各种文具，谁没带就借给谁。他还细心地在文具上写了一些话，比如：“又没带，刮鼻子！”“下次要带齐东西再上学！”等等。子贺的批评，说得那么自然；子贺的威信，也是他在助人为乐的基础上建立起来的。这样热情地与同学相处，大家都会欢迎你这个朋友的！

蒋文凤：我借给朋友一本音乐书，还我的时候，书上多了两个铅笔道。后来他又找我借书，我还应该借给他吗？

知心姐姐：当多了两个铅笔道的时候，你就应该坦率地告诉他：“书上是不能乱画的，请你注意！”你对朋友有意见，应该公开地说出来。这并不说明你小气，反而说明你对他很真诚。他下次再跟你借东西的时候就会小心了，你还帮助他克服了一个缺点，多好啊！

记住，做真诚的人，交真诚的朋友。

同学们想和知心姐姐交流的问题实在太多了。（更多问题，在本书正文中将以“知心 BBS”的形式，对知心姐姐卢勤

逐一采访。——编者注)

知心姐姐请大家不要一味地“发现问题”，也不要一门心思“诉苦”；而要积极想办法“解决问题”。

交朋友，必须先对自己提要求。知心姐姐干脆带领大家做起了游戏。她出的题目是：用“当朋友……我应该……”造句。

下面就是北京东四十四条小学的男生女生，你一言我一语总结出来的“交友之道”。

告诉朋友你真棒

当朋友取得成绩时，我应该真诚地祝福他(她)；
当朋友犯了错误时，我应该诚恳地批评他(她)；
当朋友遇到困难时，我应该热情地帮助他(她)；
当朋友孤独时，我应该体贴地陪伴他(她)；
当朋友伤心时，我应该积极地安慰他(她)；
当朋友困惑时，我应该耐心地倾听他(她)；
当朋友彷徨时，我应该出谋划策；
当朋友误会时，我应该一笑置之；
当朋友告诉我秘密时，我应该为他(她)守口如瓶；
当朋友和我争执时，我应该站在对方立场上想一想；
当朋友和我竞争时，我应该豁达大度、成人之美；
当朋友给我提意见时，我应该虚心接受；
当朋友给我帮助时，我应该衷心感谢；

.....

最后，知心姐姐给大家添上了一句最重要的话：“无论何时何地，当朋友面对我的时候，我应该常常对他(她)说——你真棒！”

知心姐姐告诉同学们，21 世纪需要三种能力：人际关系能力、沟通力、合作力，总称人际运作能力。无论是男生还是



女生,都不应该丧失这三种重要的能力。每一个朋友都是你走向成功道路上的加油站,你从朋友那里将得到至关重要的力量——互助与协作。

知心姐姐说:“如果你问我,现在的孩子最缺少什么,我要直率地告诉你,知心朋友;如果你问我,现在的孩子最需要什么,我要肯定地回答你,知心朋友。没有朋友的童年是不幸的,对于这一代独生子女来说,孤独的心理比任何一代人都强烈,求友的欲望比任何一代人都迫切。”

她总爱提起湖南小伙伴符师写的一首小诗:

我不愿意做太阳,
也不愿意做月亮。
做太阳太寂寞,
做月亮太孤单。
我要做星星,
因为星星有无数朋友,
将黑夜点缀得更加美丽、漂亮。

如果每个孩子都是一颗小星星。知心姐姐愿意做每个孩子身边的那颗最亮的“知心星”!她祈愿满天繁星都成为朋友,齐齐照亮夜空。

《中国少年报》记者 黄小波 骆佳 文
张志刚 摄

告诉朋友 你真棒



知心姐姐的知心法则

热忱,捧出你的心;沟通,打动别人心;自信,赢得大家心。

知心姐姐的交友规则

尊重朋友的意见,看到朋友的作用,赞美朋友的好处,学习朋友的长处,感谢朋友的帮助,提醒朋友的不足,原谅朋友的过失。

知心姐姐的尊重原则

尊重他人:听他人说、替他人想、帮他人做。