

关于内地西藏中职学生日常行为习惯的分析研究

一、前言

世界上没有完全相同的两片叶子，学生也是如此，由于遗传、性格、环境、生活习惯等因素的影响，学生身上存在很多差异。有的听话懂事，有的倔强顽皮；有的聪明伶俐，有的迟钝呆板。因此，更要清楚每一个学生的日常行为习惯，关注学生在交往沟通中存在的问题，在尊重和理解多元文化和价值观的基础上，帮助学生养成良好的行为习惯，为学生日后走向社会的学习、工作、生活奠定坚实的基础。本文以校内 152 名学生为例，通过总结问卷调查的结论，更好的分析出学生日常行为习惯的特点以及存在的问题，采取各种有效的教育管理措施，这样才能培养全面发展的合格人才。

撑起一片蓝天，让每一个学生都能管理好自己不掉队，这是我的教育夙愿。

二、调查过程

（一）调查方法

本次调查采用统一测量，学生在电脑上自填问卷、教师统一指导语，在课余时间进行。

（二）调查工具

我们采用的问卷是内地西藏中职学生日常行为习惯调查问卷，根据西藏班学生的特点，分为六个部分，共 46 道小题。

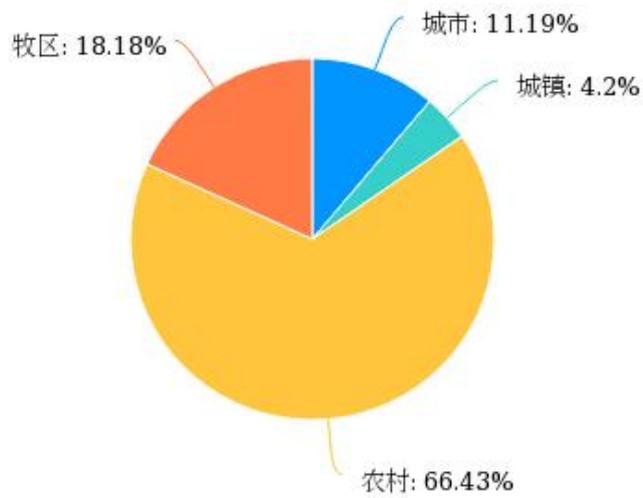
（三）调查对象：

我校学前教育西藏班 17—19 级 5 个教学班的全体学生。

本次心理测量共收到个人测量报告 143 份，其中有效问卷 143 份。

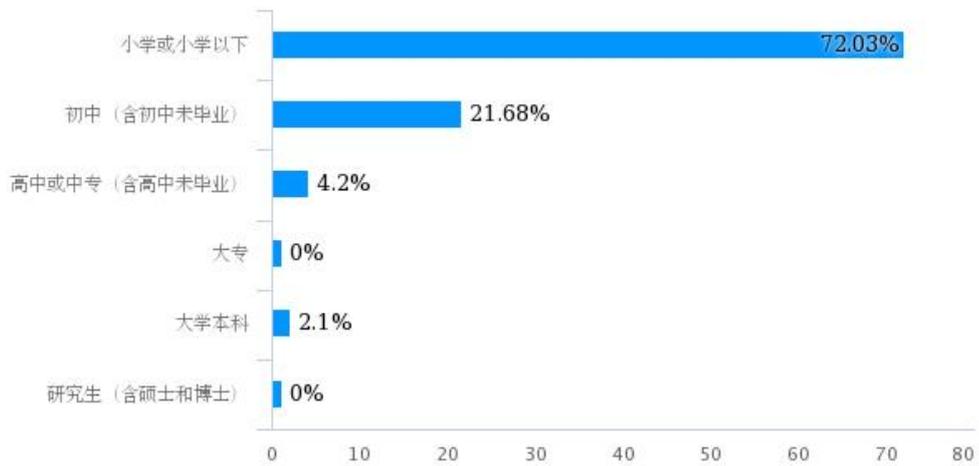
三、调查结果

（一）学前教育西藏班 17--19 级学生受家庭环境不同占比

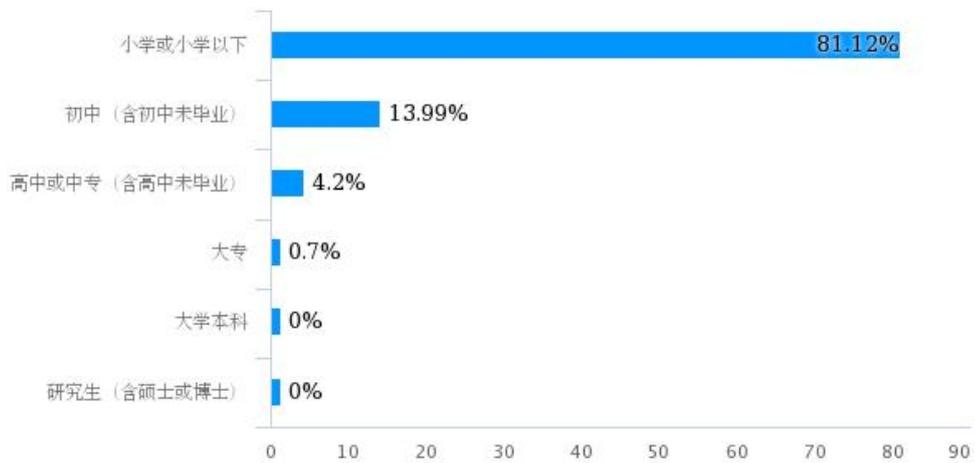


(二) 父母受教育水平

1、父亲受教育水平占比



2、母亲受教育水平占比



(三) 学生日常行为习惯相关问题

频数分析结果				
名称	选项	频数	百分比 (%)	累积百分比 (%)
如果遇到重大的困难, 你觉得自己的心理承受能力如何	强	10	20	20
	较强	18	36	56
	一般	18	36	92
	不强	4	8	100
日常生活中你有自己的兴趣爱好吗	一直都有	32	64	64
	有时有	17	34	98
	没有	1	2	100
你清楚自己的优缺点吗	非常清楚	7	14	14
	清楚	28	56	70
	不太清楚	15	30	100
当别人和我意见不一致的时候, 我会忍不住跟他们争辩。	完全不符合	5	10	10
	有点不符合	9	18	28
	不确定	22	44	72
	有点符合	10	20	92
	完全符合	4	8	100
当别人惹我心烦的时候, 我可能会当面告诉他们自己对他们的看法。	完全不符合	6	12	12
	有点不符合	9	18	30
	不确定	18	36	66
	有点符合	12	24	90
	完全符合	5	10	100
当我遇到挫折或失败的时候, 我会把自己的愤怒显露出来。	完全不符合	6	12	12
	有点不符合	11	22	34
	不确定	22	44	78
	有点符合	8	16	94
	完全符合	3	6	100
我很难控制自己的脾气。	完全不符合	6	12	12
	有点不符合	7	14	26
	不确定	18	36	62
	有点符合	14	28	90
	完全符合	5	10	100
我帮助学习、生活中有困难的人。	偶尔	9	18	18
	有时	20	40	58
	时常	10	20	78
	经常	9	18	96
	总是	2	4	100
我与大家分享自己的学习与日常生活的资源。	从来没有	2	4	4
	偶尔	12	24	28
	有时	23	46	74

	时常	7	14	88
	经常	5	10	98
	总是	1	2	100
我与大家共同分享自己的好想法。	偶尔	10	20	20
	有时	16	32	52
	时常	10	20	72
	经常	13	26	98
	总是	1	2	100
我和大家一起商量集体里的事件。	偶尔	6	12	12
	有时	15	30	42
	时常	7	14	56
	经常	15	30	86
	总是	7	14	100
我能合理安排自己的娱乐活动，控制娱乐时间。	非常不符合	3	6	6
	比较不符合	10	20	26
	不确定	18	36	62
	比较符合	13	26	88
	非常符合	6	12	100
在批评别人之前，我会考虑如果自己处于他们的立场，会有怎样的感受。	完全不符合	2	4	4
	基本不符合	6	12	16
	不确定	17	34	50
	基本符合	16	32	82
	完全符合	9	18	100
我通常独立完成自己的事情。	非常不符合	4	8	8
	比较不符合	7	14	22
	不确定	10	20	42
	比较符合	19	38	80
	非常符合	10	20	100
在学习上我一般会制定好适合自己的目标和计划。	非常不符合	3	6	6
	比较不符合	6	12	18
	不确定	8	16	34
	比较符合	24	48	82
	非常符合	9	18	100
我常常积极参加或组织各种学生活动。	非常不符合	3	6	6
	比较不符合	8	16	22
	不确定	12	24	46
	比较符合	16	32	78
	非常符合	11	22	100
我善于把新旧知识联系起来学习。	比较不符合	9	18	18
	不确定	15	30	48
	比较符合	19	38	86
	非常符合	7	14	100
合计		50	100	100

四、结果分析

从上表可知：学生中有 36.00%为“较强”。另外一般学生的比例是 36.00%。学生中选择“一直都有”的比例为 64.00%。以及有时有学生的比例是 34.00%。

从“你清楚自己的优缺点吗”来看，学生中有超过 5 成为“清楚”。从“当别人和我意见不一致的时候，我会忍不住跟他们争辩。”来看，学生中有超过 4 成为“不确定”。“当别人惹我心烦的时候，我可能会当面告诉他们自己对他们的看法。”分布来看，学生大部分为“不确定”，共有 18 个，占比为 36.00%。从“当我遇到挫折或失败的时候，我会把自己的愤怒显露出来。”分布来看，学生大部分为“不确定”，共有 22 个，占比为 44.00%。学生中选择“不确定”的比例为 36.00%。从“我帮助学习、生活中有困难的人。”分布上，大部分学生为“有时”，比例是 40.00%。从“我与大家分享自己的学习与日常生活的资源。”来看，学生中有超过 4 成为“有时”。从“我与大家共同分享自己的好想法。”来看，有超过 3 成的学生为“有时”。“我和大家一起商量集体里的事件。”分布来看，学生大部分为“有时”，共有 15 个，占比为 30.00%。“从我能合理安排自己的娱乐活动，控制娱乐时间。”分布上，大部分学生为“不确定”，比例是 36.00%。从“对于在批评别人之前，我会考虑如果自己处于他们的立场，会有怎样的感受。”来讲，“不确定”占比最高为 34.00%。还有 32.00%的学生为基本符合。学生中有 38.00%为“比较符合”。学生中选择“比较符合”的比例为 48.00%。“比较符合”的比例为 32.00%。学生中有 38.00%为“比较符合”。

本次心理测量数据统计结果显示，西藏班学生总体日常行为习惯状况堪忧。学习方面，大部分学生很难按照自己的学习计划进行学习，在学习过程中，也很难将新旧知识联系起来，难以达

到最好的学习效果。自控能力方面，面对外界环境因素的干扰，学生是否能把握住自己，大部分学生都持不确定的态度。交往方面，她们很少能在与他人的交往中，站在对方的角度思考问题，当与他人发生矛盾时，大部分学生不确定或一定会忍不住与对方争辩，也有相当一部分同学从未在他人有困难时伸出援手。由此可见，西藏班教师应以东风化雨之情，春泥护花之意，培育来自高原的花朵，注重细节，培养学生良好的日行行为习惯。

五、方法对策

（一）、培养学生的作息习惯

学生的作息习惯就是学生在校期间的起居规律，何时起床、何时入睡、何时就餐，虽然这些都是日常生活中简单的行为，但却可以看出一个学生的各个方面。学生自控能力差，晚上睡得晚，第二天早晨起不来，自然也无法全身心投入到学习中去。学校规定，早晨 6：20 起床洗漱收拾内务，6：45-6：55 出早操，6：55 吃早餐，进行早清整；中午 12：00 吃午餐，13：00-14：00 进行午休，17：30 吃晚餐，21：00-21：55 洗漱，22：00 熄灯就寝，每一环节都有学生会学生进行检查扣分，计入班级及个人量化，宿舍楼中还安装有叫醒铃，一到时间就会有播放悦耳的歌曲，有效地帮助学生养成早睡早起的好习惯。在调查的过程中，60%以上的学生表示，不确定或不能合理安排自己的娱乐活动，控制娱乐时间，可见学校制定的学习、起居生活的时间安排，虽然严格，但是能有效地帮助这些学生提高自我管控能力，养成良好的作息规律，这也有助于学生合理安排各方面时间，提升学习、工作效率。

（二）、培养学生的学习习惯

自 2017 年底接手了藏班，我深知学习习惯对于她们来说有多重要。西藏班学生融入校园生活的过程也包括融入内地的课

堂教学，进入全新的学习环境。这就要求教师要去兼顾文化基础相对薄弱的西藏班学生，在班级教学中达到相对平衡。特别在汉语文学习方面，普通话始终是她们的一大难关，如何有效利用校内外的优质资源，使西藏班学生适应学校学习生活的同时，培养出良好的学习习惯。西藏班学生刚来学校的时候，文化课不适应，如语文、英语、数学等基础课学习有困难。所以，学校都是提供一些辅助性的预备性的课程，在课程设置上降低标准。尤其在语文方面，结成“师傅”和“徒弟”的对子练习普通话，在结对小组的帮助下，逐渐让每一个人敢说普通话，会说普通话，让学生养成随时随地学习的习惯，形成你追我赶、自主学习的良好习惯。

（三）、培养学生的遵纪习惯

我校西藏班学生年龄、父母文化程度、家庭背景、思想观念均存在较大差异。学生入校后，在行为规范方面缺乏认识和了解，导致在入校后，不少学生纪律观念淡薄，经常出现一些违纪行为。较为普遍的如迟到，卫生习惯较差，不按时就寝等。针对这些问题，我校新生入校后，安排学习各项规章制度。通过各种形式的活动、班会，让学生了解学校规章制度，规范其认识。通过新生军训，进一步规范学生的纪律观念，强化纪律意识。安排高年级导生，让高年级学生带领低年级学生，帮助新生了解学校情况，明确要求，帮助其尽快适应学校生活。各班通过主题班会，观看学校一日常规宣传视频，宣讲学校相关管理规定。通过各项规章制度的学习，学生首先了解了在校学习期间，应该遵守的规则，明白了什么可以做，什么不能做。

（四）、培养学生的生活适应性

适应与融入班集体是一个双向过程。首先是学生与学生之间的交往。西藏学生从遥远的雪域高原来到内地，跨文化适应是个漫长的过程，这时候沟通就显得尤为重要。西藏学生是分肯学的

和不肯学的两种。有的是真的对内地学习生活感兴趣，自己想来的。有的是因为家庭变故了，想逃离原有的家庭氛围才来的，或者是分数低，不能升上高中，自身不愿意来，被硬带来内地的，来到内地之后，发现与自己理想中有差距，又不愿意跟周围的教师、同学交流，孤独感很重，把自己给孤立起来了。对于学生的教育，“爱、严、细、实”首先要“爱”字当头，作为教师懂得了作为西藏班学生管理工作的职责所在，就是要及时捕捉教育契机，才能引导西藏班学生排解疏导负面情绪，尝试走进学生的内心世界，才能将他们引入正确的教育轨道。如果说培养学生遵纪的习惯是一个灌输的过程，那么培养学生生活适应性就是渗透和滋润。通过教师的情感教育，让学生消除对校规校纪的抵触、排斥、害怕、担忧等消极的心理，使学生从内心接受并认同规范，能够主动去遵守、适应，让学生从被动的接受，变为主动的适应。

（五）、培养学生良好的自我管理

在西藏班学生的教育管理过程中，我们充分发挥学生的主观能动性，让学生学会自我管理、自我约束，培养学生的责任感和主人翁意识。西藏班学生学生会，是西藏班学生自我管理的学生组织，他们负责西藏班常规纪律的检查、督促，协助老师做好西藏班的教育管理工作。每周给班主任的总结，提醒班主任老师班级中存在的卫生、学习、纪律等方面的问题，协助老师管理班级。学生亲身参与常规管理工作，在管理中，他们由被动变为主动，由“被人管”变为“我来管”，他们的主动性提高了，责任感和主人翁意识增强了。他们以学校主人的身份，用自己的行动去维护学校的安定和团结。由于大部分学生尚未成年，他们的自控能力也在不断发展和加强，因此要对学生有耐心，有所期待，不可急功近利，急于求成。

“十年树木，百年树人”，教育是一个持续的、长期的过

程。在西藏班学生日常行为习惯的培养中，还会受到他们的民族风俗以及长期以来形成的生活习惯的影响。因此，对西藏班学生进行良好习惯培养，在坚持“爱严细实”的原则下，还要考虑民族因素，要尊重他们的风俗、习惯，不可影响民族团结。西藏班学生教育工作任重而道远，我们将不辱使命，不遗余力，做好西藏学生的教育工作，维护民族团结，为西藏地区输送优秀的幼教师资，为教育事业做出贡献。