

校园心理绿洲

同窗的缘分

相逢是缘
有魅力就有一份好人缘
惺惺相惜
真情让友谊天长地久

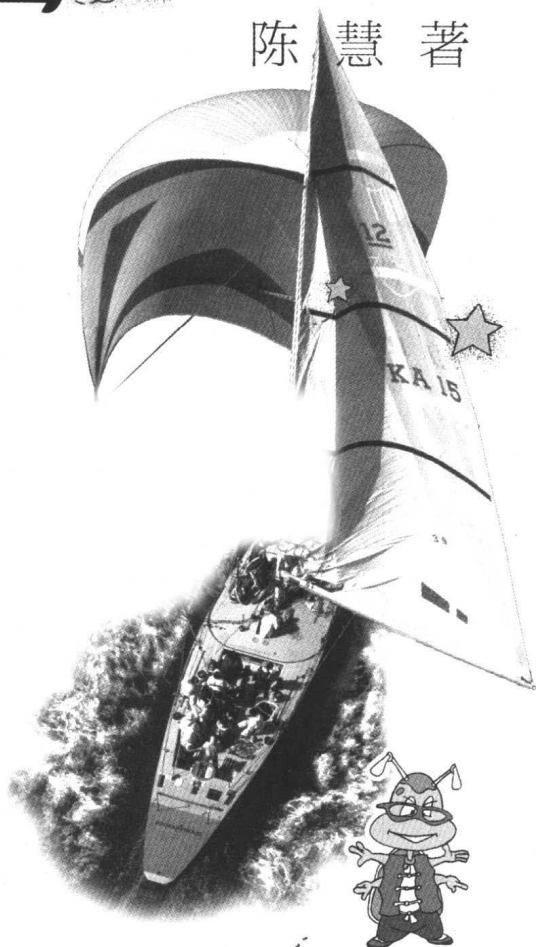
陈 慧 著

少年儿童出版社

校园心理绿洲

同窗的缘分

陈慧 著



少年儿童出版社

图书在版编目(CIP)数据

同窗的缘分/陈慧著. —上海:少年儿童出版社, 2005. 1
(校园心理绿洲)

ISBN 7-5324-6408-3

I. 有 ... II. 陈 ... III. 中学生—人际交往
IV. G635.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 139155 号

校园心理绿洲

同窗的缘分

陈 慧 著

李清月 封面图

侯强华 装帧

责任编辑 许春辉 美术编辑 侯强华

上海世纪出版集团	开本 850 × 1168 1/32
少年儿童出版社出版发行	印张 6.75
200052 上海延安西路 1538 号	字数 119,000
易文网: www.ewen.cc	2005 年 1 月第 1 版
全国新华书店经销	2005 年 1 月第 1 次印刷
常熟文化印刷有限公司印刷	印数 1-5,100

网址: www.jcph.com

电子邮件: postmaster@jcph.com

ISBN 7-5324-6408-3/G·2278 定价: 13.50 元



寻找“人际密钥”

交往中的奇异法则

① 以“发”取人——首因效应 3

- ★ 此话怎讲
- ★ 我们班的“橘子皮”
- ★ “一见钟情”是如何发生的
- ★ 首因效应
- ★ 嘘,一个小秘密
- ★ 路遥知马力,日久见人心
- ★ 经典点击:罪犯与学者
- ★ 故事链接:疑邻偷斧
- ★ 测试诊断:留给别人的第一印象

② 拿出勇气来道歉——近因效应 10

- ★ “铁哥们”怎么会这样
- ★ 近因效应
- ★ 士别三日
- ★ 故事链接:士别三日,当刮目相看

③ 爱屋及乌——晕轮效应 13

- ★ 经典点击:热情、冷酷的晕轮效应

④ 以己度人——投射效应 16

- ★ 都是“投射”惹的祸
- ★ 人在旅途
- ★ 故事链接:狗屎与金佛

“密钥”在我手中

① 雕琢美女——皮格马利翁效应 20

- ★ 是我们不再需要信念的激励吗
- ★ 期望点燃信念
- ★ 破罐子破摔
- ★ 经典点击:权威性的谎言
- ★ 信念产生魔力



② 人多力量小——责任分散原则 23

- ★ 凭什么要我干
- ★ 无奈之下出此下策
- ★ 交往中的责任逃避
- ★ 测试诊断：我的责任感

③ 棒打不散的鸳鸯——罗密欧与朱丽叶效应 ... 27

- ★ 开始于地下的爱情
- ★ 天下没有不透风的墙
- ★ 转入地上的爱情
- ★ 罗密欧与朱丽叶效应
- ★ 父母“逼”我们住在了一起
- ★ 因逆反打造爱情牢固吗
- ★ 测试诊断：拷问爱情的明天

④ 迷人的蝴蝶——蝴蝶效应 31

- ★ 每天进步一点点
- ★ 勿以善小而不为
- ★ 勿以恶小而为之
- ★ 可怕的以讹传讹
- ★ 控制迷人的蝴蝶



我和我的同学

人缘基地

① 如果没有同学 37

- ★ 同学是面镜子
- ★ 测试诊断：我的魅力指数

② 新生入学全攻略 41

- ★ 怎样让大家喜欢我
- ★ 谦虚是美德
- ★ 大象、肥猪和蚂蚁
- ★ 谁说我在“玩深沉”
- ★ 发挥优势项目，确保人缘丰收
- ★ 天上怎么可能掉下人缘

★ 测试诊断:新同学会喜欢我吗

③ 调整你的人际泡 49

- ★ 好朋友的苦恼
- ★ 拿个气泡套住自己
- ★ 适当的距离产生美感
- ★ 公交车上的测试
- ★ 我们就像刺猬
- ★ 眼神的加法和减法
- ★ 测试诊断:我和朋友处得怎样

爱情——友谊链接

① 乱点鸳鸯谱 57

- ★ 迷雾重重的爱情事件
- ★ 迷雾重重的鲜花事件
- ★ 迷雾重重的餐巾纸事件
- ★ 迷雾重重的作业本事件
- ★ 爱情事件真相回放
- ★ 鲜花事件水落石出
- ★ 餐巾纸事件人为联想
- ★ 作业本事件真相大白
- ★ 当我们遭遇“诬陷”
- ★ 测试诊断:你会怎样表达心中的“爱”

② 爱情对对碰 62

- ★ 男女搭配,干活不累
- ★ 如果我们自作多情
- ★ 满腔热情换得冷水倾盆
- ★ 如果我们遭遇追求
- ★ 如果“恋情”真的降临
- ★ 经典点击:延迟满足
- ★ 测试诊断:我喜欢上他(她)了吗

③ 我是女生我怕谁 68

- ★ “厉害”女生写真集
- ★ 男生眼中“女生的七大杀手锏”
- ★ 男生们的绝杀招数
- ★ 故事链接:岸上的青蛙



④ 我的“问题”同桌 71

- ★ 测试诊断:你以怎样的态度结交你的“问题”同桌

谁来为友谊保险

① 我们谁怕谁 76

- ★ 我们“Who 怕Who”
- ★ 较量后的尴尬
- ★ 争吵不等于结束友谊
- ★ 想清楚后发脾气
- ★ 给对方三分钟
- ★ 测试诊断:你的脾气有多大

② 面对背叛 81

- ★ 来自受伤者真实的心声
- ★ 背叛友情通常招数
- ★ 见招拆招
- ★ 谁是我最好的朋友
- ★ 故事链接:失去的和拥有的
- ★ 测试诊断:检测我的朋友

③ 冷落和排斥 86

- ★ 面对失去,心态很重要
- ★ 经典点击:情绪实验

④ 人际恐慌 91

- ★ 座位之争之事态回放
- ★ 座位之争之当事人自我剖析
- ★ 座位之争之事当事人的苦恼
- ★ 编起谎话来设防
- ★ 测试诊断:你对自己有信心吗

⑤ 你对朋友说“不”了吗 95

- ★ 是朋友都应有的表现
- ★ 测试诊断:你是一个拿得起放得下的人吗



我和我的老师

敬畏老师

① 敬 103

- ★ 我们为什么要尊敬老师
- ★ 我们为什么不尊敬老师
- ★ 我们受到尊敬吗
- ★ 理解基础上的相互尊敬
- ★ 测试诊断：你心目中的师生关系
- ★ 其实这些你都懂

② 畏 107

- ★ 何时、何地、因何原因最怕老师
- ★ 当我们遭遇害怕
- ★ 测试诊断：你害怕老师吗

知己知彼，百战不殆

① 一眼把老师看穿 112

- ★ 这是老师故意写错的
- ★ 老师今晚还有事
- ★ 测试诊断：侦测我的老师

② 抓住老师的目光 116

- ★ 受关注原因分析
- ★ 我是“四平”女孩
- ★ 地位分析——班级中间带
- ★ 目光抓捕方案
- ★ 测试诊断：你是一个怎样的人

③ 天平上的老师 122

- ★ 我要讨老师喜欢
- ★ 受老师喜欢的四大优势
- ★ 受老师喜欢的四大劣势
- ★ 我的快乐建立在别人的痛苦上



★ 老师,请坐正你的屁股

★ 测试诊断:老师对你钟爱有加吗

④ 聪明老师笨学生 127

★ 聪明老师的责问

★ 我希望我的老师笨一点

★ 笨有笨的好处

★ 强烈建议改革教师选聘制度

★ 大智若愚的老师

★ 测试诊断:测测老师的智商和情商

⑤ 沟通无极限 132

★ 非典型师生交流会

★ 每人戴个大口罩

★ 进出校门量体温

★ 有事没事勤洗手

★ 遇到情况常通报

★ 比比谁的老婆多

★ 请尊重我的隐私

★ “惹毛”老师的下场

★ 测试诊断:小动作标识沟通效果

送出的和得到的

① 教师节,你给老师送礼了吗 137

★ 送礼时的家长心态

★ 收礼时的老师心态

★ 送礼和收礼间我们的心态

★ 真该取消教师节

★ 测试诊断:教师节里我的心态

② 送给老师的称呼 143

★ 交流密语

★ 称呼类型

★ 测试诊断:我们送给老师的称呼

③ 给你一点“颜色”看 147

- ★ 怎样才算是惩罚
- ★ 为什么要受到惩罚
- ★ 惩罚后的感觉怎么样
- ★ 惩罚不是万能的,没有惩罚又是万万不能的
- ★ 竖块“发泄墙”吧
- ★ 故事链接:杀狗事件和解剖学家

特色校园

① 我们的“特色”老师 152

- ★ 年度最佳板书奖
- ★ 年度最佳微笑奖
- ★ 年度最佳忘我奖
- ★ 年度最佳金靴奖
- ★ 年度最佳泄密奖
- ★ 美丽校园我的家,“特色”老师我最爱
- ★ 故事链接:我们的特色校长

② 校园别恋 156

- ★ “爱”上我的老师
- ★ 青涩的恋情
- ★ 那一场风花雪月的故事
- ★ 看上去很美
- ★ 凶多吉少的师生恋
- ★ 测试诊断:你“爱”上了你的老师吗

③ 校园愚人节 162

- ★ 愚弄“四月的老师”
- ★ 整顿“四月的我们”
- ★ 把握愚弄的底线
- ★ 一年只有一天是愚人节
- ★ 测试诊断:愚人节你是怎么度过的呢





我和我的父母

和父母进行的较量

① 被父母操纵的人偶 169

- ★ 围剿和反围剿
- ★ 我不想做“人偶”
- ★ 多给父母一些信任你的理由
- ★ 多告诉父母一些学校的趣事
- ★ 多听父母一些意见
- ★ 多给父母一些安慰
- ★ “操纵之手”伸向学校
- ★ 测试诊断：你和父母关系紧张吗

② 理解唠叨 175

- ★ 天下没有不唠叨的父母
- ★ 对付唠叨，我们自有一套
- ★ 用唠叨表达一切
- ★ 出于好意的伤害
- ★ 想念父母的唠叨
- ★ 测试诊断：你敏感吗

③ 不要窥探我的秘密 181

- ★ 一颗红心，两手准备
- ★ 想把父母告上法庭
- ★ 侦测和反侦测
- ★ 照顾好父母的好奇心
- ★ 测试诊断：父母信任你吗

可怜天下儿女心

① 我的发泄对象 187

- ★ 一个十足的两面派
- ★ 两面派的心理
- ★ 父母成了受气包
- ★ 门外的父母
- ★ 情绪短路
- ★ 调教我们自己
- ★ 测试诊断：你常对父母发“无名火”吗

② 共同挖就的代沟 191

- ★ 别借查字典的名义上网
- ★ 上网请打口头报告
- ★ 钱要花在刀刃上
- ★ 被打成“幼”派的感觉
- ★ 电话中的两套语系
- ★ 和父母无话
- ★ 青春期VS更年期
- ★ 故事链接：家是什么

③ 请接纳我的同学 196

- ★ 父母眼中的“坏”朋友
- ★ 父母拒绝同学的方式
- ★ 谁把同学打入了“冷宫”
- ★ 常常“插一脚”的父母



寻找 「 人际 密 钥 」



幼儿园的时候，

我们知道钥匙是用来开锁的，
我们拿了一串钥匙开自家的锁。

小学的时候，

我们知道一把钥匙开一把锁，
我们利落地开锁进自家门。

中学了，

我们知道能开任何锁的万能钥匙是没有的，
我们也知道高手进门从不用钥匙。

你愿做这个高手，

打开同学、老师和家长的“心门”吗？



交往中的 奇异法则

① 以“发”取人——首因效应

悄悄观察一下周围的同学,男同学有事没事会经常对着镜子捋自己的头发吗?女同学的书包里会常放着一把小梳子吗?如果有,那就太好了。他(她)已经为自己今后找工作迈出了至关重要的一步。

★ 此话怎讲

有人对108位企业的人事主管进行了调查,发现大多数人事主管会在10分钟内形成关于应聘者的“第一印象”。而且,97.2%的招聘人员承认,应聘者的“第一印象”可能会或肯定会对自己的招聘录用决策产生影响。而头发在“第一印象”的形成中具有重要影响,男性秃发者得到人事主管的印象分数最低。



★ 我们班的“橘子皮”

在我们同学中,暂时还没有出现“地中海”现象,只是最近转来一个男生,脸上长满了“青春美丽疙瘩痘”,一粒一粒在阳光下泛着红光,女生背后都称他“橘子皮”,一见他就躲得远远的。呜……好惨的!

凭第一眼看到的容貌甚至只是头发,就决定了把他“冷冻”起来,是不是对他有点不公平?

尊敬的师长经常教导我们:“考试时字迹千万要端正,要写得漂亮些!”说是因为这样做,会在阅卷老师心中留下一个先入为主的印象分。爸妈在得知班级来了新同学后,也总会顺口问我们:“新来的同学长得怎样啊?你对他的印象如何?”

难道第一印象真就这么重要、这么深入人心吗?

★ “一见钟情”是如何发生的

看到一个新同学或者新老师,首先进入我们感官的是他(她)的外部特征:

高的、矮的? 胖的、瘦的? 年轻的、年老的? 长头发的、短头发的? 眉清目秀的、龅牙咧嘴的? 邋遢的、整洁的? 一身名牌的、简单朴素的……

不要小看了这第一眼的信息,这足以让我们勾勒出他



(她)的基本轮廓,我们在心里开始盘算着以怎样的方式与其交往。

马上进入下一道工序,感受他(她)的言谈举止:

坐立站行的姿势怎么样?眼神怎么样?脸部表情怎么样?声音怎么样……

“又不是选美,犯得着这样吗?我这人挺随和的,哪会这么挑剔啊?”或许我们心里会这么嘀咕。但事实上,当我们和一个陌生人接触时,潜意识里就是这么做的。

★ 首因效应

人们对彼此的第一印象总是鲜明、牢固的,不管正确与否,往往左右着对对方的评价。就像在白纸上涂抹的第一笔色彩,总是十分清晰和深刻的,第一印象所能产生的效果和影响,往往会令我们自己都感到惊讶。心理学上把这种影响称为“首因效应”。我们常说“良好的开端是成功的一半”,第一印象是交往的开端,对于交往是否成功产生着重要的影响。

★ 嘘,一个小秘密

当一个新老师出现在我们面前时,他其实很在乎自己留给我们的第一印象,他一定是刻意挑选了“闪亮登场”的服装,精心组织了对我们说的开场白。他一定会希望在首

