

人际交往能力是大学生应具备的重要素质

郭晓俊, 徐雁, 林大勇

(西昌学院, 四川 西昌 615022)

【摘要】 随着社会的进步, 人类文明程度的提高, 人际交往能力在人们生活中显得越来越重要, 大学生具备良好的人际交往能力, 不仅有助于建立和谐的人际关系, 而且有助于未来的择业就业, 更是构建和谐对人才素质的基本要求。

【关键词】 人际交往; 能力; 大学生; 素质

【中图分类号】 C912.1 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1673-1883(2006)03-0086-03

一位阿拉伯哲人说过: 一个没有交际能力的人, 犹如陆地上的船, 是永远不会漂泊到人生大海中去的。随着社会的进步, 人类文明程度的提高, 人际交往在人们生活中显得越来越重要, 人际交往的内涵和功能也在不断更新, 它不仅影响人们生活的水平和质量, 关系到人们是否成就自己的事业, 而且关系到一个国家人才培养达到的质量及其在国际竞争中的成败。尤其作为构建“和谐社会”后备人才的当代大学生, 更应具备较强的人际交往能力。把培养人际交往能力作为人生的一门必修课, 不断提高自身素质, 以适应社会发展的需要。

一、人际交往能力的内涵

人际交往是指人与人之间通过一定方式(如语言、文字、动作、表情等)进行接触, 从而在心理上和行为上发生相互影响的过程。它贯穿于人类社会生产、生活的始终, 人类就是在这样的交往关系中得以生存和发展的。在交往中, 交往的双方互为主体, 双方的思想和行为在交往中互相影响, 并对社会生活发生作用。同时, 人际交往的好坏反映了人们在相互交往中物质、精神需要得到满足的心理状态, 能够获得一定的满足(互利), 彼此就愿意亲近, 交往就会继续和发展下去; 反之, 在交往中只想自己从中获得好处(利己), 而不顾对方的意愿和利益, 这种交往必定要失败。

能力是指影响行为效率和保证行为顺利进行的个性心理特征, 能力的高低会影响个体活动的效

率。所以在个体活动中, 能力强的人总是比能力弱的人能够获得更大的成就。虽然人的能力存在着类型、发展水平、展示时间以及性别上的差异, 但经过科学的学习和历练, 人的能力是可以得到提高的。所谓人际交往能力是指对人际关系的感受、适应、协调和处理的能力, 主要包括人际认知能力、人际情绪控制能力和人际语言沟通能力三个层次。人际认知能力是指对人际关系的认识能力, 包括通过对他人的外表和行为认知他人内心世界, 认知自己在他人心目中的地位、自己与他人关系的现状、他人与他人关系的现状等, 它是人际交往的前提和基础。人际情绪控制能力是指根据情境的变化, 能够随机应变地调整和控制自己和他人的能力, 通过对人际情绪的控制, 可以在人际交往中让对方感知自己所要表达的情绪, 彼此产生相同的情绪体验, 它对人际交往行为起着重要的调节作用。人际语言沟通能力是指能够在人际交往中, 借助语言和非语言方式恰当的表达思想、情感, 增进相互了解、及时疏通人际隔阂与冲突, 保证交往顺利进行的能力。

二、人际交往能力是当代大学生应具有的重要素质

1、大学生具有交往能力是“和谐社会”构建的要求。近年来, 以胡锦涛同志为总书记的新一届党中央提出了构建“社会主义和谐社会”的科学论断。笔者认为建立“和谐社会”, 在宏观上, 需要

收稿日期: 2006-05-30

作者简介: 郭晓俊(1963-), 女, 副教授, 主要从事思想政治理论课的教学和研究。

社会的“民主法治、公平正义、诚信友爱、充满活力、安定有序、人与自然的和谐相处”；在微观上，需要保证社会成员的身心健康，需要全面提高个体的自我意识、合作意识、交往能力，以及尊重礼让他人、关爱他人的能力。显然，作为国家的后备人才的大学生必须具有一定的人际交往能力。

2、大学生具有交往能力是未来择业就业的需要。当今，用人单位对大学生的一个基本要求就是要有良好的社交能力和与人协作的团队精神。特别是在保险、律师事务所、酒店、旅行社等市场化程度很高的用人单位，对毕业生社交能力提出了较高的要求。在人才招聘会上，许多用人单位都比较青睐学生党员和学生干部，这并非由于这些大学生的专业水平比普通大学生更优秀，而是这些学生党员和学生干部有着较强的社交能力，善于与人协作。

3、大学生具有交往能力是未来事业成功的要求。人是社会性的人，只要在社会中生存，就会面临如何与人交往，与人协作的问题。交往能力对一个人事业的成功有非常重要的意义。大学生在今后的工作中要参与和适应社会生活，就必须具备一定的交往能力，不仅要善于与自己有共同利益的人进行沟通和交流，而且也要善于与自己利益不一致的人进行沟通和交流。如果大学生的交往能力增强了，那么在今后的工作和生活中就可以少碰壁，少走弯路。相反就很有可能人为地在自己与周围环境之间筑成一道心理屏障，既不利于自身的全面发展，又防碍了个人参与社会生活的广度和深度。

目前，许多大学生在人际交往能力方面与构建“和谐社会”人才的要求和未来择业就业方面还有一定的差距。如：不少大学生在自我意识方面，在尊重礼让他人、关爱他人方面，在与人积极合作、协调组织方面，都不同程度的存在一些欠缺。还有一些同学由于成长过程中的种种原因，在待人接物，言辞表达以及形象展示方面还缺乏一些基本的训练。现在越来越多的大学生认识到，人际交往能力的欠缺已经成为和谐人际关系建立和求职路上的“拦路虎”。多年来，学生在高考指挥棒下，过分追求成绩而忽视了人际交往能力等其他素质的培养。所以导致今天很多大学生智商较高，情商却较低，往往处理不好与他人

的相处、沟通和交流。而这些正是时下企业招聘时最为看重的能力素质，因此，给大学生补上这堂课已经刻不容缓。

三、提高大学生人际交往能力的途径

为有效提高大学生的人际交往能力，笔者认为可以通过学习人际交往知识，养成人际交往的良好个性，锻炼人际交往能力等途径达到目的。

1、学习人际交往知识。尽管大学生在人际交往中存在以“自我”为中心、羞怯、自卑、猜疑、自我封闭等诸多问题，但他们都有良好的交往愿望，乐于交往，希望通过提高人际交往能力来搞好自己的人际关系。然而，相当多的同学对于怎样培养自己的人际交往能力感到茫然，有的甚至非常苦恼，影响了自己的学业。所以，通过如德育课或人际交往选修课等主渠道向他们介绍一些人际交往的基本原则和技巧，对提高他们的交往能力很有意义。这些原则和技巧不但在大学期间“管用”，将来走上社会也一样灵验。大学生必须懂得平等待人，真诚待人，诚实守信，宽容理解，互助互利等原则是成功交往的前提。而掌握人际交往的必要技巧是成功交往的基础，卡耐基在其著作《怎样赢得朋友，怎样影响别人》一书中总结了成功交往的技巧，这就是：第一，真诚地对别人感兴趣；第二，微笑；第三，多提别人的名字；第四，做一个耐心的听者；第五，谈符合他人感兴趣的话题；第六，以真诚的方式让别人感到他很重要。此外，人际交往的语言和非语言艺术把握得是否到位对交往也有很大的影响。

2、培养良好交往品质。良好的交往品质对建立良好的人际关系有促进作用，不良的交往品质对建立良好的人际关系有阻碍作用。生活中，人们都愿意与品质性格良好的人交往，没有人愿意与自私、虚伪、狡猾、性情粗暴、心胸狭隘的人打交道。因此，大学生需要不断培养自己真诚、守信、热情、友好、善良、克制等良好的性格和交往品质，注意克服自己性格和品质上的弱点。

3、加强人际交往能力锻炼。大学生人际交往能力的提高，关键还要通过参加各种形式的社会实践活动，在社会实践中接触形形色色的人，在与人接触中学习与人交往的艺术。通过交往实践，大学生可以把所学到的人际交往知识应用于实践中去，将实践中获得的认识补充到课堂上来，不断提高自

己的文化知识及交往能力。

学校团委及学生会等社团组织要有针对性地开展相关活动，这样可以使一些性格内向的学生走出自我封闭的状态，慢慢融入同学与集体之中。此外，在不影响学生学习的情况下，也可以

鼓励学生走出校园，到社会上去锻炼，或去勤工俭学、或去打工，这样做不仅可以有一定的收入，减轻父母的经济负担；同时，还能扩展学生人际交往的范围，锻炼学生人际交往的能力，这对于学生将来求职择业会有很大好处。

注释及参考文献：

- [1]李长萍. 现代社交心理学[M]. 武汉：华中理工大学出版社. 2002.
- [2]葛晨虹. 人际交往能力与现代人才素质. 教育情报参考. 2005. 1.
- [3]王晓虹. 论大学生人际交往能力及其培养. 南京工程学院学报（社科版）2003. 9.

Inter-personal Communicative Ability Is the Important Quality of the University Students

GUO Xiao-jun, XU Yan, LIN Da-yong

(*Xichang College, Xichang, Sichuan 615022*)

Abstract: With the progress of the society and human civilization, the ability of inter-personal communication has become more and more important in our lives. We should have good ability of inter-personal communication, because it is good for us to build up the harmonious inter-personal relationship and choose our future career. What's more, it is essential for us to build up the harmonious society.

Key words: Inter-personal Communication; Ability; University Students; Quality

(责任编辑：周锦鹤)