

◎ 公共关系书系 ◎

STUDY OF
INTERPERSONAL
RELATIONSHIP

人际关系学

【第四版】

谭昆智 杨 力 ◎ 著

◎ 公共关系书系 ◎

STUDY OF INTERPERSONAL RELATIONSHIP

人际关系学

【第四版】

谭昆智 杨 力 ◎ 著



首都经济贸易大学出版社

Capital University of Economics and Business Press

· 北 京 ·

图书在版编目(CIP)数据

人际关系学/谭昆智,杨力著. --4版. --北京:首都经济贸易大学出版社,
2018.1

(公共关系书系)

ISBN 978-7-5638-2742-8

I. ①人… II. ①谭… ②杨… III. ①人际关系学 IV. ①C912.11

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第323957号

人际关系学(第四版)

谭昆智 杨力 著

RENJI GUANXIXUE

责任编辑 彭珈佳

封面设计



视祥志远·激光照排

TEL: 010-65976003

出版发行 首都经济贸易大学出版社

地 址 北京市朝阳区红庙(邮编 100026)

电 话 (010)65976483 65065761 65071505(传真)

网 址 <http://www.sjmcbs.com>

E-mail publish@cueb.edu.cn

经 销 全国新华书店

照 排 北京视祥志远激光照排技术有限公司

印 刷 北京兴怀印刷厂

开 本 710毫米×1000毫米 1/16

字 数 427千字

印 张 24.25

版 次 2007年9月第1版 2010年9月第2版

2014年3月第3版 2018年1月第4版

2018年1月总第10次印刷

印 数 37 001~40 000

书 号 ISBN 978-7-5638-2742-8/C·139

定 价 46.00元

图书印装若有质量问题,本社负责调换

版权所有 侵权必究



第四版前言

2017年7月27日,我收到首都经济贸易大学出版社社长兼总编辑杨玲老师信息,得之:《人际关系学》一书2014年修订后又满3年了,很希望我能安排再次修订。问我估计修订需要多长时间,然后出版社按我的日程表确定加印册数。我当时因为要外出开会,答应8月中旬回来广州后修改。

在大数据时代,人际关系学的独特之处是对人的本性的基本论点,简单地说就是:人是“社会人”。这种假设认为人不但有经济方面和物质方面的需求需要得到满足,更重要的是有社会方面和心理方面的需求需要得到满足。基于对人的本性的这种认识,我们强调人际关系学说要调动人的积极性,就应该使人的社会和心理方面的需求得到满足。所以,人际关系学说的提出,完全地改变了管理理论发展的进程,它已成为一个独立的学科。

本书除了围绕人际关系的相关原理、知识及技法阐述外,还从多层面、多视点和多角度展开阐述和探讨,并针对社会现实,就如何克服人际交往障碍、营造和构建良好的人际关系进行分析,探讨具体的方法和对策。《人际关系学》一书2014年修订版已过去了三年,书中的一些案例现在看来显得太旧了,我删除了,并增加了近年来一些新的案例。同时,在撰写的书稿时,发现一些标题之间太集中,读者在阅读时会产生不舒服感,我就在标题之间增加了过渡性文字,提高读者阅读的愉悦感,既“要开天窗,又要接地气”,更富有时代感和学术性。

撰写《人际关系学》主要是作为大学教材,它的对象首先是大学生。现在《人际关系学》已经是中山大学新华学院公共关系学专业学生的教材,我上课时经常与学生沟通:进入大学后,我们都希望有丰富的人际交往,拥有令人感到友善、温暖、和谐的人际关系。特别是在大学里度过了快一年时光的大学生,早已熟悉了周围的

环境,认识了周围的同学,发现大学校园的生活并不是自己想象的那么简单。校园就是个小社会,我们的生活总是充满着小摩擦,不能风平浪静。如果我们要想很好地适应大学生活,就必须有好的人际关系。有的同学人际关系和谐,平时的生活充实而饱满;而有的同学人际关系糟糕,心情就会非常郁闷了,影响学习和生活。对大学生来说,人际交往能力欠缺也是影响人际交往的原因之一。人际交往能力是一个人的知识、人品、修养以及各种心理能力的综合,反映了一个人的综合素质,大学生在培养和提高自己的人际交往能力的同时,也要注意自身综合素质的培养和提高,从而建立和谐、融洽的人际关系。那么,我们在大学校园里如何与同学形成和谐、融洽的人际关系呢?对这个问题的思索就是我们撰写这本书的目的。

我认为:处理人际关系的最高境界是和谐。和谐出战斗力、出效益、出人才,和谐也出好心情和好身体。和谐是相对的,不和谐是绝对的,关键是要在不和谐中追求和谐,创造和谐。如何处理人际关系并使之达到和谐?我认为总的原则是:把握分寸,实事求是,尊重他人,不卑不亢。

如果你要对现在的人际交往方式进行根本的变革,本书有必要给你提供足够的信息,以便你能说服自己和你的同事采取行动。花30分钟看完这本书,还是花上5个小时甚至几天,这都取决于你。如果只想观其大概,你只要读下前言就可以了;如果想知其要点,可以逐段阅读;如果想钻研得再深一些,你可以拿支笔,在页边做些笔记,让我们就从这里开始吧。

《人际关系学》第一版是2007年出版的,到现在已有10年,经过3次修改,目前已是第四版了。完成这本书,需要感谢的人有很多,感谢那些曾经帮助过我的师长、朋友和学生,特别要感谢首都经济贸易大学出版社的杨玲社长和彭伽佳编辑,由于杨玲社长的主动约稿,给了我这个机会,而机会产生了责任和思考,使压力变为动力。你们的恩情我将铭记于心。这本《人际关系学》还有诸多缺憾和需要完善之处。我相信这对我的学术生涯来说只是一个起点,而非终点。真心希望阅读这本书的朋友们能够给予批评指正,这对我来说将是莫大的鞭策和鼓励!

谭昆智

2017年8月22日

于中山大学新华学院



前言

人际关系 (Interpersonal Relation) 主要是指个人关系或私人关系,即个人在社会交往中形成的人与人之间的相互作用和相互影响。这一概念从个体关系的角度概括了人的各种社会关系,包括个人在生产、生活及其他社会活动中形成的一切人与人之间的关系。公共关系 (Public Relation) 则是指组织与其相关公众之间的传播管理,它本质上是组织机构与相关公众之间的双向传播与沟通,即运用现代传播沟通手段,建立并完善组织与公众之间的双向交流,促进组织与公众之间的相互理解与信任,为组织优化社会环境,并树立良好的组织形象。

公共关系与人际关系的联系是十分密切的。从内容上看,公共关系包括了一部分人际关系。组织的公关活动包括组织中的个人与公众对象之间的关系,而公众对象中也存在许多个体的对象。因此,组织与公众的关系也经常表现为个人与个人的关系,即代表组织的个人与公众群体中的个人之间的相互交往。从方法上看,公共关系实务包括人际沟通的技巧,即面对面的情感交流和说服技巧。公关人员需要具备较强的人际沟通能力和良好的交际素质与涵养,而良好的人际关系也有助于组织公共关系的成功。

尽管如此,公共关系与人际关系仍是有区别的。首先,从主体上看,公共关系的行为主体是组织,而人际关系的行为主体是个人。在公共关系活动中,个人是以组织的身份与公众交往的,是组织的代表。其次,从对象上看,公共关系的对象是与组织相关的所有公众及其舆论,而人际关系的对象则包含了许多与组织无关的私人关系。再次,从内容上看,公共关系是一种组织的管理活动与职能,处理的是组织事务和公众事务,而人际关系处理的许多私人事务与公众没有关系。最后,从方式上看,公共关系强调运用公众

传播和大众传播的方式作远距离、大范围的公众沟通,而人际关系则局限于面对面、个体对个体的交流方式。可见,公共关系并不等于人际关系。

正是由于人际关系有这样的特点,我们应该认识到,一个社会人的成长离不开良好的人际交往。

积极的人际交往有助于情感沟通和身心健康。人际交往可以体现出人与人之间的关怀、信任与友谊,因而成为情感得到满足的重要方式。心理学研究表明,精神受到重大创伤的人,如果善于与人交往,就能较快地从伤痛中走出来。通过相互交往,增进相互之间的情感交流,满足其归属与安全等心理需要,使个体内心的愿望得到别人的理解和赞同,从而体会到生活的意义与生命的价值,积极地面对生活的挑战。

积极的人际交往有助于知识的获取、信息的交流和创新能力的培养。英国作家萧伯纳说过:“如果你有一个苹果,我有一个苹果,两人彼此交换,每人只有一个苹果;但如果你有一种思想,我有一种思想,大家彼此交换,每人就有了两种思想。”亚里士多德也说过:“不能在社会中生活的个体,或者因为自我满足而无须参与社会生活的个体,不是野兽就是上帝。”在现代社会,知识增长之快,信息变化之多,令人目不暇接,难以完全捕捉。一个不善于交往的人,其知识必然是贫乏的。但是,通过积极的交往,就可以获得来自不同渠道的信息和知识,可以通过信息的交流和思想的碰撞产生新的火花,从而打破思维定式,培养创新能力。

积极的人际交往有助于正确地认识和完善自我。青年学生处于趋于成熟但又未真正成熟的发展阶段,对自己有一定的了解,但这种了解很可能没有触及实质,因而会出现对自己评价过高、盲目自信,或对自己评价过低、无端自卑两种情况。为了能够正确地认识自己,我们需要积极地与人交往。人的自我认知和自我完善是在一定的文化环境中,通过个人和他人的相互作用、相互认知来实现的。

在现实生活中,我们都喜欢自觉或不自觉地与人比较。通过比较,在进一步认识他人的过程中也将他人对自己的评价作为参照来修正自己,从而正确认识自己,完善自我。有的人在交往中习惯以自我为中心,这难免会导致交往失败,但是通过对自己多次交往行为和结果的反思,就可能发展理解和体验他人情绪的移情能力,能够站在别人的立场上进行思考,逐渐形成真诚、自信、热情、包容等优秀的品质,这恰恰是影响人际交往成功与否的最重要的因素。

人际关系是每个人职业生涯中最为重要的课题,良好的人际关系是舒心工作、安心生活的必要条件。面对日趋激烈的市场竞争和人才竞争,每个人的自我意识都比较强,在错综复杂的社会大环境中,我们更应该在人际关系方面调

整好自己的坐标。

本书详细介绍了当前人际关系学的最新动态,从历史和现实、理论和实践相结合的角度,深入分析了当代人际关系交往的特点、问题和根源,为人与人之间的理想交往提供了有益的对策和建议。

谭昆智

2006年7月11日

于广州中山大学康乐园



目 录

Contents

第一章 人际关系学概论 / 1

第一节 人际关系概述 / 2

第二节 人际关系的特点 / 11

第三节 人际关系的理论基础与变革 / 20

第二章 人际关系的功能 / 39

第一节 信息沟通功能 / 40

第二节 心理保健功能 / 54

第三节 相互激励功能 / 64

第三章 人际关系的形成和发展 / 83

第一节 人际关系的形成 / 84

第二节 人际关系建立与发展的过程 / 94

第三节 人际关系的发展趋势 / 103

第四章 人际关系的类型 / 117

第一节 人际关系主体分类 / 118

第二节 人际关系基础分类 / 127

第三节 人际关系性质分类 / 149

第五章 人际交往原则 / 159

第一节 平等民主原则 / 160

第二节 互利共享原则 / 168

第三节 至诚至信原则 / 178

第四节 激励相容原则 / 190

第六章 人际交往的心理障碍 / 205

第一节 人际交往及其心理障碍 / 206

第二节 人际交往心理障碍的消除 / 222

第七章 人际交往的艺术和技巧 / 237

第一节 人际交往理论 / 238

第二节 人际交往的协调 / 251

第三节 人际交往的技巧 / 258

第八章 人际关系的评估 / 279

第一节 人际关系评估的意义 / 280

第二节 人际关系评估的方法 / 294

第三节 人际关系评估的经济价值 / 308

第九章 网络社会中的人际关系 / 327

第一节 网络社会与网络伦理 / 328

第二节 网络人际交往的特征 / 344

第三节 网络人际交往的调适与重构 / 352

参考文献 / 373

后记 / 376

Study of Interpersonal Relationship

第一章

人际关系学概论

学习要点

本章主要探讨人际关系学是怎样的一门学科。为了回答这一问题,本章将从以下几方面加以阐述:①人际关系概述:让学习者了解什么是人际关系以及人际关系的实质、人际关系学的研究对象。②人际关系的特点:包括当代社会人际关系、大学生人际关系和领导者人际关系的特点。③人际关系的理论与变革,掌握人际关系的理论基础以及人际关系的继承与变革。

第一节 人际关系概述

人类社会的历史告诉我们,人既要同自然界发生关系,又要同社会发生关系。离开自然界,人不能生存;离开社会,人就不成其为人。人与社会的关系归根到底是人与人的关系。人具有社会性,这是人区别于动物的重要标志。古希腊著名哲学家亚里士多德在《政治学》一书中谈到,一个生活在社会之外的人,同人不发生关系的人,不是动物就是神。完全脱离社会、脱离人际关系,人就不再是人,而是动物。1799年在法国东部森林发现的11岁的野生儿,1920年在印度加尔各答东北森林发现的狼孩,1694年在国外发现的熊孩,都是由于长期不与人发生关系,与狼、熊为伍,结果丧失了人的天性。

一、什么是人际关系

广义的人际关系是指人与人之间的关系,包括社会中所有的人与人之间的关系,以及人与人之间关系的一切方面。显然,这一定义并没有揭示出人际关系的特殊性。狭义的人际关系是指人与人之间通过交往和相互作用而形成的、直接的心理关系,它反映了个人或群体满足其社会需要的心理状态,它的发展变化取决于双方社会需要满足的程度。

人际关系是同人类起源同步发生的一种古老的社会现象,其外延很广,包括朋友关系、夫妻关系、亲子关系、同伴关系、师生关系、同事关系等。人际关系受生产关系和政治关系的制约,是社会关系中较低层次的关系;同时,它又渗透于社会关系的各个方面,是社会关系的“横断面”,因而对社会关系具有反作用,它直接影响着人们的心理环境和社会环境。每个个体都生活在各种各样现实的、具体的人际关系之中。

综上所述,人际关系是指人们在社会交往中形成的人与人之间的相互作用和相互影响,是人与人在相互交往的过程中所形成的心理关系。这一定义强调了以下3点:第一,作为个体的人,都不可避免地要与他人进行物质或精神的交往;第二,人与人之间在交往和互动中会发生、发展和形成某种关系;第三,人与

人之间在交往中总是维系着某种心理联系。

二、人际关系的实质

人际关系(除与生俱来的血缘、亲缘、地缘关系外)是在人际交往中建立起来的,人际交往是人的本质表现,是人的本性要求。而人际交往的前提和基础是满足人的物质需求和精神需求,物质关系、精神关系同属于利益关系,因此我们认为,利益是人际关系的实质。

(一)人际关系的建立受利益的驱使

要真正清楚人际关系的建立受利益的驱使,首先要理解利益和荣辱观这两个关键词的含义。利益包括物质利益和精神利益两个方面。人们相互交往、建立某种人际关系都是为了满足各自不同的物质需要或精神需要。

荣辱观是社会的价值导向,是道德在社会生活中的具体体现。不同性质社会的荣辱观是不同的。恩格斯说,每个社会集团都有它自己的荣辱观。荣辱观的形成及其对社会发生作用的方式正如马克思所指出的:在不同的占有形式上,在社会生存条件上,耸立着由各种不同的、表现独特的情感、幻想、思想方式和人生观构成的整个上层建筑。整个阶级在它的物质条件和相应的社会关系的基础上创造和构成了这一切。通过传统和教育承受了这些情感和观点的个人,会以为这些情感和观点就是他行为的真实动机和出发点。

在资本主义社会,由于资本主义私有制的决定性作用,导致拜金主义盛行。拜金主义是一种把获取金钱视为生活最高原则的人生价值观和生活方式。金钱的占有及其数量的多少决定了人的社会地位的高低,并成为资本主义荣辱观的标准。资本主义荣辱观反映了资本主义社会失衡的价值体系,人不能主宰自己创造的物质与财富,其结果就是人的异化、道德的沦丧、利己主义与享乐主义的蔓延。

社会主义社会是以公有制为基础的人民当家做主的社会,在这个社会里,是否全心全意为人民服务,是否符合人民、集体、国家和社会主义事业的要求是衡量荣辱的标准。毛泽东结合中国革命的实践指出,共产党员无论何时何地都不应把个人利益放在第一位,而应以个人利益服从于民族的、人民群众的利益。因此,自私自利、消极怠工、贪污腐化、风头主义等是最可鄙的,而大公无私、积

极努力、克己奉公、埋头苦干的精神才是值得尊敬的。邓小平同志在领导改革开放的实践中指出,中国人民有自己的民族自尊心和自豪感,以热爱祖国、贡献自己的全部力量建设社会主义祖国为最大的光荣,以损害社会主义祖国的利益、尊严和荣誉为最大的耻辱。

建设小康社会作为我国社会主义初级阶段的重要战略,承担着奠定社会主义现代化坚实物质基础的历史重任,同时,还必须为建设社会主义孕育丰厚的精神土壤。社会主义作为人类社会的美好前景,不仅意味以高度发达的生产力为基础的物质产品的极大丰富,还必然伴随着人们精神世界的高度发达。我们今天倡导“以人为本”,关心人民群众的切身利益,不断丰富人民群众的精神世界,提升人民群众的精神境界,就是其中非常重要的内容。然而,在全面建成小康社会的今天,社会价值观念出现了一定的偏差。受资本主义价值观念与消费文化的冲击,弥漫着金钱至上的荣辱取向,一些人的是非观念和荣辱观念已完全被金钱所左右,以金钱为转移,为了获取金钱不择手段,严重败坏了社会风气。试想,如果以这样的荣辱观为价值导向,我们的国家将走向何处?

此外,社会主义荣辱观还继承了体现中华民族优秀品质的传统荣辱观,以热爱劳动、勤俭朴实、为人正直、主张正义、崇尚科学为荣,以不劳而获、巧取豪夺、沽名钓誉、愚昧无知为耻。

(二) 利益是建立人际关系的基础

除血缘、亲缘、地缘关系外,人际关系建立的基础是利益。

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、与生产力的一定发展阶段相联系的、不以人的意志为转移的社会关系。我们要充分理解生产力与生产关系之间的关系,无论是社会的发展,还是企事业单位的发展,都离不开这种关系。

首先,有什么样的生产力就有什么样的生产关系与之相适应,即生产力决定生产关系。具体地说,生产力发展了,生产关系就要相应地发生变化或者变革,于是,新的生产关系代替了旧的生产关系,较高的社会发展阶段代替了较低的社会发展阶段。其次,生产关系一定要适应生产力的发展,即生产关系对生产力具有反作用。当生产关系适应生产力发展时,就会促进生产力的发展;反之,当生产关系不适应生产力发展时,就会阻碍生产力的发展。最后,生产力与

生产关系之间的矛盾构成人类社会的基本矛盾。

物质利益即经济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。物质利益是人们进行社会活动的物质动因,人们从事生产活动,就是为了获得物质利益;人们进行阶级斗争,最终也是为了物质利益。因此我们说,生产关系本质上仍是一种利益关系。

2. 利益是政治关系的基础。利益关系决定了政治关系。政治是一种特定的社会关系,是经济的集中体现。在阶级社会中,国家政权是政治的主要问题和根本问题,政治是一种有规律的社会现象。

一方面,利益是政治关系的基础,它对政治关系具有根本性和决定性的意义。利益是人们结成政治关系的出发点,是政治权力和政治权利形成的基础和条件,利益的内在矛盾决定了政治权力和政治权利的特性。另一方面,利益是社会成员的政治行为的动因,是一切社会政治组织及其制度的基础,是社会政治心理和政治思想的源泉。利益运动是政治发展的根本动力。

3. 利益是法律关系的基础。法律保护当事人的合法利益,法律关系的实质也是利益关系。法律认识利益,选择利益,近而去协调利益,而这种利益是一种人与人之间的利益。人与人之间有利益是法律能够调整人与人之间关系的基础,因此,我们要通过自己的言行来温暖和关爱当事人,让他们在以后的生活中善于用法律保护自己。例如,开展司法救助,保护困难群众的合法利益;对经济确有困难的老年人、未成年人、残疾人、失业人员、外地民工和国家规定的优抚对象等追索赡养费、扶养费、抚恤费、养老金、社会保险金、劳动报酬等案件实行司法救助;在立案时依法缓、减、免交诉讼费,做到快立、快审、快执,加强对困难群众的法律保护。

4. 利益是道德关系的基础。道德作为人类社会特定的意识形态,从本质上讲,都是当时社会经济状况的产物,是由社会经济基础决定的。

(1) 社会经济关系的性质决定了各种道德体系的性质。社会经济关系是道德关系的基础,人们的道德观念、道德情感以及行为规范是在一定的经济关系的基础上形成并不断变化的。在人类历史上,社会经济基础主要有公有制和私有制两种基本形式,与此相适应,道德主要也表现为两大类,一类是与公有制相对应的原始社会道德和社会主义道德;另一类是与私有制相对应的奴隶社会

道德、封建社会道德和资本主义社会道德。

(2) 社会经济关系所表现出来的利益直接决定了道德的基本原则和主要规范。恩格斯指出,每一个社会经济关系首先是作为利益表现出来。人们在长期的社会生活中逐渐认识到,只有维护一定的经济关系,才能获得利益,也只有提出相应的道德原则和道德规范,才能实现其利益。因此,利益是道德的直接根源,决定了道德的基本原则和主要规范。

利益是道德的直接基础。道德作为一种社会意识,是一定社会关系的反映,其内容归根到底是由一定的生产关系即经济关系决定,并随着经济关系的发展而变化的。因此,人类道德的发展总是顺应社会经济的实际需要,它不仅在利益的基础上产生,而且随着利益(即经济关系)的变化而变化。

英国首相丘吉尔在二战期间说过一句名言:“没有永远的朋友,也没有永远的敌人,只有永远的利益。”有人认为,这句话会使我们产生这样的看法:纯粹的利益观,看着可能很无耻,但很现实。而且不只国际关系,现在社会上的人际关系中又何尝不是无限地向其看齐。当然,也有人认为他很现实,但很短视,不符合人类的进化规律,是人类的一种倒退。



(三) 人际关系的性质

从性质上来看,人际关系大致可以分为两种:一种是积极、和谐的交往;一种是消极、敌对的交往。这两种交往在一定的范围内是交织出现的。

1. 积极、和谐的交往。积极、和谐的交往强调宽容、接纳、互助和共同进步,在良好的工作气氛、积极的人生心态、健康的成长环境、真诚友好的交往过程中,快乐地学习、工作和生活。

同时我们还要看到,人际关系的和谐是社会和谐的基石,是构建和谐社会必不可少的。和谐社会关键在人,它所需要的人际关系主要有以下几个方面的内容。

(1) 注重广泛结交。社会交往是联结人类活动的纽带,若离开他人的支持

和协助,许多事情都很难做成。广泛结交的目的并不只是向别人求助和索取,而是要建立在真诚待人和互相奉献的基础上。赤诚之心和奉献之举是广结善缘的种子。

(2)注意文明交往。首先要尊重他人,这是建立人与人之间新型关系的基本前提,也是文明交往最基本的行为规范。只有尊重别人的人,才会得到别人的尊重。尊重别人就是要尊重别人的人格、感情、意见、劳动和创造。人与人之间只有相互尊重,才能在交往中形成文明、和谐、温暖的气氛。

(3)必须团结友爱。在人际关系中,最高贵、最闪光、最有价值的精神纽带就是团结友爱,它是人们在意志与行动、心理与感情上的亲善、和谐与统一,是围绕一定目标和利益形成的向心力与凝聚力,是一个人取得成绩、一个民族获得发展、一个国家的事业取得成功的基本保证。团结友爱要求人们做到同心、同德、同力,为共同的理想,即祖国富强、民族振兴、人类进步而不懈奋斗。团结友爱还要求人们互帮、互助、互谅、互爱。互帮、互助可以使生活充满温馨,互谅、互爱可以给人们带来幸福。人们在团结友爱的氛围中生活、学习和工作,社会在和谐有序的氛围中稳步发展。

(4)增进相互谅解。如果人与人之间没有谅解,就没有人际关系的和谐;如果社会交往中没有谅解,每个人都将被争吵与喧闹所包围;如果人世间没有谅解,世界将会成为一个结怨和报复的世界。因此,要构建和谐的人际关系,我们一定要学会谅解,善于谅解。倾听是谅解的起点,宽容是谅解的坦途,忘记是谅解的良方。

2. 消极、敌对的交往。不和谐、紧张、消极、敌对的交往是不良的人际关系,它对个人的工作、生活和学习都是不利的。大量的研究表明,几乎我们所有的知识、技巧、能力等都来自我们与他人交往时所进行的社会比较过程。例如,国家与国家之间、民族与民族之间,有的和平共处,有的战争不休;在集体或家庭内部,有的团结一致,有的四分五裂。在现实生活中,既有无私的援助,也有公开的抢劫;既有亲密的交往,也有冷酷的斗争;既有热情的鼓励,也有无情的打击。正是这些性质相互对立而又总是联系在一起的人际关系,构成了丰富多彩的社会生活。

交友也有积极和消极两种情况。孔子把交友的两种情况说得很明确,他