

沟通与和谐社会的构建 PDF转换可能丢失图片或格式，建议  
阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/481/2021\\_2022\\_\\_E6\\_B2\\_9F\\_](https://www.100test.com/kao_ti2020/481/2021_2022__E6_B2_9F_)

[E9\\_80\\_9A\\_E4\\_B8\\_8E\\_E5\\_c122\\_481672.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/481/2021_2022__E6_B2_9F_E9_80_9A_E4_B8_8E_E5_c122_481672.htm) 不知怎的，我近来忽然越来越觉得：沟通，在人的一生中有着多么重要的意义。特别是当今人们已经把构建和谐社会作为一个目标时。可以说，没有沟通，就没有和谐。

一、沟通的必要性 人不是单个的孤立的存在物，人是各种社会关系的总和。社会关系，说到底其实无非就是人与人之间的权利义务关系。这种权利义务关系，从主体来看，有家庭关系（包括夫妻关系、父母子女关系、各种亲戚关系、相邻关系等等）；有工作关系（包括上下级关系、同事关系等等）。此外，你无论走到哪里，都是生存在一定的社会关系之中：如果你走进学校，有师生关系；你如果上了公共汽车，有司乘关系；你如果进了医院，有医患关系；你如果走进饭店，有主顾关系……从社会关系的内容看，有些是用道德规范调整，有些是用社会习惯去调整，有些则是用法律去调整。人与人之间的权利义务关系，大量并不是明确写在纸上的，而是存于人类社会的各种有形的、无形的规范中。即使是写在纸上的，也存在理解的差距问题。因此人的一定要活得轻松、活得和谐、活得愉快，就少不了要与别人多多沟通。多多沟通，实质上就是要双方明确相互之间的权利义务关系。明确了相互之间的权利义务关系，就减少许多不必要的误解、纷争。人与人之间沟通渠道畅通了、人与人之间的权利义务关系清楚了，那么，和谐社会可以说是水到渠成。

二、沟通的基础和原则 首先，只有人与人之间才存在沟通的可能。人与狗、人与猪、人与猫

……都不存在沟通的可能性。我们在构建和谐社会的进程中，也强调人与自然的和谐。但人与自然的和谐，实质上有赖于人与人之间的沟通。……人与人之间也并非都能沟通。在等级森严、皇权林立的奴隶社会和封建社会，奴隶与奴隶主、臣民与君主，就基本上不存在沟通的可能。“君要臣死、臣不得不死”，“诽谤者族，偶语者弃市”是那个时代的基本原则。君与臣、父与子、官与民之间没有任何商量余地，沟通也就没有存在的合理根据。只有在自主、平等为基本原则的社会，才存在人与人之间的沟通问题。自主反映的是人对自我的态度，而平等则反映的是人对他人的态度。如果一个人没有自主权，处处受人主宰，固然不存在沟通的内在条件；如果一个人处处都要主宰别人，根本不考虑他人的利益和情感，当然就不存在沟通的外在条件。在自主、平等这两大原则之下，所有的沟通都不会存在无法克服的障碍。

三、沟通的“工具”人要沟通，就要接收和发出许许多多的信息。整个人体其实都是一种接收或发射信息的天然载体。人体本身就能在人与人之间接收和表达出许许多多的信息。比如，眼睛在表达某种信息时，能起到很独到的作用，甚至有时显得很重要。有一首八十年代中期唱得很红的歌《请跟我来》，其中一段歌词是这样的：“……你不要说，你的眼睛已经告诉了我。哦……”说明“会说话的眼睛”有时能使双方“心有灵犀一点通”，使双方很快达成一个“无言的结局”。总之，眼睛在表达感情方面，有时有着嘴巴无法代替的功能。但眼睛只能表达某种特定情感，如，爱、友好、热情、直率、诚恳等等。虽然如此，眼睛毕竟是心灵之窗，要读懂一个人，首先要从眼睛开始；要让别人了解自己，也首先要

从眼睛开始。嘴巴在沟通过程中，起到的作用是最经常、也是最大的。许多需要沟通的复杂、具体内容，是无法通过眼睛表达的。如，你作为一个律师，在接待当事人时，当事人问你的律师费收多少。这就无法用眼睛表达了，对方也无法从你的眼睛中去获得准确的信息。当然，“你的律师费收多少？”对这一问题，你也可以用手势表示：伸出两只手指：两万、或者二十万。但这样的信息量是远远不够的，除非你事先已经与当事人有足够的沟通。你得告诉人家，为什么要收两万，你收两万的依据是什么，你的工作如何值两万，当事人为何值得在你身上花两万……等等、等等。总之，在理性方面的沟通，嘴巴的功能无法用其他东西替代。美国历届总统，在演说方面都是高手。我们不能说，凡是当上总统的都是美国最优秀的人才。但我们可以说，最优秀的人才之所以能当选总统，嘴巴确实是起了至关重要的作用的。他的竞选演讲一定是打动了许多人。之所以能打动许多人，是因为他与最广泛的国民曾经和正在有最充分的沟通：他一定很了解民情，而且有优秀的口才表达国民的心声、打动国民的心扉，有优秀的口才表达自己的治国的本领安邦的才能，他才可以获得选民神圣的一票。所以说，沟通不等同于辩论、不等同于游说、不等同于推销思想和理论。沟通是平等的、双向的、互动的。耐心听取另一方的诉说，充分了解对方的想法、矛盾或不一致的地方，你的辩论才更有针对性、更有说服力。任何先入为主的偏见，都不利于沟通。虽然嘴巴在沟通中作用十分重要，但也有不少情感、理性是难以用口表达的，这就需要更高级的沟通??心灵之间的沟通。更高层次的沟通，当属文字。文字是正式的、固定的、永久的沟通

方式。“文章千古事，得失寸心知。”文字沟通，可以将人类沟通的重要成果永久地记录下来，让其他人、后代人不用重复沟通的过程，分享前人、他人沟通的成就。四、把与他人沟通作为人生要义 人生活 在社会中，很难做到独善其身。只有生活在一个和谐的社会环境中，自身才可以和谐发展。从以下谚语中可悟出这一道理：“理解万岁”。只有沟通后，才能达到相互理解；相互理解了，彼此之间什么都好说。理解，实质上就是从思想上承认他人言论或行为的合理性，实质上就是要平等待人。“换位思考”。在处理人际之间的各种矛盾与冲突过程中，比较普遍接受的处理方式是换位思考。所谓换位思考，就是站在对方的角度去思考问题，这样做容易理解矛盾的对方的种种情形。双方、各方都能做到换位思考，就不会有不可调和的矛盾。“大家好，才是真的好”。如果仅是自己一个人好，那么你自己所生活的环境可能与你格格不入。只有人人安居乐业、各得其所，你才能生活在和谐的环境中，你才能获得真正的幸福。如果你想和别的国家和谐相处，你就沟通吧！如果你想和别的民族和谐相处，你就多沟通吧！如果你要和父母和谐相处，你就沟通吧！如果你要与配偶和谐相处，你就沟通吧！如果你要与子女和谐相处，你就沟通吧！如果你要与同学和谐相处，你就沟通吧！如果你要与同事和谐相处，你就沟通吧！……如果你要让师生关系、医患关系、司乘关系、主顾关系……能够和谐起来，努力去沟通吧！总之，无论你身处何种境界，只要你乐于沟通、善于沟通，把与他人沟通作为人生的要义，那么你一定在这个社会中一定能活得快乐活得潇洒；如果社会上每个一人都能如此，这个社会就一定是一个和谐和社会。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问  
[www.100test.com](http://www.100test.com)