

● 中小学生能力培养丛书

中小学生为人处世能力培养 (下)

张永文 李邵昆 编著

丁巳年
11月5日
0202

中国档案出版社

前 言

在人际交往中，怎样才能显得彬彬有礼，举止得体；在为人处世中，怎样才能显得从容大方，聪颖而不幼稚，从而给人留下好的印象，为今后的学习、生活打下坚实的基础，这是现代中小学同学普遍关心的问题。本书正是全面将言谈举止，接物待人，穿戴修饰，外出上街，馈赠等方面的基本知识以及中小学同学与学校、家庭、社会的关系，应该怎么做和不应该怎么做的基本知识，展现在读者面前。此书还可以检验你的处世原则是否符合现代文明的要求。全书共分为三个部分，第一部分主要从道德情操、礼貌修养的角度去说明中小學生为什么要学会为人处世；第二个部分写中小學生在学校里怎样去处理与老师、同学的关系；第三部分讲述中小學生应怎样处理社会上的一些关系以及在一些活动中所要注意的事项。

本书在编写过程中参阅了许多资料，内容丰富，浅显易懂，是一本适合中小學生的为人处世指南。

目 录

第一章 学会为人处世,争做文明人	(1)
1. 什么是为人处世?	(1)
2. 中小學生也要为人处世吗?	(2)
3. 社会交往能力是怎样形成的?	(3)
4. 培养为人处世的能力要从小事做起吗? ...	(4)
5. 为人处世就是要能说会道吗?	(5)
6. 你合群吗?	(6)
7. 这样是吃亏吗?	(7)
8. 诚实是傻吗?	(7)
9. 你能够守信吗?	(8)
10. 什么是宽容大度?	(9)
11. 过分宽容好吗?	(10)
12. 什么是文明礼貌? 它与为人处世有何 关系?	(11)
13. 为人处世的成熟表现有哪些?	(12)
14. 人格与为人处世有什么关系?	(13)
15. 中小學生人格塑造的重要性是什么? ...	(14)
16. 心理健康与为人处世有什么关系?	(14)
17. 为人处世有哪些戒律?	(16)

18. 什么是人生最初的人际关系? (18)
19. 什么是为人处世的前提? (19)
20. 家庭与为人处世有什么关系? (20)
21. 到伙伴中去重要吗? (21)
22. 中小學生有哪些类型? (22)
23. 交往等于交友吗? (23)
24. 气质与为人处世有什么关系? (24)
25. 情绪、情感与为人处世有什么关系? (25)
26. 如何摆正“我”的位置? (27)
27. 中小學生应建立什么样的人际关系? ... (28)
28. 在为人处世中要维护人格尊严吗? (29)
29. 中學生应警惕哪些精神污染? (30)
30. 你知道“新道德三字经”吗? (32)
31. 什么是青春期? 它与为人处世
有什么关系? (34)
32. 青春期要讲哪些道德规范? (36)
33. 对异性的好感是爱情吗? (37)
- 第二章 学会校园为人, 争做好学生**..... (39)
34. 怎样向同学借东西? (39)
35. 同学借自己的东西不还怎么办? (40)
36. 该不该给同学取绰号? (40)
37. 该不该背后给老师取绰号? (41)
38. 该怎样对待老师的错误? (42)

39. 到同学家去玩怎么做？	(43)
40. 参观庄严的地方该怎么办？	(43)
41. 你是“老虎屁股摸不得”吗？	(44)
42. 怎样赠送同学礼物？	(45)
43. 怎样接收同学礼物？	(46)
44. 嫉妒成绩好的同学怎么办？	(47)
45. 与老师关系不好怎么办？	(47)
46. 老师病了怎么办？	(48)
47. 你喜欢“咬耳朵”吗？	(49)
48. 老师要来家访怎么办？	(50)
49. 与同学发生矛盾怎么办？	(51)
50. 怎样在与同学交往中保持自己的人格？	(51)
51. 应该怎样对待同学的非议？	(52)
52. 怎样与孤僻性格的同学交往？	(53)
53. 怎样与气量小的同学交往？	(54)
54. 怎样正确地对待分数和名次？	(55)
55. 如何避免高分低能？	(56)
56. 怎样对待劳动？	(57)
57. 同桌上课搞小动作怎么办？	(58)
58. 值日该不该干？	(59)
59. 看到有人欺负弱小同学怎么办？	(60)
60. 怎样参与集体活动？	(60)
61. 怎样对待同学的缺点？	(61)

- 62. 该不该讲“哥们儿义气”? (62)
- 63. 假如你是一个新转学的学生怎么办? ... (63)
- 64. 碰到以前的老师怎么办? (64)
- 65. 同学们都讨厌我怎么办? (65)
- 66. 怎样与不同年级的同学相处? (65)
- 67. 对有生理缺陷的同学该嘲笑吗? (66)
- 68. 怎样参观名胜古迹、文化遗址? (67)
- 69. 怎样参加同学的生日聚会? (68)
- 70. 该不该艰苦朴素? (69)
- 71. 该不该向老师打“小报告”? (73)
- 72. 怎样塑造良好的气质? (74)
- 73. 怎样培养自我控制能力? (75)
- 74. 当你喜欢上某一个异性时怎么办? (76)
- 75. 怎样处理异性同学的来信? (77)
- 76. 怎样进行男女同学之间的交往? (77)

第三章 学会社会处世,争做好孩子..... (79)

- 77. 中小學生应怎样待人接物? (79)
- 78. 中小學生如何交好朋友? (80)
- 79. 中小學生如何保持、发展友谊? (81)
- 80. 发现有人在背后说你的坏话时怎么办? ... (82)
- 81. 怎样中止不适当的交往? (83)
- 82. 怎样结交明星? (84)
- 83. 怎样与明星打交道? (85)

84. 怎样与肢体残疾人交往? (87)
85. 怎样与聋哑人交往? (88)
86. 中小學生如何摆脱受欺负的窘境? (89)
87. 中小學生怎样尊重别人? (90)
88. 什么是“宰相肚里能撑船”? (91)
89. 中小學生在街上应注意什么? (92)
90. 中小學生在图书馆应注意什么? (92)
91. 中小學生如何接待客人? (93)
92. 中小學生如何打电话? (94)
93. 中小學生如何注意自己的语言形象? ... (95)
94. 如何获得很好的人缘? (96)
95. 怎样克服社交时的胆怯心理? (97)
96. 怎样迈出“孤僻”的死胡同? (99)
97. 怎样和陌生人交谈? (100)
98. 中小學生如何谈心? (101)
99. 怎样和熟人交谈? (102)
100. 为什么说话要留有余地? (103)
101. 中小學生怎样插话? (104)
102. 怎样才是一个合格的听众? (105)
103. 在交际场合什么话不要说? (105)
104. 怎样才会有整洁的外表? (107)
105. 怎样行握手礼? (108)
106. 怎样行鞠躬礼? (109)

107. 怎样问路？	(109)
108. 看到别人吵架怎么办？	(110)
109. 如何在交谈中找话题？	(111)
110. 怎样与病人交谈？	(112)
111. 在社交场合如何保持良好的 走路姿势？	(113)
112. 在社交场合如何保持良好的站姿？ ...	(114)
113. 在社交场合如何保持良好的坐姿？ ...	(115)
114. 如何保持头部的良好姿势？	(116)
115. 西餐就餐应怎样入席？	(117)
116. 吃西餐时刀叉具如何使用？	(118)
117. 怎样吃西餐中的各种菜？	(119)
118. 如何处理进餐时的意外情况？	(120)
119. 亲戚之间如何称谓？	(121)
120. 朋友、熟人之间如何称呼才好？	(122)
121. 在公共场合怎样称呼？	(122)
122. 怎样问候？	(124)
123. 见面时忘了对方姓名怎么办？	(125)
124. 怎样作自我介绍？	(126)
125. 怎样吃自助餐？	(127)
126. 遇上外国人应注意什么？	(128)
127. 对“老外”应怎样称呼？	(129)
128. 怎样馈赠礼品？	(130)

129. 如何到亲朋好友家投宿? (131)
130. 应怎样递物接物? (132)
131. 看演出时应注意哪些礼节? (133)
132. 拜年时应注意什么? (134)
133. 如何应付别人的赞美? (135)
134. 怎样开玩笑才算适度? (136)
135. 怎样跟自己讨厌的人相处? (137)
136. 受到误解时怎么办? (138)
137. 如何对付爱说别人闲话的人? (139)
138. 什么是真正的亲密朋友? (140)
139. 为什么说“最好的方法是不要承诺”? ... (142)
140. 为什么要言行一致? (143)
141. 为什么要尽量做一些服务性工作? ... (144)
142. 什么是自我宣传的第一步? (145)
143. 称赞的作用有多大? (146)
144. 如何适时运用幽默? (147)
145. 什么情况下应压低嗓门? (148)
146. 如何控制自己的怒气? (149)

第一章 学会为人处世，争做文明人

1. 什么是为人处世？

我们每一个人从呱呱坠地的那一日起，就成为了人类社会中正式的一员，从此开始了与社会其他成员的交往。从婴儿成长到幼儿，从少年成长到青年……随着年龄的逐步增长，我们接触到的范围也在不断扩大，家庭、学校、社会……同时，交往的对象不断增加，父母、同学、师长……。可以说，与他人的交往将伴随着每一个人的整整一生。这种交往，就是为人处世。

大千世界，无所不有，社会生活更是千姿百态、纷繁复杂。你是生活在一个幸福和谐的家庭里呢，还是生活在一个矛盾破碎的家庭？你跟同学们是友好亲密呢，还是隔膜孤僻？你在面对困难时是微笑呢，还是惊慌失措？当你收到异性同学的来信该怎么办？你与老师的关系是否融洽？……这些问题都向我们迎面扑来。如果我们没有良好的为人处世的方式，我们将要么性格封闭、要么脾气暴躁、要么学习无精打彩、要么孤独无助，甚至在感情和身心健康上受到难以愈合的打击，对今后的成长带来巨大的影响。反之，如果

我们具备了良好的为人处世的方式，以正确、健康的心理、行为来对待一切，即使在黑夜里我们也可以看到光明，使自己能够开朗愉快，家庭和睦，同学、朋友相互关爱，师长喜爱……使我们身心健康发展，建立良好的人际关系，培养我们自尊、自强、自爱、自立的精神风貌。

2. 中小學生也要为人处世吗？

“为人处世，那是大人们的事，我还小呢！”如果你是一个中小學生或许会这样说。中小學生难道也需要为人处世吗？

回答是肯定的。我们可以先来看这样一次实验。美国威斯康星州立大学的哈洛博士和夫人对远离人类的恒河猴进行了观察研究。他们把刚出生的小猴完全隔离，不让它们与其他猴子有任何交往。结果发现，新生猴被隔离的时间长达两年，它们就失去了正常的生活能力，而且再也无法恢复。它们不能象正常猴那样嬉戏玩耍；被攻击时，不是缩成一团，就是逃跑，不会自卫。根据这个实验，哈洛夫妇认为，如果儿童一直在孤独中生活，没有和别人交往，那么在智力和感情上将受到无法挽回的损失，缺乏正常、健康的人的生活能力。我们经常听说的“熊孩”、“狼孩”等，就是很好的证明。

中小学阶段正是身心发展最迅速的阶段，如果我们只局限在很小的圈子内，不与人交往，或是不会与人交往，将对我们的智力成长、心理健康发展、性格、气质、道德品质等带来巨大的消极作用和危害。那些认为中小學生不需要为人处世的同學应当转变观念，积极培养与他人交往、待人接物的能力，使自己赢得友谊、同情和谅解，解除生活、学习中的许多烦恼，让生活充满阳光与微笑。

3. 社会交往能力是怎样形成的？

有的人可能认为，社会交往能力是天生的。你看，有的人生来性格开朗，善于交际；有的人生来就内向孤僻，不合群，这难道不就是与生俱来的吗？

不可否认，先天素质是我们能力形成和发展的一个客观前提条件，它提供了能力形成和发展的良好机会，比如，你不能要求失明的人发展绘画能力，生来聋哑的人成为歌唱家，那些先天有智力缺陷的人也很难发展社会交往的能力。另外，每个人的先天素质的差异对人有一定影响，有的人比较开朗、活泼，有的人比较内向、文静。但是培养社会交往能力，最主要的还是需要我们后天的努力。能力的形成和发展的方向、速度以及可以达到的水平，主要是由后天的环境、教育和个人的努力所决定的。本来腼腆内向的孩子，经

过陶冶和锻炼，会变得热情活泼，言谈大方，举止得体，受到身边父母、老师、同学、朋友的喜爱。所以，不要认为社会交往能力完全是天生的。

4. 培养为人处世的能力要从小事做起吗？

中小學生要培养良好的为人处世的能力要从生活中一点一滴的小事做起，特别是儿童时期。

科学证明，从婴儿出生到十一二岁的时期是人一生中身心发育最快，接受能力最强的时期，这一时期对一生将产生重要的影响。17世纪英国著名哲学家、教育家约翰·洛克说过：“我们幼小时得到的印象，哪怕是极微小，小到几乎不会觉察或习以为常的，都会有极重大极长久的影响；正如江河的源头一样，水性很柔，一点点人力便可以把它导入歧途，使河流改变方向。”我国著名教育家陶行知先生也指出：幼年的教育是最重要的教育。由于人生最重要的习惯、倾向、态度，多半是在6岁前形成的，所以要从小做起，从小事做起。

为人处世不是一朝一夕的事情，我们不能忽视小事，一个微笑、一个动作、一个习惯都是我们必须注意的。俗话说，积少成多，积小成大。小事多了会变成大事，放松小事，将会产生难以弥补的损失。“合抱之木，生于毫末；九层之台，起于垒土”，让我们从一

点一滴、毫不起眼的小事做起吧！

5. 为人处世就是要能说会道吗？

在有些人的想象中，为人处世就是要能说会道，和别人打交道时口齿伶俐，滔滔不绝。其实，这是一种过于简单的看法。为人处世能力是一种综合性的能力，它不但包括语言表达的能力和技巧，更重要的是要有良好的习惯、作风和人际关系，说具体一点就是会关心人、爱护人、体贴人，把自己塑造成一个身心健康，情感丰富，懂得待人接物，有良好人际关系，对生活热情，有自己的立场、态度和是非观，以及思想品德优良、人生观积极乐观、朝气蓬勃的人。

如果仅仅是口若悬河，滔滔不绝，而从未关心他人，爱护、体贴他人，只是胡侃、瞎聊，就不会赢得大家的信任，反而使人感到厌烦，华而不实或是轻浮，会丧失与他人建立良好人际关系的机会。

经常漫无目的地长篇大论或一个人垄断全部谈话也会使自己变得修养浅薄，气质低下，失去友谊，并容易养成虚浮、专横的坏习惯。因此，我们对为人处世能力的培养首先应该是道德品质的培养，要有一颗爱人之心。

6. 你合群吗？

为什么有的同学很合群，和很多朋友玩在一起，而有的同学却并不如此，只有一两个朋友，甚至只是孤单一人呢？

我们都是生活在同一个社会当中，必然会与其他人发生这样那样的关系，如家庭关系、师生关系、同学关系……，如果我们性格开朋、活泼，就比较容易与别人交上朋友，但如果我们内向孤僻，独来独往，就可能合不了群。产生这种情况的主要原因是由于我们的自信和自尊的差别。自尊心太强或太弱都会使我们不愿与别的孩子交往，而缺少自信的孩子也会在交友上畏缩不前。

自尊心太强的同学不能忍受朋友的一些玩笑、动作、语言，常会为一些鸡毛蒜皮的小事而气愤；而自尊心太弱的同学又常会受到别人的欺负，不敢声张，所以喜欢一个人呆在一边。还有些同学自卑心理比较严重，认为自己处处不如人，怕羞，怕别人嘲笑，怕生，使自己在交友上犹豫、畏惧。即使自己心里很希望和其他小朋友一起玩，在行动、语言上也会加以拒绝。

青少年都有一颗美丽的心灵，应该勇于和别人打交道，交朋友，锻炼自己，增强自信心，调节自尊，把自己融入到团结友爱的集体中去，给朋友和自己带来

快乐。

7. 这样是吃亏吗？

小飞是班里的普通一员，他每天总是早早来到教室，擦净黑板、摆好桌椅……同学有病，他关心呵护；谁有困难，他总是尽力帮助；劳动时，他也总是干最苦最累的……小飞为了什么呢？他是不是太傻，太吃亏了？

并不是这样。我们生活在集体中，就需要这种利他精神。利他精神就是给别人以方便，助人为乐，关心他人，同情他人。利他精神要求我们必须在平等的原则上交友，不能总是希望自己占便宜，不吃亏。过分的自爱和精明，只能使别人对自己敬而远之，失去朋友和珍贵的友谊，相反，如果我们处处能首先为了他人，为了集体着想，那么我们会获得友谊，就会生活在一个平等互助，充满爱心，充满温暖的集体中。

培养利他精神，首先要从小事做起，从自己的家庭做起，爱父母，关心父母健康，关心家庭生活中的困难，这样才能进一步扩展到关心他人，关心集体，与别人共享快乐和友谊。

8. 诚实是傻吗？

大家都知道列宁小时候打碎花瓶的故事吧？诚实，

是做人的基本要求，待人诚实，也是为人处世的根本准则。诚实并不傻，而是为人处世的一种美德，也是我们中华民族的一项传统美德，它就是要我们说老实话，不撒谎，实事求是，不拿别人的东西，拾金不昧，做一个正直善良的老实人。

对诚实品格的培养首先是要说真话，不扯谎。幼小的孩子是诚实的，但稍大之后为什么会染上说谎话的毛病呢？孩子撒谎一般是由于惧怕心理和一种本能的自我保护，比如，列宁把花瓶打碎后，就是因为害怕被大人呵斥，所以撒了谎。但如果撒谎成了经常性的习惯，就会很难改掉，使我们不能做一个诚实的人，受到别人的不信任和疏远，更严重的是，会在今后的学习、生活中不实事求是，弄虚作假，人品低劣，成为一个口是心非，是非颠倒的人。所以，我们要避免不诚实的言行，严格要求自己，更不要在尝到撒谎的甜头后，一而再、再而三地撒谎，不能自拔，最终让自己吞下悔恨的苦果。

诚实，是人身上的一个闪光点，它是我们为人处世的一个支点，失去了它，我们就失去了最宝贵的东西。

9. 你能够守信吗？

你知道我国古代有这样一个故事吗？有一个书生，