

研究生教学中人际关系在实践中的简单实践

——浅谈如何有效建立和管理个人关系网

王彬 海南科技职业大学 海南省海口 571126

【摘要】

现在的社会是一个新的互联网，我们大家都身处一个社交圈里，但是我们的社交圈却各不相同，力量也各不相同，而且都是在不断地发生着改变。在本课程中，我们将从学生的学习中，总结出自己的体会，就如何有效建立和管理个人关系网络，利于个人职业发展进行了相关思考。

【关键词】研究生教学；人际关系；个人关系网；实践

引言

虽然现在的社会是一个新的社会，但与以前的母系社会、奴隶社会、封建社会、资本主义社会不同，现在的社会，已经从人对人的关系，发展到了一个全新的社会。变成了人对人+人对物+人对智能等复杂关系，然而，这个社会仍然是以人为主体的关系架构。在地球上，我们所有的生命都与庞大的社交网络融合在一起，但是他们之间的关系网络的规模和力量也是不同的。在新的社会环境中，学习怎样与人交流、善于交流、理性地保持情绪是非常关键的。

1 人际关系概念界定

1.1 人际关系的基本内涵

人际关系一般指的是人类交往、相互影响和相互满意的过程，是指人类在共同生活、劳动和学习过程中所形成的、由于其它需要而形成的各种关系。人与人之间的交往实际上是一种精神上的纽带，是一种随着时间的推移而产生的一种对他人具有吸引力或排挤作用的精神取向和行动。公司内部的人际关系是一种特别的人际关系，它反映在公司这个特定的环境中，是员工在不同的团体中认识和感知而形成的比较稳定的、具有很强的主观色彩的心理关系。当公司成长时，他也会跟着成长。企业要想持续发展，就需要建立起良好的人际网络^[1]。

1.2 研究生教学过程中建立和谐人际关系的原则

1.2.1 公平性原则

在判断人与人的关系是否和睦时，人们与人的冲突程度如何评判其准则如何构建一种良好的人际关系，就必须解决与应对所发生的冲突。在这种矛盾当中，如果能够更好的引导和掌控自己的良知，那就是一种双赢的局面，这样的冲突就会给公司的发展造成更大的好处。但在控制与处置冲突时必须秉持公正的理念来对待公正，这不仅对构建和谐的人际关系具有十分重大的意义，而且对于提升公司经营的效能也具有十分重大的意义。

1.2.2 参与性原则

坚持人人参加的理念表明公司的管理层重视工作的人将会增强团结一致解决矛盾的决心。在最后制订的管理层规章时，要仔细思考雇员的想法，找到这些建议。管理者还要求雇员了解并认可最终体系。所有的雇员都要明白，那些建立了这些规定的利益，还有那些规定的标识，还有那些最终违背了它们的结果。该原理能有效地防止因未明确的工作而引起的冲突。

2 理想的人际关系雏形与构思

虽然现在的社会已经进入了一个全新的社会，与以前的母系社会、奴隶社会、封建社会、资本主义社会不同，社会的人还是人。(1)有些人是善良的，有一颗博爱的、普世性的，会全心全意地关心、爱护、爱护、爱护每一个人，并建议将这种氛围营造成一个社会。(2)有些人虽然也很出色，却缺少领导者的气度，他们提倡关心身边的每个人，就像耶稣所说，「要像自己一样爱护别人」，他们的身边并不缺少朋友，也不乏嫉妒心强的人，但是他们总是能在危难时刻获得许多人的支持。(3)白金法则的拥有者。他们主张以我所期望的方式来对待他人。在当今这个快速发展的时代，这种社交方式也非常普遍。(4)黄金法则。这是我们儿时常常听到的黄花，“一报还一报，一报还一报。”(5)高手。对我有利，对我有利，否则，则是“见利忘义，利欲熏心”，甚至“反相贼害”。(6)没有朋友，也没有太多的交集。这样的人，在现实中并不少见。很多人因为生活太过坎坷，或者懒散，或者沉迷于网络，所以被称为“宅男宅女”，但也有一些人不喜欢社交，不联系的话，就会删掉他人的QQ，降低自己与外界的联系^[2]。

2.1 如何在实践中有效建立和管理个人关系网

社会的精髓在于不断地以不同的方式来帮助他人。分享你的知识和资源，时间和精力，朋友和关系，同情和关爱，不断地给别人创造价值，提升自己的价值。而我们要做的就是让自己的付出超过所得到的报酬，因为只有这样，你才能给他人带来价值，其他人才会来找你。因此，为他人着想胜过为自己着想。别藏着掖着，别想着友情是有限度的。这是一笔越来越大的投资。成功的秘诀在于慷慨，在社会上普遍使用的不是方便，而是慷慨。在你需要的时候，建立一个关系网，并且在你需要帮助的时候，尽可能的和他们保持联系。关键是要将他们当成自己的朋友，而非自己的潜在顾客。和你所熟悉的人建立良好的关系，并在一开始就把注意力集中在你目前的人际关系上。勇敢，这是一种不可思议的勇气。两个人的天赋是一样的，也许只是因为他们的脸皮厚度不同。向他人寻求帮助，主动要求会带来机会。你应该乐意向别人索取，就象你愿意帮助别人那样。请记得要准备最糟糕的情况，因为他们说“不”。在恐惧的情况下，想着自己的利益，而在陌生人面前，却恬不知耻地和陌生人交谈，会让自己陷入尴尬的境地。这是一项冒险的事业，要想有所回报，就要冒险。而无所事事的人只能是平凡。尊敬他人，无论身份地位，都要受到尊敬。一个善于社交的人，不会在“建立关系网”，而在“结交”。大量的丰收是自然规律，没有计划好的目的，做好充分的心理准备，你要会见的是什么人？怎么去找他？见到你以后，他怎么看你？这一切，都是不可小觑的。要认识和你在一起的人，你有一个充分认识你的人，可以和他们进行深入的交流。你可以轻易地获得别人的欣赏。寻找一种富有和深层的共通性，这样才能更好地相处，更能给对方留下好的印象。懂得别人的爱好，并爱屋及乌，你将会在他们的生命中占有一席之地。他们从来没有单独用餐，他们在一起很容易地交谈。与他人共进晚餐，是一种很好的交流方式。

2.2 需要迈开第一步

我发觉在日常的工作中，许多同事自己都很害羞，两年的同事都不认识彼此的姓名，现在2018还真有。他在做金融急救的时候，有个同事和一个行政部门的同事都不认识，难道是因为公司的员工太多了？这也太“儒雅”了吧？在这样的情况下，每个人都会有一个自我介绍的机会，每个人都会有一个简单的自我介绍，这样的话，在公司的培训中，大家的凝聚力、战斗力、核心竞争力都会受到影响，甚至会给公司的发展添乱。

迈出的第一步也应该适用于某一情况。我以前在华夏基金工作过，我们的代总，是个很好的人，以前是做过保险公司的，跟人交流，也是一把好手。公司要把我的主管调离（我是个新来的，是我在公司的上司），第二天早上，代总出席了我们的会议，我和他四目相对，立刻明白了他在说些什么，却怎么也听不懂。傍晚时分，我勇敢地晋升为经理做好准备，给代总打电话，结果就出现了奇迹。代总说：“咱们是好哥们，今天上午我就跟你打过招呼。你最大的弱点，就是不敢迈出自己的第一步。”

事情要从这里说起，我们 2018 届 NYIT 上海班的同学们，在 2017 九月的招生测试中，有 50 多个学生参加，最终被录取的学生仅有 40 个。随即已经是十一月的开学典礼了，大部分同学彼此相互都不认识。在张蕾老师的协助下，我和另外两名女生顺利地将大部分不是江西的同学送进了校园，结识了超过一半的学生，树立了自己的声望，获得了大量的“第一手”资料。

当然，很多例子都是从一开始就获得良好的关系，其中包括在恋人与顾客之间。记住，你可以加入一个不认识的人，加入一个不认识的人，你可以加入你的朋友，你可以和你建立更多的联系，让你的实力越来越强。建立人际关系，从没有联系到弱小的联系方式，也有许多种，从弱联系到强大的联系方式。一般的经营是指对人员、财产、物资等生产资料和生产要素进行的经营。一个公司经营的好坏直接关系到公司的经营效益，只要经营的有效，就可以使公司的经济效益得到改善。同时，企业的经营效能，很大一部分要看企业内部、外部的人际关系以及人际关系的融洽。因此，正确地对待人与人的关系，通过建立一种协调的关系，让公司达到最佳的经营效益，这是一个非常重要的问题。

3 构建和谐人际关系的途径

3.1 构建民主理念

“在信息化的今天，教师已经不仅仅是知识的源泉，课堂上的“课堂”式的课堂教学已经无法满足对创造性的要求。教师的责任如今不再是传授学问，而是更多地激发学生的思想，除了其官方的作用之外，他会日益变成一名咨询员，一名交流观点的参与者，一名有助于找到冲突的观点，而非提供现成的事实的人^[3]。”由此，老师的人格观念遭到质疑，并非我们对老师的尊重，而在于师生之间的联系亟待转变。教师已非知识的主人，师生之间要建立在民主、公平、和谐的前提下进行交往、交流、激发主动性、积极探究和批判思考。老师要回答同学们提出的问题，给予他们的启发和指导，并使他们能够从不同的角度去考虑问题。大学教师面对大量的科研工作，教学工作繁重，与学生交流的机会很少。因此，在学习过程中，不管是学习上的问题，还是在学习上的问题，都要给他们讲解。导师不但是你在读研时的导师，也是你一生的导师，教你怎样去想，怎样去面对困难，去战胜困难。苏格拉底运用了“产婆”的教学方式，使别人能够在问题中找到问题并加以处理。

“他们有自己的思想，有丰富的想象力和创造性，有更好的适应新的社会，有更好的与同伴交流的机会。”在当今互联网大发展的今天，大学生能够通过多种途径来获得更多的知识，他们所掌握的知识甚至超过了他们的老师，他们的同龄人在学习和交流中所学到的东西也越来越年轻，这与他们所处的时代相适应。因此，在某种程度上，教师可以用一种虚心的态度来跟自己的同学们交流^[4]。

3.2 改善科研环境

建立以科学为主导的研究生教育模式，必须建立在一个有利的生态环境下。在科学研究中，指导教师要加强对学生的激励和指导，并与他们进行师生间的交流。弗雷尔这样形容：“师生之间的谈话不再是师生关系，而是出现了一个新的术语，在谈话中，教师的地位不断地改变，有时是教师，有时是学生，有时是知识工作者。同样，对学习的过程负有责任的，还有那些同样的人^[5]。”以对话方式引导学员在科学研究的同时，了解科学的全过程，使他们产生对科学的浓厚的兴趣，进而深入地进行深入的探究，培养出自己的科学逻辑，为以后的研究和发展提供有益的帮助。

一个老师，眼界和见识都是有限的，他的研究只限于一个方面，没有足够的时间和资源。若由行政机关推进，教师自行组建辅导员小组，则教师不再限于对学员进行辅导。在自己的主讲课以外，他们可以得到教务处的其他教师的指点和联系，从而突破知识的限制，让他们在学术上百花齐放。有了这些导师们的指点，再加上自己原本扎实的基础，产生的灵感

和灵感，那就是巨大的收获了。校方还可以在其它大学中担任优秀教师担任辅导员，与学院教师进行交流讨论，汇集各门所长。

习明纳在 18 世纪的“洪堡传统”中的教育模式被很多高校奉为教育方针和方针，取得了良好的教学成效，具有一定的参考价值。它采用了一个小型讨论教学和 Research 的方式，学生们就相同的话题发表自己的观点，并在教师的指导下进行评价。采用这样的方法有很多好处，例如：充分调动了学生的积极性，培养了自主学习的能力，培养了批判的思维能力，并在学习中不断地提高自己的不足之处。拓宽你的眼界，融合你所掌握的东西，实现你的创造力。因此，大学可以在各个学校举办一个小型的研讨会，由导师们进行评估和评估，这是一种奖励，也是一种考核。为营造一种放松的学习气氛，教师和学生可以通过自助餐和饮品来愉快地交谈^[6]。

3.3 完善导师考核

究其根源，在于教授们一门心思扑在自己的研究上，而忽视了学生的素质，这其中最大的一个因素，就是“以课为单位，以论文为单位”的考评体系，虽然科研很重要，但也要加强对老师的考核，因为他们有权力让他们拥有高素质的老师和优质的教育。在评估中要包含导师对研究生的辅导，其中包括与研究生的月间的沟通，以及对学生的科研课题的辅导。

4 构建和谐人际关系的管理机制

在研究生教学过程中，正确的人际关系的经营是一个好的关系的管理系统，它能加强雇员的工作和提高。这种制度最根本的特征就是对人与人之间的关系激励。“激励”是一种心理活动，它是一种刺激人类的心理活动。在管理中，动机是激发人们工作的动机，即：通过各种方式，激励员工提高他们的工作积极性和创造力，使他们能顺利完成公司交给他们的工作，从而达到公司的最高目的。在商业运作中，激励就是要调动人们的工作热情，促使他们采取适当的工作方式来促进他们的工作。建立这个机构的目的是使员工产生积极的发展动机，这些动机包括物质和心理上的刺激，也就是所谓的利益激励和灵性激励。这两个机构必须互相配合才能实现。

5 结论

本文简单分析了在研究生教学中人际关系在实践中这一大背景下，如何有效建立和管理个人关系网的探索，对理想的人际关系雏形与构思进行了阐述，提出了构建和谐人际关系的途径。

参考文献：

- [1] 苏东水. 管理心理学[M]. 上海: 复旦大学出版社, 2009: 10.
- [2] 万略, 郑辉军. 论人际关系对企业管理的影响[J]. 湖北三峡职业技术学院学报, 2016, (1): 25-28.
- [3] 张广慧, 张欣. 关怀性: 构建导师与研究生关系的新视角[J]. 现代教育科学, 2016 (10).
- [4] 陈俊珂. 文化反哺视野中研究生师生构建之思考[J]. 学位与研究生教育, 2010 (9).
- [5] 周蕾, 冯亭, 梁文霞. 网络时代研究生师生关系模式探索[J]. 学位与研究生教育, 2011 (4): 4.
- [6] 高旭. 浅谈班级管理中如何建立良好的师生关系[J]. 视界观, 2020.