

以社会学习理论为依托的大学生人际交往能力提升 路径探究

严彩虹, 刘峰*

广州应用科技学院, 广东 广州 440100

DOI:10.61369/EIR.2025060013

摘要 : 新时代对青年学生社会化能力提出了新的要求, 认为大学生应认清现实情况, 从自身实际出发找准定位, 为国家的繁荣发展贡献一份青春力量。受各种因素影响, 新时代青年学生经常遭遇人际交往难题, 例如, 人际认知偏差、心理发育相对滞后、价值取向出现缺位、家庭教育的不足、信息网络化的负面影响、学校教育机制的不健全、就业心态不正确、就业市场激烈竞争、岗位就业难。本文立足于社会学习理论, 运用人际交往的实践技巧, 真正提高大学生与他人沟通的能力。大学生人际交往能力的培养工作是一个系统的工程, 除了要发挥学校的教育作用以外, 其他社会各个主体也要充分发挥自身的优势, 帮助大学生与其他主体进行沟通, 才能真正地提升大学生人际交往能力。

关键词 : 社会学习理论; 大学生; 人际交往能力

Exploring Pathways to Enhance College Students' Interpersonal Communication Skills Based on Social Learning Theory

Yan Caihong, Liu Feng*

Guangzhou College of Applied Science and Technology, Guangzhou, Guangdong 440100

Abstract : The new era has set new requirements for the socialization abilities of young students, emphasizing that college students should recognize the realities, accurately position themselves based on their actual situations, and contribute their youthful vigor to the country's prosperity and development. Influenced by various factors, young students in the new era often encounter difficulties in interpersonal communication, such as interpersonal cognitive biases, relatively delayed psychological development, absent value orientations, inadequate family education, negative impacts of information networking, imperfect school educational mechanisms, incorrect employment attitudes, fierce competition in the job market, and difficulties in securing employment. This paper, grounded in social learning theory, employs practical skills in interpersonal communication to genuinely enhance college students' ability to communicate with others. The cultivation of interpersonal communication skills among college students is a systematic endeavor. In addition to leveraging the educational role of schools, other social entities must also fully utilize their advantages to assist college students in communicating with various stakeholders, thereby truly enhancing their interpersonal communication abilities.

Keywords : social learning theory; college students; interpersonal communication skills

一、研究综述

(一) 青年学生社会化

近 20 年篇名为“青年学生社会化”的文献共有 66 篇, 学者研究主要集中于青年学生、政治社会化、社会化过程和思想政治教育领域。(马越, 2022) 认为青年学生要自觉学习践行自身理想方式, 教师积极发挥立德树人作用, 努力把学生培养成为时代接

替人。(孟祥凤, 2018) 认为外部环境有利于帮助个体圆满实现社会化的转型过程, 完成社会积淀的目标。(龙杰, 2021) 从创新要素、创造环境、把握基调、奠定根基四个方面总结出新时代青年大学生政治社会化模式转变的途径。Yang Zhongying (2021) 认为能够通过分析新时代青年学生理想信念大学教育的特点, 深层次挖掘制约因素, 采取措施从加强学科理论教育、拓展社会实践教育、深化党史教育、丰富有效教育载体四个角度加强新时

基金项目: 广州应用科技学院关于 2025 年度民办高校思想政治教育研究项目“以社会学习理论为依托的大学生人际交往能力提升路径探究”(立项编号: Gykszkt202503)。

作者简介:

严彩虹(2006-), 女, 韶关南雄人, 广州应用科技学院文学与传媒学院汉语言文学专业本科生。主要研究兴趣: 语言学、大学生社交能力培养、文学写作;

刘峰(1994-), 女, 江西吉安人, 广东省社科研究基地广州应用科技学院城乡文化发展研究中心研究员、广东省社科研究基地广州应用科技学院粤西红色文化研究与传承中心研究员、科研处(学科建设办公室)成果科副科长, 科技咨询师(三级高级工), 硕士研究生。主要研究方向: 城乡文化研究、青少年社会工作、科研管理。

代青年学生理想信念大学教育, 促进中国教育发展。^[1-4]

(二) 社会学习理论

国内外 253 篇文章对于大学生的自我效能感和观察学习等问题探讨较多, (李登叶, 2010) 认为榜样教育能够有效提升大学生思想政治教育质量, 社会学习理论有利于发挥榜样效应, 是一种成效显著的方法。(阴冬胜, 2010) 基于社会学习理论的榜样效应, 将当代青年大学生学习倾向归纳为导向性、盲目性、创新性、名望性四个方面, 更好揭示了社会学习理论对高校教育的现实意义和研究价值。(潘小焮, 2022) 调查 451 名大学生发现: 个人职业决策困难与个人积极应对方式存在显著负性相关, 积极的职业心态在自我效能感和职业决策困难的关系研究中起着关键作用, 由此可见, 大学生学会积极应对社会是提升职业能力的重要途径。^[5]

(三) 文献述评

运用 VOS viewer 软件对知网上近 50 年篇名为“青年学生社会化”以及“社会学习理论”的国内外文献进行可视化分析, 进而梳理了近 20 年来国内外关于“青年学生社会化学习能力”的应用研究状况。综述发现, 青年学生社会化学习能力不仅取决于个人价值观, “个人认知”“社会行为”“就业环境”因素很大程度上也将影响青少年社会化人格。^[6]充分了解大学生社会化的现状及影响因素, 才能更好地强化主体自信心, 提升主体自我认知水平, 提高主体解决实际问题的心理素质。

二、新时代青年学生人际交往能力存在问题的原因分析

(一) 个人维度

一是人际认知偏差。人际认知偏差指非理想看待事物, 青少年时期会逐步形成理解能力、思维和想象能力、团队意识等, 由于个人性格及社会环境因素, 某些青年学生会出现人脉不广等问题, 容易产生焦虑情绪。课题组发现新时代青年学生大多存在人际认知偏差的状况, 不能客观认识自我的优点和潜能等。调研员 LF 看到了大学生存在人际认知偏差, 由于家庭经济状况不好, 个人性格比较封闭, 害怕别人欺负自己, 久而久之形成自我怀疑。^[7]

二是心理发育相对滞后。我国高等学校的大学生正值青年阶段, 他们的生理发育趋近成熟, 但心理成熟空间还有待填满。大部分大学生在进入大学后, 接触社会的机会增多, 自身综合能力也有所提高, 可是人生阅历依然简单惧怕独立迎接困难, 在正确分析自己和恰当处理同学关系的时候极易产生人生困惑, 需要寻求老师的心理辅导。课题组走访高校发现, 当代大学生心理发育相对滞后, 抗压能力较差, 不善于复杂的人际交往, 对社会的认识依然较为直线性, 学生归咎为自我心理发育相对滞后。辅导员通过同学了解到以上情况后, 立即与其进行了谈话, 安抚学生的情绪, 鼓励她自信。

三是价值取向出现缺位。大学生的价值取向是通往漆黑人生道路的指向路灯, 展现出了一个人的三观、人生抉择、就业方向、性格特点。不同的价值取向会影响人们人际交往的行为, 我

国新时代大学生处于复杂的价值取向之中, 不知何能为也不知何不该为, 经常纠结于现实和理想的内心使得他们停滞不前。有些大学生受到负能量价值观念的影响, 在人际交往中缺乏正确的行为判断, 不相信别人难以和身边人和谐相处, 直接影响他们人际交往能力的提升。课题组走访发现, 大学生是我国传统文化源远流长的主要推动力量, 也是文化强国战略的主要实现者, 受文化影响, 大部分人出现了价值观念错位的问题, 掀起负能量惊涛骇浪, 严重打击年轻人自信心。

(二) 行为维度

一是家庭教育的不足。受国家计划生育政策的影响, 我国 80 后 90 后大学生多为独生子女, 父母双方家族后辈就自己没有兄弟姐妹, 平时没有复杂的家庭关系。他们从小受到家族的娇生惯养, 不用奋斗就可以得到所有东西, 逐渐养成了佛系性格。沉迷游戏世界找寻生活激情, 在人际交往能力方面从小就缺乏锻炼, 造成性格比较被动不愿意主动迁就他人, 甚至不能理解他人侵害自己利益的行为, 严重影响他们在人际认知的心理方面发展。进入大学后一旦遇到人际交往问题就会出现手足无措的局面, 大都选择逃避与人交往的机会追求独处。

二是信息网络化的负面影响。现代信息技术打破了时间和空间对人们社会交往实践的限制, 尤其是国际互联网的高速发展, 但虚拟的网络交往也取代了人们之间直接的情感交流, 网络社交开始兴起。随着社会多元文化相互融合, 一些不和谐的思想文化也悄然产生, 对大学生的交往观念带来不良影响。课题组访谈发现, 互联网为大学生传播情绪提供了场所, 却也加速人际交往能力的下降, 甚至依赖网络生活, 使得精神萎靡不振, 丧失对生活的兴趣, 很大程度对正常生活造成很大影响。

三是学校教育机制的不健全。大学的目标为教学育人, 追求培养就业率高、成绩优异、社会贡献大的人才, 忽视了培养大学生人际交往能力, 主观性认为学生情绪只能自己消化。课题组调研发现, 高校对辅导员培训不严格, 部分高校辅导员没有受过大学生心理教育培训, 也没有相关职业证书, 不能及时发现学生的困难, 也没有办法帮助大学生解决困难。高校自行组建的学生自治组织不能有效地表现集体意愿, 日常内部管理涣散权力分散, 工作人员对学生的情况不会及时地上报给心理咨询老师, 间接对学生的人际交往产生了负面影响。

(三) 社会维度

一是就业心态不正确。大学生对未来充满理想, 却又选择性忽视自己的优点, 这种心态容易导致他们缺乏信心。他们希望从事自己喜欢的职业又不想太繁琐应聘, 经常对未来的生活充满未知, 大部分大学生形成了悲观情绪, 甚至出现失眠严重障碍病症, 精神面貌变得低落, 十分影响用人单位对其做出正确应聘考核。课题组调研发现, 受前几年疫情影响, 较多大学生毕业季找工作屡屡受挫, 甚至对自身就业能力产生了怀疑, 访谈得知他们就读于非重点大学, 加上所学专业较为冷门, 面对众多来自双一流学校以及海归的优秀对手, 面试过程中表现得没那么自信。

二是就业市场激烈竞争。就业压力日渐成为青年毕业生的遇到的难题。随着全球化和人工智能技术进步的推动, 我国劳动力

市场竞争趋向激烈,许多人毕业就面临着失业,已经就业人群处于就业不稳定的职业发展困境。大学毕业生的数量不断增加,而可供选择的就业岗位数量在逐渐减少。长期面对就业压力可能导致焦虑和心理健康问题的加重,对个人的心理和情绪状态产生负面影响,严重影响日常生活。

三是岗位就业难。随着经济全球化和现代社会的高速发展,职场需要的技能也在不断更新,对求职者的要求更严格。各地区间的就业机会分布不均,许多求职者的技能与市场需求不匹配,收不到笔试试面试邀请,长期处于待业状态,与社会慢慢脱节,使得部分人面临着更大的找工作难度。

三、社会学习理论提升新时代青年学生社会化能力的对策

(一) 培养人际交往的自我效能感

自我效能感指个人对自身精神状态的满意度,可以有效帮助大学生解决人际交往困难,轻松应对复杂的社会竞争。培养人际交往的自我效能感,需要增强自我认知能力、掌握同伴交往技巧以及开展人际交往的基本实践。有学者研究表明,近年来我国大学生的心理素质并不太强,消极心理占据心理发展主流,严重阻碍大学生人际交往能力提高。

(二) 掌握人际交往的综合技巧

中国新时代处于急剧变革的社会发展进程中,体现为经济迅速发展、文化更新、人工智能技术日新月异等社会变化,人际沟通作为大学生主要能力之一,成为一种优势,积极进行人际交往沟通才能构建良好人际关系的发展能力。大学生人际交往能力的

提高是一个系统性工程,需要社会各方力量有机协调,才能促进健康成长。一个积极向上的青少年离不开和谐的家庭环境、健康的网络文化以及良好的校园文风建设,反之将出现人际交往障碍现象。

(三) 树立正确就业观

相关政策明确了政府和社会各方面有责任支持大学生就业创业,需要尽全力为大学生树立正确的就业观指明方向。就业观是人生理想在职业道路上的体现,更是一个人对未来美好生活的追求和向往。随着高校招生扩招和经济社会发展的速度加快,大学生就业问题日益严峻,很多面临毕业即失业的困境,在这种情况下,树立正确的求职就业观至关重要,包括个人认知心态、自身综合能力、国家就业政策三个提升层面。

四、研究总结

新时代大学生的身心健康越来越受到社会的关注,作为身心健康的重要影响因素,人际交往备受关注。我们要提高当代大学生的人际交往能力必须培养人际交往的自我效能感、掌握人际交往的综合技巧以及树立正确就业观。社会学习理论视域下进行大学生人际交往教育,深度引导时代元素,能够把人际交往融入实践活动中,努力营造良好的校园育人氛围,让大学生养成爱交往的习惯,让人际交往能力转变成大学生毕业后的成长翅膀。大学生人际交往能力的培养工作是一个系统的工程,除了要发挥学校的教育作用以外,其他社会各个主体也要充分发挥自身的优势,帮助大学生与其他主体进行沟通,才能真正地提升大学生人际交往能力。

参考文献

- [1]王静.大学生人际交往与积极人格特质的关系研究[J].国际公关,2023(13):144-146.DOI:10.16645/j.cnki.cn11-5281/c.2023.13.054.
- [2]Zan Z,Haibo T,Siwei L, et al. Artistic gymnastics mirror teaching approach efficacy for improving interpersonal skills of college students[J]. Journal of Psychology in Africa,2022,32(5).
- [3]杨竟雄.大学生人际交往效能感对抑郁情绪的影响研究[D].云南师范大学,2022.DOI:10.27459/d.cnki.gynfc.2022.000588.
- [4]刘旻婧.大学生人际交往与心理健康关系研究[J].湖北成人教育学院学报,2022,28(03):45-50.DOI:10.16019/j.cnki.cn42-1578/g4.2022.03.009.
- [5]韩思佳,郭宗盛.关于大学生人际交往能力现状的调查与分析[J].华东纸业,2022,52(01):121-123.
- [6]夏文福.大学生人际交往心理认知分析与改善路径[J].教育信息化论坛,2021(12):75-76.
- [7]杨雨婷.新媒体视域下提升大学生人际交往能力的实践路径探究[J].新闻研究导刊,2023,14(14):167-169.