**第二章 大学生的人际交往**

**学习目标：**

1.了解人际交往的含义和影响人际交往的因素。

2.了解人际交往的心理效应、原则与重要性。

3.了解大学生人际关系的分类及主要类型，明确大学生人际交往 的特点。

4.了解大学生人际交往的困惑及原因，建立良好的人际交往关系。

**第一节 校园人际关系和人际困惑**

**一、校园人际关系的内涵**

人际交往具有广义和狭义的概念之分.广义上,人际交往指人们在社会实践中相互之间的广泛联系和相互作用,它是人类存在和发展过程中的一种普遍的社会现象和社会活动,它包含了物质和精神两个方面的互动.只要人类的社会实践不停止,人际交往就会存在.狭义上,人际交往是指在社会活动中,人们相互交流信息、沟通情感、相互施加影响的过程.人们通过人际交往,建立各自的信息流通和传递网络,互取所需,互相促进,最终实现个人和社会的价值目标.

大学校园人际关系,是指在大学校园这一特定的环境范围之内,同学之间、师生之间的一种交流信息、沟通情感、施加影响的双向互动的过程.它既有一般人际关系的共性,也有其个性.表现在交流的范围限定在校园之内,交流的主客体主要是学生、教师,交流的内容主要是学术、知识信息的传递和思想情感的交流.而这些个性,构成了校园人际交往的独特风景.

**二、大学生人际困惑的主要表现**

（一）目的性不明确

目的性不明确,是导致大学生人际困惑的首要原因.

（二）求全责备

在人际交往中,不少学生有一种错误的认识:认为只要自己做到的,也要求朋友同样能做到.其实,个体差异是客观存在的,个人的经历、家庭背景、认知能力和价值选择、价值判断都是有差异的.所以,应允许朋友有充分展示自我的空间和时间,让朋友的个性得到充分的尊重和发展

（三）不能量力而行

人的精力、时间、财力都是有限的,我们不可能满足所有朋友的所有要求.能做到的,尽力完成,这是朋友;不能做到的,要向朋友说明原因,解释清楚,这也是朋友,否则就是自不量力,甚至是欺骗.

**三、造成人际困惑的主要原因**

(一)功利主义动机较重,导致人际关系异化

(二)个人主义思潮流行

(三)理想主义色彩较浓

(四)心理素质较弱

**第二节 建立和睦的人际关系**

**一、和谐的师生关系**

师生关系是教育过程中人与人之间最基本、最重要的关系.和谐良好的师生关系应当是尊师爱生、教学相长的关系,应当是一种民主、平等、互尊、互爱的和谐而亲密的关系.

(一)必须尊敬老师

(二)多想想老师的困难和苦衷

(三)对老师应有礼貌

(四)在专业学习过程中多与老师交往

**二、友爱的同学关系**

(一)怀有热爱之情

（二）正确处理同学之间的矛盾

（三）善于与各类同学相处

**三、健康的异性友谊**

异性交往是反映社会文明程度的标志.大学生的异性交往可以促进异性相互了解,获得异性的信赖和友谊,因此,应该消除对异性抱有的神秘感,在异性之间建立良好和谐的人际关系.

(一)异性交往的好处

首先,智力方面. 其次,情感方面. 最后,个性方面.

（二）正常与异性交往

(１ )交往要做到得体、大方,消除紧张情绪.

(２ )与异性交往中要防止和克服陈腐观念和传统的世俗偏见,自觉抵制西方错误思潮对正常人际交往的影响.

(３ )要自觉抵制西方腐朽思想对大学生人际交往观念的侵蚀,反对利用与异性的交往达到不可告人的目的,自觉把与异性的交往行为严格控制在道德和法律的轨道之内.

**第三节 校园恋爱**

**一、初恋**

1.心理条件

2.物质条件

3.人格条件

**二、爱情与学业**

(一)学业是爱情的基础

大学生应该把学业放在首位.

(二)合理安排时间和精力

应把大部分时间和主要的精力投入到专业学习上

(三)感情交流与学业进步形成互动

大学生的任务就是学习.所以,恋爱双方应增强这种“职业”意识,并把它充实到双方的思想感情的交流之中去.这样,就能建立更好的恋爱基础,有利于学习上的相互促进、相互帮助、共同努力,把学习推向新的高度,恋爱也会更加健康发展.

**三、单恋**

单恋的原因

(一)羞怯而生

（二）虚幻而生

**四、失恋**

（一）走出失恋的阴霾

（二）自我愈合的验方

1.锻炼身体

2.刻苦学习

3.哭

（三）对待失恋的健康态度