

当代大学生在人际交往方面投入的精力调查 当代大学生人际交往的问题论文(模板5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

当代大学生在人际交往方面投入的精力调查篇一

据报载山东大学社会学系选取在济南举办的两场高校毕业生招聘会，现场发送1500份问卷，对今年高校毕业生供需状况进行了调查分析，结果表明：用人单位在招聘时最看重的是学生的综合素质，而大学生的能力则成为用人单位关注的重点，特别是人际交往能力。

我们知道轰动全国的云南大学2.23 凶杀案，主犯马加爵，由于与同学产生了一些小矛盾，而走上杀人的道路。这件事不得不引起我们的思考。为此，我们在生活、学习、工作中，要正视和解决不愿交往、不懂交往、不善交往的问题，塑造自身形象，以积极的态度和行为对待人际交往，建立和谐的人际关系。

我们希望通过对外人际交往的特点以及交往的原则的认识与理解，可以从中领悟到交往的一些知识。结合这些特点与原则，找到合适的方法培养我们的人际交往能力，促进我们自身的人际关系。

二、大学生人际交往能力的简介

1、 人际交往能力的含义：社会交往能力是指妥善处理组织

内外关系的能力。包括与周围环境建立广泛联系和对外界信息的吸收、转化能力，以及正确处理上下左右关系的能力。

2、 人际交往能力的种类：

（1）表达理解能力 表达理解能力意味着一个人是否能够将自己内心的思想表现出来，还要让他人能够清楚地了解自己的思想，其次就是理解他人的表达。一个人的表达能力，也能直接地证明其社会适应的程度。

（2）人际融合能力 表明了一个人是否能够体验到人的可信以及可爱，它和人的个性（如内外向等）有极大的关系，但又不完全由它决定，更多的是一种心理上的意味。

（3）解决问题的能力 当前独生子女的一大弱点是依赖性强，独立性解决问题能力差，再加上应试教育的弊端，因而严重影响了学生的交往能力。

三、培养人际交往能力的重要性

人际交往能力就是在一个团体、群体内的与他人和谐相处的能力，人是社会的人，很难想象，离开了社会，离开了与其他人的交往，一个人的生活将会怎样？有人存在，必须与人交往。当我们走上社会的时候，我们会与各种各样的人物打交道，在与人交往中，你能否得到别人的支持、帮助，这里就会涉及到自身能力的问题。我以为，我们在校学习期间，就要培养自己与同学、与教师、与领导、与职工打交道的能力。与同学交谈，可以论争不同的学术观点，可以谈对社会现象的不同认识，在论辩中提高自己的思辩能力；与老师交谈，可以交流读书心得，理清不同的思想认识，可以从中受到启迪；与领导交谈，可以充分交流自己对问题的不同见解，也许可以锻炼自己在领导面前不怯场；与职工打交道，你可以了解到他的工作状况和不同的心态。善于与人交际，你会从中学到很多书本上学不到的东西。

1、人际交往是维护大学生身心健康的重要途径

(1) 人际关系影响大学生的生理和心理状况

处于青年期的大学生，思想活跃、感情丰富，人际交往的需要极为强烈，人人都渴望真诚友爱，大家都力图通过人际交往获得友谊，满足自己物质和精神上的需要。但面对新的环境、新的对象和紧张的学习生活，使得一部分学生由此而导致了心理矛盾的加剧。此时，积极的人际交往，良好的人际关系，可以使人精神愉快，情绪饱满，充满信心，保持乐观的人生态度。一般说来，具有良好人际关系的学生，大都能保持开朗的性格，热情乐观的品质，从而正确认识、对待各种现实问题，化解学习、生活中的各种矛盾，形成积极向上的优秀品质，迅速适应大学生活。相反，如果缺乏积极的人际交往，不能正确地对待自己和别人，心胸狭隘，目光短浅，则容易形成精神上、心理上的巨大压力，难以化解心理矛盾。严重的还可能导致病态心理，如果得不到及时的疏导，可能形成恶性循环而严重影响身心健康。

(2) 人际交往影响大学生的情绪和情感变化

处于青年发展期的大学生，正处在人生的黄金时代，在心理、生理和社会化方面逐步走向成熟。但在这个过程中，一旦遇到不良因素的影响，就容易导致焦虑、紧张、恐惧、愤怒等不良情绪，影响学习和生活。实践证明，友好、和谐、协调的人际交往，有利于大学生对不良情绪和情绪的控制和发泄。

(3) 人际交往影响大学生的精神生活

大学生情感丰富，在紧张的学习之余，需要进行彼此之间的情感交流，讨论理想、人生，诉说喜怒哀乐。人际交往正是实现这一愿望的最好方式。通过人际交往，可以满足大学生对友谊、归属、安全的需要，可以更深刻、更生动地体会到自己在集体中的价值，并产生对集体和他人的亲密感和依恋

之情，从而获得充实的、愉快的精神生活，促进身心健康。

2、人际交往是大学生成长成才的重要保证

（1）人际交往是交流信息、获取知识的重要途径

现代社会是信息社会，信息量之大，信息价值之高，是前所未有的。人们对拥有各种信息和利用信息的要求，随着信息量的扩大，也在不断地增长。通过人际交往，我们可以相互传递、交流信息和成果，使自己丰富经验，增长见识，开阔视野，活跃思维，启迪思想。

（2）人际交往是个体认识自我、完善自我的重要手段

孔子曾说过：独学而无友，则孤陋而寡闻。人际交往，可以帮助我们提高对自己的认识，以及自己对别人的认识。在人际交往的过程中，彼此从对方的言谈举止中认识了对方。同时，又从对方对自己的反应和评价中认识了自己。交往面越宽，交往越深，对对方的认识越完整，对自己的认识也就越深刻。只有对他人的认识全面，对自己认识深刻，才能得到别人的理解、同情、关怀和帮助，自我完善才可能实现。

（3）人际交往是一个集体成长和社会发展的需要

人际交往是协调一个集体关系、形成集体合力的纽带。而一个良好的集体，能促进青年学生优良个性品质的形成。如正义感、同情心、乐观向上等都是在民主、和睦、友爱的人际关系中成长起来的。良好的人际关系还能够增进学生集体的凝聚力，成为集体中最重要的教育力量。人际交往是人与人之间的一种互动。良好的人际交往能力是积极向上的，反之，不利于个体的全面健康的发展。

3、大学生社交能力普遍偏弱

在近日各高校举行的校园招聘会上，一些企业负责人表示，员工的交际与沟通能力越来越成为企业在市场竞争中获胜的主要动力，因而用人单位在招聘时更看重求职者的情商。面对用人单位开出的招聘条件，越来越多的大学生感受到了人际交往能力的重要性。

日前一项针对大学生职业适应能力的调查显示，有41.98%的学生认为人际交往能力的训练是找工作时对自己特别有帮助的教育内容，大大超过了专业能力训练（14.9%）、基础知识与技能的训练（17.5%）和心理素质教育（17.5%）等其他知识能力。而在回答通过择业你感到自己特别欠缺的素质是什么时，选择人际交往能力的比例最高达34.8%，同样排在分析与解决问题的能力（28.8%）、操作技能（25.9%）、基础知识（4.6%）等之前，位列首位。

对自己负责的这个调查，天津师范大学教育科学院心理研究所主任贾晓波教授认为，调查结果表明，越来越多的大学生意识到，人际交往能力的欠缺已经成为求职路上的拦路虎。据贾教授介绍，良好的社交心理素质与人际交往技巧不是与生俱来的，只有在社会化过程中不断地接受系统训练才能习得。而目前，人际交往能力的培养恰恰是教育教学内容中的薄弱环节。

贾教授认为，多年来，学生长期在高考指挥棒下，过分注重追求成绩而忽视了人际交往能力等其他素质的培养。进入高校后，学校也很少有专门的系统课程培训。所以导致很多大学生智商很高，情商却很低，往往处理不好如何与其他人相处、沟通、交流。而这些正是时下企业招聘时最为看重的能力素质，因此，给大学生补上这节课已经刻不容缓。

当代大学生在人际交往方面投入的精力调查篇二

与社会相比，大学是一个相对纯净的“象牙塔”，可同样离

不开人际交往。

如今，随着大学的日渐开放，大学生与社会交往的日渐增多，社会上一些复杂的人际关系在大学生活中也有投射。因此，和谐的人际关系既是大学生心理健康不可缺少的条件，也是大学生获得心理健康的重要途径。大学生在人际交往过程中要注意：

大学生处于特定的生理发育期，自制能力较弱，遇事容易冲动。如骑车相撞以及类似的许多事情，是大家都不愿意发生的，有时也很难断定谁是谁非，双方谦让一下就相安无事了，即使自己有理，也可以忍让一点，好言相对，然而大学生往往一时冲动，气势汹汹，把事情搞糟。

大学生的许多人际冲突，都是发生在没有什么原则问题的小事情上，往往是一次无意的碰撞、不经意的言语伤害，或区区小利等，本来只要打个招呼、说声道歉，也就没事了，但双方都“赌气”，不肯放低姿态，结果争吵起来。更有甚者，一个不让，一个拔拳相向，头破血流，事后懊悔不迭。从心理学角度讲，则是双方都在用不适当的方法维护自尊，即典型的面子心理。仿佛谁先道歉就伤了面子，谁在威胁面前低了头，谁就是孬种，于是层层升级，以悲剧而告终。

大学生人际和谐的表现之一是乐于与人交往，然而有的大学生由于种种原因则形成不同程度的封闭心理，阻碍其正常人际关系的形成。有的是因为性格内向，情感冲动的强度较弱，外露表现不明显，被人误认为封闭。实际上他们是情感深沉，能帮人一帮到底；有的是整天忙忙碌碌，因为紧张的工作和繁重的家务所累，始终处于疲倦状态，自然也就很少有高涨的热情，只要紧张气氛松弛了，他们的热情一般能很快调动起来；有的则是因为心灵上的创伤所致。如过去曾赤诚待人，结果却遭致欺骗、暗算，因此对人渐存戒心，不轻易暴露自己的思想感情；或者学业屡屡受挫，世界在其眼中被蒙上了

一层灰暗的色彩，失去了信心，失去了对生活的追求，自以为看破红尘，新的事物，新的活动难以再激起他的热情，看不到自己改造世界的力量，只想消极混世，了此一生。对于心理封闭的同学，最重要是要努力改变自己，自强不息。大家要以更大的热情关心、帮助他们，不能简单予以责备，甚至孤立他们。

同学之间坦诚相待、互通有无，有利于增进彼此友情，减少不必要的摩擦、冲突。但在和同学交流遇到意见分歧或对方有错误时，你是措辞生硬，直道其详，还是近取诸譬，站到对方的立场上想一想，委婉地让对方接受你的意见，会产生完全不同的效果。另外，培养幽默感也有助于把本来紧张的局面缓和得轻松自如；几句俏皮话能使一个窘迫的场面在笑话中消逝。

当代大学生在人际交往方面投入的精力调查篇三

:酒店的服务对象是人，人是空间的主体。酒店大堂空间是酒店最主要的公共空间，也是酒店使用者停留最多的公共场所。人际交往是酒店大堂发生概率很高的活动。在空间设计中要考虑到审美、艺术、服务质量的同时更要充分考虑到人际交往这一活动，设计适宜不同交往模式共存的空间。提高空间的亲切感以及空间的舒适度至关重要。

:酒店大堂；人际交往；空间设计

文章主要探究酒店使用者在酒店大堂空间中的几种人际交往模式，以及这几种人际交往模式下使用者的心理诉求，发掘影响人际交往模式的外在空间环境因素。通过调研案例分析，分析如何创造适宜的空间环境来满足每一种人际交往模式。

1.1 观望观望是指酒店大堂空间中的一些社会性活动，人们处于自身舒适环境中，愿意持有观望态度，而不愿意亲身参与

其中的一种交往模式。例如：观望大堂里的演出；观望酒店大堂里来来往往、形形色色的人。

1.2参与参与其中是指人们愿意并且参与其中的一种交往模式。例如：相熟的客人在酒店大堂空间中偶遇、相互寒暄；商务人士聚众商讨问题；或者一帮朋友、家人促膝谈心、闲聊日常琐事等。这也是酒店大堂存在最多的一种交往模式。

1.3独处人们在一天喧嚣的生活之后会需要安静独处的空间环境。例如：看书，发呆抑或听音乐等。

2.1距离距离对人际交往的影响最为直观，在生活中，我们常常会发现这样的情况，咖啡厅吧台区不相熟的人通常会相隔很远，或者隔一个座位坐一个人，人们不愿意夹在两个陌生人之间，表明人们在潜意识里会通过拉开距离的方式来保持个人空间。距离的尺度直接影响人际交往的舒适度。

2.2场所设想一下，在酒店大堂主厅空间正中央的位置突兀的设置休息区，并不会有人去，人们并不想完全的暴露在大堂其他使用者的视线内。而靠窗设置的休息区经常人满为患。在酒店大堂空间的设计上，如果忽略使用者停留意愿的规律性，就会出现华丽的大堂之下，寂寥无人的景象。社会学家德克德琼治提出过一种边界效应理论，他指出“处于森林的边缘或者背靠建筑物的立面有助于个人或团体与他人保持距离。”人们喜欢靠窗、靠墙、靠柱子的位置。这在我们的生活中也非常常见，在乘车、乘机、餐厅就餐等等行为中，我们的第一选择都是靠窗。是因为处于空间的边缘为观察提供了最佳的条件。在酒店设计上应该根据不同的人际交往模式设计不同的场所。

3.1观望——公共活动上海喜马拉雅酒店酒店大堂，在酒店大堂空间中设计一个表演舞台。对于这种公共活动大部分人只是喜欢观望并不想亲身参与其中。根据《隐匿的尺度》，“公共距离（大于3.75m²）用于单相交流的集会，演讲，

或者人们只愿旁观而无意识参与一些拘谨场合的距离。”舞台距离使用者保持在3.75m的距离才会使使用者即能维持个人的舒适距离又能观察到公共活动。

设计要点：

2) 公共活动通常设计在酒店大堂的中心位置，确保使用者视线的可达性。

3.2参与——适宜交往的小环境设计参与是发生概率最高的人际交往模式，应该作为整个空间设计的重点。

芦源义信认为：“四度半的空间”（约8m²）是小巧、宁静、亲密的室内空间尺度。这是适于家庭聚会或几个人交谈同时具有亲切感的空间。上海衡山路至尊精选酒店大堂空间中的一处小空间就非常适合三五好友聊天休憩。小空间面积约8m²沙发的摆放刚好使得人与人之间的距离维持在具有亲切感的尺度范围之内。“个人距离□0.45~1.30m□是亲近朋友之间或家庭成员之间谈话的距离；社会距离□1.30~3.75m□是朋友、熟人、邻居、同事等之间日常交往之间的距离。”根据上文提到的边界效应理论，在小空间环境的设计上，通过镂空格栅人为制造空间边界，从原来的一面边界——墙面，变为三面——墙面、镂空格栅，边界的增加提供了使用者长时间停留的可能性，为交往行为的发生提供环境基础。

设计要点：

1) 维持在社会距离的尺度内□0.45~3.75m□

2) 运用“四度半空间”理论；

3) 设计在空间边界的位置或者人为制造更多的空间边界。

3.3独处——安静的个人空间上海璞丽酒店大堂休息区结合

书咖打造了一个安静的小天地。璞丽酒店大堂休息区，小空间位于右图黄色区域部分，格式塔心理学指出，“人们常常会把感知的图形简化成完整的、简单的图形。”使用者进入酒店大堂中，感知的图形是一个完整的长方形，黄色休息区自动被屏蔽到长方形图形之外。在心理上就把黄色区域区划分为一个相对独立的空间。“在社会距离的尺度上
□1.30~3.75m□□视觉等其他感觉输入信息量较少，远距离还起到互不干扰的作用。黄色休息区，左侧蓝色区域为静态景观水系，使用者在此空间，坐于窗前，看书，欣赏水景。整个空间安静而富有禅意，使用者在此空间可以隔绝喧嚣，沉浸在自己的世界里，身心放松，是独处的绝佳场所。整个空间设计结合书籍、以及透过玻璃窗外的静态水系强调了安静这一环境要素。

设计要点：

- 1) 维持适宜的人与人之间的距离□1.30~3.75m□□保持个人空间的完整性；
- 2) 安静的环境或良好的景观朝向。

通过上述分析，我们了解到使用者的人际交往模式对大堂空间的设计具有重要的影响。因此在酒店大堂空间的设计上，设计师除了把心思放在空间本身更应该把出发点聚焦到使用者的人际交往上。酒店大堂是使用者进入酒店的第一空间，不应该只有华丽的外表，更应该充满人情味。只有使用者的心理诉求得到满足，空间才能最大的发挥其价值。

[1]扬盖尔。交往与空间[m]□中国建筑工业出版社，2002.

[2]库尔特考夫卡。格式塔心理学原理[m]□黎炜译。浙江：浙江教育出版社，1997. 2-3.

[3]唐玉恩。旅馆建筑设计[m]□中国建筑工业出版社，1993.

[4]芦原义信。街道的美学[m]□百花文艺出版社出版，2006.

[5]林玉莲，胡正凡。环境心理学[m]□中国建筑工业出版社，2006.

当代大学生在人际交往方面投入的精力调查篇四

面对日益严峻的就业形势和激烈的社会竞争，大学生的心理压力负担越来越大。大学生群体心理压力过大，即影响大学生自身的发展，又影响着社会的发展。大学生是国家发展的推动力之一，是社会主义经济发展的栋梁。国家和社会所需要的人才，不仅要具备很高的专业技能，更是需要强健的身体素质和健康积极向上的心理素质。

一、大学生的心理压力分析

（一）学业压力

学习是大学生在大学生活中最重要的内容，也是他们将来就业和发展的基础。大学是他们学习专业技能、提高知识涵养、提升个人素质的关键时期。但是，大学生活不同于高中生活，大学学习更注重学生独立自主的学习能力。大学阶段的学习环境、学习氛围、学习内容、学习方式等和高中阶段相比都是有较大区别的。大学阶段的学习相对更加的细化，专业课程增多，而且没有教师对学生学习进行监督与管理，一些大学生难以适应大学的学习模式，又缺乏自我调节能力和自我规划能力，再加上没有进行及时的心理疏导，进而导致大学生的学业压力越来越大。而一些大学生在大学阶段给自己规划较高的要求，必须全面提升自己的整体能力，即重视学习专业知识，又积极地参与各种各样的活动，为考证报培训班进行培训，将自己的时间全部按照规定进行。由于整日处于高度紧张的状态，神经变得较为敏感，如果他们某一学习成绩没有到达自己的目标，容易产生不良的情绪，增加心理压力。

（二）人际交往压力

大学就是一个小型的社会，这个社会和社会也是同样的复杂多变。人际交往能力是保证大学生在“社会”中顺利而愉悦生活的前提。但是，大学生在独立面对新的环境时，容易产生较大的心理压力。大学生在结交朋友时，难以协调处理与同学、朋友之间的矛盾，其内心产生了激烈的冲突，容易导致心理失衡。近年来，随着网络游戏的不断普及和发展，很多大学生沉溺于虚拟网络世界中，因而，一些大学生变得内向、自我、自私，不愿意也不敢和他人交流，长期沉迷于网游之中也使其与同学之间缺少共同话题，与同学相处时容易产生矛盾或是隔阂。

（三）情感压力

恋爱是多数大学生所期待和向往的，但是对于一些对感情认真的大学生来说，恋爱即是一把双刃剑。感情一方面可以促进大学生努力向上的学习，学会担当并与他人和谐相处，这样能吸引或是配得上心仪的对象；另一方面感情的毁灭可能会影响一些大学生正常的情绪，产生较大的心理负担。一些大学生在谈恋爱时，不懂得如何与异性相处，经常争吵或是产生矛盾，进而产生较大的情感压力。理想与现实之间的差距是很大的，理想中的爱情是美好的，而现实中的爱情是残酷的。现实的恋爱会使大学生产生失落之感，心理痛苦，有些会长期影响到大学生的心理健康。

（四）就业压力

就业压力可以说大学生最严重的心理压力，面对日益严峻的就业形势和激烈的社会竞争力，一些大学生还未毕业就开始忧心忡忡就业的问题，加大其心理压力。近年来，我国高校扩展，再加上海龟回国潮，而岗位逐渐减少，大学生就业越来越难。一些大学生自信心不够，总担心自己能力不够、实力不行，面对严峻的就业形势，心理压力逐渐增加。此外，

大学生家庭条件差、所学专业饱和、专业不对口，缺少必要的就业准备、大学生就业眼光过高，也是高不成低不就等都影响着大学生就业。

二、缓解大学生心理压力的管理策略

（一）加强学业与就业的相关指导，提高大学生的规划学业与职业生涯的能力

学业压力和就业压力是大学生最常见的心理压力，因此，在大学中重视研究与开展大学生学业与就业的问题是势在必行的。开展大学生学业与就业问题时，可以依据不同的年级开展课程，这样才能有效地提升大学生的学习与帮助大学生形式正确的就业观并制定自己的职业规划。可以采取专业介绍会、学生学习交流会等方式，引导大学生在大学阶段如何学习与规划。另外，积极引导让大学生认识到我国的就业形势，并树立正确的就业观。通过就业指导课的形式，让大学生意识到想要在社会谋取一席之地，就需提高自身的专业技能和综合素质，提高自己的竞争力。鼓励大学生与用人单位联系，提高大学生的人际交往能力，增强学生的自信心，克服心理压力。

（二）重视引导大学生自我调节能力，提升大学生的抗压能力

在大学中，学校可以重视引导大学生进行自我调节能力，这样才能有效地提升大学生的抗压能力。依据不同的年级、专业，分别进行有针对性心理健康知识引导，促进大学生自我调节能力的提升。通过一些心理健康知识的讲座、心理辅导方式，可以缓解大学生各种心理压力，进而提升大学生的抗压能力。学校应开设心理咨询室，并配上专业的心理咨询教师，学生可以预约教师，进行面对面的交流。在教师的帮助下，学生可以找到心理压力的缘由，并在教师的开导下，释放心中的苦闷，寻找到抗压的方式。

（三）引导大学生交流沟通，提升大学生的人际交往能力

沟通与交流是生活最基本的能力之一，无论任何人，做任何事，都需要进行沟通与交流。面对大学生人际交往的心理压力时，教师应该鼓励学生主动打开心扉，主动向他人倾诉心中的苦闷，主动与他们交流。不管是在学习中、工作中、恋爱中沟通与交流都是促进学习、工作、恋爱顺利进行的保障。面对学业问题时、面对就业选择时、面对感情选择时，主动与他人交流，他们会给予较为合适的意见，进而解决一些大学生自己不能决定的事情。良好的交流与沟通，能够有效地提升大学生与他人的人际交往能力。

（四）创造和谐的校园文化，优化大学生的心理品质

和谐、稳定的校园文化建设影响着大学生心理压力，良好的校园文化潜移默化地影响着大学生心理健康。因此，学校应该重视营造和谐的校园文化，即和谐的环境感染大学生心理品质的形成。学校可以开设校园文化节，以此增加学生群体活动，通过这样大型的群体活动在学生之间形成群体凝聚力和集体荣誉感。这样的文化建设不仅可以增加大学生人际交往的能力，又能通过他人积极向上的精神感染更多的大学生。

三、结语

时代在不断地进步与发展，这于无形之中增加了大学生的社会压力，导致大学生心理压力越来越大。但从另外一个方面来说，这对大学生来说也是一种新的挑战，在各种心理压力的磨练与抗击之中，能有效地提高大学生的心理抗压能力，使之变得更加的坚强。因此，只要大学生端正心理态度，积极向上的面对一切的艰难困苦，明天依然是阳光明媚的。

当代大学生在人际交往方面投入的精力调查篇五

摘要：由于种种原因，当代中学生容易产生这样那样的心理

问题，这些心理问题中以社交问题所占比例最大。当今的中国正处在市场经济的大潮中，社交能力的强弱已称为衡量一个现代人素质的重要标准之一，中学生的人际交往倍受人们关注。中学生良好人际关系的形成作为主题能力的表征，通过社会实践，将会在社会文化生活中推进人际关系的高尚、纯洁、和谐。

关键词：人际关系；同辈群体；非正式群体

一、中学生人际交往中常见的心理问题

（一）既不知人也不知己：对自己和他人心理特征和心理面貌缺乏了解。

（二）害羞：指在交往中，过多地约束自己的言行，以致无法充分地表达自己的思想感情，阻碍了人际关系的正常发展。害羞的形成主要在后天。

（三）孤僻：不随和、不合群，一种属于孤芳自赏、自命清高。另一种属于有特殊的行为习惯，别人难以接纳，不愿意接受他，即怪癖。

（四）自卑：缺乏自信，在交往活动中表现为想象成功的经验少，想象失败的体验多。这种心理在与权威、长者、名人交往时表现得尤为突出。

（五）角色固着：角色是一个社会学名词，它是指一个人根据社会的舆论、规范和约定俗成的习惯，所表现出的思维、行为方式。一个人在生活中扮演着许多不断变化的角色，也就是说，人们在社会里的身份是不断变化的，你的行为特点也得有相应的变化。如果一个人不知变通，固着一种角色，就是角色固着。

（六）过虑：在交往过程中，尤其是在与陌生人交往时，持

有适当的戒备心理是完全应该的。但如果把天下人都看成是可以的人加以提防，就会严重阻碍交往的发展。过去有句古语叫做“害人之心不可有，防人之心不可无”。过虑的另一种表现是求知交，而不愿广泛结友。这就必然局限了自然的交往面。

（七）封闭：在交往活动中，封闭的人试图把自己关在一统天地里，本着“井水不犯河水”的原则，心里有个顽强的想法，我不想占你便宜，你也别想借我的光。封闭的另一个原因是担忧公开了自己的思想观念、身世经历后，人家就会疏远自己。

（八）干涉癖：是爱打听、传播和干预别人的私事和秘密。这种人在国外有一个专门的名词来形容，叫meddlesome，意思是好管闲事的。

（九）强迫癖：有两类，一类是将自己喜爱的东西强加与人，把自己的喜好看作别人的喜好，把自己的意见看作最好的意见，而且十分热情。一类是将自己不喜欢的东西强加给别人。“己所不欲勿施于人”、“己所欲勿施于人”。

（十）嫉妒：也许是人类的一种普遍的情绪。人总是有一种要求成功的愿望，也有一种超过别人的冲动。

二、对策

（一）形成中学生良好人际关系的条件

人际关系的形成，离不开社会的具体环境，离不开活生生的人。中学生人际关系是建立在特定的内部与外部环境和心理环境基础上的。就环境来说，有家庭与学校构成的内部环境，也有社会与自然构成的外部环境。家庭环境往往是中学生人际关系形成的出发点。一个人自小生活在和睦、高尚、充满人性和挚爱的家庭环境里接受父母、兄妹的良好教育和情感

培育，对其进入中学之后建立良好人际关系的影响极大。

不仅如此，和睦、高尚、充满人文精神的家庭还是中学生恢复心理平衡、获得感情补偿、校正人际关系中出现的不良倾向的“血缘”基地。升入中学后，学校是中学生学习、生活的直接环境。从客观方面看。学校领导、教师、员工要为中学生良好人际关系的形成创设各种有利条件，建立起优良的校风、学风，为中學生提供良好的学习、生活和交际的物质场所和精神场所。而从主观方面讲，中学生应该充分利用学校创设的条件，并与学校一起创造条件，自觉地、能动地去形成良好的人际关系。

（二）形成中学生良好人际关系的途径

1、传统上，群体活动的途径特别受到重视。

譬如集体参观学习、听报告，是党员或团员还要通过组织生活，集体参加校园的文化活动（文化讲座、诗歌朗诵、音乐欣赏、书法比赛、课外体育活动、新年晚会、办墙报、黑板报等）。大学生参加群体活动，为了实现共同的奋斗目标，结合在一起，相互帮助，共同努力，不仅使自己受到社会主义、爱国主义和集体主义的教育，树立起正确的人生观和坚定的共产主义信念，而且在同学关系、师生关系上增进了了解，产生了感情、建立了友谊。大学生参加群体活动。便有机会与他人一起参与现实生活的变革，并从中获得对人生价值的真切的理解、对时代文化精神的体认。现代高等学校内组织的活动，在其精神实质上展示了与以往时代不同的特征。

2、参加社会实践是当今学生形成良好人际关系的重要途径。

中学生学生在社会实践中群体交往的特点主要使其人际关系富有社会性。社会性的人际交往不仅扩大了中学生交往的时空范围，加强了他们对良好人际关系的理解与体验，而且亦使其自身发生着变革，从而造成新的力量，新的观念。如果

说，人类个体早期的智力发展和身心水平一开始所受制于群体活动的话，那么越往后，主体能力的发展则越依赖于群体活动的各种文化实践活动的扩大、丰富和深化。只有当人的群体活动、群体意识形成了，人才开始了真正的社会文化生活，并使人在群体活动中增进了解与理解。

3、中学生的个体交往活动在其人际关系中也占有相当重要的地位，不容忽视。

过去我们往往过分地强调中学生人际关系中的群体交往方式的意义，而过分地限制个体交往活动。把中学生个体与其周围的同学、老师之间的交往限定在“严格”的范围内。认为个体交往多了就会影响集体活动的凝聚力。个体交往能对群体交往起消解作用，从而把个体交往看成是“小圈子”，“意气之交”。这是非常片面的。良好的人际关系的形成中，个体与群体二者互补，缺一则不正常。

4、建立良好的第一印象。

人际交往总是从首次印象开始的，第一印象常常鲜明、强烈而且影响深远。第一印象在以后的交往中常常起定势作用，如果一个人给人留下的是诚恳、热情、大方的印象，自然受人喜爱，别人也愿意与之继续多交往。相反，如果留下的是虚伪、冷漠、呆板的印象，别人当然不会愿意接近。

良好的第一印象的确立需要注意以下几点：第一注意仪表。在公共场所中人们总是趋近外表美丽、英俊、衣着整洁、仪表大方的人，并且常常有意无意中还会把一个人的仪表风度同他相应的身份、修养、品德连在一起，外表有魅力的人给人较好的印象，人们对之评价较高，也较有兴趣，这是因为美是人人向往的。第二注意言语表情。语言不俗、内容丰富有趣总能给人留下好的印象；反之夸夸其谈、气味平庸，使人厌恶。第三注意举止。举止得体、优雅、潇洒，反映出一个人的内在气质和修养，能增强人际吸引；反之，如果过分

拘谨、轻浮、粗鲁则使人远离。总之，无论在求职、交友、恋爱，还是在课堂、集会等公共场所都应注意使自己个人留下美好的第一印象，这是以后长期交往的良好开端。

参考文献：

[1]穆怀中《青年人际关系学》，农村读物出版社1987年版

[2]时蓉华主编《现代社会心理学》，华东师范大学出版社1989年版