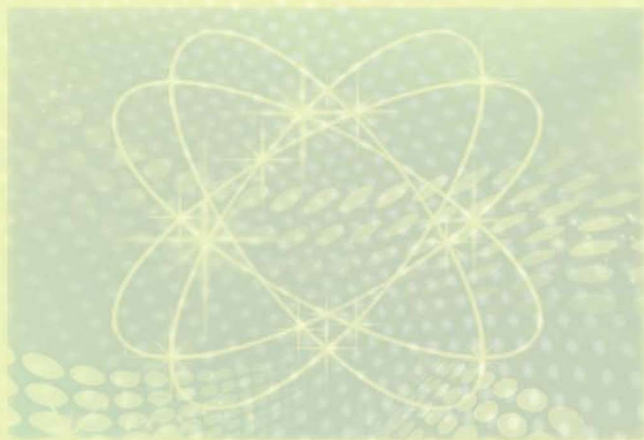


当代大学生人际关系学

杨睿宇 崔永鸿 毛媛媛 著



重庆大学出版社



前言 Preface

大学生人际交往主要是大学生与周边的社会人为了交流有关认识性、情绪评价性的信息而相互作用的过程。通俗地讲,大学生人际交往就是大学生在社会活动中,与其他人的信息沟通、意见交流与相互作用的社会化过程。

本教材主要以大学生作为人际交往的研究对象,从社会学、心理学、教育学的角度探讨大学生人际交往的发生、发展、构成及表现的规律。

健康的大学生人际交往是指大学生人际交往具有相对独立的发展过程,并受到社会关系、生产关系和政治环境形成的正面影响;同时,又健康地渗透于社会交往的各个方面。

本书由杨睿宇、崔永鸿、毛媛媛主编;孙惠惠、吴开兵、张雅丽协助收集案例、校对文字、编撰课后习题等。全书最后由杨睿宇、崔永鸿、毛媛媛负责统稿、定稿。

本书的几位编者都是年轻的教育工作者,基于对教育的热情和实际工作中的思考,志同道合地走在一起,希望能切实结合大学生的实际情况编撰一本有用的教材。由于大家的水平有限,难免有遗漏疏误之处,还请读者多多包涵与指正。在编写过程中,编者参阅了国内外有关著述,并得到重庆大学出版社的大力支持,在此表示衷心感谢!

编者

2013年12月10日

目 录 Contents

上篇 理论篇

第一讲 大学生人际交往概述	2
第二讲 大学生人际交往的类型	11
第三讲 大学生人际交往的特点	26
第四讲 大学生人际交往的功能	33
第五讲 大学生人际交往的原则	41
第六讲 大学生人际交往的影响因素	49
第七讲 大学生为什么要学习人际交往学	80

下篇 实践篇

第一讲 与师长的人际交往	92
第二讲 寝室里的人际交往	109
第三讲 异性间的人际交往	124
第四讲 虚拟世界人际交往	144
第五讲 初入职场的人际交往	156

参考文献	162
------------	-----

上篇 理论篇

第一讲 大学生人际交往概述

人类社会发展本身就决定了任何一个社会人既要同自然界发生关系,又要同社会发生关系。正如我们伟大的革命导师马克思曾经说过:“人是各种社会关系的总和,每个人都不是孤立存在的,他必定存在于各种社会交往之中。”大学生作为社会的重要群体,年轻活跃、受教育程度高,作为社会中坚力量的基础,肩负着社会发展的重要使命。大学时期是青年大学生步入社会的预备时期,也是大学生社会关系走向社会化的一个重要转折时期。培养适应社会发展的良好人际交往能力,一方面是大学生生存发展的需要;另一方面也是他们适应社会不断发展进步的需要,拥有健康的人际交往能力与和谐的人际交往氛围,对于当代大学生的学习、生活、职业发展与社会融入都体现出十分深远的意义。本章重点解释和阐述大学生人际交往的相关知识。



图 1.1 (图片来源:<http://info.5ikfc.com/c/jiafuerdai>)

一、大学生人际交往的含义

大学生人际交往主要是大学生与周边的社会人对交流有关认识性、情绪评价性的信息而相互作用的过程。通俗地讲,大学生人际交往就是大学生在社会活动



过程中,与其他人的信息沟通、意见交流与相互作用的社会化过程。

本教材主要以大学生作为人际交往的研究对象,从社会学、心理学、教育学的角度探讨大学生人际交往的发生、发展、构成及表现的规律性。

健康的大学生人际交往是指大学生人际交往有其相对独立的发展过程,并受到社会关系、生产关系和政治环境的正面影响;同时,又能健康地渗透于社会交往的各个方面。

二、大学生人际交往成分的分析

大学生人际交往主要分为四大成分:①大学生具有社会性和群体性。从大学生人际交往的建立开始,良性的社会活动就成为维持和发展人际交往的不可缺少的重要成分之一。②大学生人际交往的建立、维持和巩固要遵从很多原则,并受到社会的很多制约和限制。③大学生人际交往得以存在和发展的基本动机之一是交往双方能形成心理上的满意感。④大学生人际交往不是简单的交流沟通,它有一定的规则和要求,也需要掌握一定的技巧。英国研究人员阿盖尔和亨德森(Argyle and Henderson, 1985)曾经通过实验指出,为了更好地分析各种人际关系,有必要将人际交往的四个成分:活动、满意感、原则和技巧进行比较。大学生的人际交往同样也分为这四大成分。大学生与社会人(主要包括老师、同学、舍友、亲友、同事等)形成具体的互动活动,他们通过互动形成双方心理上的满意感,从而形成交往的基本动机。在这个交往的过程中他们大多会使用交朋友技巧,比如逐渐地相互自我暴露,安排特殊的会面场合,给对方积极的反应等有效的社会技巧。

三、大学生人际交往的发展过程

人际交往主要有两个维度:一是人际交往的范围,即广度;二是人际交往的亲密水平,即深度。大学生的人际交往也遵循这两个维度。

(一) 人际交往的发展过程

在人类社会的发展历程中,人际交往在每个社会阶段所体现的形式是有所不



同的。在原始社会,人类从原始群进入到原始社会的标志是血缘关系群,血缘关系群体是人类的第一种社会组织形式,原始社会时期血缘关系群是占据统治地位的人际交往。进入奴隶社会时期,奴隶更多的是依附于主人,他们没有权利,没有自由,依附交往是奴隶社会时期占据统治地位的人际交往。封建社会时期是按照以宗法制度为基础建立起来的、按家族血统的远近来区分亲疏贵贱的等级关系,即宗法关系,通过自上而下实行控制,宗法关系是封建社会人际交往的主要特征。资本主义社会时期,主要表现为以私有制为基础,不平等为前提的不平衡发展,这种不均衡的发展逐渐加剧人际交往的不平等,形成巨大的阶层鸿沟。社会主义社会时期,人际交往以平等为基本特征,人们在生活、政治、经济上都平等,形成了平等、友爱、团结、互助的健康交往。

(二)大学生人际交往的发展过程



图 1.2 (图片来源:<http://health.sqzx.org/xinli/2013/0306/75937.html>)

良好的大学生人际交往的发展过程一般要经历四个阶段,即定向阶段、情感探索阶段、情感交流阶段和稳定交往阶段。

定向阶段是指大学生在人际交往中,通过对交往对象的高度选择,进入一个



交往的场合,在大学生的潜意识里往往会选择性地注意某些人,比如某些有好感的同学、感觉会有共同兴趣的校友、特别喜欢上他课的老师等。对于他们注意的对象,大学生会进行初步的交流,谈谈无关紧要的话题等,这是活动技术定步的沟通。在这个阶段,大学生通常只有表层的自我表露,比如喜欢聊聊自己的学习、喜欢的明星、热爱的运动、对最近发生的重要社会新闻事件的看法等;而对另外一些还没有列入内心特定对象的人则会视而不见,或者礼貌性地打个招呼,不会再进行更进一步的交际。当大学生人际交往进入情感探索阶段,即互动双方如果在定向阶段互相都有好感,并产生了继续交往的兴趣,那么就可能进一步地自我暴露。比如自己对某一个问题的深切感悟等,并开始探索在哪些方面双方可以进行更深入的交流,同时双方都会有一定的情感卷入,但是也会把握一个度,不会涉及过多的隐私部分。此外,大学生与他人的交往还会受到角色规范、社会礼仪要求等方面的制约,交往方式也会比较正式。经过前两个阶段交往顺利的话,即进入情感交流阶段。交流双方如果在情感探索阶段能够谈得来,建立了一定的基本信任感以后,就可能发展到情感交流的阶段,这个阶段属于交往的高级阶段,双方都会有较深入的情感卷入,谈论一些相对私密的问题,以及不会轻易告诉其他人的一些事情,比如互相诉说学习、生活上的烦恼,对其他人的一些看法,讨论家庭情况等。进入这个阶段,双方已经超越了正式规范的制约,比较放松、比较自由,如果有不同意见也能够非常坦诚地交流而不受拘束。稳定交往阶段,是指大学生交往双方的情感交流如果在一段时间内顺利进行,大家就有可能进入更加密切的阶段,双方成为亲密朋友,彼此可以享受情感产物、生活空间等,对对方的自我表露更广更深,相互关心也更多。通常达到这个阶段的朋友,也就是大学生们经常会提到的“死党”“闺蜜”等,相对来说能达到这个交往阶段的也会更少。

大学生人际交往也会出现恶化的情况,这类情况是我们日常生活中不愿意看到的。恶化一般也是经历四个阶段:第一,漠视阶段。即大学生与其他人的交往中因为各种原因会形成漠视,对对方表现出一种漠不关心和无所谓的态度。具体的交往表现是为了转移对对方的注意力,同时扩大与对方的交往距离,不再与对方说话、沟通和发生合作行为等。第二,冷淡阶段。冷淡是在在交往过程中已经经过了漠不关心的阶段,在此基础上表现出更多的否定态度和行为。比如,在学校的某个地方,刚好是下课时间,你不想穿过拥挤的人群去向某个同学打招呼,这属于典型



的漠视;即使你不和那位同学打招呼,而当他主动走过来想同你说话时,你却明显表现出没有兴趣,甚至装作没看见或者没听到,这就属于冷淡。第三,疏远阶段。疏远阶段就是交往双方都力图避免接触,即使偶尔在学习和生活中产生了接触,通常也会是不愉快的接触经历。从大学生及对方的体态语言方面来看,会表现出明显的有意扩大交往距离,有不高兴、不情愿互动交往的表现。第四,分离阶段。这属于大学生人际交往恶化的最后阶段,即交往双方失去联系,并且都没有意愿主动重修联系或者重新建立和谐的人际交往关系。

四、大学生人际交往要具备的要素

大学生人际交往本质上是一种特定的社会现象,它通常需要具备三大要素:一是主动性。和谐的人际交往关系是一种平等的关系,它不是一方领导另一方,而是双方都是交往活动的主体。比如大学生去医院就诊,医生与病人学生之间的交往是一个典型的例子。在治疗方面,医生虽然是主动地作诊断开处方,但病人也并非是被动的,病人需要主动向医生反映自己的情况,包括病状表现、自己的过往病史、对药物过敏的情况等,医生则根据病人的反馈和自己的诊断,有机结合来调节自己的诊治。二是互惠性。大学生的人际交往和其他性质的人际交往是一样的,都是在两个以上的个体之间才能有效进行的。当交往一方发出信息会引起对方在心理和行为上的反应,这种反应反过来成为新的信息作用于发出信息者。同样以前面的医生与大学生就诊为例,假如病人生病住院后,来做护理的一位实习护士对他讲:“虽然我是护士,但是这个病你比我有经验,所以我还是要多听听你的意见。”病人听后都会自然地做出积极的反应。所以,在交往的过程中,人们在影响他人的同时,也接受着他人的影响,理想的状态是大家的影 响能形成更多的正能量。三是条件性。在大学生的人际交往过程中,首要条件就是交往双方所使用的符号必须相同或相通,这些符号可以是语言符号,也可以是非语言符号。因为符号不同通常会产生误解,甚至形成笑话。比如,一个外国留学生来我国求学,若与我国外语不好的大学生交往时,必须使用同一种彼此都能理解的语言或者其他形式、符号,否则双方会产生对问题的歪曲及误解。



图 1.3 (图片来源:<http://www.nipic.com/show/2/59/33a07723c88e8a87.html>)

五、大学生人际交往的实质

人际交往是人们为了满足某种需要,通过交往而形成的互比较稳定的心理交往。大学生的人际交往是大学生作为人的本质的表现,是大学生本性的要求,也是适应社会发展的本能反应。大学生人际交往的前提和基础是满足他们作为一个社会人的物质需求和精神需求,物质交往、精神交往同属于利益交往,因此我们认为利益元素也是当代大学生人际交往的实质。

(一)大学生人际交往的建立本质上由利益驱使

这里所讲的利益并不是一个贬义词,而是一个中性词。它绝不仅仅指物质利益,而是包括物质利益和精神利益两大方面。当大学生与其他人相互交往,他们建立某种人际交往,通常都是为了满足各自不同的或者一定程度的物质需要或精神需要,使其更好地融入社会,在社会生存发展。

(二)利益是建立大学生人际交往的基础

除血缘、亲缘、地缘这些天然因素,建立大学生人际交往的基础是利益。



1. 利益是生产关系的基础

生产关系是人们在物质资料生产过程中结成的、与生产力的发展阶段相对应的、不以人的意志为转移的社会关系。物质利益是生产关系的具体表现,它是由生产资料所有制以及人们在社会生产体系中的地位决定的。人们进行的一切生产活动,归根到底都是为了物质利益,人类最基本的关系,从本质上来说仍是一种利益交往。大学生生于社会,长于社会,他们也要遵从社会发展的规律,他们的交往同样也以此为基础。

2. 利益是政治关系的基础

马克思主义政治观认为经济决定政治,政治是一种特定的社会关系,是经济的集中体现,对经济的发展有反作用。这个观点充分体现了利益交往决定了政治关系。

3. 利益是道德关系的基础

历史唯物主义认为,社会存在决定社会意识,社会意识是社会存在的反映。道德作为人类社会特定的意识形态,从本质上讲,是当时社会经济状况的产物,是由社会经济基础决定的,因此,利益是道德关系的基础。

4. 利益是法律关系的基础

人际交往中还存在法律关系,法律关系的实质也是利益关系,因为法律保护当事人的合法利益。法律选择和协调利益,这种利益是人与人之间的利益,是法律能够调整人与人之间交往的基础。

六、增强大学生人际交往吸引的因素

大学生如何能提升人际交往吸引是众多大学生非常关心的,本教材后面会用大量篇幅通过案例和理论进行讨论,在此概述通常意义的几大吸引主因。

(一) 情境吸引

情景吸引在这里主要指时间、空间。首先,就时间而言,通常可以用俗语“同患难,共欢乐”来表达。在日常生活中,当人们面临着共同的威胁和挑战,相互间就会产生亲近和互助的意愿,就会加强合作。其次,就空间距离而言,空间距离越小



双方越容易接近,也就越容易成为朋友,尤其在互动交往的早期阶段表现非常明显。以大学生为例,因为居住环境的接近通常使同学之间有更多的接触机会,相互之间更容易了解。很多大学生平日的好朋友大多是从舍友开始交往的。

(二) 诱发性吸引



图 1.4 (图片来源: <http://www.3150114.com/Item/Show.asp?d=103&m=1>)

1. 外表

我们不能否认一个人的外貌、穿着、风度、仪表等外表因素会影响人们彼此间的吸引,尤其是在初次见面的时候,第一印象非常重要,其中外表因素尤为重要。多项调查显示,外形有魅力的同学在学校里的约会概率比其他人高得多,外表的吸引力与约会频率的相关度甚至高达 61%。在学校里,有魅力的、漂亮的同学能更容易拥有更多朋友,在就业、择业方面也具备一定的优势,这是客观存在的社会和心理现象,我们不能忽视。

2. 才干

外表更多的是一种天生资源,如果拥有这样的资源应该要倍加珍惜。但是只有外表,没有知识才干,仅生一副空皮囊,在当今社会是没有用的。也许它能帮助大学生在晕轮效应和首因效应里占一定优势,但是它的长期性会很难保障,因为从交际心理学来讲,人们通常喜欢跟比自己优秀的人交往,才干、学识才是长期吸引别人产生接近欲望的基础。大学生努力学习,实质上也是不断地提升自己的知识、内涵,增加自己交往的能力。



3.性格

一个人的性格和品质对于人际交往是有非常大的影响的。这里主要指的是,人们的性格品质会对人际交往产生持久稳定的影响。比如在生活中,人们总是更喜欢和热情开朗的人打交道,开朗的性格通常更能吸引朋友。一个大学生如果拥有良好的品质,开朗的性格,干净的外表,善良的心灵,是会非常受欢迎的。

4.相似性与互补性

在人际交往中,人们通常喜欢与自己某方面相似或者互补的人交往。正如日常生活中所讲的“物以类聚,人以群分”“酒逢知己千杯少,话不投机半句多”一样,人们喜欢从人际交往中获得自身所欠缺的方面或寻找与自身相似的方面,交往双方在利益需求、个人能力、知识特长、性格气质方面互补或者相辅相成,形成良好的人际吸引。

5.异性相吸

根据学者的研究,异性相吸是出于人们的本能反应,异性在一起通常更容易产生一种使人愉快的化学元素,这就是我们通常所说的异性吸引。其更多表现为人际交往中精神相慰、个性互补、寻求认同的方面。在日常生活中这种表现和效应十分明显。

作业

简答题

- 1.简述大学生人际交往的发展过程?
- 2.大学生人际交往需要具备的要素有哪些?
- 3.增强大学生人际交往吸引的因素有哪些?

第二讲 大学生人际交往的类型

人际交往,是指两个以上的人为了交流有关认识性与情绪评价性的信息而相互作用的过程。简言之,人际交往就是在社会活动过程中,人与人之间进行的意见沟通,信息交流并相互作用的过程。由于人们社会活动的复杂性与人际交往行为的多样性,使人际交往的类型呈现出五彩缤纷的局面,因标准不同,人际交往的类型有多种不同的划分。

一、按人际交往的联结纽带划分,人际交往可分为血缘型、地缘型、业缘型和趣缘型

(一) 血缘型

血缘型即以血缘关系为基础的人际交往。血缘关系是指因血缘联系和婚姻联系而形成的人际交往。这种交往是人际交往中最基本、最直接、最普遍的交往。因为从一个生命呱呱落地开始,就不可避免地产生了父子(女)关系、母子(女)关系、兄弟姐妹关系、祖孙关系、夫妻关系、婆媳关系等人际关系。“血浓于水”的伦理关系,一方面孕育出“父慈子孝、兄爱弟悌”般的浓浓亲情;另一方面也滋生了“亲情大于王法”等徇私枉法的事情。无论是在人类自身的生产和发展中,还是在家庭的延续中,以及个人的一生中,甚至在社会生活的各个方面,血缘都占有及其重要的地位。

血缘关系的特点:第一,血缘关系是先赋的,与生俱来的,是任何人自身无法选择的;第二,血缘关系是人的一生中交往频率最高、持续时间最长久的一种关系。结婚前,大部分时间与父母交往,结婚后,即使不与父母同住,人们也多半与伴侣和子女生活在一起;第三,血缘关系的基础是血缘和感情。由于血缘关系是血肉加情感的关系,人们常用“舐犊之爱”“舐犊情深”来形容父母对子女的爱;第四,血缘关系对人的成长和发展影响巨大。发展心理学认为,在7岁前,儿童的智力发展已经



与成年人相差无几,18—25岁,个性心理趋于稳定,世界观基本形成,在这段时间里,父母对子女的影响往往起着非常关键的作用。

(二)地缘型

地缘型即以地缘关系为基础的人际交往。地缘关系是指以地理位置为联结纽带,在一定的地理范围内共同生活、活动、交往而产生的人际关系。这种交往是在生活于共同地域中的人们之间进行的,主要靠社会道德、公民道德和社区文化习俗来调节,如老乡、邻居等交往关系。一定的共同地域赋予人们共同的经验范围背景:语言、风俗、习惯、观念等。这些共同的经验范围背景自然会产生彼此间的相互认同,“老乡见老乡,两眼泪汪汪”的乡情情节会油然而生。地缘关系主要有邻里关系和老乡关系两种。例如在同一所学校里,一个学院,一个班级,甚至一个寝室,总会有几个来自同一省、地区、市(县)的同学,由于这些同学生长在相同的地方,有着共同的语言习惯和生活习惯,因此在人生地疏的环境中,他们的心理距离小,容易形成密切的人际关系。这种地域性的人际交往对社会的影响非常广泛。

地缘关系的特点:第一,地缘关系是因地理位置而结成的交往,居住处所搬迁越少的地方,地缘关系就越重要,反之,地缘关系则较淡漠;第二,地缘关系有些是天赋的,即一生长下来就存在的交往,而有些是后天取得的,即因搬迁而结成的交往;第三,按范围分,地缘关系是有层次的,有村级、县级、省级以及国级,相应地,地缘关系的作用是递减的。

(三)业缘型

业缘型即以业缘关系为基础的人际交往。业缘关系是指以职业、行业、专业或事业为纽带而结成的人际交往。这种交往是在因共同的职业、行业、专业、事业而联系在一起的人们之间进行的。业缘关系又分为行业内部的领导和被领导关系,上下级关系和同事、同级关系;行业外部的彼此合作关系、伙伴关系、竞争关系等。业缘型人际交往的利益色彩更为突出,合作与竞争是永恒的主题,因而业缘型的人际交往在整个人际交往中所占的比例最大,对社会的影响也最大。从总的发展趋势来看,血缘关系和地缘关系在人际关系中的地位和作用是逐步降低的,业缘关系的地位和作用则是逐渐增强的。因为现代人的情感往往是在职业交往中产生的,



并以此为基础发展起来,相反古代人的情感更多是建立在血缘和地缘关系基础之上的。

业缘关系的特点:第一,与血缘关系和地缘关系不同,业缘关系是在血缘和地缘关系的基础之上由人们广泛的社会分工而形成的复杂的社会交往,这种交往是后天获得的,是通过交往而发生的直接或间接的人际关系;第二,业缘关系以职业关系为纽带;第三,业缘关系有阶段性和变动性,每个人都可以主动地与不同职业的人发生联系,从而在不同时期内产生不同的业缘关系;第四,业缘关系存在合作性和竞争性。

(四)趣缘型

趣缘型即以趣缘关系为基础的人际交往。趣缘关系是以人们的专业技术特长或兴趣爱好为纽带而结成的人际交往。人们由于趣味相投而乐于交往,表现为知己、朋友、棋友、酒友等,所谓“道不同,不相为谋”。趣缘型交往一般以志同道合为基础,以情感上的依恋为主要特征。

趣缘型人际交往在大学生中较为普遍,因为大学生精力旺盛,兴趣爱好广泛,出于对专业的共同兴趣、对艺术和体育等的共同爱好,使他们中的一些人交往密切,形成了一些正式或非正式的群体。大学校园中的诗社、剧团、球类等各种丰富的社团就是大学生趣缘型人际关系的体现,是大学校园文化的重要载体。

只要告诉我,你交往的是什么样的人,我
就能说出你是什么样的人。

——歌德



图片来源:<http://www.tiboo.cn/zhuantie/b436599/>