# 寒假社会实践调查报告（高中生人际关系处理）[大全]

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-07-20

*第一篇：寒假社会实践调查报告（高中生人际关系处理）[大全]一、关于高中生人际关系处理的社会实践调查1、报告调查的原因在实习的这段时间，最令人头疼的便是对高中生如何正确处理人际关系。近年来中学生因与同学间人际关系处理不当，而导致本不该发生的...*

**第一篇：寒假社会实践调查报告（高中生人际关系处理）[大全]**

一、关于高中生人际关系处理的社会实践调查

1、报告调查的原因

在实习的这段时间，最令人头疼的便是对高中生如何正确处理人际关系。近年来中学生因与同学间人际关系处理不当，而导致本不该发生的悲剧频频出现。如：某中学一学生与同班同学经常为一些小事发生争吵，两人关系紧张，矛盾重重，终于有一天，其中一位学生带刀将另一学生活活戳死；再有，某中学一高高中生临近高考，面对高考及父母的压力，精神崩溃，为寻求解脱的办法，其结果是将他亲生母亲杀死在家中。另外，从武汉市精神卫生中心“百忧解”热线传来消息，青少年因不善处理人际关系而引发的心理问题，成为近期咨询的热点。咨询员反映，近一段时间，试婚、第三者插足、婚外恋的话题少了，关于青少年人际交往问题的电话逐渐增多，几乎每天都有。咨询者包括高中生、大学生和参加工作一两年的年轻人，年龄约为17岁至25岁。交谈中可以感觉到：他们对社会、对所处环境充满敌意，抱怨人与人之间太虚伪、互相欺骗，很难与同学同事沟通，对生活感到厌倦、绝望等等。而悲剧的发生就在于他们不能正确处理同学间的人际交往，与父母间的情感沟通。

2、调查的结果

心理的闭锁性少年期开始出现到高中阶段。随着自我意识的增强，再加上过去生活中的经验和教训，使其发现“逢人不可再全抛一片心”，加上自尊心、文饰、内隐的需要及各种顾虑，使其嘴上相继都加上了一把“锁”。有许多问题被作为个人的内心秘密隐藏起来，给自己蒙上了一层薄薄的面纱。特别在非同龄的人群中，尤其是对父母、老师等成人保持心理闭锁。但另一方面，这时期他们客观上又存在有强烈的归属的心理需求及与人交往的愿望，希望广交知心朋友。但相互的闭锁，尤其是异性间相互的闭锁，更加使其产生特殊的好奇心和神秘感。心中的苦闷很想找人倾诉、讨教，于是常处于左右两难的矛盾之中。闭锁性既是适应现实社会的需要，是适应力提高的表现，但也加大了对他们了解及把握的难度。使其不敢与人倾心相交而感孤独，于是大都述说于锁于抽屉的日记之中，致使有些老师变得困惑不解，倍感学生变了，不信任自己了。

在学校教育教学工作中我发现，对高中生人际关系优化策略的指导几乎很少涉及。高中生在接受系统的学校教育过程中，同样不可避免的要与他人发生人际交往，但是，在当前高级中学的教育教学工作中，处于首要地位的是对学生进行科学知识与知识技能及思想品德的教育。而对学生人际关系方面的指导则往往被忽视，而弃之一旁。这样，不能进行正常交往的学生则往往就会处于被孤立与嫌弃的地位，轻者，导致产生自卑心理，情绪低落，重者，产生严重畸变心理和人际交往障碍。家庭教育中，对孩子的人际交往指导涉及很少。目前，社会经济的发展带来了很多的负面影响，加上独生子女的增多，家庭教育中父母一方面对子女溺爱，过于放纵，另一方面对子女期望过高，望子成龙，望女成凤，导致学生各种不正常心理行为增多。他们任性、倔强、刁蛮、目中无人，不善处理人际关系，同学间、师生间、亲了间关系紧张。

在积极推进基础教育课程的今天，我们不得不反思我们一贯的教育理念、教育机制在新时期的新需要下需要怎样与时俱进，才能适应现代社会需要集顺应人性的发展。

二、调查方案设计

1、内容设计：

高中生人际沟通技巧的培养包括那些内容；现今高中生人际交往与沟通的现状如何；高中生人际沟通心理发展的规律性是怎样的；培养学生人际沟通的形式有哪些，使用的情况怎样，各有什么特点、作用和效果；对于不同类型的学生又该采取怎样的方式。

2、过程设计：

阶段

时间安排

任 务

第一阶段

1月4日-

1月20日

1、查阅有关文献，如《教育心理学》等著作，为本课题的调查研究提供理论依据。

2、通过问卷调查，找学生访谈和学生进行交流，对学生交往能力与交往状况进行自测等形式，了解学生人际交往的现状。通过调查分析，明确课题研究的重点。

3、随机选取实验班，讨论研究方法、形式、研究进度

第二阶段

1月20日-

2月10日

实行集体教育与个别教育交叉进行研究

1、面对学生实施人际交往心理辅导和行为训练，形式有：组织丰富多彩的课余活动、班队活动、讲座、家长会、宣传、心理信箱等；

2、对学生进行个别教育，特别是对有严重心理问题的学生进行个别矫正训练，即个案研究；

3、组织研究组成员外出参观学习，向兄弟学校学习、借鉴、交流研究经验；

4、每学期上交研究报告

第三阶段

2月10日-

2月24日

1、对实验学生进行人际沟通状况测试，与第一阶段进行对比；

2、对上阶段积累的材料进行分析总结和提炼，结合每时期的结果逐步完善课题研究的内容和结论，逐步完成高中生人际沟通技巧培养的调查报告

4、调查方法设计：

（1）访谈法：通过对教育行政管理人员、一线教师、学生等访谈，更清楚了解学生的人际交往状况，为全面考虑研究范围和方法提供有力建议；

（2）文献法：通过查阅和分析已有的有关学生人际交往和人际沟通技巧的研究，了解目前的研究状况，作为研究的借鉴；

（3）问卷调查法：用已有的量表在实验前和实验后对学生进行施测，同时也将实验班和非实验班的学生的结果进行对比，作为实验结果的一个证明；

（4）课堂情景实验法：通过系列的教学活动，如班会课，心理健康活动课，有针对性地组织让学生在教学活动中掌握与人沟通的技巧和能力；

（5）个案研究法：结合课任教师的观察和调查的结果，选取个别学生运用心理学的辅导知识进行辅导，并做好相应的跟踪记录。

三、调查的实践意义与理论价值

1、实践意义：

有利于解决学生人际交往与沟通方面存在的矛盾与冲突，为学生、家长、教师共同提供良好的沟通机会与桥梁，让教师掌握培养学生人际沟通的技巧与方法，让学生与人的沟通达到情感上的相互了解和理解，掌握与人沟通交流的方法与技巧。

2、理论价值：

使教师对心理学知识中有关人际沟通技巧有更深刻的教学实践和感悟，从现实教学探讨培养人际沟通技巧的最优化手段，为高中生人际沟通技巧研究提供第一手的资料和数据。

四、总结

正确处理高中生的人际关系，应当正确引导和促进高中生良好人际关系的形成，帮助高中生健康地成长，指导学生进行健康的人际交往，形成良好的班集体心理氛围，使各个学生在班集体的学习和生活中，充满自信，情绪高涨，精神振奋。使他们具备较强的人际交往能力，为今后进一步学习或步入社会奠定良好的人际沟通基础。

五、调查参考文献

1.沈阳市第八十五中学 高凯 《浅谈高中生存在的主要心理问题》

2.河南沁阳师范学校 关淑萍 《中学生人际交往的心理障碍浅析》、3.江苏省射阳中学 吴运友在 《中学生人际交往中的心理障碍及克服方法》

**第二篇：关于高中生人际关系处理的社会调查报告**

1、报告调查的原因

在实习的这段时间，最令人头疼的便是对高中生如何正确处理人际关系。近年来中学生因与同学间人际关系处理不当，而导致本不该发生的悲剧频频出现。如：某中学一学生与同班同学经常为一些小事发生争吵，两人关系紧张，矛盾重重，终于有一天，其中一位学生带刀将另一学生活活戳死；再有，某中学一高高中生临近高考，面对高考及父母的压力，精神崩溃，为寻求解脱的办法，其结果是将他亲生母亲杀死在家中。另外，从武汉市精神卫生中心“百忧解”热线传来消息，青少年因不善处理人际关系而引发的心理问题，成为近期咨询的热点。咨询员反映，近一段时间，试婚、第三者插足、婚外恋的话题少了，关于青少年人际交往问题的电话逐渐增多，几乎每天都有。咨询者包括高中生、大学生和参加工作一两年的年轻人，年龄约为17岁至25岁。交谈中可以感觉到：他们对社会、对所处环境充满敌意，抱怨人与人之间太虚伪、互相欺骗，很难与同学同事沟通，对生活感到厌倦、绝望等等。而悲剧的发生就在于他们不能正确处理同学间的人际交往，与父母间的情感沟通。

2、调查的结果

心理的闭锁性少年期开始出现到高中阶段。随着自我意识的增强，再加上过去生活中的经验和教训，使其发现“逢人不可再全抛一片心”，加上自尊心、文饰、内隐的需要及各种顾虑，使其嘴上相继都加上了一把“锁”。有许多问题被作为个人的内心秘密隐藏起来，给自己蒙上了一层薄薄的面纱。特别在非同龄的人群中，尤其是对父母、老师等成人保持心理闭锁。但另一方面，这时期他们客观上又存在有强烈的归属的心理需求及与人交往的愿望，希望广交知心朋友。但相互的闭锁，尤其是异性间相互的闭锁，更加使其产生特殊的好奇心和神秘感。心中的苦闷很想找人倾诉、讨教，于是常处于左右两难的矛盾之中。闭锁性既是适应现实社会的需要，是适应力提高的表现，但也加大了对他们了解及把握的难度。使其不敢与人倾心相交而感孤独，于是大都述说于锁于抽屉的日记之中，致使有些老师变得困惑不解，倍感学生变了，不信任自己了。

在学校教育教学工作中我发现，对高中生人际关系优化策略的指导几乎很少涉及。高中生在接受系统的学校教育过程中，同样不可避免的要与他人发生人际交往，但是，在当前高级中学的教育教学工作中，处于首要地位的是对学生进行科学知识与知识技能及思想品德的教育。而对学生人际关系方面的指导则往往被忽视，而弃之一旁。这样，不能进行正常交往的学生则往往就会处于被孤立与嫌弃的地位，轻者，导致产生自卑心理，情绪低落，重者，产生严重畸变心理和人际交往障碍。家庭教育中，对孩子的人际交往指导涉及很少。目前，社会经济的发展带来了很多的负面影响，加上独生子女的增多，家庭教育中父母一方面对子女溺爱，过于放纵，另一方面对子女期望过高，望子成龙，望女成凤，导致学生各种不正常心理行为增多。他们任性、倔强、刁蛮、目中无人，不善处理人际关系，同学间、师生间、亲了间关系紧张。

在积极推进基础教育课程的今天，我们不得不反思我们一贯的教育理念、教育机制在新时期的新需要下需要怎样与时俱进，才能适应现代社会需要集顺应人性的发展。

**第三篇：高中生怎样处理人际关系**

高中生怎样处理人际关系

几年来的高中心理健康教育教学告诉我，高中生的心理困扰大致分为以下几个方面：学习问题、人际关系问题、情感（早恋）问题、情绪问题、自我意识问题等。发现人际关系是其他问题的诱因。高中生的人际关系主要是与同学之间的关系、与老师之间的关系，怎样帮助学生处理好这些关系，是我们高中班主任教师应该做的。

一、高中生怎样处理好与同学之间的关系

学生生活的主要场所是学校，每天与之打交道最多的是同学，有些学生不能很好地处理同学之间的关系，使同学关系紧张。现在的高中生大部分是90后，独生子女多，表现为以我为中心、自私心理强。有的学生因为小事与同学闹矛盾，轻者互相之间不说话、互不来往，重者动手打架，甚至还找来社会上的小青年打群架。长此以往，造成了学生的不健康心理。教师若不及时对其进行心理辅导，学生将来踏上社会必定会走上违法犯罪的道路，对学生来说将会影响终生。对于此问题笔者是这样辅导学生的：

（一）同学之间要学会相互宽容、理解

当同学之间出现矛盾时，要知道矛盾的双方都有责任，但是可以相信，起初的矛盾很少出于恶意的攻击。所以，要能理解、容忍对方的一时之举。如同学一时失语，对你产生了伤害，但他并不是有意伤害你的，这时你应以一种高姿态去看待它，让大事化小、小事化了，矛盾就容易化解了。

（二）同学之间要学会互相关心

高中学生大部分是在校住读，俗话说：在家靠父母，出门靠朋友。同学们在学校里，就应该互相帮助、互相关心。同学生病了，要帮着找医生、买药、打水、打饭，让同学感到你的温暖。同学学习成绩差，要帮助他找原因，是学习方法问题，还是其他问题？主动帮助同学补课。同学生活上有难处，主动与老师、同学商量，群策群力一起帮助解决„„总之，要做个有心人，经常细心观察周围的同学是否需要帮助，如果你经常帮助别人，将能使别人懂得你的存在对他的价值，你的人际关系就会越来越好。

（三）同学之间要学会互相尊重

同学之间，不可能有着同一性格或完全相同的要求。例如，有的人好动，有的人好静；有的人喜欢早睡早起，有的人喜欢晚睡晚起；有的人睡觉好大呼噜、说睡语；有的人喜欢侃侃而谈，有的人不爱说话等。在这种情况下，学生要严于律己，宽以待人。一方面要严格要求自己，事事注意，处处克制，尽量不要影响别人；另一方面，要关心别人，谅解别人，给人以方便，不强求别人与自己的生活方式一致，这样就会避免很多不必要的纠葛。

（四）同学之间要学会互相赞美

在日常生活中，同学们之间互相赞美是很吝啬的，往往羞于启齿。事实上每个人都需要别人的赞美，赞美使人感到舒畅和自我价值的实现，被赞美者对赞美者也会报以感激或友善的回应，因而赞美往往有助于良好人际关系的建立。赞美要及时，在发现可赞美之处时就马上赞美，这时你的语气会是最真诚的，因而效果也是最好的。赞美要尽可能具体，要赞美他人身上并不是显而易见的长处和优点。赞美必须要真诚，必须发自肺腑，否则就成了恭维。

（五）用一颗真诚的心对待别人

同学之间要真心相待，敢于向同学说出自己的心里话，与同学的交流是心与心的交流，善于关心同学、帮助同学，这样，同学们就会把心里话、悄悄话说给你听，让同学在一点一滴中体会到你的真诚，久而久之，就能成为你的好朋友。

（六）不要在同学间炫耀自己

有些学生受社会上的攀比之风影响，衣服、鞋子非名牌不穿，说话夸大其词，自吹自擂、目中无人、唯我独尊。这样，会遭到同学们的嫉妒和讨厌。高中生的衣着要经济实惠，量力而行，穿着要整洁、得体、协调和宽松。说话办事要切合实际。

二、高中生怎样处理好与教师之间的关系

高中生大部分在校住读，除了跟同学的交往外，与之交流最多的就是教师。在学校处理好与教师的关系，是非常必要的。那么怎样处理好与教师关系呢？笔者认为：

（一）首先要尊敬教师

老师都是爱学生的，教师的奉献精神是伟大的，学生的点滴进步都凝聚着教师的汗水和心血，所以学生要尊敬教师。对教师要有礼貌，见到老师要主动打招呼，向老师问好。学生要尊重教师的劳动，课堂上要认真听讲，以优异的成绩回报老师的无私奉献。

日常生活中，如果学生觉得老师有时对自己照顾不周，不受老师的尊重，是个可有可无的人，这时他会很苦恼，甚至怨恨老师。其实老师不是有意这样的，老师整天面对那么多学生，还要备课、上课会工作很忙，有时难免会对学生疏忽，照顾不周。这时学生应该主动向老师打招呼，与老师沟通，把埋在心里的事情袒露出来，生活上的困难向老师求助，学习上的困难向老师请教，主动向老师探讨人生哲理，真正把老师当成自己的亲人，这样做是能够得到老师的帮助、理解和信任的。

（二）接受教师的善意批评

教师对学生的批评都是出于好心，他们都希望自己的学生健康成长，没有哪位老师是不爱自己的学生的。因此学生对教师的批评不要反感，不要认为老师管得太严是坏事，其实这正是老师爱学生的表现。学生应该理解教师的良苦用心，正确对待老师的批评，诚恳地接受老师的指导和严格要求，从而确立良好的师生关系。

（三）正确对待教师的“误解”

在日常生活中，学生有时会被老师错误地批评或误解，使其感到委屈、生气。这时学生应该这样想，老师也是人，也难免有犯错误的时候。你应站在老师的位置上想一想，他为什么会误解你，找一个适当的机会向老师解释清楚，或者找同学帮忙去解释。这样，通过缓和的方式解除相互间的误解，缩短心理距离，扭转了教师对学生的印象，师生关系会更融洽。

总之，高中生学会处理好与同学、与教师之间的关系，是成功的基础。

高中生怎样处理人际关系

吝

店

高

中 15级13班 第三周班会主题

**第四篇：2024关于处理人际关系重要性的社会实践调查报告**

调查报告是分析当下某种情况得出的结果与总结，或者从此次调查中收获了哪些，那么怎么样去写一份调查报告的范文呢?下面是小编为大家整理的关于处理人际关系重要性的社会实践调查报告相关模板，接下来我们一起来看看吧!

第一篇：关于处理人际关系重要性的社会实践调查报告

在大多数人的心里，都有这样的观念：文科院校的女生比男生多，而理工科院校的男生比女生多，也确实，不管从哪个方面看，我们都可以清楚地了解到我国的大中专院校基本都存在着男女生比例不平衡、结构失调的问题。

我们这次的社会实践调查就是要通过了解大学生们对于男女比例不均衡问题的看法与观点,以及在这种情况下对于所面临的现实问题的处理方式、表现态度等,来调查并认识现代大学生对如何正确并有效的处理人际关系的态度与方法,进一步明确处理好人际关系的客观性与重要性。

我们大都知道：在男女比例不平衡、结构失调这样的情况下，大学生的心理问题突现了许多。比如说在部分大学生中存在的不健康的恋爱心理;在异性较多的情况下部分大学生不能较好的认知自我，不能摆好自身的位置而产生的压力;以及在同性较多的情况下，不能处理在不能取得其他同性以及为数不多的异性的注意时而存在的自卑感……

所以，这里，关于大学生如何正确面对在其身边出现的男女比例不平衡问题，如何博得他人的认可喜欢，如何保持健康的心理等等就变得尤其的重要，这也就要求大学生应该正确处理好人际关系，在和谐友好的人际关系中寻找优秀的自我，更好地完成学业、完成我们社会心理学上所讲的“社会化”的过程。

人际关系，是通过交往而形成的人与人之间的心理关系。它所反映的是人与人之间的心理距离。人对人际交往的渴求反映出希望被人接爱、理解的愿望。不同的人有不同的人际关系期待，不同的人也有不同的交往模式。

青年期的大学生希望被人接受、理解的心情尤为迫切。德国学者斯普兰格说：“在人的一生中，再也没有像青年时期有那种强烈地渴望被理解的愿望。没有谁比青年人从他寐独小房里，更加用憧憬的目光眺望窗外世界了，没有谁比青年在深沉的寂寞中更 加渴望接触和理解外部世界了。……没有任何人会像青年那样处在孤独之中，渴望着被人接近与理解，没有任何人会像青年那样站在遥远的地方呼唤”。

“在我们文科班，女生人数往往是男生人数的两倍，她们大多数十分灵秀，在温柔文静之余又有一些活泼，一向备受青睐，何况，女生还容易在学习成绩、文娱活动等方面独领风骚，相比之下男生自然黯然失色。所以当理科男生羡慕我们被“花团锦簇”包围时，我们只有做“敢怒不敢言”、“有苦说不出”的万般无奈状。我们班的男生和女生的关系并不怎么融洽，再加上男同胞一向被女生压得抬不起头来，唉，忍辱负重的心情，我们自然觉得不满。”

“我们班的那几位大哥，的确，他们几个一米八几的个，又剪了头比较流行的发型，往校园里一站，算得上一道风景，也许就是因为这样，几个家伙被捧的，就差没天上地下了，……，在班上我们女生一般都不会主动和他们讲话，或许你不相信，我到现在还没和我们班的所有的男生都说过话呢，虽然就那么几个男生，呵呵。”

这是在我们作调查时摘录的一位文科类的男生和一位文科类女生的话。男生的言语看起来似乎在像我们诉苦，而女生则似乎只是平淡地在回答我们的问题，又似乎带有一点的“怨”。但不管怎样。有一点我们是清楚的：它让我们看到了，在男女生比例失调的班上，一般都存在这样那样的人际交往问题，而一般的同学都不会把处理好人际关系看得很重，他们认为只要自己过好了就没什么问题了。不知他们有没有考慢，所谓的“自己过好”也包括自己要拥有和谐的人际关系网，要懂得与他人交流，懂得让他人了解你、信任你、喜欢你。

当然，我们可以猜想，这些男生和女生们或许也会有“为什么我受不到别人的欢迎”、“我如何与其他同学更好地沟通”、“怎样让大家更好得了解我”、“怎样在这样的一个群体中突现自己”、“我是不是应该改变一下我的待人处事态度”等等一系列的问题。

需要提醒的是，不管他们对于人际关系重要性的态度怎样，对于处理人际关系所运用的方法怎样，他们都应该有这样的意识——要多吸收经验、教训，要多学习方法，要多勇敢地与他人交流，要懂得循序渐进，不断进步。

有一本书叫做《你是最受欢迎的人》，它就从心理学的某些观点出发，讲述了如何通过有效的方法把握好人际交往，让自己成为最受欢迎的人。或许我们可以从中找出大学生在校园中更完美得处理好人际关系的方法。在平时的学习、生活中，我们大学生都应该时刻注意讲什么话才能更吸引人，不能故意拿自己或别人开玩笑，对陌生人要不吝啬赞美等;应该懂得怎样拒绝人最不会得罪人、怎样说话最能避免难堪、怎样说话最能取得别人的谅解、怎样说话最有利于沟通并且正确区别对待别人对你的嘲讽;在自己能力范围内要尽量为他人帮忙;遇事不能过于冲动，要合理解决，尽量防止与他人产生冲突;能懂得正确的处理与他人的矛盾，充分重视“关系网”的维护;当然，也应该善于成人之美、注意保持谦逊，摈弃嫉妒心理等等。

“是不是文科类院校的男生都是宝,理科类院校的女生都是花?”、“为什么文科的女生倾向与理科的男生，而理科的男生倾向于喜欢文科的女生?”这些又是调查中一些同学发表的感慨。

“理科的男生，稳重，踏实，有一颗包容的心;理工科男生一定很聪明;理工科的男生，会有很强的方向感;理工科的男生对感情专一，不会轻易移情别恋;理工科男生的动手能力很棒……”这是一个女生要找理科男生做男朋友的理由。

从这里，我们就会了解到男女比例失调带来的不健康恋爱心理已经或多或少、可轻可重的影响着现在的大学生。

我们不能拘泥于这样的观点，的确，文理结合可以互补，但这并不代表文文或理理结合就一定不可以，同样的兴趣爱好、同样的知识体系同样可以吸引对方，我们不能将这种观点极端化，不然很容易产生极端化的表现，从而出现不可想象的问题，甚至出现另他人觉得不可思议的事情。我们知道：人际关系的基础是人们彼此间的情感活动，感情色彩可以说是人际关系的主要特点。当代的大学生，就应该处理好自己的情感问题，并且应该认真对待而不是图个一时的消遣、满足解除自己一时的孤单情绪等，只有把态度端正了，把思想放成熟了，把观念也摆正了，才能更好的处理好自身的情感问题，更好的完成心理成熟、成长的过程。

社会心理学上讲“一个人从出生到老，必须经历一系列的社会化过程，期间要受到家庭情况对其心理发展的影响、社会地位的影响、学校的影响、师友伙伴的影响、所接触文化范围或文化方向的影响等等，而学校的影响是很重要的一部分，因为学校是人接受社会化的基础阶段，如果能在学校培养好了良好的心理素质、处世方式等，在整个社会化过程中就可以起到更好的铺垫作用，为之后的社会化服务”，所以，我们必须在学校就认真处理好人际关系这一重要的“点”，在现在的学校都普遍存在男女比例不平衡的典例下，更科学地运用心理学的相关理论知识以及他人的正确的实践经验，依靠自身的不断加油、努力，将学习与生活的“面”、生存的“面”铺平!

第二篇：处理人际关系重要性的社会实践调查报告

处理人际关系重要性的社会实践调查报告人际交往通常指除亲属关系以外的人与人交往关系的总称，也被称为“人际关系”，包括朋友关系、学友(同学)关系、师生关系、雇佣关系、战友关系、同事及领导与被领导关系等。人是社会动物，每个个体均有其独特之思想、背景、态度、个性、行为模式及价值观，然而人际关系对每个人的情绪、生活、工作有很大的影响，甚至对组织气氛、组织沟通、组织运作、组织效率及个人与组织之关系均有极大的影响。作为刚刚走出家门的大学生，减少了与亲属(主要指父母)之间交流的机会，人际交往就显得更为重要。和谐的人际关系既是大学生心理健康的重要组成部分，也是大学生形成健康心理的重要源泉。当代大学生基本上是在88—92年左右出生的，由于受到社会、学校、家庭和自我等多方面的影响，大部分大学生在人际交往方面存在或多或少的问题，从而引发一系列的不良校园问题，偶尔也成为社会关注的焦点。由于大学生在校面对的主要是同龄人，因此，调查也针对这方面展开，就大学生的交往问题找出原因并提出可行的解决办法。

在大多数人的心里，都有这样的观念：文科院校的女生比男生多，而理工科院校的男生比女生多，也确实，不管从哪个方面看，我们都可以清楚地了解到我国的大中专院校基本都存在着男女生比例不平衡、结构失调的问题。

我们这次的社会实践调查就是要通过了解大学生们对于男女比例不均衡问题的看法与观点,以及在这种情况下对于所面临的现实问题的处理方式、表现态度等,来调查并认识现代大学生对如何正确并有效的处理人际关系的态度与方法,进一步明确处理好人际关系的客观性与重要性。

我们大都知道：在男女比例不平衡、结构失调这样的情况下，大学生的心理问题突现了许多。比如说在部分大学生中存在的不健康的恋爱心理;在异性较多的情况下部分大学生不能较好的认知自我，不能摆好自身的位置而产生的压力;以及在同性较多的情况下，不能处理在不能取得其他同性以及为数不多的异性的注意时而存在的自卑感??

所以，这里，关于大学生如何正确面对在其身边出现的男女比例不平衡问题，如何博得他人的认可喜欢，如何保持健康的心理等等就变得尤其的重要，这也就要求大学生应该正确处理好人际关系，在和谐友好的人际关系中寻找优秀的自我，更好地完成学业、完成我们社会心理学上所讲的“社会化”的过程。

人际关系，是通过交往而形成的人与人之间的心理关系。它所反映的是人与人之间的心理距离。人对人际交往的渴求反映出希望被人接爱、理解的愿望。不同的人有不同的人际关系期待，不同的人也有不同的交往模式。

青年期的大学生希望被人接受、理解的心情尤为迫切。德国学者斯普兰格说：“在人的一生中，再也没有像青年时期有那种强烈地渴望被理解的愿望。没有谁比青年人从他寐独小房里，更加用憧憬的目光眺望窗外世界了，没有谁比青年在深沉的寂寞中更 加渴望接触和理解外部世界了。??没有任何人会像青年那样处在孤独之中，渴望着被人接近与理解，没有任何人会像青年那样站在遥远的地方呼唤”。

“在我们文科班，女生人数往往是男生人数的两倍，她们大多数十分灵秀，在温柔文静之余又有一些活泼，一向备受青睐，何况，女生还容易在学习成绩、文娱活动等方面独领风骚，相比之下男生自然黯然失色。所以当理科男生羡慕我们被“花团锦簇”包围时，我们只有做“敢怒不敢言”、“有苦说不出”的万般无奈状。我们班的男生和女生的关系并不怎么融洽，再加上男同胞一向被女生压得抬不起头来，唉，忍辱负重的心情，我们自然觉得不满。”

“我们班的那几位大哥，的确，他们几个一米八几的个，又剪了头比较流行的发型，往校园里一站，算得上一道风景，也许就是因为这样，几个家伙被捧的，就差没天上地下了，??，在班上我们女生一般都不会主动和他们讲话，或许你不相信，我到现在还没和我们班的所有的男生都说过话呢，虽然就那么几个男生，呵呵。”

这是在我们作调查时摘录的一位文科类的男生和一位文科类女生的话。男生的言语看起来似乎在像我们诉苦，而女生则似乎只是平淡地在回答我们的问题，又似乎带有一点的“怨”。但不管怎样。有一点我们是清楚的：它让我们看到了，在男女生比例失调的班上，一般都存在这样那样的人际交往问题，而一般的同学都不会把处理好人际关系看得很重，他们认为只要自己过好了就没什么问题了。不知他们有没有考慢，所谓的“自己过好”也包括自己要拥有和谐的人际关系网，要懂得与他人交流，懂得让他人了解你、信任你、喜欢你。

当然，我们可以猜想，这些男生和女生们或许也会有“为什么我受不到别人的欢迎”、“我如何与其他同学更好地沟通”、“怎样让大家更好得了解我”、“怎样在这样的一个群体中突现自己”、“我是不是应该改变一下我的待人处事态度”等等一系列的问题。

需要提醒的是，不管他们对于人际关系重要性的态度怎样，对于处理人际关系所运用的方法怎样，他们都应该有这样的意识——要多吸收经验、教训，要多学习方法，要多勇敢地与他人交流，要懂得循序渐进，不断进步。

有一本书叫做《你是最受欢迎的人》，它就从心理学的某些观点出发，讲述了如何通过有效的方法把握好人际交往，让自己成为最受欢迎的人。或许我们可以从中找出大学生在校园中更完美得处理好人际关系的方法。在平时的学习、生活中，我们大学生都应该时刻注意讲什么话才能更吸引人，不能故意拿自己或别人开玩笑，对陌生人要不吝啬赞美等;应该懂得怎样拒绝人最不会得罪人、怎样说话最能避免难堪、怎样说话最能取得别人的谅解、怎样说话最有利于沟通并且正确区别对待别人对你的嘲讽;在自己能力范围内要尽量为他人帮忙;遇事不能过于冲动，要合理解决，尽量防止与他人产生冲突;能懂得正确的处理与他人的矛盾，充分重视“关系网”的维护;当然，也应该善于成人之美、注意保持谦逊，摈弃嫉妒心理等等。

“是不是文科类院校的男生都是宝,理科类院校的女生都是花?”、“为什么文科的女生倾向与理科的男生，而理科的男生倾向于喜欢文科的女生?”这些又是调查中一些同学发表的感慨。

“理科的男生，稳重，踏实，有一颗包容的心;理工科男生一定很聪明;理工科的男生，会有很强的方向感;理工科的男生对感情专一，不会轻易移情别恋;理工科男生的动手能力很棒??”这是一个女生要找理科男生做男朋友的理由。

从这里，我们就会了解到男女比例失调带来的不健康恋爱心理已经或多或少、可轻可重的影响着现在的大学生。

我们不能拘泥于这样的观点，的确，文理结合可以互补，但这并不代表文文或理理结合就一定不可以，同样的兴趣爱好、同样的知识体系同样可以吸引对方，我们不能将这种观点极端化，不然很容易产生极端化的表现，从而出现不可想象的问题，甚至出现另他人觉得不可思议的事情。我们知道：人际关系的基础是人们彼此间的情感活动，感情色彩可以说是人际关系的主要特点。当代的大学生，就应该处理好自己的情感问题，并且应该认真对待而不是图个一时的消遣、满足解除自己一时的孤单情绪等，只有把态度端正了，把思想放成熟了，把观念也摆正了，才能更好的处理好自身的情感问题，更好的完成心理成熟、成长的过程。

社会心理学上讲“一个人从出生到老，必须经历一系列的社会化过程，期间要受到家庭情况对其心理发展的影响、社会地位的影响、学校的影响、师友伙伴的影响、所接触文化范围或文化方向的影响等等，而学校的影响是很重要的一部分，因为学校是人接受社会化的基础阶段，如果能在学校培养好了良好的心理素质、处世方式等，在整个社会化过程中就可以起到更好的铺垫作用，为之后的社会化服务”，所以，我们必须在学校就认真处理好人际关系这一重要的“点”，在现在的学校都普遍存在男女比例不平衡的典例下，更科学地运用心理学的相关理论知识以及他人的正确的实践经验，依靠自身的不断加油、努力，将学习与生活的“面”、生存的“面”铺平!

在社会实践结束后我意识到了人际关系的重要性。如今作为刚大一学业完成的我来说，本身缺乏一种生存技能，一种能够养活自己，提高自己，发展自己的技能，然大学专业课尚未开展，无法实现理论与实践相结合，所以去打了份小工，尝试了一下生活的艰辛，觉得人际关系是一本很难读的书，又是一本很要的书，我生活在农村，见得世面少之又少，毫无疑问我在这一方面有很大的欠缺，特别是与陌生人之间，因此我决定从这一方面下手，然如何展开我的计划，经过几天的思考，我决定社会实践结束后用几天的时间去实践!

我的大致方案是从农村到城市，从青年到老人，以中年为主，在农村多与以前尚未接触的的人交谈，在城市一天到晚在与路边的小贩打交道，与商店的老板讨价还价，找超市售货员问这问那，所有的这些都只“说”不买。想好以后，决定付出行动，实践于8月30号开始，由于帮家务农，9月6号截止，虽仅仅才只有七天，七天的实践让我受益匪浅!八月31号的清晨，我早早的就起床了，村里有不少务农，我拿张椅子坐在家门前，不一会儿，一村人背着农具匆忙赴往农地，我说早啊，他看了我一眼，有点为难的走了，一声也没吭，当时，我心里很囧破，想想自己难得与他打一打找招呼，竟然不理我，让我很是郁闷，又过一会儿，又一村人从家前经过，我笑呵呵的和他打招呼，他笑了一下，似乎想说点什么，却又欲言又止，走了，让我纳闷无解，两次的失败让我不再与下面的人打招呼了，于是我便去探访家乡的不少老人，与他们交谈，交谈很愉快，在交谈的过程中，我了解了这些老人的不少往事和村里这几年发生的大事，在交谈的过程中，我发现他们更爱谈自己的孙子孙女们，而以往的辛酸历程谈的不多，他们喜欢发一点点对儿子的牢骚等等，我从与老人交谈中得出老人是寂寞的，他们需要耐心的倾听者，然要他们离开撇开心扉与你交谈，却不得不花一番心思来诱导他们，而如何诱导却需要引出他们感兴趣的事情，且莫提人家伤心事!又说到前两位村人，由于与老人交谈的成功，让我信心大增，在接下来的几天，我每天都早早的起床，位的是与他们打招呼，终于由于我的坚持，他们再也后的几天都笑呵呵的与我主动打招呼，究竟发生了什么，改变了他们的态度了?经过思考与总结，我知道是我的微笑在起作用，因为微笑传递了善意，而拒绝善意却不是人的本能，同时我也从中得出，生活在一个屋檐下的人们，需要的是多多沟通与了解，否则熟人也会变成生人，熟话说的好“远亲不如近邻”，这正是道出了该真谛!八月31号与昨天一样，继续造访另一些老人，只是方式有所不同，与前者恰恰相反，和这些老人谈话，我故意装成听得不耐烦，所提的问题有点刁钻，而得到的结果可先知，大部分时间老人的表现是无语，但碍于长辈的宽容，所表现的只是无语，不过即使我的不耐烦，老人们还是愿意表达他们生活中的牢骚，当今老人真的太寂寞了!

9月1号八点二十多分钟，我开始踏上从农村到城市的道路，到了下午五点

左右又从城市坐车回到家，这样的方式一直持续到9月6号，而在这整整五天的公交车上，我遇到了形形色色的人，有小孩，有大人，有老人，有农民，有商人，还有老师，在这五天当中，我穿不同的衣着，扮演不同的人，专挑想交流的人。第一天，我穿了高中的校服，早上上车看到与我般大的女孩旁边有一个空位，于是我毫不犹豫的坐了下来，我往左偷偷的看了她一下，她头一直往左，并不知我在看她，我用余光继续偷偷的观察她，过几分钟，她头忽转向中间，我抓住时机往左死死地盯住她，她也往右看我，我稳住自己怯弱的心，对自己说一定要坚持，到发现马上她不好意思的又往右边的窗户看，分明她害羞了，此刻的我也一样，但是马上想到自己此行的目的，我想了一想该怎样与她交谈起来呢，我开场白说“喂”呢还是“你好啊”，然后有说什么呢，我问我自己，思来复去，我想了一句“你在哪个学校读书”以让我能够展开与她的交谈，正暗自窃喜时，欲说该句话，“司机，停一下车”，说着一句话的不是别人，正是该女孩，一次很好交流的机会就这样丢失了，在接下来的二十分中的时间里我孤单而又郁闷中度过，我深知在将来与异性交流是必不可少的，而我也在这一方面的确非常欠缺，究其原因，还是由于自己的羞涩在作祟，在接下来的某天，机会又一次来了，结果事实证明，抛开羞涩，用真诚与热情与同龄异性交流，对方也是愿意和你交流的。再说说流氓一样打扮似的我在车上东瞄瞄，故作鬼鬼祟祟的样子时，放眼一望，一车的人有大半用看贼似的眼光偷偷的察看我，当我发现有人正用异样眼光瞄我时，我转眼望去，那人的头分明转向窗外;当我站在一些人旁边时，我偶然发现旁边的人正摸摸自己的口袋以确定口袋里的钱是否还在;当我穿的整整齐齐时，我与车上的老人，中年，小孩，妇女都有一些或多或少的交流，在交流的过程中，我总结出来：小孩很好奇，喜欢向你询问一些他不知的东西;同龄人喜欢与你谈学校，谈社会热点，谈就某些方面自己的观点，谈的内容涉及广泛;而中年人比较收敛，不太会与青年交谈，更多的是在沉思;而老人是容易入题的，但由于常常表现出对陌生人的警惕，而身边带着小孩坐车的老人是最好交谈的!

从9月1号起，我在城市呆的的时间是很长的，在与卖家讨价还价时，大部分的对方都表现出的是热情与认真的样子，有的脸上一直挂着微笑直到你最后说一句“好，谢谢，下次再来看看”，立刻脸就变了，总而言之，自己开店自己又销售的人也许出于生活所迫或者商业目的大部分都表现很热情很耐心，而帮别人销售的人，如超市的售货员一半左右很热情，这些人急于表现自己和提高自己的销售业绩，向你描述产品是如何的好等等，当我耐心的听完他的描述一遍又一遍，询问他这又问他那时，最后说一句“对不起，我再看看其他的”时，那失望的表情真的让我很想买该产品;而有另一半销售员的的表现是很冷淡的，向他们询问时略有无赖的回答你的问题，他们不会在意你是否会买它，让你觉得岁月已经磨掉了他们的耐心，表现得更多的是一种沧桑感，甚至有些人会有点气愤当你最终不买他的产品而又耽误了他那么多时间时!

虽然考察只有短短的七天，但这七天的时间让我明白交际是一本读不完的书，也让我发现自己在交际方面存在很多错误认识，让我深刻的明白了“衣着，勇气，言语，礼貌，热情，微笑，大方”等很重要，它们在你的交际过程中的作用不容估量!

第三篇：关于人际关系重要性的调查报告

在很多人的脑海里，都有这样的观念：文科院校的女生比男生多，而理工科院校的男生比女生多，也确实，不管从哪个方面看，我们都可以清楚地了解到我国的大中专院校基本都存在着男女生比例不平衡、结构失调的问题。

我们这次的社会实践调查就是要通过了解大学生们对于男女比例不均衡问题的看法与观点,以及在这种情况下对于所面临的现实问题的处理方式、表现态度等,来调查并认识现代大学生对如何正确并有效的处理人际关系的态度与方法,进一步明确处理好人际关系的客观性与重要性。

我们大都知道：在男女比例不平衡、结构失调这样的情况下，大学生的心理问题突现了许多。比如说在部分大学生中存在的不健康的恋爱心理;在异性较多的情况下部分大学生不能较好的认知自我，不能摆好自身的位置而产生的压力;以及在同性较多的情况下，不能处理在不能取得其他同性以及为数不多的异性的注意时而存在的自卑感……

所以，这里，关于大学生如何正确面对在其身边出现的男女比例不平衡问题，如何博得他人的认可喜欢，如何保持健康的心理等等就变得尤其的重要，这也就要求大学生应该正确处理好人际关系，在和谐友好的人际关系中寻找优秀的自我，更好地完成学业、完成我们社会心理学上所讲的“社会化”的过程。

人际关系，是通过交往而形成的人与人之间的心理关系。它所反映的是人与人之间的心理距离。人对人际交往的渴求反映出希望被人接爱、理解的愿望。不同的人有不同的人际关系期待，不同的人也有不同的交往模式。

青年期的大学生希望被人接受、理解的心情尤为迫切。德国学者斯普兰格说：“在人的一生中，再也没有像青年时期有那种强烈地渴望被理解的愿望。没有谁比青年人从他寐独小房里，更加用憧憬的目光眺望窗外世界了，没有谁比青年在深沉的寂寞中更 加渴望接触和理解外部世界了。……没有任何人会像青年那样处在孤独之中，渴望着被人接近与理解，没有任何人会像青年那样站在遥远的地方呼唤”。

“在我们文科班，女生人数往往是男生人数的两倍，她们大多数十分灵秀，在温柔文静之余又有一些活泼，一向备受青睐，何况，女生还容易在学习成绩、文娱活动等方面独领风骚，相比之下男生自然黯然失色。所以当理科男生羡慕我们被“花团锦簇”包围时，我们只有做“敢怒不敢言”、“有苦说不出”的万般无奈状。我们班的男生和女生的关系并不怎么融洽，再加上男同胞一向被女生压得抬不起头来，唉，忍辱负重的心情，我们自然觉得不满。”

“我们班的那几位大哥，的确，他们几个一米八几的个，又剪了头比较流行的发型，往校园里一站，算得上一道风景，也许就是因为这样，几个家伙被捧的，就差没天上地下了，……，在班上我们女生一般都不会主动和他们讲话，或许你不相信，我到现在还没和我们班的所有的男生都说过话呢，虽然就那么几个男生，呵呵。”

这是在我们作调查时摘录的一位文科类的男生和一位文科类女生的话。男生的言语看起来似乎在像我们诉苦，而女生则似乎只是平淡地在回答我们的问题，又似乎带有一点的“怨”。但不管怎样。有一点我们是清楚的：它让我们看到了，在男女生比例失调的班上，一般都存在这样那样的人际交往问题，而一般的同学都不会把处理好人际关系看得很重，他们认为只要自己过好了就没什么问题了。不知他们有没有考慢，所谓的“自己过好”也包括自己要拥有和谐的人际关系网，要懂得与他人交流，懂得让他人了解你、信任你、喜欢你。

当然，我们可以猜想，这些男生和女生们或许也会有“为什么我受不到别人的欢迎”、“我如何与其他同学更好地沟通”、“怎样让大家更好得了解我”、“怎样在这样的一个群体中突现自己”、“我是不是应该改变一下我的待人处事态度”等等一系列的问题。

需要提醒的是，不管他们对于人际关系重要性的态度怎样，对于处理人际关系所运用的方法怎样，他们都应该有这样的意识——要多吸收经验、教训，要多学习方法，要多勇敢地与他人交流，要懂得循序渐进，不断进步。

有一本书叫做《你是最受欢迎的人》，它就从心理学的某些观点出发，讲述了如何通过有效的方法把握好人际交往，让自己成为最受欢迎的人。或许我们可以从中找出大学生在校园中更完美得处理好人际关系的方法。在平时的学习、生活中，我们大学生都应该时刻注意讲什么话才能更吸引人，不能故意拿自己或别人开玩笑，对陌生人要不吝啬赞美等;应该懂得怎样拒绝人最不会得罪人、怎样说话最能避免难堪、怎样说话最能取得别人的谅解、怎样说话最有利于沟通并且正确区别对待别人对你的嘲讽;在自己能力范围内要尽量为他人帮忙;遇事不能过于冲动，要合理解决，尽量防止与他人产生冲突;能懂得正确的处理与他人的矛盾，充分重视“关系网”的维护;当然，也应该善于成人之美、注意保持谦逊，摈弃嫉妒心理等等。

“是不是文科类院校的男生都是宝,理科类院校的女生都是花?”、“为什么文科的女生倾向与理科的男生，而理科的男生倾向于喜欢文科的女生?”这些又是调查中一些同学发表的感慨。

“理科的男生，稳重，踏实，有一颗包容的心;理工科男生一定很聪明;理工科的男生，会有很强的方向感;理工科的男生对感情专一，不会轻易移情别恋;理工科男生的动手能力很棒……”这是一个女生要找理科男生做男朋友的理由。

从这里，我们就会了解到男女比例失调带来的不健康恋爱心理已经或多或少、可轻可重的影响着现在的大学生。

我们不能拘泥于这样的观点，的确，文理结合可以互补，但这并不代表文文或理理结合就一定不可以，同样的兴趣爱好、同样的知识体系同样可以吸引对方，我们不能将这种观点极端化，不然很容易产生极端化的表现，从而出现不可想象的问题，甚至出现另他人觉得不可思议的事情。我们知道：人际关系的基础是人们彼此间的情感活动，感情色彩可以说是人际关系的主要特点。当代的大学生，就应该处理好自己的情感问题，并且应该认真对待而不是图个一时的消遣、满足解除自己一时的孤单情绪等，只有把态度端正了，把思想放成熟了，把观念也摆正了，才能更好的处理好自身的情感问题，更好的完成心理成熟、成长的过程。

社会心理学上讲“一个人从出生到老，必须经历一系列的社会化过程，期间要受到家庭情况对其心理发展的影响、社会地位的影响、学校的影响、师友伙伴的影响、所接触文化范围或文化方向的影响等等，而学校的影响是很重要的一部分，因为学校是人接受社会化的基础阶段，如果能在学校培养好了良好的心理素质、处世方式等，在整个社会化过程中就可以起到更好的铺垫作用，为之后的社会化服务”，所以，我们必须在学校就认真处理好人际关系这一重要的，在现在的学校都普遍存在男女比例不平衡的典例下，更科学地运用心理学的相关理论知识以及他人的正确的实践经验，依靠自身的不断加油、努力，将学习与生活的“面”、生存的“面”铺平!

第四篇：寒假社会实践调查报告

一、关于高中生人际关系处理的社会实践调查

1、报告调查的原因

在实习的这段时间，最令人头疼的便是对高中生如何正确处理人际关系。近年来中学生因与同学间人际关系处理不当，而导致本不该发生的悲剧频频出现。如：某中学一学生与同班同学经常为一些小事发生争吵，两人关系紧张，矛盾重重，终于有一天，其中一位学生带刀将另一学生活活戳死;再有，某中学一高高中生临近高考，面对高考及父母的压力，精神崩溃，为寻求解脱的办法，其结果是将他亲生母亲杀死在家中。另外，从武汉市精神卫生中心“百忧解”热线传来消息，青少年因不善处理人际关系而引发的心理问题，成为近期咨询的热点。咨询员反映，近一段时间，试婚、第三者插足、婚外恋的话题少了，关于青少年人际交往问题的电话逐渐增多，几乎每天都有。咨询者包括高中生、大学生和参加工作一两年的年轻人，年龄约为17岁至25岁。交谈中可以感觉到：他们对社会、对所处环境充满敌意，抱怨人与人之间太虚伪、互相欺骗，很难与同学同事沟通，对生活感到厌倦、绝望等等。而悲剧的发生就在于他们不能正确处理同学间的人际交往，与父母间的情感沟通。

2、调查的结果

心理的闭锁性少年期开始出现到高中阶段。随着自我意识的增强，再加上过去生活中的经验和教训，使其发现“逢人不可再全抛一片心”，加上自尊心、文饰、内隐的需要及各种顾虑，使其嘴上相继都加上了一把“锁”。有许多问题被作为个人的内心秘密隐藏起来，给自己蒙上了一层薄薄的面纱。特别在非同龄的人群中，尤其是对父母、老师等成人保持心理闭锁。但另一方面，这时期他们客观上又存在有强烈的归属的心理需求及与人交往的愿望，希望广交知心朋友。但相互的闭锁，尤其是异性间相互的闭锁，更加使其产生特殊的好奇心和神秘感。心中的苦闷很想找人倾诉、讨教，于是常处于左右两难的矛盾之中。闭锁性既是适应现实社会的需要，是适应力提高的表现，但也加大了对他们了解及把握的难度。使其不敢与人倾心相交而感孤独，于是大都述说于锁于抽屉的日记之中，致使有些老师变得困惑不解，倍感学生变了，不信任自己了。

在学校教育教学工作中我发现，对高中生人际关系优化策略的指导几乎很少涉及。高中生在接受系统的学校教育过程中，同样不可避免的要与他人发生人际交往，但是，在当前高级中学的教育教学工作中，处于首要地位的是对学生进行科学知识与知识技能及思想品德的教育。而对学生人际关系方面的指导则往往被忽视，而弃之一旁。这样，不能进行正常交往的学生则往往就会处于被孤立与嫌弃的地位，轻者，导致产生自卑心理，情绪低落，重者，产生严重畸变心理和人际交往障碍。家庭教育中，对孩子的人际交往指导涉及很少。目前，社会经济的发展带来了很多的负面影响，加上独生子女的增多，家庭教育中父母一方面对子女溺爱，过于放纵，另一方面对子女期望过高，望子成龙，望女成凤，导致学生各种不正常心理行为增多。他们任性、倔强、刁蛮、目中无人，不善处理人际关系，同学间、师生间、亲了间关系紧张。

在积极推进基础教育课程的今天，我们不得不反思我们一贯的教育理念、教育机制在新时期的新需要下需要怎样与时俱进，才能适应现代社会需要集顺应人性的发展。

二、调查方案设计

1、内容设计：

高中生人际沟通技巧的培养包括那些内容;现今高中生人际交往与沟通的现状如何;高中生人际沟通心理发展的规律性是怎样的;培养学生人际沟通的形式有哪些，使用的情况怎样，各有什么特点、作用和效果;对于不同类型的学生又该采取怎样的方式。

2、过程设计：

阶段

时间安排

任 务

第一阶段

1月4日-1月20日

1、查阅有关文献，如《教育心理学》等著作，为本课题的调查研究提供理论依据。

2、通过问卷调查，找学生访谈和学生进行交流，对学生交往能力与交往状况进行自测等形式，了解学生人际交往的现状。通过调查分析，明确课题研究的重点。

3、随机选取实验班，讨论研究方法、形式、研究进度

第二阶段

1月20日-2月10日

实行集体教育与个别教育交叉进行研究

1、面对学生实施人际交往心理辅导和行为训练，形式有：组织丰富多彩的课余活动、班队活动、讲座、家长会、宣传、心理信箱等;

2、对学生进行个别教育，特别是对有严重心理问题的学生进行个别矫正训练，即个案研究;

3、组织研究组成员外出参观学习，向兄弟学校学习、借鉴、交流研究经验;

4、每学期上交研究报告

第三阶段

2月10日-2月24日

1、对实验学生进行人际沟通状况测试，与第一阶段进行对比;

2、对上阶段积累的材料进行分析总结和提炼，结合每时期的结果逐步完善课题研究的内容和结论，逐步完成高中生人际沟通技巧培养的调查报告

4、调查方法设计：

(1)访谈法：通过对教育行政管理人员、一线教师、学生等访谈，更清楚了解学生的人际交往状况，为全面考虑研究范围和方法提供有力建议;

(2)文献法：通过查阅和分析已有的有关学生人际交往和人际沟通技巧的研究，了解目前的研究状况，作为研究的借鉴;

(3)问卷调查法：用已有的量表在实验前和实验后对学生进行施测，同时也将实验班和非实验班的学生的结果进行对比，作为实验结果的一个证明;

(4)课堂情景实验法：通过系列的教学活动，如班会课，心理健康活动课，有针对性地组织让学生在教学活动中掌握与人沟通的技巧和能力;

(5)个案研究法：结合课任教师的观察和调查的结果，选取个别学生运用心理学的辅导知识进行辅导，并做好相应的跟踪记录。

三、调查的实践意义与理论价值

1、实践意义：

有利于解决学生人际交往与沟通方面存在的矛盾与冲突，为学生、家长、教师共同提供良好的沟通机会与桥梁，让教师掌握培养学生人际沟通的技巧与方法，让学生与人的沟通达到情感上的相互了解和理解，掌握与人沟通交流的方法与技巧。

2、理论价值：

使教师对心理学知识中有关人际沟通技巧有更深刻的教学实践和感悟，从现实教学探讨培养人际沟通技巧的最优化手段，为高中生人际沟通技巧研究提供第一手的资料和数据。

四、总结

正确处理高中生的人际关系，应当正确引导和促进高中生良好人际关系的形成，帮助高中生健康地成长，指导学生进行健康的人际交往，形成良好的班集体心理氛围，使各个学生在班集体的学习和生活中，充满自信，情绪高涨，精神振奋。使他们具备较强的人际交往能力，为今后进一步学习或步入社会奠定良好的人际沟通基础。

第五篇：关于大学生人际关系处理的社会实践调查

关于大学生人际关系处理的社会实

践调查

1、报告调查的目的在实习的这段时间，最令人头疼的便是对大学生如何正确处理人际关系。近年来大学生因与同学间人际关系处理不当，而导致本不该发生的悲剧频频出现。如：某大学一学生与同班同学经常为一些小事发生争吵，两人关系紧张，矛盾重重，终于有一天，其中一位学生带刀将另一学生活活戳死;再有，某大学一高大学生临近高考，面对高考及父母的压力，精神崩溃，为寻求解脱的办法，其结果是将他亲生母亲杀死在家中。另外，从武汉市精神卫生中心“百忧解”热线传来消息，青少年因不善处理人际关系而引发的心理问题，成为近期咨询的热点。咨询员反映，近一段时间，试婚、第三者插足、婚外恋的话题少了，关于青少年人际交往问题的电话逐渐增多，几乎每天都有。咨询者包括大学生、大学生和参加工作一两年的年轻人，年龄约为17岁至25岁。交谈中可以感觉到：他们对社会、对所处环境充满敌意，抱怨人与人之间太虚伪、互相欺骗，很难与同学同事沟通，对生活感到厌倦、绝望等等。而悲剧的发生就在于他们不能正确处理同学间的人际交往，与父母间的情感沟通。

2、调查的结果

心理的闭锁性少年期开始出现到大学阶段。随着自我意识的增强，再加上过去生活中的经验和教训，使其发现“逢人不可再全抛一片心”，加上自尊心、文饰、内隐的需要及各种顾虑，使其嘴上相继都加上了一把“锁”。有许多问题被作为个人的内心秘密隐藏起来，给自己蒙上了一层薄薄的面纱。特别在非同龄的人群中，尤其是对父母、老师等成人保持心理闭锁。但另一方面，这时期他们客观上又存在有强烈的归属的心理需求及与人交往的愿望，希望广交知心朋友。但相互的闭锁，尤其是异性间相互的闭锁，更加使其产生特殊的好奇心和神秘感。心中的苦闷很想找人倾诉、讨教，于是常处于左右两难的矛盾之中。闭锁性既是适应现实社会的需要，是适应力提高的表现，但也加大了对他们了解及把握的难度。使其不敢与人倾心相交而感孤独，于是大都述说于锁于抽屉的日记之中，致使有些老师变得困惑不解，倍感学生变了，不信任自己了。

在学校教育教学工作中我发现，对大学生人际关系优化策略的指导几乎很少涉及。大学生在接受系统的学校教育过程中，同样不可避免的要与他人发生人际交往，但是，在当前大学的教育教学工作中，处于首要地位的是对学生进行科学知识与知识技能及思想品德的教育。而对学生人际关系方面的指导则往往被忽视，而弃之一旁。这样，不能进行正常交往的学生则往往就会处于被孤立与嫌弃的地位，轻者，导致产生自卑心理，情绪低落，重者，产生严重畸变心理和人际交往障碍。家庭教育中，对孩子的人际交往指导涉及很少。目前，社会经济的发展带来了很多的负面影响，加上独生子女的增多，家庭教育中父母一方面对子女溺爱，过于放纵，另一方面对子女期望过高，望子成龙，望女成凤，导致学生各种不正常心理行为增多。他们任性、倔强、刁蛮、目中无人，不善处理人际关系，同学间、师生间、亲了间关系紧张。

在积极推进基础教育课程的今天，我们不得不反思我们一贯的教育理念、教育机制在新时期的新需要下需要怎样与时俱进，才能适应现代社会需要集顺应人性的发展。

二、调查方案设计

1、内容设计：

大学生人际沟通技巧的培养包括那些内容;现今大学生人际交往与沟通的现状如何;大学生人际沟通心理发展的规律性是怎样的;培养学生人际沟通的形式有哪些，使用的情况怎样，各有什么特点、作用和效果;对于不同类型的学生又该采取怎样的方式。

2、过程设计：

阶段

时间安排

任务

第一阶段

1月4日-1月20日

1、查阅有关文献，如《教育心理学》等著作，为本课题的调查研究提供理论依据。

2、通过问卷调查，找学生访谈和学生进行交流，对学生交往能力与交往状况进行自测等形式，了解学生人际交往的现状。通过调查分析，明确课题研究的重点。

3、随机选取实验班，讨论研究方法、形式、研究进度

第二阶段

1月20日-2月10日

实行集体教育与个别教育交叉进行研究

1、面对学生实施人际交往心理辅导和行为训练，形式有：组织丰富多彩的课余活动、班队活动、讲座、家长会、宣传、心理信箱等;

2、对学生进行个别教育，特别是对有严重心理问题的学生进行个别矫正训练，即个案研究;

3、组织研究组成员外出参观学习，向兄弟学校学习、借鉴、交流研究经验;

4、每学期上交研究报告

第三阶段

2月10日-2月24日

1、对实验学生进行人际沟通状况测试，与第一阶段进行对比;

2、对上阶段积累的材料进行分析总结和提炼，结合每时期的结果逐步完善课题研究的内容和结论，逐步完成大学生人际沟通技巧培养的调查报告

4、调查方法设计：

(1)访谈法：通过对教育行政管理人员、一线教师、学生等访谈，更清楚了解学生的人际交往状况，为全面考虑研究范围和方法提供有力建议;

(2)文献法：通过查阅和分析已有的有关学生人际交往和人际沟通技巧的研究，了解目前的研究状况，作为研究的借鉴;

(3)问卷调查法：用已有的量表在实验前和实验后对学生进行施测，同时也将实验班和非实验班的学生的结果进行对比，作为实验结果的一个证明;

(4)课堂情景实验法：通过系列的教学活动，如班会课，心理健康活动课，有针对性地组织让学生在教学活动中掌握与人沟通的技巧和能力;

(5)个案研究法：结合课任教师的观察和调查的结果，选取个别学生运用心理学的辅导知识进行辅导，并做好相应的跟踪记录。

三、调查的实践意义与理论价值

1、实践意义：

有利于解决学生人际交往与沟通方面存在的矛盾与冲突，为学生、家长、教师共同提供良好的沟通机会与桥梁，让教师掌握培养学生人际沟通的技巧与方法，让学生与人的沟通达到情感上的相互了解和理解，掌握与人沟通交流的方法与技巧。

2、理论价值：

使教师对心理学知识中有关人际沟通技巧有更深刻的教学实践和感悟，从现实教学探讨培养人际沟通技巧的最优化手段，为大学生人际沟通技巧研究提供第一手的资料和数据。

四、总结

正确处理大学生的人际关系，应当正确引导和促进大学生良好人际关系的形成，帮助大学生健康地成长，指导学生进行健康的人际交往，形成良好的班集体心理氛围，使各个学生在班集体的学习和生活中，充满自信，情绪高涨，精神振奋。使他们具备较强的人际交往能力，为今后进一步学习或步入社会奠定良好的人际沟通基础。

**第五篇：关于处理人际关系重要性的社会实践调查报告**

在大多数人的心里，都有这样的观念：文科院校的女生比男生多，而理工科院校的男生比女生多，也确实，不管从哪个方面看，我们都可以清楚地了解到我国的大中专院校基本都存在着男女生比例不平衡、结构失调的问题。

我们这次的社会实践调查就是要通过了解大学生们对于男女比例不均衡问题的看法与观点,以及在这种情况下对于所面临的现实问题的处理方式、表现态度等,来调查并认识现代大学生对如何正确并有效的处理人际关系的态度与方法,进一步明确处理好人际关系的客观性与重要性。

我们大都知道：在男女比例不平衡、结构失调这样的情况下，大学生的心理问题突现了许多。比如说在部分大学生中存在的不健康的恋爱心理；在异性较多的情况下部分大学生不能较好的认知自我，不能摆好自身的位置而产生的压力；以及在同性较多的情况下，不能处理在不能取得其他同性以及为数不多的异性的注意时而存在的自卑感……

所以，这里，关于大学生如何正确面对在其身边出现的男女比例不平衡问题，如何博得他人的认可喜欢，如何保持健康的心理等等就变得尤其的重要，这也就要求大学生应该正确处理好人际关系，在和谐友好的人际关系中寻找优秀的自我，更好地完成学业、完成我们社会心理学上所讲的“社会化”的过程。

人际关系，是通过交往而形成的人与人之间的心理关系。它所反映的是人与人之间的心理距离。人对人际交往的渴求反映出希望被人接爱、理解的愿望。不同的人有不同的人际关系期待，不同的人也有不同的交往模式。

青年期的大学生希望被人接受、理解的心情尤为迫切。德国学者斯普兰格说：“在人的一生中，再也没有像青年时期有那种强烈地渴望被理解的愿望。没有谁比青年人从他们孤独小房里，更加用憧憬的目光眺望窗外世界了，没有谁比青年在深沉的寂寞中更 加渴望接触和理解外部世界了。……没有任何人会像青年那样处在孤独之中，渴望着被人接近与理解，没有任何人会像青年那样站在遥远的地方呼唤”。

“在我们文科班，女生人数往往是男生人数的两倍，她们大多数十分灵秀，在温柔文静之余又有一些活泼，一向备受青睐，何况，女生还容易在学习成绩、文娱活动等方面独领风骚，相比之下男生自然黯然失色。所以当理科男生羡慕我们被“花团锦簇”包围时，我们只有做“敢怒不敢言”、“有苦说不出”的万般无奈状。我们班的男生和女生的关系并不怎么融洽，再加上男同胞一向被女生压得抬不起头来，唉，忍辱负重的心情，我们自然觉得不满。”

“我们班的那几位大哥，的确，他们几个一米八几的个，又剪了头比较流行的发型，往校园里一站，算得上一道风景，也许就是因为这样，几个家伙被捧的，就差没天上地下了，……，在班上我们女生一般都不会主动和他们讲话，或许你不相信，我到现在还没和我们班的所有的男生都说过话呢，虽然就那么几个男生，呵呵。”

这是在我们作调查时摘录的一位文科类的男生和一位文科类女生的话。男生的言语看起来似乎在像我们诉苦，而女生则似乎只是平淡地在回答我们的问题，又似乎带有一点的“怨”。但不管怎样。有一点我们是清楚的：它让我们看到了，在男女生比例失调的班上，一般都存在这样那样的人际交往问题，而一般的同学都不会把处理好人际关系看得很重，他们认为只要自己过好了就没什么问题了。不知他们有没有考虑过，所谓的“自己过好”也包括自己要拥有和谐的人际关系网，要懂得与他人交流，懂得让他人了解你、信任你、喜欢你。

当然，我们可以猜想，这些男生和女生们或许也会有“为什么我受不到别人的欢迎”、“我如何与其他同学更好地沟通”、“怎样让大家更好得了解我”、“怎样在这样的一个群体中突现自己”、“我是不是应该改变一下我的待人处事态度”等等一系列的问题。

需要提醒的是，不管他们对于人际关系重要性的态度怎样，对于处理人际关系所运用的方法怎样，他们都应该有这样的意识——要多吸收经验、教训，要多学习方法，要多勇敢地与他人交流，要懂得循序渐进，不断进步。

有一本书叫做《你是最受欢迎的人》，它就从心理学的某些观点出发，讲述了如何通过有效的方法把握好人际交往，让自己成为最受欢迎的人。或许我们可以从中找出大学生在校园中更完美得处理好人际关系的方法。在平时的学习、生活中，我们大学生都应该时刻注意讲什么话才能更吸引人，不能故意拿自己或别人开玩笑，对陌生人要不吝啬赞美等；应该懂得怎样拒绝人最不会得罪人、怎样说话最能避免难堪、怎样说话最能取得别人的谅解、怎样说话最有利于沟通并且正确区别对待别人对你的嘲讽；在自己能力范围内要尽量为他人帮忙；遇事不能过于冲动，要合理解决，尽量防止与他人产生冲突；能懂得正确的处理与他人的矛盾，充分重视“关系网”的维护；当然，也应该善于成人之美、注意保持谦逊，摈弃嫉妒心理等等。

“是不是文科类院校的男生都是宝,理科类院校的女生都是花?”、“为什么文科的女生倾向与理科的男生，而理科的男生倾向于喜欢文科的女生？”这些又是调查中一些同学发表的感慨。

“理科的男生，稳重，踏实，有一颗包容的心；理工科男生一定很聪明；理工科的男生，会有很强的方向感；理工科的男生对感情专一，不会轻易移情别恋；理工科男生的动手能力很棒……”这是一个女生要找理科男生做男朋友的理由。

从这里，我们就会了解到男女比例失调带来的不健康恋爱心理已经或多或少、可轻可重的影响着现在的大学生。

我们不能拘泥于这样的观点，的确，文理结合可以互补，但这并不代表文文或理理结合就一定不可以，同样的兴趣爱好、同样的知识体系同样可以吸引对方，我们不能将这种观点极端化，不然很容易产生极端化的表现，从而出现不可想象的问题，甚至出现另他人觉得不可思议的事情。我们知道：人际关系的基础是人们彼此间的情感活动，感情色彩可以说是人际关系的主要特点。当代的大学生，就应该处理好自己的情感问题，并且应该认真对待而不是图个一时的消遣、满足解除自己一时的孤单情绪等，只有把态度端正了，把思想放成熟了，把观念也摆正了，才能更好的处理好自身的情感问题，更好的完成心理成熟、成长的过程。

社会心理学上讲“一个人从出生到老，必须经历一系列的社会化过程，期间要受到家庭情况对其心理发展的影响、社会地位的影响、学校的影响、师友伙伴的影响、所接触文化范围或文化方向的影响等等，而学校的影响是很重要的一部分，因为学校是人接受社会化的基础阶段，如果能在学校培养好了良好的心理素质、处世方式等，在整个社会化过程中就可以起到更好的铺垫作用，为之后的社会化服务”，所以，我们必须在学校就认真处理好人际关系这一重要的“点”，在现在的学校都普遍存在男女比例不平衡的典例下，更科学地运用心理学的相关理论知识以及他人的正确的实践经验，依靠自身的不断加油、努力，将学习与生活的“面”、生存的“面”铺平！

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找