

大学生人际关系交往

大学生人际交往

主 编：张克俭

副主编：肖学东

杨 兵

陈晓军

责任编辑：刘 嵩

封面设计：李卫东

大 学 生 人 际 交 往

张克俭 主编

*

河海大学出版社出版

(南京市西康路1号)

江苏省新华书店发行

江苏省南京市花园中学印刷厂印刷

*

开本 787×1092毫米 1/32 印张 6.5 字数 152千字

1990年6月第1版 1990年6月第1次印刷

印数1~5300册

*

ISBN 7—5620—0133—6/C·4

定价3.00元

前 言

人是生活在社会之中的，社会中的人是不能没有交往的。在我们社会主义的中国，人与人之间的交往是同志式的，互帮互学，团结一致地为把我国建设成为社会主义强国而努力。

随着我国改革开放不断深入，科学技术不断发展，生产力将会大幅度地提高，从而越深刻地影响着社会生活和思维方式。面对世界也将会不断地涌现更多的新情况、新问题、新思路。因此，在如何坚持四项基本原则和改革开放的前提下，进行人际交往，这是当代大学生们极为关注的一个课题。

从家庭的生活方式、保姆式的学习方法中走出的中学生，进入大学后，开始过集体生活，这时候他们人际交往的范围比中学时要广阔得多了。如何恰当地处理好各种交往，也是每一个大学生面临的而必须解决好的一个新课题。

为了适应社会发展的需要，大学生在校期间及其踏入社会的适应期中，能够健康地与同学、同志之间进行交往，以便在学习和工作中取长补短，共同提高，学到更多的知识，为祖国作出更大的贡献。这就非常需要用人际交往中的科学知识来指导，使他们避免庸俗的东西泛滥，更加健康地成长。

《大学生人际交往》一书正是紧扣当代大学生的特点，针对他们迫切需要解决的问题，运用多学科知识，概括了大学生人际交往的功能和原则，总结了大学生人际交往的艺术和方法，并对同学之间，师生之间，异性之间怎样进行有益的交往，还就大学生求职择业和大学毕业生适应期的人际交往作了

指导和阐述，兼备理论性、现实性、思想性和实用性等特点。可以帮助大学生解决诸多在交往中感到棘手的问题，可以使大学生和谐相融，精神愉快，对于学习与工作也将是受益非浅。

本书共九章，由编委（按章节次序）陈晓军、刘宝玉、王河、宫为今、杨兵、余新霞、汪湘水、肖学东、张克俭等九人，每人撰写一章。作者均是多年来从事大学生思想政治工作的同志，编写中力求在语言上通俗易懂，在理论和实践上紧密结合。但限于水平，粗疏浅陋之处在所难免，恳切希望得到读者指正。

本书在编写过程中，承蒙河海大学林劲松、孙其昂、刘嵩、王如高、施生贵、徐建华、李育才、王国仪、马民等同志不吝赐教，提出了许多宝贵意见，得到河海大学出版社的大力支持和帮助。在此，一并表示感谢。

编 者

1990年6月

目 录

第一章 绪论	(1)
第一节 大学生人际关系和人际交往	(1)
一. 什么是大学生人际交往.....	(1)
二. 大学生人际交往的研究趋势.....	(5)
三. 大学生人际交往研究的对象、内容和方 法.....	(6)
第二节 大学生人际交往的功能	(9)
一. 心理保健功能.....	(10)
二. 自我认识功能.....	(10)
三. 凝聚合力功能.....	(11)
四. 沟通信息功能.....	(11)
五. 形成互补功能.....	(12)
六. 联络感情功能.....	(12)
七. 相互激励功能.....	(13)
第三节 研究大学生人际交往的意义	(13)
第二章 大学生人际交往与成才	(16)
第一节 人际交往与道德品质修养	(16)
一. 交往与道德.....	(16)
二. 交往与理想.....	(23)
第二节 大学生人际交往与学习	(25)
一. 学习离不开人际交往.....	(25)
二. 人际交往与能力.....	(31)

第三章 大学生人际交往类型	(36)
第一节 血缘型交往.....	(36)
一. 父母与子女的交往.....	(36)
二. 兄弟姐妹交往.....	(40)
第二节 地缘型交往.....	(43)
一. 地缘型交往形成的原因.....	(43)
二. 地缘型交往的发展趋势.....	(45)
三. 地缘型交往对大学生的影响.....	(45)
第三节 业缘型交往.....	(47)
一. 同学交往.....	(47)
二. 师生交往.....	(53)
第四章 大学生人际交往与心理健康	(58)
第一节 大学生人际交往与认知心理.....	(59)
一. 自我认知心理.....	(60)
二. 社会认知心理.....	(64)
三. 个性认知心理.....	(65)
第二节 大学生人际交往与环境心理.....	(69)
一. 羞怯心理.....	(69)
二. 嫉妒心理.....	(71)
三. 情绪表现.....	(73)
第三节 大学生人际交往与心理健康.....	(75)
一. 心理健康是大学生人际交往的基础.....	(75)
二. 保障大学生的心理健康.....	(81)
第五章 大学生人际交往的艺术	(84)
第一节 大学生人际交往的原则.....	(84)
一. 平等互助原则.....	(84)
二. 律己容人原则.....	(86)

三. 互相理解原则.....	(87)
四. 诚实守信原则.....	(89)
五. 豁达大度原则.....	(91)
第二节 大学生人际交往中的语言艺术.....	(93)
一. 语言规范种种.....	(93)
二. 语言技巧运用.....	(95)
三. 语言交谈“十要”.....	(98)
第三节 大学生人际交往的技巧.....	(102)
一. 待人处世的基本技巧.....	(102)
二. 交友的一般方法.....	(105)
第六章 大学生群体中的人际交往	(107)
第一节 正式群体中的人际交往.....	(107)
一. 正式群体中人际关系的形成基础及一般特点.....	(107)
二. 正式群体关系中经常出现的几种心理状态.....	(109)
三. 在正式群体中如何进行人际交往.....	(112)
第二节 非正式群体中的人际交往.....	(118)
一. 非正式群体的形成因素及一般特点.....	(118)
二. 在非正式群体中如何进行人际交往.....	(126)
第七章 大学生的异性交往	(133)
第一节 异性交往是大学生人际交往中的重要内容.....	(133)
一. 什么是异性交往.....	(133)
二. 异性交往的心理.....	(134)
三. 大学生需要异性交往.....	(134)
第二节 大学生异性交往的特点、类型.....	(136)

一. 大学生的异性交往主要是指青年男女的交往.....	(136)
二. 大学生异性交往的一般特点.....	(137)
三. 大学生异性交往的几种类型.....	(138)
第三节 大学生异性交往中的恋爱现象.....	(140)
一. 大学生恋爱的类型.....	(140)
二. 大学生恋爱的特点及趋势.....	(143)
三. 大学生异性交往中的失恋现象.....	(147)
四. 失恋引起的后果.....	(149)
第四节 大学生异性交往的艺术.....	(151)
一. 维护异性间的友谊.....	(151)
二. 把握异性交往的尺度.....	(152)
三. 处理好异性交往与学业的关系.....	(153)
第八章 大学生求职择业中的人际交往.....	(155)
第一节 求职择业交往的必要准备.....	(155)
第二节 在交往中优化个人形象.....	(162)
一. 理论与实践的结合.....	(163)
二. 自信与谦虚的统一.....	(164)
三. 言谈举止得体适度.....	(166)
第三节 “自我推销”中的交往艺术.....	(168)
一. 如何自我介绍情况.....	(169)
二. 如何回答对方的提问.....	(170)
三. 学会“听”对方说话.....	(171)
四. 重视交谈中反馈信息.....	(172)
五. 求职交往力戒四种弊端.....	(173)
第九章 大学毕业生适应期的人际交往.....	(175)
第一节 社会中的人际交往.....	(175)

一. 社会中的人际交往类型.....	(176)
二. 社会中的人际交往特点.....	(179)
第二节 社会中人际交往原则和途径.....	(182)
一. 交往原则.....	(182)
二. 交往途径.....	(186)
第三节 处理好与领导、同事的交往.....	(190)
一. 同领导交往.....	(190)
二. 与同事交往.....	(194)
结束语.....	(197)

第一章 绪 论

人生的烦恼莫大于人际间的纷争,命运的悲哀莫大于孤独。如何处理好人际关系,如何正确进行人际交往,是摆在当代大学生面前的一个十分现实的问题。

对大学生来说,家庭之中,同学师生之间,将来踏入社会后的同事之间,上下级之间等,无不存在着人与人的交往。如何才能在这些交往中处理自如,和睦协调,原则坚定而又机动灵活,这是事业成功的基础,是心情愉快、身体健康必不可少的心理环境。怎样才能做到这一点,在人生的舞台上是没有现成的“脚本”可以排练的,需要用自己的感官去知觉,用自己的实践去探索,用自己的头脑去分析……这就是本书与大学生一道探索和研究的內容。

第一节 大学生人际关系和人际交往

一、什么是大学生人际交往

人既要同自然界发生关系,又要同社会发生关系,这种关系即社会关系。社会关系包括了人际关系。

大学生人际关系,是指在高等学校这一特定范围内接受高等教育的个体学生,与其他个体的人或群体的人在相互交流和

来往的过程中发生、发展和建立起来的人与人之间的心理关系，或者说是一种心理倾向及其相应的行为。主要包括与父母兄弟姐妹的交往、与同学老师的交往、与同乡朋友之间的交往等。大学生人际交往的好坏，反映了大学生与他人交往中物质的和精神的需要能否得到满足的心理状态，如果得到满足，就喜欢，就亲近，心理距离就会缩短，反之，就厌恶和疏远，心理距离就会加大。

大学生人际关系在微观意义上就是交往关系。交往是人的—种现实需要，大学生更需要交往。通过正常的交往，可以获得有益的知识，提高自身的素质。大学生人际交往，具体地说，就是正在接受高等教育的学生在学习、生活、娱乐中进行的信息交流和联系，或者是沟通和相互作用。

大学生通过沟通和相互作用，实现了相互知觉和了解，建立了一定情感联系及人际关系，而这种关系一旦建立，反过来又影响和制约着大学生与他人之间的交往。

大学生人际交往有其自身的特点、性质、过程和作用。

1. 特点

大学生处于青年期，且正在接受高等教育，思想活跃，精力充沛，勇于进取，敢于探索，这就决定了在人际交往中有别于其他各类群体的特点。

开放性 大学生生活在高等学校中，客观环境提供了良好的人际交往的条件。他们离开家庭聚集在一起，对新事物、新环境的新鲜感好奇心得到了满足。心理的发展，生理的发育，在主观上也想更多地与他人交往，了解更多的事物。

易变性 大学生生理和心理发育的特点决定了思想和情绪处在极易波动时期。他们的交往对象、内容和形式都在经常不断地变化。例如，有的同学今天和这个同学亲亲热热，明天又

可能与另一个同学成为好朋友，今天同这位同学吵架，明天又可能言归于好，仿佛什么事未曾发生过一样。

复杂性 由于我国目前正处于改革、开放的新的历史时期，大学生知识层次较高，接受新信息快，考虑问题也渐趋成熟。他们在人际交往中比其他群体在深度和广度上都有扩展，同时，社会和科学技术的发展，促使他们在人际交往中必须适应日益复杂的新情况。

自主性 大学生由中学时代的依赖逐渐转为独立，对权威的迷信越来越少，他们反对干涉和限制，要求自主权，以自我意识和观念进行一切活动。同时，由于缺乏社会经验，思想尚处在不断成熟过程中，在处理人际交往问题时，往往主观固执，天真浪漫，容易理想主义化和偏激。

2. 性质

大学生人际交往的性质大致可分为两种。一种是积极友好，另一种是消极对抗。这两种性质不同的人际交往的表现形式是纷繁复杂、丰富多采的，可以相互转化和调整。同样是同学交往，有的可能亲密无间，情同手足，有的却可能存在隔阂，似如冤家对头；有的可能在学习上相互帮助，在生活上相互照顾，有的却可能相互产生不良影响。孔子说：“友直、友谅、友多闻，益矣。友便辟，友善柔，友便佞，损矣。”这里清楚地归纳出了人际交往的两种性质及其对人的不同制约和影响。

3. 过程

大学生人际交往的形成和发展是具有其内在规律的。人际交往主要有三种心理成份：一是人与人之间是相互肯定还是否定，以认识上的一致为相互选择的标准；二是人与人之间是相互喜爱还是厌恶，以情感上的相互倾慕为相互选择的标准；三

是人与人是相互交往还是隔绝，以行为上的共同活动为相互选择的标准。根据以上三种构成，可以将大学生人际交往的形成和发展过程分为三个阶段。

第一阶段，觉察阶段。在同一所大学里生活、学习，每天迎面相逢，擦肩而过的有同班的、同年级的、同系的、外系的同学等，在教室里、食堂内、阅览室中或运动场上，经常都可能相遇，但谁也不是天生就是朋友，如果没有与对方交往的动机和行为，相互之间仍然是两个毫无联系的独立个体。当因某种契机，两人开始相互注意，一方开始觉察到另一方的存在，并把对方作为知觉对象、交往对象时，双方便已进入了人际关系的觉察阶段。

第二阶段，表面接触阶段。如果双方有了交往意图，而没有交往行为，事过境迁，那可能又将变得陌生起来，各不相识。因此，当交往双方彼此吸引，一方或双方有了结交的表示，开始进行正常的交往活动时，人际间的关系才从不相识过渡到相识这个阶段。由于人际关系建立的初期，彼此之间了解不深，故称表面接触阶段。

第三阶段，亲密互惠阶段。随着双方在接触上越来越频繁，关系越来越密切，彼此了解加深，心理上越来越贴切，逐渐产生一种情感上的依赖和融洽，就形成了亲密互惠的人际关系。

人际关系发展的三个阶段并非每一个人都一样，也是因人而异。有的同学一入校很快就找到知己，所谓“一见如故”，有的同班同学直到毕业也未能比一般同学的关系更进一步，有的甚至还会从原有基础上倒退。

4. 动因

人与人之间的关系大都建立在一定的相互需要的基础上。

大学生作为社会的人，需要的种类和层次也千差万别。但是，具体分析大学生需要结构，有一点是特有的，即提高社会化水平，这就是大学生人际交往最根本的动因。

大学时期，是人生的一个关键时期。在这个时期中，不管是知识学习和技能的培养，还是人格的形成和社会经验的获得，都要在这个时期打下一个良好的基础。这个基础将影响大学生一生的发展方向和社会化的水平。所谓社会化，是指帮助某一社会及其文化得以持续的手段。我国高等学校的职能是通过教育使每个学生能够坚持四项基本原则，适应社会主义社会环境、社会关系，积极参与社会关系，参与社会环境和社会关系的改造，成为符合社会主义社会规范所要求的四有新人。这就是社会化的过程。大学生通过社会化，学习和掌握生活、劳动、创造的基本知识和能力。形成并确定社会主义的人生目标和价值观，明确自己的社会角色和任务，遵守社会主义社会的行为规范，使自己逐步发展成为一名合格的社会成员。

研究表明，大学生社会化最显著的特征之一，就是社会交往的需要迅速增强。大学生正处在青年中期，作为满足青年期心理需要的社交，毫无疑问也就成了大学生热衷的重要内容。在社交动机上，当代大学生与以往的大学生有所不同。人际交往使当代大学生不仅开阔了眼界，增长了见识，锻炼了能力，发展了自我意识，而且坚定了人生的信念和成才报国的决心。

二、大学生人际交往的研究趋势

随着社会关系复杂化程度的增加和科学技术迅猛发展，大学生越来越重视人际关系的设计和协调，高等学校的教育工作者也开始注意到学生作为社会成员的一部分，他们的人际交往，既有与社会其他各类人群相同的共性，也有其特有的领域

和规律，值得加以深入研究和探讨。国外高等教育学校在这方面开展得较早，目前，我国许多高等学校为适应改革开放的形势要求，已相继开设了人际关系课程，有的院校还设置了“公共关系专业”。大学生人际关系已成为研究领域的热门课题，将逐渐形成一门新兴的社会科学。

尽管目前有许多学科从不同角度开展了对人际交往的研究，而且有了人际关系的专门论著，但对大学生这一特殊群体的人际交往，到目前为止尚无专门的、完整的研究论述。因此，对大学生人际交往的研究，无疑对大学生以及高等教育工作者更全面的了解这一领域，有其积极的作用。

大学生人际交往是研究大学生人际关系和人际交往一般规律的科学，它是社会科学的一部分。大学生人际交往涉及社会学、青年学、心理学、伦理学、行为学、人类学、文化学、民俗学等多种学科内容。它的研究顺应历史发展的潮流，适应当今信息高度发达的需要，对大学生的社会化进程将有明显的推动作用。

三、大学生人际交往研究的对象、内容和方法

大学生人际交往作为一门科学，是大众人际交往学的一个分支。

1. 研究对象

大学生人际交往以大学生在校期间人际交往的发生、发展为主要研究对象。根据大学生自我意识的演变，大学生的特点和心理、生理变化规律，以及大学生在社会中的角色、地位和参与作用，从大学生人际交往的类型，心理健康，大学生人际交往艺术，大学生群体中的人际交往和异性交往，以及大学生在求职择业、毕业后适应期的人际交往等诸多方面，对大学生人

际交往的形式和内容,形成和发展,结构与功能,艺术与技巧,原则与方法进行探讨。

2. 研究内容

第一,研究大学生人际交往的特殊性,揭示其内在发展规律。由于大学生处于青年中期,又是在学习求知阶段,因此,决定了在考察大学生人际交往的特殊属性时,除了具有一般人际交往的特性,如社会性、历史性、客观性、多样性以外,还应注意在大学阶段,一切围绕着“成才”这一主旋律,只有认清了这些特性,才能自觉地推进新型交往关系的建立与发展,有效地变革不科学的、过时的人际关系。

第二,研究大学生人际交往结构和交往方式,充分发挥最佳功能和作用。在大学生活中,经常可以发现有的集体中,同学间关系融洽和谐,大家亲如兄弟姐妹,学风良好,相互之间产生积极向上的影响;而在有的集体中,同学间则磕磕碰碰,甚至互相猜疑、防范,产生离心作用和消极影响。这就说明人际交往的结构方式、内容不同,所产生的作用和影响也不同。在社会主义高等学校中,全体师生员工的根本利益和目标是一致的,为开展良好的人际交往奠定了基础。但是,不同的人在文化知识、个人修养、思想觉悟、认识能力上存在着差异,加之不同性格特点的影响,在交往过程中,不可避免地会出现这样那样的问题,这就需要不断努力,积极提倡并建立良好人际交往的结构、内容和方式,按照社会主义大学生应当遵守的人际交往的准则和要求,协调相互间的关系。

第三,研究影响大学生人际交往的因素,创造建立良好的人际交往的条件。高等学校的学生大都来自不同的地域,生活习性、生活经历、观念、兴趣、年龄、性别等各不相同,这些都对大学生人际交往产生千差万别的影响,对这些因素的影响