

跨世纪少年成才丛书



走出封闭的自我

四川少年儿童出版社

KUASHUISHAONIANCHENGCAICONGSHU

林再峰 蒋亚辉 著

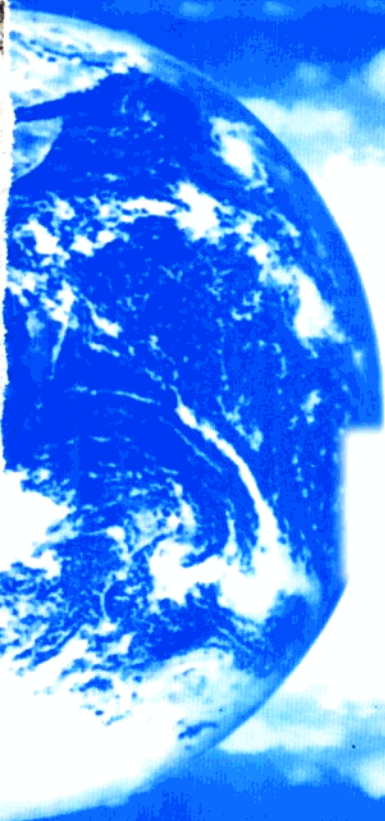


跨世纪少年成才丛书

走出封闭的自我

林再峰 蒋亚辉 著

四川少年儿童出版社



(川)新登字 003 号

责任编辑:颜小鹏

封面设计:华 堤

周筱刚

技术设计:吴向鸣

《跨世纪少年成才》丛书

走出封闭的自我

四川少年儿童出版社出版 (成都盐道街3号)

新华书店经销 四川省卫干院印刷厂印刷

开本 787×1092 毫米 1/32 印张 4.5 插页 4 字数 81 千
1997 年 6 月第一版 1997 年 6 月第一次印刷

印数:1-5,000 册

ISBN7-5365-1615-0/1·412

定价:5.10 元

KUASHIJI SHAONIANCHENGCAI CONGSHU

顾 问
主 编
副 主 编
编 委

孙金龙
戴克维

刘可为

艾 玲

何群英

孙金龙

戴克维

刘可为

艾 玲

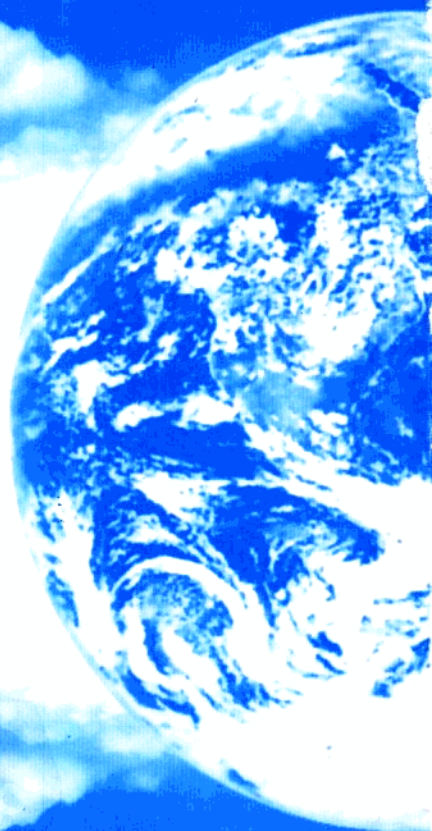
何群英

熊少严

王建平

杜定纪

胡本常



迎接新世纪的挑战(代序)

我们已经看见了 21 世纪的大门。未来世界在召唤着我们。

世界的未来归根结底是人类的未来。最先拥抱新世纪的灿烂阳光的,是今天的少男少女们。

正因为如此,当今世界各国的政治家、经济学家、教育家及有识之士都把目光投向了 21 世纪,都把希望寄托于 21 世纪,都把全民族素质的提高建筑在对青少年的教育和培养的基础之上。在我国,从党和国家领导人到教育行政领导机关,从教育工作者到千千万万的家长,都达成这样的共识:未来世界的竞争最关键的是人才素质的竞争。所谓人才素质包括坚强的意志

力、完整的行为力、敏锐的创造力和一致的团结力。中国要在 21 世纪的激烈竞争中把握主动权,中华民族要腾飞,要跻身于世界强国之林,只有真正地“面向现代化,面向世界,面向未来”,走实践之路,培养出一代全面发展的高素质的合格人才,中国才有希望参与未来的国际竞争。

今天的少男少女跨入 21 世纪之后,正是走向社会,施展才干,报效祖国的黄金时代。我国政府在 90 年代绘制的跨世纪的宏伟蓝图,将在他们手中变成现实。因此,从现在起我们就应该树立跨世纪意识、人才素质意识和竞争意识,才能使当代中学生在未来的竞争和较量中立于不败之地,为使自己成为一个合格的复合型人才打下坚实的基础。

历史的经验告诉我们:上一代人不可能总是为下一代人准备好美好的未来,但完全可以造就并且有能力造就美好未来的新一代。从跨世纪的人才观和未来社会的需要出发,以培养当今中学生健康向上的人格和生存发展技能为目的,为全面完整地提高他们的整体素质,为跨入 21 世纪作准备,我们编写了《跨世纪少年成

才》丛书。

这套以初二至高一学生为读者对象的丛书,包括《面对未来的较量》、《你拥有创造力吗》、《通往 21 世纪的精神绿卡》、《走出封闭的自我》、《向往美丽》和《进入“地球村”的门票》等 6 本。它们告诉读者朋友,跨世纪人才的基本素质是什么,从现在起应该做些什么以及怎样去做,启发读者思考,帮助读者解决一些实际问题。

展现在读者面前的这 6 本小册子虽然是谈跨世纪人才素质的思想品德和技能培养的读物,但它的出发点和落脚点都在于它的实践性,都着眼于对当今少男少女的思想和生活实际的描述与思考,采用对话、座谈、讨论和调查报告等多种形式,与读者谈心,让读者积极参与,完全没有空洞的理论说教。这是它与其它思想品德少年读本区别的特点。

读者朋友们! 21 世纪将是更加文明昌盛、繁荣进步的时代,又是挑战与机遇并存、困难与希望同在的时代。这套小丛书不可能也没有必要为读者开列铸造跨世纪人才素质的教学方案,而只是提供跨入 21 世纪的“绿卡”和“门票”

而已。“千里之行，始于足下。”放眼未来，立足现实，从现在做起，有意识地从各方面锻炼自己，就有可能成为国家和人民需要的合格人才。

好了，通往下世纪的高速列车就要进站了。愿少男少女读者们能顺利地通过“检票口”，穿过新旧世纪交接的“月台”，敏捷地登上满载美好的憧憬和希望的时代列车，去迎接新世纪的挑战吧！

——编者谨识

1997年1月

提 要

21 世纪将是更加开放的世纪,交往与碰撞,竞争与合作都更为频繁,人与赖以生存的社会环境的适应与协调也变得更为重要。对社会变迁的适应能力、对人际交往的调谐能力,对自身适应环境的调整能力,都是 21 世纪人才应具备的素质。

一代人有一代人的使命。今天的中学生,培养良好的人际交往、协调能力,关系到对社会现象环境的认识和理解,关系到对环境变迁的积极适应,关系到如何不断地调整和充实自我。这本书,将就这些问题提供可资参考的思路和途径。

目 录

绪 言

一个学生最关心的问题

——人际交往与中学生的的发展…………… 1

走向成功的重要一环

——人际交往与中学生的素质…………… 5

砸烂自我封闭之锁

——中学生应有的交往态度…………… 9

A 原则篇

寻找“相似点”

——心理相容原则…………… 13

假如你是他

——心理互换原则…………… 17

爱因斯坦的快乐学院

——人际交往的共生原则…………… 21

没有十全十美的伙伴

——人际交往的次协调原则 26

“君子之交”与“哥们儿义气”

——人际交往的道德原则 31

B 修养篇

爱人者，人恒爱之

——学会关心 35

让心灵比天空更博大

——学会宽容 39

理解是被理解的通行证

——学会理解 43

月亮的背面没有光彩

——拥有坦诚的美德 47

对手不一定是敌人

——合作与竞争 51

C 角色篇

寸草当报三春晖

——与父母相处和沟通 55

变“敬而远之”为“敬而近之”

——与老师相处和沟通 60

让我们荡起双桨

——与同学、伙伴相处和沟通 65

接受大合唱的训练	
——可贵的团队精神	69

D 障碍篇

天生我材必有用	
——克服交往中的害羞心理	73
尺有所短,寸有所长	
——克服交往中的自卑心理	76
成由谦逊败由奢	
——克服交往中的自傲心理	79
不要做“现代奥塞罗”	
——克服交往中的猜疑心理	83
心底无私天地宽	
——克服交往中的自私心理	86
何必“宁可我负人”	
——克服交往中的报复心理	89
孙膑缘何受膑刑	
——走出嫉妒的陷阱	93

E 技巧篇

“修理”好你的嘴巴	
——群体交往的语言艺术	97
第一印象之“新奇效应”	
——提高直觉形象的技巧	102
“掌声效应”	

——善用赞扬·····	106
难免有这样的時候	
——化解尷尬·····	110
暗示可以泄露天機	
——善用暗示·····	114
贏得了時間就等於贏得了一切	
——選擇人際交往的最佳時機·····	117
以“曲”求“伸”	
——委婉的溝通形式·····	120
[附錄一]測一測你的社會交往能力·····	124
[附錄二]測一測你是否善於交朋友·····	127

绪 言 一个学生最关心的问题

——人际交往与中学生的的发展

全国第一条面向中小学生的咨询热线——北京中小学生帮助电话,诞生于1989年2月5日。这条热线的工作人员都是北京市各大学的大学生,他们不领一分钱报酬,志愿为中小学生的弟弟妹妹们服务,做大家的知心朋友。

最近,他们对26200人次的咨询记录进行了统计分析,发现了一个有趣的结果:在当前中小学生反映最多的14个问题中,人际交往排在第1位,占总数的24%;而学习问题,这个本应在学生心目中占首位的问题,却反而以占总数的19%而排在第2位。

据他们统计的结果看,在反映的人际关系问题中,交友问题占32%,排在第1位;同学关系问题占27%;家庭关系问题占21%;师生关系问题占14%。

请听听中小学生的烦恼和苦衷吧!

“男女同学间存在着真正的友谊吗?”

“我的好朋友总是怀疑我对他的友谊，怪我付出的没有他多。我怎样才能消除他的怀疑，缩短彼此间的距离呢？”

“我跟班上的一位男同学关系很好，我一直把他当做好朋友。上学期，他犯了一个错误，全班的女生都不理睬他了。也有人劝我不要理他，我不想那样做。为此同学们议论纷纷。他对我无话不说，我心里也不禁有些担心，如果他的想法超过了友谊的范围，我该怎么办呢？”

“我学习很努力，可成绩总是不好。父母常常批评我，我心情烦躁，不能安心学习，总也达不到他们的期望，我该怎么办呢？”

“如果学生顶撞老师，轻则就会被要求写检查，重则就会受到处罚。那么，有的老师经常骂同学，我们又该怎么办呢？”

“我把40岁的外语老师看成自己的朋友，在她烦恼的时候点歌给她听。可老师没有什么表示，好像并没有把我当成朋友，怎么分清老师和朋友的关系呢？”

“成年人总教我们该做什么，不该做什么，难道他们就完全正确吗？”

的确，正如一位作家所说的那样：“交往是神奇的生命世界的存在方式，是联结个体、群体、民族的纽带和桥梁，是人类须臾不能离开的默默伴侣。”对于中学生来说，只要你每天一觉醒来，交往便无时无刻不在你左右。

中学生正是通过交往，明白了自己在社会中的种种角色：

对父母来说,你们是子女;对老师来说,你们是学生;对一起学习的同龄人来说,你们是同学;对居住同一大院的人来说,你们是邻居;对于国家来说,你们是未来的接班人……也正因为中学生明白自己的角色,才懂得在不同的情境下,采取什么样的行为方式,遵循什么样的行为规范。

中学生正是通过交往,明白了做人的道理,接受了丰富的知识,也使自己从幼稚变得成熟。信息科学研究表明,人类获得的信息,只有 20%~30% 是从文字材料中得到的,大量的信息,则来自文字以外的渠道——人际交往。对于中学生来说,虽然最主要的任务是学习文化科学知识,但“独学而无友,则孤陋而寡闻”,人际交往也是中学生不断地充实自己、提高自己最重要的一条途径。

对于今天的中学生来说,当人类的第 21 个纪元到来的时候,你们或许已就读大学,或许已踏入社会,因而你们历史性地承担着跨世纪一代的角色。中华民族要振兴,靠全面提高一代人的素质;当代青少年要发展,亦需要不断地充实自己、丰富自己,才能更好地适应充满挑战的未来社会。

21 世纪的人才需要什么样的素质?最近,几位青年理论工作者就这一问题,走访了社会中的政界、军界、司法界、工商界、社会团体、文化科技界的几百名代表。其中既有高级行政管理人员,也有企业家,还有众多学贯中西、了解外国现状的博士学位导师与科学家。

被走访者认为,21 世纪对人才素质的要求,表现在德智

体这三个要素的和谐统一发展方面有很高的要求。耐人寻味的是,各界被走访者都强调,交往与合作能力是未来社会中一项十分重要的素质。他们认为,未来的社会无论是国与国之间,还是人与人之间,必然是合作关系,伙伴关系,而且日益增强。为此,21世纪的人才,必须具有较强的交往与合作能力,懂得在合作中谋求发展,在合作中求得成功。

中学生正处于人生的花季,是自我意识发展的关键时期。这个时候,既有心理上的觉醒,要求有更大的独立性的一面,又有因为涉世不深、社会经验不足,在各方面有较强依赖性的一面;既有由于处于“心理断乳期”,有较强的逆反心理的一面,又有由于身为学生,受到各方面的纪律和规范约束,要求在行为上更多地服从的一面。这样,在复杂的人际交往中,碰到各种各样的困难,产生形形色色的烦恼就一点都不奇怪了。

但是,中学生朋友们,你们应该知道,正是在处理和协调各种各样的人生矛盾过程中,你们将逐渐地成长,一步步地走向成熟。当有一天,你们能够自如地把握自己的人生角色,潇洒于人际交往这个大舞台时,那么,你们便拥有了良好的交往与合作能力。

而这,恰恰是未来社会所需要的。