

高校辅导员处理女生宿舍矛盾的方法探讨

方芳 刘娟

黄河水利职业技术学院

DOI:10.32629/mef.v3i4.799

[摘要] 宿舍生活是大学生活不可或缺的一部分，因此宿舍管理工作是高校学生日常思想政治教育工作的关键环节和重要内容。宿舍是学生的第二个家，每天约有一半的时间在此度过，一个人只有在家里才表现得更真实，毫不掩饰自己。正因如此，宿舍管理也就成了高校日常管理工作的重点和难点，辅导员也正面临着新时期高校思想政治教育的新挑战。本文将以一则女生宿舍矛盾问题为例，分析矛盾产生的多方面原因，准确找出根源所在，并提出有针对性的建议措施，为今后处理大学生宿舍矛盾提供可借鉴的实例，以提高辅导员工作的实效性。

[关键词] 大学生；宿舍矛盾；辅导员；案例分析

Discussion on the Methods of College Counselors Dealing with the Contradictions in Female Dormitory

Fang Fang, Juan Liu

Yellow River Conservancy Technical Institute

[Abstract] Dormitory life is an indispensable part of university life, so dormitory management is the key link and important content of college students' daily ideological and political education. The dormitory is the student's second home, with about half of the time is spent here every day, and a person only behaves more authentically at home, without concealing himself. Therefore dormitory management has become the focus and difficulty of the daily management of colleges and universities, and counselors are also facing new challenges of ideological and political education in colleges and universities in the new period. This article will take a girl's dormitory contradiction as an example, analyze the multiple causes of the contradiction, accurately identify the root cause, and put forward targeted suggestions and measures, to provide reference examples for dealing with the contradictions of college students' dormitory in the future, so as to improve the effectiveness of the counselor's work.

[Keywords] college students; dormitory contradictions; counselors; case analysis

1 案例简介

1.1 背景和经过

小孔（化名）是一个性格开朗的女孩子，学习上认真刻苦，生活中待人友善。大一军训期间的某一天，小孔所在宿舍的宿长突然打电话和笔者说：“老师，小孔和圆圆发生了争执，圆圆打了小孔，小孔现在情绪不稳。”笔者立刻赶到现场，先安抚小孔的情绪，告诉她无论遇到什么事情都是可以解决的，但她还是一直哭个不停，什么都不肯说。小孔的妈妈很担心她女儿，也打来电话询问小孔的情况。笔者作为小孔的辅导员，

不断和小孔沟通，之后又找宿舍其他同学谈话，知道了小孔和圆圆发生争执的原因。据了解，小孔和圆圆是最先进入宿舍的两个人，圆圆性格稍显强势，小孔正好与之互补，之后两个人经常在一起，成为了好朋友。最初，两个人虽然有些小摩擦，但小孔一直包容着圆圆，相处还算融洽，但随着对宿舍其他人员了解的逐步加深，圆圆同宿舍别的同学越走越近，逐渐疏远了小孔。小孔性格比较内向，不爱同宿舍其他人员交流，又加上圆圆的疏远，就经常与高中同学视频聊天，由于天气炎热，在宿舍内大

家普遍着衣简单，小孔的视频聊天行为给室友带来了不便。一天，小孔视频聊天没有事先告知大家，圆圆当时没有穿好衣服，于是责备了小孔，两个人的矛盾就彻底爆发了。经过深入了解，矛盾主要集中在以下几点：首先，性格差异。小孔平时是一个很文静、很乖巧的女孩子，而圆圆的性格大大咧咧，经常会因为一些小事针对小孔，小孔虽然觉得很委屈，但自己不想和她闹得太僵，就一直容忍着圆圆。找圆圆谈话时，圆圆理直气壮地说：“我就不喜欢小孔，没有什么原因，就是看她不顺眼、不喜欢她，

尤其讨厌她那种自私的性格，我喜欢和我一样活泼的女生，小孔太不爱沟通，有时候感觉特别没劲儿。”其次，家长溺爱。通过与家长、学生的进一步谈话了解到，家长比较惯着圆圆，高中时期，如果圆圆在学校因犯错误而被老师批评，家长知道后非但不会批评教育，反而会发红包哄圆圆开心。同时，小孔不能换位思考，没有顾及他人感受。小孔总是晚上视频聊天到很晚，而圆圆睡眠浅，习惯早睡，圆圆劝她不要视频电话到很晚，但小孔都没有听，依旧我行我素。小孔打视频电话的行为严重影响了圆圆和宿舍其他人员的睡眠质量，因此，同寝室的人都不喜欢小孔，这让小孔觉得是圆圆拉拢宿舍人员在孤立她，一回到宿舍就感觉到心理抑郁，才会频繁打视频电话给朋友，以排解心理上的烦闷，随着矛盾的逐渐累积，最终发生肢体冲突。

1.2 问题的关键点

第一，准确定位该事件的性质。这是一件学生因宿舍关系紧张而引发肢体冲突的案例，如何缓解两名学生的人际关系，让她们回归正常的相处轨道至关重要。

第二，找寻事件发生规律。绝大多数学生突发事件的发生都有一定的规律可循，以本案例事件为例，事件发生在宿舍内，当事人双方都是大一学生，性格上都比较冲动，容易走向偏激。

第三，家校合力，共同解决难题。一方面，学校心理咨询师要对小孔进行心理疏导，缓解她烦恼、抑郁的情绪障碍。另一方面，家庭是学生最温暖的港湾，家长是学生最亲近、最信任的人，要借助父母的关爱、鼓励和引导，让小孔重新审视所遇到的困难，勇敢积极地面对。

第四，该案例讲述的虽然是突发性事件，但问题的解决并不能一蹴而就，需要循循善诱、因势利导。如何引导圆圆学会换位思考，与同学和平友好相处；摆正心态，客观地评价他人，以上都是亟需解决的问题。

第五，发挥学生干部的桥梁作用。

本案例的调查过程中，笔者发现，两名同学所在宿舍的负责人在工作上存在疏漏，对于宿舍存在的问题没有及时的反映和解决。宿舍负责人认为事情较小，没有必要向老师反映，同学们自己可以解决，并且，向上反映的话，既对班级影响不好，也影响同学们之间的感情。这样的想法间接导致小矛盾升级为突发事件。

2 实施办法和处理结果

2.1 进行心理辅导，倾注关心和爱心，修补关系裂痕

高职“00后”大学生正值青春期，面临着成长成才、社会适应和人际关系处理等新的内容。这些成长中所遇到的众多情况一旦处理不当，容易使他们产生心理障碍，直接影响学生的日常情绪和学习兴趣。小孔主要存在烦恼、抑郁等情绪障碍；而圆圆性格过于强势。针对以上问题，作为辅导员，积极协助学校心理咨询中心对她们开展心理治疗，以关心和爱心为主线，采取及时、恰当的安抚与指导，同时借助苏州大学王尔东教授“三把椅子”的心理剧干预模式，对小孔和圆圆的关系进行了修补。通过心理治疗，小孔学会了调节和发泄情绪；而圆圆也学会了将心比心、换位思考。最终，不仅切实地帮助小孔和圆圆解决了困扰他们的心理障碍，还缓解了她们的宿舍矛盾，让她们回归了正常的相处模式。

2.2 加强正面引导，给予鼓励和肯定，重新树立信心

心理学研究表明，对学生充满爱心的鼓励、肯定和赞扬，能大大增加学生的自信心，有效提高他们的学习积极性和学习成绩^[1]。老师对学生的关爱和期望，会使他们更加自重、自信和自立。同时，受到老师爱护和珍视的经历将激发学生努力学习并回报老师的爱与希望。此外，学生的进步又会进一步影响老师的希望，从而形成良性循环，使学生处于一种充满爱心的和谐氛围中，健康快乐地成长^[2]。因此，作为辅导员，及时找小孔谈心、谈话，从正面引导小孔。同时，鼓励她积极参加学校各种文

娱活动，让她在活动中感受到了快乐，找到了归属感。

2.3联合家庭教育，注重交流与沟通，发挥父母威信

父母在孩子心目中有着别人不可替代的地位和威信，获得父母的支持比什么都重要。因此，积极鼓励父母在平等的基础上与孩子进行沟通，了解他们的内心世界，并善于发现孩子在生活和学习中遇到的问题，可以帮助孩子在实际生活中获得成功和幸福^[3]。事件发生后，小孔在父母的关心和爱护下，逐渐走出了阴霾，变得乐观、快乐起来。而圆圆的父母也开始改变以往的教育方式，并深刻地意识到疼孩子不是溺爱孩子，是教育她学会保持平常心，与同学友好相处，不随意欺负别人，不在背后随便议论和评价别人。肢体冲突事件后不久，圆圆私下也向小孔真诚地道歉，表达了自己的后悔与愧疚之情，并成功取得了小孔的原谅。最后，在教师的指导下，圆圆父母引导圆圆逐渐确立了学习目标，科学规划了自己的大学生活。

3 案例思考与工作建议

3.1 深入学生生活，了解学生成长

只有切实地深入到“00后”学生之中，持续地关注学生动态，才能洞察学生每个时期的状态，发现问题，及时做好心理危机预防和干预。辅导员老师可通过线上线下相结合的方式，线上可利用QQ群、微信群、微博和抖音等方式，时刻关注学生网上动态；线下可通过宿舍座谈、课堂听讲、场地参加活动等方式掌握学生状况。做到全方位关注学生动态，掌握学生信息。

3.2理解与包容同在，引导关爱学生

作为一名辅导员，能够用包容的心态去看待新时代高职院校“00后”大学生。这就要求思想政治教育工作应与时俱进，兼容并包，能用兼容并包的心去理解学生。在教育学生时应有宽阔的思维和博大的胸怀，鼓励、引导学生确立学习目标，科学规划大学生活，合理安排时间，健全人格，提高人际交往能力。同时，真心关爱学生，允许他们犯错误，

但能够做到知错就改。在平时的工作中能够深入学生宿舍，对宿舍成员进行团体辅导，倾注耐心和关心，让每位学生切实地感受到老师的关爱。恰当的时机、合适的环境、关怀的话语，不仅能让很多复杂的问题和矛盾迎刃而解，还能让学生在关爱中健康快乐地成长。

3.3增强专业素养，服务班级学生

新时期“00后”学生心理问题往往具有隐蔽性，而辅导员对学生心理健康甄别能力是进行心理危机预警和干预的重要前提，因此，提升辅导员心理专业素养必不可少。一方面，辅导员需要不断完善自我，经常参加各种心理讲座，加强对心理学相关知识的学习，掌握大学生常见的心理健康问题筛查和治疗方法，以提高整体业务水平，帮助学生解决心理问题。另一方面，对班级心保委员进行专业培训。首先，需要进行岗前培训，以帮助他们弄清工作职责内容；其次，提供理论培训，即危机预防、转介以及班级的心理咨询、沟通和陪伴技能等方面的知识培训；最后，进行实践培训，注重心保委员的倾听、共情等专

业知识的实际操作，帮助他们更好地将理论知识运用于实践中。

3.4重视家庭影响，共同解决难题

大量高校心理健康教育工作实践表明，大学生心理健康问题与家庭教育密切相关，不论是父母的过分溺爱，还是父母的过分严苛，都会直接导致学生出现各种心理问题。家庭的力量在高校危机干预工作中至关重要，家长的积极配合可以有效地改善孩子的身心健康。在校大学生如有异常行为和心理健康问题应及时与家长沟通，努力争取家长的充分配合，并进行深入细致的交流，共同解决问题，形成以学校为基础，家庭为辅助，“以学生为中心”育人理念的心理危机干预机制。辅导员工作繁杂而琐碎，需要勤思考、强创新，不断地进行经验总结，为今后对学生的辅导工作提供了一定的参考价值。

4 经验与启示

4.1营造良好宿舍关系的重要性

学生有对美好生活和良好关系的向往，良好的宿舍关系可以让学生更好的在校生活和学习，反之不好的宿舍关系

则会让学生的生活陷入混乱。营造良好宿舍关系主体在学生，也需要辅导员的支持和引导。

4.2从系统化的角度解决宿舍问题

宿舍不仅是人和处所的简单组合，更是一个生态系统，这个系统良性运行需要依靠成员间的尊重、沟通、包容、共同愿景。成员内在的改变动力，是系统运行的能量源。

【参考文献】

[1]黄桂林.高职院校学生厌学现象的思想教育对策探讨[J].湖北广播电视台大学学报,2012(2):25-28.

[2]马伟珍.西藏大学信息类新生适应性现状调查研究[J].教育界,2017(6):27-28.

[3]夏燕,陈家麟.职校生网络成瘾与生活满意度关系研究[J].高等职业教育——天津职业大学学报,2008(5):86-89.

作者简介:

方芳（1988--），女，河北乐亭县人，汉族，助教，硕士，研究方向：人格心理学。