# 关于人际交往有什么好处

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-06-22

*关于人际交往有什么好处（通用5篇）关于人际交往有什么好处 篇1 良好的人际关系是人生幸福的需要 人生的幸福是构建在物质生活和精神生活的基础上的。人生幸福必然包含有物质生活的内容，创造人生物质生活的幸福，会受到人际关系状况的影响。良好的人际关...*

关于人际交往有什么好处（通用5篇）

关于人际交往有什么好处 篇1

良好的人际关系是人生幸福的需要

人生的幸福是构建在物质生活和精神生活的基础上的。人生幸福必然包含有物质生活的内容，创造人生物质生活的幸福，会受到人际关系状况的影响。良好的人际关系有利于营造使人在物质生产过程中充分发挥创造力的优化环境，人的积极性创造性的发挥，能增加物质财富的生产，丰富人们的物质生活;良好的人际关系也使得人与人之间的物质交往渠道畅通，人与人之间互通有无，互利互惠，可能得到更多的物质享受的幸福。

人生幸福还必然要求精神生活的满足

精神生活的状况，如思想道德、理想情操、心理境况等都与人际关系密切联系。人需要有思想感情上的交流。一个志同道合又积极向上的人际关系群体中，和谐健康的人际关系形成的是一个和谐、信任、友爱、团结、理解、互相关心的客观环境。在这种环境中，人与人之间思想感情上的交流，能使人们从中汲取力量和勇气，使人在碰到挫折、困难时得到别人及时的帮助，通过交流达到互相理解;能使人处在一种舒畅、快慰、奔放的精神状态中。容易形成乐观、自信、积极的人生态度，人们的精神情操、心理环境得到净化，思想境界得到升华。

人际关系与我们的工作和生活都是密切相关的

生活当中关系的发展不可避免会用到一些业余时间，如可以定期安排和亲朋好友间的活动。工作和生活应该有区别，工作关系的建立，则应利用休息或零星时间进行联系，在现代忙碌的工作中，对内外人际关系的建立应把握对人的最高热诚，利用好完成重要工作的时间空挡，和同事、上司可利用午饭时间或上班休息时间，与不同人员进行交流，在不影响达成工作目标的前提下，良好的交流定会促使工作更高效的完成。

人际关系越广，路子越宽，事情就越好办

这已经被无数经验和教训所验证。一个优秀的人往往能接受并影响他身边的人，机遇与交际能力和交际活动范围成正比。因此，我们应把开展交际与捕捉机遇联系起来，充分发挥自己的交际能力，不断扩大交际，只有这样，才会发现和抓住难得的发展机遇。使自己与他们的关系更好。拥有良好的关系网是成大事者最重要的因素，也是必备的条件。

关于人际交往有什么好处 篇2

第一，良好的人际关系能够促进人们共同协作，为完成特定的任务而共同奋斗。现代科学技术的发展，既为交往创造了快捷方便的条件，也对交往方式提出了更高的要求。现在许多社会工作任务，越来越不能靠单个人单枪匹马来完成要通过众多人的共同协作来完成。每个科研项目的攻关，也离不开众多科学家的联手合作，加强联系，共同研究。

第二，良好的人际关系能够促进人们之间的信息交流和信息共享。现代社会知识量激增， 信息爆炸 ，不建立一个和谐的人际关系进行交往，就不能尽快获得信息。有人曾说，现代社会80%的信息是通过交往获得的。而在现代社会掌握了信息就等于增加了成功的砝码。

第三，人们可以从友好协作的人际关系中吸取力量，增强信心，在人生业绩的创造中左右逢源，得心应手。反之，如果人与人之间互相拆台，互相牵制，积极性受到压抑，才能无法发挥，消磨意志，空耗时光，则根本谈不上人生业绩的创造。

其次 良好的人际关系是人身心健康的需要

一个人如果处在相互关心爱护，关心密切融洽的人际关系中，一定心情舒畅，有益于身体健康。良好的人际关系能使人保持轻松平稳，态度乐观。不良的人际关系，可干扰人的情绪，使人产生焦虑、不安和抑郁。严重不良的人际关系，还会使人惊恐、痛苦、憎恨或愤怒。现代医学研究表明，恶劣的情绪实际上是对身心健康的最大摧残。据悉，最近美国科学家研究发现，有20%的美国人因惯于生气而使健康受到严重威胁。因此人的身心健康需要良好的人际关系。俗话说健康之道在于 和 ，这个 和 是指身体内在的和，也指与自然和社会的和，同样也指人和，即人际关系的和谐。良好的人际关系的状况有利于人的身心健康。

最后 良好的人际关系是人生幸福的需要

人生的幸福是构建在物质生活和精神生活的基础上。人生幸福必然包含有物质生活的内容，创造人生物质生活的幸福，会受到人际关系的影响。良好的人际关系有利于营造使人在物质生产过程中充分发挥创造力的优化环境，人的积极性创造性的发挥，能增加物质财富的生产，丰富人们的物质生活;良好的人际关系也使得人与人之间的物质交往渠道畅通，人与人之间互通有无，互利互惠，可能得到更多的物质享受的幸福。

人生幸福还必然要求精神生活的满足。精神生活的状况，如思想道德、理想情操、心里境况等都与人际关系密切联系。人需要有思想感情上的交流。一个志同道合又积极向上的人际关系群体中，和谐健康的人际关系形成的是一个和谐、信任、友爱、团结、理解、互相关心的客观环境，在这种环境中，人与人思想感情上的交流，能使人们从中汲取力量和勇气，使人在碰到挫折、困难时得到别人及时的帮助，通过交流达到互相理解;能使人处在一种舒畅、快慰、奔放的精神状态中，容易形成乐观、自信、积极的人生态度，人们的精神情操、心里环境得到净化，思想境界得到升华;相反，不良的人际关系使人产生猜疑、冷漠、嫉妒，造成困惑、苦闷、孤寂、萎靡和痛苦的状态。

关于人际交往有什么好处 篇3

一、人际关系的4大分类法

人和人的交往是复杂多变的。因此，人际关系也是纷繁复杂、变动不定的。为了更清晰、更准确地认识这复杂多样、千变万化的人际关系，必须对其进行科学分类。人际关系分类可以作多角度韵研究。

(一)按人际关系范围的大小可以分为四类

第一，两个人之间的关系，例如售货员与顾客的关系、经理与工人的关系、同事关系、朋友关系、师生关系、父子关系、夫妻关系等。

第二，个人与团体之间的关系，例如工人与车间、售货员与商店、学生与班级、个人与家庭关系等。

第三，团体与团体的关系，例如车间与车间、科室与车间，工厂与银行、工厂与商业部门之间的关系等。

第四，代际关系，指青年一代与中年以后的一代两代人之间的关系。例如，青年工人与老工人之间的关系、父母与子女的关系等。

(二)按人际关系的性质可分为好、坏两大类

人际关系好按共程度不同可以分为协调，友好、亲密等几个等级。

人际关系坏按其程度不同可以分为不协调、紧张、对立等几个等级。

(三)按人际关系需要可分为三大类

第一，容纳的需要。这是保持与别人在人际交往或归属方面的满意的良好关系，希望与别人建立并维持相互容纳的和谐关系的欲望。基于这方面的动机而产生的人际行为的特征为交往、沟通、容纳、归属，参与、出席等，他们在任何时刻都喜欢与人相处一起，要求归属子组织。与此动机相反的人际反应特质为：孤立、退缩、疏远、排斥、忽视、对立等。他们宁愿处于群体之外单干，喜欢隐居独处，既不想了解别人，也不愿自己为人了解。但人的容纳需要并非一成不变，随着环境的变化，自鸣清高、向律世外桃源的人也会变得合群，变得热爱集体，热爱生活的。

第二，支配的需要。这是与别人建立和维持在权力和影响方面的满意的良好关系的欲望。其行为特征为：运用权力、权威，影响、支配、控制、超越和领导别人等，他希望控制和支配别人。与此动机相反的人际反应特质为：抗拒权威、追随他人、模仿他人、受人支配、忽视秩序等，他愿意被别人所支配、领导。

第三，感情的需要。这是与别人建立和维持在感情方面的满意的良好关系的欲望。从本质上说，感情仅只是两个人之间的关系，在企业环境中较少公开显露。其行为特征是：喜爱、亲密、同情，友好、热心、照顾等。与此动机相反的人际反应特征为：冷淡、疏远、厌恶、憎恨等。人的这种感情的需要，在人的一生心理发展过程中是贯彻始终的。

修兹将人与人之间错综复杂的关系归结为三种基本的需要，可以通过对这些需要的相互协调和相互适应来获得人际间的满意的良好关系。这个理论对于企业管理人员测定群体中人们的适应性(或兼容性)极为重要。假如在一开始就将能够一起和谐地工作的那些人组织到一个群体中，就可以避免群体力量耗费在人与人之间的冲突上的那样一种前景。

(四)按人际关系的基本倾向分类

修兹还将人的行为反应分为积极的表现者与被动地期待他人的行动者，将两方面的因素组合，分出六种基本人际关系倾向。修兹认为容纳动机很强的人，同时又是行为主动者，他是一个外倾的人，喜欢与人交往，热心参加社会活动。若他的感情动机也很强，则不但喜欢与人交往，同时也关心别人、爱护别人，必定能受人爱戴、称赞。

二、影响人际关系的4大因素

在群体中人与人之间关系的紧密程度有很大的差别，有的关系密切，不论大小事，群体成员总要在一起交谈;而有的除了工作联系，其余时间互不往来。影响人际关系的因素主要有：

1、人际因素：包括人与人之间的距离、交往频率及相似性等。地理位置越接近，越容易发生人际关系。同在一地居住，同在一学校读书，同在一个单位工作，同在一栋楼房生活，彼此容易认识和了解，感情上也容易接近。

人们交往次数越多，越便于沟通信息，交流思想，进而联络感情，增进友谊，协调关系。如果 鸡犬之声相闻，老死不相往来 ，自然不能建立亲密的人际关系。当然，不必要的交往，也会使人感到厌烦，正像人们常说的 久聚难为别，频来亲也疏 。人与人之间有着共同的理想、信念、信仰、喜好，或有相同的经历、遭遇、兴趣和对事物的态度，或双方可以满足对方的需要，也是形成人际关系的重要内容。

2、社会因素：社会因素是影响人际关系的客观外在因素。社会经济发展水平、人们的生活方式及价值观念、社会风气、道德风尚等都直接或间接地影响人际关系。一般来说，社会经济文化繁荣，人民生活富足，社会风气好，人际关系就密切;相反，如果社会动荡，人心不稳，金钱至上，道德沦丧，你争我夺，则人际关系恶化。

3、组织文化因素：一个组织是 工作型 还是 关系型 是强调做好工作，实现组织目标，还是强调搞好关系，形成和气的团体;是重视政绩和能力，鼓励通过扎实工作、勤劳创新来获得组织认可，实现自我价值，还是重视处理人际关系，靠拉票联系感情来获得认可，都会对人际关系产生不同的导向作用，也直接影响人们处理人际关系的方式。

4、个人因素：在群体中，一个性格开朗、活泼，心胸开阔、坦荡，性情和善、宽厚，富有同情心，能体谅他人的人，易受到其他成员的欢迎，因而也易同他人建立良好的人际关系。相反，一个性格孤僻、古怪、固执、自高白大、目空一切，或敏感多疑，或感情贫乏、麻木不仁的人，就难以与入相处，难以形成良好的人际关系。

三、职场中良好人际关系的3大重要作用

我们都知道自古以来在中国人际关系就是比较复杂的一个关系网，只要走出门去无论办什么事情都离不开人情世故很复杂的关系网。但是对于现在的很多年轻人来说他们却很不屑于父母那一辈的关系理论，在他们的心目当中他们认为只要自己足够有能力就一定可以为自己闯出一片天。其实在现实生活当中能力固然重要，但是在中国传承了千百年的人际关系网理论却也不可忽视，同时在我们进入社会的职场人际关系也非常重要。今天小编就从三个方面来给大家简单的分享一下职场人际关系的重要性。

首先，如果一个人在找工作的时候他有着足够广泛的交际圈的话就意味着他会有更多的消息来源，我们都知道在找工作的时候渠道是非常重要的，如果自己不知道招聘消息也没有获得招聘消息的渠道的话就根本不可能找到一份好工作，相反如果一个人在找工作的时候掌握了很多招聘消息的渠道并且也有很多人告诉他关于招聘的消息的话那么他很有可能就会通过这些众多消息来获得一份好工作。

其次，设想一下，在我们的现实生活当中一个人非常有能力也非常有才华，但是他却没有广泛的交际圈子，那么在他的身边即使有很好的工作或者是很好的职位等着他，他也很少有机会去和的这一份工作打交道。主要就是因为有很多比较好的工作岗位在招聘员工的时候都会考虑身边的那些比较有背景认识的人，因此如果一个人有能力但是却没有广泛的人际关系圈的话他根本就不可能有机会与这些工作接触到，相反如果这一个人有才华并且也有很广泛的交际圈的话那么在遇到好岗位的时候自己身边的人就会引荐他，他也就会有更多的机会来获得这一份好工作了。

最后，职场人际关系的重要性要告诉大家在找工作时不知道自己到底应该如何选择的时候就可以通过自己身边的交际圈来获得各行各业的一些信息，每一个人在进入一个工作岗位之前都不知道这一个工作到底是干什么的，因此当一个人在找工作的时候面对众多的岗位却不知道自己应该如何抉择。这种时候如果自己的交际圈足够广泛的话就可以像自己身边从事这些行业的人咨询，这样的话对自己选择一份好工作是非常有好处的。

四、大学生处理好人际关系的重要性及其方法

上大学除了学知识外，最关键、最基本的是人的能力，其中人际交往能力的培养尤为重要。我们大学生作为社会主义建设事业接班人建立良好的人际关系尤为重要。大学是人际关系走向社会化的一个重要转折时期，踏入大学，就会遇到各方面的人际关系：师生之间，同学之间，以及个人与班级、学校之间的关系等等。在大学校园里建立良好的人际关系，形成一种团结友爱，朝气蓬勃的环境，将有利于大学生形成和发展健康的个性品质。

如何处理好人际关系，对于几年大学生活和未来事业的成就是至关重要的，培养良好的人际效能力，不仅是大学生活的需要，更是将来适应社会的需要。一个没有交际能力的人，就像陆地上的船是永远不会漂泊到壮阔的大海中去。

为什么人际关系这么重要呢?第一，人际交往是交流信息,获得知识的重要途径;第二，人际交往是个体认识自我,完善自我的重要手段;第三，人际交往是一个集体成长和社会发展的需要。多年来，学生长期在高考指挥棒下，过分注重追求成绩而忽视了人际交往能力等其他素质的培养。进入高校后，学校也很少有专门的系统课程培训，所以导致一些大学生智商很高，情商却很低，往往处理不好如何与其他人相处、沟通、交流。在各高校举行的校园招聘会上，员工的交际与沟通能力越来越成为企业在市场竞争中获胜的主要动力，因而用人单位在招聘时更看重求职者的 情商 。面对用人单位开出的招聘条件，越来越多的大学生感受到了人际交往能力的重要性。

另据调查显示大学生人际交往的问题有关调查表明,大学生心理问题中，关于人际交往的已占50%以上，由此可见，拥有良好人际关系的重要性。 那么，怎样才能在大学校园与人友好相处，拥有一段终生难忘的美好回忆，同时又为将来步人社会做一个充分的人际关系方面的准备呢?我们不妨从以下几个方面做：

(1)要充分了解大学校园人际关系的特点。从成为大学生的那一天起，与人相处的对象和特点就发生了根本的变化。在中学以前，我们与之相处的对象和含义比较狭窄，只是友谊或亲密关系的一种拓展，那时的人际关系也比较简单。然而，一旦成为了大学生，我们就不能再仅凭个人好恶与人交往了，不仅要同自己喜欢的人交往，还要与自己不喜欢的人保持友好的关系。这就是说，大学生必须逐渐摆脱以自我为中心的思维方式，逐渐学会设身处地的为别人着想，并在此基础上建立起独立协调的新的人际关系。

(2)要注重自身人格塑造和能力的培养。常听到有同学讲：那人性格好，懂得多，所以喜欢同他交流。的确，一个品质好、能力强的人或具有某些特长的人更容易受到人们的喜爱，所以，若想要增强人际吸引力，更友好、更融洽地与他人相处，就应充分健全自己的品格，施展自己的才华，表现自己的特长，使自己的品格、能力、才华不断提高。

(3)真诚的赞美别人。一般说来，人们总是喜欢那些喜欢自己的人，对真诚评价自己的人具有好感。自己一旦受到某人赏识，喜爱，得到好的评价,，就会由于受到称赞而使自尊心得到满足，对此人产生心理上的接近和好感，因而也就减少了相互摩擦和人际冲突，达到情感相悦，为良好的人际交往提供了心理条件。

(4)要宽宏豁达，学会体察对方心理。在生活中，我们与朝夕相处的同学有了误会，受到别人不公正的对待，不为人接时，你一定会为之焦虑和烦恼。做一个宽宏豁达的人是有一定难度的，但我们大学生在日常的生活，交往中一定要注重这种品质的培养，以求更好地适应生活、适应社会。以同宿舍的室友为例，他们之间的交往频繁，因接触多机会多，交往最易，也因接触多、摩擦多、矛盾多，交往也最难。这就要求我们每个人都要注意观察，尽量满足他人的需要，如经常打水、扫地、为生病或有事的同学打饭、补习功课等。

(5)做到以诚相待。诚实守信是一个基本的做人准则，在我们大学生的交往中，如果友人欺骗你，你的自尊心就会被伤害，你也许就无法像以往那样去信任他。同样，我们也应该以诚实，真挚的态度对待他人，去获得对方的信任和理解。它显示了一个人的自尊和它内心的安全感与尊严感，可以使人在交往中获得他人的信任。因而，我们在与人相处时，要宽宏豁达，要体谅他人，要处处以诚相待，只有这样，可能获得真正的朋友，才能与人更加友好的相处。

总之，我们在人际交往中要树立自信，提高自己各方面的素质，勇于实践， 善于总结，在学习中实践，在实践中学习，不断完善自己、丰富自己，让我们拥有美好的人生。

关于人际交往有什么好处 篇4

俗话说：在家靠父母，出门靠朋友。好的人际交往可以让你有更多的朋友。我们都知道一支筷子容易折断，一把筷子不易折断，可见人际交往是很重要的。

卡耐基经过大量的研究发现说： 一个人事业上的成功，只有百分之十一是由于他的专业之八十要靠人际关系、处世技巧。 这充分说明了人际关系的重要性。

人际关系在人们的社会生活中具有十分重要的作用。由于人际关系归根结底是一种社会关系，在一定的程度上人际关系影响社会生产力的发展和社会进步。新型的进步的人际关系反映了一种新型的先进的社会关系。先进的社会关系要求产生新型的政治、经济关系，反作用于生产力，促迸社会发展。而腐朽落后的人际关系是落后社会关系的反映，阻碍社会发展。在社会生活中，每一个人的人际关系状况都对其人生产生重要的影响。人际关系对人生的意义，具体表现在以下几个方面：

1.良好的人际关系是人身心健康的需要

一个人如果身处在相互关心爱护，关系密切融洽的人际关系中，一定心情舒畅，有益于身心健康。良好的人际关系能使人保持心境轻松平稳，态度乐观。不良的人际关系，可干扰人的情绪，使人产生焦虑、不安和抑郁。

2.良好的人际关系是人生事业成功的需要

人际关系对人生业绩的影响很大，是人们取得成功的重要条件之一。如若有良好的人际关系和正确的处世技巧，将有助于个人在事业上的成功，良好的人际关系能为一个人事业的成功创造优良的环境.

3.良好的人际关系是人生幸福的需要

人生的幸福是构建在物质生活和精神生活的基础上的。人生幸福必然包含有物质生活的内容，创造人生物质生活的幸福，会受到人际关系状况的影响。良好的人际关系有利于营造使人在物质生产过程中充分发挥创造力的优化环境，人的积极性创造性的发挥，能增加物质财富的生产，丰富人们的物质生活;良好的人际关系也使得人与人之间的物质交往渠道畅通，人与人之间互通有无，互利互惠，可能得到更多的物质享受的幸福。

人生幸福还必然要求精神生活的满足。精神生活的状况，如思想道德、理想情操、心理境况等都与人际关系密切联系。人需要有思想感情上的交流。一个志同道合又积极向上的人际关系群体中，和谐健康的人际关系形成的是一个和谐、信任、友爱、团结、理解、互相关心的客观环境。在这种环境中，人与人之间思想感情上的交流，能使人们从中汲取力量和勇气，使人在碰到挫折、困难时得到别人及时的帮助，通过交流达到互相理解;能使人处在一种舒畅、快慰、奔放的精神状态中。容易形成乐观、自信、积极的人生态度，人们的精神情操、心理环境得到净化，思想境界得到升华。

在现实生活中，有许多人尽管与人交往的欲望很强烈，但仍然不得不常常忍受孤独的折磨，他们的友人很少，甚至没有友人，因为他们在社交上总是采取消极的被动的退缩方式，总是等待别人来首先接纳他们。因此，虽然他们同样处于一个人来人往，熙熙攘攘的世界，却仍然无法摆脱心灵的孤寂。要知道， 别人是不会无缘无故对我们感兴趣的。当我们明白了人际交往的重要性，我们要想赢得别人，同别人建立良好人际关系，建立起一个丰富的人际关系世界，就必须做交往的始动者，处于主动地位。

关于人际交往有什么好处 篇5

一、良好人际关系的重要性

1.良好的人际关系是人身心健康的需要

一个人如果身处在相互关心爱护，关系密切融洽的人际关系中，一定心情舒畅，有益于身心健康。良好的人际关系能使人保持心境轻松平稳，态度乐观。不良的人际关系，可干扰人的情绪，使人产生焦虑、不安和抑郁。

2.良好的人际关系是人生事业成功的需要

人际关系对人生业绩的影响很大，是人们取得成功的重要条件之一。如若有良好的人际关系和正确的处世技巧，将有助于个人在事业上的成功，良好的人际关系能为一个人事业的成功创造优良的环境.

3.良好的人际关系是人生幸福的需要

人生的幸福是构建在物质生活和精神生活的基础上的。人生幸福必然包含有物质生活的内容，创造人生物质生活的幸福，会受到人际关系状况的影响。良好的人际关系有利于营造使人在物质生产过程中充分发挥创造力的优化环境，人的积极性创造性的发挥，能增加物质财富的生产，丰富人们的物质生活;良好的人际关系也使得人与人之间的物质交往渠道畅通，人与人之间互通有无，互利互惠，可能得到更多的物质享受的幸福。

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