

电影《成事在人》中的沟通分析和人际关系心理学透视

田家玮

南京邮电大学马克思主义学院, 江苏 南京

收稿日期: 2023年4月21日; 录用日期: 2023年5月30日; 发布日期: 2023年6月9日

摘要

电影《成事在人》记录了南非夺得1995年橄榄球世界杯冠军的事实, 但是影片所想表达的意义远远超过了比赛胜利本身。影片除了歌颂曼德拉总统的伟大, 打破不同种族之间的隔阂, 也为观众展现了良好的沟通范式, 其中的人际关系的建立与演变, 也是一个值得从心理层面去思考的问题, 对当代和谐社会下的人际关系构建具有参考价值。

关键词

《成事在人》, 人际关系心理学, 沟通

Communication Analysis and Interpersonal Relationship Psychology Perspective in the Film “Invictus”

Jiawei Tian

School of Marxism, Nanjing University of Posts and Telecommunications, Nanjing Jiangsu

Received: Apr. 21st, 2023; accepted: May 30th, 2023; published: Jun. 9th, 2023

Abstract

The movie “Invictus” records the fact that South Africa won the 1995 Olive World Cup championship, but the meaning conveyed by the film goes far beyond the victory itself. In addition to praising President Mandela’s greatness and breaking the barriers between different races, the film also showcases a good communication paradigm for the audience. The establishment and evolution of interpersonal relationships is also a question worth considering from a psychological perspective,

which has reference value for the construction of interpersonal relationships in contemporary harmonious society.

Keywords

“Invictus”, Interpersonal Relationship Psychology, Communicate

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

先秦时期, 孟子就指出: “天时不如地利, 地利不如人和。”强调了构建和谐人际关系的重要性, 到现代由于交往沟通涉及到社会生活的各个层面, 与人的自由与全面发展息息相关, 在全球化背景下, 人际沟通实际上已经成为世纪经济社会发展和人才竞争的重要课题(卓成霞, 2005)。人际沟通是一个过程, 它的最终目的是和谐人际关系的形成。良好的人际沟通在现实生活中起着非常重要的作用, 人际关系在某种程度上也是一种社会资本, 可以更方便获取社会信息以便更好地生存。和谐的人际关系, 有助于宣泄负面情绪和调整身体的生理机能, 英国哲学家培根说“除了知心挚友以外, 没有任何一种药物可以疏通心灵之郁闷。”(吕培培, 2008)。可见和谐的人际关系的重要性。

2. 相关概念综述

2.1. 《成事在人》电影简介

《成事在人》(Invictus)是华纳兄弟影片公司于2009年出品的一部传记式影片, 影片根据约翰·卡林的作品《与敌人战斗: 纳尔逊曼德拉和一场改变国家的比赛》改编。影片大概讲述的是刚刚结束牢狱之灾的纳尔逊·曼德拉(Morgan Freeman 饰)竞选南非总统成功。此时的南非在种族关系上处于一个非常紧张的阶段, 白人和黑人的种族对立问题突出也体现到了竞技体育的领域, 南非拥有一支英式橄榄球队跳羚队, 但因为其成员绝大多数为白人而被视为种族歧视的代名词。与此同时, 种族对立问题也出现在了曼德拉身边, 作为黑人的他为了破除种族隔离制度身先士卒, 并没有赶走原来政府里的白人官员, 雇佣白人护卫队作为自己的保镖。南非是1995年橄榄球世界杯的东道主, 曼德拉总统高瞻远瞩将橄榄球运动视为黑白联合的纽带, 于是他多次亲临跳羚队比赛现场, 支持跳羚队与国外来访球队的交流比赛, 接见跳羚队队长皮纳尔(Matt Damon 饰), 并与其进行了推心置腹的交谈, 逐渐感化了橄榄球队队长皮纳尔, 从而使得整个橄榄球队都团结一心, 最终跳羚队勇夺世界杯, 整个国家也因为体育慢慢打开了种族歧视的屏障。

这部电影让世界很多人第一次知道, 南非队在1995年赢得了橄榄球的世界杯。代表南非的白人橄榄球队跳羚队之所以能够赢得最终的世界杯冠军, 与曼德拉总统的努力是分不开的, 如果说是德克勒克废除了南非的种族隔离制度, 那么一定是曼德拉促进了南非的种族和解。所以这部电影在关于对待种族问题上是一部经典之作, 但是影片中曼德拉总统能够在短时间内化解自身身边乃至周围其他人的种族对立矛盾, 这样的人际关系处理更耐人寻味。

2.2. 人际关系的定义

“有人的地方就有人际关系。”(刘胜康, 2012)人是社会性的动物, 生活在这个社会中就不可避免地要与别人打交道, 和别人发生各种各样的人际关系, 人际关系可以说是一种从人类诞生之初就已经存在

的社会现象，它也是人类最普遍的一种社会关系。

“关系”从哲学上说本质是事物之间相互的联系，也是一个非常重要的社会文化概念，在中国“关系”二字有更为丰富的内涵，“关系”不仅是中国人用以处理其日常生活事务的基本方式，同时也是理解中国社会的交流基本模式和结构的密钥。在日常交流中，“关系”这个概念使用非常普遍，虽然这是一个从现代实际生活中产生出的具有现代意义的词语，但是中国古代已经有了对“关系”的概念做出了思考和阐述，传统儒学的一个核心理念“伦”就是指“关系”，在儒家看来，人是一种关系的存在，天地宇宙和人类社会都必须处在情感性的群体人际的和谐关系之中(沙莲香, 2015)。人是社会的人，社会生活的多样性决定了人是千奇百怪的，也带来了人际关系的复杂性，于是人际关系在不同的研究著作里定义也不尽相同。从广义上来说，人际关系指的是人与人之间的各种关系，这些关系包括了经济关系、政治关系、文化关系、心理关系等等。但是，从社会心理学的研究角度来说，人际关系指的就是人们在社会活动的过程中，在个人感情的基础上所形成的相互联系。研究结果表明，在人与人之间，感情“亲疏”关系和身份“尊卑”关系构成了人与人之间最重要的关系维度。“尊卑”关系是互补的，一方的优势会引起对方的服从，此时若“亲疏”关系是平等的，一方的友好则会引起对方的友好，最终两方的关系趋于融洽；反之，如果“亲疏”关系是对立的，在这样的情况下一方友善，另一方却带有敌意，双方关系容易紧张。人际关系是人们在交往活动中所产生的一种心理上的联系或者说是一种心理上的距离，人际关系的构建和改变在于不同的需要以及需要的满足程度，有其特定的发展变化过程和影响条件。人际关系的改变与发展也会引发人们不同的情感体验，从而对人们的行为效率产生影响。所以，人际关系既是一种人与人之间心理上的联系，又是一种感情上的联系，分为人际知觉、人际情感、人际行为三个支系统，即俗称的知情行，其中情感是最为关键的纽带。

3. 电影中的人际关系构建与发展过程

作为表现不同种族沟通的电影，电影主要通过两条线体现了种族对立的和解，也通过这两条线展示了人际沟通和人际关系建立的良好范式，影片中身为黑人的曼德拉总统和身为白人的皮纳尔队长之间的沟通就可以看作南非黑人与白人沟通的缩影。除了曼德拉和皮纳尔间的那条线，另一条就是曼德拉政府内部的那条线，主要以黑人保镖和白人保镖之间的关系为代表。人际关系的建立和发展是指人们在交往中由不相干到亲密的过程，这是一个动态的过程，分为四个阶段，本文主要分析曼德拉总统和皮纳尔队长之间的人际关系所表现出的不同阶段。

3.1. 情感定向阶段

情感定向阶段包含着对交往对象的注意选择和初步沟通等多方面的心理活动。在这一阶段，交往双方暴露的关于自我的信息仅是最表面的东西。

影片最开始以一条公路的分割来表达南非严重的种族对立问题，对于曼德拉的出狱并成功竞选担任总统，皮纳尔的父亲在看完关于曼德拉总统上任的新闻播报之后和儿子抱怨道这个国家的未来完了，作为白人的他们的未来也完了，虽然在此时皮纳尔并没有做出对曼德拉的直接评价，但是不难看出这时的他和他的父亲是抱有同样的想法的，或者说对于这个新总统是抱有质疑的，所以皮纳尔对曼德拉的最初印象来自于电视和白人传统的思维定势。曼德拉和皮纳尔的初次见面是在一次南非跳羚队和英格兰队的橄榄球比赛现场，曼德拉总统和皮纳尔队长握手致意：“祝你好运，队长。”皮纳尔也是礼貌客套地回应：“谢谢，总统先生。”曼德拉离开时，镜头给到了皮纳尔一个鄙夷的目光。从双方相对较为陌生客套的交际用语和皮纳尔的一系列行为，可以总结出此时双方的关系就是建立在“总统”和“队长”这两个社会身份的基础上的。在曼德拉政府内部，黑人保镖和白人保镖也体现了非常紧张的人际关系。黑

人保镖之所以无法接纳白人保镖，也是基于黑人保镖对于白人种族的传统偏见，并把这种偏见带入了工作和人际交往中，这种对他人信息的非理性判断和印象先入为主非常影响人际关系的初步构建。

3.2. 情感探索阶段

情感探索阶段是彼此探索双方在哪些方面可以建立真实的情感联系，而不是仅停留在一般的交往上的阶段。在这一阶段，随着双方共同情感领域的发现，双方的沟通也会越来越广泛，自我暴露的深度和广度也会逐渐增加。

尽管新南非面临着很多方面的问题，粮食、就业、房产、货币等等，白人掌握了主要的军队、警方和经济，曼德拉意识到想要建设新南非就不能失去白人的支持，橄榄球赛和跳羚队是一个抓手，但曼德拉认为并非是政治考量而是人性考量，于是他决定邀约皮纳尔。皮纳尔一家在电视上看到曼德拉总统因为嫌自己的薪水太高而将一部分捐献做慈善的新闻，皮纳尔的父亲依然不依不饶对曼德拉进行讥讽，此时皮纳尔接到电话，他收到了曼德拉的邀约并表示不解。在这次会面中，曼德拉最先提出的问题并不是球队能否夺冠，而是关心了皮纳尔脚踝伤势，并亲自为皮纳尔沏茶。曼德拉讲述了自己在监狱时因为一首诗歌获得激励，在运动会因为听到一首歌获得激励，并以此教会了皮纳尔如何激励队友的领导哲学并表达了自己对跳羚队的期望：“为了建设我们的祖国，我们必须超越自己原先的期望。”在整个谈话过程中，曼德拉总统都没有对皮纳尔直接提出成绩要求。皮纳尔走出政府大楼时对女友说：“我从未见过这样的人。”从这时起皮纳尔对曼德拉的态度发生了改变，也就解释了为什么他后来会和队员们说：“时代改变了，我们也必须改变。”曼德拉以球队为纽带建立起了与皮纳尔队长的联系，也在激励和领导方面与皮纳尔形成了共鸣，这时候双方的交往不再是仅仅基于“总统”和“队长”的身份客套，更多的深入到了情感交流的好友关系。

3.3. 情感交流阶段

人际交往发展到情感交流阶段时，双方关系的性质开始出现实质性变化，此时双方关系的安全感已经得到确定，因而谈话也开始广泛，涉及自我的许多方面，并有较深的感情卷入。

曼德拉为了表达对跳羚队的支持，努力认清队伍中的每一个队员和他们的名字，在参加峰会的车上还让秘书考考自己，他表示不能只认识唯一的黑人队员切斯特，必须要改变，这就是曼德拉的决心。值得注意的是，在曼德拉和南非跳羚队的全体队员第一次见面时，他只对队伍中唯一的黑人球员说出了他的名字：“祝你好运，切斯特。”其他白人球员包括皮纳尔队长他都是不知道姓名的。比赛前曼德拉还专门乘坐直升飞机前往跳羚队训练基地探望队员们，皮纳尔队长想为总统介绍每一个队员的情况，但是曼德拉总统一个个地准确喊出了队员的名字，让队员们大为震撼的同时也大受鼓舞。在离开时，曼德拉总统给了皮纳尔队长一张纸条，上面正是那首激励曼德拉多年的诗歌，曼德拉以此来表达对皮纳尔的信心和激励。

在世界杯第一场比赛赢下澳大利亚后，皮纳尔队长和跳羚队其他人员来到了曾经关押曼德拉的小岛上的监狱，皮纳尔关上牢门，丈量着方寸的空间望向窗外，脑海里响起了曼德拉给他的那首诗，仿佛看见了曼德拉总统过去的监狱生活，出来后他思考良久，不由心生敬意。皮纳尔在与曼德拉的接触中也逐渐改变了对黑人的看法，在世界杯决赛前夕，皮纳尔带了四张决赛的门票回家，其中三张分别给了爸爸、妈妈、女友，当爸爸问剩下的一张是给谁的时候，正在做家务的黑人女佣脸上露出了不好意思并且惊喜的笑容。在这段人际关系中发生改变较大的一方是皮纳尔队长，他在经历了和曼德拉总统的谈话和监狱参观后，对曼德拉总统已经是充分的信任和高度的尊敬，他们彼此之间也建立起了牢固的基于情感的人际关系。

3.4. 稳定交往阶段

稳定交往阶段，人们心理上的相容性会进一步增加，自我暴露也更广泛而深刻，允许对方进入自己的高度隐秘性领域(柳青，2018)。

决赛前夕，皮纳尔队长在房间里眺望远方，他在思考：“一个人怎么能够在狭窄的监狱隔间里度过30年，并在出狱时原谅那些把你送进去的人。”他依旧为曼德拉总统伟大的人格所震撼，也彻底折服于曼德拉的伟大。决赛现场，曼德拉身着跳羚队球衣和球帽出现在比赛现场，这一次他与皮纳尔队长握手致意，皮纳尔队长还是和第一次比赛时一样的回复，但是此时他们的关系已经全然发生了改变。夺冠后皮纳尔接受采访说：“不光是六万三千名南非人支持我们，而是四百三十万南非人支持我们。”在领奖台上，曼德拉和皮纳尔握手致意并互相感谢彼此为国家做出的贡献，当皮纳尔从曼德拉手中接过金杯，不需要更多的言语表达，他们之间的关系，整个南非黑人与白人之间的关系，都在这一时刻得到了升华。

4. 良好人际关系的建构策略

在所有的社会关系中，人际交往是每个人生命中不可或缺的一项活动，要使人人与人之间进行充分的思想 and 情感的交流，这对一个人的心理健康发展是必不可少的。人和人相处关系是很复杂的，只有高效的沟通交流才能让人与人之间的关系变得更和谐，做起事情来也才会更加的简单顺畅(刘艳华，2017)。沟通是人与人之间最基本的交流手段，所有社会都以沟通为基础。

人与人之间千姿百态的关系犹如手中的一捧沙，如果轻轻捧在手中，它就会呆在手心里；但是，如果试图握紧，大部分沙粒就会从手指间溜走，最后只抓住一小部分。人际关系也是如此。只有适当的沟通，尊重他人，给予自由，人际关系才能牢固，相反，如果不知道该怎么和对方交流，一心追求主导地位把对方占为己有，最后会失去对方。因此要想构建和谐的人际关系，必须面对的问题就是如何正确地沟通而使得他人感觉到舒适，从而愿意构建关系。本章节主要分析曼德拉总统和皮纳尔队长在总统办公室交谈的情境和一些其他曼德拉总统的行为，体现正确沟通和构建人际关系的有效因素。

4.1. 人际印象

所谓人际印象是指认知主体在自身原有经验背景下对交往对象所形成的、具有选择性的主观整体形象。人际印象不仅是人们选择交往对象以及交往深浅程度的重要依据，也是人们自我认识、自我呈现的心理脚本(陈诗琪，周珊，苏肖均，2012)。在日常生活中，个人形象对于建立良好的人际关系有着非常重要的作用，可以在无形之中增加他人的好感，良好的个人形象建设在人际交往中有很大的优势。在印象形成理论中，奥斯古德(C.E. Osgood)等人运用语义分析法，以笔试形式要求被试在若干个七等级的语义量表上对某一人物、事物或概念进行评价，用来了解该事物或概念在各个被评维度上的意义和强度，得出人们基本上是从评价、力量、行动三种维度来描述对一个人的印象，所以形象一般分为外在形象和内在形象。外在形象就是指一个人的穿着打扮，言谈举止，礼貌礼仪，而内在形象就是指为人处世，性格态度，知识阅历等。

4.1.1. 首因效应

心理学中存在首因效应，即在人际交往中所产生的心理定势作用，所以在日常的社交活动中第一印象很重要，良好的外在形象是对人最基本的尊重，为一个好的人际关系的建立打下坚实的基础和前提。然而，在人际交流中，最重要的还是内在形象，建立和谐的人际关系的关键在于个人的修养、素质和魅力。每个人在各种社会关系中都需要扮演不同的角色，面对不同的人会有把不同的身份，在这个过程中，如何运用真诚和智慧构建一个良好的形象尤为重要，美国心理学家安德森所做的一项调查中得出，受喜

爱程度最高的6项个性品质中,包括真诚、诚实、理解、忠诚、真实、可信。一个平易近人、作风正派、言行一致的人显然具有更好的内在形象,更容易与他人建立良好的人际关系。曼德拉作为南非总统自然在公共场合有良好的外在形象,但是这样的政治性良好外在形象并不能使白人队长皮纳尔买账,这也不是两个人单独情境下的沟通交流的社交活动,直到皮纳尔在总统办公室第一次深入接触了解曼德拉,皮纳尔从总统办公室出来后说:“他跟我之前见过的所有人都不一样!”这种不一样不是因为曼德拉的总统身份,而是他的真诚和亲切,是他的深谋远虑,是他有容乃大的心胸,曼德拉就是用自己的人格魅力和语言艺术逐渐与队长皮纳尔建立了有效的人际关系联系。

4.1.2. 重视他人的名字

当皮纳尔队长推门进总统办公室时,是曼德拉总统主动打招呼并亲切地喊:“弗朗索瓦。”弗朗索瓦是皮纳尔队长的名字,从外国的习惯层面直呼其名能够拉近双方的关系,缩短交往双方的心理距离,并不是对皮纳尔的不尊重。另外对于一个总统而言,能够花时间去记住球队每个人的名字,这本身就是一种态度的体现,而对于橄榄球队的队员们来说,这是不仅是一件荣幸的事情而且非常具有鼓动性,球员获得了尊重,总统获得了信任,实现了人际交往的利益交换。研究显示,记下对方的姓名并且说出对方的姓名,是一项行之有效的沟通技巧,而且通常通过这样的技巧可以改变初次见面因为形象而带来的效应。一个素不相识的人若能直呼你的名字,你便会感到亲切感和知己感,反之,如果连一个人的名字都记不住,那就丢失了最基本的尊重。卓有成效的沟通,必须建立在对他人理解、尊重的基础上(刘艳华, 2017)。

4.2. 语言艺术

人际冲突是一种发生在相互依赖个体间矛盾冲突的心理过程(Barki & Hartwick, 2004),其本质是各方感知到目标、认知或者价值观间的矛盾,并由此产生对情境的威胁评价,最终导致人际冲突行为(Halevy, Chou, & Galinsky, 2012)。在实际社会生活中,人们与人之间的误会和冲突,都是因为沟通出现了问题从而无法化解价值观之间的矛盾,消除对情境的威胁评价。不过,沟通所代表的语言的影响力毕竟是一种非本质影响力,主要靠实施的合理评判和自身感染力,孟子说:“以力服人者,非也服也,力不赡也;以德服人者,中心悦而诚服也。”所以,有效沟通的本质是用语言去表达情感,掌握语言艺术,有助于人际关系的形成和优化。

4.2.1. 沟通技巧

有效沟通的核心言简意赅,不在于数量,而在于表达的意思。幽默的语言能消弭矛盾、融洽氛围、矫正错误、引起共鸣。说话的声音大小取决于不同的场合,在公众面前,大声说话可以让人听得清楚,也可以让人觉得很有魄力,但是在私人沟通场合就需要控制音量。曼德拉总统在与皮纳尔队长的谈话过程中,保持着适中的音量,说话非常清楚准确,能让皮纳尔队长感受到亲和力的同时不至于觉得太亲近而不适。在布里茨夫人进来时曼德拉总统用调侃的语气和她聊天并且落落大方地介绍给皮纳尔,这也是朋友之间的一种相处模式,是曼德拉总统拉近与皮纳尔队长关系的一个技巧。

4.2.2. 聆听和表达

语言交流要从聆听开始。主动聆听可以让你和别人进行一次成功有效的谈话,让别人觉得你是一个可以信任的人,这会让你变得更有吸引力。聆听不仅要用耳朵,还要用脑子,当别人讲话的时候,要时不时的表示理解和赞同,或是故意的重复一些你觉得有趣的话,都是对别人的一种尊重。要学会倾听,这样才能让他对你的话感兴趣,这样我们才能更好地了解他的真实想法,这样才能交流变得更加容易。曼德拉总统一开始并没有说其他的事情,而是关心了皮纳尔队长的伤势,这样就很自然的破解了聊天可

能面临的尴尬局面。接下来他问皮纳尔队长：“你的领导哲学是什么？”皮纳尔说是：“以身作则。我总是以身作则”曼德拉听完后首先给予了高度认同，思考之后在聊天中就以“榜样”为切入点，和皮纳尔队长认真探讨了关于如何激励队员的问题，他认为“榜样”的力量可以是来自于人，也可以来自于诗歌或者歌曲，所以才有了曼德拉推荐诗歌并且后来抄写了一份给皮纳尔的情节。

4.3. 非语言行为

前 FBI 情报专家纳瓦罗表示：“大约有 60% 到 80% 的人际沟通是通过非语言行为来完成的。”(许亚红, 刘均娥, 2007)有些时候一个简单的眼神或者是表情, 就可以起到语言交流无法达到的效果, 这就是非语言行为的魅力。

4.3.1. 表情和动作

人的脸部表情就像是手机的显示屏, 不断反映着人的各种复杂的心理活动。通过面部的眼、嘴、鼻、舌、眉毛和面部肌肉的综合运用, 可以向对方传递自己丰富的心理活动。例如张大嘴巴表示惊讶; 翻白眼表示轻蔑。在曼德拉和皮纳尔的聊天过程中, 曼德拉一开始一直保持着浅浅的微笑, 微笑能够给他人带来安全感和幸福感, 调节聊天的气氛, 在谈及如何激励的话题时, 曼德拉总统则是一脸正经的模样, 并且不时眼神中能够流露出对球队未来的期待, 这些小动作都能为皮纳尔所捕捉, 使皮纳尔能够敞开心扉接纳曼德拉, 也能领悟到曼德拉真正的意图。

动作语言, 则是通过人体的某个部分, 用来表达某种特定含义的符号, 包括手, 肩, 臂, 腰, 腹, 背, 腿, 脚等等。在人际交往中, 肢体语言是更为明显的, 一个不经意的小动作就是感情的暗语。本应该是总统的助理为皮纳尔队长沏茶, 但是曼德拉总统却是根据皮纳尔的喜好为皮纳尔沏了下午茶, 从身份的角度曼德拉作为总统完全可以不这么做, 皮纳尔也不会因为这件事而对他耿耿于怀, 但是就是这样一个细节的动作让皮纳尔队长受宠若惊, 他能够感受到曼德拉对他的尊重, 也体现出曼德拉对这次谈话的重视和真诚, 并不需要曼德拉再去多说什么多余的话语了。

4.3.2. 适当的空间距离

人与人的关系可以用心理距离来刻画, 而心理距离可以用人与人的空间距离来衡量。美国人类体语学家霍尔教授研究发现: 人际关系不同交往时人际空间距离也不同。他在《躯体行为的符号体系》一书中将人与人之间的距离划分为四个区域: 一是亲密区, 即 0.5 米范围内, 这是有血缘关系的人, 夫妻, 恋人, 同性好友之间的交往距离; 二是个人区, 范围在 0.5 米到 1.2 米之间, 这就是与比较熟悉的同事, 同学, 朋友之间的交流距离; 三是社交区, 在 1.2~3.7 米之间。这是一种比较正规的社交距离, 它属于公务人员的社交距离; 四是公共区, 超过 3.7 米, 这就是人际交流的极限, 也是所有人都能自由交流的极限(武炳丞, 2022)。皮纳尔队长刚刚进入办公室曼德拉总统打招呼时, 曼德拉主动上前握手, 拉近两人的距离到个人区的范围内并询问病情, 表明曼德拉是主动地想要和皮纳尔建立更近的人际关系; 在随后的聊天中, 曼德拉一开始坐在皮纳尔对面的沙发, 保持着社交区的交往距离进行聊天, 但是随着聊天内容的升华, 曼德拉坐到了皮纳尔旁边的沙发上, 说: “我们必须超越自己原来的期待。”拉近距离说这番话, 如同朋友一样表达了对跳羚队的期望。虽然曼德拉作为总统完全可以例行公事, 让皮纳尔坐在办公桌对面的椅子上聊天, 但是曼德拉让整个谈话过程都没有超过 3.7 米的距离, 使他与皮纳尔的关系更进一步。

5. 结语

按照马克思主义的观点, 人的本质就是各种社会关系的总和。人的一生都要跟各种各样的人打交道从而形成各种各样的人际关系。这就意味着只要有人的地方, 就会出现人际关系, 人际关系的和谐与否,

对一个人而言是非常重要的。良好的人际交往关系，是认识自我、完善自我、形成健全人格、实现个性全面发展的重要途径。因此，妥善的处理自己的人际关系，避免在人际交往中出现问题就很有必要。而在构建良好的人际关系的过程中，沟通是一门重要的学问，《成事在人》影片固然表现了曼德拉总统的伟大人格，但是往往简单的人际关系沟通是构成伟大的不可或缺的一环。

基金项目

本文系 2022 年江苏省研究生科研创新计划(项目号: KYCX22_0856)阶段性成果。

参考文献

- 陈诗琪, 周珊, 苏肖均(2012). 90 后大学生人际印象偏好研究. *学习月刊*, (18), 82-83.
- 刘胜康(2012). 对人际和谐的哲学思考. *贵州大学学报(社会科学版)*, 30(6), 7-14.
- 刘艳华(2017). *沟通心理学*. 天津科学技术出版社.
- 柳青(2018). 心理学视角下的大学生人际关系建立及技巧. *理论观察*, (8), 117-119.
- 吕培培(2008). 大学新生人际交往矛盾心理分析. *山东省青年管理干部学院学报*, (3), 48-50.
- 沙莲香(2015). *社会心理学*. 中国人民大学出版社.
- 武炳丞(2022). 游戏改编电影的复访、具身及隐忧. *东南传播*, (12), 81-85.
- 许亚红, 刘均娥(2007). 护理沟通的分类及其应用. *中华护理教育*, (3), 141-142.
- 卓成霞(2005). *当代大学生人际沟通的有效性研究*. 苏州大学.
- Barki, H., & Hartwick, J. (2004). Conceptualizing the Construct of Interpersonal Conflict. *International Journal of Conflict Management*, 15, 216-244. <https://doi.org/10.1108/eb022913>
- Halevy, N., Chou, E. Y., & Galinsky, A. D. (2012). Exhausting or Exhilarating? Conflict as Threat to Interests, Relationships and Identities. *Journal of Experimental Social Psychology*, 48, 530-537. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2011.11.004>