第 3 卷◆第 7 期◆版本 1.0◆2020 年
文章类型：论文|刊号（ISSN）：2630-5178 /（中图刊号）：380GL019

沿海高职院校西北地区少数民族大学新生人际交往适应性研究

陈井田　张晖
连云港职业技术学院
DOI:10.12238/mef.v3i7.2573

[摘　要] 对于西北地区少数民族学生而言，是该地区未来发展的后备力量，对维护国家安全和稳定发展有着重要价值。一些大学生在刚进入到大学后，会出现一定的人际交往适应性问题，对学生心理健康发展造成一定影响，降低学习积极主动性，甚至还会影响学校的稳定发展。因此，需要对沿海高职院校西北地区少数民族大学新生人际交往适应性进行研究，分析其中存在的关键问题，并提出提升少数民族大学新生人际交往适应性的建议。
[关键词] 沿海高职院校；少数民族大学生；人际交往
中图分类号：G44　文献标识码：A

A Study on the Adaptability of Interpersonal Communication of Minority Freshmen in Northwest China in Coastal Vocational Colleges

Jingtian Chen, Hui Zhang
Lianyungang Technical College

[Abstract] The ethnic minority students are the reserve force for the future development of the northwest region, which is of great value to maintaining national security and stable development. Some college students will have certain interpersonal adaptability problems after entering the university. These problems will have a certain impact on the mental health of the students, reduce their active learning, and even affect the stable development of the school. Therefore, it is necessary to conduct research on the adaptability of interpersonal communication among the minority freshmen in northwest China in coastal vocational colleges, analyze the key issues in it, and put forward suggestions to improve the adaptability of interpersonal communication of minority freshmen.
[Key words] coastal colleges; minority freshmen; interpersonal communication

对于高职院校而言，大学新生的入学适应性教育具有重要意义，直接关系到学生能否快速融入到大学生活中，对大学生的生活质量有着重要影响。人际交往作为大学生新生入学的第一项考验，是大学生今后面对复杂人际关系的第一步，也是基础性的一步。随着教育事业的不断发展，国家对少数民族地区学生的教育支持力度逐渐增强，越来越多的西北地区少数民族学生逐渐到沿海高职院校进行学习，由于不同地区有不同的文化和语言，少数民族大学生在入学之后可能会出现一些心理状况，与他人交往和交流过程中存在障碍，并产生适应性问题。对此，需要深入研究这一问题，促使少数民族大学新生能够顺利入学，解决其人际交往问题。

1 问题提出

社会是由各种各样的人构成，大学生作为社会上的一个特殊群体，在社会生活中，不可避免的要与他人进行交流沟通和交往，进行构成各种复杂的人际关系。人际关系主要是在社会人群中由于交往而产生的互相依赖、互相依存的一种社会关系，属于社会学领域。对于人生实践来说，人际关系作为重要构成，对一个人的成长发展有着重要的影响作用。良好的人际交往对一个人的个性发展和社会适应性具有一定的推动作用，而消极的人际交往会导致性格变异和心理问题的产生。了解人际交往规律，建立良好、和谐的人际关系，构建高尚、纯洁的友谊观念，是目前大学生必须要面对的问题，也是大学生心理健康发展的重要标志。对于人际交往适应性而言，主要是能够应对与他人交流和社会环境，包括生活适应、学习适应、文化适应以及人际关系适应等。在现代社会发展过程中，关系逐渐复杂起来，这对人们的心理产生了巨大的压力，很多人出现了不适应情况，甚至会产生心理障碍问题。

对于西北地区少数民族大学新生而言，具有一定的人际交往能力，尽管他们有着不同的文化和习惯，但是他们

Copyright © This word is licensed under a Commons Attibution-Non Commercial 4.0 International License.

与其他同学交往过程中并不会产生排斥、抵触心理，存在着团结、好爽的性格。然而，从整体上来看，沿海地区高职院校中的西北地区少数民族大学新生在人际交往的过程中存在的一定的问题，或者存在交往障碍问题，影响整体人际交往水平，人际关系现状不容乐观。假如问题较为严重，影响学生的正常生活和学习，这种交往问题被称为交往障碍。对此，需要深入研究少数民族大学新生人际交往适应性问题，并提出相应的解决对策，从学校、家庭和学生角度入手，促使学生具备人际交往适应能力。

2 沿海高职院校西北地区少数民族大学新生人际交往适应性问题

2.1生活适应性问题

大多数西北地区少数民族大学新生在入学之前在民族文化的熏陶下，已经形成自身民族特有的生活习惯，在大学生活中，由于一个宿舍中的学生来自于国家各个地区，有不同的生活习惯，在人际交往过程中，由于大学生活环境与他们之前生活的环境有一定的差异，而且和以汉族文化为主的教师和学生一同学习和生活，很容易导致少数民族学生在生活方式上出现理想偏差。由于一些西北地区经济较为落后，少数民族大学新生在入学之后会在经济上感受到一定的压力，而且饮食、服饰、语言等方面也会发声改变，特别是家庭条件不高的学生，很容易产生自卑感。

2.2学习适应性问题

在特殊民族文化的影响下，大多数西北地区少数民族大学新生的学习方式较为单一和传统，在进入到沿海地区的高职院校之后，需要对传统学习方式进行改变，转变为以汉族文化为主题的学习方式，这对他们的学习适应性会产生较为凸显的冲击，在和其他学生针对学习内容、学习方式等进行语言交流沟通时，会与之前交流产生明显的差距。假如少数民族学生在刚入学时不能顺利实现学习方式的适应和转变，在之后学习交流过程中会产生一定的阻碍，影响成绩提升。

2.3心理适应性问题

西北地区少数民族学生大多数家庭收入不高，甚至有些学生生活贫困，在中学阶段勤工俭学，学习刻苦，在进入大学之前，他们可能是当地的优秀学生，但是在进入沿海高职院校之后，其综合能力远远低于以汉族文化为主的学生，在交流过程中会产生一定的挫败感。有些学生的父母文化水平不高，这些学生在遇到问题时很少与父母进行沟通和交流，在沿海地区大学生活中，甚至有些学生的汉语表达能力较弱，导致他们不愿意主动与教师、同学进行交流，出现自卑、恐惧、羞愧、孤僻、敏感等极端心理状态。同时，在面对集体生活时，产生强烈的不适感，或者由于暗恋、单相思、失恋等与异性交往过程中产生的心理适应性问题。

2.4文化适应性问题

现阶段，高职院校录取的生源在民族构成上呈现出多元化发展趋势。不同的民族有着不同的文化，这就导致高职院校成为一个民族聚集和交流碰撞的场所。面对不同文化之间的差异，在文化冲击下，西北地区少数民族大学新生的文化适应性文化较为凸显，少数人民学生在与沿海高职院校中的其他民族学生在交往过程中，文化关系会出现偏差，特别是大学新生，对新文化和接触和融入呈现出边缘现象。

2.5人际交往适应性问题

大都数西北地区少数民族大学新生存在较强的民族意识，在进入沿海高职院校之后，更加渴望得到教师和其他学生的理解和尊重。但是由于不同民族之间存在不同的风俗习惯，导致很多学生仅限于和本民族学生进行交往和相处，这对他们与其他民族学生人际交往造成一定的影响，由于少数民族学生缺乏交往技巧，而且交往方式不合理等，很难在刚入学结交到知心朋友，而且也不知道如何与异性进行交往，缺少爱和支持，感受到孤独、无助和绝望。有些学生由于性格问题，表现出内向、孤僻，或者自高自大，影响正常的人际交往。

3 提升沿海高职院校西北地区少数民族大学新生人际交往适应性的建议

3.1学校角度

3.1.1创造良好的学校环境

对于沿海高职院校西北地区少数民族大学新生存在的人际交往适应性问题，可以从学校环境和家庭环境角度入手，为学生构建良好的学习和成长环境，从而为少数民族大学新生人际交往提供支持，调节和环节学生的消极情绪。对于学校而言，要积极为西北地区少数民族新生构建良好的学校环境，这样学生能够建立良好的人际关系，在自己有需要时得到他人的帮助，而且在他人有需要时还能乐于助人，为他人提供帮助，同时，对自己和他人都达到的关系表示满意。西北地区少数民族学生远离家乡，来到沿海地区的高职院校，及其需要教师和同学们的帮助和支持，这样可以给予他们充足的安全感、归属感以及幸福感。同时，学校还需要建立和谐稳定的校园环境，利用学校资源为学生构建交往的平台，并提供交往机会，加快彼此之间的了解，而且还能帮助少数民族大学新生顺利适应大学校园中的人际交往和关系。另外，在西北地区少数民族大学新生进入到大学之后，学校还需要积极与学生家庭取得联系，从学生家长那里进一步了解学生，而且还要鼓励学生多与自己的家人保持联系，及时与家人进行沟通。

3.1.2积极组织新生开展新生入学适应性教育

高职院校在进行常规性的新生入学教育时，需要重点落实大学新生人际交往适应性教育，可以有针对性的采用生活适应性、学习适应性、心理适应性、文化适应性和人际交往适应性等教育活动，帮助少数民族大学新生能够正确认识大学生活，认识自我，从而更好的融入到大学学习中。针对生活适应性和学习适应性教育，可以鼓励学生之间建立帮助机制，形成一帮一、一对一的帮扶小组，加强少数民族学生和其他民族学生之间的交流与互助，实现共同进步。

Copyright © This word is licensed under a Commons Attibution-Non Commercial 4.0 International License.

而且宿舍内成员还可以建立良好的宿舍关系，在生活和学习中给予帮助和支持。针对心理适应性和人际交往适应性教育，可以对西北地区少数民族大学新生进行心理测评，研究和分析少数民族学生普遍存在的心理问题和人际交往问题，并对问题进行总结和归纳，采用针对性的措施解决。针对个人案例可以指定专业的心理师进行辅导和调整，构建长效型指导方案，促进少数民族大学新生建立自信，能够自主改善身心，调整自己的心理，能够正确认识自我，自行调节与他人的人际交往关系。同时，还可以鼓励学生之间建立相互信任、相互理解的关系，在人际交往中不断进步，并学会体谅他人、理解他人，对于一些内向、自卑的学生，还可以克服人际交往的恐惧、嫉妒或偏见。针对文化适应性教育，要促使学生懂的尊重、理解和包容，这是建立良好人际交往关系的前提和关键。不同的民族有不同的语言、文化和习俗，在共同交往过程中，每个人都希望得到理解和尊重，这才能实现良好的交往。因此学校应该鼓励不同民族之间的学生进行交流与交往，并采用教育宣传方式普及各个民族的风俗习惯和文化背景等，促使学生能够了解其他民族的文化，采用包容、尊重的心态接受其他民族的文化，在与人交往过程中要坚持采用互相理解和互相尊重的原则，尊重他人的兴趣爱好、民俗习惯等，这样才能实现良好的文化适应性教育。

3.1.3开展职业规划工作，提升大学生就业意识

对于高职院校而言，针对西北地区少数民族大学新生的人际交往特殊性，要对其开展具有针对性的职业规划工作，采用多种渠道方式，利用新媒体等媒介，对大学新生进行就业指导，促使其具备就业意识，了解到人际交往适应性对今后顺利就业的重要价值。第一，要针对大学新生制定职业生涯规划以及就业指导课程，让学生在刚入学都对自身的就业目标进行明确，及时了解社会发展形势，对自身未来就业进行提前规划。第二，将校企合作作用展现出来，关注高职院校和企业资源之间的共享，从而促使少数民族大学新生能够将理论知识与综合实践融合起来，促使学生成为高素质的具有专业技能的人才。第三，充分利用新媒体技术整合就业资源，采用多方式开展就业培养，提升少数民族大学新生的学习积极性，为人际交往能力提升和顺利就业奠定良好的基础。

3.2营造良好的家庭环境氛围

对于家庭来说，要关注对自身孩子健康人格的培养。家庭是人接触的第一个社会环境，对人格发展具有重要作用。因此，家庭成员要关注孩子的发展，关心孩子。从心理学角度来看，父母是塑造民主和谐家庭的关键，对培养学生综合能力、道德品质等有着重要的意义，促使学生在幸福中身心健康发展。但是目前很多家长都没有意识到这一点，主要将精力放在物质上，为孩子提供良好的生活条件。因此，家人要主动为孩子构建良好的家庭环境，为孩子提供情感上的支持，鼓励他们进行人际交往。

3.3大学生要积极进行改变

对于西北地区少数民族大学新生而言，要认清自己的信念，思考自己面临的社交问题，采用冷静的思考，促使自身了解让自己感到痛苦和难堪的事情，从而进一步拓宽自己对潜在信念的了解，并对这些信念进行重新验证，分开观念与事实。同时，在与人沟通和交流的过程中，要落落大方，敢于发言，建立自信心，这样才能克服心理障碍。

4 总结

总之，对于沿海高职院校中的西北地区少数民族大学新生人际交往适应性问题，学校要积极的为学生构建良好的学校环境，并加强生活适应性、学习适应性、心理适应性、文化适应性和人际交往适应性教育，同时，鼓励家庭也建立良好的环境，促进学生能够身心健康发展，学生自身也要积极改变，这样才能提升人际交往适应性。

基金项目：

2019年度江苏省高校哲学社会科学研究专题项目（思政专项）：沿海高职院校新疆少数民族大学新生适应性研究（项目编号：2019SJB647）。

[参考文献]

[1]夏静文.少数民族聚居区民汉合校中的文化适应研究[D].中共北京市委党校,2020.

[2]王静.新疆籍少数民族大学生的学习适应性研究--以上海某高校为例[J].西部素质教育,2020,6(08):157-159.

[3]阿不都热西提·阿不都热依木.新疆高校大学生人际交往现状及对策研究[D].新疆医科大学,2020.

[4]张小蓉,王小宇.积极心理学视角下高校少数民族新生人际关系适应问题的对策建议[J].南方论刊,2020(01):83-85.

[5]蒋仁福,赵小明,姜飞,等.构建少数民族学生心理危机干预机制的途径探索[J].创新创业理论研究与实践,2019,2(20):160-161.

[6]杨帆.学校社会工作介入高校少数民族学生管理工作探析[J].知识经济,2019(01):155-156.

[7]徐倩.藏族大学生人际交往的过程与结果研究[D].中国青年政治学院,2017.

作者简介：

陈井田（1976--），男，汉族，江苏灌云人，讲师，硕士，研究方向：就业创业指导、心理健康教育等。

Copyright © This word is licensed under a Commons Attibution-Non Commercial 4.0 International License.