

# 高校辅导员工作案例分析——记一例大学新生的校园成长记

侯曦煜 黄文军

(宁波卫生职业技术学院 浙江 宁波 315211)

**【摘要】**随着高等教育大众化进程的推进，每年步入大学的新生数量不断攀升。大一新生从高中升入大学，其原本的平衡环境被打破，在诸如学习、生活、人际等方面都面临适应性问题。作为扎根学生工作一线的辅导员，要能够想学生之所想，做学生之所急，采取多种方法和形式帮助新生做好角色转换。本文由群体聚焦个体，具体分析了小琪遇到的学习困境、人际困境和生活困境，并因材施教，为其制定了个性化的解决方案：立足生涯发展，消解学习困境；建立家校网络，消解人际困境；依托劳动教育，消解生活困境。最终，小琪的问题得以解决，也为解决同类大一新生的适应性问题得到了推广性的启示。

**【关键词】**大一新生；适应性问题；角色转换；辅导员；困境

2017年2月27日，中共中央、国务院印发了《关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见》，指出要“加强人文关怀和心理疏导，促进大学生身心和人格健康发展”<sup>[1]</sup>。大一新生，特别是“00”后的新生群体，升入大学后要面临诸多的角色转变，出现适应性问题。这就要求我们思想政治教育工作者要能够及时发现并正确引导，帮助他们树立健全人格<sup>[2]</sup>。

## 一、案例背景

学生小琪是我校大一新生，浙江温州人，家庭条件一般，母亲怀了二胎。开学伊始，她仿佛一位“独行侠”穿梭在教室和寝室，每天情绪都很低落，多次哭泣说感觉坚持不下去了。小琪表示，从高中到大学的转折，自己感到极度不适应，很多问题一涌而出：学习压力很大，因担心挂科而失眠；从未离家这么远，感觉生活无措；室友对自己不热情，孤独感要吞噬自己。

## 二、案情分析

小琪的问题是一个非常典型的新生适应性问题。大一新生面临从中学生向大学生的角色转换，会产生很多的适应性困境：

### (一) “角色转换”的学习困境

小琪担心挂科，对学业感到迷茫，直言不适应大学“自由式”学习。这是新生中普遍存在的学习困境，由于高中制定的目标已经完成，小琪现阶段的学习目标缺失，动力减弱，不可避免的导致压力增加。

### (二) “角色转换”的人际困境

一群不同家庭背景、不同性格特点的“00后”过集体生活，难免会出现小摩擦。再加上母亲有了二胎后，小琪感觉家庭关怀也少了，自己一个人在陌生的环境，孤独感更深了。慢慢的，小琪封闭内心，放弃融入集体，此后与班集体渐行渐远，人际关系的失调严重影响了她的生活和学习。

### (三) “角色转换”的生活困境

“生活无措”是小琪对自己大一初期生活的描述：对图书馆、体育馆、食堂、快递投送点等方位感到无措，对作息安排、学习安排、运动安排感到无措。从饭来张口、衣来伸手到打水打饭排队等候，这些都让她感到慌乱无措。

## 三、案例处理

化茧成蝶必然要经历成长之痛，针对她的情况，我采取以下办法帮助她破茧而出，蜕变成蝶：

### (一) 立足生涯发展，消解学习困境

我和她介绍了职场生涯规划大赛中学长学姐们的成功案例，引导她树立生涯规划意识，帮助她一起确立了“跳一跳摸得着”的学业目标和生涯目标，明确的目标再次激起了她的学习兴趣。

### (二) 建立家校网络，消解人际困境

通过QQ、微信等形式建设家校联络网，及时向家长反馈其子女在校情况。督促其父母共同参与到学生的角色转换，补齐“家庭教育”的短板。同时我还做好其他学生的思想工作，使他们

在这个过程中给予积极地支持和配合，慢慢地让她融入到集体中去。

### (三) 依托劳动教育，消解生活困境

“劳动”托起中国梦，我鼓励她走出校园，走进社区，加入社区志愿实践服务。首先成为心理健康具备独立生存能力的“人”，其次才是德学兼备的“才”。这个效果是显著的，一段时间后，她偶尔会向我抱怨说最近很忙，但我明显发现她很多时候可以独当一面，应该在参加这些活动时有很多收获。

经过一个多月的观察，该生慢慢变得开朗起来，开始主动参加班级活动，听任课老师讲该生在课间也会主动去问问题，上课表现积极，认真听讲。

## 四、案例反思与启示

每年的金秋九月，我们的新生都会在大学适应的转折点再次彷徨。解决好这类问题的关键就在于“务实取信”，通过真正的为学生做实事取得信任，帮助她们完成角色转换。一个辅导员的“务实取信”可以从以下几方面着手：

做有温度的辅导员。大一新生，对陌生的环境多了一份胆怯，因此，帮助学生时，以一个朋友的身份会比一个老师身份更容易走进学生的内心。像照顾弟弟妹妹一样照顾自己的学生，既保有一定威信又让学生感受到了温暖。

做有套路的辅导员。针对校园中的“独行侠”，既要鼓励她积极参加活动，又要营造健康活泼的文化氛围，让她感受大学精神，享受大学生活。同时，利用好QQ、微信等网络社交工具，让她感受到关怀。

做有内功的辅导员。“打铁还需自身硬”，在指导学生制定生涯规划目标的同时，也要求辅导员自身有过硬的生涯规划的技能，能够针对学生的专业和性格特征给出建设性的生涯规划建议<sup>[3]</sup>。

## 参考文献:

[1] 中共中央,国务院.关于加强和改进新形势下高校思想政治工作的意见 [EB /OL].(2017 - 02 - 27) [2019 - 02 - 12 [http://www.gov.cn/xinwen/2017-02/27/content\\_5182502.htm](http://www.gov.cn/xinwen/2017-02/27/content_5182502.htm)].

[2] 代中杰.“三全育人”视角下高校新生适应性问题研究 [J].厦门城市职业学院学报,2019,21(03):93-96.

[3] 方美华,王尚玉,张缅,李辉.大学新生适应期的主要表现和对策 [J].文教资料,2019(27):141-142+160.

## 课题来源:

2020年宁波卫生职业技术学院校级党建思政类课题 (课题编号: 2020SZ06)

## 作者简介:

侯曦煜 (1991—) 女,浙江宁波,宁波大学教育学硕士,宁波卫生职业技术学院辅导员。

黄文军 (1989—) 男,浙江宁波,心理学硕士,助教。