

# 中职校学生寝室人际关系危机干预的个案分析

## ——以南通卫生高职校为例

张昕月

(江苏省南通卫生高等职业技术学校, 江苏 南通 226000)

**摘要:** 寝室是学生的“第一社会、第二家庭、第三课堂”。近年来, 寝室人际关系危机导致的事件屡屡发生, 引发了社会的强烈反响。对此, 文章以南通卫生高职校为个案, 通过问卷调查法、数据分析法, 对职业院校学生寝室人际关系危机出现的原因及其具体解决策略展开实证分析与积极探索, 旨在构建良好的寝室人际关系, 促进学生健康发展。

**关键词:** 南通卫生高职校; 寝室人际关系; 危机干预; 个案分析

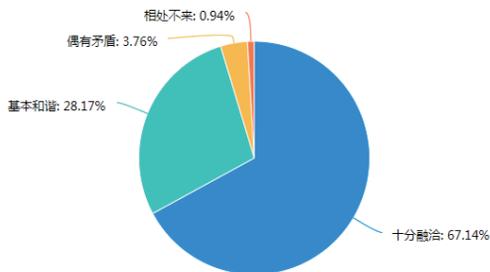
寝室是学生生活、学习的重要场所, 寝室人际关系更是学生人际关系的重要组成部分。良好的寝室人际生态, 无论对学生的心理健康发展、良好习惯的养成, 还是世界观、人生观、价值观的塑造都有着重要的促进作用。研究发现, 近年来因寝室人际关系, 寻求心理援助的学生数量不断攀升。寝室人际关系危机问题的存在, 不仅增加了班主任、辅导员的工作难度, 更是为学校的思政教育工作带来了新的挑战。对此, 笔者通过问卷调查, 对南通卫生高职校学生寝室人际关系现状及其存在问题展开实证分析, 并据此对学生寝室人际生态满意度的提升路径展开积极探索。

### 一、南通卫生高职校寝室人际关系现状分析

本学期开始, 笔者在本学院围绕寝室人际关系做了一次问卷调查, 调查对象主要针对我院的一、二、三年级, 涉及“三系一部”(护理系、药学系、医技系、基础部) 所有一年级学生, 每个专业2个班级, 共8个班级。问卷共发布430份(其中女生人数比例多), 回收有效问卷426份。问卷共包括25个题项, 分别从学生基本信息、寝室人际关系的认知、寝室人际危机处理行为等三个维度出发, 对涉及对寝室人际关系的评价、寝室人际关系危机处理办法、对理想寝室人际关系的看法、对寝室人际关系的满意程度等不同问题展开调查分析。

#### (一) 寝室人际关系质量

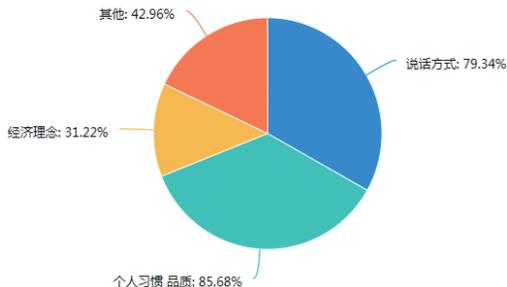
针对“你觉得你当前的宿舍关系是( )”这一问题, 67.14%的学生表示十分融洽, 28.17%的学生表示基本和谐, 3.76%的学生表示偶有矛盾, 仅有0.94%的学生表示相处不来。调查结果说明, 多数学生对当前的寝室人际生态总体满意。



#### (二) 寝室人际关系影响因素

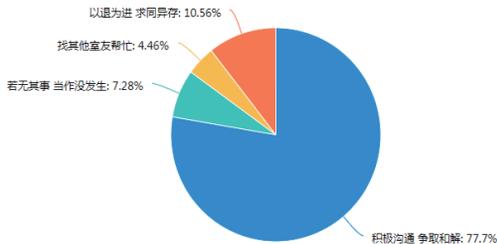
针对“你认为影响宿舍人际关系的因素有( )”, 85.68%的学生认为“个人习惯、品质”是影响寝室人际关系最为关键的因素, 79.34%的学生认为“说话方式”同样对寝室人际关系有着重要影响, 31.22%的学生认为寝室人际关系与“经济理念”息息相

关, 还有42.96%的学生认为寝室人际关系会受到多种“其他”因素的影响。调查结果说明, 在影响寝室人际关系因素上, 个人习惯、品质>说话方式>其他因素>经济理念。



#### (三) 寝室人际关系矛盾处理方式

针对“当你和室友出现矛盾时( )”这一问题, 77.7%的学生表示会“积极沟通, 争取和解”, 10.56%的学生表示“以退为进, 求同存异”, 7.28%的学生表示“若无其事, 当作没发生”, 还有4.46%的学生表示会“主动找其他室友帮忙”。调查结果说明, 学生在处理寝室人际关系矛盾方面, 主要存在以下两个问题: 其一, 当发生人际关系危机时, 几乎不会主动寻求班主任和辅导员的帮助, 从而导致班主任和辅导员在寝室育人中的角色缺位; 其二, 7.28%的学生由于碍于情面或其他原因, 选择若无其事, 当做什么事都没有发生, 不主动、不沟通、不解决, 这些都体现出学生对人际关系危机解决路径认知存在一定的不足。



### 二、南通卫生高职校寝室人际关系存在的突出问题

#### (一) 个体化差异和寝室内质性影响显著

南通卫生高职校学生来自江苏省各地, 不同的成长环境、生活习惯不仅为他们的学校生活注入了新鲜元素、增加了多元色彩, 也在一定程度上增加了寝室同学间、不同寝室间的相处难度, 为学生的融洽相处增加了障碍。另外, 由于经济状况、行为习惯、

性格兴趣等方面的异同,学生们容易形成不同的“小团体”,面对这种情况,寝室内的学生,要么强行融入团体,要么成为“独行侠”,从而加剧了寝室人际关系的分散冲突。最后,随着社会发展,竞争的日趋激烈,即便是同一寝室的同学,有时也会因为各种荣誉、学生干部、文体比赛名额、勤工俭学机会等方面的竞争,导致寝室关系紧张。

### (二) 寝室人际生态缺乏有效制度保障

部分职业院校只注重学生的专业知识、思想品德教育,忽视了心理健康教育,在寝室人际生态方面更是缺乏有效、完善的制度保障。调查发现,包括南通卫生高职校在内的职业院校现行寝室管理制度基本大同小异,主要以检查监督和一系列的奖惩措施,难以从根本上激发学生的自觉意识。因此,当前学校寝室管理工作的重点在于如何激励学生自主、自觉地开展宿舍文明建设,以完善的制度激发学生的主人翁心态,促使学生增强宿舍凝聚力与荣誉感。

### (三) 学生对解决寝室纠纷的路径认知不足

学生作为独立个体,他们在性格、生活习惯以及价值观等方面均存在明显差异。再加上现在很多“00后”学生都是独生子女,由于家庭的过度保护,导致他们中一大部分人的性格、心智发育不成熟,对寝室人际关系缺乏理性认识,在与寝室同学的相处过程中,往往习惯以自我为中心,不懂得换位思考,极易引发寝室矛盾。而在矛盾处理过程中,又因为缺乏主动沟通、交流的技巧,过于情绪化,不会理性思考,也不会主动反思,更不会主动向班主任、辅导员或其他老师寻求帮助,从而导致寝室人际关系更加紧张。

## 三、学生寝室人际生态满意度的提升路径

### (一) 增强文化建设的针对性

寝室人际生态建设的关键在于提升寝室文化建设的针对性。寝室文化主要体现在物质、精神、行为等方面,是校园文化的重要组成部分。良好的寝室文化,具有心理调适、增强寝室凝聚力、陶冶学生情操等功能。实证研究发现,个体化差异、寝室间的异质性,对寝室人际生态有着重要影响。因此,寝室文化建设,需要根据学生不同阶段、不同群体的具体特征,有针对性地开展。例如,针对男女生的性别特点,开展相应的文化建设活动。针对女生寝室,则需要通过主题宣讲等活动,融入心理疏导内容,引导学生了解心理调适方法;而针对男生寝室,则需要加强行为文化建设,帮助其纠正寝室吸烟、彻夜打游戏的不良行为习惯。而针对不同阶段的学生,同样需要开展具有针对性的寝室文化建设活动,如针对新生,可以开展创建文明寝室活动,以帮助他们更好地适应新环境;针对老生,则可开展寝室凝聚力建设活动。此外,还要充分发挥课堂教学以及第二课堂在文化建设方面的双渠道作用。首先要充分发挥思想政治理论课、心理健康教育课等学科教学的主渠道作用,以引导学生树立正确的价值观,帮助学生进行心理调适、疏导人际关系;其次,要积极开展特色团建活动,创设具有时代气息、专业特色的软环境。只有以优秀文化熏陶学生、带动学生,才能切实提升学生对寝室人际关系的满意度。

### (二) 提高制度建设的驱动力

提高制度建设的驱动力,是建设良好寝室人际生态的重要保障。制度建设需要从宏观、微观两个层面入手。宏观层面的制度建设指的是学校在寝室管理方面的顶层设计,主要包括楼长管理制度、考核评价制度、监督机制等,如通过寝室长考评、学生自评、

舍友互评等多种方式,来对寝室人际关系进行综合评价,并将其作为寝室评比的重要依据。微观层面的制度建设,则主要包括如民主生活会制度、寝室座谈会制度等寝室内部的具体制度。微观层面的制度建设的关键在于严格落实寝室公约,如习惯公约、作息公约等。宏观层面,要确保学校寝室管理制度的科学性、完整性、实用性,要在把握原则的基础上,注重创新与实效,要体现刚性制度与柔性管理的统一;微观层面,要尽量避免寝室公约的盲目套用,注重寝室公约的针对性、指向性,做到因症施治。此外,还要积极推动宏观层面制度建设与微观层面制度建设的协同推进,形成协同效应,共同促进良好寝室人际生态的构建。

### (三) 提升寝室人员建设的凝聚力

首先,引导学生树立“寝室是我家”的观念。实践证明,只要学生能够把寝室当成自己的家,把寝室成员当成自己的家人,那么出现寝室人际关系危机的概率就会大幅降低。比如调查问卷显示,超过60%以上的学生认为寝室人际关系是非常融洽的,这部分寝室成员就是把整个寝室当成家,把舍友当成自己的家人,且能够共同参与学校和学院各种活动,构建积极向上、丰富多彩的寝室文化,进而在潜移默化中逐步形成共同的价值观和兴趣。

其次,高度重视新生入学教育时的人际关系教育工作。加强新生入学教育,在做好防盗防骗、校规校纪等相关教育内容的同时,开展寝室人际关系处理的针对性,同样可以有效减少寝室人际关系危机的发生。新生寝室人际关系教育内容主要包括以下几点:1.引发寝室人际关系危机的主要原因,包括性格、经济条件、兴趣爱好、生活习惯等;2.寝室矛盾的表现,包括冷战、言语刺激、孤立他人、网络发泄等;3.如何解决寝室人际关系危机,如换位思考、发现舍友优点、珍惜同学情感等。通过两到三天的专题讲座和观看视频,使学生在面对寝室矛盾时能够及时警惕,及时沟通和解决,从而减少寝室矛盾的发生。

最后,引导学生在出现寝室人际关系危机时,要懂得换位思考。由于生活习惯、经济条件、性格秉性的不同,舍友之间难免会产生一些矛盾、冲突。因此,在日常对学生进行教育时,要让他们认识到,一旦发生寝室人际关系危机,他们都应积极寻找解决危机的途径,要教育学生懂得换位思考,彼此站在对方的角度上去思考问题,这样才会懂得理解他人。和谐的寝室氛围需要双方一起努力,不能是单方面的付出,这样才能够找到寝室人际关系危机产生的根源,彼此用一个理解和宽容的心去对待他人,不断提升寝室凝聚力,解决寝室人际关系紧张的问题。

总之,寝室人际关系关乎大学生个人发展,决定着整个寝室中学生的成长,进而影响校园的氛围。各学校应该重视寝室的管理建设,创新模式,解决现今寝室的普遍问题。创新管理制度,并落实行动。及时发现学生寝室问题,并及时有效地解决。鼓励学生积极学习,养成良好的作息习惯,促进学生的未来发展,推动和谐校园建设。

### 参考文献:

- [1] 王雷,董志凯,刘工力.人际关系基础[M].沈阳:辽宁大学出版社,2018.
- [2] 谢征宇,王静,洪妮.高职院校学生人际关系现状调查与分析[J].中国职业技术教育,2008(23):3.