

宿舍管理对大学新生心理适应的影响研究

杨 盛

(山东传媒职业学院, 山东 济南 250200)

摘要: 学生宿舍是高校学生未来校园生活的重要居住、交流场所, 同时也是高校学生第二家庭、第三课堂, 对于他们的未来高校学习和发展具有重要的影响。对此, 有必要重视和关注高校宿舍管理工作, 只有正确认识宿舍管理的重要作用, 才能够有效开展心理健康教育和思想政治教育, 从而不断提升学生综合素养, 为他们未来发展奠定坚实的基础。对此, 本文就宿舍管理对大学新生心理适应的影响进行简要分析, 希望为广大读者提供一些有价值的借鉴和参考。

关键词: 宿舍管理; 大学新生; 心理适应

当前, 随着教育的不断深入, 大量的学生开始涌入到高校校园之中, 开始了自己人生中第一次校园生活。从高中到学校, 很多新生都会感到一定的不适应, 甚至部分学生会感到痛苦。在高中阶段, 部分学生主要是在家居住, 习惯了自己单独一个房间, 而大学阶段, 他们往往会与另外三个不同城市的学生安排在一个宿舍, 同学之间可能存在着巨大的贫富差距, 文化差距, 若无法进行及时的心理调整, 他们往往会产生恐慌、自卑等不良情绪, 这对高校新生的学习和发展造成严重的影响。

很多学校在新生宿舍安排过程中会对他们的家庭状况、性格特点等情况进行深入研究, 这是片面地根据入学成绩、学号等因素进行安排住宿。并且宿舍管理员的主要职责也仅限于卫生打扫、学生保卫等工作, 甚至一些性格跳脱、外向的学生感到不适, 提出换宿舍请求时, 宿舍管理人员也会以各种理由和借口进行拒绝。这种宿舍安排尽管会在学生的财产、人身安全等方面会起到一定的保护作用, 但是由于舍友之间可能会因为性格不同, 文化不同等, 在相处过程中产生矛盾而未能得到及时有效的处理, 从而引发他们产生心理问题。

一、宿舍管理的重要意义

在新时期, 加强宿舍管理工作有利于构建良好、和谐的校园环境。高校学生在校期间, 绝大部分的时间都是在宿舍中度过的, 宿舍是高校新生课外交流、了解校园、认识社会的重要场所和渠道。与上课时被严格课堂纪律约束不同, 在宿舍之中, 高校学生可以自由地吐露情感和想法, 充分展示自己的个性, 宿舍成为学生发泄的重要场所。但在此过程中, 部分学生的一些不当交流或者表达也会带来一些矛盾和摩擦。因此, 宿舍也会发生一些无法预料的事情。此外, 宿舍氛围的营造和管理对学生观念、认知以及品格的形成也会有着一定的影响。因此, 如何加强宿舍管理工作是高校学生管理工作的重要内容之一。

二、高校学生宿舍管理现状

对于高校学生来讲, 他们是社会以及国家未来经济建设的主力军, 是社会主义事业的未来建设者和接班人。经过笔者实践研究发现, 部分高校的宿舍管理工作存在一些问题, 比如:

(一) 安全管理不到位

当前, 随着教育改革的推进, 大量的学生融入高校之中, 导致宿舍管理人员数量不足, 无法有效开展宿舍管理工作。当前宿舍楼中居住的学生数量较多, 而一般情况下, 一栋宿舍楼会配备

两名宿舍管理人员和一名楼管。在学生放学、节假日等人流量较大时期, 管理人员无法精准辨别和判断进入宿舍楼人员是否为该楼徐盛, 难免会导致外人混入宿舍楼的情况, 从而为学生财产安全带来严重的安全隐患。

(二) 心理健康教育不关注

高校学生数量较多, 并且他们可能来自天南地北, 五湖四海。辅导员的数量相对比较紧张, 往往一名辅导员会负责 200 名学生, 工作量较大, 这导致他们无法学习和掌握学生的实际情况, 当学生面临心理问题或者与舍友之间因为发生摩擦而心情郁闷时, 这些问题无法被及时发现和有效干预, 从而对高校学生的发展造成一定的影响。

三、对高校宿舍管理工作的建议

(一) 重视和关注宿舍管理工作

在高校宿舍管理工作中, 安全问题一直都是重要内容。事实上, 一些高校因为宿舍管理工作不到位而导致严重后果的事件屡见不鲜。因此, 高校有必要根据实际情况, 加强宿舍管理工作, 尤其是针对新生的宿舍管理工作。在以往, 宿舍安全管理工作主要是由学校的保卫部门负责, 宿舍管理部门只是负责提供协助。自实行后勤管理以来, 高校宿舍安全管理责任中心就开始发生了转移, 逐渐由宿管部门负责。因此, 为了确保高校新生实现全面发展, 宿管部门有必要制定和完善宿舍安全规章制度。在管理上, 应该增设宿舍管理人员, 制定紧急预案, 完善会客登记制度、防火防盗条例以及值班制度等, 同时, 还要建立实时的沟通渠道, 确保重要的信息能够及时上报, 建立健全监督机制; 可以根据实际情况, 建立由学生代表组成的学生组织, 同宿舍管理人员一同参与到宿舍管理工作之中, 激发现问题, 并及时向学校以及公寓管理部门进行反馈, 协助辅导员及时对患有心理问题学生进行疏导和干预, 从而提升宿舍管理工作效果。此外, 要充分利用监控设备的优势, 在重点区域安装摄像头, 这样做一方面能够方便宿舍管理人员及时监控宿舍楼内部的情况, 及时发现违规违法行为, 大大维护学生财产安全。另一方面能够及时了解和掌握学生的动向, 及时发现跳楼、打架等不理智行为, 管理人员可以及时发现, 并且采取有效手段进行干预, 避免悲惨事件的发生,

(二) 仔细阅读学生档案, 了解实际情况

在学生录取之后, 宿舍管理人员有必要对学生档案进行全面阅读和研究, 及时了解和掌握学生实际情况。通过阅读学生档案,

管理人员可以了解学生的性格特点、家庭情况以及兴趣爱好等信息,并且在此基础上对他们进行归类。通过家庭成员介绍,可以了解新生接受家庭教育情况,这里需要重点关注单亲家庭的学生,在宿舍安排过程中,可以考虑将其与其他接受过良好家庭教育的学生安排在同一宿舍之中,通过这样的方式,为单亲家庭的新生提供所需要的关心和爱护;通过对家庭经济状况方面的描写,可以了解学生的实际生活水平,可以根据这些信息,避免将贫困学生与家庭极其富裕学生安排在一起,从而有效减少贫困学生的心理压力。

(三) 深入学生宿舍,了解学生心理特点

对于刚刚入学的高校新生,他们对校园环境会感到陌生,面这种情况,一些人会有回避和害怕的本能反应,尤其是对一些内向学生来讲,这些反应更加的明显。对此,宿舍管理人员有必要深入宿舍内部,积极与他们进行交流和沟通,消除他们的胆怯、害怕心理,及时了解学生们的实际需要,对他们的困惑和疑虑进行及时解答。通过这样的方式,可以帮助管理人员及时了解学生的性格特点,及时发现他们的心理问题,并且对他们进行有效的心理疏导和干预,为他们健康的生活和学习提供助力。第一次沟通最好是宿舍成员齐聚情况下开展,这样就可以有效回答一些学生共同面对的问题,也可以增进同宿舍人员的了解和情感。宿舍管理人员还应该注意那些不善言辞或者心存疑惑的学生,在日后的管理过程中,要积极与他们进行沟通交流,了解他们的实际需要,从而有效帮助他们消除困惑。

(四) 开展宿舍活动,创建健康宿舍文化

根据掌握学生的实际情况,工作人员可以组织和开展各种形式的宿舍活动,通过这样的方式,为学生提供一个展示自己,相互了解的平台,使他们在参与活动过程中增强自信心,培养他们团队合作精神,强化他们沟通、交流能力,从而促进他们全面发展。例如,宿舍管理人员可以组织和开展校园象棋、围棋、五子棋等棋类比赛,邀请全宿舍楼学生参与其中,通过这样的方式,不仅能够激发学生的兴趣,调动他们的主观能动性,改善宿舍氛围,同时还能够形成良好的宿舍氛围,促使学生结成学习、生活等各方面宿舍伙伴关系,丰富他们的校园生活,促进学生全面发展。

在宿舍管理人员组织活动过程中需要注意地是要有计划、有目的创建宿舍健康文化。在活动过程中,要有目的培养学生沟通能力、表达能力和协作能力,有目的地拓宽他们的视野,强化他们的认知,使他们看到更为广阔的世界。与初中、高中不同,大学更加注重学生综合能力的提升。大学生拥有无限的“自由”,很多新生在这种“无拘束”的环境中,变得无所适从,他们非常容易放纵自我。因此,宿舍管理人员可以通过组织和开展各种活动,使他们学会处理好学习和生活的关系,怎样通过参与各种活动去提升自身的综合能力;怎样通过一些先进的科技产品获取学习信息,而不是简单地停滞在游戏层面,停留在享乐层面。

(五) 构建新生帮扶体系,促进全面发展

为了更好地帮助高校新生更好地学习和成长,避免他们被边缘化,并且为他们心理成长提供强大的助力,高校要根据实际情况,建立和健全心理新生帮扶体系,除了依靠那些专业的心理健康教

育工作者之外,还需要充分发挥宿舍管理部门的作用,对新生进行呵护和关爱,从而为他们心理成长提供一个舒适、健康的环境,管理人员有必要与辅导员、家长取得联系,在两者的配合下,建立协同育人机制,定期与新生的家长们进行沟通,使他们了解新生在学校的学习和生活情况,并且提醒家长也要关注和留意新生的心理健康情况,并且同家长制定协同的心理教育策略,充分发挥家庭的作用。通过这样的方式,及时了解学生的实际情况,对他们的心理问题及时的疏导和干预,使他们形成正确的思想、观念以及认知,为他们未来学习和发展奠定坚实基础

(六) 完善新生监控体系,及时掌握新生心理状态

受到各种因素的影响,高校新生的心理健康状况是不断发生变化的。对此,宿舍管理人员有必要建立和完善监控体系,从而才能够实时了解和掌握学生的实际心理健康状况,并且根据实际情况,对他们进行合理的干预和疏导,将他们的心理冲突和心理健康问题化解在萌芽阶段。可以根据实际情况,定期开展心理健康普查,通过专业、科学的心理测评方式对新生的心理健康水平进行测试,从而帮助高校及时掌握他们的心理动态;也要结合特定的时间节点开展心理排查工作,比如说在开学季、期末开始前夕、春秋季节等重要事件节点,通过约谈、问卷调查以及侧面观察等多种方式,密切关注和留意新生的心理健康水平是否维持在正常水平范围之内;还可以借助信息技术的优势,构建新生心理教育档案,及时记录新生的心理状态,并且将管理人员的管理动作进行记录。这样可以为管理人员下一步沟通、干预以及指导提供依据。

四、结束语

总之,对于高校新生来讲,宿舍是他们的新家,宿舍管理教育替代了举足轻重的家庭教育。在当前时代背景下,高校新生面临着种种困难和挑战,他们极易出现紧张、焦虑、害怕等不良情绪,若无法及时进行调整和疏导,将会对他们高校学习和生活造成严重的影响。这就需要高校宿舍管理人员坚持以学生为导向,不仅要关注学生人身、财务等方面的问题,同时还要注意关注他们的心态、情绪等方面问题,了解他们的实际需要,针对他们面临的问题,通过多种方式和手段,对他们进行教育教学,以此为他们未来学习和发展奠定坚实的基础。

参考文献:

- [1] 韩政. 大学生宿舍管理突出问题与对策分析[J]. 国际公关, 2023(20): 146-148.
- [2] 刘通. 以“家文化”应对高校学生宿舍管理问题[J]. 产业与科技论坛, 2022, 21(07): 275-276.
- [3] 王晓东; 李丹; 阿迪力·阿不都热合曼. 浅谈生活教育思想在高校学生宿舍管理中的应用[J]. 文化创新比较研究, 2021, 5(18): 44-47.
- [4] 朱龙凤; 吕莹. 高职院校新生宿舍人际关系和心理韧性的关系研究[J]. 湖北开放职业学院学报, 2021, 34(09): 49-51.