

青年與社會叢書



Qing nian ren ji
guan xi xue

青年人際關係學

青年人際關係學

青年人际关系学

QING NIAN REN JI GUAN XI XUE

著者/穆怀中

责任编辑/周承刚 谢默洛

封面设计/吴伟建 曾一睿

发行/首都发行所

印刷/河北卢龙县印刷厂

开本/787×1092毫米 32开 印张/14.125 字数/308 000

版次1987年4月第1版 1990年9月第3次印刷

印数/79 001—84 500



农村读物出版社

ISBN7-5048-0086-4/C·2

定价/5.80元

穆懷中 著

青年與社會叢書

QING NIAN YU SHE HUI CONG SHU

主編組：謝聖明 鄭 耘 汪里程

羅雄輝 劉獻君 黃昶夫



编辑献辞

马克思有一句名言：“人的本质并不是单个人所固有的抽象物。在其现实性上，它是一切社会关系的总和。”（引自《马克思恩格斯选集》第1卷第18页。）青年人天天和社会交往，和社会发生联系，构成各种社会关系的网络。达尔文、赫胥黎等运用生物进化理论，阐述了人类起源于古猿，确立了人在自然界的位置。然而人在社会中的位置如何？需要我们去探索。

青年是人类的精华，她意味着朝气，象征着活力，充满着希望。在人的一生中，青年时期是最不平凡、最激动人心的阶段。在整个社会中，青

年人是最活跃、最有创造精神的优势人群。然而融为一体的人和社会的关系的机制如何？需要进行探索。

为此，《青年与社会》丛书呈现在读者面前了。

青年忌讳干巴巴的说教，枯楚楚的模式。他们充满活力、充满锐气的性格就决定了他们需要充满开拓气息、生动活泼的思想。所以，《青年与社会》丛书广收富积世界文化，著译兼蓄，力图从青年与社会发展的高度，把握当代社会科学和自然科学的最新成就，通过挖掘与之相关的科学知识，使读者特别是青年读者能从社会的角度把握住自己的位置，能用发展的眼光审视自己的能量，全方位地铸造自己。

黑格尔曾说过：“每个人都是一个整体，本身就是一个世界，每个人都是一个完满的有生气的人，而不是某种孤立的性格特征的寓言式的抽象品。”亲爱的读者，你得承认一个现实，你是社会的人；你得承认一个真理，人是追求自由的。必须先砸碎磐石然后

才能生长树木，必须先松土后植物才能茁壮成长。同样，只有在人类社会达到足够的开放水平、个人能够自由发展自己能力的时候，人类社会才能取得有价值的成就。

朋友，让《青年与社会》丛书成为我们心灵的纽带，合力奋斗吧！

《青年与社会》丛书编委会

一九八七年三月



出版者的话

人际关系学是研究人与人之间交往规律和方法的一门学科。随着社会文明的发展，人们的精神需求越来越高，因而人际交往的方式、规律、技巧等问题越来越引起人们的重视，人际关系学这一学科的理论研究和实际应用也日益发展起来。

李大钊曾经说过：“青年者，人生之王，人生之春，人生之华也。”青年是社会的未来和希望，青年人的活动自然也就成了社会更加关注的问题，其中包括青年的人际交往活动。

人，作为一个社会的人，无论生活在什么样的社会形态里，都离不开与别人的交往。人际交往似乎是一个平凡的“小事”，但它的作用非同一般，它是社会生活的条件，正象马克思所说：“社会的生产和生活是以个人之间的交往为前提的”^①。事实上，青年的人际交往直接关系到社会物质文明和精神文明的建设。中国有句成语：“近朱者赤，近墨者黑”，这说明青年人际交往还直接关系到他们自身的成长。

就青年的日常生活来讲，每天都不可避免地与他人交往，每天都可能遇到交往上的难题。例如，怎样处理尴尬的局面；如何向自己心爱的人求爱；如何保持良好的夫妻关系；怎样维护同事之间的友谊等等。其实，人的活动本身是有规律可循的。青年人际交往理论正是对人们微观的日常生活中的交往规律的揭示。只要我们掌握了人际交往的规律并采取与之相适应的交往方式，就能取得理想的交往效果。

本书的宗旨是探讨青年人际交往的规律和友好的交往方法。第一章是绪论，重点阐述了青年人际关系学的研究对象和研究方法；第二章是从宏观角度，介绍了世界上具有代表性的人际关系理论；第三章

①《马克思恩格斯全集》，第3卷，第24页。

是从发展的角度，论述了青年人际关系形成和发展过程；第四、第五章从青年人际交往类型和交往方式两个方面，展示了青年人际关系的立体结构，论述了各种交往的特征和规律；第六、七章从外因和内因两个侧面，阐述了青年人际交往的宏观社会条件和自身的条件，介绍了人际交往的心理规律和技巧；第八章从社会效果的角度，阐述了青年人际交往在社会有机体中的位置和作用，以及与社会文明的关系，并论述了文明交往的涵义和文明交往原则。

鉴于人际关系学在我国的研究现状，作者在该书中难免较多地介绍了国外的研究成果以及他们的研究方法。“对于外国文化，排外主义的方针是错误的，应当尽量吸收进步的外国文化，以为发展中国新文化的借镜；盲目搬用的方针也是错误的，应该以中国人民的实际需要为基础，批判地吸收外国文化。”^①这是我们在阅读、借鉴、分析批判中应有的态度。

一九八七年六月于北京

^① 《毛泽东选集》第3卷，人民出版社1966年版，第984页。



目 录

前 言

第一章 绪论 1

一 什么是青年人际关系学 1

人际关系的含义 1/青年人际关系学的
研究对象 15/青年人际关系学的研究方
法 21

二 青年人际关系特点 37

开放性 38/自主性 41/易变性 46

三 青年人际关系研究的意义	51
人际交往与社会化 52/人际交往与身心健康 58	
第二章 人际关系理论	63
一 马克思的社会交往理论	63
人际交往是社会交往 64/交往与生产力 66/共产主义——交往形式本身的生产 69	
二 马斯洛的交往需要论	71
人的需要层次 71/人的社交需要 75	
三 米德的象征性符号互动理论	79
人际交往是形象的互动 79/交往中的“自我” 83	
四 戈夫曼的戏剧性交往理论	87
人际交往是演戏 87/交往中的“自我呈现” 90	
五 霍曼斯的交换理论	93
人际交往是一种交换的过程 94/社会交换定理 98	
六 人际关系认识平衡理论	104
格式塔心理学与平衡理论 104/人际关系的平衡 107/交往中的单元关系 111	

第三章 青年人际关系的形成和发展 116

一 交往的思考与选择 116

环境迫使青年进行交往的思考与选择 117/
自我意识的成熟使人际交往的思考与选择
成为可能 121/当代青年的交往思考与选
择 123

二 人际交往层次 128

接 触 128/相 识 130/往 来 134/朋
友 136

三 交往范围 142

人际交往系统与环境 142/青年人际交往
是以特定环境为场所的相对稳定系统 144/
青年人际交往是一个社会开放系统 152

四 交往能力在实践中提高 154

社会活动需要有一定的交往能力 155/在
实践中提高交往能力 156

第四章 青年人际关系类型 160

一 同学交往 160

同学交往是社会交往的始点 160/当代学
生的交往观念 162/当代学生之间的交往
状况 167/同学交往的“中心性”理论 173

二 同事交往 178

同事交往的形成	178	同事交往形态理论	
179	同事交往是人们成长的重要条件	184	
交往状况的自我测定	185		
三	恋爱交往		192
恋爱交往的性差心理	193	恋爱交往的突	
破口	198	恋爱交往过程	204
恋爱交往的“崇拜”理论	206	恋爱状况的自我测	
定	210		
四	夫妻交往		214
夫妻交往是人际交往的较深层次	215	夫妻	
交往的心理特点	216	夫妻交往艺术	219
夫妻交往的“理性——情感”论	223	夫	
妻交往状况的自我测定	226		
五	异辈交往		232
异辈交往是青年人际交往的纵向结构	232		
当代青年的异辈交往观念	234	“代沟”	
问题	238		
六	人际关系的PAC分析理论		240
人格结构的PAC分析理论	240	人格交	
往类型	241	依照PAC分析改善人际关	
系	246		
第五章	青年人际交往方式		249
一	信息沟通方式		249

语言沟通 249/暗示 254/无言境界 260/	
冗余度 264	
二 相互认知方式	270
感觉 271/印象 274/联想 277/	
认同 280/反省 284	
三 行为交往方式	288
模仿 288/竞争 292/合作 295/	
利他行为 297	

第六章 青年人人际交往条件	302
一 社会环境与人际交往	302
地位与交往 302/职业与交往 305/	
风俗与交往 308/群体与交往 310	
二 性格与人际交往	314
内向性格与人际交往 316/外向性格与人	
际交往 319/诚实是友好交往的基础 322/	
幽默是人际交往的润滑剂 324	
三 魅力与人际交往	327
什么样的人有魅力 328/魅力与他人 333	
如何增强自己的魅力 336	
四 交往中的“主体——环境”相互作用	
 用论	341
“主体——环境”相互作用链 341/主体	
驾驭环境的方式 345	

第七章 青年人际交往心理和技巧 349

一 青年人际交往的心理规律 349

“首因”和“近因”效应 350 / “威信”
效应 355 / “自己人”效应 358 / 皮克马
利翁效应 361

二 青年人际交往的心理障碍 365

羞怯心理 366 / 嫉妒心理 370 / 猜疑
心理 376

三 青年人际交往技巧 383

交往中的“透明度” 383 / “共鸣”与“固
有频率” 387 / “登门槛”技术 390 / 交谈
艺术 394 / “话外音”的推测方法 399

第八章 青年人际交往与社会文明 403

**一 青年人际交往是社会有机体的组成
部分 403**

青年人际交往的社会位置 403 / 青年人际
交往的社会作用 406 / 青年人际交往的时
代性 415

二 青年人际交往文明 419

人际交往中的文明 419 / 文明交往原
则 421 / 文明交往与社会进步 432

一 什么是青年人际关系学

(一) 人际关系的含义

人际关系，是一个古老的概念，又是一个年轻的课题。说它古老，是因为自人类产生之日起，它就存在于人们的日常生活中，是人类生产和生活不可缺少的内容。说它年轻，是因为随着现代社会文明的发展，人们的精神需求越来越高，因而人际关系的协调和发展开始受到人们的重视，并且成了社会学家和社会心理学家研究的重要课题。

“际”，词典里解释为“交界或靠边的地方、彼此之间”的意思，如：林际、天际、国际、春夏之际等。所谓人际关系，就是指人与人之间的交往关系，即你、我、他之间的交往关系。从表面看来，人际关系，这似乎是一个很简单的命题，也是人们熟知的事情。事实并非如此。“熟视无睹”这个成语真实地说明，“熟视”的东西未必“熟知”，表面看很简单的事情其内部未必简单。人际关系就是这