

家庭教养方式及其对大学生人际交往的影响

李艳晓

喀什大学教育科学学院, 新疆 喀什

收稿日期: 2025年4月15日; 录用日期: 2025年5月16日; 发布日期: 2025年5月23日

摘要

注重家庭、注重家教、注重家风, 家庭是人生第一所学校。作为大学生成长发展的重要场所, 家庭教养方式对大学生人际交往方式存在各种不同的影响。因此, 本研究聚焦探讨家庭教养方式对大学生人际交往的影响, 家庭教养方式主要包括权威型、专制型、放任型和忽视型四个方面, 不同的家庭教养方式对大学生人际交往方式存在着依恋模式内化、冲突解决模板和自我价值感投射等交往方式, 对大学生人际交往方面产生了深远的影响。本研究主要以大学生人际交往为主要研究对象, 利用家庭教养方式方面主要研究家庭教养方式对大学生人际交往方式的影响, 以期为深入理解大学生人际交往影响因素提供理论依据, 对家庭教育与高校育人工作有实践指导意义。

关键词

家庭教养方式, 大学生, 人际交往, 交往方式

Family Upbringing Style and Its Influence on Interpersonal Communication of College Students

Yanxiao Li

College of Educational Sciences, Kashi University, Kashi Xinjiang

Received: Apr. 15th, 2025; accepted: May 16th, 2025; published: May 23rd, 2025

Abstract

The importance of family, family education, and family values has been repeatedly emphasized, with the recognition that the family is the first school of life. As an important venue for college students' growth and development, parenting styles have various impacts on their interpersonal communication methods. Therefore, this study focuses on exploring the influence of parenting styles on college students' interpersonal communication. Parenting styles mainly include authoritative, authoritarian,

permissive, and neglectful types. Different parenting styles affect college students' interpersonal communication through internalized attachment patterns, conflict resolution templates, and self-worth projections, profoundly influencing their social interactions. This study primarily examines the impact of parenting styles on college students' interpersonal communication, aiming to provide theoretical support for a deeper understanding of factors affecting college students' interpersonal communication and offer practical guidance for family education and university student development work.

Keywords

Family Upbringing Style, College Students, Interpersonal Communication, Communication Style

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

在大学生的成长历程中，家庭教养方式、性格类型和人际交往能力都是影响他们身心健康与未来发展的重要因素，厘清三者关系对教育实践意义重大。

社会是一个有机体，家庭是社会的一个细胞，有了细胞的健康，才能有整个有机体的健康。建设社会主义精神文明，致力于社会环境改善，必须抓好家庭环境的建设。家庭教育关系孩子的终身发展，关系千家万户的幸福，关系社会的和谐稳定。

党的十八大以来，对于家庭、家教、家风越来越引起社会重视。家庭是人生第一所学校，家长是孩子的第一任老师，要给孩子讲好人生的第一课，帮助孩子上好人生第一课。总书记的重要讲话，为我们做好家庭教育工作指明了前进的方向，提供了根本的遵循。

同时，家庭是个人成长的第一环境，家庭教养方式在个体发展进程中扮演着关键角色。在权威性的家庭教养方式下，父母十分关心和爱护孩子，懂得倾听孩子说话，并尊重他们的意见，也能够为孩子定下必须遵守的规矩。这使得孩子通常情绪稳定、性格开朗、好奇心旺盛。同时具备较为强大的自制力，也懂得信赖他人。在专制型的家庭教养方式下，父母的话就是法律，要求孩子无条件服从吝于称赞，爱惩罚孩子。在这种父母身边长大的孩子很可能会害怕惩罚，自尊心低，性格小心翼翼，容易感到愤怒和不满，或形成叛逆、难以自控的攻击性人格。在溺爱型的家庭教养方式下，父母会像朋友一样对待孩子，让孩子拥有主导权。无条件溺爱孩子，满足他们的需求，没有底线和规矩。在这种教育方式下的孩子很可能会自私、独立性差、缺乏责任感、没有礼貌，容易成为问题少年。在放任型的家庭教养方式下，父母对孩子放任自流，对孩子的心理问题和身体状况都缺乏关心。这类孩子长大后容易难以与他人建立亲密关系，被抛弃感严重，容易陷入抑郁。这些不同的教养方式，在孩子成长的各个阶段都产生着深远影响，而大学阶段是个体走向独立和社会化的关键过渡时期，家庭教养方式在此阶段对大学生的后续发展仍具有持续作用[1]。

性格作为个体相对稳定的心理特征，是在遗传与环境的交互作用下逐渐形成的，其中家庭环境是重要的环境影响因素之一。不同的家庭教养方式会塑造出各种各样不同的性格类型，如外向开朗或内向羞涩。性格类型一旦形成，又会对个体的行为模式和社会交往产生重要影响。外向型性格的人往往更善于主动与人交流，乐于参与社交活动；内向型性格的人则在人际交往中可能较为被动，更倾向于在熟悉的小圈子里活动[2]。

人际交往是大学生生活的重要组成部分。大学校园就是一个小型的社会，是从校园走向社会的过渡阶段，需要和老师，同学，室友以及社团等其他的一些人打交道。对于刚高中毕业初步步入大学的大学生来说，与同学老师建立良好的人际关系是非常重要的。良好的人际交往能力有助于大学生建立和谐的人际关系，获得情感支持，促进心理健康，提升学习和生活质量，也为未来的职业发展和社会适应奠定基础。然而，大学生的人际交往状况受到多种因素制约，家庭教养方式作为个体成长的早期环境因素，可能通过塑造性格类型，间接影响大学生的人际交往模式和能力。深入开展这方面的研究，有助于全面揭示大学生人际交往的内在机制，为家庭教育和高校教育提供更具针对性的理论依据和实践指导。

2. 文献综述

2.1. 家庭教养方式相关研究

不同的国家，不同的文化背景下，家庭教养方式也是有所不同的。本文将按照心理学家戴安娜·鲍姆林德提出的四种重要的家庭教养方式展开研究，即权威型、专制型、放任型、忽视型。本文主要从我国的教育大环境下，系统的论述家庭教养方式、性格类型、人际交往之间的内在联系。目前，已有研究成果包括家庭教养方式与人格特征的关系，家庭教养方式与心理健康的关系以及家庭教养方式与自尊和孤独感等方面。

通常来讲人的性格是比较稳定的，主要受遗传和环境的影响，其中家庭环境是最重要的影响因素之一。有学者研究表明父母在家庭教育中对孩子展现出温和的态度，并对孩子提出的情感需求做出积极的回应，那么在这种家庭氛围中长大的孩子容易形成开朗活泼喜欢与人沟通的性格特性[3]；父母如果过于干涉孩子的学习生活，在做选择的时候替孩子做选择，这有可能导致孩子形成遇事犹豫不决，没有自主性的性格特征[4]。孩子的自尊和孤独感也会受到家庭教养方式的影响，有研究表明，在专制型，放任型和忽视型的家庭中长大的孩子的孤独感会增强，自尊会降低。孩子的性格也显得比较孤僻，不愿与人交往[5]。因此，结合文献来看，家庭环境以及家庭教养方式对孩子的性格特征是有很大的影响的。

2.2. 大学生人际交往方式相关研究

随着社会的进步科技的发展以及人工智能的迅速普及，对于大学生的人际交往也有非常大的影响，使大学生人际交往的方式变得多种多样。同时，影响大学生人际交往的因素也有许多。目前已有研究大学生的网络社交、大学生人际交往的现状以及大学生人际交往与积极的人格特质有关等方面的研究。

随着当前网络的普及，大学生的交友方式也从线下转移到了线上，有学者研究表明大学生现在更倾向于使用网络沟通交流，在网上交流会更加积极主动，而在线下面对面交流会感到尴尬而变得沉默寡言[6]。虽然大学生的人际交往方式现在大多在线上交流，但是线下的人际交往也是必不可少的。大学是比较自由的，同学们需要与各种各样的人打交道。因此，人际交往在大学生的大学生活中有着非常重要的地位，大学生应该掌握一些人际交往的技能，在大学生活中能够与人建立一种健康良好的人际关系[7]。大学生人际交往除了交往方式有所变化之外，影响大学生人际交往的因素也有许多，人格特质就是其中之一。有学者研究表明，培养大学生优秀的人格特质有助于提高他们的人际沟通能力，改善他们的人际交往状况[8]

2.3. 家庭教养方式与大学生人际交往方式的相关研究

父母教养方式是父母教育子女过程中表现出来的一种行为特点和倾向，这种行为倾向和特点综合表现了父母的教育观念和教育态度[9]。父母一直是孩子的第一任老师，父母的言行举止很有可能会间接的影响到孩子的言行举止甚至会影响到孩子的性格。父母在日常生活中为人处世的行为态度会间接的教会

孩子怎样与他人相处交流。根据相关研究表明, 家庭教养方式和大学生人际交往能力之间是有显著的相关关系的[10]。积极的家庭教养方式, 使得大学生在面对人际交往时的困扰较少; 消极的家庭教养方式, 使得大学生在人际交往时的困扰较多。因此, 积极与消极的家庭教养方式对大学生的人际交往方式有很大的影响。

步入大学, 会面对来自五湖四海的朋友, 每个地域都有每个地域的生活习惯和文化背景。大学生要学会与不同的朋友交流, 同时还应该了解要沟通交流的朋友来自哪里, 有什么样的生活习惯和文化背景, 和他们沟通交流时就要注意说话方式, 尊重对方的生活习惯。由美国首位家庭治疗专家维琴尼亚·萨提亚女士创建的萨提亚模式中的沟通模式中有提到五种类型的沟通者: “讨好者”“责备者”“超理智者”“打岔者”和“表里一致者”。这五种类型的沟通者对应了五种沟通模式。沟通是人际交往中重要的互动方式之一, 这五种沟通模式在大学生在人际交往中是非常普遍的, 它影响着大学生人际交往方式的情况[11]。同时, 家庭教养方式也会影响大学生的人际交往, 有研究表明, 家庭环境和家庭教养方式的不同, 会影响学生形成不同的人际交往能力。如果父母采用打压式教育, 对孩子经常性惩罚打骂, 或者父母采用放任式教育对孩子的要求较低等这些可能会使得孩子产生焦虑, 不自信, 责任心差等特点, 在人际交往中也会表现出不自信, 待人小心翼翼的; 如果父母采用民主或者权威的教育方式, 对待孩子恩威并使, 能够耐心的听取孩子的意见, 给孩子足够的尊重, 这可能使得孩子遇事有主见, 自信, 从容不迫的处理, 在与人沟通交流中也能够大方自信的表达沟通[12]。

家庭教养方式和大学生人际交往方式与能力有很大的关系。通过文献检索发现, 近些年来发表的文献中有许多关于家庭教养方式对大学生人际交往的影响, 通过这些文献解读可以看出积极的民主权威型的家庭教养方式有利于大学生在人际交往中展现出自信开朗的性格, 能够与朋友友好的相处; 而消极的专制、溺爱、放任型的家庭教养方式不利于大学生形成良好的性格处理人际交往中出现的问题。因此, 综上所述可以看出家庭教养方式与大学生人际交往方式之间有很大的相关关系, 相关政策如表 1 所示。

Table 1. Relevant policies issued by various departments in China concerning family parenting and interpersonal communication styles

表 1. 我国各部门发布关于家庭教养与人际交往方式方面相关政策

发布时间	政策名称	重点内容解读
2022	《中华人民共和国家庭教育促进法》	明确家庭教育定义; 规定家庭教育责任主体; 提出九种家庭教育方法; 强调家校社协同育人; 关注特殊群体
2022	《中华人民共和国教育法》	坚持立德树人作为目标; 加强社会主义核心价值观教育;
2023	《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划(2023~2025)》	“双减”政策衔接; 司法干预措施; 数字化家庭教育支持
2024	《关于全面开展家庭建设的通知》	履行自身健康第一责任; 掌握必备的健康知识和技能; 文明家庭健康绿色环保方式;
2025	地方性家庭教育促进条例 (如《云南省家庭教育促进条例》)	细化家庭教育内容; 强化政府支持; 推动社会协同; 特别促进措施;

3. 各类型家庭教养方式分析

家庭教养方式是指父母或其他监护人在抚养、教育孩子过程中所采用的行为方式和教育策略, 对孩子的成长和发展有着深远影响。心理学家戴安娜·鲍姆林德基于“要求性”(规范标准)和“反应性”(情感支持)两个维度划分家庭教养方式提出了被广泛认同的四种典型类型[13], 即权威型、专制型、放任型、忽视型。戴安娜·鲍姆林德提出的四种家庭教养方式类型与埃里克森的心理社会发展理论相互补充, 共

同揭示了家庭教养方式对儿童心理发展的重要影响。不同的教养方式通过影响孩子在各个发展阶段的心理社会任务的完成情况，塑造着孩子的性格、情感和社会能力。以下是对四个典型类型的分析。

3.1. 权威型教养方式

众所周知，权威性教养方式通常是以民主“高回应 + 高要求”形式存在，也是中国大多数家庭教养的方式，培养出的大学生通常存在有较高的社交自信、良好的沟通能力和冲突解决能力，并建立良好的健康人际关系网，对大学生人际交往存在积极影响[14]。

埃里克森认为，儿童在不同的发展阶段有不同的心理社会任务。在幼儿期，主要任务是获得自主感，克服羞怯和疑虑。权威型教养方式的父母在要求性和回应性上达到较好的平衡，既给予孩子一定的自主空间，又能及时回应孩子的需求，帮助孩子在这个阶段发展出健康的自主感。因此，随着孩子的成长在权威型教养下的大学生因长期获得父母情感支持，往往具备更高的自尊水平，在人际关系中更愿意主动表达观点、建立关系，不易因过度自卑或自我保护而回避社交，父母“温和而坚定”的引导方式，使他们学会在尊重他人与坚持自我之间平衡，更可能形成平等、互信的人际关系模式(如在团队合作中既倾听他人，也敢于提出建设性意见)。权威型家庭中，父母常通过理性沟通而非压制解决冲突(如允许孩子解释想法并讨论规则)，这种模式迁移到大学后，学生更倾向于用协商而非对抗的方式处理人际矛盾，减少误解与冲突升级。父母设定的清晰边界帮助大学生快速适应集体生活规范，在宿舍、班级等场景中更容易遵守社交潜规则，获得同伴认可。权威型教养强调“责任与自主并存”(如允许孩子自主安排学习时间，但需对结果负责)，这种思维使他们在社交中更愿意承担角色义务，增强他人信任感。

权威型教养方式通过塑造个体的自我认知、沟通模式与规则意识，对大学生人际交往产生多维度影响，总体以积极效应为主，但需关注个体差异与环境适配。理解这一关联有助于家庭、学校更精准地支持大学生的社会适应，促进其建立健康、可持续的人际关系。

3.2. 专制型教养方式

专制型教养方式的核心特征是“高要求性、低回应性”模式，父母制定严格规则，强调服从、纪律与责任，对孩子的行为有明确且严苛的期待(如“必须考第一”“不准和成绩差的同学交往”)。父母过度强调控制性，限制了孩子的自主发展。低回应性：缺乏情感支持与理解，忽视孩子的需求、感受和想法，常用命令、惩罚(如训斥、否定)而非沟通解决问题，典型语言如“我都是为了你好，按我说的做就行”。其本质控制大于尊重，与权威型教养的“高要求 + 高回应”形成鲜明对比。长期被否导致大学生内化父母的批评，形成“我不值得被喜欢”的信念，社交中易过度自我批评、回避主动行为。模仿父母的专制方式，在团队中独断专行(如小组作业中强行要求他人服从自己的方案)，引发同伴反感；受父母“非对即错”的评判标准影响，大学生在人际沟通中难以接受不同意见，习惯用“指责”(如“你这样做完全不对”)或“冷战”解决矛盾，缺乏协商能力(研究显示，专制型教养家庭的子女在冲突中使用“攻击型”或“回避型”策略的比例显著高于权威型家庭子女[15])。

3.3. 放任型教养方式

放任型教养方式的主要特点是“低要求 + 高回应性”模式展开，父母对孩子缺乏规则约束和行为引导，极少设定明确的界限或期限，过度满足孩子的情感和物质需求，无条件接纳甚至纵容其行为，缺乏对孩子责任意识培养，长期被过度关注和满足，易形成“世界围绕自己转”的认知，社交中忽视他人需求(如在宿舍通宵打游戏不顾室友休息、集体活动中坚持自己的方案拒绝协商)。研究显示，放任型教养的大学生在“人际共情能力”测试中得分显著低于权威型家庭子女；家庭中缺乏规则训练，进入大学后难以适应集体生活中的隐性规则，易被同伴视为“不靠谱”或“自私”，引发人际排斥；当需求未被满

足,易产生极端反应(愤怒指责或冷战),而非理性沟通。这源于父母未教会其“延迟满足”和“问题解决”,习惯用情绪(如哭闹、发脾气)替代建设性对待。

一方面,因家庭中父母缺乏权威,可能将“拒绝服从”泛化到校园场景(如无视老师的建议、质疑校规合理性),导致与管理者的对立(如频繁逃课、顶撞辅导员);另一方面,在缺乏家庭引导的情况下,可能过度寻求同辈认可,甚至为融入小团体而放弃原则(如参与校园不良行为),形成“讨好型”或“盲从型”社交。在团队合作中习惯“搭便车”(如不承担任务却享受成果),或因缺乏独立解决问题的能力而过度依赖他人,降低他人的信任度。因从小在“无批评”环境中成长,害怕暴露缺点,倾向建立轻松、娱乐化的浅层关系(如只参与聚餐、游戏等活动),回避需要深度沟通的亲密关系;当人际冲突发生,易陷入强烈的自我怀疑或极端归因,导致社交退缩甚至抑郁倾向。

3.4. 忽视型教养方式

忽视型教养方式的核心特征表现为“低要求 + 低回应性”模式,这方面父母对孩子缺乏行为规范和期望,既不设定规则,也不关注其成长对孩子的情感和物质需求长期忽视或冷漠,表现为情感缺位、互动极少本质是“漠不关心”的教养缺位,与权威型的“规则 + 支持”、放任型的“无规则溺爱”形成鲜明对比。

埃里克森认为,在童年时期,孩子的任务是获得勤奋感,克服自卑感,但忽视型家庭家养方式长期忽视孩子,让孩子容易形成“我不重要”“我的需求不值得被关注”的认知,社交中习惯“隐形化”使得孩子产生了自卑心理。研究表明,忽视型教养的大学生“自我价值感量表”中得分显著低于其他教养类;因童年未体验过稳定的情感回应,对深度社交感到恐惧,认为“主动接近他人会被拒绝”,更倾向独处,甚至形成“情感隔离”防御机制,因父母未提供情感互动示范,缺乏“共情”训练,无法察觉他人的细微情绪变化,一方面渴望被关注(如通过怪异行为吸引注意),另一方面又恐惧被拒绝,陷入“矛盾型社交”;长期处于“既想融入又主动逃离”的冲突中,加剧孤独。

4. 家庭教养方式对大学生人际交往方式的影响现状

家庭教养方式对大学生人际交往方式的影响已成为心理学和教育学研究的重要课题。当前的研究表明,家庭教养方式通过塑造个体的性格特征、情感表达模式和社交技能,对大学生的社交行为产生深远影响。以下是该领域的现状分析(如图1所示)。

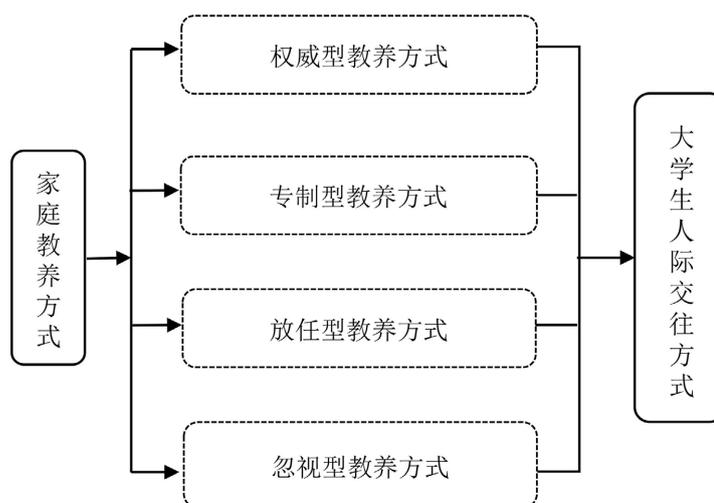


Figure 1. Family parenting style
图1. 家庭教养方式

4.1. 依恋模式内化交往方式

依恋模式是指个体在早期与主要抚养者(通常是父母)之间有一种情感联系的模式,它会通过影响个体的自我认知和情感调节等方面,内化为个体的交往方式,具体如下:

(1) 安全型依恋

家庭成员(主要指父母)能够给孩子营造出一种温馨的、轻松愉悦的、互帮互助的家庭氛围。通过父母与孩子在一起玩游戏,在玩耍的过程中使得孩子形成安全型依恋[16]。在安全型依恋模式下成长的个体,通常具有积极的自我认知,他们认为自己是有价值的、值得被爱的,这种积极的自我认知能够让他们在人际交往中展现出自信开朗的特点。同时,安全型依恋的个体能够较好地调节自己的情绪,在面对人际交往中的冲突或压力问题时,他们更喜欢用积极的方式来应对,如沟通、协商等,而不是过度焦虑或回避问题。这些个体往往能够建立健康、稳定的人际关系,他们善于与他人建立亲密关系,能够充分给予情感支持,尊重他人的感受和需求,同时也能合理地表达出自己的想法和情感。

(2) 回避型依恋

形成回避型依恋的原因可能是由于早期父母很少关注孩子的情感需求,并且会经常拒绝孩子的合理请求,或者用不耐烦、忽视的态度来对待孩子,孩子为了避免被拒绝的痛苦,会选择主动回避与父母的亲密接触,进而形成回避型依恋。回避型依恋的个体可能对自己有较高的要求,他们往往通过自我依赖来获得安全感,在内心深处可能对自己是否值得被爱存在疑虑,这种自我认知会使他们在人际交往中表现出一定的疏离感。他们倾向于压抑自己的情感,在面对情感压力时,会选择回避或切断情感联系来保护自己,避免受到伤害。这类个体在人际交往中可能会保持一定的距离,不愿意与他人过于亲近,对亲密关系有一定的恐惧和回避,不太善于表达自己的情感,也不太容易接受他人的情感支持。

(3) 焦虑型依恋

形成焦虑型依恋的原因可能是由于父母在家庭中经常争吵、关系紧张,家庭氛围充满矛盾和冲突,孩子会感到恐惧和不安,缺乏安全感,孩子可能会担心失去重要的亲人,从而产生强烈的焦虑情绪,进而形成焦虑型依恋。焦虑型依恋的个体通常对自己的价值感缺乏足够的自信,他们过度依赖他人的认可和关注来确认自己的价值,因此,大学生在人际交往中会表现出对人际关系的过度敏感和担忧。他们很难学会自我调节情绪,在面对人际关系中的不确定性或威胁时,容易产生强烈的情绪反应,如焦虑、愤怒等。焦虑型依恋的个体往往会在人际交往中表现出过度的黏人或控制欲,他们渴望与他人建立紧密的关系,但又总是担心被抛弃,所以会不断地寻求对方的关注和保护,这可能会给对方带来一定的压力,进而影响人际关系的质量。

4.2. 冲突解决模板交往方式

大学生在人际交往中,掌握有效的冲突解决模板有助于更好地处理矛盾,维护良好的关系。大学生在人际交往中,可以掌握以下常见的冲突解决模板及其对应的交往方式,以应对交往过程中出现的问题:

(1) 冷静情绪

在冲突发生时,首先要让自己冷静下来,避免情绪化的反应。可以通过深呼吸、暂时离开现场等方式,给自己一些时间和空间来平复情绪,这样才能更理智地处理问题。

(2) 倾听理解

认真倾听对方的观点和感受,给予对方充分表达的机会,不要打断或急于反驳。用眼神交流、点头等方式表示你在认真倾听,让对方感受到被尊重,这有助于缓解对方的情绪,也能让你更好地了解冲突的根源。

(3) 表达自我

在对方表达完后，清晰、客观地表达自己的想法和感受。使用“我”语言，例如“我觉得……”“我认为……”，强调自己的感受和观点，而不是直接指责对方。同时，要注意语言表达的方式和语气，避免过于强硬或攻击性的言辞。

(4) 寻求共识

共同探讨解决问题的方法，寻找双方都能接受的解决方案。可以从双方的利益和需求出发，提出一些可能的建议，然后一起分析讨论，找到一个平衡点，使双方的需求都能得到一定程度的满足。

(5) 达成协议

一旦找到解决方案，将其明确下来，形成具体的协议或行动计划。明确双方各自需要承担的责任和采取的行动，以及时间节点等细节，确保双方对协议内容理解一致，避免后续出现误解或再次引发冲突。

(6) 跟进反馈

在协议执行过程中，要及时跟进并给予对方反馈。如果发现问题或有新的情况出现，要及时沟通调整，确保问题得到彻底解决，同时也让对方感受到你对解决冲突的诚意和重视。

4.3. 自我价值感投射交往方式

自我价值感会通过个体的认知、情感和行为等方面投射到交往方式中，具体如下：

(1) 高自我价值感者的交往方式

第一是自信开放：大学生在人际交往中能够给人一种自信开朗的感觉，能够主动与他人建立一种健康良好的人际关系，并且能够在人际交往中落落大方地与他人进行交流。第二是尊重平等：自我价值高的人认为自己是是有价值的，这类人往往自我效能感比较高，在与人相处过程中能够充分的给人尊重，并且不吝啬自己的鼓励，能够及时地给予他人肯定和表扬，不嫉妒他人的表现，建立一种尊重平等的人际关系。第三是独立包容：他们有较强的自我认同感，不依赖他人来获得价值感，在交往中既能够保持自己的独立性和个性，又能包容他人的不同，对他人的行为和观点有较高的接纳度，不会轻易因为与自己不同而排斥他人。

(2) 低自我价值感者的交往方式

第一是敏感多疑：由于对自己的价值缺乏信心，大学生在交往中往往比较敏感，容易对他人的言行过度解读，担心他人对自己有负面评价，经常怀疑自己是否被他人喜欢和接纳，对人际关系中的细微变化非常在意^[17]。第二是迎合讨好：为了获得他人的认可和肯定，以提升自己的价值感，低自我价值感的人往往会采用迎合讨好的方式来与他人沟通交流，以迎合他人的想法而忽视自己真实的想法，这会使自己变得很焦虑，内心很矛盾，不利于良好健康的人际关系的建立。第三是退缩回避：当面对人际交往中的挑战或可能的拒绝时，低自我价值感者容易选择退缩回避的方式，他们担心在与他人交流沟通过程中暴露自己的不足，因此，会选择回避的方式尽量不去与人交流沟通，这使得他们遇到问题也会选择回避，不去积极的寻找方法去解决问题。这也不利于健康良好的人际关系的建立。

5. 研究结论

根据以上研究分析，可以看出家庭环境以及父母的教养方式对大学生的人际交往的影响是非常大的。在和谐、民主和父母以身作则、注重沟通交流、鼓励社交的家庭环境中成长的大学生，往往能积累较多社交经验，形成良好人际交往模式，人际交往能力较强。而在严厉、冷漠，或家长存在严加管教、溺爱、忽视孩子感受等教养方式的家庭中成长的大学生，容易缺乏处理矛盾和沟通的能力，人际交往上常存在困难。

早期父母的家庭教育方式容易让孩子形成不同的依恋模式，进而影响了成长后在大学时期自身的人

际交往方式。早期父母给孩子营造一种温暖和谐的家庭氛围形成安全型依恋,使得在大学时期人际交往中能够建立健康、稳定的人际关系。而早期父母忽视孩子的情感需求,缺乏对孩子的关心,营造了一种紧张的家庭氛围,使得孩子形成了回避型依恋和焦虑型依恋。进而影响在大学时期不太愿意与他人过于亲近或过于渴望与人亲近,给人一种压力,从而影响与人的际交往的质量。

因此,为了改变家庭教养方式给大学生带来的影响,大学生可以根据自身人际交往的需求,掌握一些人际交往过程中遇到冲突时的一些解决模板和交往方式。同时,大学生在人际交往过程中,应当提高自我效能感,增强自信心,从而使得在人际交往过程中能够感到轻松愉快,自我价值得到提高。

参考文献

- [1] 董晓玲. 家庭结构与大学生心理健康水平的关系研究[J]. 校园心理, 2020, 18(2): 153-156.
- [2] 黄欣欣, 李雨婷, 陈剑华, 等. 家庭结构对青少年抑郁和焦虑症状的影响: 情感忽视的中介作用[J]. 中国当代儿科杂志, 2023, 25(1): 80-85.
- [3] 闵鹤葳, 吴一波, 孙昕翼. 青少年家庭健康功能大五人格与进食行为的关系[J]. 中国学校卫生, 2022, 43(7): 1023-1027.
- [4] 刘晋红. 大学生人格特征、父母教养方式与其成就动机关系的研究[J]. 中国健康心理学杂志, 2008, 16(2): 157-159.
- [5] 廖雨馨, 宋微, 黄湘琳, 等. 家庭教养方式与小学生学校归属感: 孤独感和自尊的中介作用[J]. 中华家教, 2023(5): 58-67.
- [6] 周建峰, 高欢欢, 杨兰香. 新型社交媒介对大学生人际交往的影响分析[J]. 教育教学论坛, 2023(51): 45-48.
- [7] 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(1): 121-123.
- [8] 陈超. 人格特质对留守经历大学生人际交往能力的影响[D]: [硕士学位论文]. 兰州: 西北师范大学, 2020.
- [9] 曾琦, 芦咏莉, 等. 父母的教养方式与儿童的学校适应[J]. 心理发展与教育, 1997(2): 46-51.
- [10] 蔡佳容. 家庭教养方式对大学生人际交往的影响及对策研究[J]. 教育现代化, 2019, 6(24): 233-235.
- [11] 华婷, 杨磊, 牛慧. 原生家庭影响大学生人际交往的质性研究[J]. 心理月刊, 2020, 15(13): 15-17.
- [12] 刘茹, 侣军燕, 马瑾, 等. 家庭教养方式对大学生人际交往的影响及干预策略研究——以西安交通大学大学生为例[J]. 西北医学教育, 2016, 24(1): 97-101.
- [13] 张君凯, 张青根. 尚存抑或消逝: 家庭教养方式何以影响本科生学业成就[J]. 黑龙江高教研究, 2024, 42(12): 1-9.
- [14] 纪昊江. 家庭教养方式对学生情绪调节能力的影响[J]. 百科知识, 2024(33): 73-75.
- [15] Sun, X., Yuan, T., Chen, F., Li, Y. and Jiang, N. (2024) Network Analysis of Maternal Parenting Practices and Adolescent Mental Health Problems: A Longitudinal Study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 18, Article No. 38. <https://doi.org/10.1186/s13034-024-00728-w>
- [16] 魏思媛. 依恋理论视角下的大学生人际关系及其干预[D]: [硕士学位论文]. 哈尔滨: 黑龙江大学, 2011.
- [17] 谢佳琼, 陈科. 父母教养方式对大学新生不良适应行为的影响[J]. 青年研究, 2021, 44(5): 64-77.