

趋避冲突视角下社交风格对同伴关系质量的影响

——基于新疆高校学生的类型学分析

祁璿璿 张璐璐

中国石油大学(北京)克拉玛依校区, 克拉玛依

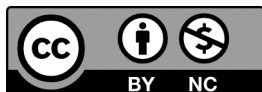
摘要 | 大学生同伴关系质量是影响其心理适应与社会化发展的关键指标。本研究基于趋避冲突理论, 构建了主动型、被动型、回避型与矛盾型四种社交风格的类型学框架, 以探讨其在特殊地域文化情境下对同伴关系质量的影响机制。通过对新疆高校4068名大学生的问卷调查发现: 不同社交风格学生在同伴关系满意度 ($F=85.43$, $p<0.001$)、朋友数量 ($\chi^2=236.91$, $p<0.001$) 及孤独感 ($F=13.37$, $p<0.001$) 上均存在显著差异。具体而言, 主动型学生满意度最高、社交网络最广; 矛盾型学生则陷入“渴望接近又恐惧受伤”的趋避冲突中, 其孤独感显著高于其他群体 ($p<0.001$); 而回避型学生的低满意度主要源于对强制性社交的排斥, 其孤独感并未显著升高, 提示其独处可能是一种适应性策略。

关键词 | 社交风格; 同伴关系质量; 趋避冲突; 大学生适应

Copyright © 2026 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 引言

在大学这个关键的社会心理过渡阶段, 大学生慢慢脱离家庭的保护, 开始自行搭建社会关系网络与自我身份认同架构, 在这个过程中, 同伴关系起着不可替代的功效: 它既是应对挫折的情感依靠, 也是缓解学业压力的支持后盾, 更是推动社交能力进步与保障心理健康的重要根基。诸多研究表明, 高质量的同伴交往能有效促进大学生心理成熟(蔡欣欢等, 2025), 满足他们归属的心理需要(Baumeister R F & Leary M R, 1995), 还与更低程度的焦虑、抑郁风险相挂钩(殷霞等, 2025),

然而不良的同伴关系, 一般会伴随强烈的孤独感与情绪困扰一起产生(Cacioppo J T et al., 2010)。

当我们把目光聚焦新疆高校这个融合多元文化、有着独特社会环境的教育场景时, 学生同伴关系的建立呈现出更复杂的情形, 对大量来自内地的学生而言, 在此求学意味着需要面对双重的适应困境: 他们不但要完成从中学到大学的一般性过渡, 还得面对远距离迁移造成的地理阻隔, 加上跨文化语境里心理调适的压力(邹小勤, 2014)。传统交往习惯与校园内更具开放性的社交氛围之间的拉扯, 导致一部分高校学生在行为上无意识地采取回避做法, 或在内心深处陷于“既希望亲近, 又担忧受挫”

通讯作者: 张璐璐, 中国石油大学(北京)克拉玛依校区, 研究方向: 心理健康教育。

文章引用: 祁璿璿, 张璐璐. (2026). 趋避冲突视角下社交风格对同伴关系质量的影响——基于新疆高校学生的类型学分析. *中国心理学前沿*, 8(3), 213–219.

<https://doi.org/10.35534/pc.0803033>

的趋避冲突之内,处于这一背景下,同伴关系的质量已突破了—般性人际交往的界限,直接关系到学生在异地能否顺利完成学业,并达成积极的心理状态与健康成长。

不可忽视的是,即便处于大致相同的外部环境下,学生之间的社交表现以及关系质量依旧存在显著个体差异:有些人可迅速打破社交僵局,打造广泛的交往网络(郑思明等,2006);有些人则一直无法融入这个人际交往群体,在群体边缘晃荡,体验到深沉的孤独感(Russell D W, 1996);还有些人呈现出典型的矛盾状态——他们打心底里渴望友谊,可到关键时刻就畏缩不前,行为表现出较为显著的社交回避情形(Cheek J M & Buss A H, 1981)。这种差异引出一个核心问题:在基本相似的外部环境里面,到底是什么内在因素主导了学生同伴关系质量的高低差异?

目前在大学生人际适应的研究方面已积累了相当多的成果,例如揭示了家庭功能(李曦等,2018)、共情能力(颜志强,李珊,2021)、价值观差异(曾美红等,2025)等因素对人际适应的影响,但在边疆跨文化的特殊语境之下,对个体内在社交动力及行为模式的系统剖析不够到位,尤其欠缺一个能准确勾勒学生内在社交动机(趋近或回避)和外在行为表现之间张力的分析框架。本研究把“社交风格”这一概念引入,将其当作个体在人际互动里展现出的具有稳定性的行为倾向与心理定位,从趋避冲突理论的角度出发,我们试图归纳大学生的社交风格,划分出四种典型类别:积极主动型、消极被动型、刻意回避型与内心矛盾型。这个分类框架尤其聚焦“矛盾型”群体碰到的“欲拒还迎”的内在困境,力求更准确地把握不同学生在交往方式与心理动力方面的本质差别。

基于此,本研究旨在探讨:这一依托趋避冲突的社交风格类型学框架,能否有效剖析新疆高校大学生在同伴关系质量方面的差异?不同类型社交风格会怎样影响他们的关系满意度、朋友数量以及孤独感体验?对这些问题的答复,不仅可从理论方面深化对跨文化适应阶段人际行为内在动力的认知,也可为面向边疆高校学生的心理健康助力,提供更具针对性的实证依据与干预手段。

2 文献综述与研究假设

2.1 文献综述

(1) 社交风格的理论界定与类型学

社交风格概念是从对个体人际交往模式的系统观察中衍生的,Asendorpf和Wilpers(1998)将其定义为个体在人际互动期间呈现出的习惯性行为走向(Asendorpf J B & Wilpers, 1998),该概念之所以有价值,是由于它能助力我们弄明白为何在相同环境里,不同个体建立起来的同伴关系质量层次不一样。

从理论发展的角度看,对社交风格的分类从简单二

分法发展成了多元类型。早期的研究多数采用“外向—内向”的经典二分方法,然而这种划分明显太过笼统,没法说明同属“内向”类别里的学生中,有人习惯一个人待着,有人却因想与人交往但害怕被拒绝而内心煎熬。随着研究的深入,学者们体悟到,势必要对社交风格进行更精细的切分,才能把握问题的实质,李佳哲和元静(2019)在针对本科生宿舍同伴关系异质性开展研究期间,便甄别出“健康型”“闲适型”“紧张型”等不同的同伴关系模式,这从侧面反映出细分类型的必要性(李佳哲等,2019)。

处在新疆高校这一特殊环境内,对社交风格进行类型学研究意义重大。此处的学生一般面临着双重适应任务,其社交风格或许能作为一项关键的个人资源或风险因素,对适应结果的影响被进一步放大。

(2) 社交风格与同伴关系

同伴关系是大学生社会化阶段的核心体验,它属于多维度构建。关系满意度显示了个体对当下同伴关系的主观考量与情感体验;朋友数量直接呈现了其社交网络的宽度;而孤独感清晰反映出个体在关系网络里的情感融入与归属状况,这些维度一起勾勒出我们对同伴关系质量评估的整体模样。

从理论逻辑和实证线索看,不同的社交风格大概率通过不同的机制影响同伴关系。主动型学生因为擅长发起并维系社交互动,一般能搭建起更广泛的社交网络,从而获得充裕的社会支持与资本(马超等,2022),其关系满意度一般也是最高的;被动型学生虽说社交圈相对不大,但通过维系现有的、牢靠的关系,一般也能得到基本的关系满足感;回避型学生的情况显得特殊,他们是主动选择了独处,从而朋友数量比较少,但这不一定直接转变为高度的孤独感——他们的低满意度可能更多是源于对强制社交的抵触,并非关系本身的匮乏;最值得关切的是矛盾型学生,他们心里期盼着交往,却又极度害怕失败,这种强烈的趋避冲突会致使他们在人际交往中经历最多的困扰、不确定性与痛苦,甚至可能会影响到其亲社会行为的产生。

2.2 研究假设

基于以上分析,我们提出以下研究假设:

H1: 不同社交风格学生在同伴关系满意度上存在显著差异,主动型满意度最高,被动型次之,矛盾型和回避型较低。

H2: 不同社交风格学生在朋友数量上存在显著差异,主动型学生朋友数量最多,回避型最少。

H3: 不同社交风格学生在孤独感上存在显著差异,矛盾型学生孤独感最强。

2.3 研究方法

(1) 研究对象

本研究以新疆某高校大学生为调查对象,采用整群

抽样方法，共发放问卷4200份。经过数据清理，最终获得有效问卷4068份，有效回收率为96.9%。该研究数据覆盖了该校不同专业、年级的学生，具有一定的代表性。

(2) 研究工具与变量测量

本研究使用自编问卷进行调查，其中核心变量的测量如下：

社交风格的测量采用单项选择形式，让学生从四种描述中选择最符合自己的类型。这种方法虽然简单，但在前期试测中显示出较好的区分度。

同伴关系满意度采用5点计分，从“非常不满意”到“非常满意”，得分越高表示满意度越高。朋友数量通过分类选项测量，分为“0~5人”“6~10人”“11~15人”和“16人以上”四个等级。孤独感的测量原题为4点频率量表，在分析时进行反向计分，使得得分越高表示孤独感越弱。

(3) 数据处理与统计分析策略

使用SPSS 25.0进行数据分析。主要采用描述性统计、单因素方差分析和卡方检验等方法。在进行方差分析时，我们先进行方差齐性检验，根据检验结果选择相应的事后比较方法。

3 研究结果

3.1 描述性统计与相关矩阵

本次研究回收有效问卷4068份，有效问卷回收率96.9%，表1呈现了样本的人口统计学特征分布。从性别构成看，男生占68.08%，女生占31.91%；就专业分布方面而言，理工类学生占主体地位（76.70%），文史类学生占比为10.25%，经管类则占12.09%；从生源地这一维度看，城市生源占据了49.68%的比例，农村生源占比34.46%，乡镇生源占15.86%；从独生子女这一维度看，独生子女占据35.84%，非独生子女则占据了64.16%；从家庭结构这一维度看，核心家庭最多，占据84.66%，单亲家庭和祖辈抚养则占据了8.51%和5.88%。这一样本结构反映了该校理工科占主要地位、男生比例高的办学特色。

表1 样本人口统计学特征分布

Table 1 Distribution of demographic characteristics of the sample

人口学变量	类别	人数 (n)	百分比 (%)
性别	男	2770	68.08
	女	1298	31.91
专业类别	理工类	3120	76.70
	文史类	417	10.25
	经管类	492	12.09
	艺术类	22	0.54
	其他	17	0.42

续表

人口学变量	类别	人数 (n)	百分比 (%)
是否独生子女	是	1458	35.84
	否	2610	64.16
生源地	城市	2021	49.68
	乡镇	645	15.86
	农村	1402	34.46
家庭结构	核心家庭	3444	84.66
	单亲家庭	346	8.51
	祖辈抚养	239	5.88
	其他	39	0.96

就社交风格的类型分布而言，占比居于首位的是被动型学生，为39.7%，主动型紧跟其后，占比为35.0%，而回避型（13.8%）以及矛盾型（11.5%）的占比相对较低，该分布态势表明，多数学生在社交过程中倾向采取较为谨慎、消极的态度。

表2 自我社交风格分布情况

Table 2 Distribution of personal social styles

社交风格类型	频数	百分比	有效百分比	累积百分比
主动型（积极结交）	1424	35.0%	35.0%	35.0%
被动型（等待他人接近）	1615	39.7%	39.7%	74.7%
回避型（倾向独处）	563	13.8%	13.8%	88.5%
矛盾型（想结交又怕被拒绝）	466	11.5%	11.5%	100.0%
总计	4068	100.0%	100.0%	-

依据表3中各核心变量的描述统计及相关分析，样本学生对同伴关系的整体满意度较高（ $M=1.98$ ），朋友数量相对有限（ $M=1.71$ ），孤独感处于中等水平（ $M=2.50$ ）。变量之间的相关关系呈现出一些有趣的特性：同伴关系满意度与孤独感呈显著负相关（ $r=-0.175$ ， $p<0.01$ ），这跟理论预先的设想一致；朋友数量跟同伴关系满意度呈现出微弱负相关（ $r=-0.094$ ， $p<0.01$ ），这一发现跟平常的认知不太相符，暗示着朋友数量多少并非是决定关系满意度的唯一要素。

表3 核心变量描述统计与相关矩阵

Table 3 Descriptive statistics and correlation matrix of core variables

变量	M	SD	1	2	3
同伴关系满意度	1.98	0.82	1		
朋友数量	1.71	0.83	-0.094	1	
孤独感	2.50	0.84	-0.175	0.123	1

注：M=均值，SD=标准差； $p<0.01$ 。

3.2 社交风格与同伴关系满意度（H1 检验）

为检验不同社交风格学生在同伴关系满意度水平

上的差异，本研究进行单因素方差分析。结果显示，社交风格对同伴关系满意度具有显著主效应， $F(3, 4064) = 85.43, p < 0.001$ 。但由于方差齐性检验未通过 (Levene's test $p < 0.001$)，采用盖姆斯-豪厄尔法进行事后比较。

从表4可以看出，主动型学生的同伴关系满意度最高 ($M=1.73$)，显著优于其他三种类型；被动型学生 ($M=2.04$) 居中，其满意度显著低于主动型，但显著高于矛盾型和回避型；矛盾型 ($M=2.16$) 与回避型 ($M=2.29$) 学生满意度最低，且两者之间无显著差异 ($p=0.078$)。这一结果基本支持了H1假设，四种社交风格学生的同伴关系满意度按降序排列为：主动型>被动型>矛盾型≈回避型。

表4 同伴关系满意度的方差分析及事后比较结果

Table 4 ANOVA and post-hoc comparison results of peer relationship satisfaction

社交风格类型	N	平均值	标准差	F (3, 4064)	p	事后比较 (盖姆斯-豪厄尔)
主动型	1424	1.73	0.763	85.43	0.000	a > b, c, d
被动型	1615	2.04	0.770			b > c, d
矛盾型	466	2.16	0.807			c ≈ d
回避型	563	2.29	0.912			
总计	4068	1.98	0.817			

注：a=主动型，b=被动型，c=矛盾型，d=回避型；“>”表示前者满意度显著高于后者，“≈”表示无显著差异。

3.3 社交风格与朋友数量 (H2 检验)

本研究借助卡方检验考察社交风格与朋友数量的关联，结果显示两者存在显著关联， $\chi^2(9) = 236.91, p < 0.001$, Cramer's V=0.139。该结果表明效应强度处于弱到中度水平。

表5 卡方检验结果

Table 5 Chi-square test results

检验类型	值	自由度	渐进显著性
皮尔逊卡方	236.912	9	0.000
似然比	235.170	9	0.000
线性关联	134.524	1	0.000

从交叉表分析 (表6) 中可以发现明显的分布差异。在朋友数量“16人以上”的组别中，主动型学比例最高 (9.6%)，回避型学生比例最低 (1.4%)；在“0~5人”组别中，情况则相反，回避型学生比例最高 (63.9%)，主动型最低 (35.5%)。被动型和矛盾型学生在朋友数量分布上处于中间状态。这些发现支持了H2假设，表明主动型学生确实拥有更广泛的社交网络，而回避型学生的社交范围最为有限。

表6 社交风格与朋友数量的交叉分析表

Table 6 Cross-tabulation analysis of social style and number of friends

社交风格类型	0~5人	6~10人	11~15人	16人以上	总计
主动型	35.5%	42.5%	12.4%	9.6%	100.0%
被动型	51.9%	38.6%	7.1%	2.5%	100.0%
回避型	63.9%	27.7%	6.9%	1.4%	100.0%
矛盾型	53.2%	36.1%	7.3%	3.4%	100.0%
总计	48.0%	38.2%	8.9%	4.9%	100.0%

3.4 社交风格与孤独感 (H3 检验)

对社交风格与孤独感关系的分析显示，不同社交风格学生的孤独感存在显著差异， $F(3, 4064) = 13.37, p < 0.001$ 。由于方差不齐 ($p < 0.001$)，则利用盖姆斯-豪厄尔事后检验进行组间比较。

表7呈现了值得深入思考的结果：矛盾型学生孤独感最强 ($M=2.28$)，显著高于其他三种类型；而主动型 ($M=2.55$) 被动型 ($M=2.51$) 和回避型 ($M=2.55$) 学生之间的孤独感无显著差异。

表7的发现部分佐证了H3假设，矛盾型是孤独感最强烈的群体，但回避型学生的孤独感并未如预期明显高于主动型和被动型学生，提示需重新审视回避型学生的心理适应状况。

表7 孤独感的方差分析及事后比较结果

Table 7 ANOVA and post-hoc comparison results of loneliness

社交风格类型	N	平均值	标准差	F (3, 4064)	p	事后比较 (盖姆斯-豪厄尔)
主动型	1424	2.55	0.912	13.37	0.000	c < a, b, d
被动型	1615	2.51	0.756			c < a, b, d
矛盾型	466	2.28	0.754			c < a, b, d
回避型	563	2.55	0.878			c < a, b, d
总计	4068	2.50	0.835			

注：a=主动型，b=被动型，c=矛盾型，d=回避型；“<”表示前者孤独感显著低于后者。

4 讨论

本研究通过对新疆高校4068名大学生的实证调查，清晰揭示了社交风格与同伴关系质量之间的深刻联系。研究结果不仅验证了社交风格作为关键变量对人际适应的显著作用，更关键的是，它呈现出一些超出传统认知的复杂局面，推动我们对大学生社交行为背后的心理机制进行更深入的反思剖析。

4.1 结果综合讨论

就同伴关系质量的三个维度而言，四种社交风格的学生呈现出明显的梯度差异，此差异模式既契合理论预期，又包含了一些令人深思的细节。尤其值得注意的

是，矛盾型学生在多个维度里都处在最不利的境地，此发现为我们理解大学生人际适应困难问题提供了新的视角。

(1) 主动型学生的社交优势：资本积累与良性循环
本研究数据表明，主动型学生在同伴关系满意度、朋友数量等方面均明显比其他群体出色，该现象能从社会资本的动态积累角度作出解释：主动型学生借助持续的社交方面的投入，慢慢搭建起多元的社会支持网络，这个网络不只是能给予情感上的支撑，还会成为获取信息以及发展机会的关键渠道。

在进行跨地域求学的特殊情境里，主动型学生的这种优势进一步被突显放大，他们似乎更擅长把新环境的挑战转化为潜在机遇，通过积极投身各类活动，快速确立起跨地域的社会联结，这种能力不仅减轻了环境变迁引发的心理压力，还为他们开拓了更多的发展可能。这些学生一般能够在不同群体之间灵活穿梭，既能够维持跟同乡的关联，也能拓展全新的社交圈子，反映出较强的社交灵活度。

(2) “矛盾性”的困境根源：认知情绪机制与趋避冲突

本研究最让人深思的发现就是矛盾型学生表现出来的显著困境，他们在孤独感维度上的得分明显比别的群体高，这一结果揭示出这类学生内心潜藏的心理冲突——一种典型的“趋避冲突”。

经深入分析发觉，矛盾型学生的困境更多是源自内在的认知情绪机制，而非非外在的社交技能薄弱，他们处于社交场景时，往往表现出过度的警觉——对他人的细微反应十分敏感，对潜藏着的评价威胁高度警觉，一次平常的对话停顿或许会被理解成拒绝的信号，一次没留心的言辞可能被赋予过量的负面含义，这种认知倾向造成他们的社交体验充满了紧张不安，哪怕在现实里拥有社交机会，也很难从这些社交机会里获得真正的愉悦与满足。

更值得教育工作者去关注的是，矛盾型学生的行为模式屡屡表现出明显的不一致情形：他们会主动发起社交邀约，却在对方回应后突然退缩；他们渴望进行深度交流，却在关系进一步发展时选择疏离，这种反复多变不仅消耗掉自身的心理能量，也让身边的人陷入困惑，最终形成“盼望连接却亲自切断连接”的恶性循环。

(3) “回避型”的再审视：适应压力下的适应性独处策略

和一般设想的情况有别，回避型学生的孤独感和其他群体比起来未显著更高，此发现激励我们重新思索这类学生行为的意义，回避型学生的“倾向独处”也许是一种依据个体特质的适应性选择，并非单纯就是社交方面的缺陷。

当处于跨地域求学这个社交要求高的层面里，针对那些天生在社交刺激上较为敏感，且社交需求较低的

学生而言，他们自愿选择减少社交方面的投入，把珍贵的心理资源聚焦在学业或个人兴趣的深入发展上，或许是一种有效的自我调节手段。他们对人际关系满意度偏低，主要是源自对强制性社交或泛化社交的本能排斥，而不是去否定一切社交连接。这一微小而关键的分别，对教育实践有着关键的提示：它提醒教育工作者在支持这些学生的时候，需尊重其个性方面的特质，供给更贴合其特点的、低压力社交选择（如基于共同兴趣的小组合作、书面交流等），而不是盲目地粗暴鼓励他们“变得外向”。

4.2 理论贡献与实践启示

(1) 理论贡献

本研究从多个角度推进了对现有理论的理解，针对新疆这一特殊教育情境，社交风格的四分类框架得到验证，深化了我们对个体差异与环境要求互动机制的认知，不同类型的社交风格在新环境中呈现出有差异的适应路径。这从某种程度上说明个体特质与环境的契合度有时也许比特质本身更关键。

对矛盾型学生做深入的剖析，成功把研究视线从外在的、可观测的社交表现，引到了内在的、更加隐秘的认知情绪冲突。这种转向不仅有利于更精准地鉴别高风险群体，还为未来设计干预措施提供了新的、更精确的靶点。

对回避型学生的重新思索对传统“社交越多越好”的线性思维发起挑战。这也让我们从中获得启示，在评估学生社交适应的实际情况时，应采用更偏向多元、包容的标准，审慎考量个体实际需求和环境要求的匹配程度。

(2) 实践启示

基于本研究的结果，我们主张采取更细致、有针对性的教育支持策略。

对于矛盾型学生，支持的重点应放在帮助其形成更具适应性的认知模式上，通过认知重构相关的训练，帮他们辨别真实的社交威胁与自己想象出来的风险，慢慢降低其在社交方面的焦虑，构建结构化的社交实践场景，让他们在安全的环境里积累成功的社交经验。

就回避型学生而言，支持的重点则需转向尊重个体的差异以及提供多样的选择，与其逼着他们参加不擅长的社交活动，不如帮他们找到契合自身特点的社交途径，借助书面沟通、小组协作等压力不大的途径维系必要的社会联系，同时保障其独处的空间。

在校园环境建设进程中，应当努力创造更包容且多元的社交格局，这种生态应能容纳不同类型的社交风格，为每位学生提供与自身特点相符的发展路径，可通过丰富社团类别、创新活动形式、打造多层次支持网络等手段，使具备不同特质的学生都能找到归属感。

5 结论

本研究通过对新疆高校4068名大学生的问卷调查,深入剖析了社交风格与同伴关系质量之间的内在关联。研究结论揭示出几个引人深思的发现,不仅证实了社交风格对人际适应的重要意义,更呈现出一幅比预期更复杂的图景。

社交风格的确是预测同伴关系质量的关键因素,但这种影响呈现出显著的类型区分。主动型学生凭借自己积极的社交态度跟行为,在同伴关系满意度、朋友数量等指标里都显示出明显的优势,这种优势不光是体现在表面的社交网络规模里面,更反映出他们具备快速融入新环境、建立多样化社会支持系统的能力,不可忽视的是,这种适应优势在跨区域求学的特殊情形里显得尤为可贵。

跟主动型学生对照起来,形成鲜明反差的是,矛盾型学生在多个维度上都处于最不利的局面。特别值得聚焦的是,他们所面临的困境不光体现在客观的社交情形里,更凸显在主观的心理体验情形里——虽然他们的朋友数量不是最少,但孤独感明显高于其余群体。这一发现向我们表明,矛盾型学生的主要症结也许并非社交机会不足,而在于他们心底里的“趋避冲突”:既想要获得亲密关系,又害怕在人际交往里受伤,这种长期的心理冲突让他们很难从现有的社交关系里得到真正的满足感。

回避型学生的研究结果则为我们给出了另一个重要启示,有别于一般的假设,回避型学生的孤独感并未显著高于其他群体。他们的独处行为或许更多是一种基于个体特质的适应性抉择,而不是简单的社交障碍情形。这种认识上的改变要求我们在教育实践过程中采取更审慎态度,防止把“不爱社交”直接当作心理问题。

从教育实践这个角度看,这些发现具有重要的引导意义,高校要构建更为精准的筛查体系,尽快识别出矛盾型这类高风险群体。识别后则应按照不同类型学生的属性,给出不同类型的指导与支持。就矛盾型的学生而言,支持的要点应放在帮他们缓解社交焦虑、改变认知模式上;就回避型学生而言,需尊重他们自身的个性特质,提供贴合其特质的社交抉择。

本研究亦有一些方面的局限,横断面研究设计难以揭示变量间的因果关联,社交风格与同伴关系质量极有可能存在动态的双向关联。除此之外数据来源主要靠学生自我报告的数据支撑,虽能捕捉学生的主观认知,但仍难以完全消除共同方法偏差的潜在影响。

研究未来可朝着几个方向做进一步深化:采取纵向跟踪式设计,以揭示社交风格跟关系质量的动态互塑过程;引入同伴评价、行为观察乃至神经生理数据,达成多方互证;特别是要深挖矛盾型学生的深层认知机理,

并试着打造针对性的干预方案;把研究范围扩充至不同地域、文化背景的高校,以检验当下结论的普遍意义与特殊意义。

本研究借助细致的类型学分析与实证检验,证实了社交风格对同伴关系质量的深刻影响,尤其是在特殊教育场景之下呈现的独特模样。在如今愈发重视个性化发展与全人教育的阶段,理解、尊重并智慧地回应学生内在的社交动力与区别,为其提供更具包容性和精准性的支持,是协助每一个高校学子在大学时段找到自己归属与发展路径的应有之义。

参考文献

- [1] 蔡欣欢, 刘刚, 肖玉娇. (2025). 同伴关系对大学生亲社会行为的影响: 体力活动和心理资本的链式中介作用 [J/OL]. 中国健康心理学杂志, 1-14. 取自 <https://link.cnki.net/urlid/11.5257.r.20250828.1404.014>.
- [2] Baumeister R F & Leary M R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- [3] 殷霞, 童莹莹, 苏普玉. (2025). 积极和消极同伴事件与大学生心理健康问题的关联. *中国学校卫生*, 46 (3), 377-381.
- [4] Cacioppo J T, Hawkley L C & Thisted R A. (2010). Perceived social isolation makes me sad: 5-year cross-lagged analyses of loneliness and depressive symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study. *Psychology and Aging*, 25(2), 453-463.
- [5] 邹小勤. (2014). 我国大学生学校适应特征的实证分析. *现代教育管理*, (5), 100-104.
- [6] 郑思明, 程利国, 雷雳. (2006). 高中生与大学生的社会网络及其人际关系效应. *福建师范大学学报(哲学社会科学版)*, (1), 160-167.
- [7] Russell D W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40.
- [8] Cheek J M & Buss A H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(2), 330-339.
- [9] 李曦, 张雪凤, 冯啸, 等. (2018). 家庭功能对同伴关系的影响: 共情和理智调控情绪能力的多重中介效应. *中国临床心理学杂志*, 26(1), 158-161.
- [10] 颜志强, 李珊. (2021). 共情和抑郁的关系: 同伴关系的调节作用. *心理与行为研究*, 19(3), 424-430.
- [11] 曾美红, 李霞, 范为桥. (2025). 价值观差异和班级氛围对大学生同伴关系质量的影响. *苏州大学学报(教育科学版)*, 13(4), 104-117.
- [12] Asendorpf J B, Wilpers. (1998). Personality effects on social relationships. *Journal of Personality & Social Psychology*.

- [13] 李佳哲, 元静, 胡咏梅. (2019). 本科生宿舍同伴关系的测量及其异质性研究——基于对某高校教育学专业本科生的调查. *重庆高教研究*, 7(6), 116–128.
- [14] 马超, 石振国, 王先亮, 等. (2022). 体育活动与幸福感的互促互进: 基于大学生同伴关系与自我认知的中介效应. *中国健康心理学杂志*, 30(6), 893–899.

Social Interaction Styles and Peer Relationship Quality: A Typological Analysis of Xinjiang College Students from an Approach-Avoidance Conflict Perspective

Zhang Lulu Qi Yingying

China University of Petroleum - Beijing at Karamay, Karamay

Abstract: The quality of peer relationships among university students is a key indicator affecting their psychological adjustment and social development. Grounded in the approach-avoidance conflict theory, this study constructs a typological framework comprising four social styles—proactive, passive, avoidant, and ambivalent—to explore their mechanisms of influence on peer relationship quality within a specific regional cultural context. A questionnaire survey of 4,068 university students in Xinjiang revealed significant differences across social styles in terms of satisfaction with peer relationships ($F = 85.43, p < 0.001$), number of friends ($\chi^2 = 236.91, p < 0.001$), and loneliness ($F = 13.37, p < 0.001$). Specifically, proactive students reported the highest satisfaction and broadest social networks. In contrast, ambivalent students, caught in the approach-avoidance conflict of “desiring closeness yet fearing hurt,” exhibited significantly higher levels of loneliness than other groups ($p < 0.001$). Meanwhile, the low satisfaction of avoidant students primarily stemmed from their aversion to obligatory social interactions, and their loneliness did not increase significantly, suggesting that solitude may function as an adaptive strategy.

Key words: Social style; Peer relationship quality; Approach-avoidance conflict; College student adjustment