天津市第十七届心理健康教育优秀科研成果参评论文

浅析中学生人际交往现状及其教育策略

作者：赵存芝

单位：武清区石各庄镇初级中学

浅析中学生人际交往现状及其教育策略

摘要：构建和谐的人际关系不仅是学校素质教育的内容之一，更是学生健康成长的关键。近年来，学生由于人际关系处理不当而酿成悲剧的事件一再发生，这警示我们：中学生的人际关系问题已不容忽视，必须重视对学生进行这方面的指导，以期起到建立和谐人际关系的目的。本文在综合文献研究的基础上，结合实际情况，归纳分析了中学生人际交往的现状，并且提出针对性的教育策略，以促进和谐的人际关系的建立。

关键词：人际关系 现状分析 策略

一、中学生人际交往现状分析

通过调查和平时分析观察，发现中学生人际关系的状态喜忧参半。和谐现状主要表现为：交往范围较广，具有主动交往意识，同学关系总体上相处愉快，性格相对独立，交往动机端正。而失谐的现象主要有以下两点：

(一)独生子女易出现以自我为中心

当代中学生大多数人从小生活环境优越，没有经历过动荡时期，也没有经历过大的经济波动，并且大部分都是独生子女，这样的成长环境容易导致学生在与人相处时以自我为中心。同时，在经济全球化和信息全球化的背景下，学生对新事物的接受能力较强，在审美观和价值观方面也与前几代人有很大不同，追求享受，怕吃苦，追求独特，标新立异。另一方面由于缺少理想和信仰、过分自我和追求个性，自我中心、缺乏包容、抗压能力差的问题日趋突显。

(二)特殊成长时期情绪管理能力差

中学生正处于青春期，此时学生的性格初步形成，人生观和价值观初步确立，是一个非常关键的过渡时期。同时这一时期的学生是一个极其敏感的群体，他们的内心世界逐渐复杂，有些事情不想和家长老师交流，有了强烈的独立意识，但是遇到挫折后又有依赖性，渴望得到家长和老师的关怀。情绪容易受到周围环境变化的影响，起伏和波动较大。对情绪管理不成熟导致一些学生容易出现过激反应和不当的行为，不仅不利于学生的身心健康，甚至可能造成更加严重的危及自身和他人安全的后果。

二、引导学生建立和谐的人际关系的教育策略

（一）、引导学生建立正确的自我概念

自我概念是一个人是对自己多方面认知的总和。构建合理的自我概念不仅是学生全面认识自我的需要，也是建立和谐人际关系的要求。而不合理的自我概念则是造成学生认知偏差的主要原因。只有构建起学生合理的自我概念，他们才能建立起和谐的人际关系。古语有云，“人贵有自知之明”指的就是全面合理的认识自己。学生的自我概念由于经历不同、评价不一致，所以自我概念也不尽相同。有些学生对自己的某些缺陷不能正确对待，长期压抑自己内心，出现了自卑感，从而阻碍潜能的发展。由于自卑，学生会对自己的学习能力、交往能力、做事能力都缺乏自信，长此以往势必会影响身心健康，也不利于人际交往。反之，有些学生对自我的评价过高，虽然得到了一定的愉悦情绪体验，但是却由于偏离了真实的自我，也会影响人际交往。作为教师，我们可以通过班会课，帮助学生认识自我。例如，我曾经组织班会课，让学生思考一下身边的同学有哪些优点或者有哪些缺点，然后写在一张纸上。以击鼓传花的形式，传到哪位同学，就请这名同学上前来跟大家交流自己的想法，这名同学说完之后，其他同学可以补充，也可以提出不同意见。这样，既增进了同学之间的交流，也能让学生认识到自己的优点或者不足之处，有利于更好的认识自我。

（二）、引导学生学会宽容

对学生的道德教育不仅关系到世界观、人生观和价值观，更会影响到学生的人际关系。在人际关系中，要充分发挥德育中的宽容教育，宽容是一种美德，是一个乐观向上，充满朝气的当代中学生所应具有的品质。宽容也是一种谅解和尊重。这种宽容的品质正是现在许多家庭中独生子女共同缺少的品质。学生经历不同所以个性也不尽相同，在学习生活中难免出现一些摩擦。这要求老师要正面、耐心地引导、教育。结合我国传统文化，引导学生发现差异、接受差异，在和同学发生矛盾、误会后，要善于认识到自己不足之处，学会包容别人，这样才会很好的解决问题。中学生品质的可塑性很强，学会宽容可以使学生变得大方、豁达，学生的性格、心理也会逐步健全，为营造和谐的人际关系打下基础。

（三）、加强道德教育，引导学生掌握人际交往原则

这里的道德教育主要是指对学生在人际交往过程中的言行举止有针对的进行教育指导，学生在日常交往中，常常会暴露出一些不道德的言行，比如挖苦取笑生理有缺陷的同学，与人交往不讲诚信以及因一些小事而拳脚相向等等。这些行为不应该是学生应有的言行举止。因此需要教育学生具有良好的道德品质。针对学生所暴露出来的道德失范问题，教师应该引导学生遵循人际交往的原则：向善、平等尊重以及诚信友爱。

1. 向善原则

这是人际交往要掌握的首要原则。向善原则是指学生在建立和发展人际关系时，要有明确的是非态度，对于善恶之理有正确的理解。从一个人结交的朋友、建立的人际关系圈可以判断这个人的品性，因为“近朱者赤，近墨者黑”。学生在与他人建交时候要注意所交往对象的品行是否端正。惟有正直善良之人才值得深交。向善原则是学生与人交际过程中首先要坚持的原则，因为只有心存善念，才会在多重的人际关系中辨清真伪，坚定自我，才会在人际关系中呈现平等尊重、诚信友爱的优良品质。

2. 平等尊重原则

人际交往的双方应该是平等的关系。强调地位平等目的在于强调相互尊重。在交往过程中只有坚持双方地位平等才能彼此尊重。学生掌握平等尊重原则是构建和谐人际关系的关键所在。学生只有掌握了平等尊重的交往原则才能构建起和谐的人际关系，人际交往就像一面镜子，彼此相待的态度和情感都是相互的，只有尊重别人才会受到别人的尊重，这样才能获得彼此真切的感情。

3. 诚信友爱原则

诚信友爱是学生与人交际中要坚持的基本原则。诚信是指与人交际时坦诚相待，以诚实的心态与他人相交，言行一致，表里如一。友爱则是指学生与人交际过程中保持以一颗对他人友善和关爱的心。诚信是友爱的体现，友爱是诚信的反映。学生在日常行为中处处展现出来的诚信与关爱是提升个人魅力的手段，诚信友爱也是构建和谐社会的内涵之一。学生坚持诚信友爱，不仅是其自身健康成才的需要，更是社会对其的要求所在。

学生健康成长成才是社会的期望，学生的健康成才离不开和谐的人际关系。在指导学生构建和谐的人际关系中，学生提高了与人交际的能力、获取了交往经验、掌握了一定的交往技巧，为他们日后步入社会打下了坚实的基础。和谐的人际关系将会带给学生愉悦的心情体验、自信心以及宽容等道德品质。而这些不仅是学生心理健康发展的需要，也是人格完善，塑造良好形象的需要，同时也关系到新一代建设者的文明素质，这也是我们教师积极指导学生正确进行人际交往的意义所在。

参考文献

[1]郭千钰．和谐及其实现的社会心理学实质[J]．渭南师范学院学报．

[2][美]戴尔．卡耐基．《美好的人生，快乐的人生》[M]．中国文联出版公司．

[3]陈万柏，张耀灿．《思想政治教育学原理》(第二版)[M]．高等教育出版社．

[4]郑永廷．人际关系学[M]．北京：中国青年出版社．

[5] 乐国安．当前中国人际关系研究[M]．天津：南开大学出版社．

