# 202\_年人际关系的作文字(4篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2020-06-27

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。人际关系的作文字篇一如何搞好人际交往呢?首先应排除妨碍建立良好人际关系...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**人际关系的作文字篇一**

如何搞好人际交往呢?首先应排除妨碍建立良好人际关系的各种不良因素。影响人际交往的不良因素主要有：

(1)相处距离，首先是空间距离。在同一办公室、同一场合、同一活动圈内，都容易因经常相遇、接触、沟通、互相帮助而建立起良好的人际关系，即友谊关系。良好人际关系的建立在于交往双方相互吸引产生的相互接纳，发现对方的思想、态度、兴趣、为人处事等有自己喜欢和感兴趣的地方，于是继续交往与沟通，在继续交往与沟通中达到进一步的相知，从而结为知交。

(2)一个人的品格、能力影响着人际关系的建立。人们都羡慕优良、能力出众的人。真诚、坦率、乐于助人、谦虚、谨慎、严于律己、宽以待人的人，对人有吸引力;能力较强的人，容易引起他人的敬佩感，自愿与他建立良好的人际关系。一般来说，人们更倾向于喜欢精明又有小缺点的人，心理学上称此现象为“仰巴脚效应”。意思是指精明的人不经心犯点小错误，不仅不影响他的优点，反而使人觉得他也和常人一样，会犯错误，有平凡的一面，使人感到好接受，产生安全感。

(3)由交往而建立密切的人际关系，重要的条件是交往双方的相互吸引。如果一方对另一方热情、羡慕，而另一方却表现冷漠、蔑视，就不可能建立良好的人际关系。引起交往双方相互吸引的因素是双方的相似与互补。

除了相似与互补能够导致交往双方相互吸引外，还有仪表也是一个因素。一个相貌举止端庄大方、谈吐优雅不俗的人，给人形成的第一印象总是良好的，这本身就是一种吸引力量，使人愿意与之继续交往，并对其言行多从好的方面设想、解释。这就有助于双方建立良好的人际关系。

(4)人际知觉是指对人与人之间相互关系的认知。它包括一个人对自己与他人之间关系的识知和对他人与他人之间关系的认知。人际知觉所认知的对象是人际关系。人际知觉的良好印象会促进良好人际关系的建立、维持和发展;相反，人际知觉印象的不良，则对良好的人际关系的建立与维持起阻碍破坏作用。

其次应注意人际交往中的艺术。

(1)在人际交往中寻找共同点，求大同。人际关系的建立和改善，必须是建立在关系双方共同的利益与需要的基础上，在人际交往过程中，要清醒地意识到彼此需求的共振是吸引双方的粘合剂。当然，共同永远是一个相对概念，每人的经历、使命和情绪各不相同，不能抱着求全的幻想。要有大将风度，切忌斤斤计较、患得患失。

(2)知彼知己，因势利导。孙子说：“知彼知己，百战不殆。”在交际过程，要充分估计自己与对方在关系中所处的地位，了解对方的目的、要求、长项和弱点，估计自己能在多大程度上影响甚至改变对方的态度，根据对方的情况设计交际方案，行动时便成竹在胸。

**人际关系的作文字篇二**

和谐

因为和谐，所以美好;

因为和谐，所以永恒。

——题记

和谐的声音悦耳，和谐的画面爽目;和谐的环境是人类赖以生存的家园;和谐的社会使人们舒心愉悦，使人类文明得以进步。

身心和谐，人际和谐，群己和谐，以及生态和谐，都需要我们的心灵和双手去守望，守望这美丽的永恒，守望这精神的家园，守望这我们的天堂。

季羡林老先生说过：“构建和谐社会最要紧的是人内心的和谐，心的和谐。只有和谐的心，才能够处理好同他人的和谐，同社会的和谐，以及同自然的和谐”。所以，让我们从身心和谐开始，拥有一颗感恩的心，就可以将真诚缔结成梯，然而你拥有诚信的资本，你就可以为世界增添一份和谐，因为诚信是社会的基石，守望身心和谐，点亮美丽人生。

人与人之间的友好亲善，互帮互助，人与人之间的光明磊落，以诚相待，无一不体现着人际关系之间的和谐画面，人际和谐已成为时代的最强音，合作也应当成为时代的主旋律。在真诚的微笑中，互帮互助、互相提高，让别人的长处弥补我们的短处，让我们的长处承托别人的短处，彼此都获益，都携手并进，何乐而不为?守望人际和谐，丰富美丽人生。

花开，有绿叶扶持;月圆，与群星辉映;日出，被红霞映衬。天地万物的关爱超然于一切事物之上。正义、爱心、人生方向，历史情愫，自控能力在群己和谐社会中飞扬，传导着社会的和谐音符，守望群己和谐，飞扬美丽人生。

映日的荷花，夕照中的芦苇，飞翔的鱼鹰，共赴生态和谐;和谐的生态环境为世界增彩，为地球添色。清晨的第一声鸟鸣送来的是一天的好心情，鼓励我们在精神的海洋中起航，守望生态和谐，增色美丽人生。

看和谐带给我们的令人窒息的美，感受和谐重新点燃希望的神话，精神之帆重新起航。

守望和谐，守望天堂，这只属于我们的永恒。

**人际关系的作文字篇三**

人际关系是我们生活中的一个重要组成部分.倘若搞不好人际关系,将对我们的工作、生活及心理健康有不良的影响.在现实社会中,由于各人的性格、秉赋、生活背景及目

的等等的不同而产生的思想上的一定隔阂,这是正常的,也是可以理解的.倘若在工作或生活中和所有的人都合不来,那就不正常了,需要作自我调整并加以改变.看来您的情况属于后一种.

人依据其年龄、性别、职业、职位、所处环境等情况而扮演着不同的社会角色.在与人接触时,不同的角色有着不同的行为规范,所以在和不同的人相处时,有不同的要求和技巧.在这里我们仅就您所提出的问题,即如何与同事相处发表些意见.

首先,要处处替他人着想,切忌自我中心.要搞好同事关系,就要学会从其他的角度来考虑问题,善于作出适当的自我牺牲.

要做好一项工作,经常要与别人合作,在取得成绩之后,要求共同分享,切忌处处表现自己,将大家的成果占为己有.提供给他人机会、帮助其实现生活目标,对于处理好人际关系是至关重要的.

替他人着想还表现在当他人遭到困难、挫折时,伸出援助之手,给予帮助.良好的人际关系往往是双向互利的.您给别人的种种关心和帮助,当您自己遇到困难的时候也会得到回报.

其次,要胸襟豁达、善于接受别人及自己.要不失时机的给别人以表扬.但须注意的是 要掌握分寸,不要一味夸张,从而使人产生一种虚伪的感觉,失去别人对您的信任.

再次,要掌握与同事交谈的技巧.在与同事交谈时,要注意倾听他的讲话,并给予适当 的反馈.聚神聆听代表着理解和接受,是连接心灵的桥梁.在表达自己思想时,要讲究含 蓄、幽默、简洁、生动.含蓄既表现了您的高雅和修养,同时也起到了避免分歧、说明观 点、不伤关系的作用,提意见、指出别人的错误,要注意场合,措词要平和,以免伤人自尊 心,产生反抗心理.幽默是语言的调味品,它可使交谈变得生动有趣.简洁要求在与人谈话 时掌握该说的说,不该说的不说.与人谈话时要有自我感情的投入,这样才会以情动人.此 谓之生动.当然要掌握好表达自己的技巧,需要不断的实践,并不断的增加自己的文化紊 养,拓宽自己的视野.

最后,要抽时间和同事打成一片.培养自己多方面的兴趣,以爱好结交朋友,也是一种好办法.另外,互相交流信息、切磋自己的体会都可融洽人际关系.

搞好人际关系是一门艺术.所有的人都需要不断的学习和实践、才能臻于娴熟.希望您能根据自己的具体情况,作一个自我分析,从而冲破自我封闭的篱笆,虚怀若谷,去建立一个和谐的人际关系.

**人际关系的作文字篇四**

谊和花香一样，还是淡一点的比较好，越淡的香气越使人依恋，也越能持久。

--题记

真正的友谊需要保持一定的距离,有距离才会有尊重;有尊重,友谊才会地久天长.

我自己从小就比较独立，爸妈也很少干涉我的私事，于是养成了我自由的性格。被束缚的感觉就像是一个完全透明的人，什么都给看的请清楚楚。我并不是对朋友自私而有意隐瞒什么，而是觉得没必要。朋友之间应该有共同点，也一定会有不相交的部分。难道一定要死死地捆在一起吗?

有些人一旦与人混熟了,就丢掉了分寸,进入了所谓不分彼此的境界,有的人不珍惜朋友的东西,久借不还或再随便借人,朋友不在不打个招呼就将人家的私人物件乱翻一气.........久而久之,朋友就会觉得你没有礼貌,为人太粗俗.有人喜欢用\"亲密无间\"这个词来形容要好的朋友，其实真的做到了\"亲密无间\"的程度，没有了距离，就势必侵入到别人的私人空间，给人造成不悦;没有了分寸，就会打一些看似小节的问题放到无关紧要的地位，可能会增加误会.

心理学家霍尔认为，人际交往中双方所保持的空间距离是人际关系的表现，研究发现，亲密关系的距离为18英寸，个人关系的距离一般为1.5～4英尺，社会关系一般为4～12英尺，公共关系的距离为12～25英尺。

其实，这种距离既是自尊，也是尊重他人。毕竟人是有思想的、独立的、完整的个体，同时也是有理性的、自私的动物。在这个私有的社会中，每个人都要获取自己的生存空间，为了这个私有的空间，人就要不断地去拼争。相距太近了，每个人的利益空间就相对狭小了，摩擦的机会也就多了，摩擦多了还会有朋友吗?如同一只可以养一两条鱼的缸偏要放进五六条鱼甚至更多，结果会怎样?

古人云：“君子之交淡如水。”留出友谊的距离就是给自己留出一个空间，也给对方留出一个空间，大家都有了自己的空间才会和谐相处，如同太阳、地球、月亮一样。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找