

发生尴尬时，幽默是最好的解围方法。

开心果能让自己快乐，也能让别人快乐。



小学生心理学漫画

6 幽默力:

幽默，让我更受欢迎也更快乐

小禾心理研究所 著

同学好像不想听我讲话，怎么办？

吸引力是第一步，夸张的肢体动作就很吸引人。

身边好多会搞笑的同学，但自己却不会搞气氛，可能我就是闷闷的性格吧。

多跟幽默的小伙伴在一起，自己也会变幽默的。

邀请同学时被拒绝了，这种时候该怎么表现？

一句幽默的话，表明了我们的态度和对同学的理解。

场面好尴尬，都不知道该说什么。

学会自嘲，是消除尴尬的良方。

幽默好难，感觉自己学不来。

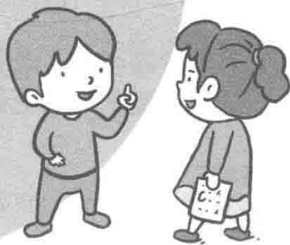
仔细观察下，幽默的爸妈就是最方便的学习对象。





小学生 心理学 漫画

6



幽默力：幽默，让我更受欢迎也更快乐

小禾心理研究所 著



江苏凤凰文艺出版社
JIANGSU PHOENIX LITERATURE AND
ART PUBLISHING, LTD.

图书在版编目 (CIP) 数据

小学生心理学漫画. 6, 幽默力: 幽默, 让我更受欢迎也更快乐 / 小禾心理研究所著. — 南京: 江苏凤凰文艺出版社, 2019.12

ISBN 978-7-5594-2375-7

I. ①小… II. ①小… III. ①幽默 (美学) — 少儿读物
IV. ①B84-49②B83-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 192785 号

小学生心理学漫画 6, 幽默力:
幽默, 让我更受欢迎也更快乐

小禾心理研究所 著

责任编辑 丁小卉

特约编辑 严晓娥 郑直

封面设计 赵雅

插画 宋珂

责任印制 刘巍

出版发行 江苏凤凰文艺出版社

南京市中央路 165 号, 邮编: 210009

网 址 <http://www.jswenyi.com>

印 刷 天津联城印刷有限公司

开 本 710×1000 毫米 1/16

印 张 10.5

字 数 78 千字

版 次 2019 年 12 月第 1 版 2019 年 12 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5594-2375-7

定 价 32.80 元

江苏凤凰文艺版图书凡印刷、装订错误可随时向承印厂调换



小读客

小读客原创童书

孩子有幽默感吗？

是的。有家长可能会习惯认为，幽默感只存在于大人之间，孩子还太小，并不需要什么幽默感。事实上，这是一种偏见。在孩子特定的成长期中，因为思维及行动的限制，他们解决问题的能力普遍偏弱。这时候，孩子便急需幽默感来应对、排解各种问题及情绪，比如交朋友、表达自我，以及化解尴尬的事。

虽然孩子缺乏幽默感并不是一件严重的事，但幽默感可以让孩子的生活更快乐。如果细心留意，我们可能会发现，拥有幽默感的孩子，交际能力更强，独立生活能力也更强。他们还更加自信，常常可以轻松地应对和化解困难与挫折。换句话说，幽默感对孩子非常有益，有助于他们形成积极乐观的心理，并大大提升他们快乐生活的能力。

那么，怎样才能提升孩子的幽默感呢？当然了，家长以身作则和言传身教非常重要，因为处于小学生时期的孩子，效仿能力极强。但如果孩子天生的幽默细胞没有被调动起来，那么，这种幽默意识仍然会比较淡薄，幽默感提升的效果可能也不太理想。

从心理学的角度来看，每个人都有“笑”和“逗人笑”的能力，孩子也一样。因此，我们可以通过一些场景练习和实践训练，让孩子的这种能力得到展现和加强，使之成为一种日常行为习惯。让孩子自发地提升幽默感，孩子的幽默感可能也会更加自然和深刻。

这些提升孩子幽默感的方法和练习，贯穿于孩子的家庭生活和学校生活，孩子只要不断地模拟和训练，都可以轻易吸收和掌握。

幽默，让生活变得更快乐，也让孩子变得更快乐。

本书介绍及使用说明书

幽默感是情商的重要组成部分，幽默还能协助孩子更好地应对生活和学习中的压力与困难。本书以孩子的交际和表达作为主线，让孩子可以在家庭、学校生活中轻松地练习和应用，也让训练变得更加日常。

本书的内容主要是，如何让孩子提升幽默感，以及如何运用幽默感应对生活中的各种问题。全书分为认识幽默、幽默的日常应用、幽默的接话技巧、提高幽默能力、错误的幽默、当幽默不被理解时，共6大章，包含38个场景技巧练习。每个孩子感知幽默的能力不一样，擅长的幽默方式可能也不同，但都可以在其中找到适合自己的练习篇章。

从认识到实践，再到深刻地感知、矫正，提升幽默感其实是一个系统逻辑的过程。因此，建议家长把本书作为提升孩子幽默感的系统训练手册，从简单认知、意识觉悟、行为实践等方面让孩子的幽默感逐步提升。

一

主要是让孩子对“什么是幽默”有一个清晰的认识。让孩子知道幽默的好处，知道搞笑与嘲笑不同，并相信自己也可以逗人笑。

二

针对一些可能会用到幽默的日常场景，对孩子进行相应的训练，学会用幽默解决问题。比如想跟不认识的小朋友说话，希望和朋友交谈时气氛更活跃。遇到这些问题时，可以运用自己的聪明才智，也可以选择幽默的应对方式。

三

着重孩子的语言训练。因为提升幽默感，最主要还是要提升语言能力。在日常交际中，用幽默的语言去交流和回应，往往能化解尴尬、避免伤害。如果孩子的接话能力提高了，幽默感也会大幅提升。

四

总结提升孩子幽默感的一些办法。比如学会自嘲，拥有宽容的心态，多看幽默轻松的故事，以及从大人身上感受幽默感，等等。当孩子掌握这些方法后，表现幽默及感受幽默的能力会加强，幽默感自然也会提升。

五

让孩子知道幽默并不是无所不能的，幽默的使用要因人而异，也要控制一个“度”。比如不要让幽默变成讽刺，不要为了幽默而幽默，一种幽默并不适合所有人。

六

总结的是如果对方感知不到我们的幽默，我们应该怎么办？因为每个人感知幽默的能力不同，所以幽默不被理解的事经常会发生。比如明明很有趣的话题但大家都没笑，实际上也从反面考验了孩子实践幽默的能力。

目录

第一章 认识幽默

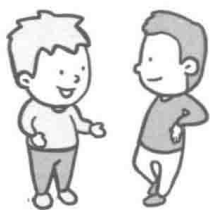
- | | |
|--------------|-----|
| 1. 幽默和搞笑 | 007 |
| 2. 幽默的好处 | 010 |
| 3. 搞笑和嘲笑完全不同 | 013 |
| 4. 幽默是一种能力 | 016 |



第二章 幽默的日常应用

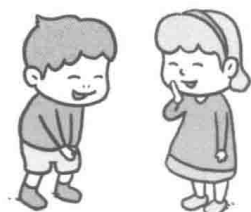
- | | |
|----------------------|-----|
| 5. 单纯想逗朋友笑 | 025 |
| 6. 想让朋友听自己说话 | 028 |
| 7. 想跟不认识的朋友说话 | 031 |
| 8. 和朋友交谈时，希望气氛更活跃 | 034 |
| 9. 用奇怪的表情和动作逗小伙伴 | 037 |
| 10. 想用自己觉得有趣的话题让大家开心 | 040 |
| 11. 想鼓励情绪不佳的朋友 | 043 |
| 12. 演讲完后没人提问 | 046 |

13. 幽默地认错 049
14. 用幽默化解尴尬 052



第三章 幽默的接话技巧

15. 被问成绩的时候 064
16. 突然被点名发言的时候 067
17. 被生气责怪时 070
18. 被催促的时候 073
19. 被爸爸妈妈唠叨的时候 076
20. 被拒绝的时候 079



第四章 提高幽默能力

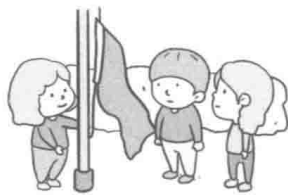
21. 经常跟幽默的人在一起 090
22. 看情形再说话 093
23. 学会自嘲 096
24. 拥有宽容的心态 099
25. 提高语言表达能力 102

26. 多听、多看幽默轻松的故事	105
27. 讲讲生活中有趣的事	108
28. 学会角色模仿	111
29. 从大人身上感受幽默感	114
30. 学会临场应变	117



第五章 错误的幽默

31. 同学很难过的时候	128
32. 不要让幽默变成讽刺	131
33. 不要为了幽默而幽默	134
34. 同一个幽默不适合所有人	137



第六章 当幽默不被理解时

35. 想让他开心却伤害了他	148
36. 开玩笑却被朋友当真了	151
37. 明明很有趣的话题，但大家都没笑	154
38. 因为玩笑被同学误会	157

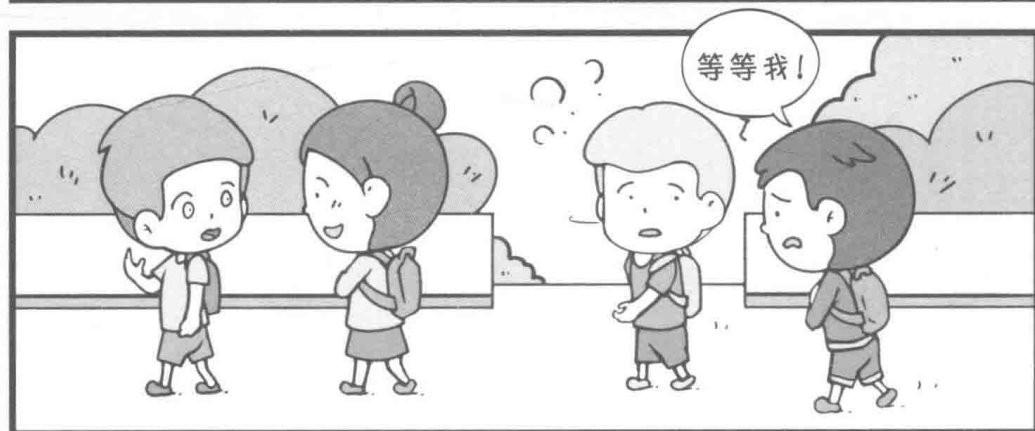
01

认识幽默



- 幽默和搞笑
- 幽默的好处
- 搞笑和嘲笑完全不同
- 幽默是一种能力

I 我想成为“开心果”



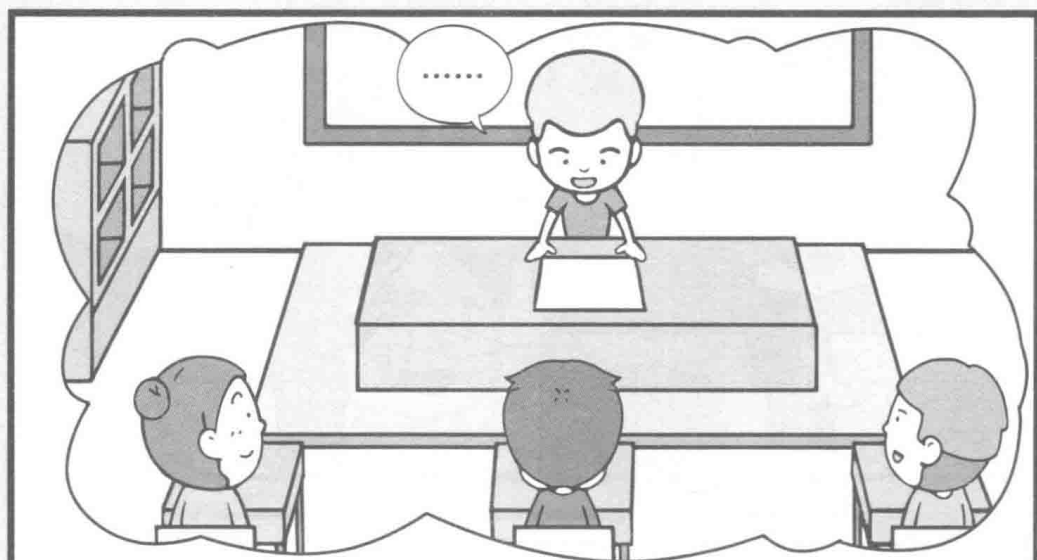
因为我会逗乐呀！
所以，大家都觉得
我很幽默。

乐乐，为什
么大家那么
喜欢你？

乐乐告诉了我很多关于
“幽默”的事。

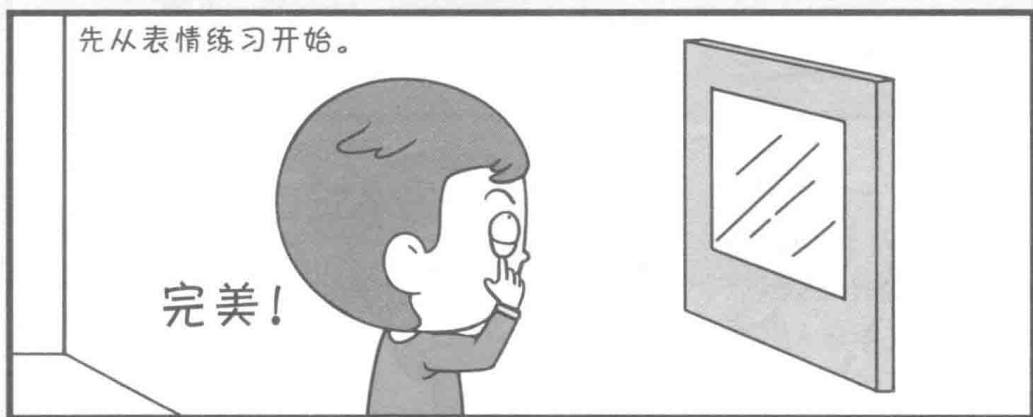
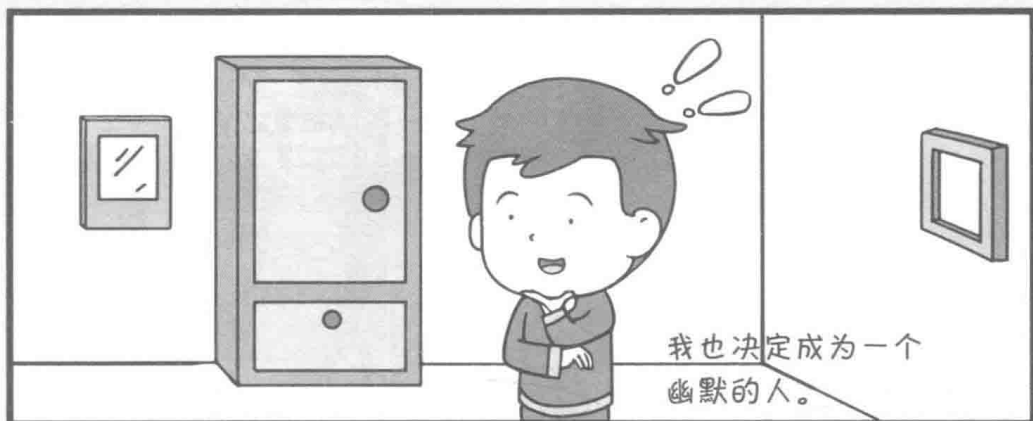


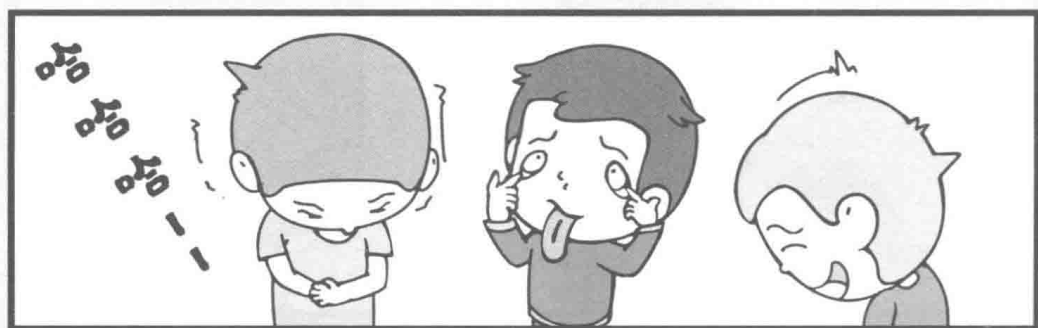
幽默能安慰朋友的失落心情。



幽默能让我们成为受欢迎的“红人”。







关于幽默，你可能还需要更多的了解和认识，让我们一起往下看。



我们可能不了解幽默是什么，但可能听别人说过“你很搞笑”，这里的“搞笑”就是幽默，即“惹人笑”“逗人笑”的意思。有时候，同学们也可能会说“你真是个开心果”，“开心果”表达了同样的意思，就是“你很幽默”。我们可能还会发现，那些像“开心果”的同学很受大家欢迎，因为他们可以很容易让人感到快乐。事实上，每个人都可以成为幽默的人，让自己快乐，同时给予身边人快乐。

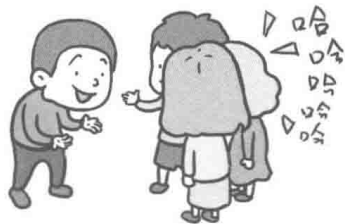
mentality

幽 默 起 作 用 的 时 候

哈哈，你很搞笑！

跟你在一起我很开心，因为你很有幽默细胞。

你真是个开心果！



幽默不起作用的时候

一点儿都不好笑好嘛。

你笑点好低呀。

别开玩笑，我们聊点儿正经的吧。

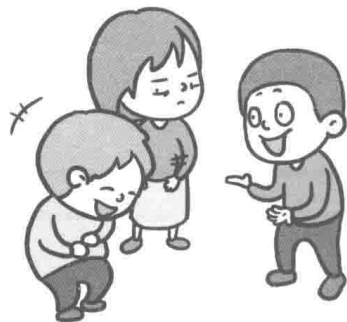
有你这样笑话别人的吗？



认识体会

1. 笑点有高低

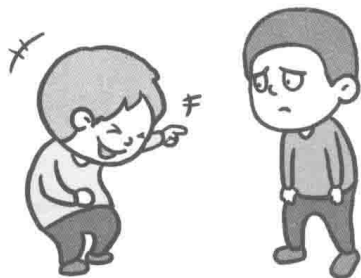
笑点低的人更容易笑！



小结：我们可能会奇怪，为什么有时候自己很有幽默感，却没有逗笑小伙伴？因为小伙伴们笑点都不一样。有的小伙伴笑点低，一个很普通的笑话就可以逗笑他；有的小伙伴笑点高，普通的笑话逗不笑他。

2. 有人笑，有人不笑

每个人感知幽默的方式不同。



小结：一件对我们来说很搞笑的事，可能对其他人就不搞笑了。所以有时会出现这种情况：小伙伴给我们讲笑话，讲完他自己笑个不停，我们却不知道哪里好笑。这除了跟笑点高低有关，还跟每个人感知幽默的方式有关。