徐州安保中等专业学校 近三年新生素质调研报告 (2016)

一、调研说明

1. 调查目的：不知不觉，新生已经来到学校近两个月了，在这两个月里同学们一定接触到了很多新鲜事物。为了更好了解新生们在学校的状况，更好的帮助同学们融入中专生活，解决同学们遇到的问题，同时也收集在校学生们的意见和看法，让学校也了解学生们的想法。以促进学生和学校领导之间的相关沟通，为相关政策的制定提供参考，我们特此展开调查。

2. 调研时间：2016年10月24日~10月27日

3. 调研地点：徐州安保中等专业学校

4. 调研方式：问卷访问

5. 样本数量：本次共发放问卷100份，回收有效样本100份

6. 分析方法：定性分析、定量分析

7. 调研人员：校督导室

二、调研内容

1、调研对象

	男生	女生
人数	49	51
百分比	49%	51%

本次调查我们选择的对象为新生。

2、调查对象中与同学的关系相处的是否融洽的比例情况

情况	不融洽	融洽	很融洽
总数	5	47	48
百分比	5%	47%	48%

由上表格可以看出他们与室友、同学的关系相处的挺好。

3、调查对象中对于中专与初中时期教学模式的不同的适应程度

	不适应	比较适应	适应	非常适应
人数	10	42	37	21
百分比	10%	42%	37%	21%

从总体上看大部分新生都能很好的适应中专的教学模式，也有一部份同学还不适应，相信在其他同学的影响下，他们也能很快的适应中专的教学模式。

4、同学们去图书馆的情况

	没去过	很少去	有时间就去
人数	16	42	42
百分比	16%	42%	42%

由以上上数据可得出新生的读书氛围不是很浓，图书馆的利用率不是很高。

5、调研对象对升学的看法

	还没想过	等以后再说	已经决定升学
人数	52	45	3
百分比	52%	45%	3%

由以上数据可知，只有少数新生准备参加升学考试。

6、调研对象对我校食堂饭菜价格的评价

	很高	偏高	可以接受
人数	12	50	38
百分比	12%	50%	38%

由以上数据可知，近半数的同学感觉食堂饭菜的价格偏高，但是还是有很多同学认为饭菜的价格还是可以接受的。

7、调研对象加入社团的种类

	理论专业学 习类	科技创新 类	传统文 化类	音乐舞 蹈类	其他
人数	21	30	27	28	17
百分比	21%	30%	27%	28%	17%

由以上数据可知，同学们比较热衷于科技创新类、传统文化类和音乐舞蹈类的社团，同学们对这三种社团的喜爱程度不相上下。

8、调研对象带班及对学姐学长们的评价

	很有责任心	关心呵护新生	爱摆架子	其他
人数	79	78	3	13
百分比	79%	78%	3%	13%

由以上数据可知，新生对学姐学长挺满意。

9、调研对象对中专完整的规划情况

	有完整规划	没有完整规划
人数	38	62
百分比	38%	62%

由以上数据可知，到现在，在新生们的心理仍有一半多的同学对中专没有完整的规划，仍对需要老师们的引导。

10、调研对象课余时间的安排情况

	参加社团活动	阅览室读书	做兼职	上网	其他
--	--------	-------	-----	----	----

人数	24	23	10	50	3
百分比	24%	23%	10%	50%	3%

由以上数据可知，新生上网时间较多，学校也应该引导同学们合理的利用网络，能让同学们从网络中筛选对自己有用的信息，从不同的方面丰富充实自己，而不是利用电脑网络看小说、玩游戏等。

11、调研对象想对学校说的话（大多数同学的想法）

①在徐州安保中等专业学校，有老师、学长、学姐们的关爱，有良好的学习氛围，我觉得很棒。

②学校不错没有白来，就是学校小了点，谢谢。

③这是我理想中的中专。希望学校更好的发展，也为同学们提供更多的提高自己的机会。

④我们一起走向卓越。

⑤来到这里我不后悔！

三、关于学校的意见及建议

从筹备开始，历时两个多星期的“2016级新生调研”的问卷调查活动结束了。从中我们了解到了我校新生对中专生活的适应程度，对学校各方面相关评价及个人意见与建议。

四、调研结论

1、意见

学校是学生学习成长的地方，希望学校在资金允许的情况下，尽量完善加强学校硬件设施，同时，也希望学校多举办有关学习方面的活动。由此可以让我校学生更加方便的学习和生活。

2 建议

①希望学校延长图书馆的开放时间。

② 同学们的课余时间大部分都花在上网上，希望学校做好引导工作。

③ 希望学校应提供相应的意见平台。比如信箱、邮件箱，以便更好地了解学生的心声。

④ 男生女生有许多希望学校加强自身建设，特别是娱乐住宿设施，女生对宿舍条件改善呼声大。

2、结语：本次调查有以下几个方面的意义：

①经过和被调查人员交谈，对数据的分析及对同学们的意见和建议的总结，我们了解到了我校新生对中专生活的适应程度以及存在的问题。

②通过此次调查，我们在一定程度上对在校同学进行了适当的引导。使部分同学对我校的条件设施等方面有了更深的了解。

③促进了在校学生与学校领导的进一步交流与沟通。

④锻炼了我部成员与人沟通、活动策划和执行方面的能力。

就此次调查来看，新生对学校生活生活在一定程度上还是能很好地适应，但是对有些方面还在适应中。最后需要说明的是，在此次点查活动中，由于我们的时间、精力和经验的限制，再加上分析能力的不足，使得报告具有局限性和不足之处。请各位领导给予指正和谅解。

徐州安保中等专业学校督导室

2016. 10. 28

附：《2016 级新生调研问卷》

对于 2016 级新生的调研问卷

为了更好了解新生们在学校的状况,更好的帮助同学们融入中专生活,解决同学们遇到的问题,我们特此展开调查。本次调查采用不记名的形式,请您仔细填写本次问卷,感谢您的参与。

1. 您的性别 () A. 男 B. 女
2. 您与室友、同学的关系相处的是否融洽? ()
A. 不融洽 B. 融洽 C. 很融洽
3. 对于中专与高中时期教学模式的不同,您是否已经适应 ()
A. 不适应 B. 比较适应 C. 适应 D. 非常适应
4. 您经常去图书馆吗? ()
A. 没去过 B. 很少去 C. 有时间就去
5. 您认为我校餐厅饭菜的整体价格? ()
A. 很高 B. 偏高 C. 可以接受
6. 您喜欢加入哪种类型的社团?(可多选) ()
A. 理论专业学习类 B. 科技创新类 C. 传统文化类 D. 其他
7. 你对带班等学长学姐们的感觉是 ()
A. 很有责任心 B. 关心呵护新生 C. 爱摆架子 D. 没什么感觉 E. 其他
8. 是否对中专有过一个完整的规划 ()
A. 有 B. 没有
9. 您的课余时间怎么安排?(可多选) ()
A. 参加社团活动 B. 阅览室读书 C. 做兼职 D. 上网 E. 其他

10. 您来徐州安保中专这么久，您有什么想对学校说的吗？

这次的问卷调查接近尾声了，非常感谢您的参与，祝您学习进步、生活愉快.

徐州安保中等专业学校 近三年新生素质调研报告 (2017)

为了深入了解 2017 级新生的基本素质，帮助新生更好地适应学校生活，有针对性的开展各项教育教学活动，引导学生健康成长。对 17 级新生进行了一次全面的问卷调查。

一、问卷调查具体情况。

本次调查于 9 月 18 日发放 95 份调查问卷，于 9 月 20 日收回有效问卷 95 份，回收率为 100%，具备了全面调查 17 级新生的实际情况的客观条件。本次调查从学习文化、职业道德、诚信理念、心理适应、身体素质、艺术修养、学校印象等七方面的内容进行了深入的调研：

(一) 学习文化：

14、你在以前的学习阶段是否获得过奖励或处罚？

A 受过奖励 71% B 受过处罚 11% C 都没有 18%

15、入学后你最迫切的愿望是什么？

A 希望有丰富多彩的文娱生活 28%

B 希望获取更多的专业知识 56%

C 目标不明确 16%

16、你认为目前的学习积极性如何？

A 学习积极主动 39% B 一般能完成学业但学习比较被动 46%

C 对学习采取应付态度 8% D 不能完成学业，学习放任 7%

17、你认为学习最重要的目的是什么？

A 实现个人价值 57% B 找个工作 20%

C 报答父母 15% D 回馈社会 9%

18、你在校学习的压力主要来自什么地方？

A 学习 54% B 感情 15%

C 人际关系 16% D 家庭影响 15%

19、你想在学校中学习到什么样的技能？

A 本专业的技能 68% B 本专业外的一些技能 29%

C 驾驶等技能 3%

20、你有什么兴趣爱好与特长？

A 唱歌 38% B 书法 22% C 体育 15% D 其他 25%

21、你的动手能力是否比较强？

A 是 32% B 一般 51% C 不是 17%

(二) 职业道德:

22、你选择未来工作的标准是什么？

A 有挑战性，自己的才能得到发挥 40% B 收入高，福利好 36%

C 社会贡献大 13% D 安定 11%

23、你认为培养职业道德应该采取哪个措施最重要？

A 专业知识和技能的学习 40% B 培养对职业的热爱 26%

C 提高个人修养 30% D 改善社会环境 4%

24、当集体利益个人利益相冲突时，你认为应如何处理？

A 个人利益应无条件服从集体利益 26%

- B 集体利益优先，兼顾个人利益 67%
- C 个人利益优先，兼顾集体利益 6%
- D 集体利益应完全服从个人利益 1%

25、你认为你最缺乏的职业素质是什么？

- A 外语能力 59%
- B 团队精神 3%
- C 管理能力 19%
- D 实干精神 19%

26、如果你打工，打工的主要目的是什么？

- A 挣学费 24%
- B 挣生活费和零花钱 16%
- C 积累社会经验，为将来的工作打基础 51%
- D 为了应用自己所学的知识 9%

（三）诚信理念：

27、自己在生活中能否做到诚信

- A 能 38%
- B 基本能 54%
- C 没注意 8%

28、对考试作弊的看法

- A 可理解 41%
- B 可理解但应从重处罚 38%
- C 不公平，从重处罚 21%

29、你认为考试作弊的原因是什么？

- A 考差了没有面子 21%
- B 题目不会时心慌 19%
- C 为了及格 48%
- D 为了考得更好 12%

30、对即将到来的考试，你会选择什么？

- A 经常会作弊 14%
- B 偶尔会作弊 33%
- C 肯定不作弊 53%

31、你认为为什么会出现诚信缺失的问题？

- A 因为诚信不重要，可有可无 23% B 因为别人常常失信于我 27%
C 大家都不讲诚信，我也不讲 20% D 学校诚信教育欠缺 30%

（四）心理适应：

32、在你心情不好的时候，你常常会

- A 情绪化，不经意得罪他人 21% B 郁闷，不向任何人诉说
21% C 如果朋友询问，你会说出来 29% D 主动倾诉烦恼，获得
支持和理解 29%

33、每到一个新的场合，遇到陌生人，你常常会

- A 缄默，不喜欢陌生人 15% B 缄默，期望别人主动交谈 20%
C 与他们简单寒暄，表面交往 37% D 主动交谈，很快记住他们的
名字 28%

34、当你在与异性交往时，你常常会

- A 感到很不自在，脸红 19% B 有点不自在，尽量回避 21%
C 能跟他们接近，并正常交往 37% D 谈吐自然大方，感觉良好 23%

35、当你考试考砸了的时候，你常常会

- A 烦躁，自暴自弃 18% B 苦闷，自我责备 26%
C 无所谓，运气不好 13% D 分析考砸原因，寻找解决办法。 43%

36、当你遇到困难的时候，你愿意向家人求助吗？

- A 不求助，也拒绝家人帮助 8% B 不愿意，除非迫不得已 36%
C 不太愿意求助，但愿意接受家人帮助 31% D 很愿意，有困难就
向家人求助。 25%

37、你与同学之间的关系：

A 相互之间，从不关心，只是点头之交 11%

B 遇到困难可能稍微关心 26%

C 有些同学很关心你 43%

D 很多同学很关心你 20%

(五) 身体素质：

38、你的身体健康状况：

A、强壮 21% B、良好 52% C、一般 20% D、较差 7%

39、你的体能：

A、很好 18% B、较好 42% C、尚可 32% D、较弱 8%

40、是否经常参加体育锻炼：

A、经常 25% B、偶尔 52% C、几乎不锻炼 23%

41、个人卫生习惯：

A、好 37% B、较好 40% C、一般 21% D、不太注意 2%

(六) 艺术修养：

42、你有艺术方面的特长或喜好吗？

A 有 69% B 没有 31%

43、你经常阅读世界名著吗？

A 经常 36% B 偶尔 47% C 不看 17%

44、你认为听歌、跳舞、或进行其它艺术活动会对你的情绪产生影响吗？

A 会 76% B 不会 24%

45、你认为艺术素质教育的效果最终将体现在哪些方面？

A 创造力 33% B 道德修养 42%

C 欣赏水平 19% D 其它 6%

46、你对学校每年的艺术节都热心参与吗？

A 参与 51% B 不参与 30% C 不感兴趣 19%

(七) 学校印象：

47、你对学校的环境是否满意？

A 满意 21% B 比较满意 32%

C 还可以 35% D 不满意 12%

48、你是通过什么途径了解学校的？

A 电视宣传 24% B 报纸宣传 31%

C 老师介绍 18% D 同学介绍 27%

49、你希望学校开展一些什么活动？

A 体育活动 19% B 娱乐活动 54%

C 人文讲座 14% D 社团活动 13%

50、你认为学校在那方面有待改进？

A 校园文化 24% B 教学活动 37%

C 学院环境 29% D 学生管理 10%

二、问卷调查情况汇总分析

1、学习文化调查项

新生表现出比较好的主动性和自觉性。他们读中专的目的比较明确，57%的同学认为学习能实现自我价值。85%的同学对现在的学习采

取主动或比较主动的学习方式。有 56%的同学认为入学后最迫切的愿望是获得更多的专业知识。32%的学生希望能学习到本专业以外的技能。但也有一小部分同学对学习目标尚不明确。

2、职业道德调查项

40%的新生认为未来的工作要有挑战性，40%的同学认为专业知识和技能的学习对职业道德的培养很重要。93%的同学在集体利益和个人利益冲突的时候，选择了集体利益优先。59%的同学认为外语能力是他们最缺乏的职业素质。51%的同学认为打工主要是为将来工作积累经验。

3、诚信理念调查项

92%的新生在平时生活中能做到或基本做到诚信。59%的同学对作弊持不认可态度，53%的同学表示在以后的学习中绝对不会作弊。30%的同学认为学校的诚信教育是缺乏的。从调查中，我们看到，我校新生的诚信意识还有待进一步加强，部分同学在问卷中表示，为了取得好的成绩或者及格，会选择作弊，这就要求我们在平时的工作中要经常开展这方面的教育，打消学生的侥幸心理，加强诚信教育，从根源上杜绝作弊等不诚信现象。

4、心理适应调查项

新生普遍认为入学以来老师同学对他们比较关心。对与同学、朋友之间的交往，广大新生认为很有必要，而且他们在学习、生活上遇到困难或心情不好时，第一选择就是“朋友”。但也有 56%的新生选择了一有困难便接受家人的帮助，容易导致所有问题由父母一手包办，

这样不利于新生培养独立生活和处理问题的能力。

5、身体素质调查项目

大部分新生的身体素质良好，有比较好的个人卫生习惯，25%的同学经常参加锻炼。

6、艺术修养调查项

45%的新生有艺术方面的爱好和特长，这样比较有利于挑选特长生，培养学生干部。64%的新生只是偶尔看看或根本不看世界名著，同学们大都认为艺术素质的教育对自身的创造力和道德修养、欣赏水平等有明显的效果。

7、学校印象调查项

新生通过口碑宣传了解我校的为 31%，通过学校老师宣传的为 61%，同学介绍的为 27%。大多数同学入学以来对学校的校园环境较满意，希望学校多开展一些娱乐活动、体育活动、人文讲座、社团活动等来丰富他们的课余生活。37%学生认为学校应该在教学活动方面加强建设。

三、学生基本素质的综合评价

这次问卷调查只是从面上对新生进行了一次全面彻底的素质调查，部分数据可能存在偏颇，但从整体上客观的反应了新生的基本素质。从数据显示来看，新生在政治意识、价值取向、学习文化、职业道德、诚信理念、心理适应、身体素质、艺术修养等八方面所表现出的整体素质是比较高的，但我们也要看到，部分学生在某些调查项存有问题，在以后的工作中必须要引起我们的重视。

四、调查中所显示出来的几个方面的问题

1、心理适应方面存在的问题需要引起重视

现在的学生多为独生子女，独立生活的能力欠缺，遇到困难时不能以正确的方式来面对，其个性和心理上或多或少存在部分缺陷，患心理疾病的人数以及患病程度都有比较明显的提高。据有关资料反映，现在中专生中有心理不适应现象的学生人数多达 30%，这是一个不小的数目，应引起从事学生教育与管理工作人员的重视。

2、学习积极性和目的性

调查结果显示，只有 39%的学生学习比较主动，有 15%左右的的学生对学习的目的地性不明确。有 68%的同学希望学好本专业的技能，有 32%的同学希望能拓展自己的专业技能。如何树立正确的学习目标，激发同学的学习积极性，在以后的工作中显得尤为重要。

3、校园环境和校园文化建设的薄弱

我校在校园环境和校园文化建设上存在一定的欠缺。校园文化的建设，特别是诚信教育是学生反映比较多的一项，有 30%的同学认为学校对诚信的教育是欠缺的。

4、学生对艺术活动的认可

调查结果表明，学生认识到艺术活动对自我素质和修养的重要性，也表现出了极大的兴趣，我们如何使学生的兴趣变成长久的爱好，对学生的成长起到帮助作用，是今后我们工作的一个重点。

四、建议加强如下工作：

1、关注学生的心理健康。

(1) 近年来，学生中存在心理问题的学生比例越来越高，特别是贫困学生，既要面对竞争的心理压力，又要直面经济贫困的心理压力。这些使他们成为心理疾病的“高发群体”，因此我们必须加强对学生特别是贫困学生的心理健康教育。关注贫困学生的内心世界，将认知调整和行为指导相结合，完善自我意识，培养具有内在价值感的自尊心。许多贫困学生存在着既自尊又自卑的心理矛盾冲突。因此，要培养具有内在价值感的自尊心，必须完善自我意识，即要有正确的自我认识、良好的自我体验和有效的自我控制。为此，可以开设一系列的心理讲座，重点放在健康人格和情绪调节教育上，帮助贫困学生形成对贫困的正确认识和健康心态，培养他们的健康人格。不仅如此，我们还要对“富裕”生进行积极的引导，积极倡导艰苦朴素、艰苦奋斗，并把这种精神运用于学业生涯之中，提高学生各方面的素质。

(2) 开展以人际交往训练为主题的心理训练。

人际交往训练是以交往能力培训为主、传授交往知识为辅的一种心理训练。人际交往训练旨在通过对心理训练方案的实施，采取强化的训练方式，对合作、自主、责任心等核心人格特征进行训练，帮助学生掌握与他人交往的知识与技巧，改变和增强各种社会交往能力，塑造成功交往的心理品质，建立起协作型人际关系。人际交往训练就是通过一系列活动将认知的、行为的、情感的心理过程和谐地统一起来的能力训练。

2、做好职业生涯的规划和就业指导

我们要充分认识就业工作的重要性。要切实树立“三个一切”的

理念（一切为了学生，为了学生的一切，为了一切学生），而关心帮助学生就业是“三个一切”的最好体现。我们要重视学生就业指导和就业服务工作，要把职业教育与就业指导结合起来，加强学生职业生涯规划教育和就业指导工作的力度，把就业观教育贯穿到三年的学习生涯中。

3、积极创造良好的校园环境和校园文化环境，为学生成长提供良好的条件

良好的校园环境和校园文化环境是学生安心学习、生活的重要保证，在学生校园生活中起着十分重要的作用。全院上下应该在校园环境和校园文化环境建设上狠下功夫，把学院建设成为秀美校园、文化校园、和谐校园，开展人文讲座、社团活动等学生喜闻乐见的活动，为学生的学习成才提供良好的外部环境。

4、对新生的身份转换和学习重点的引导。

新生目前面临的最大困扰就是学习的问题。这其中从初到中专，学习的内容及方法的改变是一个明显而关键的变化。因此，要针对这种变化情况，有目的、有步骤地引导新生适应新的学习，迎接新挑战，完成各项学业任务。

我们相信，只要新生们拥有美好的信念，抱着科学、客观、实事求是的态度对待自己的学习、工作和生活，他们将会很快适应学生生活，并取得骄人的成绩，愉快度过美好的求学时光。

徐州安保中等专业学校 督导室

2017年9月29日

徐州安保中等专业学校 近三年新生素质调研报告 (2018)

一、调查目的

通过这次调查，能够更加了解我校新生的综合素质情况，帮助同学们及时发现自己存在的素质问题，并很好地解决问题。

二、调查对象

2018 级新生

三、调查方式

我们有目的性地对新生们进行问卷调查，该调查主要是从以下几个方面来展开的：基本家庭情况、个人身体状况、个人学习能力，社会交际能力、个人生活习惯方面。

四、调查时间

2018 年 9 月 17 日-20 日

五、调查数据及分析

发放问卷 356 份，实收 348 份，我们对这 348 份问卷做了详细的分析。调查对象其中男生为 158 人，占 45.4%；女生为 190 人，占 54.6%。

六、调查结果分析

(一) 当前我校的学生身体素质状况，其主流是很好的，他们在健康地成长，同时存在消极的一面，不容忽视。通过此次调查，我们应该认识到突出强调“健康第一”的指导思想，充分尊重学生对体育锻炼的选择性，以人为本，遵循学生的身心发展规律和兴趣爱好，

培养学生体育锻炼能力、掌握科学锻炼方法和技能，以终生体育为目标的教育改革的必要性和紧迫性。所以充分发挥大学生的智力优势，努力提高学生参与体育健身的积极性，最大限度地发挥学生的创造性和潜能。学生必须锻炼和培养学习的能力，学会利用各种资源，进行自我学习，提升对专业的认识认识，掌握毕业后的就业资讯，避免使学生输在起跑线上。

（二）我校部分学生素质修养是不错的，但仍有一部分学生的素质修养确实很差。我们觉得引起同学们素质现状不好的原因至少有 4 个方面：

1、平时的习惯。不管是在学校还是家里，我们接受周围大多数人的行为习惯，然后模仿，久而久之形成自己的习惯。

2、周围的环境。看到他人在闯红灯，自己也紧跟其后了，看见他人都不给老弱病残者让座，那自己也心安理得地继续坐着。

3、忽视了礼仪。很多学生都是因为不知道什么才是真正的礼仪而引起笑话。出入公共场所是要穿着整洁，而有的人却不注意自己的形象，穿着拖着拖鞋到了教室、图书馆。

4、对他人的态度。谁也不服谁，办起事来不愿考虑别人的感受，不管别人的评论，有的甚至要背道而驰。

（三）通过人与人之间的互相接触，交流情感，彼此吸取对方长处和积极因素，从而增进友谊，实现自我价值，增加同学们之间的凝聚力。未来的社会发展不是一、两个人能决定的，借助团队的力量，才能更好，更快的得到发展。随着新时代的到来，社会的发展不再是

仅仅需要掌握单一技能的高精尖人才，更需要综合素质高、知识面宽、基础雄厚、具人格魅力的高精尖复合型人才，以能应付新的挑战。综合素质提高和人格魅力养成，学生的主动性和积极性尤为重要。

七、解决问题、建议

1、要培养良好的求知欲和浓厚的探索兴趣。中专学生主要任务是学习知识，包括文化知识和社会知识。学习文化知识是为了掌握一定的文化技能，为将来走向社会并能够立足社会打下良好的基础。中专的学习方法和内容与中学有着很大的不同，因此进入中专学校门首先要适应中专的学习方法和内容，尽快掌握学习要领，培养浓厚的学习兴趣和求知欲。学习社会知识是为了更好的适应社会发展的需要，当今社会需要的是复合型、多方位的人才。中专生活，文化课的学习固然重要，但是同学之间、朋友之间和师生之间的人际交往能力，组织协调能力，动手实践能力以及应付各种困难、处理各种问题的能力都是不可或缺乃至应该掌握的。因为中专生活是一个人的世界观、人生观和价值观定型的时期。因此，只有培养良好的求知欲和探索兴趣，掌握更多的文化知识和社会知识，才能树立正确的世界观、人生观和价值观，才能做一个对社会有意义的人。

2、要有健全的意志品质，敢于面对各种挫折。人生之路不可能是一帆风顺的，难免会遇到一些挫折和困难，中专生要想成为社会的有用之才，就要不断提高自身抗挫折的能力，保持健康向上的心理，提高心理素质，要正确面对挫折并主动适应和战胜它。这就要求：一是要加强自身素质的修养，不断丰富和完善自己；二是要学会控制和调

节自己的情绪，不断优化自己的心理素质，增强适应能力；三是要有坚强的意志品质，俗话说“有志者事竟成”，中专生要想成才，就必须优化自身的意志品质，做一个意志坚强的人。

3、要有健康的情绪体验，提高情绪调节与控制的能力。情绪是心低潮，把握高潮和控制低潮是调节情绪的关键所在。但是一个人过分的情绪化是心理不成熟的表现，处理问题和解决矛盾不是理性的去对待，而是感情用事，这样不紧不利于解决问题，反而会使矛盾更加激化。学校里出现的各种矛盾与社会相比，并不是什么大的矛盾，因此作为一名中专生，在学习和生活中，在处理各种矛盾和问题的时候就要学会调节和控制自己的情绪，学习情绪理论的相关知识，掌握自我情绪调节和控制的技巧，培养积极健康的情绪，排除消极不健康的情绪，保持情绪的稳定，为以后走向社会打下良好的基础，因为在职业成功的道路上，最大的困难往往并不是缺少机会或资历浅薄，而是缺乏对自己情绪的控制。心理素质的高低好坏不是先天的，而是在于后天的学习、实践和锻炼。积极参加心理素质的教育活动，听取心理素质的教育报告，学习心理素质的常识，积极参加课外社团活动，参加学校组织的各种校园文化体育活动，参加社会实践活动等等，这些都有效地控制自我和科学的发展自我，增强自信心，树立健康的自我形象。

八、结论

通过这次调查，让大家深刻清楚了素质在我们工作、生活中的重要性，只有重视素质的提高，才能全面提高同学们的各种能力。并且，

随着社会经济的快速发展，国家、社会、部门、企业等对专业人才需求的素质标准也在不断提高，中专生们既迎来了更多的自我发展机遇，也面临着更为激烈、严峻的市场竞争机制的挑战。因此全面提高中专生综合素质，不仅是国家和社会广泛关注的问题，更是高等教育人才培养所追求的目标。

人的一生就是不断自我完善、不断向最高境界迈进的过程。因此增强中专生的适应能力，提高中专生的综合素质，就是要他们在竞争激烈的今天，勇于走向成功，走向辉煌，不断向更高境界迈进！

徐州安保中等专业学校 督导室

2018年9月21日