

大学生集体宿舍现状调查及对策研究

时 勘¹, 苏星赫², 焦松明^{1*}

¹温州大学温州模式发展研究院、教育学院, 浙江 温州

²河南理工大学工商管理学院, 河南 焦作

收稿日期: 2022年11月26日; 录用日期: 2022年12月23日; 发布日期: 2022年12月30日

摘 要

目的: 通过探究大学生在学校集体宿舍的住宿现状和生理、心理需求, 分析如何改进宿舍管理, 为大学生健康成长提供心理适应的理论依据。方法: 采用自编的《大学生住宿情况调查问卷》, 通过问卷星平台实施网络调查。结果: 发现大学生对住宿环境设施十分关注, 提出的建议对于学校管理部门加强集体宿舍管理、解决学习和生活的协调问题, 特别是促进大学生心理适应和学业发展的问题有一定价值。结论: 高校学生宿舍设计除了充分考虑环境设计和设备配置之外, 在遵循大学生身心发展规律, 兼顾生活环境和心理环境的双重适应问题, 以促进大学生素养的全面提升。

关键词

集体宿舍, 环境设计, 心理适应, 个性素养, 管理对策

A Study on the Current Situation of College Students' Collective Dormitories and the Countermeasures

Kan Shi¹, Xinghe Su², Songming Jiao^{1*}

¹ College of Education, Academy of Wenzhou Model Research, Wenzhou University, Wenzhou Zhejiang

² School of Business Administration, Henan Polytechnic University, Jiaozuo Henan

Received: Nov. 26th, 2022; accepted: Dec. 23rd, 2022; published: Dec. 30th, 2022

Abstract

Objective: To analyze how to improve dormitory management and provide a theoretical basis for

*通讯作者。

psychological adaptation of college students by exploring the current situation of college students' accommodation in collective dormitories and their physiological and psychological needs. Methods: The self-designed Questionnaire on College Students' Accommodation was used to conduct an on-line survey through the questionnaire star platform. Results: It was found that college students paid great attention to the accommodation environment and facilities, and the suggestions put forward had certain value for the school management department to strengthen the management of collective dormitories, solve the coordination problem between study and life, and especially promote the psychological adaptation and academic development of college students. Conclusion: In addition to fully considering the environmental design and equipment configuration, the design of college student dormitories should follow the law of physical and mental development of college students, and take into account the dual adaptation of living environment and psychological environment, so as to promote the overall improvement of college students' quality.

Keywords

Collective Dormitory, Environmental Design, Psychological Adaptation, Personality Quality, Management Countermeasures

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

当前,大学生在校成长和身心发展规律日益引起社会各界的关注,其中,学生在校生活环境对其和谐发展是关注的焦点。教育部高等教育司提出,各高校要“不断完善内部治理结构,加快提升符合时代要求的办学治校能力”[1]。学术界还有学者提出,学生核心素养也包括环境改善、审辨思维、文化理解与传承素养(魏锐等,2020)[2]的培养举措。但是,有关大学生现实生活环境、身心感受和心理诉求的具体问题却少有人关注。2019年底新冠疫情爆发,对学生的学习、生活方式带来了巨大的冲击。由于疫情管控的要求,大学生在校学习期间,不同物理空间的学生宿舍成了大学生汇聚的主要场所,形成了他们文化认同的新环境(许加明,张倩倩,2021)[3]。值得关注的是,当代大学生思维活跃、独立意识还在不断增强,他们亲眼目睹了近二十年来我国经济的腾飞,因而对与个人的成长发展有着更好的期待,而他们的父母基本上是“70后”,作为投身祖国发展腾飞的一代建设者,给予孩子良好的物质支持的同时,因为工作繁忙而无暇顾及下一代成长亟需的精神上的关爱。而在当今的高等学校,更多是通过行政管理给予新生代物质上的适度关心,因为各种原因,对“00后”大学生面临的宿舍群居生活的适应问题上,投注的注意力却有所欠缺(蒋水龙,2021)[4],这一方面特别缺乏专门的理论研究和实践举措的相关研究。

那么,究竟在今天的高等学校,大学生集体宿舍的现状究竟如何?据2021年教育事业统计数据结果显示,全国共有高等学校3012所,全国普通、职业本专科共招生1001.32万人[5]。这样庞大的大学生群体,其宿舍是他们集学习、生活、交流等功能于一体的复合型空间,应该说,属于大学生的“第一社会”“第二家庭”和“第三课堂”(刘娟,陈丹云,2022)[6]。作为特殊的载体,学生宿舍对于大学生的身心发展具有不可或缺的作用。可以认为,学生宿舍里自发形成的价值标准、行为规范、道德准则对于宿舍的每一位成员,无论是行为层面还是心理层面,都有深远的影响(汤菽文,2022)[7]。在这个特殊的环境中,大学生需要满足的问题,包括休闲、就餐、安全、环境归属、私密空间和个性发展等问题(王鹤,陈夏楠,2022)[8],应该说,绝大部分资源都可能体现在这些学习之余的宿舍生活中。因此,探索大学生

宿舍这一微观社会环境问题，显得至关重要。特别是近三年来的新冠疫情期间，这种影响早已大于正常的课堂教学的影响。在此背景下，开展“大学生集体宿舍现状调查及对策研究”显得尤为必要。解决这些问题之后，才能针对性地“加强大学生管理力度不够的问题”（赵媛媛，2021）[9]，为此，特提出本研究亟待探索的问题如下：

第一，大学生集体宿舍目前存在的生理问题和环境问题是什么？

第二，在大学生心理适应方面，哪些属于学校管理方面的责任？哪些属于自身成长的问题？

第三，高等学校在改进集体宿舍管理方面，目前可能采用的主要对策是什么？

2. 研究方法

2.1. 文献调研

本研究对中外文文献数据库进行资料检索，中文文献资料的检索在 CNKI、万方数据库上进行；外文文献资料在 Google 学术以及 Web of Science 上进行检索。调研中，以“高校学生宿舍”、“心理适应”和“素养提升”等关键词进行检索和分析，并采集有关的文献资料等。

2.2. 问卷调查

在调查工具方面，采用自编的《大学生住宿情况调查问卷》，由个人信息、宿舍情况、睡眠健康和人际关爱四部分组成(见表 1)。个人信息如前所述，主要涉及年龄分布、性别分布、年级分布和城乡来源分布等问题；在宿舍情况方面，主要调查大学生对于所在宿舍空间大小、床铺大小、衣柜空间、隔音效果、通风状况、宿舍采光、个人空间、家具陈设、遮光帘、床铺楼梯等方面影响生活质量的看法；在睡眠健康方面，主要调查对于学生宿舍的功能、睡眠保障以及影响自身的心理健康因素；在人际关爱方面，主要了解学校领导、院系领导、辅导员和心理咨询师访问宿舍的频次，学习讲座的举办，学业和生活困扰、受到欺凌时希望获得的帮助，遇到心理困惑时得到的关爱需求。

Table 1. Table of contents of college students' accommodation survey

表 1. 大学生住宿情况调查内容表

分项名称	分项内容	备注
1. 个人信息	年龄分布、性别分布、年级分布和城乡来源分布。	基本均衡
2. 宿舍情况	所在宿舍空间大小、床铺大小、衣柜空间、隔音效果、通风状况、宿舍采光、个人空间、家具陈设、遮光帘、床铺楼梯等方面影响生活质量的看法。	工程设计依据
3. 睡眠健康	调查对于学生宿舍的功能、睡眠保障以及影响自身的心理健康因素。	健康状况
4. 人际关爱	学校领导、院系领导、辅导员和心理咨询师访问宿舍的频次，学习讲座的举办，学业和生活困扰、受到欺凌时希望获得的帮助，遇到心理困惑时得到的关爱需求。	来访调查

2.3. 研究对象

近几年来，我国高等学校不断加大投入，学生的生活环境和学习环境也在不断的改善中。本研究所选择作为调查对象河南理工大学是一所集博士、硕士、学士三级学位授予权的河南省的省市共建大学，在国内高等院校中具有一定的代表性。本次调查对象以该校工商管理学院在校大学生为主，还包括少数其他院系学生参与。调查时间为 2022 年 7 月 3 日至 7 月 16 日，调查方式为问卷星平台来采集数据，回收问卷 192 份，回收率为 100 %。

3. 调查结果及分析

3.1. 人口统计学数据

此次采集的高校学生基本是 2020 年前后出生的人员,参与答卷学生中年龄分布最多的是 20 岁,其次是 19 岁,最大年龄为 21 岁。在性别分布方面,男生占比 31.43%,女生占比 68.57%。参与答卷的学生中,大三占比 51.43%,为最多;大四占比 17.14%,大二占比 22.86%,大一占比 8.57%。在宿舍类型方面,4 人间占比 15.71%,6 人间占比 84.29%。在学生来源方面:城市占比为 22.86%,村镇占比为 77.14%。

3.2. 物理环境的状况

本部分包括 8 道题目,采用李克特五点计分法,依次为:不满意、不太满意、感受一般、比较满意、很满意。所获数据具体情况如下(见表 2)。

Table 2. College students' feelings about the physical environment of the dormitory
表 2. 大学生对宿舍物理环境的感受

项目	感受				
	不满意	不太满意	一般	比较满意	很满意
1. 对宿舍的空间大小的感受	17.14%	40%	27.14%	11.43%	4.29%
2. 对宿舍的床铺大小的感受	15.71%	34.29%	35.71%	11.43%	2.86%
3. 对宿舍的衣柜空间的感受	11.43%	10%	25.71%	34.29%	18.57%
4. 对宿舍的隔音效果的感受	8.57%	20%	38.57%	21.43%	11.43%
5. 对宿舍的通风的感受	18.57%	27.14%	38.57%	11.43%	4.29%
6. 对宿舍的采光的感受	24.29%	22.86%	34.29%	12.86%	5.71%
7. 对宿舍个人空间利用的感受	17.14%	31.43%	40%	7.14%	4.29%
8. 对宿舍的家具陈设的感受	10%	24.29%	41.43%	14.29%	10%

从同学们的总体感受来看,对于该校物理环境的感受一般。对于床铺大小和个人空间利用方面问题较多,对于衣柜空间和家具陈设还算满意,但是,如何符合人体工程要求,还可以加强改进。

3.3. 睡眠与心理健康状况分析

本研究调查了睡眠质量的问题,因为睡眠是宿舍生活中尤为重要的考察因素。总体看来,睡眠基本上得到保障。除去睡眠的时间之外,学生们在宿舍内的平均时长,在疫情之前,更多的同学们在宿舍内的平均时长为 6~8 小时;在疫情期间,明显增加到 8~10 小时。上网课时,甚至达到一整天全在宿舍里。对于宿舍的空间设计,同学们希望加强私密感的占比 60%。在满足心理需求方面,希望增加生活设施的艺术设计,在扩大自由空间的比例方面占比 68.57%。有不少同学提出加装电梯,占比达 54.29%。提出采用独立卫浴占比 31.43%。特别有趣的是,心灵休憩占比高达 80%,加强休闲娱乐的占比也高达 71.43%。在人际关系方面,学业互助占比 45.71%。在增强大学生心理健康的设施安排方面,不少同学提出,希望行政管理部门要深入基层,加强宿舍管理,还希望宿舍管理人员介入舍友发生矛盾冲突,进行调解。如果有专职心理辅导人员介入,以解决生活矛盾等的占比还会增加。

3.4. 人际关爱的状况分析

1) 睡眠与关爱问题提出。在调查中发现,很多大学生不仅仅针对大学生宿舍的睡眠问题,而是明确

地提出人际关爱。在其中,首先提到了学校和院系领导应该将关爱大学生的工作直接渗入到大学生之中,不仅仅希望辅导员要深入宿舍,而且也提到学校、学院的中高层领导也应深入基层,为他们带来党组织和学校领导的关爱。特别是在新冠疫情持久不衰的情境下,党组织、学校高层的关心和爱于大学生会显得更加宝贵。也就是说,所在学校和系科的领导经常来宿舍看望学生,比一般辅导人员所产生的精神力量更大。在这些诉求方面,低年级学生的要求更为强烈。

2) 职业生涯与方法辅导。同学们提出,强化一定的文理融合更符合其成长和发展期许,作为理工科的大学生,也希望在举办大学生职业生涯或学习方法的讲座方面,学校采取更多的创新举措。在疫情期间,即便是网络视频讲座,也要尽可能在内容上有所创新,最好能够与理工科多领域的专业的学习结合起来。目前,各个高等学校都在开展创建“一流学科”的实验,受调查的学院的同学们表示,更应该把一流学科创新和宿舍管理创新结合起来。

3) 生活困扰的心理咨询。当同学们在遇到学业和生活上遇到困扰时,所获得的主动性帮助不够。此外,调查涉及到“当同学中有人被他人欺凌时,是否有同学会伸出援手”问题方面,同学们普遍认为,在进入大学阶段之后,较少遇到受欺凌的情况,多数同学答复:大部分情况下,身边的大多数人会挺身而出主持正义的。此外,“当自己遇到烦恼时,会向周围关系好的同学们倾诉吗?”多数人回答还是会与知心的朋友交流,但总觉得到了大学阶段,仅仅一般的心理咨询解决的烦恼问题,已经远远满足不了当代大学生的心理需求。

4. 大学生心理适应的路径探讨

通过此次的大学生宿舍的现状调查,不仅发现了大学生宿舍在物理环境方面存在的亟待改进的问题,更从大学生心理适应和成长发展的角度,看到了当前存在大学生素养教育方面的新问题。

4.1. 物理环境设计及安全问题

1) 首先需要改进的学生宿舍的环境设计问题。当前高校的学生宿舍普遍的多人间设计下,要想让大学生安心学习,首先,要考虑的还是宿舍的物理环境的改善问题。目前,学生宿舍普遍还是存在空间狭窄、舒适度不足、和空间利用率不高等问题。这次调查的结果,促使研究者从洗漱、卫浴空间设计到阳台,衣物晾晒,特别是,宿舍的通风、采光等方面形成改进建议;其次,宿舍的照明方式由于涉及到照亮空间的问题,要解决夜晚“一刀切”的亮灯对正在休息的同学造成的视觉干扰;最后,实现功能分区。解决动静分区,使得同学们因为学习、休息和活动时间不同步,容易造成相互的干扰的克除问题。

2) 设施的安全性能也是不容忽视的因素。本次调研发现,对于床铺楼梯的安全风险学生有一定认识,但不能仅仅放在舒适度考量上面。传统宿舍单元内部多采用上床下桌式布局,学生在上下过程中需要爬梯,而上下扶梯死角的受力面积较小,又无倾斜度,无扶手等防护措施。这样,学生起居存在较大的摔倒隐患,比如夜晚起夜过程中,无照明措施隐患更大。我们认为,从个人空间角度来看,上铺床位较窄,且床铺与吊顶距离较小,整理床铺或叠被过程中往往存在侧翻危险。学生们对每床都设遮光帘的安全隐患认识还不够到位。因上铺床边无插座,较多学生在卧床玩手机,时常拉着电线给手机充电,极易发生触电或插座短路问题,而床铺的遮光帘和床品就可能遇火燃烧。今后,我们也将具体落实这些安全问题。

4.2. 课余学习的环境适应问题

1) 集体宿舍空间干扰的克除。在解决了物理环境设计及安全问题之后,如何解决课余学习的心理适应问题就成了大学生的关键性问题。众所周知,除了在教室里学习之外,宿舍也是学生课余拓展学习的重要场所。结合前述的对大学生集体宿舍的空间大小、个人空间利用、宿舍作为场所类型等项目的调查

可知,目前,学业互助占比仅 45.71%,这表明宿舍中多人共处一室,这对于大学生课后延伸学习会产生较大的负面影响。目前,我们仍然因为疫情管控,学校实施的是半封闭管理。各年级学生在宿舍上网课时,各个宿舍之间的隔音效果欠佳,不同学科的学习相互之间会产生干扰,一个学习场合的回答问题时也会影响其他场合的学习讨论。另外,无论是 6 人间还是 4 人间,宿舍单元内部人员活动频繁,交通流量大。再加之各学习小组学习不同步,其他学习小组的开门、开窗及外来人员的介入等所产生的噪声,极易干扰其他人的学习和休息。特别是睡眠不足更会影响第二天的学习效率,而日容易产生恶性循环。

2)“舍友嘈杂”的心理免除。值得关注的是,调查中大学生对宿舍影响自己生活质量的因素认定与对影响自己心理健康质量的因素认定中的相同项目是“宿舍设施”与“舍友嘈杂”,且占比较高,这说明个体的身心的健康的互为依存的关系。当前,宿舍条件状况无法满足学生个人需求的差异,具体表现有:首先,新生代大学注重个人隐私,当前的国内传统集体宿舍单元空间内,学生在穿衣休息时难免为他人窥视,又因学生个人的生理、心理差异,部分学生在打电话时不希望被他人窥听,学习过程中不希望被打扰。其次,学生在宿舍单元内的大部分活动发出声音的最大值多数超过了五十分贝,严重影响其他成员的休息与学习。上述种种问题,易导致学生个体出现焦虑、烦躁情绪,少数学生甚至出现不良身心症状,易引发学生之间的矛盾冲突。这些问题均亟待解决。

4.3. 学生自身素养的提升

1) 现代大学生宿舍呼唤高素质人才。前面已经讨论了物理环境设计及安全问题、课余学习的环境适应问题,包括“舍友嘈杂”的心理干扰等问题。但是,归根结底,可能还是要从大学生自身素养的提升来最终解决大学生集体宿舍的心理适应问题。调查发现,大学生在宿舍时长达近 10 小时的生活中,户外活动过少,连带有氧运动、社团活动等也参与较少,而疫情防控常态化下封闭形成的惯性慎独、独处行为对学生影响尤甚,与他在真实场景中的沟通交流。而基于经济社会发展需求和个人成长需要,大学生必须更多参与社会实践,通过对实际生活、学习中解决所遇到的问题、以及与他人的交流与合作,开阔视野,真正具备二十一世纪接班人应有的责任担当能力。又如学生在宿舍的空间设计中,必须有与时俱进的意识,要体现出当代大学生的“创新”素养,而创新素养的提高,更需要具有深层学习能力为基石。

2) 素养提升必须从具体的事情做起。目前的调查结果中发现,大学生要提高自身的素养,不难发现,这些素养的产生来源与自身的心理状态及应对行为。无论是在学生宿舍中日常生活,还是与人的交往,首先来源于学生良好的家庭教养,到了高等学校,学校的校风校训将会发挥重要的影响作用。不能是培养自身的审辩式思维,还是宿舍中他人沟通和合作,都要珍惜与其他同学的交往沟通,特别是在解决学习和生活中遇到的各种问题的过程中,要在认知提升、人格培育、社会交往方面,引导大学生发现自己存在的不足,通过从具体事情入手进行不断改进,最终达到提升个人核心素养的目的。

5. 本次调查的几点结论

通过此次对大学生宿舍现状的调查,获得了如下几点结论:

第一,大学生宿舍的设施仍需持续改进。目前的宿舍单元无明显的动静分区和功能分区,整个空间内部缺乏私密性,导致安全性不足。此外,空间利用率不高,传统宿舍单元固定模式已不能适应当下学生的需求,亟待对宿舍进行重新的空间设计,特别要考量设施能切合实际需求,并将人性化设计融入宿舍空间设计之中。此外,还应该考虑将更多科技产品引入大学生宿舍,以增加生活的便捷和舒适,并利于提高学习效率。

第二,从软环境视角正视大学生集体适应的各种影响因素。目前,国内大学生普遍住校,由于脱离

父母,较差的宿舍人际关系合宿会产生孤独感,降低归属感,影响大学生对学校集体生活的感受。此外,人际关系紧张会导致情绪问题和心理压力,而良好的睡眠质量对大学生身心健康和综合发展至关重要。需要通过多种方法,介入改变大学生宿舍的学习和睡眠方式,形成大学生对宿舍集体生活良好认同。

第三,要在大学生宿舍生活形成了新型的宿舍文化。通过强化学生参与校、院、班、宿舍等各层级活动,引导学生形成宿舍人际往来的参与度和认同度,提升集体适应度。针对学生的网络成瘾现象,要改变入睡时间晚、睡眠时间短的现状,克除日间功能障碍和人际交往障碍,强化大学生理想信念教育,使基于学生本位的对待课业任务和社会交往的需求不断发展。并针对不同的学习、生活领域的特点,充分考量不同类型的学生宿舍呈现出新的文化特色。引导大学生妥善运用宿舍生活提供的各项资源,积极探索,以期获得长足进步。

第四,加强大学生的核心素养提升。鉴于物理环境和疫情防控等社会环境问题,在日常的教育中渗透基于课题组所创拟的学生核心胜任特征模型,从认知技能、人格特征和社会交往三个维度思考“完整的人、有意义的人”在大学生宿舍的培养规律,并使之在国内大学生宿舍教育活动中推广开来,这也是提升我国大学生素养教育的重要路径之一。以本次调查发现的大学生宿舍生活呈现出的问题为依据,协同各方教育资源,思考大学生核心素养教育的新的突破口,实现课堂和宿舍的有机结合,为提升大学生核心素养做出新的贡献。

致 谢

本研究得到了 2019 年度国家社科基金后期资助重点项目《核心胜任特征的成长评估模型研究》(项目批准号:19FGLA002)、2021 年度浙江省哲学社会科学规划新兴交叉学科重大项目《重大突发公共卫生事件下公众风险感知、行为规律及对策研究》(项目批准号:21XXC04ZD)、温州大学标志性成果培育“社会心理建设与社会治理研究”项目(项目号:K2022PY101-7)的资助,真诚致谢!

参考文献

- [1] 教育部.“十四五”:高等教育立足当下更将引领未来[EB/OL].
http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/s5147/202011/t20201123_501229.html?authkey=boxdr3, 2020-11-22.
- [2] 魏锐,刘坚,白新文,马晓英,刘妍,马利红,甘秋玲,康翠萍,徐冠兴.“21世纪核心素养5C模型”研究设计[J].华东师范大学学报(教育科学版),2020,38(2):20-28.
- [3] 许加明,张倩倩.新媒体时代大学生宿舍“宅”的形成机制与自我体验[J].山东青年政治学院学报,2021,37(1):26-33.
- [4] 蒋水龙.“00后”心理困惑大学生宿舍矛盾案例分析及化解对策研究——以海南某高校为例[J].品位·经典,2021(14):125-127.
- [5] 光明网.2021年全国共有学校52.93万所、在校生2.91亿人[EB/OL].
<https://m.gmw.cn/baijia/2022-03/01/1302825325.html>, 2022-03-01.
- [6] 刘娟,陈丹云.“五育并举”视域下大学生宿舍思政工作平台搭建路径探析——以广东工程职业技术学院宿舍文化建设为例[J].工程教育,2022,7(106):179-188.
- [7] 汤菽文.大学生和谐宿舍文化构建探析[J].大学:研究与管理,2022(3):18-21.
- [8] 王鹤,陈夏楠.基于环境行为学对大学生宿舍改造设计——以沈阳建筑大学7舍为例[J].设计,2022,35(13):126-128.
- [9] 赵媛媛.关于高校大学生宿舍管理工作的问题探究[J].公关世界,2021(17):115-116.