# 和谐人际关系的重要性 和谐人际关系讲座心得体会(优质14篇)

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2024-04-24

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。和谐人际...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**和谐人际关系的重要性篇一**

在现代社会中，和谐的人际关系是每个人都渴望得到的。为了更好地理解并掌握处理人际关系的技巧，我参加了一场关于和谐人际关系的讲座。通过这次讲座，我深刻地认识到了人际关系的重要性，并从中获得了一些宝贵的经验和启示。

首先，这场讲座引起了我对人际关系的重视。讲座的开场白中，讲师向我们描述了一个拥有和谐人际关系的理想生活场景：人们笑着交流，相互理解和支持，共同成长。这样的场景深深触动了我，让我明白只有拥有和谐的人际关系才能够在生活中体验到真正的幸福。同时，讲座中还讲到了人际关系对个人成长和职业发展的重要影响，这进一步加深了我对人际关系的认识和觉悟。

其次，讲座对于建立和谐人际关系的实践方法给予了我很多启示。讲师强调了沟通在人际关系中的重要性。他提醒我们要倾听对方的需求和感受，善于表达自己的想法和情感，并保持积极乐观的态度。他还分享了解决冲突的方法，例如保持冷静，换位思考，寻找共同点等等。这些实践方法教会了我如何更好地处理人际关系，增进彼此之间的理解和信任。

另外，讲座中还强调了自身修养对于和谐人际关系的重要作用。讲师告诉我们，优秀的人际关系是建立在个人品德与修养的基础上的。他提醒我们要保持真诚和善良的心态，对待他人要有关爱和尊重。此外，他还介绍了一些提升自身修养的方法，如阅读、锻炼身体、培养兴趣爱好等。这些方法可以帮助我们提升自己，更好地与他人相处，建立良好的人际关系。

在讲座的尾声，讲师分享了一些成功人士的人际关系经验。他们的故事鼓舞着我，让我深信只要我们努力去实践和谐人际关系的原则，就一定能够在社会中取得成功。这些成功人士的经验告诉我，和谐人际关系的建立不仅仅是一种技巧，更是一种态度和价值观。

通过这场讲座，我深刻地认识到了和谐人际关系的重要性，并从中获得了一些宝贵的经验和启示。我相信，只要我们真心去关心、理解和尊重他人，秉持和谐人际关系的原则去与人交往，我们就能够建立良好的人际关系，让自己的生活更加幸福且充实。因此，我决定将这些讲座中学到的知识付诸实践，并终身努力去培养和谐的人际关系，以此为基础，不断提升自己的人生质量。

**和谐人际关系的重要性篇二**

和谐人际关系是一个人的巨大财富。有了它,事业上会顺利,生活上会如意。但它不会从天上掉下来,而是需要你的辛勤努力。下面是本站小编搜集整理的一些和谐人际关系

名言警句

，希望对你有帮助。

2.交易场上的朋友胜过柜子里的钱款。——托·富勒

3.不是真正的朋友，再重的礼品也敲不开心扉。——弗·培根

4.恋爱使人坚强，同时也使人软弱。友情只使人坚强。——勃纳尔

6.要把同道的人当作朋友，而不必把同利的人当作朋友。——罗兰

9.当穷神悄然进来，虚伪的友情就越窗仓皇而且逃。——米尔

10.与有肝胆人共事，从无字句处读书。——周恩来

12.真正的友谊从来不会平静无波。——赛维涅夫人

13.交一个读破万卷书邪士，不如交一个不识一字端人。——金缨

15.世间最好的东西，莫过于有几个头脑和心地都很正直的严正的朋友。——爱因斯坦

16.你通常会发现自己跟没有什么话可说的人在一起时反而话更多。——帕菲萨

17.保持友谊的最好办法是不出卖朋友。——米兹涅尔

19.友谊是天地间最可宝贵的东西，深挚的友谊是人生最大的一种安慰。——邹韬奋

21.欺骗的友谊是痛苦的创伤，虚伪的同情是锐利的毒箭。——列宁

22.破裂的友谊虽然能恢复，但却再也达不到亲密无间的程度了。 ——托·富勒

23.要想得到别人的友谊，自己就得先向别人表示友好。——爱默生

24.大量的友谊使生命坚强。爱与被爱是生活中最大的幸福。——西德尼·史密斯

1.、和谐是爱与恨结合起来的庄严的配偶。——罗曼·罗兰

2.、讲述生活则声音没有不和谐的。——英国诗人 柯尔律治

3.、看不见的和谐比看得见的和谐更美。——赫拉克利特

6.、美在和谐。——赫拉克利特

7.、亲善产生幸福，文明带来和谐。——法国作家 雨果

8.、青春似一日之晨，它冰清玉洁，充满着遐想与和谐。——法国作家 夏多布里昂

11.、幸福永远存在于人类不安的追求中，而不存在于和谐与稳定之中。 ——鲁迅

12.、友谊是一种和谐的平等。——古希腊数学家、哲学家 毕达哥拉斯

14.、恶德——不和、战争、悲惨;美德——和平、幸福、和谐。——英国诗人 雪莱

17.宁肯与好人一起咽糟糠，不愿与坏人一起吃筵席。——托马斯·富勒

21.酒食上得来的朋友，等到酒尽樽空，转眼成为路人。——莎士比亚

23.比荣誉、美酒、爱情和智慧更宝贵、更使人幸福的东西是我的友谊。——海塞

24.友谊只能在实践中产生并在实践中得到保持。——歌德

25.飞黄腾达的路上一定点缀着破碎的友谊。——威尔斯

26.在业务的基础上建立的友谊，胜地过在友谊的基础上建立的业务。——洛克菲勒

**和谐人际关系的重要性篇三**

通过学习了如何构建和谐人际关系之后，我对这方面也了解到了很多，也学习到了很多东西。我觉得在我们当今社会和谐的人际关系是我们人与人在交往过程中必须学会的`，可以说，人际关系构成了我们生活的主要内容，我们是在复杂的人际关系中不断成长与发展的，人际关系的成败对我们的影响是非常大的。

卡耐基说过：“一个人的成功，只有百分之十五是由于他的专业技术，而百分之八十五则要靠人际关系和他的做人处事能力。”和谐的人际关系在我们学习和生活中是很重要的，所以在这个社会群体中我们要善于与他人沟通，在我们的生活和学习中无时无刻不在与他人沟通，而善于沟通的人他的生活圈子就会大一些，交到的朋友也就多一些，这样我们的人生才会因此而变得丰富多彩。融洽的人际关系会让我们在一个好的环境中成长，在初中和高中我都有玩的很好的几个姐妹和哥们，我觉得这就是缘分吧，和他们相处就是很真诚很温馨的感觉，无论有什么开心的事或时烦恼的事都可以向他们倾诉，而他们则会在你失意的时候给你安慰和鼓励，在你成功的时候为你开心和祝福，这种友谊会让我觉得人生很有意义。

在人际交往中我们要学会与人和谐相处的技巧，所谓林子大了什么样的人都有，不要用同样的交往方式去和所有人交往，要学会随机应变，只有良好的沟通才能使你与其他人和谐的相处。在高中的时候我曾在学校报社担任社长一职，刚开始接任的时候我也不是很会处理一些人际方面的事，但是和学姐她们多交流了几次，和社团成员们多相处了几次后，才发现只要你用心与他们沟通，大家真诚对待，尊重彼此就会得到别人的尊重，从这以后和他们的关系非常好，大家一起工作，遇到困难一起解决，当你有什么对他人不满的时候学会换位思考，理解至上，我给他们安排的任务他们也完成得很好，大家相互信任彼此也成了很好的朋友，在这中间不仅学会了人际合作也提升了大家的工作能力，这是我在这个报社的最大收获。

总之，我们在人际交往中要想取得良好的沟通效果，就要学会真诚的对待他人，常保持微笑，学会倾听，合理利用体态语言，这样别人才会愿意与你沟通。我相信我以一颗真诚的心对待别人，别人也同样会用真心对待我的。让我们学会和谐的与他人沟通，在生活中做一个沟通达人吧!

**和谐人际关系的重要性篇四**

第一，要理解人。对任何人的所作所为，都要从对方的角度去考虑，想他为什么会这样做，有什么原因，有什么道理?如有两个人在路上遇到了一个共同的熟人，可是这个熟人竟然没有理睬他们，其中一个想，这个人真牛，见面连个招呼都不打，今后我也不理你了，从此两人不再往来;而另一个人想，他一定是没有看到我们，此后一如既往友好相处，成为长久的朋友。这就是不同心态产生的不同结果。

第二，要谅解人。人生在世，孰能无过，由于受不正确信息的影响，或心情的影响等，往往会做出一些错误的不利于他人的言行。面对他人做了对不起自己的事时，不要以牙还牙，用对方对自己的态度去报复对方，这样做只能加剧矛盾，而不能化解矛盾。如果采取不予理睬的方式，让时间说话，一切误会都会随着时间的推移而化解，不需要自己用语言去解释。

第三，要关心人。关心他人，不仅关心自己的亲人、朋友，更要关心自己的仇人，坏过自己的人，与自己作对的人。如果对你有意见的人，你不仅不去坏他，反而还真诚地关心他，帮助他，久而久之，就会化干戈为玉帛，由仇人变为朋友。

第四，帮助他人不图回报。帮助别人是为了用你的能力去解决他人的困难，不要对任何人说起，既不要告诉被帮助的人，也不要与不相干的人说。如果告诉被帮助的人，就使你对他的帮助降低了价值，会被人理解为你是为了得回报而给予的帮助，从而失去了真情;如果再与不相干的人说某某人：“有恩不报，反来为仇”，再传到当事人耳中，他不仅不感谢你，还将更加怨恨你。

第五，在利益分配中，要公平或自己吃亏。与他人相处，涉及利益分配时，一定要主动吃亏，让他人赚便宜，把大的利益让给他人，至少诗平合理，就是时刻注意讲信誉，讲道德，讲风格，要大度，不赚小便宜，这就是“吃亏是福”、“大智若愚”。你吃亏了就赢得了人心，就会有更多的人与你合作，与你相处，人气旺了，你的利益就大了，这也舒律。

第六，不背后议论他人是非。发现某人有缺点错误，要当面给予指出，无论他(她)是否理解，都应以对其负责的态度，个别谈话告诉当事人，看到了不当面指出是对这个人不负责任的表现。如果看到了某人的缺点错误不当面指出反而背后当着他人议论，迟早会传到当事人的耳中，引起矛盾，进而他人又开始在背后议论你的缺点错误，甚至还有可能捕风捉影地夸张渲染，当你再听到传闻，就会进一步加剧矛盾。因此朋友聚会切忌议论他人是非。

以上所说的处理人际关系的方法，与处理工作问题要严格分开，处理工作要坚持原则，对待违法乱纪行为要进行斗争，不能当老好人，这是做事的原则，是与理解人、谅解人、关心人不矛盾的，理解人、谅解人、关心人是为人的原则。

**和谐人际关系的重要性篇五**

淑女风格的连衣裙可以作为参加婚礼时嘉宾装的首选。略花心思、公主款上装、裙式风衣、迷你裙、背带短裤……都可以搭配出美丽的嘉宾装。按我们的传统文化,要避免大面积的黑色出现!甜美的粉红色、浅橘色、香槟色、粉绿色这些容易给人温柔轻松印象的色彩是最佳之选,属于绝对不会犯错的“保险色”。当然,如果你皮肤白皙,想让自己跳脱一下平凡的形象,那么跳跃靓丽的玫瑰红和华菲的亮蓝色、紫色也是能提升人气度的选择。材质方面,可以是丝质、绸缎、丝绒、精致针织质地的,而服装的设计应简洁大方,不要选择有过分繁琐的装饰细节的款式。

1:one-piece是参加好友婚礼的首选

很多姐妹都在为参加婚礼穿什么发愁,其实选择one-piece是最简单的方式,而且这个法则春夏秋冬四季受用。夏季可以选择雪纺、蚕丝等轻盈飘逸的面料,秋冬季则可转向丝绒、针织质地的,更显高贵大方。

2:甜美色彩让你不失礼

参加婚礼,要渲染出更加浓郁的幸福气氛,一款粉色及膝长度的连衣裙是最好的选择,而黑色、过于露肤的礼服款式是最不适合的选择,对于新人也没有任何祝福的涵义。轻盈的面料和色彩会让你与温馨的婚礼气氛更加融合。

3:选对适合自己的风格

未来感光泽束身连衣裙营造出典雅的ol气质,适合于风格成熟的女孩们,而经典的黑白(注意黑色面积一定要小)搭配小a字连衣裙透出女孩的甜美感,适合于年纪较轻的女孩穿着。

**和谐人际关系的重要性篇六**

和谐看不见摸不着，但它存在于日常生活中我们每一个会心微笑的.背后。和谐是一种恬静的美，是一种经得起时间考验的力量。

和谐是我国传统文化中具有代表性的观念。实现和谐，也是古往今来人类孜孜以求的美好理想和愿望。

早在2024多年前，我国的老子、孔子、庄子都曾提过构建和谐社会的设想，西方学者柏拉图也曾提出建立理想国，构建和谐社会的主张。其实，中国古代文人研究琴棋书画样样精通亦是一种和谐之美，戏水游鱼旁的蝇头小楷所完成的恰是点睛之笔，它们讲究各种才艺融会贯通，如苏东坡是文学家，也是书法家;齐白石，书法家、画家;而且艺术多样性并不是简单的相加，它们在和谐的境界中被艺术家信手拈来，相互补充，彼此增色而浑然天成。正是这种艺术的和谐成就了这些艺术家，更是成就了中国各代文学艺术永不褪色的魅力。

如今，在21世纪，我们更要构建和谐文明的社会。而构建文明和谐社会的基础则是人与人之间的和谐。

如师生关系：是老师给了我们文化知识的启迪，使我们从无知到有知，从幼稚走向成熟;老师给了我们知识的雨露，需要的是我们全身心的接受。珍惜老师的付出，尊重老师的劳动，师生相敬相爱，从而打造和谐的学习氛围。

又如同学关系：关心帮助有困难的同学，让他们感受到关爱之心;保持良好的心态，宽容待人，用一颗真诚的心去交换另一颗真诚的心，同学之间友好相处，从而打造和谐的人际关系。

“创造和谐社会”的号召决不是什么空口号，它所号召的“和谐”恰是最贴近日常生活细节之处的，譬如排队礼让，互帮互助，勤俭节约，这些最平常的生活锁碎，却从小见大地成了和谐关键。和谐之美，雅俗芳赏，而又具有着屹立不倒的力量。

构建和谐社会需要我们大家的努力。任前方荆棘丛生，我们将持之以恒，把握生命中的每一天，向和谐社会的彼岸前进。

**和谐人际关系的重要性篇七**

“和谐”是相处美好，没有过失。“社会”是互相联系起来的人群，只有两者互相结合，世界才会更美好。

——题记

党中央一直强调：社会和谐。说要为创造和谐社会而努力。

不过怎样的社会才叫做和谐社会呢?当然，每一个人的答案都会不同，李大爷会说，所有的小偷都改邪归正;王大妈可能就有另外的说法。我觉得和谐社会的本质是和平、安详，具有淳朴的民风，只有人们做到了这些，、这个社会将会是美好的。

所谓“一份耕耘，一份收获。”社会也是这样，需要每一个成员的付出,比如抓贩毒团伙，需要警察的付出，美味的菜肴需要厨师的付出。如果社会上全是那些自私的人，这个社会也不可能“和谐”。

记得在二月二日一场罕见的大暴雪袭击了杭州城。

这场暴雪的时间之长，破坏之大，在杭州历史上是史无前例的。

在火车站里，千万位旅客滞留。车站工作人员通过和旅客的沟通，了解到旅客目前最担心的事是自身的温饱问题。于是车站工作人员临时给旅客搭了数十个帐篷，准备了数万份盒饭，并提供了免费电话、姜汤，在场的旅客们纷纷热泪盈眶，霎时，心头涌上了一股暖流。尽管是风餐露宿，但恶劣的天气并没有把他们打跨，见证了一句：风雪无情人有情!

沟通与付出架起桥梁，和谐与人类携手通过，美好的社会就在不远前!

**和谐人际关系的重要性篇八**

要提高自己的修养，以赢得他人的信任。果断地表达你的观点，以不知为不知。一般人都不想让别人看出自己的弱点，因此，遇到不知道的事很难开口说“不知道”。但有时直接承认不知道，反而可以增加别人的信任。以下是小编为您整理的如何营造和谐的人际关系的相关内容。

还要融入他人，使人信服。成人之美，投其所好。“投其所好”乍听起来似乎不太好听，像是无原则地去拍马屁。其实，这里所说的“投其所好”，是取其积极的一面。与朋友相处，如果是真正的好朋友一般不存在原则性问题，适当地“投其所好”是有益的。

日常生活中，对待朋友，投其所好的内容很多。譬如，朋友爱看小说，不妨给他买一本小说集或推荐一篇优秀小说;如果朋友喜欢喝茶，出差时不妨给他捎回一点来。学会察言观色，善解人意。善意的批评、客观的批评才是朋友交往之道。

但要记住，说了7句批评之后，别忘了也要加3句称赞的话，这样做才不会损坏了彼此的情谊。客观的批评，再加些适度的赞扬既表示对朋友的坦荡，又蕴含着对朋友的尊重，且能缓和一下看似紧张的气氛，这不但不会损坏反而更能增进两人的友谊。

**和谐人际关系的重要性篇九**

现代人都很重视人际关系。人际关系处理的好不好,在很大程度上决定着一个人的生活质量。下面是本站小编为大家整理几个和谐人际关系的小故事，希望对你有帮助。

从前，有一个脾气很坏的男孩，他的爸爸给了他一袋钉子，告诉他：每次发脾气或者跟人吵架的时候，就在院子的篱笆上钉一根。第一天，男孩钉了37根钉子。后面的几天他学会了控制自己的脾气，每天钉的钉子也逐渐减少了。他发现，控制自己的脾气，实际上比钉钉子要容易的多。终于有一天，他一根钉子都没有钉，他高兴的把这件事告诉了爸爸。爸爸说：“从今以后，如果你一天都没有发脾气，就可以在这天拔掉一根钉子。” 日子一天一天过去，最后，钉子全被拔光了。爸爸带他来到篱笆边上，对他说：“儿子，你做得很好，可是看看篱笆上的钉子洞，这些洞永远也不可能恢复了。就象你和一个人吵架，说了些难听的话，你就在他心里留下了一个伤口，像这个钉子洞一样。”

这个故事很简单，但却有着不简单的寓意。

插一把刀子在一个人的身体里，再拔出来，伤口就难以愈合了。无论你怎么道歉，伤口总是在那儿。要知道，身体上的伤口和心灵上的伤口一样都难以恢复。

共建和谐社会是如今我们的祖国给我们的历史使命。人与人之间和谐相处是社会和谐的基础。

一个寒冷冬日的晌午，女主人准备打扫庭院，一出门就看见四个蜷伏在柴堆旁被冻得发抖的老人。出于善良的美德，女主人请四位老人进屋喝点热茶暖暖身子，老人问：“你们家有男人在家吗?”女主人说：“没有，先生和儿子都上班去了。”老人们回答，他们不能进去，原因就是因为你们家没有男人，女主人只好作罢。吃中午饭之前，女主人和家人说起了先前的那件事，她先生立马要她去请四位老人进屋吃饭。女主人来到柴堆前看见四位老人还在，就把先生的意思给他们说了，四位老人犹豫了一下，说：我们不能一起进去，只能进去一人，原因是你们家都快吃饭了，不可能有那么多饭，接着又说，我们四人分别叫财富、成功、平安、和谐，你去问一下你先生，看他愿意请谁进去。妇主人内好回头问先生。先生说“财富”最好，就请“财富”，儿子却说还是请“成功”吧，在出现分歧的情况下，女主人自己倒是有点想请“平安”，于是她也说了自己的想法，一旁的女儿说话了：“我看最好请“和谐””。先生听了女儿的话觉得有道理，全家人终于达成了一致。女主人又出门把他们的决定对四位老人说了，于是她领着“和谐”往家里走，快进门时她回头一看，四位老人都跟来了，女主人不明，就问其中原因：“你们不是说好只来一人吗?”“和谐”笑着回答：“你们请了其他三位中的任何一位，就只来一位，你请了我就等于请了我们四个，我们是不可分的”。啊!我们明白了：和谐=财富+成功+平安。

有一位单身女孩刚搬了家，她发现隔壁住了一户穷人家，一个母亲带着两个小孩子。有天晚上，那一带忽然停电了，那位女孩只好自己点起了蜡烛。没一会儿，忽然听到有人敲门。原来是隔壁邻居的小孩子，黑暗中，他闪着明亮的眼睛问:“姐姐，请问你家有蜡烛吗?”女孩心想：“他们家竟然穷到连蜡烛都没有吗?千万别借他们，免得被他们依赖了”!于是，对小孩吼一声说：“没有”!正当她准备关上门时，那穷小孩展开关爱的笑容说：“我就知道你家一定没有”!说完，竟从怀里拿出一根蜡烛，说：“妈妈和我怕你一个人住又没有蜡烛，所以带来一根送你”。此刻，女孩自责、感动得热泪盈眶，将那小孩子紧紧地抱在怀里;此刻，她心中的那盏灯也被点亮，她与这个陌生小孩子的心，是如此的如此的近。

记住!要将心比心!因为这就是和谐

有一个小镇很久没有下雨了，令当地农作物损失惨重，于是牧师把大家集合起来，准备在教堂里开一个祈求降雨的祷告会。人群中有一个小女孩，因个子太小，几乎没有人看到她，但她也来参加祈雨祷告会。就在这时候，牧师注意到小女孩所带来的东西，激动地在台上指着她：“那位小妹妹很让我感动”!于是大家顺着他手指的方向看了过去。牧师接着说：“我们今天来祷告祈求上帝降雨，可是整个会堂中，只有她一个人今天带着雨伞”!大家仔细一看，果然，她的座位旁挂了一把红色的小雨伞;这时大家沉静了一下，紧接而来的，是一阵掌声与泪水交织的美景。有时候我们不得不说：小孩子其实一点不“小”，他(她)们其实很“大”!他(她)们的爱心很大!他(她)们的信心也很大!

记住!要做事真诚!因为这就是和谐。

**和谐人际关系的重要性篇十**

人际关系常常成为工作与生活中压力的一部分，和谐人际关系能大大减少我们的生活压力，下面是本站小编为大家整理学会和谐人际关系

作文

范文，希望对你有帮助。

通过学习了如何构建和谐人际关系之后，我对这方面也了解到了很多，也学习到了很多东西。我觉得在我们当今社会和谐的人际关系是我们人与人在交往过程中必须学会的，可以说，人际关系构成了我们生活的主要内容，我们是在复杂的人际关系中不断成长与发展的，人际关系的成败对我们的影响是非常大的。

卡耐基说过：“一个人的成功，只有百分之十五是由于他的专业技术，而百分之八十五则要靠人际关系和他的做人处事能力。”和谐的人际关系在我们学习和生活中是很重要的，所以在这个社会群体中我们要善于与他人沟通，在我们的生活和学习中无时无刻不在与他人沟通，而善于沟通的人他的生活圈子就会大一些，交到的朋友也就多一些，这样我们的人生才会因此而变得丰富多彩。融洽的人际关系会让我们在一个好的环境中成长，在初中和高中我都有玩的很好的几个姐妹和哥们，我觉得这就是缘分吧，和他们相处就是很真诚很温馨的感觉，无论有什么开心的事或时烦恼的事都可以向他们倾诉，而他们则会在你失意的时候给你安慰和鼓励，在你成功的时候为你开心和祝福，这种友谊会让我觉得人生很有意义。

在人际交往中我们要学会与人和谐相处的技巧，所谓林子大了什么样的人都有，不要用同样的交往方式去和所有人交往，要学会随机应变，只有良好的沟通才能使你与其他人和谐的相处。在高中的时候我曾在学校报社担任社长一职，刚开始接任的时候我也不是很会处理一些人际方面的事，但是和学姐她们多交流了几次，和社团成员们多相处了几次后，才发现只要你用心与他们沟通，大家真诚对待，尊重彼此就会得到别人的尊重，从这以后和他们的关系非常好，大家一起工作，遇到困难一起解决，当你有什么对他人不满的时候学会换位思考，理解至上，我给他们安排的任务他们也完成得很好，大家相互信任彼此也成了很好的朋友，在这中间不仅学会了人际合作也提升了大家的工作能力，这是我在这个报社的最大收获。

总之，我们在人际交往中要想取得良好的沟通效果，就要学会真诚的对待他人，常保持微笑，学会倾听，合理利用体态语言，这样别人才会愿意与你沟通。我相信我以一颗真诚的心对待别人，别人也同样会用真心对待我的。让我们学会和谐的与他人沟通，在生活中做一个沟通达人吧!

记得还有一次，那时候我还小，还没上一年级。我摔伤了，手上还绑了纱布，去乘车，大家一看见我这个伤员上车，大家就纷纷站起来让座，大家还问我怎么摔得，我讲了摔伤的原因：去买东西跑得太快，一位爷爷对我说：“小朋友，以后呀，不要跑那么快，跑那么快容易受伤，容易摔跤。”我被大家的热情问候感动了。

有句歌词唱得好“只要人人都献出一点爱，时间将变成美好的人间”如果人类有了和谐，鱼儿有了水，蓝天有了白云，我们这个社会就会变成一个和谐社会。

“和谐”是相处美好，没有过失。“社会”是互相联系起来的人群，只有两者互相结合，世界才会更美好。

——题记

党中央一直强调：社会和谐。说要为创造和谐社会而努力。

不过怎样的社会才叫做和谐社会呢?当然，每一个人的答案都会不同，李大爷会说，所有的小偷都改邪归正;王大妈可能就有另外的说法。我觉得和谐社会的本质是和平、安详，具有淳朴的民风，只有人们做到了这些，、这个社会将会是美好的。

所谓“一份耕耘，一份收获。”社会也是这样，需要每一个成员的付出,比如抓贩毒团伙，需要警察的付出，美味的菜肴需要厨师的付出。如果社会上全是那些自私的人，这个社会也不可能“和谐”。

记得在二月二日一场罕见的大暴雪袭击了杭州城。

这场暴雪的时间之长，破坏之大，在杭州历史上是史无前例的。

在火车站里，千万位旅客滞留。车站工作人员通过和旅客的沟通，了解到旅客目前最担心的事是自身的温饱问题。于是车站工作人员临时给旅客搭了数十个帐篷，准备了数万份盒饭，并提供了免费电话、姜汤，在场的旅客们纷纷热泪盈眶，霎时，心头涌上了一股暖流。尽管是风餐露宿，但恶劣的天气并没有把他们打跨，见证了一句：风雪无情人有情!

沟通与付出架起桥梁，和谐与人类携手通过，美好的社会就在不远前!

**和谐人际关系的重要性篇十一**

目前,我国正在为构建“和谐社会”的目标而奋斗,和谐社会首先应是人际和谐的社会，所以我们在工作中的人际关系也应该是和谐的。下面是本站小编为你整理的工作中和谐的人际关系，希望对你有帮助。

人格平等是人际和谐的基础。人格平等，就是社会成员的人格和尊严都一视同仁地得到正义的护佑。每一个社会成员都享有包括生存权和发展权在内的各项权利。建立和谐的人际关系，要树立人人平等的理念。　和谐的人际关系能够推动团队向上发展。因此，构建社会主义和谐社会，应当把促进人际和谐摆在重要位置。构建和谐的人际关系，必须从多方面着手。我认为和谐社会需要和谐人际关系。和谐的人际关系，是事业成功、社会稳定、民族兴旺、国家繁荣的必要条件。

而和谐社会的构建不仅需要每个人的支持，需要每个人都具有团队精神，在一个组织或部门之中，团队合作精神尤为重要，我们的社会就是许许多多团队的组合，所以谐社会的构建更需要团队合作的努力。那什么是团队合作呢?团队合作指的是一群有能力，有信念的人在特定的团队中，为了一个共同的目标相互支持合作奋斗的过程。它可以调动团队成员的所有资源和才智。团队合作需要团队各成员间的密切合作，配合默契，共同决策和与他人协商。其中，应当特别注意以下三个方面：

诚信友爱是和谐社会的精神内核。如果说和谐的人际关系，要用道德与法律来维系，其中道德的核心便是诚与爱。诚心与爱心能巩固和发展团结互助、诚实守信、平等友爱、融洽相处的社会主义新型人际关系。没有诚心与爱心，就不可能建立稳定和谐的人际关系。因此、在今后的工作中：加强学习、和谐地与我们的同事相处、这就要求我学会主动适应，改变自己身上的缺点和不足，如：处理同事之间的问题、不能超之过极、处理问题的方式方法、要考虑到对方的感受、并提升自身的业务素质来适应工作要求。俗话说“弱者坐等机会、强者把握机会、智者创造机会”，在工作中我也要充分发挥团队精神、同时我在做好本职工作的同时，也要主动帮助班组同事，多于同事沟通与交流。沟通与交流是处理好人际关系的润滑剂和助推器。在工作生活中，我将始终保持谦逊的态度，以不断改善自我：来提高业务水平;善于作出适当的自我改善。

保持团队中的人际和谐，就要正确处理团队的内部矛盾。首先找到矛盾所在，运用正确合理的方法解决。和谐的人际关系可以使一个团队的作用发挥到最大，特别是当团队合作是出于自觉自愿时，它必将会产生一股强大而且持久的力量。而人际交往有助于增进交流，协调关系，促进健康，完善个性。并且人际交往不仅是健康成长的基本条件，也是治疗心理障碍的重要资源。由此看来，人际交往的意义重大。

在我看来，团队合作的基础是团队各成员之间建立信任。这不是任何种类的信任，而是坚实的以人性脆弱为基础的信任。一个有凝聚力的、高效的团队成员必须学会自如地、迅速地、心平气和地承认自己的错误、弱点、失败、求助。他们还要乐于认可别人的长处，即使这些长处超过了自己。承认自己的弱点，就是在他人面前表现出自己脆弱的一面，而在自己不信任的人面前要做到这点很难。

和谐的人际关系能够推动团队向上发展。因此，构建社会主义和谐社会，应当把促进人际和谐摆在重要位置。构建和谐的人际关系，必须从多方面着手。我认为和谐社会需要和谐人际关系。和谐的人际关系，是事业成功、社会稳定、民族兴旺、国家繁荣的必要条件。而和谐社会的构建不仅需要每个人的支持，需要每个人都具有团队精神，在一个组织或部门之中，团队合作精神尤为重要，我们的社会就是许许多多团队的组合，所以谐社会的构建更需要团队合作的努力。那什么是团队合作呢?团队合作指的是一群有能力，有信念的人在特定的团队中，为了一个共同的目标相互支持合作奋斗的过程。它可以调动团队成员的所有资源和才智。团队合作需要团队各成员间的密切合作，配合默契，共同决策和与他人协商。

**和谐人际关系的重要性篇十二**

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。下面是本站小编搜集整理的和谐人际关系的重要性，希望对你有帮助。

首先，良好的人际关系有助于形成人的道德情感。我们通过观察就能发现，在相容、相近、相亲相爱的人际关系中最易于形成集体主义、利他主义、及善良、热情等高尚的情感。

其次，良好的人际关系有利于保持人的心理健康。和谐的人际关系能满足人的精神需求，使人产生积极的自我肯定情绪，这种情绪状态有利于人保持愉快的心境。在和谐肯定的人际关系中，每个人都能感觉自己对他人的价值和他人对自己的意义，这对于人的心理健康是很重要的。

第三，良好的人际关系能有效地促进活动的顺利完成。在和谐的人际关系中，人们心情舒畅，智力活动得以正常进行。广泛而和谐的人际关系有利于人开阔视野，拓展心胸，扩大选择范围，增进信息来源。第四，良好的人际关系可以提高社会的合作性水平及和谐度，有利于社会的发展和进步。

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。

首先，对自己要有正确的认识。第一，应该端正交往的动机，扩大自己的心理相容度;第二，应该完善自己的个性，有意识的去克服自我中心感过强、过于敏感、狂妄自傲、怪癖孤独等不良个性;第三，大学生应该严于律己，宽于待人，才能够赢得别人的赞赏和信任，收获友谊，建立良好的人际关系。

其次，应注意培养以下品格：1、尊重他人，不自恃清高。共同的理想，共同的目标，使来自各地的同学结为一共同的群众体。每个人秉性不同，爱好各异，要互相尊重，谦虚待人。每个人在人格上都是平待的，不要嘲笑和歧视他人，不能从己之长比人之短。不摆架子。乐于同大家打成一片，这样容易建立和谐的人际关系。2、热心助人，不见利忘义。患难见真情，同学间相互帮助，一往往不在于锦上添花，而在于雪中送炭。当同学有困难时，伸出热情的手给予帮助，切不能袖手旁观，坐视不管更不能落井下石，见利忘义。3、诚实守信，不贪图虚名。诚实、就是真心实意，实事求事，不三心二意，口是心非，不当面一套，背后一套。诚实是做人的基本要求，也是建立良好的人际关系的重要条件。守信、就是格守信用，言行一致，不言过其实，华而不实，不做说话的巨人，行动的矮子。4、主动随和，不孤陋寡闻。谦虚随和平易近人人，给人一种亲近的感觉，大家会乐意同其交往，觉得彼此之间愉快融洽。5、律已宽人，不心胸狭窄。律己、就是严格要求自己，以社会主义的道德规范和大学生行为准则来约束自己。不利于团结的话不说，不利于团结的事不做，不挑拨是非，不背后议论人，不猜疑嫉妒人。

建立和谐的人际关系,最根本的要有正确的人生观、价值观、道德观、良好的品质和一些礼仪知识。同时，应具备一定的自我调节能力。“无足赤，人无完人”只要我们始终以平等、诚实、宽厚的态度待人，胸怀坦荡，就比较容易建立和谐的人际关系。

**和谐人际关系的重要性篇十三**

人际关系包括家庭关系，工作关系，社会关系等，各种关系是否和谐，既关系到身体的健康与否，也关系到事业的成败。和谐是既有利于社会、家庭、他人，又有利于自己的事，和谐则共同受益，不和谐则共同受损。

如果是这样，一定要从自身找原因，一个单位不可能大家都坏，更不可能哪个单位的人都坏。自身会有什么原因呢?心态!自己的心态如何，是是否与周围人和睦相处的关键所在。

**和谐人际关系的重要性篇十四**

旅游管理专业毕业生主要从事导游、旅行社、景区服务等相关工作，他们每天要接触形形色色的游客，所以懂得如何与人相处、建立和保持良好的人际关系对于他们来说十分重要。

（一）自己意识太强

目前我国大学生基本都是集体住宿，大多都是四人或六人一个宿舍。同一个宿舍的同学都来自不同的地方、不同家庭，有着不同的生活习惯和个性。为了能够和谐相处、愉快度过大学生活，按道理每个人都应该考虑到宿舍其他成员的生活习惯，让自己能够融入集体，不影响他人的作息。然而，在宿舍里抽烟的现象屡见不鲜，同一宿舍里总有那么几个成员不愿意做卫生、配合其他人的活动；更有甚者，有同学反应宿舍里晚上有人玩游戏兴奋时大喊大叫影响其他同学正常休息。这种只顾自己利益，不为别人着想的做法短期内别人可以包容，时间长了势必会影响人际关系。

（二）容易冲动

大学阶段的学生二十岁左右，一方面社会经历较少，另一方面大多都刚刚离开父母家人的管束和呵护，极度想表现自己个性。在这个特定的时期，好多学生往往没有意识去控制自己的行为，总是跟着感觉走，有时表现的很冲动，缺乏“三思而后行”的稳当。曾经我们班里有一个云南彝族的男孩，他在和别人打篮球时被对方无意打断一颗门牙。双方简单交涉之后，对方的解决方式他有些不满意，这个男生居然想要和他的同乡一起把对方门牙打掉了事！这种遇事容易冲动的现象不是个例，而是现在大多数学生在人际交往方面普遍存在的一个问题。

（三）沟通能力不强

目前高职旅游管理专业的学生，既有经过高考的统招生，又有通过单独招生的方式入学的单招生。统招生中或多或少都有学生因对自己在高考时表现不满意而产生的一些自卑心理，单招生因为经历比较复杂，有很强的自己保护意识、怕别人伤害自己。这些学生在平时的人际交往过程中往往表现的比较自己封闭，喜欢隐藏自己的真实情感，不太愿意与其他人真诚沟通。这些问题势必会影响学生融入集体生活，阻碍他们与他人之间建立良好的人际关系。

（一）对人际交往重要性认识不足

目前，旅游管理专业的学生有很大一部分都是独生子女，平时在家里比较娇惯，父母把生活中的一切都安排妥當，他们认为这是对孩子最好的保护；即便不是独生子女，现在父母一心只让孩子有个好成绩，在养育子女过程中也表现出大包大揽，不让孩子操心任何除学业以外的事情，这让孩子在平时的生活中意识不到人际交往的重要性，更没有机会、没有意识去打造自己的人际关系网络。

（二）心理困惑和迷茫

教养方式和成长经历所导致的心理问题在高职学生中普遍存在。家庭过度保护让学生们对社会认识严重不足、没有目标感、对人生感到迷茫不知所措；成长过程中的\'一路无惊无险、缺乏挫败感，不能坦然面对失败。所以学生中有很大一部分都会沉迷在网络和智能手机的世界里，过着“与世隔绝”的生活。这种状态自然会让学生与他人之间的距离拉大，阻止他们人际交往的发展。

（三）教育体系中人际交往能力培养缺失

纵观我们整个教育体系，包括学校教育和家庭教育，大多时候认为判定教育是否成功的关键性因素更多是学生在在学业方面的进步，我们很少导向学生认识到自己应该有一个良好的人际关系。即使在高等教育阶段有与人际关系相关课程，也只是课时为数不多的选修课。教育过程中对于人家交往能力培养的不够重视或者缺失，也是学生这方面能力不佳的一个关键性因素。

高职院校旅游管理专业学生的人际交往能力培养不能想当然，我们应该结合学生自身的特点以及本专业的人才培养目标，有的放矢！于此同时，培养方式不宜目的性太强，可以考虑把学生人际交往能力培养融入所有课程当中，即要求所有任课教师重视起学生的人际交往能力。

（一）在课程设置中增加人际交往能力培养的相关课程

要让学生重视自己的人际交往能力、有人际交往意识，关键的一步是要在整个课程习题中专门设置人际交往能力培养的专门课程。如果学校教育能够有完善的人际交往能力培养课程体系，既可以引导学生自身重视相关能力的培养，又能从理论和实践上对学生进行系统指导和教育，从而提升学生人际交往能力。

（二）所有任课教师应该把学生的人际交往能力培养贯穿于所有课程教学

决定学生走向社会以后事业发展前景的因素中，专业素养和能力是一方面，能否处理好自己的人际关系、能够快速融入所供职的团队更为关键。鉴于旅游管理专业学生从业环境的特殊性，这一点对他们来说尤为重要，必须引起所有任课教师的足够重视。高校学生这个年龄阶段的年轻人又有他们自身的性格特点，他们不愿意再听师长的谆谆教导，急于表达自己个性，所以不刻意的“润物”、贯穿于专业课程中的人际交往能力培养能起到事半功倍的作用，前提条件是各科任课教师从意识上先得足够重视。

（三）从实践过程中培养学生自己重视人际交往能力的意识

唯物主义发展观告诉我们，内因是事物发展的决定性因素。学生自身没有足够重视自身人际交往能力的提高，教育过程的所有的努力效果就会打折扣。让学生充分意识到人际交往能力重要性最佳途径就是让他们在实践过程中、从自身的经历去体会。学校教育所要做的就是为学生寻找和提供参加实践的机会和场所，并能从管理规定上鼓励学生多参加实践，更要主义和学生及时沟通、起到积极的引导作用。

（四）对于学生的综合评价应该起到正确的导向作用

教育本身的职责更重要的其导向作用。我们在学生的培养过程中从各方面都做到了重视学生的人际交往能力培养，那么对于学生的综合评价中加入人际交往能力一项就能从管理规定上给学生“一颗定心导向丸”。从另一方面来讲，我们必须承认有一些学生比较“务实”，在他们没有从社会经历或者实践古城中认识到人际交往能力的重要性之前，从学生的综合评价体系中看到人际交往能力提高的好处是有效督促学生重视和发展自身该项能力的有力途径。

（五）家庭教育在培养学生人际交往能力过程中的作用不可忽视

工作和实践过程是检验教育成果的关键，参考社会反馈和市场需求改善教育方法和手段是既离不开学校教育，也不能忽视家庭教育。在学生思想和行为还不成熟的情况下，家庭教育对学生的影响根深蒂固。所以，学校应该和学生家庭形成联动，有效发挥家庭对于学生的教育的影响力，调动家庭教育配合学校教育重视对学生人际交往能力培养。

高职旅游管理专业学生人际交往能力培养任重而道远。我们应该针对学生在人际交往过程中存在的问题，分析其成因，从根源上解决学生人际交往能力不足，帮助学生做好将来面临工作环境的准备，使其能够更好适应社会发展的需求。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn