



# 第三章

## 面對問題



## 一、資優生常面臨的問題

### (一) 人際關係

- 因為我喜歡打破砂鍋問到底，問一些超出範圍或天馬行空的問題，同學會覺得我很愛現，老師認為我是一個大麻煩。
- 我常常覺得班上同學思想幼稚，無法溝通，很難找得到知心好友。有時候會感覺自己好像木乃伊一樣，下課時不言不動；不過，到資優班上課時則又生龍活虎。
- 我常常不知道如何與別人互動，總是覺得他們不喜歡我。
- 人家常說我固執、主觀，因為堅持自己的想法又喜歡批判別人，以致於容易與別人起衝突。
- 別人說我像個刺蝟，常常刺傷他們，其實我是無心的。
- 怎麼大家都開不起玩笑，為什麼覺得這樣是在傷害他們呢？
- 我並不覺得自己有什麼好驕傲的，但是他們都說我很驕傲、傲氣逼人，所以我不敢太出鋒頭或是表現自己。

### (二) 完美主義

- 我對自我的要求很高，希望樣樣拿第一，一



一旦無法達到預期的目標，就會有強烈的挫敗感。

- 我有超完美主義，對於自己的表現不容易滿意，甚至會嚴重到吹毛求疵的地步。
- 因為我是資優生，如果在大家面前表現不好是一件很丟臉的事；因此，沒有把握的事情就不想去做，以免丟臉。
- 我喜歡獨自工作，老師卻常要求我要與同學合作，這讓我很困擾。



## 二、面對問題及相關解決策略

當你面臨上述問題時，該怎麼辦呢？下面提供你一些參考的解決方法：

### (一) 如何處理別人對你的負面評價？

好奇心強，喜歡發問，這沒什麼不好，但重要的是發問的時機是否合宜。其實，任何人都一樣，只要選對場合、時機發問，不干擾旁人的作息或團體活動的進行，就不會引發他人負面的觀感，不是嗎？

此外，每個人或多或少都曾經面臨某種形式的嘲弄或批評，碰到這種情況，建議你先冷靜下來反省自己是否真如別人所說那樣。如果是，我們虛心接受、改進；如果不是，而對方又是你所在意的人，不妨誠實的告訴對方自己的感受，請



他停止惡意批評或嘲弄的行為，以免影響彼此的友誼；如果對方是你不在乎的人，不妨選擇忽視，心平氣和的離開，因為挑釁者在得不到你的回應時，自然而然會停止那些無聊的行徑。

當你面對各種誤解或不公平對待時，最重要的是你如何看待自己，千萬不要讓別人的嘲弄或批評瓦解了自信心。如果你覺得自己已經盡了一切努力卻仍被貶抑時，別氣餒，建議你不妨和父母、輔導老師或自己信任的人談一談，或許會有意想不到的效果。

## (二) 如何擁有不錯的人際關係？

- 有人說你驕傲嗎？你是否忘了該有的微笑呢？
- 積極參與你有興趣的課程、社團或活動，從中你會找到志同道合的好朋友。
- 與人對談時，不要總是談論你自己感興趣的內容，可以適時地說些別人感興趣的內容；當別人說話時，要看著對方，仔細聆聽並且適時的給予回饋。
- 有人請教你的意見時，請誠懇的回答他。有的時候，若是說出的話可能會傷害到人，請記得要盡可能的委婉。
- 除了與你的朋友分享自己所遇到的問題或抱怨外，當你有好心情時也要記得與他們分享。



- 欣賞別人不同的想法，有些問題或觀念並沒有標準的答案，答案或看法的不同可能是因為你考慮的因素或是看事情的角度不同罷了。
- 有些人會讓你覺得相處起來很舒服，有些人甚至可以與你談心，但是有些人可能只適當你的一般朋友。其實，朋友貴在交心，不在於人數的多寡。每個人的一生都應該至少有一、二位值得信賴的知己，可以彼此分享興趣、價值觀、人生目標…。

### (三) 如何因應完美主義的性格？

完美主義是資優生常見的特質，有理想是好的，但是有時候必須認清理想與現實的差距。誰都不可能完美無暇或者一帆風順，只要持續的努力，就算只有些微的進步也值得肯定。

完美主義的特質，在與人相處或共事時，可能也會對別人造成壓力，這一點是不可不注意的。畢竟每個人的優弱勢不同，也許旁人的表現未能如你所願，但如果能想辦法讓大家都各自發揮所長，團隊的表現可能會比你一個人承擔更好。未來是屬於團隊智慧的時代，很多事情都不是單打獨鬥就可以完成的。「三個臭皮匠勝過一個諸葛亮」，而這也是成功的領導者必須學習的地方，不是嗎？



**【愛的省思】**

～每個人或多或少都會面臨到一些問題，你是如何面對這些問題的呢？

～我們無法改變別人的態度，但至少我們可以決定自己面對問題時的態度。

