

# 宜春高职院校学生精神交往的边界感失衡与教育 重构路径研究

杨文姝<sup>1</sup> 邝振维<sup>2</sup>

1. 宜春职业技术学院; 2. 江西省宜春市第三人民医院

**摘要:** 本文聚焦宜春高职院校学生精神交往边界感失衡问题, 通过理论剖析、现状分析与成因探究, 揭示在宿舍关系、课堂互动、网络社交等场景中存在的边界模糊、失范与迷失现象。研究发现, 家庭教育缺失与误导、校园文化及教育引导不足、复杂社会环境等因素共同导致失衡问题。为此, 针对性提出优化家庭教育指导、加强校园文化建设、完善教育教学体系等教育重构路径, 旨在助力学生构建健康精神交往边界感, 为高职院校育人工作提供理论与实践参考。

**关键词:** 宜春高职院校; 精神交往; 边界感失衡; 教育重构

**【DOI】** 10.12252/j.issn.2096-6288.2025.12.030

## 引言

在人际交往中, 边界感是个体界定自我与他人权利、责任和情感空间的重要心理维度, 它影响着人们互动的质量与个人的心理健康。对于宜春高职院校的学生而言, 其正处于自我认同形成、社交能力发展的关键时期, 精神交往边界感的健康与否对他们的成长意义重大。随着社会快速变迁, 数字化浪潮席卷校园, 多元文化激烈碰撞, 宜春高职院校学生在精神交往方面面临诸多挑战, 边界感失衡问题日益凸显, 表现为边界过度侵入或过度疏离等现象, 严重影响了他们的人际关系质量、学业发展以及心理健康。然而, 目前针对这一特定群体精神交往边界感的研究尚显不足, 无法为解决实际问题提供充分理论与实践指导。基于此, 深入探究宜春高职院校学生精神交往的边界感失衡问题, 并探寻有效的教育重构路径, 具有重要的现实意义与理论价值, 它不仅能助力学生提升人际交往能力, 塑造健全人格, 还能为高职院校优化育人环境、完善教育体系提供有力支撑。

## 一、宜春高职院校学生精神交往边界感的理论剖析

### (一) 边界感的内涵与外延

边界感是个体在人际交往中, 明确自身与他在情感、认知、行为等方面的界限, 以此维护自我完整性与独立性的心理机制。在情感维度, 边界感体现为对自身情绪责任的清晰认知, 知晓哪些情绪属于自己, 避免过度卷入他人情绪漩涡, 也不让他人随意操控自己的情绪; 认知层面, 意味着个体坚守自己的价值观、信仰和思维方式, 同时尊重他人的不同观点, 不过度将自己的认知强加于他人, 也不轻易被他人观点左右; 行为上, 边界感表现为在与他人互动时, 清楚界定自己的行为范围与他人的行为边界, 比如尊重他人隐私, 不随意干涉他人

事务, 同时也捍卫自己的私人空间与个人权利。此外还涵盖了多个层面的人际关系边界, 如在家庭关系中, 区分与父母、兄弟姐妹之间的责任和情感边界, 不过度依赖或过度控制; 在校园里, 包括师生关系边界, 学生尊重教师权威与职业角色, 教师也尊重学生的个体差异与成长需求, 以及同学关系边界, 宿舍、班级同学间在生活习惯、学习资源、社交活动等方面的边界划分; 在社会交往中, 与朋友、陌生人、职场伙伴等不同角色间建立起恰当的边界, 确保在不同社交情境下都能舒适、健康地互动。

### (二) 高职院校学生精神交往边界感的独特性

相较于普通本科院校学生, 宜春高职院校学生精神交往边界感具有显著的独特性。高职院校以培养应用型技术人才为目标, 学生更注重实践技能学习, 在校园生活中实践活动参与度高, 这使得他们在因实践项目而形成的社交关系中, 边界感呈现出基于任务导向的特点。例如在实训课程小组作业、企业实习团队协作中, 学生围绕任务目标明确各自职责边界, 任务完成后, 边界又会因情境变化而调整, 具有较强的动态性与灵活性。同时, 高职院校学生来源广泛, 部分学生在入学前已具备一定社会经验, 其社会阅历与校园新生的碰撞, 使他们在精神交往边界感上既有对校园单纯人际关系的向往, 试图构建理想化的情感边界, 又因社会现实经历而带有较强的自我保护意识, 在行为边界上较为谨慎, 不轻易涉足复杂人际领域, 呈现出矛盾性特征。并且, 高职校园文化更强调团队合作与职业素养培养, 这促使学生在团队精神交往中, 既要融入集体以达成团队目标, 又要保持个性以展现专业技能优势, 从而在集体与个体边界之间寻求微妙平衡, 其边界感的拿捏难度更大。

## 二、宜春高职院校学生精神交往边界感失衡的现状与表现

### （一）宿舍关系中的边界模糊

在宜春高职院校的宿舍生活中，边界模糊现象屡见不鲜。空间上，部分学生不尊重他人私人领地，随意动用室友物品，如未经允许使用他人的洗漱用品、学习资料、衣物等，将宿舍公共空间占为己有，堆放大量个人杂物，压缩他人生活空间，导致室友间产生不满情绪。时间维度上，作息冲突频繁发生，一些学生习惯熬夜打游戏、追剧或大声聊天，全然不顾及早睡室友的休息需求，没有意识到深夜制造噪音是对他人休息时间边界的侵犯，严重影响室友的正常作息，进而引发宿舍矛盾。情感交流方面同样存在问题，部分学生过度分享个人隐私，期望室友时刻关注自己的情感动态，一旦室友未能给予积极回应，便觉得被冷落；相反，有些学生对室友的情感困境不闻不问，拒绝倾听，在室友遭遇挫折寻求安慰时，表现出冷漠态度，没有把握好情感支持的边界，使得宿舍人际关系陷入紧张与疏离。

### （二）课堂互动中的边界失范

课堂互动是高职院校学生精神交往的重要场景，然而，边界失范现象较为突出。在师生互动中，部分学生缺乏对教师职业角色的尊重，课堂上随意打断教师授课，提出与教学内容无关的话题，或者在教师讲解时交头接耳、玩手机，不遵守课堂秩序，忽视了教师作为知识传授者应有的权威边界；另一方面，个别教师在教学中过度强调师生平等，对学生的错误行为未能及时纠正，在评价学生时掺杂过多个人情感，模糊了教学评价的客观边界，导致教学秩序混乱，教学效果大打折扣。在学生之间的课堂互动中，小组讨论时常常出现部分学生主导话语权，强行将自己的观点加于他人，忽视其他小组成员意见的现象，打破了平等交流的边界；而有些学生则过于沉默寡言，拒绝参与讨论，游离于小组互动之外，过度坚守自我封闭边界，阻碍了知识的交流与思想的碰撞，不利于团队协作能力与创新思维的培养。

### （三）网络社交中的边界迷失

随着互联网在校园的普及，网络社交成为宜春高职院校学生精神交往的重要方式，但也引发了边界迷失问题。在社交媒体平台上，学生们常常过度暴露个人生活细节，从日常饮食、出行到内心私密想法，毫无保留地分享在朋友圈、微博等平台，忽视了网络世界潜在的隐私风险，模糊了线上与线下生活的边界，使得个人信息处于不安全状态。网络社交互动中，言语暴力现象频发。部分学生在虚拟网络环境下，隐藏真

实身份，肆意发表攻击性言论，对他人进行辱骂、诋毁，在评论区挑起争端，完全不顾及他人感受与网络社交应有的文明边界；同时，一些学生过度沉迷于网络社交，花费大量时间与精力在虚拟社交关系维护上，减少了现实生活中的人际交往，导致现实与虚拟交往边界混淆，出现社交能力退化、孤独感加剧等问题，严重影响身心健康与正常生活秩序。

## 三、宜春高职院校学生精神交往边界感失衡的成因

### （一）家庭教育的缺失与误导

在宜春高职院校学生成长过程中，家庭教育对其精神交往边界感的形成起着基础性作用。部分家庭存在教育缺失问题，父母因工作繁忙或其他原因，长期对孩子缺乏陪伴与有效沟通，未能及时引导孩子认识人际交往中的边界。例如，一些父母没有教导孩子尊重他人隐私，孩子在家庭环境中便习惯随意翻看父母或兄弟姐妹的物品，这种行为模式延续到校园生活中，导致他们在宿舍、课堂等社交场景中也难以建立正确边界意识。同时，部分家庭教育存在误导现象。一些家长过度溺爱孩子，对孩子的一切需求无条件满足，使孩子形成以自我为中心的思维模式，在与他人交往时，认为自己的需求应优先被满足，忽视他人权利与感受，随意打破交往边界；而另一些家长则采用严厉的教育方式，对孩子过度控制，限制孩子正常社交活动，使孩子在人际交往中缺乏自信，过度敏感，要么过度迎合他人以获取认可，打破自身边界，要么过度防御，拒绝与他人建立正常联系，走向另一个边界失衡极端。

### （二）校园文化与教育引导不足

宜春高职院校的校园文化氛围与教育引导方式对学生精神交往边界感有着直接影响。当前，部分高职院校过于注重专业技能培养，在校园文化建设中，忽视了人际交往教育相关内容的融入，校园内缺乏关于人际交往边界感的宣传活动、主题讲座、社团活动等，使得学生缺乏学习与实践正确交往边界的平台与机会。在日常教育教学中，教师也往往侧重于专业知识传授与技能训练，较少关注学生精神交往层面的问题，未能在课堂教学、班级管理、师生互动中渗透边界感教育。即使发现学生存在交往边界失衡行为，也缺乏及时、有效的引导与纠正，没有将边界感教育纳入系统的学生综合素质培养体系中，导致学生在校园环境中无法获得足够的教育支持来塑造健康的交往边界感。

### （三）社会环境的复杂影响

当今社会环境复杂多变，对宜春高职院校学生精神交往边界感产生诸多负面影响。随着社会竞争日益激烈，

功利主义思想在一定程度上蔓延至校园，部分学生在人际交往中过于看重利益得失，将人际关系工具化，为了获取资源、利益而过度迎合他人，或者为了达到目的不择手段，侵犯他人边界，破坏了纯粹的精神交往关系。同时，数字化浪潮下，网络文化良莠不齐，一些不良网络文化，如低俗、暴力、虚假信息充斥网络空间，学生长期受其浸染，价值观受到冲击，在网络社交以及现实生活中难以坚守道德与行为边界。并且，社会流动性增强，多元文化相互碰撞，学生面临不同文化背景下交往规则的差异，在跨文化交往时，若缺乏正确引导，容易因文化误解而出现边界感失衡，不知如何在尊重文化差异的基础上建立恰当交往边界。

#### 四、宜春高职院校学生精神交往边界感教育重构路径

##### （一）优化家庭教育指导，筑牢边界感根基

高职院校应与学生家庭建立紧密合作关系，优化家庭教育指导。通过定期举办家长学校、线上线下家长培训讲座等形式，向家长传授人际交往边界感培养的重要性及方法。例如，教导家长在家庭生活中以身作则，尊重孩子隐私，不随意翻看孩子日记、信件，与孩子交流时认真倾听，不强行打断，为孩子树立良好边界榜样；引导家长采用科学教育方式，既不过度溺爱，也不过分严厉，鼓励孩子在家庭交往中表达自己需求与感受，同时尊重家人意见，帮助孩子在家庭环境中逐渐形成清晰的边界意识。学校还可建立家校沟通平台，班主任、辅导员定期与家长沟通学生在校精神交往表现，针对学生出现的边界感失衡问题，与家长共同分析原因，制定个性化教育方案，实现家校教育协同，为学生精神交往边界感的健康发展筑牢根基。

##### （二）加强校园文化建设，营造边界感氛围

高职院校应着力加强校园文化建设，营造浓厚的边界感教育氛围。在校园环境布置方面，通过宣传栏、文化墙、校园广播等媒介，宣传人际交往边界感知识，展示健康交往案例，引导学生树立正确交往观念；开展丰富多彩的校园文化活动，如举办“人际交往边界感”主题征文比赛、演讲比赛、话剧表演等，让学生在参与活动过程中，深入理解边界感内涵与重要性。鼓励学生社团组织开展相关活动，如心理协会举办人际交往边界感工作坊，邀请专业心理咨询师指导，帮助学生在模拟社交场景中实践边界感技巧，提升人际交往能力；在班级文化建设中，引导班级制定符合人际交往边界原则的班级规章制度，如尊重他人发言、保护同学隐私等，营造和谐、有序的班级交往氛围，

使学生在校园文化浸润中逐渐养成良好的精神交往边界感习惯。

##### （三）完善教育教学体系，强化边界感教育

将精神交往边界感教育纳入高职院校教育教学体系，完善课程设置。在思想政治教育课程中，增加专门章节讲解人际交往伦理道德与边界感内容，引导学生树立正确价值观与交往准则；开设心理健康教育选修课程，系统讲授人际交往心理学知识，包括边界感的形成机制、失衡表现与调适方法等，帮助学生深入了解自我与他人交往边界；在专业课程教学中，教师应结合课程特点，融入边界感教育元素，如在团队项目实践课程中，引导学生明确团队成员职责边界，尊重他人专业意见，培养学生在职业场景中的正确交往边界意识。同时，创新教学方法，采用案例教学、情境模拟、小组讨论等多样化教学手段，让学生在真实案例分析、模拟社交情境体验、小组交流互动中，深刻领悟边界感在人际交往中的重要性，掌握维护边界感的技巧与方法，强化边界感教育效果，提升学生精神交往边界感素养。

#### 结语

本研究深入剖析了宜春高职院校学生精神交往边界感失衡问题，从理论层面明晰了边界感内涵与高职学生群体边界感独特性，通过现状调研揭示宿舍、课堂、网络社交等场景中的失衡表现，进而从家庭、校园、社会层面剖析成因，并针对性地提出优化家庭教育指导、加强校园文化建设、完善教育教学体系等教育重构路径。然而，本研究仍存在一定局限性，如研究样本仅来自宜春部分高职院校，代表性有待进一步提升；在教育重构路径实施效果评估方面，尚未进行长期跟踪研究。未来研究可扩大样本范围，涵盖宜春更多高职院校，并建立长期跟踪机制，深入探究教育重构路径的实际成效与改进方向，为促进高职院校学生精神交往边界感健康发展提供更全面、深入的理论与实践支持，助力学生在良好精神交往环境中实现全面成长与发展。

#### 参考文献

- [1] 李琼, 王浩. 青少年人际交往边界感的形成机制与教育干预策略[J]. 教育理论与实践, 2023(32): 47-51.
- [2] 周明, 吴芳. 高职院校学生心理健康问题及教育对策研究[J]. 职业技术教育, 2022(28): 76-80.
- [3] 陈琳, 刘畅. 社交媒体使用对大学生人际关系的影响研究[J]. 现代教育科学, 2024(08): 112-118.

基金项目：宜春市社会科学基金项目《“搭子文化”影响下宜春高职学生精神交往的边界感失衡与重构研究》（课题编号：25SK109）。