

第五课

交友的智慧

与朋友同行的路，有时并不平坦。不管是结交朋友还是维护友谊，都会遇到各种困惑。

播下友谊的种子，一定会开花结果吗？

友谊是需要精心呵护，还是任其自然生长？

怎么分辨网上交友中的真真假假、是是非非？

.....

在探索这些问题时，我们会渐渐懂得，交友既需要热忱、激情，也需要方法、智慧。

| 让友谊之树常青 |



运用你的经验

你们是如何成为朋友的？

- ◇ 我们住得近，天天一起回家。
- ◇ 在球场上认识的。
- ◇ 吵了一架之后。
- ◇ 那次聊天，发现我们的经历很相似。
- ◇

► 你的回答是_____

建立友谊

建立友谊，需要开放自己。建立友谊的过程中，会有惊喜，会有意外，还会有点儿冒险。无论怎样，敞开心扉，主动表达，朋友才不会彼此错过。



探究与分享

- 交朋友，任何时候都需要主动吗？
- 交朋友，怎样做才算是主动？
- 我采取主动，但是对方不理我，这是不是很尴尬？
- 小强一直内向又安静，他能不能交到朋友？

建立友谊，需要持续的行动。在行动前要有恰当的期待，即使对方拒绝，也并不意味着自己不好。如果一次尝试不成功，别气馁，只要真诚待人，我们就有机会找到朋友。



方法与技能

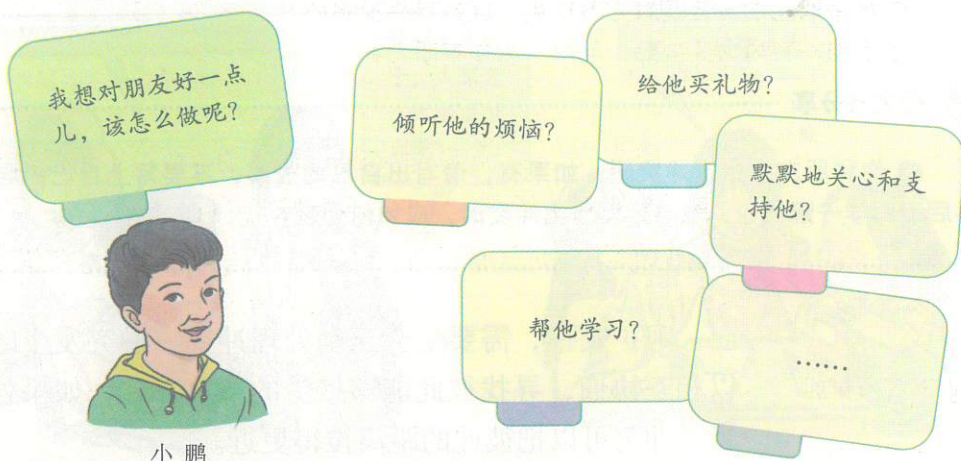
有助于建立友谊的方法

- 1 面带微笑。
微笑，能缩短人与人之间的距离；微笑，是一种自我介绍，它展示了你的热情、快乐和亲和力。
- 2 记住对方的名字。
人们都把自己的名字看得很重要。准确地说出对方的名字，会令对方觉得被你关注和尊重。
- 3 真诚夸赞。
想与一个人成为朋友，他身上自然有吸引你的地方。真诚的称赞是对他的肯定和接纳，他自然也会愿意接纳你，因为人际交往中的喜欢与疏远是相互的。
- 4 寻找共同之处。
找到了共同的地方，自然就有更多的共同语言。找到共同点并不难，如都热爱某支球队，去过同一个地方，等等。
- 5 做一个耐心的倾听者。
鼓励对方多谈自己，可以更多地了解对方，也可以让对方感觉到他很重要。
- 6 保持好奇心。
他是什么样的人？有着怎样的生活？与自己相似还是有很大的不同？带着好奇走近对方，你便有机会了解对方。

呵护友谊



探究与分享



小鹏

- ▶ 你认为哪种方式能够使小鹏和朋友的友谊更长久？
- ▶ 如果你要对朋友好一点儿，你会怎么做？说说你的理由。

“交友投分，切磨箴规。”友谊，像一株慢慢生长的植物，需要精心养护，经受风雨的洗礼、时间的磨砺。

呵护友谊，需要用心去关怀对方。体会朋友的需要，在朋友需要的时候站到他的身旁，以行动向朋友表达关心和支持。



探究与分享

昨天，我就发现刘刚不对劲，眉头紧锁，下课发呆，凭我对他的了解，肯定是出什么事了。放学时我向他打听，他支吾了半天不肯说。我决定今天一定要问个明白，看怎么做能帮助他。没想到，我刚问了几句，他就不耐烦地说：“你不要再问了，我不想说。”



- ▶ “我”该怎么做呢？
- ▶ 朋友之间需要保持距离吗？

呵护友谊，需要学会尊重对方。每个人都是独立的个体，要给朋友一些空间，把握好彼此的界限和分寸。朋友之间需要坦诚相待，但这并不意味着毫无保留；给予朋友积极合理的建议，但不要替朋友做决定。



探究与分享

► 你和朋友发生过冲突吗？如果有，请写出自己的故事，不要写上自己的名字。
然后请同学一起讨论：在与朋友发生冲突时，应如何处理？

呵护友谊，需要学会正确处理冲突。冲突发生时，可以相互协商，寻找彼此能够接受的解决方式。如果处理得当，冲突可以把彼此的距离拉得更近。



方法与技能

处理冲突的基本策略

1

保持冷静。

在做决定前先想办法稳定自己的情绪。必要时，可以采取冷处理的方式。

2

坦诚交流。

否认问题的存在，只会导致误解和怨恨。与朋友坦诚讨论，给朋友也给自己一个解释的机会。

3

及时处理。

时间拖得越久，会使问题的解决越困难。

4

勇担责任。

不把过错全部推给对方。如果自己错了，真诚地说一声“对不起”；如果对方错了，向自己道歉，也要能够谅解对方。

5

换位思考。

不要只忙于表达自己的想法，试着从对方的角度看问题。



探究与分享



- ▶ 左图中小清的说法，你能接受吗？
- ▶ 右图中小玲的做法，你能接受吗？如果不能接受，你会怎么办？

呵护友谊，需要学会正确对待交友中受到的伤害。当朋友做出伤害友谊的举动时，我们可以选择宽容对方，也可以选择结束这段友谊。两者都需要勇气，也需要智慧。

我们不可能和所有的人都成为朋友，但是我们要学会同多数人和睦相处，对所有人以诚相待。



拓展空间

- ▶ 有人说：“对众人一视同仁，对少数人推心置腹，对任何人不要亏负。”请和同学们一起探讨对此观点的看法。