



第二章 适应篇——调整角色适应校园生活

名言警句

校园的生活是苦辣酸甜的，学习是累，却可以从中体会到甜的滋味，尝到胜利的甜头，还能锻炼意志；在嬉戏中，是快乐的；在做题中，能锻炼自己的心志。

校园的生活是充满挑战的，只要一不小心、不认真，就会被别人远远地甩在后面。思维是随时都紧张的。

第一节 中职生活

中职生是社会的一个特殊群体，是指接受过中职教育的人。中职生基础知识相对薄弱，但思维敏捷，动手能力较强，对新事物、新观念容易接受，适应性强。中职生活时期是中职生快速成长的阶段，也是个性形成的关键时期。

中职生入学后，往往要面对生活环境、学习环境、人际关系、管理环境和自身角色转变的挑战。因此，要尽快熟悉中职校园特有的学习和生活环境，完善和健全人格，学会与他人沟通，培养独立生活和团队合作的能力，使自己尽快适应中职生活的方方面面。

中职生活包括学习生活、社会生活和休闲生活三个方面。

一、学习生活

学生应以学习为第一要务，这是中职生活的重中之重。中职生的学习生活主要由课堂



教学、实验操作和专业实习三部分组成。在学习阶段,中职生要深入学习科学文化知识,广泛汲取各种新思想、新成果,不断提高自身素质。与以往的学习生活不同,中职教育期间学习的知识广度和深度有所增加,特别是学科专业方向的确定,必修课程和选修课程的开设,更强调学生学习的主动性和专业化。另外,中职学校有丰富的教学辅助资源,如图书馆和互联网等,这些都是收集资料和掌握信息的重要途径,也是中职生必须掌握的学习方法。总之,广泛涉猎相关知识,掌握科学的学习方法,提高动手能力和创造力,学会自主学习和独立思考问题、分析问题、解决问题,是中职教育阶段中职生学习的重要任务。

二、社会生活

进入中职学校后,不同层级及类型的学生活动组织增多,其中既有学校设置的党、团学生组织,也有由兴趣、爱好相同的同学自愿组织起来的各种学生社团。另外,学生参加各种社会活动的机会大大增加,不论是通过无偿的志愿服务还是有偿劳动,都能更加深刻地接触社会、融入社会,为以后进入社会成为真正意义上的“社会人”和职业者做好准备。因此,中职生应根据自己的特点和爱好选择参与学生组织,合理安排个人时间和精力去积极参加各种活动,在保证学习的前提下,锻炼组织能力、交往能力,发挥自己的特长。

拓展资料 »

中职生社团

学生社团在国外的的发展具有相当长的历史。早在19世纪,一些学校就有了学生的课外活动组织,称为union。当时,这些团体组织带有强烈的行会特点,主要是为了保护教师和学生的利益。美国是一个崇尚社团组织的国家,其社团组织形成可追溯到殖民地时期。第二次世界大战以后,美国学生工作的指导思想逐步由注重智力培养转变为注重“完整学生”的培养,学生工作以“学生人事服务”和“学生服务”为主。在这种思想的指导下,学生课余活动蓬勃发展,作为学生课余活动有效载体的学生社团,逐步成为校园文化中的亮丽风景。

在我国,社团的发展一直相当缓慢。改革开放以后,社团才开始活跃,学生社团也逐步发展并走向繁荣。我国中职生学生社团大致可分为信仰型、学术型、文艺型、实践型四类。信仰型社团是以成员的理想、信念、志向相同为基础而建立起来的,如党章学习小组、马克思主义研究会、邓小平理论研究会等。学术型社团是以满足成员对知识的需求为基础,以提高学术水平和实践能力为共同目的而建立起来的,与专业学习和学术研究结合较紧密的,带有专业实践性质和多学科交流的社团,如数学建模协会、中职生科技协会、未来管理者协会等。文艺型社团是以成员



的兴趣、爱好相同为基础，为满足成员的精神生活需要而建立的非专业化的文化、艺术、体育等方面的学生社团。文娱型社团是高校学生社团的主体，其数量大、种类多，如排球协会、吉他协会、文学诗社等。实践型社团是以进行社会实践活动、勤工助学或提供社会服务为主要内容而结成的社团，如法律协会、无线电爱好者协会、青年志愿者协会等。

三、休闲生活

中职生有充足的闲暇时间可以支配。在校中职生在其课堂学习之余所进行的带有休憩性特征的活动方式及其过程的总和被称为休闲生活。我国中职生休闲生活呈现网络化、个性化、商品化特点。另外，进入中职学校以后，很多学生离开父母独立生活，衣、食、住、行等日常生活都要靠自己安排。因此，如何提高中职生生活自理能力也成为中职生活的重要方面。

第二节 军训

一、学生军训守则

学生在军训期间，要严格要求自己，自觉接受军队化管理，虚心学习部队的好思想、好作风、好传统。军训期间开展“四讲”活动，即讲纪律、讲团结、讲文明、讲风格。学生军训守则有以下九条。

- (1) 热爱祖国，加强国防观念，积极参训，促进德、智、体全面发展。
- (2) 服从领导，一切行动听指挥。
- (3) 勇敢顽强，吃苦耐劳，积极参加军政训练，不断提高军政素质。
- (4) 执行军队条令条例、规章制度，服从管理，严守纪律。
- (5) 认真执行各项勤务，尽职尽责，坚守岗位。

(6) 艰苦奋斗，勤俭节约，爱护公物。不丢失、损坏装备器材，不在建筑物和各种设施上涂写刻画。

- (7) 讲文明礼貌，尊重领导、老师和教练员，团结互助，爱护集体荣誉。



(8) 严格遵守保密守则和安全规定, 防止发生各种事故。

(9) 讲究卫生, 不随地吐痰, 不乱扔瓜果皮核、纸屑等, 保持室内外清洁。

二、生活作息制度

1. 起床

听到起床铃(号)后, 全体人员(除病员)应立即起床(值班人员应提前 10 分钟起床), 按规定着装, 迅速做好出操准备。

未经军训大队首长允许, 不得提前或推迟起床。当前一天集体活动造成熄灯时间超过正常时间 1 小时时, 由大队首长确定推迟次日起床时间。

2. 早操

早操以中队为单位进行跑步或队列训练, 因天气原因不能进行时, 可组织整理内务、打扫卫生或其他集体活动。

早操时间通常为 30 分钟, 除公差勤务和全体病员外, 其余人员都要参加早操, 半休病员到场可不参加训练。

听到出操号令后, 中队值班员应迅速集合整队、清查人数, 向军训教官和中队长报告, 由军训教官和中队长带队到指定场地出操。

3. 整理内务和洗漱

早操后, 整理内务、清洁卫生和洗漱时间不超过 30 分钟。中队值班员要协助中队长检查并整理本班内务卫生, 中队长每周至少要组织三次全中队内务卫生检查。

4. 开饭

按规定时间准时开饭(早、中、晚饭)。开饭前, 以中队为单位整队带到食堂门口唱歌, 然后有秩序地集中就餐, 就餐时保持肃静, 餐毕自行离开。

5. 操课

操课前, 应按科目内容做好准备工作, 以中队为单位集合整队, 清查人数, 检查着装和训练器材, 带队到教室或训练场后, 由中队长向授课教官报告。

操课中, 要认真听讲, 专心操练, 遵守纪律, 严防发生事故。

操课科目改变或转换训练场地时, 应迅速做好训练器材、装备交接工作, 快速有序地转换场地。

操课结束后, 应检查装备、训练器材, 集合整队, 由军训教官讲评后集体带回。

6. 午睡

在午睡(午休)时间, 除执勤者外, 其余人员必须停止各种活动, 卧床休息, 保持肃静, 严禁到处闲逛、打闹。



中队值班员在午睡时间要检查全班人员休息情况，对大声喧哗、来回走动的零散人员要进行制止，令其赶快休息。午睡起床后，应按规定迅速整理好内务，做好操课准备。

7. 课外活动

中队每周必须安排适当的课外活动，并使学生有处理个人事务的时间。课外活动期间，由军训大队统一安排文体活动或自由活动。

8. 晚点名

晚点名以中队为单位于就寝前列队进行，通常每日点名一次，时间不超过 15 分钟，星期日中队也必须点名。

晚点名的内容包括清点人数，当天情况讲评，表扬好人好事，指出存在问题，宣布次日工作或传达命令、指示。晚点名前，军训教官和中队长应商定内容，组织实施。晚点名由中队长集合整队，清查人数，并向军训教官报告。唱名清点人员时，当听到呼名时，学生应立即答“到”，未到者由中队长说明原因。

9. 就寝

中队值班员在熄灯信号前 10 分钟发出准备就寝信号，督促全中队人员做好就寝准备工作。

听到熄灯信号后，学生立即就寝熄灯，不准讲话、吸烟、打手电、点蜡烛，要保持肃静。就寝时，衣物要放置整齐。

三、内务卫生制度

内务卫生制度以大队为单位统一规定。内务卫生要求清洁、整齐、美观，统一有序，符合公寓化管理要求，以便于长期坚持。内务卫生制度具体要求有以下六条。

(1) 床单要清洁平整，被子叠成长 50 ~ 55 厘米、宽 40 ~ 45 厘米，并置于床的一端中间。蚊帐按规定统一挂放。褥子下面禁止放杂物、书籍等。

(2) 床铺下鞋子放置在一条线上，茶缸、牙刷、毛巾、水瓶、脸盆、箱包必须统一摆放整齐。

(3) 室内严禁张贴纸、画，墙面不准钉钉子。课表、作息时间表、轮流值日表应贴在门后。

(4) 保持室内外地面清洁，严禁在室内、走廊上乱扔果皮、纸屑，燃烧废纸，严禁向楼道和窗外泼水、倒垃圾。

(5) 不准随地吐痰，严禁在桌面、室内外墙壁上乱写乱画。

(6) 建立卫生清扫值日制度，保持室内外清洁整齐、美观卫生。



拓展资料 »

“豆腐块”被子折叠步骤

1. 准备

在叠“豆腐块”被子之前，将被子放在平坦床面或地面上，然后将被子铺开铺平。在被子宽略小于1/3处进行折叠，在另一边的1/3处同样进行折叠。注意，应一边折叠一边整理褶皱，最好不要让被子表面出现褶皱。这样，将“豆腐块”被子折叠好后，其表面会更加整洁，视觉效果也会得到极大提升。

2. 折叠

前面介绍了对被子1/3处进行折叠，接下来就是对“豆腐块”被子进行整体折叠。如果被子比较厚，折叠处的宽度应该延长一些，但最好不要超过10厘米，然后沿着隆起部位向上折叠。

3. 整理

在叠“豆腐块”被子的步骤中，最后的整理是一定不能缺少的。叠“豆腐块”被子最后的整理工作可以在很大程度上提升整个被子的整洁度，对于前面没有做好的内容也可以进行调整。整理过程就是将“豆腐块”被子的8个角都“抠”出来，使它成为一个方方正正的“豆腐块”（见图2-1）。在整理过程中，应注意被子的边缘一定要呈一条直线。



图 2-1 “豆腐块”被子

四、军容风纪制度

1. 统一着装

学生应按规定统一着装。

- (1) 参训学员应按照规定穿戴。
- (2) 必须戴正军帽，扣好衣扣，不得卷起裤腿、披衣敞怀，内衣下摆不得外露。
- (3) 男生不准留长头发和胡须；女生不得烫发，涂口红，戴戒指，戴项链。

2. 着装分类及要求

军训着装分军服、训练服和便服。应按具体要求选择合适的着装。



- (1) 隆重集会时着军服，授课时间统一着军服或训练服。
- (2) 外出时应着便服，严禁军服、便服混穿。
- (3) 除体育活动外，离开宿舍不得赤脚或只穿背心，不得穿拖鞋。

3. 军容礼仪

军训时，学生应注意以下基本军容礼仪。

- (1) 听取上级讲话和回答问题时，态度要端正。听到上级呼唤自己时应立即答“到”，接到首长命令、指示后应回答“是”。
- (2) 进入首长、上级室内前应敲门喊“报告”，进入首长、上级室内后应自动立正。
- (3) 穿军服时不准袖手或将手插入衣袋；不准边走边吸烟，吃东西，扇扇子，不得勾肩搭背；严禁喝酒。
- (4) 参加集会时必须着装整齐，按规定时间、顺序入场，按规定位置就座；遵守会场秩序，不迟到，不早退，散会时按照指挥要求依次退场。
- (5) 外出时要遵守公共秩序，注意言谈举止，讲究文明礼貌。

五、请假、销假制度

学生军训期间，请假、销假列入学生军训考核项目。学生因故需要外出或因故不能参加训练，必须逐级请假，按时归队销假，严禁私自外出或旷课。因生理缺陷或疾病不能参加军训者，应在军训前提前申请，并出具学校指定医院的诊断证明，经校医务部门确认，可以暂缓或免其军训。军训期间因病不能参加训练者，应持医务部门诊断证明，事先办理请假手续；军训期间原则上不得请事假。

人员外出必须逐级请假，按时归队销假；未经领导批准不得外出，各级领导要严格控制请假的范围、时间和人数，不得超越权限批假。每次请假在半天之内的由军训教官批准，学生科盖章（每生累计不超过1天）；每次请假在1天之内的由军训教官和班主任联合批准，学生科盖章（每生累计不超过2天）；超过1天的，由军训教官和班主任签署意见，报军训大队批准，学生科盖章。请假一次满4小时的均应记入考勤。

未办理请假手续，擅自不到操（课）均按旷课处理；虽准病假，但擅自离校或超假者一律按旷课处理。

节假日人员请假外出比例不超过20%。

对病员，根据病情或医生诊断建议，给予全休或半休。

承训部队官兵请假必须经军训大队批准。



第三节 辅导员



微课
初识辅导员

辅导员是指从事辅导工作的人员。辅导员制度是目前中职学校普遍采取的一种学生管理制度。新生入学时,从高年级学生或教师中挑选专职或兼职人员担任学生的辅导员,从事学生的思想政治教育、心理辅导、学生管理以及学生党团建设等方面的工作。每个辅导员一般管理一个或数个班级。

一、辅导员的角色定位

辅导员这支特殊的队伍在中职生日常学习、生活中扮演以下几种主要角色。

1. 中职生日常思想教育与管理的工作者、组织者和指导者

辅导员处在中职生思想政治教育的第一线,中职生日常教育主要由他们来组织实施和引导。辅导员要紧密围绕中职生学习、生活中的实际问题,开展日常思想政治教育活动,指导学生党支部和班委会建设,负责与思想政治教育有关的日常管理工作,指导和组织开展各种专题教育,培养学生党员和学生骨干。

2. 中职生的人生导师

辅导员是特殊的教师,是学生灵魂的工程师。辅导员就是辅导教师,其应用自己的知识、经验和感悟辅导学生,做好专业课程教育之外的日常思想政治教育工作。特别是在中职生世界观、人生观、价值观形成和变化的关键时期,辅导员发挥着相当重要的教育和引导作用。

3. 陪伴中职生健康成长的知心朋友

辅导员要与中职生融为一体,做知心朋友。只有做知心朋友,才能深刻了解中职生,才能正确辅导中职生,才能教学相长,才能做好中职生的人生导师,才能胜任中职生日常思想教育与管理的工作者、组织者和引导者的工作。



案例故事

一位辅导员的自述

小琳，女。入学时，她性格内向，少言，较少与人交往；家里人口多，家庭经济困难，父亲是唯一经济支柱。她在是否继续完成学业的问题上精神压力较大。入校一年间，更是由于父亲意外受伤、妹妹突然病故等情况，压力急剧加大。这使得她对学生生活逐渐失去信心，情绪消极，曾几度想弃学打工，帮助家里减轻经济负担。

虽然小琳因家庭生活压力曾在学习过程中有过中断学习、辍学的想法，但受挫后的她又重新振作了起来。在这件事情上，作为她的辅导员，我是这样做的：

1. 了解并帮助小琳分析当前问题，给予相应的解决方法与指导

学生在遇到困难时，因缺乏经验和全局观念，常常会出现如自暴自弃等较为极端的行为。这时，作为辅导员，我会通过合适的方式，如找一个较为清静、不受打扰的地方与学生进行较深层次的沟通等。只有切实了解到学生的情况，才能采取更好的措施。小琳在问题发生时，曾有过“找不到努力的方向”“无法走下去”等迷茫的想法。此时，我积极通过各种途径与她沟通，将现有的问题——分解成各个阶段的小目标，鼓励她在不同的阶段将问题——解决，帮助她将问题分解，这样能让她享受解决问题的过程。

2. 积极、正确地联合同学和家的力量

在处理小琳情况的过程中，我没有回避与家长沟通。发现小琳的问题之初，我就时常与小琳的家长反映孩子的表现和心理状态，并积极动员家长给孩子加油打气。当孩子出现对未来缺乏信心的问题时，家庭成员给她的鼓励对她的影响是潜移默化的。此时，我会同时做好家长的心理工作，联合家长一起给予孩子信心和正面的鼓励。

校园生活中，学生们之间的关系非常密切。因此，我积极发动其他学生，尤其是班干部和她的舍友，要求他们发挥好带头作用，在班级、宿舍召集开朗的学生主动联系小琳，让小琳感受到校园生活的美好，有归属感。

家长和学生的鼓励在解决问题的过程中发挥了巨大的积极作用，这对小琳重新树立信心尤为重要，也让我的工作事半功倍。

3. 教师的期望对学生的进步产生了巨大作用

教师期望效应是一种激发个人能力的心理潜力、提高学习效果的暗示手段。它运用了暗示在心理态度建立与习惯养成方面的作用。因此，在处理小琳的情况时，我有意识地向其灌输我对她的期望，平时通过情感、语言和行为影响她，使她感受到自己被重视，变得更加自尊、自爱、自信、自强，从而使包括心理健康在内的各方面得到了发展。



小知识 »

用爱帮助，用心呵护

自信心是心理健康的需要，也是人际交往的需要。自信的人更勇敢、更果断、更谦虚，这些都是一名中职生应当具备的素质。从小琳的案例中，我们得出几点启示：

1. 建立多种联系方式，用爱创造良好的环境

大多数家庭经济困难的学生存在自卑心理。面对中职生活全新的环境，他们有的用冷漠的态度建立起心理防线，未对中职学习建立起信心，很难融入中职学校这个大家庭。作为辅导员，必须起到凝聚每位成员、带领大家营造和谐校园的作用。可以通过短信、QQ、微信等途径与贫困学生取得联系，也可以直接到学生宿舍关心贫困学生的生活状态，在与他们沟通过程中投入情感；同时，通过组织各种形式的教育活动使这些学生在与同学交往的过程中感受到被关爱，在学习中克服不良的心理障碍，重新认识自我，培养健康的心理素质，在轻松愉快的氛围中成长，全方位发展。

2. 贫困学生的成长需要物质援助，更需要心理帮扶

对于不少贫困学生来说，他们不仅需要物质的援助，更需要心理上的关注。部分贫困学生从乡村来到城市，物质上的贫困导致他们出现自卑、敏感、多疑、过度自尊等问题。此外，他们因为物质条件的限制，在文艺、体育、娱乐等方面缺乏经验和锻炼，交往的意愿不强，能力低下，心理调节能力也相对较差。因此，关注贫困学生的成长不仅需要让他们学会在生活中自立自强，更需要引导他们树立自信心，学会宽容和与他人交往，使他们融入集体，在中职生活中找到自我，找到未来的目标和希望。

3. 永远对自己的学生抱有希望

正如教师期望效应所证明的，学生的智力发展与教师对其关注程度成正比。辅导员是学生的老师，同时也是学生的朋友，他们所影响的不只是学生的智力发展，还有品德的发展。中职生正处于人格成熟期，中职生活对其影响将是意义深远的。在此期间，教师对学生的期望应该是合情合理、有可行性、有挑战性和持久性的。能帮助学生在辅导员的期望下塑造健康的人格，克服遇到的困难，这是辅导员最大的成就。

二、辅导员的岗位职责

长期以来，关于辅导员的岗位职责与角色定位，人们有各种各样的界定。20 世纪 90



年代以来,随着我国社会主义市场经济体制的建立、知识经济初露端倪、教育改革迅猛推进等外在环境的急剧变化,加之教育者、教育对象自身的变化,人们对辅导员角色的调整及其职责范围的延展有了不同的理解。

辅导员集教育、管理、服务于一身。辅导员、班主任是中职生思想政治教育的骨干力量,辅导员按照党委的部署有针对性地开展思想政治教育活动,班主任负有在思想、学习和生活等方面指导学生的职责。也就是说,辅导员应遵循思想政治教育工作的客观规律和当代中职生长成才规律,坚持社会主义办学方向,贯彻落实党的教育方针,开展以思想政治教育为主要内容的学生德育工作,并从以教育为出发点的管理和服务等各个方面指导学生的成长。

1. 辅导员是中职生灵魂的铸造师、人生的导师

作为辅导员,要及时掌握中职生的思想政治状况,特别是要了解中职生关心的热点问题、焦点问题,并针对这些问题及时进行引导,尽量把矛盾和冲突等不和谐因素消灭在萌芽状态,维护好校园的安全和稳定。要积极指导和组织学生开展形式多样的教育活动,把中职生理想信念教育、爱国主义教育、公民道德教育、素质教育等方面的任务要求渗透到活动中,落实到行动中。积极指导学生党支部和班委会建设,做好学生骨干培养工作,激发学生在教育过程中的积极性、主动性,有效地将学校教育 with 中职生自我教育结合起来,充分发挥教育合力作用。依照校规校纪和有关法律法规,加强对学生的日常管理。加强学生的学风建设,通过及时了解学生的学习状况,帮助学生明确学习目的,端正学生态度,严格学习纪律,促使其自觉养成严谨务实、勤奋好学的学风。加强学生信息管理工作,认真做好奖学金、三好学生、优秀学生干部等的综合测评和评优奖励工作,确保公开、公平、公正。及时表彰先进,积极做好后进生的转化工作。对违规学生进行批评教育,并按照规定进行处理。做好学生的学年鉴定和学籍、档案管理工作等。

“辅导员的工作归根到底就是引导学生成长成才。”这是上海某校专职辅导员刘老师经常挂在嘴边的一句话。他认为,在学生的教育工作中理想信念教育非常重要,好比盐对于做菜来说是必不可少的,但不能说盐很重要就只放盐,而应该把盐同其他作料一起做成美味佳肴让学生品尝,让其通过切身感受认识到盐的确很重要。在他的班级里,有一位学生思想比较偏激。刘老师与这位学生接触后了解到,家庭原因及某些个人认识问题造成了该学生对党和政府有比较偏激的认识。刘老师及时运用马克思主义辩证原理以及我党在加强党的建设中所采取的措施等及时对他进行开导,并带他参观了上海浦东,让他了解改革开放以来上海乃至全国所取得的成绩,使他对党和政府有了全新的认识。这位学生的性格也渐渐变得开朗起来。刘老师有意识地安排他担任班级组织委员,很快他就赢得了其他同学的信任,并在后期经过刘老师的介绍光荣地加入了中国共产党。

2. 辅导员不仅是中职生的人生导师,还是“服务员”

中职生辅导员应树立“以学生发展为本”的服务意识。其在配合学校有关部门共同为



学生学习、生活等营造良好氛围的同时，还应观察和了解不同学生在不同发展阶段中遇到的具体困难，主动为学生提供建议或及时为他们解难事、办实事。辅导员负责学生贷款、勤工助学、减免学费、困难补助发放等工作，还负责开展就业指导和其他服务工作。

案例故事

中职生的“服务员”

小吴从1997年毕业留校就开始担任辅导员工作，她坚持全心全意为学生服务的宗旨和“以人为本”的工作理念，为学生办实事，保证他们全身心地投入学习和工作中去。一次，一名学生在做完家教返校的路上被疾驶而来的汽车撞倒，造成骨折。当天深夜，小吴接到电话后立即赶到医院，认真安排救助工作，并对善后工作做了布置。在后来的治疗过程中得知学生经济困难时，小吴带领全体辅导员为该学生捐款，垫付了部分款项。受伤学生家境贫寒，如果不能获得全部理赔就意味着其要承担来自肉体和精神上的双重痛苦。学生家长身在外地，与肇事者及相关方的交涉能力有限。小吴毅然承担起为学生争取理赔的工作。她与几位教师亲赴交通事故处理中心十余次，积极探讨解决办法。经过半年多的交涉，事情终于得到了圆满解决。

3. 辅导员开展的思想教育工作是思想教育与心理健康教育的有机结合

辅导员应经常性地与学生开展谈心活动，有针对性地帮助中职生处理好学习、成才、择业、交友、健康、生活等方面的具体问题。应注意把解决实际问题与思想教育结合起来，在物质帮助、释疑解惑过程中帮助中职生提高思想认识和精神境界。结合中职生的身心发展特点，积极开展各种形式的心理健康教育活动，引导中职生养成良好的心理品质和自尊、自爱、自律、自强的优良品格。

案例故事

细致的辅导员

“做辅导员一定要细心，对学生集体和个别学生的思想状态、心理健康情况要做到心中有数。”某中职学校辅导员小赵老师一直这样认为，并把思想教育和心理健康教育作为拉近与学生距离、了解学生真实想法进而做好各项工作的基础。一名新生因为对学校的师资和教育设施不满意，经常发牢骚，甚至在宿舍乱摔东西，放弃学习，整天无所事事，对其他同学的态度也不好。宿舍舍友都担心他会惹什么麻烦。小赵老师通过与他私下交谈，以关心、坦诚的态度详细了解他的情况，得知这名学生对学校的条件很不满意，对一些课程的学习也很不适应，导致压力过大，出现以上问题。小赵通过换位思考和经常贴心交谈，用事实来说明学校和专业的优势，给他鼓励，增强他的自信心，缓解了他的心理压力，并安排其他同学在学习上帮助他。之后，这名同学思想和心理状况有了明显好转，人际关系处理好了，学习也有所改善，成绩一直稳步提升。



4. 辅导员应帮助中职生提高克服困难、经受考验、承受挫折的能力

辅导员在日常的工作中会有意识地让学生面对困难和挫折,培养其信心,丰富其经验,进而提高学生克服困难、承受挫折的能力。人的生活不可能总是一帆风顺的,难免有种种意外的打击和挫折。如果缺乏心理准备,就容易在困难到来时陷于被动,造成心理失衡乃至精神崩溃。只有经历了大大小小的困苦与挫折,人们才会在与困难做斗争的过程中提高自己克服困难、走出困境的勇气与能力,并建立起勇敢迎接命运挑战的心理准备,形成一种“不管风吹浪打,胜似闲庭信步”的泰然心境。

案例故事

辅导员的岗位职责——增强学生自信心

北京某校一名中职新生刚入学时英语基础很差,英语老师讲课他基本听不懂,也不敢参与课堂讨论、回答问题。特别是几次考试成绩非常不理想,使他备受打击,开始怀疑自己的能力,甚至产生轻生的念头。辅导员小张了解这种情况后,一方面主动找他谈心,用许多真实案例鼓励他克服困难,摒弃自卑心理,建议他从基础入手,重点记单词、练听力,多花时间加强训练;另一方面安排英语成绩好的同学主动和他交朋友,帮助他学习英语语法和词汇,还给他找了一份教外国人学汉语的兼职工作,以提高他的英语听说能力。经过一年的努力,这名学生的英语水平显著提高,让人刮目相看。

三、辅导员的素质结构及素质要求

(一) 辅导员的素质结构

素质反映的是多种心理品质的综合结构。人们对素质内涵的界定呈现出的多角度、多侧面和多向度等特点,使人们对素质的结构和分类的看法也迥然不同。有的学者依据教育内容划分素质结构,有的按照教育目的划分素质结构,有的按照素质的功能与作用来区分素质结构,还有的从层次上对素质结构进行划分。

尽管如此,仍不难发现,素质结构主要包括三个方面:首先是以促进个体社会性发展为主的素质,包括思想政治素质、道德素质和综合业务素质(专业素质);其次是以促进个体的个性发展为主要功能的素质,即个体的心理素质;最后是前两个方面赖以存在和发展的物质基础的素质,即健康素质。

中职生辅导员具备良好的素质、合理的素质结构,是履行其岗位职责、做好中职生思想政治教育工作的基础和前提条件。中职学校辅导员的选聘,必须坚持“政治强、业务精、纪律严、作风正”的标准,要具备“德才兼备、乐于奉献、潜心教书育人、热爱中职生思想政治教育事业”等条件。此外,专职辅导员还应该“关心热爱学生,善于做中职生的思想政治工作,具备较强的组织管理能力、群众工作能力以及语言和文字表达能力”。



（二）辅导员的素质要求

1. 具有过硬的思想政治素质

思想政治素质至关重要，辅导员是中职学校坚持社会主义办学方向、保证培养的人才成为社会主义建设者和接班人最直接的教育者与实施者。辅导员应满足以下三点思想政治素质的要求。

（1）辅导员在思想上要不断追求进步，以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观作为自己的行为指南，对党的路线、方针、政策要有较为深刻的认识和理解，特别是对党在新时期的教育方针要有深刻的领会，要有较高的政策理论水平和实际运用能力。

（2）辅导员在实际工作中要始终拥护党的路线方针政策，政治上、思想上和言行上坚决与党中央的要求保持高度一致，具有较高的政治敏锐性、政治洞察力和政治分辨力，具有坚持真理和服从真理的政治品格。

（3）辅导员要遵守宪法和法律，认真贯彻落实党和国家的教育方针，履行《中华人民共和国教师法》（以下简称《教师法》）和学校规定的各项义务。

2. 具有高尚的道德素质

首先，辅导员要树立起符合时代要求和创新人才培养要求的德育观，在工作中做到敬业爱岗，乐于奉献；忠诚党的教育事业；热爱学生和学生思想政治教育工作，树立正确的社会主义荣辱观。其次，辅导员要注重个人良好品德的培养，注重自身举止的文明修养，做到慎独；能正确处理个人与国家、集体与他人的关系；品行端正，诚实、谦虚、公正、廉洁，以身作则，为人师表，具有良好的师德和团结协作精神。

3. 具有较强的综合业务素质

21 世纪要培养具有创新意识的人才，这意味着辅导员要具备相当程度的综合素质，具备多种知识技能，成为复合型人才。辅导员是学生在学校成长最直接的引导者，学生个人在成长中所遇到的思想困惑、心理障碍、人际交往、专业学习、发展方向、职业选择等诸多问题都需要得到辅导员的正确引导。首先，要求辅导员应具备较强的教育学、管理学、心理学、历史学、职业咨询、学生事务管理等方面的专业知识和实践能力；其次，要求辅导员熟悉中职生的思想和心理特征，掌握中职生教育与管理工作的一般规律、方法和基础知识，具有较强的组织管理能力、调查研究能力以及语言和文字表达能力，并且在工作中能“以学生为本”，能够面对不同的对象、事情、场合因材施教，采取不同的态度、手段、方法；最后，要求辅导员能够善于观察，勤于总结，勇于创新，具有一定的科研能力，能够不断研究新问题、新情况，提出新思路、新举措。

4. 具有良好的心理素质和健康素质

这里的健康包括身体健康和心理健康两个方面。辅导员身心健康水平对其思想教育工作的有效性具有不容忽视的影响。由于辅导员工作繁杂、琐碎，加之要处理许多突发事件，这就要求辅导员做好以下两点。



(1) 辅导员不仅要身体好,还应具备良好的心理素质,既能应对工作本身带来的体力消耗,又能积极调节自己的心理状态,适应环境。

(2) 辅导员应有效、富有建设性地发展和完善个人生活、提高心理素质,包括完善自我意识,正确认识辅导员角色;培养广泛的兴趣、爱好,积极参加学生活动及社会活动;培养较强的责任心、事业心;培养与他人及社会环境和谐相处的情绪情感;培养较强的自信心和接受现实挑战的勇气;培养专注于自己的工作和学习的坚强意志。

总之,新时期中职生辅导员应成为集教育、管理、服务和教学科研于一身的教师,应引导中职生树立正确的价值观、人生观、世界观,树立远大的目标和崇高的理想,帮助中职生正确面对成才道路上所面临的学习、生活、工作等诸多挑战,服务并帮助解答学生在发展过程中需要解决的各种问题,研究当代中职生思想政治教育所面临的新课题,探索新方法。而要真正履行好中职生辅导员的岗位职责——主要是从事学生德育和思想政治工作,从事学生日常行为管理、教学辅助、就业指导、心理健康教育、素质教育和校园文化活动的组织协调以及学生事务有关的其他工作,需要具备结构合理的素质。辅导员的素质关系着中职生的德育质量和校园生活质量,关系着中职生人才培养的质量。在中职生辅导员素质结构中,思想政治素质是首要的素质,道德素质是灵魂,业务素质是核心,心理素质和健康素质是基础和前提,各种素质相互关联,缺一不可。

第四节 校 园



微课
熟悉校园环境

刚进入中职校园的新生对自己所在的地方一无所知,对这里充满了好奇,也充满了迷茫。辅导员带领学生一起逛校园是帮助中职新生认识中职生活的第一步,这一环节对于中职新生来说是非常必要的。如果没有这一环节,中职新生就需要花比较长的时间来认识了解学校。当然,适应中职生活还需要更长的时间。新生自己逛一遍校园,在没有人讲解的情况下,收获是有限的,其通常只是大概地了解学校的外部环境,而对于学校其他方面,则可能知之甚微。当然,逛校园也需要有重点,这里主要介绍与中职生活息息相关的宿舍、食堂(或餐厅)和图书馆等。

一、宿舍

中职生的宿舍文化是以学生为主体,以宿舍为主要活动空间,以校园精神为主要特征的一种学生共同创造和享受各种文化形态的群体文化,是促人向上的精神力量,能引导中职生树立正确的人生观、价值观、世界观,是校园文化的重要组成部分。



拓展资料 »

宿舍的特点

(1) 宿舍楼的形状。常见的宿舍楼有板楼和塔楼，还有回字形的筒子楼。塔楼一般指高层楼房；板楼一般指多层楼房，高层板楼易造成狭窄的视野及局促的空间而不便居住，所以一般不用于学生宿舍。

(2) 西方人不喜欢 13 这个数字，东方人不喜欢 4 这个数字，所以有的学校学生宿舍楼是没有这两个楼层号的。

(3) 居住在临窗的上铺或临门的下铺时，要注意及时关闭门窗，以免患感冒或中风等疾病。

小知识 »

向中职生介绍宿舍

宿舍是中职生每天待的时间最长的地方，很多新生在到学校之前就通过网络等途径了解学校的住宿情况，如宿舍楼的新旧程度，每个房间有几个铺位，宿舍收费情况，等等。

向新生介绍宿舍时，首先，要介绍校园内有多少栋宿舍楼，有哪几栋是高层，是男生宿舍还是女生宿舍，以及具体的分布情况等。这样可以让新生更好地了解自己所在的宿舍楼的位置，准确地了解其他宿舍楼的具体位置。其次，要简单介绍学校宿舍管理规定，如不允许男生进入女生宿舍，宿舍楼每天的熄灯时间，等等。然后，结合所带领的新生实际情况，逐一详细地介绍每栋宿舍楼的具体情况，如宿舍楼的具体楼号，每栋宿舍楼有多少层，等等。最后，可以介绍一些有关宿舍楼的历史或小故事，以加深这些宿舍楼在新生心中的印象。

在介绍宿舍时还应该详细地讲解高层宿舍楼的电梯情况：电梯在哪些楼层停，是不是低的楼层不停；楼梯在什么位置，卫生间在哪里，每个楼层有几个卫生间；逃生通道在哪里，遇到危险时如何逃生；每个楼层的宿舍号都有什么特点，新生的宿舍是在阳面还是在阴面，宿舍有没有阳台；宿舍里有几个插座，具体在哪里，使用是否安全、方便，宿舍里的各种设备是否齐全且可用……

如果条件允许，在介绍宿舍时可以领着大家进去看看，了解各栋宿舍楼的特点，这样可以避免讲解式的枯燥，增加学生逛校园的乐趣；还可以增加宿舍文化的交流，使学生们改变以往的宿舍观念，认识中职生宿舍的风格。



二、食堂

中职学校食堂和中学食堂的作用不太一样，中学的生活匆匆忙忙，食堂的作用基本上是为学生和老师提供餐饮，而中职生食堂不仅仅充当这个角色，同时还是中职生们聚会、交流的场所，对增进同学间的友谊有很大的作用。饮食文化是学校文化的一部分，而且是不可或缺的。中职学校食堂是学校的一大文化标志。另外，饮食一直是大家关注的问题，如果学校的饮食不好，学生对学校的印象也会受到影响；如果学校的食堂非常受欢迎，那么学生就会增加对学校的认同感。

中职学校一般都有不止一个食堂，而且各个食堂都各具特色。了解食堂先要从其所处位置和楼层情况开始。要把每个食堂的特点及是否有民族食堂等情况了解清楚，以便大家能根据自己的口味及生活习惯进行选择。

案例故事

河北某校新生的校园体验笔记——食堂游记

学校一共有两所食堂：大食堂和五食堂。

去大食堂的学生最多。大食堂一共有三层，外加一个回族餐厅。大食堂的一楼大部分是家常饭菜，价格比较实惠；也有特色小炒，价格比较高；还有拉面、馄饨、煮方便面等，拉面每天都很受欢迎。一楼的人数是最多的，每天的饭菜不是一成不变的，食堂会给大家带来新的口味和尝试。三楼都是些特色小吃，如瓦罐汤、脆皮鸡、鸡公煲、米线、小笼包、各种粥等，还有包间，一般可用于小型聚会。三楼的价格整体上比一楼和二楼要高，因为都是些技术性稍高的饭菜。三楼的特点决定其人数是三个楼层中最少的，但三楼供餐一直到晚上九点，它是最晚关门的。二楼的风格介于一楼和三楼之间，每天的人也很多。食堂的每个楼层有两个取筷子的地方，盘、碗由卖饭窗口提供。吃完饭后同学们自觉收拾好碗筷。打饭一般使用饭卡，饭卡可以和银行卡绑定，饭卡上没钱时学生可从银行卡自动转钱到饭卡上。如果没带饭卡，可去食堂卖饭票处购买饭票。大食堂的西门旁是回族餐厅，因为学校的回民较少，故回族餐厅只有一层而且比较小，但是餐厅里的饭菜也很可口，种类也不少。

去五食堂吃饭的人大部分是男生。五食堂饭菜的风格和大食堂有明显的不同，米饭稍硬但比大食堂的好吃，炒菜都很有特色，但分量相对少，食堂的烧卖不错。另外，还有皮蛋瘦肉粥、燕麦牛奶、豆浆、八宝粥、小米南瓜粥等，都很美味，但价钱也比较高。五食堂的整体格调比大食堂要高，所以好多情侣除了去大食堂的三楼外，也会去五食堂。

三、图书馆

高尔基说：“书籍是人类进步的阶梯。”图书馆则是人类积累知识、保存文化遗产的宝库，是传播、交流知识和信息的中心，它被人们誉为“智慧和知识的海洋”“无言的教师”“永恒的朋友”……中职学校的图书馆是学校信息化的重要基地，被誉为“学校的心脏”“知识的宝库”“知识的喷泉”“学校的第二课堂”，直接承担着培养人才的重任。



在中职学校能取得多少学习成果，很大程度上要看学生对学校图书馆的运用程度。中职学习阶段主动学习取代被动学习，学生在可支配较多自由时间的同时，也面临着更为艰巨的学习任务。

图书馆是知识的殿堂，是信息的集散地，也是众多学生上自习的最佳场所。在这里，学生不但可以像在教室里一样看书学习，而且可翻阅许多文献资料。教师在课堂上讲授的往往是本专业最基本的知识，而图书馆则配备有各个专业的多种教材、参考书籍和学术刊物等，这些资源不仅有助于学生加深对课堂教学内容的理解，并作为适当的知识拓展，而且有助于学生了解本专业的基本情况、前沿课题和发展动向。很多即将毕业的中职生感慨：“中职生活离不开图书馆。”因为他们充分了解了图书馆在中职生活中的重要地位，认识到了自己要学什么以及图书馆可以提供什么。

小知识 »

世界十大图书馆

- (1) 美国国会图书馆：华盛顿。
- (2) 俄罗斯国立图书馆：莫斯科。
- (3) 中国国家图书馆：北京。
- (4) 俄罗斯国家图书馆：圣彼得堡。
- (5) 大英图书馆：伦敦。
- (6) 哈佛大学图书馆：马萨诸塞。
- (7) 法国国家图书馆：巴黎。
- (8) 莱比锡图书馆（属于德国国家图书馆）：莱比锡。
- (9) 日本国会图书馆：东京。
- (10) 法兰克福图书馆（属于德国国家图书馆）：法兰克福。

中国十大图书馆

- (1) 中国国家图书馆：北京。
- (2) 上海图书馆：上海。
- (3) 南京图书馆：南京。
- (4) 中国科学院文献情报中心（国家科学图书馆）：北京。
- (5) 北京大学图书馆：北京。
- (6) 重庆图书馆：重庆。
- (7) 山东省图书馆：济南。
- (8) 四川省图书馆：成都。
- (9) 天津图书馆：天津。
- (10) 广东省立中山图书馆：广州。



第一次逛图书馆时，首先要注意看图书馆布置图，以便快速了解图书馆各服务系统的分布情况，而且还要留意开馆时间、馆藏分布等信息。中职学习阶段是中职生世界观、价值观、人生观形成的重要时期，较快地了解图书馆，就可以充分利用图书馆里的资源，多读书，读好书，使个人汲取知识，获得提升。

进入图书馆借书时一般都要携带借阅证等证件，每次可借阅图书的数量和借阅时间都是有限制的，对即将超出借阅时间的图书要及时续借，否则将会受到一定的处罚。当然，处罚不是目的，目的是让馆藏图书有效流通起来。

学校里的图书馆一般由图书借还处、书库、阅览室等部分组成。图书借还处是借阅图书的地方，这里会记录图书的往来信息、借阅人情况、借阅时间等。书库是藏书的地方。阅览室是图书馆的服务设施，是为读者在馆内使用资料提供的专门场所。阅览室分为书刊阅览室（普通阅览室）、期刊阅览室、电子阅览室。书刊阅览室一般多见文艺、科技、社科及外文等方面的图书，专业性不强；期刊阅览室是供人们查阅期刊资料、文献的地方，主要收藏有外文期刊、科技期刊、社科期刊；电子阅览室是指以计算机技术、网络通信技术为基础，融电子型文献（如磁盘、光盘、网络服务等）阅览、咨询、培训、服务为一体的现代化多功能阅览室。进入阅览室前把包和随身物品寄放到寄存处，一般图书馆规定读者不能携带自己的书进入。图书馆是公共场所，不能大声喧哗，不能吃东西，更不能吸烟，还要把手机调成静音或振动状态。

拓展资料 >>

电子阅览室与机房、网吧的区别

网吧是提供普通上网服务的地方，很多人通常只是在里面玩网络游戏和聊天。机房是提供计算机基础服务的地方，学生们可以在机房进行计算机基本操作的练习，也可以进行如 C 语言、数据库等专业语言设计的操作练习等。电子阅览室往往是供学生进行网上学习。

通过逛校园大家对学校由陌生变得熟悉，还能感受到辅导员和学长的热情。学校是个大家庭，熟悉校园的过程可以加深学生对学校的感情。

校园，这个中职生将要生活几年的地方，既是梦开始的地方，又是梦实现的地方。希望每个走进中职校园的学生都能爱上这里。在这里，大家能感受到学校所在地的风土人情，能受到文化底蕴的熏陶。这里是良好的学习园地：深夜中还亮着灯的自习室、清晨校园里琅琅的读书声……



思考题

1. 军训着装是如何分类的?
2. 军训期间, 对学生的请、销假有何要求?
3. 辅导员的岗位职责有哪些?
4. 校园里的哪些场所与学生的生活息息相关?