

高职辅导员开展新生适应性教育路径探究

——以福建开放大学职业学院为例

林舒俐

(福建开放大学, 福建福州, 350013)

摘要: 高职新生面对新的人生阶段和新的校园环境, 容易产生焦虑、迷茫、不安等情绪, 如何帮助新生更好地适应是一个值得研究的课题。现从高职辅导员实际工作出发, 基于福建开放大学职业学院高职新生的问卷调查和高职辅导员访谈结果, 针对部分高职新生存在的适应不良这一情况, 从入学前、迎新日、开学一周、开学一个月、大一学年这五个高职新生长成的重要节点入手, 总结了高职辅导员开展新生适应性教育的重点工作和具体路径。

关键词: 辅导员; 高职新生; 适应性教育

中图分类号: G645

文献标识码: A

文章编号: 2097-0412(2022)03-0051-05

一、引言

高职辅导员是学校与学生之间的纽带, 是高职新生入学后接触最早的教师。高职学校应积极推动以辅导员为主导, 有计划有组织地开展新生适应性教育, 帮助新生尽快完成从高中生到高职生的角色转化, 减少因适应不良引发的学习、生活和心理问题, 为高职学生的全面发展奠定坚实的基础。

二、高职新生适应性教育概念

关于适应的概念, 皮亚杰认为适应是通过丰富或发展主题动作从而适应客观变化的过程。^[1]陶沙将大学的适应任务划分为学习、人际、生活自理、环境认同以及身体体验等方面的任务。^[2]李晓彧等认为新生适应性指的是新生在外部环境发生变化时, 通过主动顺应、调控和改变的过程, 最终达到认知和情感上的平衡, 产生符合外部环境要求的行为。^[3]综上所述, 本文将高职新生适应性教育界定为: 以解

决高职新生适应不良问题为目标, 有计划地为新生开展入学教育、学习指导、心理辅导等指导, 帮助新生快速地适应高职学习和生活的教育。

三、高职新生适应困难的主要表现

高职新生的主要来源是秋季高考录取和春季高职单招录取的学生。新生适应不良的主要表现既有个性差异也有很多共性特征。准确认识高职新生适应不良的现状和原因, 能够帮助辅导员更好地因材施教, 为辅导员开展更加科学的适应性教育提供现实依据。

(一) 研究过程

为了更好地了解高职新生适应情况, 本研究结合学校实际情况, 围绕生活适应情况、学习适应情况、社交适应情况3个方面制定了问卷调查表和访谈问卷表。调查过程中, 向福建开放大学职业学院高职新生发放问卷280份, 问卷全部回收, 其中有效问卷257份, 有效问卷回收率91.79%。同时, 本研究将2020级、

收稿日期: 2022-03-16

作者简介: 林舒俐, 女, 福建平潭人, 福建开放大学职业学院辅导员, 助教。

2021 级高职辅导员 4 名作为深度访谈对象,有效访谈记录占比 100%。

(二) 高职新生适应现状和原因分析

根据问卷调查结果显示,高职新生的适应性总体中等偏好,适应的难点集中表现在陌生环境适应、自主学习方式适应和人际交往适应。

1. 陌生生活环境的适应不良

新生面对新的校园环境和独立的宿舍生活,大部分会产生不安和焦虑的复杂情绪。在“你觉得学校环境最难适应的是?”这一问题中,13.23% 的学生认为不适应原因是高职校园和中学校园的差别,25.68% 的学生认为不适应原因是住宿舍和住家里生活方式的差异,11.67% 的学生认为不适应原因是城市和农村生活节奏的差距,45.14% 的学生认为不适应原因是缺乏展示自我的平台等(如图 1)。在巨大反差的影响下,高职新生会产生不同程度的适应困难。

2. 自主学习方式的适应不良

从学习动机看,高职新生面对各种各样的课程,很难在短时间内确定学习目标,缺乏学习动力。在“你认为大学的学习还重要吗?”问题中,78.6% 的学生认为不是很重要或不重要。从学习方式来看,高职强调学生的自主学习,教师很少监督或主动给予指导。高职学生自主学习能力和本科学生相比有一定的差距,他们比本科生更容易出现适应困难。从学习内容看,43.19% 的学生认为高职的学习课程难度大是高职学习适应困难的原因。这样的情况下,一旦出现偏科或补考就很容易打击新生的自信心,使高职生陷入习得性无助的境地。同时,

职业认同也是高职学生学习适应困难的一个重要原因。在“你对你的专业感兴趣吗”问题中,49.03% 的学生选择感兴趣但学起来难。在“你是否未来想要从事与专业相关的职业?”这一问题中,只有 16.73% 的学生目标明确要从事与专业相关的职业。

3. 主动人际社交的适应不良

高职新生进入大学以后,人际交往的对象、圈子都发生很大的变化。在“你所遇到的人际关系问题包括以下哪些?”这一问题中(如图 3),42.41% 的学生表示在现阶段存在人际关系的问题。在“你在大学的人际交流情况如何?”这一问题中,35.8% 的学生认为一般,14.01% 的学生在人际交流中出现过有小争执,1.95% 的学生在人际交往中矛盾频发。在“面对大学里面那么多的优秀同学,你的自信心如何?”这一问题中,24.51% 的学生表示没有信心,他们认为自己是考不上本科才上高职,认为自己是高考落榜的学生,害怕结交新朋友,不愿意融入新的集体,缺乏主动社交的动机和勇气,长此以往,社交能力在这种恐惧和退缩中不断减退。综上所述,高职新生产生人际交往问题的主要原因有:首先,新同学来自五湖四海,家庭情况和生活习惯都有很大的差异,更容易产生冲突;其次,新生年龄一般集中在 17~19 岁,正处于青春期,青春期是指由儿童逐渐发育成为成年人的过渡时期,一般为 11~20 岁之间。^[4]这个阶段的学生,独立意识增强、个性明显,有自己独立想法,容易以自我为中心,缺乏宽容、体谅他人的同理心。

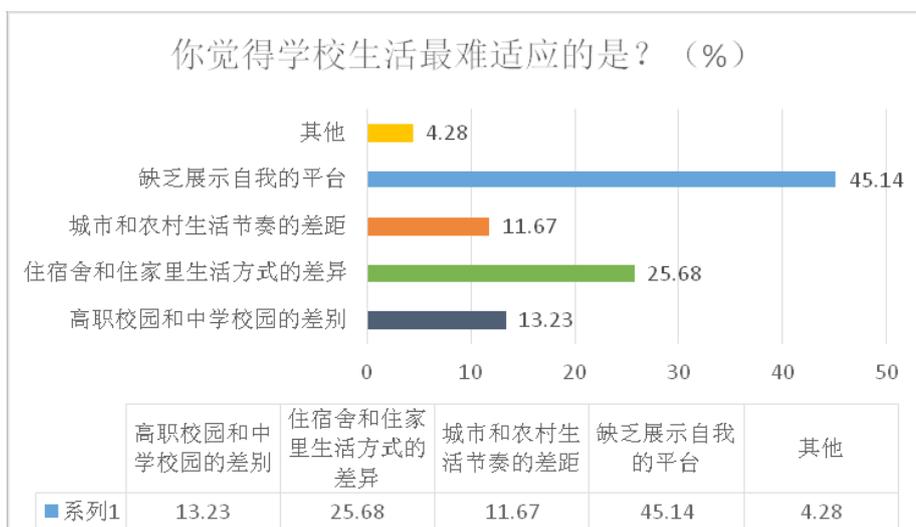


图 1 高职新生生活环境适应困难主要方面

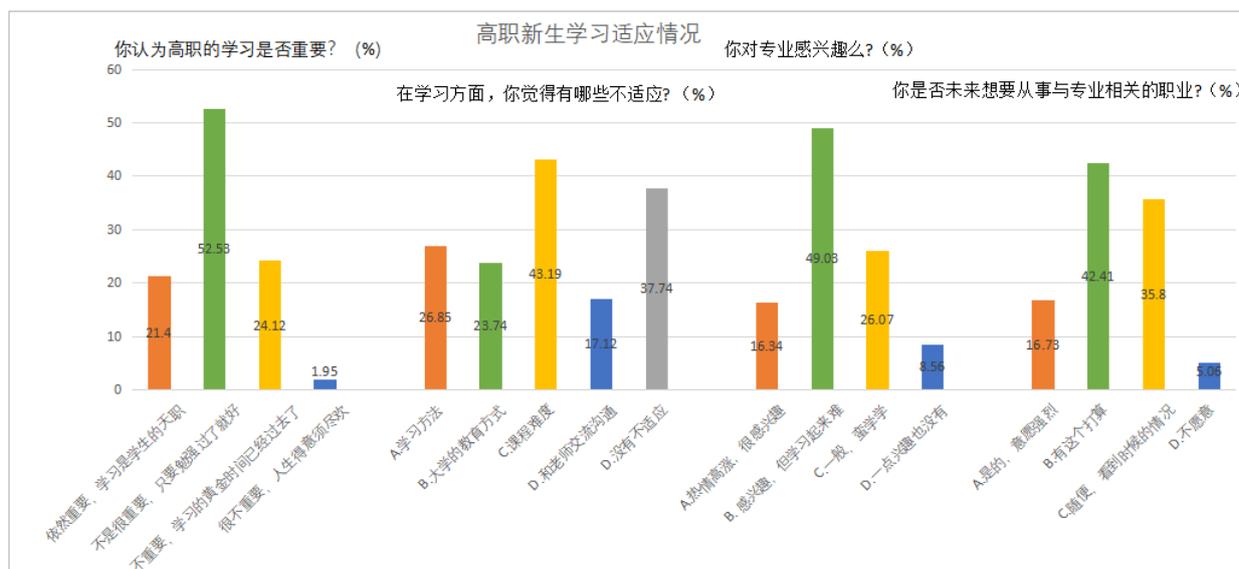


图2 高职新生学习适应情况

四、辅导员开展高职新生适应性教育的路径分析

(一) 从“未知”到“了解”，做新生入校前的“指南针”

入学前是辅导员开展新生适应性教育的储备期。入学前，大多数高职新生对高职的校园、学习、生活、社团组织等保持较高的热情。在这个阶段，辅导员可以通过学校微信公众平台，向学生发布学校宣传视频、“入学指南”等内容，帮助学生迅速了解新学校的情况，增强新生对新校园、新环境、新生活的认同。同时，辅导员可以依托QQ群平台与新生建立联系，邀请同专业热心的学长学姐共同解答家长和新生关心的住宿、食堂、助学金等热点问题，分享“过来人”的学习和生活经验。

(二) 从“陌生”到“熟悉”，做新生入学阶段的“护航者”

新生入学报到是大学生活的起点，也是新生与辅导员第一印象的建立期，以迎新为契机，做好新生的入学教育工作，是辅导员开展新生适应性教育的“机遇期”。

1. 细心调研，建立新生档案

新生入学前，辅导员要认真研读《学生手册》，了解学生学籍管理、行为规范、安全管理、综合测评等与学生息息相关的工作，为新生入学后各项工作顺利开展奠定坚实的理论基础。入校阶段，要重视做好高职新生信息建档工作。信息建档工作能够帮助辅导员在短时间内大致地了解班级学生的基本情况。学生档案的内容包括家庭出身、求学经历、日常表现、思想状况、政治面貌、获奖和受处分情况、综合考评成绩等，要求准确全面、客观公正且有较长的时间跨度，是开展学生管理工作的重要依据。^[5]

2. 热心接待，开展迎新工作

热情、用心的迎新工作不仅能够给新生留下良好的第一印象，还有助于迅速拉进师生关系。第一，在开展迎新工作前，辅导员可以根据前期调研情况，在新生中挑选一部分对志愿服务热情较高的学生参与到迎新工作，缓

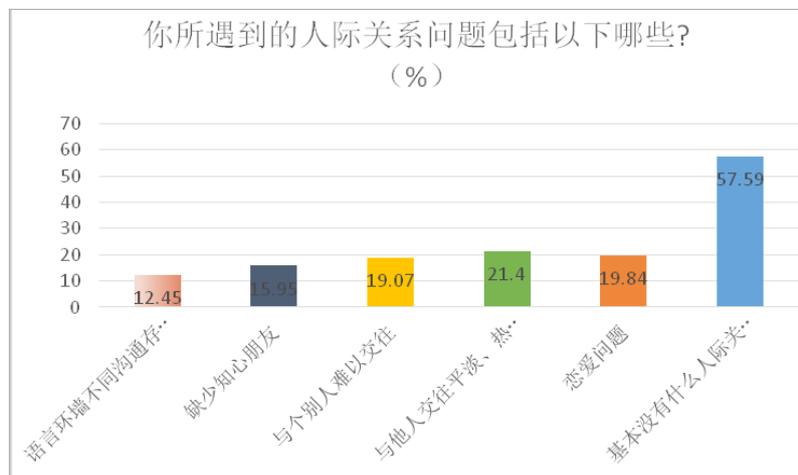


图3 高职新生学习社交适应情况

解因陌生而产生的生疏感。第二,在迎新过程中,鲜明醒目的学校和专业标识,能增强新生的学校归属感和专业认同感。第三,迎新现场,辅导员的热情接待、耐心讲解能够消除新生初来乍到的陌生感,给新生和家长以亲切感。第四,辅导员的第一次走访宿舍可以安排在迎新当天晚上,通过暖心的问候安抚学生不安的情绪,缓和新环境和离开家乡带来的消极情绪。

(三)从“自卑”到“自信”,做新生出彩的“筑梦人”

开学一周是缓解新生适应性问题的“攻坚期”。在这一阶段,辅导员要做好新生的心理调适工作,指导学生正确调节情绪,通过奋斗收获自信和勇气。

1. 巧心安排,组织高职认知教育

新生高职认知教育是新生开学的“第一课”,是高职新生、了解校情校史、和职业方向的最佳时期。在开展入学教育的时候,辅导员要全程参与教育过程,及时解答学生的疑惑。同时,在专业认知教育的过程中,还可以邀请企业、优秀毕业生担任专业教育的主讲人,走访专业相关企业,让学生了解专业对应的职业群和专业的培养目标和要求。同时,发挥学长学姐在专业指导上“传帮带”的作用,帮助新生更好地掌握理论学习技巧和专业技能提升路径,强化新生专业和职业认同感。

2. 真心陪伴,发掘学生的闪光点

每个学生都是有待雕琢的璞玉。作为辅导员,要善于捕捉学生的闪光点,要有为学生铺桥搭路的决心,鼓励学生立足自身优势,把握专业特长,让学生在各项比赛中发光发亮,在不断成就中收获自信。同时,辅导员还可以通过形式多样的活动,与学生共同为班级荣誉而努力,用自己的行动感染学生,在加油的呐喊声中走进学生的心里。在团日活动中,引导学生坚定理想信念,敢于担当作为,鼓励学生把个人理想融入时代之中,融入党和国家事业之中,厚植学生更深度家国情怀,传播更多、更大、更强的新时代正能量。

(四)从“个人”到“集体”,做新生成才的“引领者”

开学一个月是新生适应性问题解决的“决胜期”。辅导员要充分利用这个阶段,在学生心中播下理想的种子,以爱培育爱,做学生的

引路人,帮助学生筑梦圆梦。

1. 凝心聚力,提高班级凝聚力

军训期是拉进辅导员与新生关系、增强班级凝聚力的一个转折期。军训期间训练强度大,加上对新环境的不适应,新生容易出现“身心疲惫”的现象。军训前,辅导员应做好特异体质学生相关材料收集、汇总和上报,减少训练时意外的发生。军训时,辅导员应适时地在训练中、休息中出现,为学生加油鼓劲,关心身体不适的学生,帮助联系医护人员。积极参与军训期间班级的每一次集体活动,如拔河比赛、班班有歌声、校外拉练、汇操表演等,用相机记录下来,见证一个新集体凝聚力的形成过程。

2. 精心挑选,组建临时班委团队

新生班干部是高职辅导员教育管理班集体最宝贵的人力资源,充分发掘优质人员,有效组建干部队伍,合理培养干部成员,客观评价与正当激励,对于辅导员而言是一门学问,更是一种艺术。^[6]新生入学之后,精心挑选临时班委团队能够分担辅导员处理繁多新生事宜的压力。在临时负责人的选拔上,可以通过个人自荐和班级推荐等方式先设立2~4个有一定组织能力的临时班委会,负责开学一个月左右的班级各项工作。对于辅导员来说,应充分利用这一个月的考察期,悉心观察学生,为他们提供展示自我的平台和机会,让临时班委团队成为辅导员开展新生适应性教育的“好帮手”,帮助学生顺利度过“适应攻坚期”。

3. 暖心指导,发挥宿舍战斗堡垒作用

宿舍是组成班级的最基本单位,是新生学习、生活、休息的重要场所。根据访谈结果,辅导员均认为宿舍问题是新生人际交往困难的重点区域,解决人际交往难题,关键在于发挥宿舍战斗堡垒的作用。第一,发挥宿舍长的作用。引导宿舍长明确宿舍管理的指导思想是“服务舍友,锻炼自我”,做好宿舍学生适应性教育。第二,开展宿舍文化建设。指导宿舍成员建设积极向上的宿舍文化,营造融洽的宿舍氛围。第三,辅导员积极走访宿舍。多关心学生生活,将很多宿舍矛盾出现苗头时就及时解决,以免引发更大的甚至不可缓和的宿舍矛盾。

(五)从“一般”到“特殊”,做学生成长“同行者”

大一全过程是新生适应性问题解决的“决

胜期”。这一阶段,辅导员开展新生适应性教育的重点应该放在一部分学习困难的学生、心理调适困难学生、家庭困难学生、行为上后进的学生,细致关怀,用爱陪伴他们共同成长。

1. 关心帮扶,落实资助政策

助学金的工作是辅导员学生事务管理的重要内容是建立师生信任感的基础之一。在评定过程中,应慎重选择评议小组成员,保证成员的普遍性和代表性,注意规避利益相关人员。评议过程中辅导员要做好指导和监督工作;评议后期,对于学生的质疑和意见,做好调查和解释。针对贫困学生群体,辅导员要密切关注家庭困难的学生动态,根据学生的特长,帮助他们积极开展勤工助学活动,在尽力帮扶的同时,辅导员更要帮助他们立志,引导他们科学规划“职业生涯”,通过自己的双手实现人生价值和社会价值。

2. 耐心开导,“点对点”开展教育

开学一个月后,辅导员要注重将新生的出勤情况、宿舍内务情况、查寝晚归情况进行整理,梳理“点对点”教育名单。对于行为表现较差的学生,及时进行谈话教育,帮助新生改善行为习惯。对于身体特异质学生,有针对性地开展家庭交流和给予力所能及的帮助。对大学生普遍存在的心理问题做好相关的记录,并通过心理健康教育课程和素质拓展活动做好心理健康普及教育,帮助学生培养良好的心理品质和通过心理健康测试,汇总部分心理问题倾

向较突出的学生,倾听他们的心声,请心理专业的教师帮助他们,找出问题的根源并逐步加以解决。

3. 用心聆听,拓宽交流渠道

交流是拉近人与人距离最重要的方式,辅导员在大一期间可以根据高职新生特点,采取多种多样的交流方式。对于喜欢交流的学生可以通过“面对面”的谈话,对于不善于表达的学生可以采取“给辅导员的一封信”的方式,还可以借助现代通信技术,如微博、微信、QQ等,主动占领网络思想政治教育新阵地,多渠道、多方式了解每个学生的思想动态,及时帮助他们解决思想、学习和生活上的问题,让学生从点点滴滴的小事中感受辅导员的用心,拉近彼此间的距离。

习近平总书记在全国高校思想政治工作会议上的讲话中强调,“提升思想政治教育亲和力和针对性,满足学生成长发展需求和期待,是新形势下提高高校思想政治工作实效性的关键。”^[7]高职新生大一阶段是高职学生思想教育和职业指导的起点,辅导员应该从学生成长发展的需求和期待出发,努力提升新生适应性教育的亲和力和针对性,推动高职建立更科学、更系统、更完善的适应性教育体系,努力为高职学生提供更丰富、更广阔、更高层次的成长成才平台,助力培养更多高素质技术技能人才、大国工匠。

参考文献:

- [1] 林崇德. 发展心理学[M]. 北京:人民教育出版社, 1995: 51-52.
- [2] 陶沙. 从生命全程发展观论大学生入学适应[J]. 北京师范大学学报(社会科学版), 2000, (2): 81-87.
- [3] 李晓彧, 王有智, 王文霞. 大学新生适应性状况及影响因素分析[J]. 中国健康心理学杂志, 2009(11): 1354-1356.
- [4] 王蓓. 浅谈高职新生辅导员工作重点[J]. 山西青年, 2021, (12): 138-139.
- [5] 姜昆, 李莉. 高校辅导员开展新生入学教育的途径探析[J]. 高教学刊, 2021, (1): 153-156.
- [6] 李春艳, 林耀隆, 所雄威. 高校辅导员对新生班干部队伍建设及管理探究[J]. 现代交际, 2021, (4): 109-111.
- [7] 谢辉. 人民日报治理之道: 深入推进课程思政建设[N]. 人民日报, 2019-09-09(13).

[责任编辑:林菁]