

“95后”大学新生适应能力培养的 班主任工作探讨

刘伟^a, 欧艳辉^b

(湖南科技大学 a. 智能制造研究院; b. 教务处, 湖南 湘潭 411201)

摘要:当前,“95后”已成为大学新生的主体。由于“95后”在认知、情感、行为、身心等方面所表现出的区别性,其入学后在学习、生活、人际交往、心理等方面存在适应性问题。如何让新生迅速适应大学校园生活,培养其适应能力是当前班主任工作的重点。

关键词:95后;大学新生;适应能力;班主任

中图分类号:G641

文献标志码:A

文章编号:1674-5884(2017)03-0100-03

近年来,“95后”大学新生陆续入学,成为在校大学生的主要组成部分^[1]。“95后”属于真正的网络时代人,伴随国家经济飞速发展和信息技术逐步普及而成长,他们的认知、情感、行为、身心等方面都与以前不一样。面对崭新的大学环境,作为大学新生的“95后”,在学习、生活、人际交往、心理等方面都会存在适应性问题,这些问题会直接导致在今后的学习、生活、交友、择业等方面出现困难和矛盾。如何让新生迅速适应大学校园生活,培养其适应能力是当前班主任工作的重点。

1 “95后”大学新生的主要特点

在知识多元化、信息网络化和经济全球化的时代背景下,“95后”大学新生的认知、情感、行为、身心等方面和以往新生相比有着明显的不同。

1.1 认知方面

“95后”大学新生具有较强的学习能力和敏捷的反应能力,思维活跃,对新生事物充满好奇,也具有较强的维权意识和强烈的反叛意识,敢于提出质疑。信息化的普及让“95后”大学新生具有较广的知识面,但是由于缺乏对信息进行深入借鉴和学习的能力,对知识掌握的深度不够。他们中大部分人具有积极健康的社会责任意识,但也有部分新生责任意识薄弱。受国内外多种意识形态冲击的影响,“95后”大学新生理想信念也日趋多元化。

1.2 情感方面

“95后”大学新生自信心强,主见鲜明,但畏难情绪严重,受挫能力较差,抗压能力小,社会责任意识相对较缺乏。“95后”大学新生多数在“4+2+1”的家庭模式中成长,备受呵护,普遍以自我为中心,崇尚个人主义,渴望自我展示和表现的机会,合作意识薄弱,不太注意其他人的感受^[1]。

1.3 行为方面

随着网络工具的盛行,“95后”大学新生能熟练并擅长使用其进行交流沟通。“95后”大学新生敢于突破传统思维,乐于将自己的想法付诸实践,竭力表现与众不同,甚至通过捣乱起哄、衣着怪异等方式

来获得别人的关注。

1.4 身心方面

“95后”大学新生在进入大学以后,自我成人意识逐渐增强,期待以成人的身份来进行人际交往。“95后”大学新生生活方面对老师和家长的依赖性强,自理能力较差;由于娇生惯养、缺乏锻炼,一般体质较弱。在困难面前,往往难以坚持到底而轻易放弃,容易由于心理抗压能力差而显得敏感脆弱。

2 “95后”大学新生适应性问题的表现

“95后”大学新生带着对大学校园的美好憧憬与人生梦想,离开熟悉的环境,步入大学校园,置身于陌生环境中,他们中的大部分由于准备不充分、经验缺乏,入学后在学习、生活、人际交往和心理等方面表现出各种明显的不适应问题。

2.1 学习方面:依赖性学习向自主性学习的转变

中学时代属于应试教育模式,家长和老师已将学生的学习和生活安排妥当,这使得他们学习上存在很大的依赖性。而大学校园属于开放式教学模式,以培养学生的自学能力和学习兴趣为主,对学生的独立性和自主性要求较高。部分大学新生依然沿用中学时代的思维模式和学习方法,习惯被安排,习惯被要求,这样难免会造成学习适应困难^[2]。上课跟不上老师的节奏,课堂内容难以理解,由于不能尽快适应这种转变而焦虑不安,容易产生挫败感,从而对学习失去动力与信心。

2.2 生活方面:父母呵护向独立生活的转变

大多数大学新生都是第一次真正远离家乡、父母和亲友,需要在全新的校园环境中结识新的朋友、接受新的思维模式。中学期间,多数学生就近入学、在家吃住,家长已帮忙处理了生活中大部分问题,作为独生子女的他们基本上是衣来伸手、饭来张口,不用自己操心,使许多学生缺乏独立料理生活的能力和独立处理问题的能力,而大学生活需要学生具备较强的独立自主性^[3]。在转变的过程中,容易出现生活难以自理等问题。

2.3 人际交往方面:狭窄向广泛的转变

人际交往是大学生的重要一课。中学时期,在应试教育大环境下,学生们很少去考虑人际关系问题。进入大学,生活空间扩大,面对全新的环境和陌生的面孔,大学新生的交友愿望普遍比较迫切,但因为性格、喜好、生活习惯等方面存在差异,加之青春期的“闭锁性”特点,交往谨慎,自我保护意识强,感到“知音难觅”,从而容易产生压抑、孤寂、烦闷的心理。部分新生由于初次远离家乡和亲人,情感处于低落状态并且交往中比较被动,羞涩和胆怯,难以从自我的小圈子中走出。

2.4 心理方面:优秀向普通的转变

由于大学学习模式、生活环境的变化,理想的失落与现实的不如意造成新生对以往生活方式的怀念和留恋,导致自我过于紧张、困惑与烦恼。另外,从中学期间的优秀分子到大学的普通成员,容易造成严重的心理落差。这些都会打破他们中学时对大学生活所怀有的美好期待,对大学生活失望而产生孤独无助、怀念过往、焦虑紧张等心理。中学期间,他们的奋斗目标非常明确;如今考上大学,中学时期设定的目标已实现,对于下一阶段新的目标尚未明确,大部分学生容易失去前进的动力与方向,对未来充满迷茫与困惑。

3 “95后”大学新生班主任的具体工作

“95后”大学新生在面临这一系列转变时,可能产生学习与交际的苦恼、郁闷、压抑,目标选择的徘徊、游移,生活的懒散、无助,情绪的焦躁、波动。这时他们期待有一个人能排解心理上的孤独感、失落感,消除心中的焦躁不安;渴望有人指引方向,帮助他们制定一个较明确和清晰的奋斗目标,从而坚定地付诸行动;希望有一个人像父母、长辈那样给予无私的关怀和帮助,给他们带去温暖。作为他们进入大学后遇到的第一位专业老师——班主任,自然成为他们的首选对象。为了不辜负“95后”大学新生的期

待、渴望与希望,班主任要以人文关怀为主,加强新生适应能力的培养。

3.1 加强责任意识,积极发挥班主任作用

班主任只有先明确自己的责任所在,才能在引导新生角色转换、环境适应、明确目标等各方面发挥积极的作用。强化责任意识,通过思想政治教育方式,帮助新生正确认识自我,培养集体荣誉感,正确面对挫折,实现自我定位,使新生尽快适应大学生活与学习。同时注重个人学习能力的培养,不断提升班主任的管理水平和工作业务水平,在工作中常总结、常反思,追求不断进步,最大化发挥班主任作用。

3.2 加强学业指导,培养学生自主学习意识

班主任在新生入学教育中,要充分把握时机加强对学生学习的引导,提高学生对所学专业的兴趣,增强其自主学习意识。一方面开展专业知识教育,让学生了解专业的具体设置、就业情况和发展前景,激起学生的求知欲望与专业认同感,帮助学生制定明确的学习计划,尽快进入学习状态。另一方面引导学生合理利用时间,除了学习课堂知识外,结合课堂外的多种教学资源,吸取新知识。同时,开展职业生涯规划,组织学生听取专家学者的报告或与老师参与座谈等,引导学生综合发展,制订明确的职业发展规划。

3.3 加强生活指导,培养学生健康的生活方式

良好的生活习惯是学生搞好学习、快乐工作和生活的基石。班主任要深入学生群体,加强生活指导。一是帮助学生尽快熟悉校园生活环境,合理安排作息时间,形成良好的作息制度。二要督促学生进行适当的体育锻炼和文娱活动。“文武之道,一张一弛”,做到主次分明、张弛有度、劳逸结合。学习之余多参加一些文体活动,能陶冶情操,扩大交际圈,有利于身心健康全面发展。三是要防止或改正学生长期沉溺于电子游戏、吸烟、喝酒、赌博等不良的生活习惯。

3.4 加强人际关系指导,培养学生社会交往能力

合理处理人际关系是新生入校后面面临的一个重要问题。班主任可以从以下方面对新生进行引导。一是引导新生营造和谐的宿舍氛围,培养健康的宿舍生活习惯,互相理解、尊重、关爱。二是引导新生树立正确的班集体意识、团队协作意识,同学之间互帮互助,团结友爱。三是引导新生依托团组织、学生会等,参与各种团体活动,如素质拓展、秋游等活动,加快融入新环境、增进彼此互相了解,建立新的友谊,锻炼人际交往能力。四是引导新生尊重师长并正确处理与高年级同学的关系。

3.5 重视和关注特殊群体学生,有针对性地进行教育引导

每年新生中往往有部分孤儿、单亲家庭或贫困、心智不稳定等特殊群体学生,他们的性格一般表现为任性、张扬、冲动、固执或孤僻、自卑等。班主任要在新生入校时细心观察,从家庭、性格、特长、兴趣等角度全面了解学生,特别关注特殊群体学生在思想、行为等方面的表现,对思想、行为表现不当的学生进行及时的心理辅导并纠正,对需要帮助的学生给予及时的关怀和帮助,对缺乏信心、胆小懦弱的学生进行及时的鼓励,尽量确保每一个学生都能有良好的心态,能健康全面发展,和谐相处,共同进步。

4 结语

帮助新生尽快适应大学校园生活,是班主任工作的重要内容。班主任唯有全面了解,以学生为本、关爱为先,以制度规范,正确引导新生较好较快的适应大学生活,提高学生适应新环境的能力。

参考文献:

- [1] 任爽.“95后”大学新生入学教育探究——以上海师范大学旅游学院为例[J]. 教育教学论坛,2016(27):73-74.
- [2] 沙炜娟.高校新生教育中的学业适应问题探究[J]. 当代教育理论与实践,2016(8):111-113.
- [3] 闫阳.浅谈大学新生班主任的重要性[J]. 教育教学论坛,2015(6):184-185.

(责任校对 龙四清)