

# 互联网环境下农村高中学生人际交往能力的现状与对策研究

瞿丹

常熟市王淦昌高级中学，江苏省苏州市常熟市，215531；

**摘要：**本文聚焦互联网环境下农村高中学生的人际交往能力。通过对现状的剖析发现，互联网为该群体人际交往带来双重影响：一方面创造新契机，拓展了交流渠道，丰富了沟通形式，打破了地域与时空限制；另一方面也引发突出问题，部分学生过度依赖网络交流，导致现实交往中的表达、共情及协作能力逐渐弱化，影响身心健康。基于此，本文从多方协同视角提出对策：学校需加强网络素养与交往技能的系统引导，家庭应营造真实互动的良好氛围，学生自身则需主动调整认知与行为，合理平衡线上线下交往，旨在全面提升农村高中学生的人际交往能力，促进其健康发展。

**关键词：**农村高中；人际交往；互联网；现状与对策

**DOI：**10.64216/3080-1494.26.01.070

## 引言

在当今数字化时代，互联网已深度融入人们的生活，对青少年的成长产生了深远影响。农村高中学生作为一个特殊群体，其人际交往能力的发展既受到传统环境因素的制约，又面临互联网带来的新挑战和机遇。研究互联网环境下农村高中学生人际交往能力的现状与对策，有助于了解这一群体在人际交往方面的实际情况，发现存在的问题并提出针对性的解决办法，从而促进农村高中学生更好地适应社会，提升其综合素质和心理健康水平。

## 1 互联网环境对农村高中学生人际交往的影响

### 1.1 积极影响

互联网为农村高中学生的人际交往开辟了新途径。在传统环境下，农村学生的交往范围相对局限于学校和周边村庄。而互联网打破了地域限制，学生可以通过社交软件、在线论坛等与全国各地甚至世界各地的人交流。例如，他们可以加入一些学习交流群，与不同地区的学

生探讨学习问题，分享学习经验，拓宽了知识视野和人际交往圈子。

互联网还丰富了人际交往的形式。除了文字交流，学生还可以通过语音、视频等方式进行沟通，使交流更加生动和直接。比如，在一些兴趣小组的线上活动中，学生们可以通过视频会议展示自己的才艺，增进彼此的了解和友谊。

### 1.2 消极影响

过度依赖网络交流使得农村高中学生在现实人际交往中表现出不适应。一些学生在网络上能侃侃而谈，但在面对面交流时却变得沉默寡言、紧张不安。长期沉

迷于虚拟社交，导致他们缺乏对他人表情、语气和肢体语言等非语言信息的解读能力，影响了真实情感的表达和沟通效果。

互联网上的信息良莠不齐，可能会对农村高中生的价值观和人际交往观念产生误导。一些不良信息可能会让学生形成错误的交友观和行为模式，增加了他们在人际交往中受到伤害的风险。例如，部分学生可能会受到网络上一些功利性交友观念的影响，在现实交往中过于注重物质利益，而忽视了情感的交流和真诚的友谊。

## 2 互联网环境下农村高中学生人际交往能力的现状

### 2.1 网络社交活跃但现实交往能力不足

互联网的普及让农村高中学生成为网络社交的活跃群体，他们熟练运用各类社交平台发布生活动态、参与话题讨论，与网友的互动频繁且流畅，部分学生甚至能在虚拟空间中展现出较强的表达欲。但这种活跃并未有效转化为现实交往能力，反而呈现出明显的“线上线下割裂”特征。在学校集体活动中，多数学生表现出被动性，缺乏主动融入的意识，与同学、老师沟通时常常显得拘谨。以小组合作学习为例，不少学生在线上讨论中能清晰阐述观点、积极回应同伴，但面对面交流时却沉默寡言，要么因紧张难以组织语言，要么不知如何配合他人发言，导致团队协作效率受影响，自身观点也无法充分传递<sup>[1]</sup>。

### 2.2 人际交往范围狭窄且缺乏深度

互联网本应打破地域限制拓宽交往边界，但农村高中学生的实际交往圈仍受环境制约而显得狭窄。其交往对象集中于同班同学、同校校友及家庭成员，因农村地

区信息流通相对滞后、校外社交场景匮乏，与不同年龄层、不同职业背景人群的接触极少。更突出的是交往深度的缺失，无论是线上还是线下，交往往往停留在“浅层寒暄”层面。线上好友列表中动辄数百人，但多为“点赞之交”，鲜有深入的思想交流；线下与同学的互动也多围绕学习任务展开，关于兴趣、情感的深度沟通较少。不少学生反映，遇到学习困惑或心理压力时，翻遍社交列表却找不到可倾诉的对象，难以建立起具有情感支撑作用的深厚关系<sup>[2]</sup>。

### 2.3 人际交往存在一定的心理障碍

家庭教养方式偏差、教育资源分配不均等多重因素，致使部分农村高中学生形成人际交往心理壁垒，制约其社交能力发展。一方面，自卑心理成为主要阻碍。部分学生受家庭经济条件有限、父母文化水平不高等客观因素影响，滋生强烈自卑情绪。他们过度担忧自身言行“不合时宜”遭同学嘲笑，在交往中刻意回避社交场景，面对他人主动交流时常显局促，更不敢主动表达自身诉求，逐渐将自己置于社交圈边缘。另一方面，负面心理加剧交往困境。由于缺乏系统的人际交往引导，部分学生易滋生嫉妒、猜疑等负面情绪。如班级评优时，个别学生因他人成绩优于自己心生嫉妒，非但不虚心求教，反而散布负面言论诋毁他人；同学间正常的互助交流，也常被猜疑为“别有用心”或“打探隐私”。这些心理障碍直接破坏人际关系和谐，导致学生陷入“越怕交往越不会交往，越不会交往越怕交往”的恶性循环，对其身心健康与学业发展均造成不利影响<sup>[3]</sup>。

## 3 影响互联网环境下农村高中学生人际交往能力的因素

### 3.1 家庭因素

家庭作为学生成长的首要场域，其教育理念、亲子互动质量与家庭结构形态，共同构成了影响农村高中学生人际交往能力的核心家庭因素。在教育认知上，多数农村家长因自身文化程度有限，长期受“学而优则仕”传统观念影响，形成了“唯成绩论”的单一评价标准，将全部精力投入到督促孩子刷题、备考中，认为“只要学习好，其他都不重要”，完全忽视了人际交往能力对孩子未来融入社会的关键价值。部分家长甚至将孩子的正常社交视为“不务正业”，变相抑制了孩子的交往需求。

亲子沟通的缺失则进一步加剧了问题。农村地区大量家长为生计忙于农活或外出务工，形成了庞大的“留守儿童”群体，亲子相处时间被严重压缩。即便父母在家，也多因劳累或沟通意识不足，难以与孩子进行深度

情感交流，多以“作业写完了吗”“成绩怎么样”等功利性问题替代谈心，孩子在学校遭遇人际矛盾、情感困惑时无处倾诉。这种“物质供给有余、情感陪伴不足”的育儿模式，使孩子无法从家庭中习得共情、表达、包容等基础交往技巧，长期积累下易形成自卑、敏感的心理特质，在人际互动中缺乏安全感与主动沟通的勇气<sup>[4]</sup>。

### 3.2 学校因素

学校作为育人主阵地，其教育导向、课程设置与校园生态，对农村高中学生人际交往能力的发展起着决定性作用。当前部分农村高中仍深陷应试教育的惯性中，教育资源过度向文化课倾斜，课程体系里几乎没有专门的人际交往指导课程，也缺乏专业心理教师为学生提供针对性辅导。教师在教学中更关注知识点的传授，对课堂上学生的互动质量、小组合作中的沟通问题缺乏引导，使学生失去了在学科学习中锻炼交往能力的契机。

校园文化活动的匮乏则让学生失去了实践交往的重要平台。与城市高中相比，农村高中受经费、师资等条件限制，文化活动多以学科竞赛、文艺汇演等单一形式为主，罕见需要深度协作的社会实践、志愿服务、课题研究等项目。例如，班级建设中鲜少组织小组辩论赛、公益劳动等活动，学生难以在集体任务中学习分工协作、化解分歧、倾听他人意见等关键技巧。长期处于这种缺乏互动的校园环境中，学生的交往潜能得到有效激发，实际交往能力自然难以提升<sup>[5]</sup>。

### 3.3 自身因素

学生自身的性格特质、认知偏差与技巧缺失，是制约人际交往能力提升的内在关键瓶颈。在性格层面，农村高中学生中性格内向者占比不低，这类学生因长期缺乏家庭情感滋养和校园互动锻炼，更习惯通过独处回避社交，面对陌生同学或集体场景时易产生紧张、焦虑情绪，主动发起交往的意愿薄弱。部分学生还存在自卑心理，因家庭经济条件、城乡认知差异等问题，在交往中担心被轻视，刻意保持距离。

认知与技巧的不足更让交往陷入困境。受家庭和学校“重学轻交”导向影响，部分学生认为人际交往“浪费时间、无关紧要”，主动提升交往能力的动力不足。更关键的是，多数学生未系统学习过交往技巧，交流中常出现“以自我为中心、忽视他人感受”的问题——讨论问题时急于表达却不愿倾听，发生分歧时只会争执不会妥协，对他人的表情信号缺乏感知力。这些问题导致他们频繁遭遇人际矛盾，进而陷入“交往受挫—更加回避”的恶性循环，严重制约了人际交往能力的发展。

## 4 提升互联网环境下农村高中学生人际交往能

## 力的对策

### 4.1 学校方面

学校作为育人主阵地,应将人际交往能力培养系统性纳入育人体系,破解农村学生交往场景单一的困境。一方面,开设常态化人际交往课程,结合农村高中学生成长背景设计教学内容:基础模块涵盖倾听技巧、清晰表达、情绪识别等核心能力,进阶模块聚焦冲突化解、团队协作、跨群体交往等复杂场景,还可邀请乡镇干部、优秀返乡青年开展专题讲座,用“村口调解纠纷”“合作社分工协作”等本土化案例帮学生理解理论。另一方面,搭建多元实践平台丰富交往场景:组建学科探究社、环保志愿服务队、校园广播站等组织,让学生在“策划乡镇环保宣传”“筹备校园文化节”等任务中学会分工协作;针对内向学生设计“小组互助学习”“班级故事分享会”等低压力场景,由教师引导逐步突破交往壁垒<sup>[6]</sup>。

### 4.2 家庭方面

家长需彻底破除“重成绩轻交往”的功利化教育误区,树立全面育人观念。农村家长要主动改变“沉默是金”的传统认知,日常多与孩子开展深度沟通:晚饭后聊聊“学校里最开心的事”“和同学有过哪些小矛盾”,用自身“与邻里互帮互助”“和商贩公平讲价”的生活案例传授处世之道,避免只问成绩不谈心理。每周固定“家庭交流日”,围绕“如何拒绝他人不合理要求”“怎样安慰情绪低落的同学”等具体话题展开讨论,帮孩子梳理交往思路。

家长更要成为线下交往的“引路人”:主动带孩子参与村里的公益活动,如“助农采摘”“独居老人慰问”,让孩子在服务中拓展交往圈子;周末组织家庭聚会或亲子户外活动,引导孩子主动招待客人、结识同伴;合理限制非学习类上网时间,用“一起打理菜园”“邻里篮球友谊赛”等亲子互动替代部分网络娱乐,在真实场景中培养交往默契。

### 4.3 学生自身方面

学生需以主动姿态打破“网络依赖”,激活自我提升内驱力。首先通过“自我反思日记”“同学互评问卷”认清自身优缺点,比如明确“擅长逻辑表达但不够耐心倾听”的不足,针对性改进以增强自信;主动利用学校图书馆、线上公开课等资源,研读《非暴力沟通》等书籍,观看“有效沟通技巧”实操视频,模仿得体的表达与共情回应方式。

在网络使用上,制定“学习优先、限时定量”的作

息表,将每日上网时间控制在1.5小时内,优先用于“线上请教老师问题”“加入学科学习群交流”等建设性场景。线下主动创造交往机会:课堂上积极回应老师提问、课后约同学探讨难题,从“借一支笔”“问一道题”等浅层互动开始,逐步参与班级管理、社团活动,在真实交往中化解紧张焦虑,锤炼人际交往硬实力。

## 5 结论与展望

互联网环境给农村高中学生的人际交往带来了机遇和挑战。目前,农村高中学生在人际交往方面存在网络社交活跃但现实交往能力不足、交往范围狭窄且缺乏深度、存在一定心理障碍等问题。这些问题受到家庭、学校和自身等多方面因素的影响。

通过学校加强培养和引导、家庭转变教育观念、学生自身积极调整等多方面的努力,可以有效提升农村高中学生在互联网环境下的人际交往能力。未来,随着互联网技术的不断发展和教育改革的深入推进,我们有理由相信,农村高中学生的人际交往能力将得到进一步提升,他们能够更好地适应社会发展的需求,健康快乐地成长。同时,还需要进一步深入研究互联网环境下农村高中学生人际交往的新特点和新问题,不断完善相应的对策和措施,为农村高中的全面发展提供有力保障。

## 参考文献

- [1] 冯小童.家校合作促进学生心理健康成长[J].文理导航(上旬),2022,(10):10-12.
- [2] 周志杰.浅析“互联网+”时代背景下如何疏导农村中学生厌学心理[J].中国新通信,2021,23(18):188-189.
- [3] 张利君.农村高中学生社会适应能力现状及其提升路径[D].广州大学,2019.
- [4] 刘乐晴.家长参与对学生作业动机影响的城乡差异研究[D].广州大学,2024.
- [5] 崔青云,段汉武.高校多校区办学的管理模式与资源配置研究[J].宁波大学学报(教育科学版),2021,43(03):116-124.
- [6] 马行厚.渔文化融入高职旅游专业思想政治教育的路径与实践探索[J].黑龙江水产,2025,44(05):674-677.

作者简介:瞿丹(1985.6—),性别:女,民族:汉,籍贯:江苏常熟,学历:本科,职称:中小学高级教师,研究方向:互联网环境下农村高中学生人际交往能力的现状与对策研究。