



高校“大二病”及其对策

——以北方工业大学制定实施“Y计划”为例

郭玉良 李云驰 钱昌照

(北方工业大学, 北京 100144)

[摘要]大学二年级(以下简称“大二”)是大学时期的重要阶段,是大学生培养专业学习兴趣、掌握自主学习途径和方法、确定发展目标、坚定理想信念的关键时期。在此期间,大学生在学习、生活乃至心理状态都会发生变化,较易引起“大二病”。北方工业大学在分析“大二病”成因的基础上,实施“Y计划”,引导学生科学合理定位,改善心智模式,激发学生学习的积极性和主动性,促使其实现内力觉醒,增强学习动力,助力成长成才。

[关键词]“大二病”;“Y计划”;对策建议

[中图分类号]G641

[文献标识码]A

[文章编号]1000-7997(2016)02-0043-03

大二是大一新生在基本适应了大学的学习生活之后逐渐形成稳定的行为和心理特征的重要阶段,是学生培养大学学习兴趣、掌握自主学习途径和方法、确定发展目标、坚定理想信念的关键时期。

一、“大二病”

“大二病”就是指大学生进入大二期间,在思想、学业、感情、人际关系等方面出现各种问题的统称。“大二病”现象目前在高校普遍存在。在教育界被称为“二年级低落”,在欧美国家的高校被称为“大二低潮”现象。

2014年3月25日《中国教育报》刊登题为《“大二病”找准病灶用准药》一文,针对文中提出的有关症状,结合北方工业大学学生工作实际情况梳理归纳出“大二病”的主要表现:思想方面,成长定位不清晰,方向感不足,缺乏自信心和自制力。学业方面,学习松懈,学业陷入低谷,专业发展目标迷茫;课堂、早晚自习出勤率低、经常旷课,沉溺于网络游戏。情感方面,因感情问题引发诸如学业不佳、失恋等系列问题。人际关系方面,人际交往矛盾频发,与班级同学、室友相处不融洽;班级和宿舍出现“聚团”现象,尤其是女生,以宿舍、地域等为基础开始分化,“小团体主义”明显。

二、“大二病”成因分析

大二处于大学本科阶段的分叉点,可以将其定位在“Y”中间的交叉点上,因而可以将大二形象地称为

“Y年级”,学生在此期间的生活状态和学习成效直接影响着他们大学期间生活的质量和未来就业的走向,将影响学生大学4年最终的发展,甚至造成毕业后社会分工的差距。然而,很多大二学生并没有意识到这一阶段的重要性,只有一部分目标明确、意志坚定的学生按照自己的生涯规划努力,而成绩处于中游或下游的学生则整天得过且过。究其产生原因,主要有以下几个方面。

1. 缺乏人生发展规划,自我探索能力偏弱

大二学生正处于个人生涯发展的关键阶段,面临许多关乎未来发展的重大抉择。学生在完成了大一的适应教育后,需要具备应对接下来发展任务的能力。大二学生往往会因为能力或准备不足,导致不能从容应对,出现衔接上的“断层”。多数大二学生对自己大学学习生活并没有一个明确的规划,不能合理安排好时间。目前高校大一主要是学习基础课程,大二开始接触专业基础课。相对于大一新生,大二学生已适应大学节奏,繁重的大三专业课学习还未到来,距大四考研、出国、找工作还远。部分学生所学专业并非是自己最爱,多半是家长、教师帮自己做的选择,或是被调剂转专业的,经过一年多的接触了解专业后,导致大二学生对专业学习的热情骤降,甚至专业梦想破灭,消极应付学习的现象也就随之出现,“大二病”的种种病症层出不穷也就不足为奇。

2. 学习动力不足,导致学业差距过快拉大

在大学阶段,大学生理应学会独立安排自己的大

学学习生活,毋庸置疑,绝大多数大二学生还是想认真学习,掌握科学文化知识,也知道学习的重要性,但是,也有部分大二学生是有想法、没行动,渴望专业知识,但又没有学习的实际行动,缺乏学习的动力和持之以恒的毅力。大学里没了高中式的督促与管理,学习好坏与否主要依靠自我控制力强弱,加上大学里形式多样、丰富多彩的社团活动,还有来自网络虚拟世界的诱惑,不少学生不能合理规划自己的时间,导致顾此失彼,荒废了学业。大一的新鲜感逐渐丧失后,逐渐造成了大二的自由放任,出现学业不佳或“挂科”,导致学业差距过快拉大。

3. 易受感情问题困扰,缺乏应对办法

大二学生没了大一新生的小心翼翼,却也没有大三、大四学生的成熟。他们生理发展趋于平缓,情绪不稳定,心智未成熟,情感稚嫩,缺少包容心,缺乏对爱与被爱的理解和能力,恋爱难免容易受挫。情感受伤后,在意他人对自己感情的评价,心理承受能力弱,而且不善于用倾诉和沟通排解心中郁闷。即便感情顺利,但因未能处理好学习与感情两者之间的关系,有些学生会因谈恋爱影响学习。

4. 缺乏沟通技巧,导致人际关系紧张

大二时期大学生的人际关系层层叠加升级,摩擦不断,普遍存在集体相处的难题。大二学生在人际关系的处理上,经历了大一初识的“蜜月期”,到发现周围学生身上的不足之后的“隐忍期”,进入大二之后,生活中积累的摩擦、矛盾不断升级,一些学生不断将矛盾公开化,人际关系进入到“吐槽期”,如果没有及时引导,解决很容易加剧人际关系的进一步紧张,加上又缺乏沟通技巧,导致最终进入到人际关系矛盾冲突的“爆发期”。

三、“Y计划”——“大二病”的抗体

“Y计划”是我校针对“大二低潮期”现象,为在校生制定的励志、成才计划。其目的是帮助学生实现内力觉醒,全面提升学习动力,切实掌握学习的福利,在理想信念、思维习惯、人际交往等方面为未来的发展打下良好基础。“Y计划”重点面向大二学生,同时辐射其他年级,主要内容包括明确“一个定位”,展开“两项修炼”,即改善心智模式和学会系统思考;消灭“三个敌人”,即嫉妒、猜忌、依赖;打造“四大载体”,即深海行动、相约晨光、攻科营、复盘会。我校的“Y计划”正在广泛推广实施之中,稳步、扎实推进,取得了明显成效。

1. 理念先行,明确全面推进学生工作的总体思路

首先,明确定位,把培育学生学习动力、激发成长活力作为学生工作重要的着眼点和着力点。一是在形

式定位上,思考和把握如何实现课堂教学、校园活动、兴趣培养和思想教育的有效对接,思考和把握如何形成学生工作与德育工作、教学工作的合力空间。二是在功能定位上,把针对学生开展的学业辅导、思想辅导的着力点集中到培育学生学习成长的内在动力上来,把党团工作、思想政治教育、校园活动的着力点集中到激发学生学习成长的活力上来。三是在实践层次的定位上,科学分析和准确把握我校学生共性的心理特征和思想实际,把树立和巩固正确的世界观、人生观、价值观作为学生的成长性标准,把提升学生的思考力、行动力作为培育动力、激发活力的切入点,把发现需求、创造需求作为培育动力、激发活力的工作支点。

其次,创新理念,引领学生工作科学发展。一是从需求出发,从服务入手。发现需求是打造学生成长动力的基础和前提,是提升和保持学生成长动力的保证。二是促进学生的内力觉醒。激发学生成长的内在动力,提高学生自己帮助自己的能力。三是用可能达到的最高标准要求我们的工作。充分运用大学的福利和校园文化的独特资源,不断提升学生工作的理论水平和实践能力,促进学生工作保持在较高的现代化、科学化水平上。

2. 把握需求,构建激发学生成长的动力机制

首先,坚持问题导向。认真研究和分析大学生普遍存在的“大二低潮期”“目标缺失”“学业差距拉大”“感情问题频发”“集体相处的难”等问题,设计实施了“Y计划”系列活动。结合当前大学生的特点,以大二学生为重点,就地取材,形成大量真实的案例,从问题着眼,引导学生思考破解问题与自身成长的关系,把解决问题作为成长的基本需求和现实动力。“Y计划”的实施为学生顺利度过“大二低潮期”提供了有力支撑,有效激发了学生的内在成长动力,引导他们思考并收获学习的福利,在思想境界、学业规划、人生理想等方面为实现自己的成长目标打下良好基础。

其次,明确一个目标。引导学生基于成长的渴望,自觉激发生命、学习的潜能,用阶段性目标的实现去为未来的自己做一个相对清晰的定位,使他们明白没有意义的人生是从没有进取目标开始的,目标和能力的匹配程度是检验幸福的重要指数,在坚持目标、坚持奋斗的修炼中能够发现更好的自己。引导学生根据自身情况,结合学习、生活实际,分别制定各自的目标,找准自身的定位。对于基础好、成长动力较为充足的学生,鼓励其明确生涯发展目标,树立远大理想,激励自我成长;对于基础一般、尚处中游的学生,引导其提高成长标准,寻求新的突破;对于基础差、缺乏学习动力的学生,要求其制定阶段性学习目标,例如,通过大学英语

四级考试、减少挂科等,激励他们坚持磨炼意志,不断取得进步,绝不掉队。通过明确“一个定位”,学生的学习动力得以激发,学习自主性普遍增强。

再次,开展两项修炼。针对学生开展的调研表明,向外归因、畏难不前等不良思维模式是造成大学生成长动力不足的重要原因。一要改善心智模式,勇于面对困难和挑战,善于解决困难和问题,不为失利找借口,要为成功创造条件、积累经验。二要学会系统思考,不断开阔眼界、提高境界,发现成长的支点,找到和未来发展的方式,将个人的成长置于民族复兴、经济社会发展的大背景中,将个人价值的实现置于社会价值的需要之中。

最后,消灭“三个敌人”。通过主题班会研讨、情境话剧欣赏等多种形式,引导学生认识到自身存在的不良心理和习惯,在集体相处的过程中逐步消灭嫉妒、猜忌和依赖三个主要“敌人”,学会并善于保持自尊、自信、自立的生活。通过这一过程,学生间关系日益融洽,集体建设得到加强,每个人的成长环境都得到了不同程度的优化。

3. 创新载体,打造激励学生成长的传动机制

首先,加强结构化设计,针对不同群体,搭建四大载体。一是针对全体大二学生,开展“深海行动”。“深海行动”是学校借助军训集中力量、集中时间的组织优势,开展“Y计划”专题讲座、讨论、板报创意等活动,引导学生在军事训练之余对进入大二年级后将面临的问题及成长发展的努力方向等集进行中思考、集中讨论,以明确目标,开启良好开端。从大二开始,系统分析学生面对和将来将要面对的问题,开展自我剖析,熟悉并理解定位的重要性、两项修炼的基础性和三个敌人的危害性。二是针对相对优秀和渴望优秀的学生,开展“相约晨光”活动。“相约晨光”系列活动倡导学生每天早上与晨光相约,积极开展晨读晨练,“相约晨光”强调坚持的品格,引导和鼓励学生养成良好的学习、生活习惯,在晨光中“遇见更好的自己”。在优秀习惯的养成、巩固和提高的过程中,苦熬意志品质,逐步发挥出在学风建设上的带动作用,提升扩大正能量,形成一道特色的校园文化风景线。三是针对学业困难学生,开展“攻科营”。“攻科营”是学校开展学业辅导的全新探索,重点关注存在学业困难的学生群体。通过集中授课、学习小组、学霸一对一辅导等形式,帮助这一群体激发学习动力,转变学习习惯,改善学习方法,有效克服学业困难。不抛弃不放弃,为学业困难学生提供盈科后进、“满血复活”的机会,在努力的过程中,激发更多的生命潜能。四是针对全体学生,开展“复盘会”。“复盘会”借用

了棋类术语“复盘”的概念,依托班会、主题党团日等活动,通过开展自我评议、集体讨论等,回顾过去的学习、生活经历,总结经验、吸取教训、明确问题、找准未来发展的目标和努力的方向。围绕一个定位、两项修炼和消灭“三个敌人”,反思修炼的态度、行动和效果,保持定向积累,用身边的事迹、用真实的情感提升学生的思考能力和行动能力。

其次,开展组织化推进,由表及里、循序渐进。发挥军训的优势,突出五个集中,即集中力量、集中时间、集中思考、集中讨论、集中深化。发挥组织的优势,善用党、团、学、班、社五个方面的力量,以各自的方式,逐步把工作聚焦到结构相对清晰的学生成长计划上来。发挥理论优势,建立实践理论讲堂,集中定期开展培训,在班导师、辅导员和学工干部中倡导带头做、带领学、带动干。

最后,运用时尚化传播,把有意义的事情做得有意思、有乐趣。大力弘扬主旋律、传播正能量,牢牢把握住高校意识形态的领导权、管理权和话语权,确保网络思想政治教育入耳、入脑、入心,以学生喜闻乐见的形式将主流思想舆论传播到大学生群体中。在大二“Y计划”系列活动中,运用品牌化管理模式,充分利用学校的专业优势,推出“学霸是怎样炼成的”动漫视频,在推进“相约晨光”活动中发布“相约晨光”宣传片、视觉标志logo、“耐”徽章、标语和校园关键词,在“攻科营”活动中推出“智光重朗”徽章,营建活动品牌。采用青年化语境。“Yes, we can!”“OYTF”(我要腾飞)计划等语汇契合了当代大学生的语境,将学生的学习与成长紧密融合,既有时尚感又充满校园气息,得到了学生的欢迎。在“Y计划”推进以及“相约晨光”等活动的实施过程中,参考和借鉴了饥饿营销的传播方式,创造需求,使受众保持兴趣,增强了活动效果。

本文系2016年度首都大学生思想政治教育一般课题“高校学风建设工作理念创新与实践”(BJSZ2016YB35)、北方工业大学大学生思想政治教育研究重点项目“高校学生工作理念创新与实践”(NCUTSZ2015ZD01)、2015年北方工业大学教育教学改革(课程建设)重点项目“加强学生工作载体建设,提升本科人才培养质量的实践探索”的阶段性成果。

郭玉良系该校党委副书记

责任编辑:杜华