

# 不合理的事情我不做



## 学习目标

- 1.知道面对他人的不合理请求时，要拒绝；
- 2.掌握正确拒绝他人的方法。



同学们：

在与同学、朋友的交往中，你会有求必应，还是经过思考再做答复？面对不合理的要求，你会果断地说“不”吗？



# 一、不合理要求危害大





情景模拟

## 小东的星期天

邀请3位同学上台再现漫画中的场景，适当加入小东的内心独白。



## 议一议

同学们：

小东在星期天遇到了什么烦恼？

如果经常遇到这样的烦恼，小东的生活将会怎么样呢？

你遇到过跟小东一样的烦恼吗？  
你是怎么处理的呢？



## 知识屋

在人际交往中，对于他人的一些不合理要求，我们经常会碍于同学或朋友的面子，说不出拒绝的话，怕伤害了彼此间的感情。但是，如果我们勉强答应，也许会给自己带来难以预料的烦恼。



## 1.给自己带来烦恼

勉强答应后，可能会打乱自己的计划或其他安排，造成自己的时间冲突、情感冲突或心理负担和压力等，使自己疲于应付。



陪乐乐出去一趟，  
今天的作业又做不完  
了，唉……



## 2.影响人际关系

勉强答应后，内心中不情愿的情绪总是难以掩饰，往往会通过其他方式表现出来，其实也会影响双方的进一步交往。有时，勉强答应还可能使我们在人际交往中顾此失彼，陷入被动局面。



## 想一想

同学们，你有没有为了拒绝别人不合理的请求而说谎呢？如果下次还遇到这样的情况，你能用正确的方式来拒绝他人吗？



## 二、拒绝他人的方式有讲究



拒绝别人不合理的要求是正常的，也是必要的，但应讲究方式方法。方式方法得当，不会影响同学之间的友情；如果方式方法不当，则可能会给彼此的友情蒙上阴影。



## 不得当拒绝

A正在看书，B走过来，说：

“别看了！踢足球去！”

A：“不踢，没兴趣！你没看见我正在看书吗！”（**粗暴地，声音很大**）





## 平和拒绝

A正在写作业，B走过来，  
说：“嗨！坐了这么久了，我们出去走走。”

A：“不想去！”（以一种较为平和的口气说，然后接着看书）



## 委婉拒绝

A正在擦黑板，B走过来，  
说：“听说图书馆添了不少新书，  
我们一起去看看吧。”

A：“对不起，我还有事，中午  
我要写作业，放学后还要回家做  
饭。你自个儿去，好吗？”





## 讨论

论一论，这三种拒绝的表现有什么不同，会让被拒绝的人有什么不同的感受呢？你会选择哪一种拒绝他人的方式呢？



## 安全小结

**通常遇到下列情况，需要说“不”：**

- (1) 你正在做或计划要做的事比别人约你去做的事更重要时；**
- (2) 别人要求的事确实是你自己不愿做或超出你的能力时；**
- (3) 别人要求的事明显违背道德规范或法律法规时。**





## 演练

# 巧妙拒绝他人

下列漫画中的情形是我们中学生常常会遇到的，如果你是被邀请的那个人，你会如何拒绝对方呢？请你来演一演。





**同学们，今天学习的内容，你们  
都掌握了吗？**





## 随堂测评

**1.正在上课，有位同学要向你借漫画书看，你应该怎么做：**

- A.小声地说：“下课再借给你吧，请遵守课堂纪律。”
- B.生气地说：“不借，被老师没收了怎么办。”
- C.任凭他喊，不理他

**2.正做作业时，朋友们叫你去玩，你应该：**

- A.匆匆忙忙赶完作业，再去玩
- B.委婉地拒绝
- C.立即丢下作业，飞奔而去

**3.有高年级同学分发给你一支烟，让你试试的时候，你应该：**

- A.接过来吸，不能不给同学面子
- B.立刻向这位同学的班主任告状
- C.拒绝，表明自己不会吸烟，也劝他不要吸烟

参考答案：

1.A 2.B 3.C





### 随堂测评

**4.星期天，小川家来了客人，吃完饭后，大人们兴致勃勃地要打麻将，刚好缺一个人，亲戚叫小川去“凑个数”，赢了归自己，输了他给。下列做法正确的是：**

- A.不去“凑数”，要学会拒绝不良诱惑
- B.可以去“凑数”，星期天就要好好放松自己
- C.赢钱归自己，输了不用怕，这种好事不能错过

**5.面对别人的不合理要求，如果我们勉强答应了，有可能带来的后果是：(多选)**

- A.虽然打乱了自己的计划，但会收获满满的友谊
- B.打乱自己的计划或其他安排，给自己带来压力
- C.造成自己的时间冲突，使自己疲于应付
- D.内心不情愿难以掩饰，顾此失彼，陷入被动

参考答案：  
4.A 5. BCD



谢谢观看

