

退役复学大学生校园适应现状及路径研究

喻思麒

华东交通大学马克思主义学院 江西南昌 330000

摘要: 本研究以H大学退役复学大学生为对象,通过调研分析其校园适应现状,发现存在心理落差、学业衔接不畅、环境转变不适、社交壁垒及职业规划焦虑等问题。研究发现,校园支持系统针对性不足、个体适应能力欠缺及社会支持网络不完善是主要成因。基于社会工作视角,提出构建专项支持机制、完善学业衔接体系、强化心理疏导服务、拓展社交平台及优化职业指导等对策,旨在帮助该群体顺利适应校园生活,为高校学生管理提供实践参考。

关键词: 退役复学大学生; 校园适应; 角色转换

引言

近年来,在国家政策推动下,大学生积极响应号召,参军入伍。服役期满后,他们中的一部分选择复学,由此形成了退役复学大学生这一特殊群体。然而,从高强度训练、纪律严明的集体生活,回归到自由开放、自主学习的校园环境,他们在适应过程中面临诸多挑战。这些适应问题不仅关乎退役复学大学生个人的成长与发展,也对高校教育管理工作提出了新的课题。因此,深入研究退役复学大学生校园适应问题,探寻有效的解决路径,具有重要的现实意义。

一、退役复学大学生校园适应现状

本文主要研究对象为H大学的8名退役复学大学生。

1. 心理适应问题

一方面,服役期间与校园学习生活脱节,复学时需要在短时间内重新适应学业节奏,追赶学业进度,这种学业压力容易引发焦虑情绪。另一方面,周围的同学大多没有入伍经历,行为模式和价值观念存在差异,这使得他们在短时间内难以在新环境中找准自己的定位,容易产生孤独感和疏离感。这种心理落差若长期得不到调节,可能会导致他们陷入自我怀疑,对自身价值产生迷茫。同时,社会和家庭对他们寄予了较高期望,期望他们在学业和未来发展上取得出色成绩,这无疑进一步加重了他们的心理负担。

2. 学业适应问题

服役期间,他们的时间和精力主要投入到军事训练和相关任务中,长时间脱离校园学习环境,导致知识体系出现明显断层。当他们复学后,所学专业课程可能已经更新迭代,新的理论、技术和研究成果不断涌现,这

使得他们在跟上课程进度时倍感吃力。例如,一些理工科专业在短短几年内,专业课程的内容和教学方式可能发生了巨大变化,退役复学学生需要花费大量时间和精力去弥补知识的空缺,才能理解和掌握新的专业知识。

其次,学习方式的转变让他们难以适应。服役期间强调的是服从命令、集体行动,而校园学习则更注重自主学习、独立思考和创新能力的培养。在生活中,退役复学大学生习惯了接受指令式的任务安排,缺乏自主规划学习时间和制定学习计划的经验。进入校园后,面对大量的自主学习任务,如课后阅读文献、完成课程项目等,他们往往不知所措,无法有效地管理自己的学习时间和精力,导致学习效率低下。

3. 环境适应问题

服役期间,强调集体荣誉感、纪律性和服从意识,在这样的环境中,他们的行为举止、交流方式都较为严谨和规范。而大学校园文化则更加自由、开放,鼓励个性发展和学术争鸣,学生们的穿着打扮、言行举止更加多元化。这种文化氛围的巨大反差,使得退役复学大学生在校园中可能会感到格格不入。他们可能会因习惯了严谨作风,而在面对校园中较为轻松随意的氛围时,产生心理上的不适应,甚至在与同学交流互动中,因交流方式的差异而产生误解,影响人际关系的建立。

此外,校园规章制度与服役期间管理制度的不同也需要他们重新适应。服役期间,各项规章制度严格细致,对作息时间、日常行为规范等都有明确的要求。而在校园里,虽然也有相应的规章制度,但相对来说更加灵活和人性化。

4. 社交适应问题

退役复学大学生与同学的社交圈子存在差异。入学

前，他们与战友朝夕相处，彼此之间建立了深厚且特殊的情感纽带，社交圈子相对固定且紧密。回归校园后，面对的是来自不同地区、有着不同兴趣爱好和生活背景的同学，原有的社交模式被打破。这种差异使得他们在重新建立社交关系时面临重重困难，难以快速融入新的社交圈子，常常陷入孤独的境地。例如，在宿舍，普通大学生可能因共同的兴趣爱好，如追剧、玩游戏等，迅速建立起亲密的关系，但退役复学大学生由于服役期间与这些娱乐活动脱节，很难找到共同话题，融入宿舍的社交氛围。

交流方式的不同也成为他们社交的阻碍。服役期间交流方式简洁明了、直来直去，更注重任务传达和服从。而校园中的交流则更加委婉、注重情感表达和沟通技巧。退役复学大学生在与同学交流时，可能会因为习惯了之前的交流风格，说话过于直接，无意中冒犯到他人，引发不必要的矛盾。反之，当他们面对同学较为委婉的表达方式时，也可能难以理解其中的含义，导致交流不畅，进一步阻碍了良好人际关系的建立。

5. 职业规划焦虑问题

服役期间，他们专注于任务与训练，对社会职业发展动态和行业变化了解有限。回到校园后，面对众多专业选择和未来职业方向，往往感到不知所措。一方面，由于服役经历与专业学习的脱节，他们对自己所学专业的就业前景缺乏清晰认知。另一方面，社会上职业种类繁多，新行业、新岗位不断涌现，他们难以从海量信息中筛选出适合自己的职业路径，在专业学习与职业规划之间难以找到平衡点，从而陷入深深的迷茫之中。

期望与现实的落差加剧了职业规划焦虑。服役的这段历练让他们对自己的未来职业发展抱有较高期望，渴望凭借自身的毅力、纪律性和团队协作能力，在职业生涯中取得突出成就。然而，现实情况却不容乐观。社会对退役军人的职业认知存在一定偏差，部分用人单位对退役复学大学生的专业技能和实际工作能力存疑，在招聘过程中设置较高门槛。同时，他们自身在专业技能和实践经验方面相对不足，与同届毕业生相比，在求职竞争中可能不占优势。这种期望与现实之间的巨大落差，使得他们在思考职业规划时倍感焦虑，担心无法实现自己的职业理想。

此外，职业发展信息的不对称也给他们带来困扰。高校虽有就业指导服务，但针对退役复学大学生的个性化职业规划指导相对匮乏。他们难以获取到与自身经历和专业匹配的职业信息，导致他们在职业探索过程中走

弯路，进一步加重了职业规划的焦虑情绪。

二、H大学退役复学大学生校园适应问题成因分析

1. 双重身份转换带来的心理落差

从军人到学生，身份的急剧转变是造成心理落差的关键因素。服役期间，他们有着强烈的集体荣誉感和使命感，日常行为受到严格纪律约束。然而，回到校园后，他们进入了一个以学习为主导，氛围相对自由宽松的环境。这种身份和环境的巨大反差，使得他们在心理上难以迅速适应。

2. 学业衔接机制不完善

服役期间，他们的主要精力集中在训练和执行任务上，长时间脱离校园学习，导致知识体系出现明显断层。H大学虽有复学政策，但缺乏学业衔接机制。课程设置未能充分考虑退役复学学生的特殊情况，部分专业课程进度过快，他们难以跟上教学节奏。同时，缺乏有效的学业辅导和过渡机制，使得他们在重新适应大学学习模式时困难重重。

3. 校园支持系统针对性不足

H大学校园支持系统在应对退役复学大学生的特殊需求时，存在明显的针对性不足。心理辅导方面，学校的心理咨询中心未能充分了解他们的军旅经历对心理产生的独特影响，提供的咨询服务缺乏针对性。在学业支持上，除了前文提到的学业衔接机制问题，针对退役复学大学生的学习帮扶计划也不够完善。在生活服务方面，学校未能充分考虑他们在生活习惯、作息时间等方面与普通学生的差异，缺乏相应的调整和引导。

4. 群体特征导致社交壁垒

退役复学大学生经历过艰苦训练和集体生活，拥有共同的军旅记忆和价值观，这使得他们在与普通学生交往时，容易因经历和观念的差异产生隔阂。同时，他们在训练中形成的相对内敛、坚韧的性格特点，在校园社交环境中可能表现为不善表达，难以主动融入校园丰富多彩的社交活动。

5. 职业发展支持体系不健全

尽管国家为鼓励大学生积极应征入伍，出台了一系列优待政策保障退役士兵的后续发展，涉及就业、继续教育等多方面。但面对新的就业形势，政策执行困难重重。比如在继续教育和就业过程中，学校和就业单位并没有为退役复学大学生提供更多的就业倾斜，入伍的经历不会为他们就业带来特别大的优势。在职业规划指导方面，缺乏结合他们军旅经历和专业特点的个性化指导。就业信息推送也未能充分考虑他们的特殊需求，适合退

役复学大学生的岗位信息相对较少。同时，学校未能有效搭建校企沟通平台，导致他们在就业市场上缺乏竞争力，对未来职业发展感到迷茫和焦虑。

三、退役大学生校园适应的建议与对策

1. 构建心理支持生态系统

学校应整合心理咨询中心、辅导员等资源，形成专业的心理支持团队。针对退役大学生独特的军旅经历，开展专门的心理测评，精准识别他们可能存在的心理问题，如创伤后应激障碍、适应障碍等。同时，开设心理健康教育课程，融入军旅生活相关案例，帮助他们正确认识和处理心理落差。此外，引入同伴支持模式，选拔心理调适良好的退役大学生作为同伴辅导员，通过分享经历和情感共鸣，给予他们更贴近实际的心理支持。

2. 完善学业衔接制度

学校应结合各专业特点，制定个性化的学业衔接方案。对于服役期间错过的基础课程，设置专门的补习课程，为他们提供针对性的辅导。优化课程设置，合理调整教学进度，确保退役大学生能够跟上学习节奏。同时，建立学业预警机制，及时发现并解决他们在学习过程中遇到的困难，鼓励他们积极参与学术交流活动，提升学术素养。

3. 促进社会协同支持网络

学校应加强与家长的沟通与合作，定期反馈退役大学生的在校情况，让家长了解孩子在校园适应过程中的需求，共同为学生提供支持。同时，积极与社区、企业等社会机构合作，开展社会实践活动，为退役大学生提供更多接触社会的机会，增强他们的社会适应能力。

4. 提升个体自适应能力

提升个体自适应能力是帮助退役大学生更好适应校园生活的核心。通过开展各类培训活动，如时间管理培训、沟通技巧培训等，帮助他们掌握适应校园生活所需的技能。鼓励他们积极参与社团活动和团队项目，在实践中锻炼团队协作能力和人际交往能力。同时，还可以鼓励他们担任军事理论课程和体育课程的助教，从而激发他们的积极性和热情。

5. 健全职业发展服务体系

学校应加强职业规划指导，邀请退役军人成功就业案例代表，为他们提供可参考的职业规划建议；根据他们的军旅经历和专业特长，挖掘适合的职业方向，如安

保管理、体育训练等领域。同时，拓宽就业信息渠道，与用人单位建立长期稳定的合作关系，定期举办退役大学生专场招聘会，提高他们的就业竞争力，为他们的职业发展奠定坚实基础。

结论

本研究聚焦退役复学大学生的校园适应问题，通过对H大学的深入调研，全面剖析了他们在心理、学业、社交、环境适应及职业规划方面存在的问题，并深入探讨了背后的成因，进而提出了一系列具有针对性的建议。

研究表明，退役复学大学生在校园适应过程中面临着诸多挑战，这些问题的产生是由身份转换、学业衔接不畅、校园支持不足、群体特征差异以及职业发展体系不完善等多种因素共同作用的结果。针对这些问题，构建心理支持生态系统、完善学业衔接制度、促进社会协同支持网络、提升个体自适应能力以及健全职业发展服务体系等措施，能够有效改善他们的校园适应状况。

这些研究成果不仅为H大学解决退役复学大学生的校园适应问题提供了实践指导，也为其他高校及相关教育部门制定政策提供参考依据。未来，相关研究可进一步拓展样本范围，深入挖掘不同地区、不同院校退役复学大学生的适应特点和需求，同时加强对各项对策实施效果的跟踪评估，持续优化支持体系，以更好地助力退役复学大学生全面发展，顺利融入校园与社会生活。

参考文献

- [1] 秦雪梅. 高职院校退役复学大学生校园适应现状及路径研究[J]. 产业与科技论坛, 2025, 24(01): 265-267.
- [2] 刘超群. 角色转换视角下退役复学大学生校园适应困境及应对[J]. 高教论坛, 2023, (05): 82-86.
- [3] 王盛, 吉飞跃, 他淑君. 高职院校退伍复学大学生现状与管理对策研究[J]. 福建教育学院学报, 2022, 23(07): 99-101.
- [4] 翟佳宁, 张丽娟. 退伍复学大学生就业创业帮扶对策浅析[J]. 就业与保障, 2021, (07): 95-96.
- [5] 刘丽. 退役复学大学生回归高校的社会适应问题研究[D]. 太原: 山西师范大学, 2020.
- [6] 郭婷婷, 吴长法. “三全育人”视域下高校退役复学大学生校园适应现状调查研究[J]. 滁州学院学报, 2023, 25(01): 102-107.