

学生动态

主办：上海对外经贸大学团委信息调研部 2015年第1期（总第195期）

关注校园热点问题★仅供领导决策参考

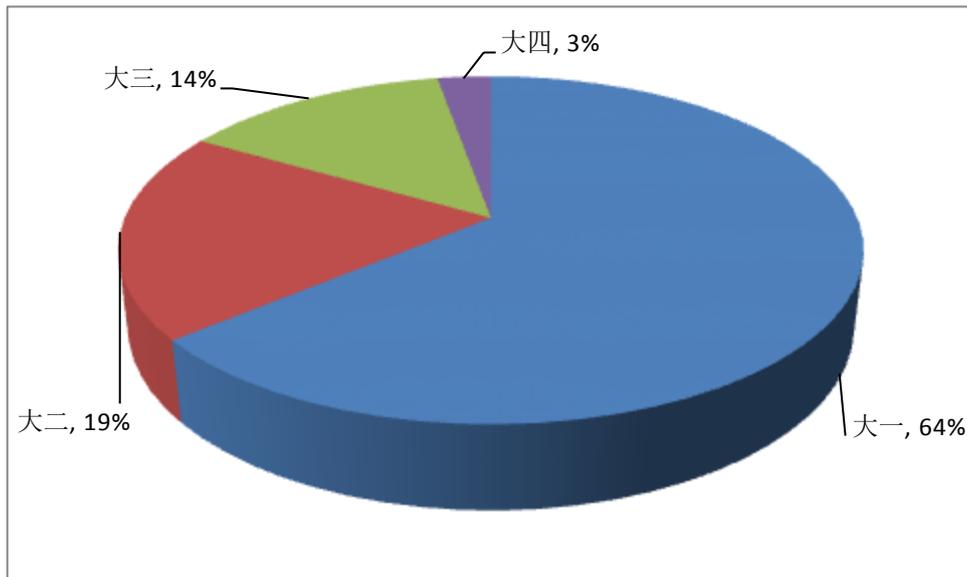
关于大学生寒假生活情况的调研报告

刚刚迎来了新的学期，寒假是一个可以提升自己 and 放松身心的好时机。而对于刚刚过去的寒假，每个人都有不同的思考和感悟。回顾寒假，我们有过预想，有过期盼，那么我们是否执行了自己的计划，是否有遗憾，是不是给了自己一个充实的寒假？

为了解我校大学生的寒假生活，我们采用网上调研的形式，对我校学生进行了抽样调查，通过寒假前的规划，寒假生活的内容，和寒假之后体会这三个方面全面地了解我校学生的寒假生活情况。

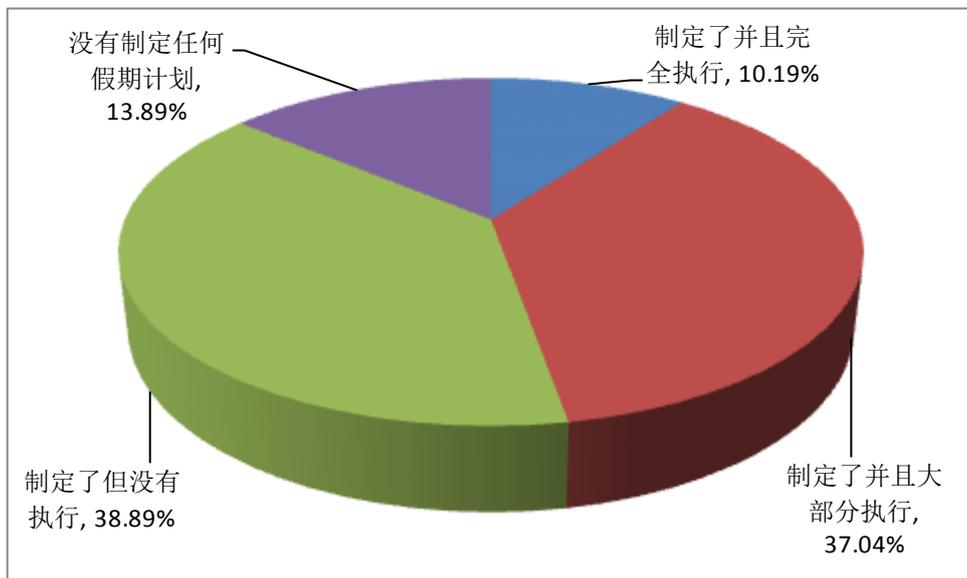
- 调查人员：葛兰清、曹玥、单婧韵、宋艳丽、刘嘉祺、刘慧
- 调查对象：上海对外经贸大学 108 名在校学生
- 调查主题：大学生寒假生活情况
- 调查时间：2015 年 3 月 15 日
- 调研内容：

调研对象年级分布：



一、寒假前的规划情况

通过调查我校学生对寒假的规划和执行情况，了解我校学生寒假安排情况。



调研数据显示，假期时间内，10.19%的学生制定了假期计划并且执行；13.89%的学生没有制定任何假期计划；37.04%的学生制定了假期计划并且大部分执行了；38.89%的学生制定了假期计划但没有执行。

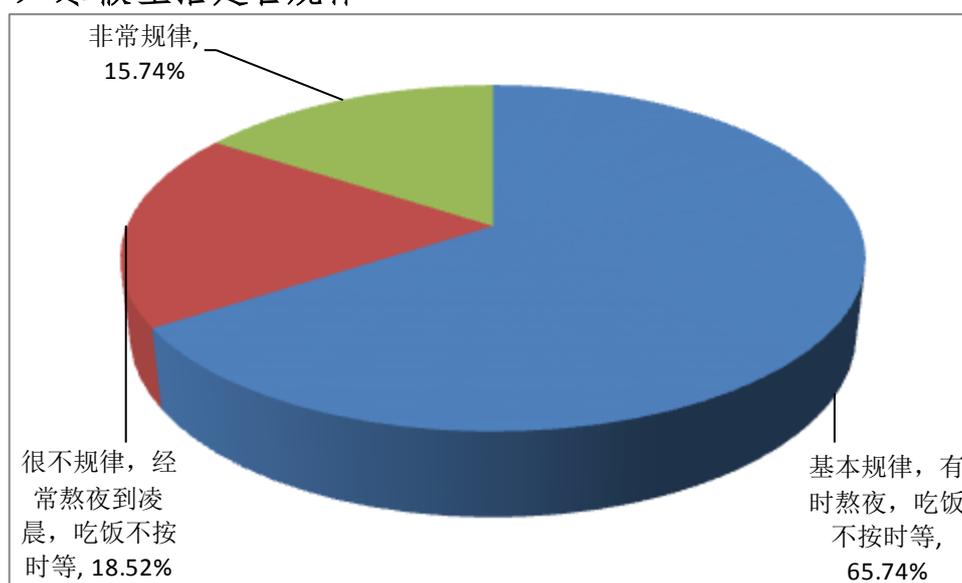
由此可见，大部分同学对假期时间进行了规划，说明我校学生对自己的时间有规划有安排，这点是值得欣慰的。但不可忽视的是，大

部分同学没有执行或者没有完全执行自己的规划，只有少部分同学严格执行了自己的规划。因此，我校学生的时间分配还有待改进，执行力还有待提高。

二、寒假生活的具体内容

通过调查我校学生的寒假生活是否规律、寒假活动情况、对于寒假兼职的看法以及与父母的交流情况，来了解我校大学生寒假的具体情况。

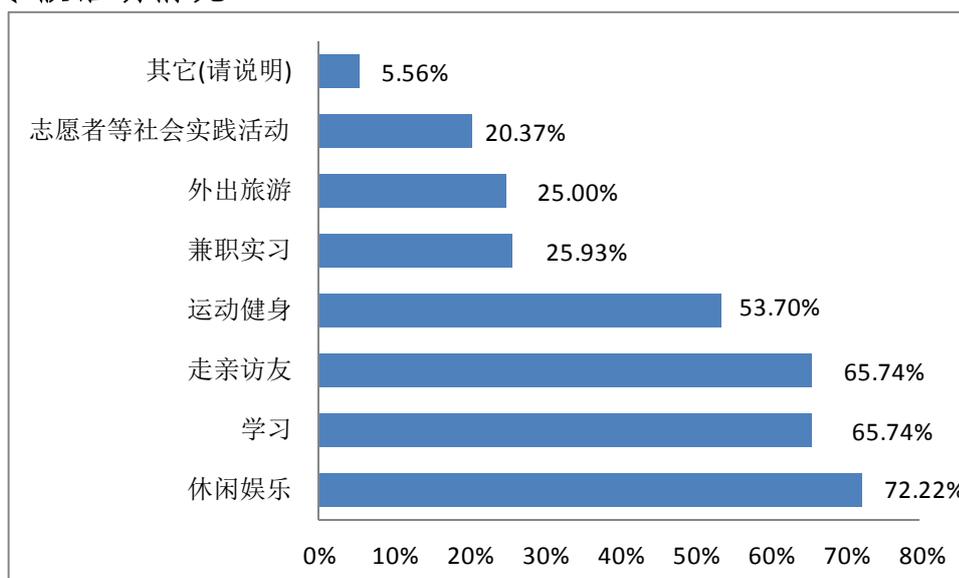
(一) 寒假生活是否规律



调研数据显示，对于假期生活的规律情况，15.74%的学生假期生活非常的规律；18.52%的学生生活很不规律，经常熬夜到凌晨，吃饭不按时等；65.74%的学生认为自己的假期基本规律，有时熬夜，吃饭不按时等。

由此可见，大部分同学认为自己的假期基本规律。比较让人欣慰的是，同学们并没有因为休息在家而日夜颠倒。但是，仍然有小部分同学在寒假中有生活作息、生活规律，没有强烈的自我约束力。

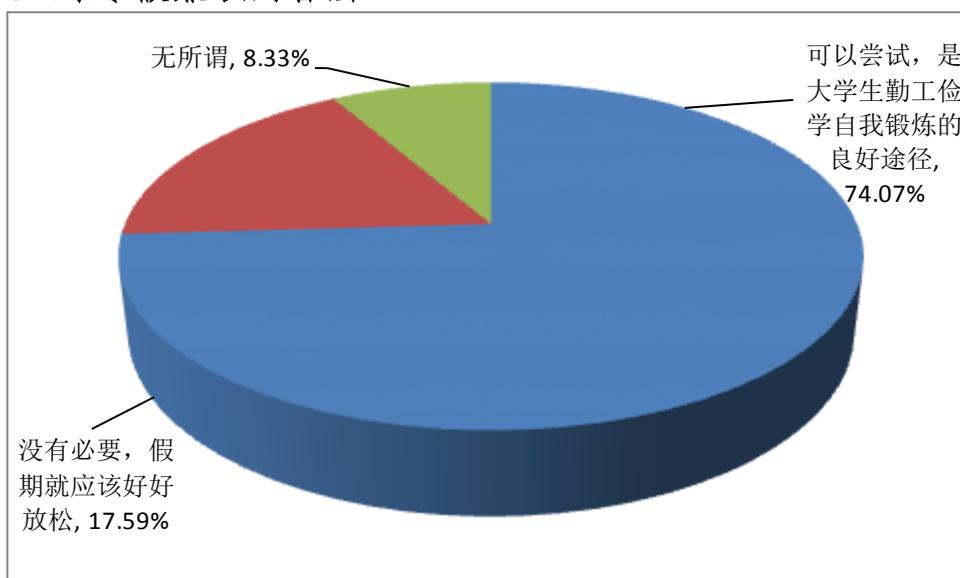
（二）寒假活动情况



调研数据显示，参加志愿者等社会实践活动的同学有 20.37%；有 25%的同学选择了外出旅游；兼职实习的同学有 25.93%；参加运动健身的同学占 53.7%；65.74%的同学选择走亲访友；有 65.74%的同学在假期学习；选择休闲娱乐的同学占比例 72.22%。

由此可见，我校大学生的寒假生活丰富多彩。休闲娱乐所占的比例最大，说明绝大多数的同学还是将自己的寒假生活重点放在休闲娱乐上，让紧张的身体和大脑能够有机会喘一口气，适当放松自己。寒假既是休息调养身心的好时机，也是与亲友、同学相聚的好契机，可以让同学们更为放松休闲。部分同学选择用外出旅游的方式更好的放松自己。选择学习的同学也有很多，说明我校学生始终保持着饱满的学习热情。此外，寒假社会感悟实践所占的比例较大，说明同学们大都利用寒假进行了有意义的实践，让自己的寒假更加充实愉快。

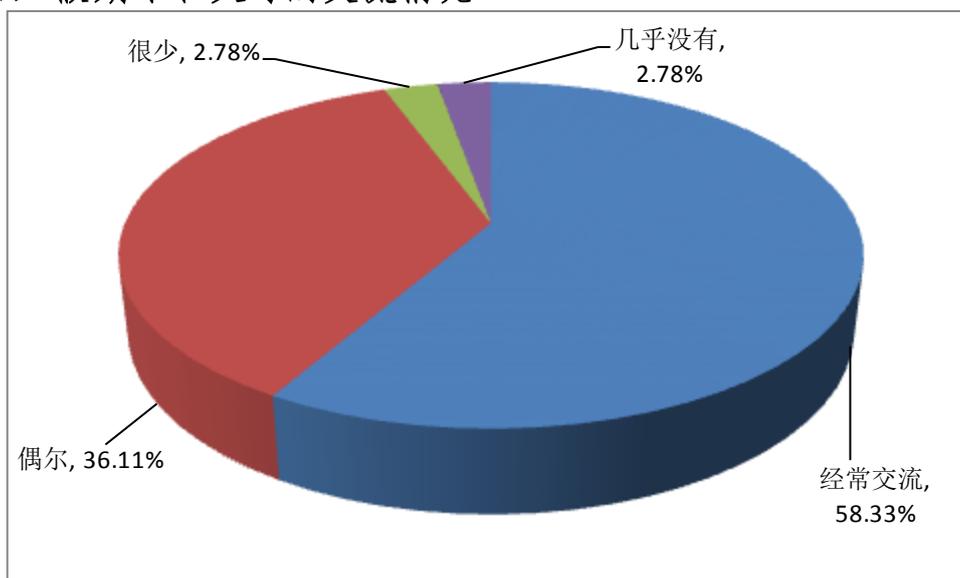
(三) 对寒假兼职的看法



调研数据显示，对于寒假兼职，8.33%的同学持无所谓的态度；17.59%的同学认为没有必要，假期就应该好好放松的同学占；有74.07%的同学认为可以尝试，假期兼职是大学生勤工俭学自我锻炼的良好途径。

由此可见，我校学生对假期兼职大多持乐观的态度。作为学生，在学校的时候应该努力学习，在假期里可以适当选择较为正规的兼职，除了可以取得自己的收入外还可以积累工作、人际交往方面的经验，为以后的实习和工作打下基础。

(四) 假期中与父母的交流情况



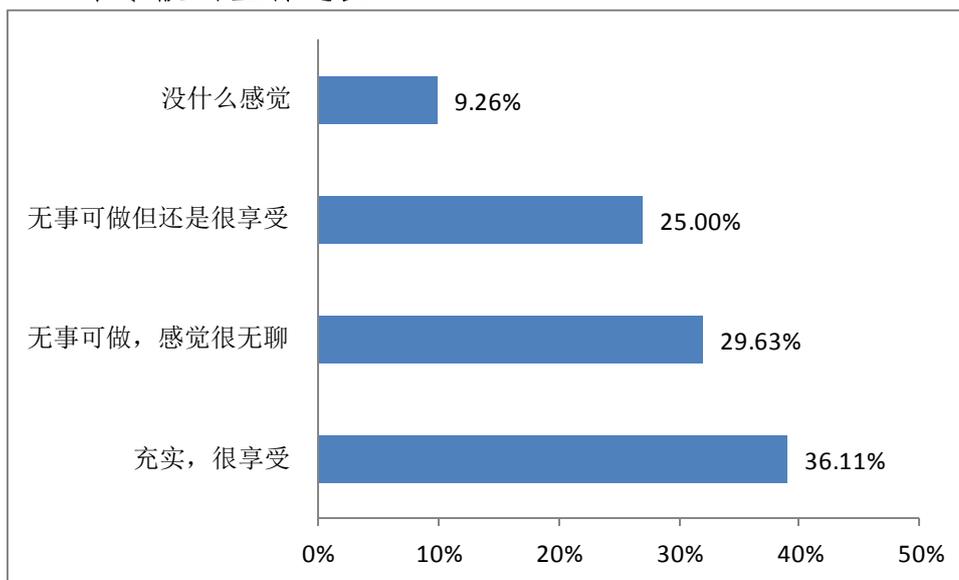
调研数据显示，2.78%的同学选择几乎没有；2.78%的同学选择很少；36.11%的同学选择偶尔；58.33%的同学选择经常交流。

由此可见，大多数同学和父母经常或偶尔交流。在学校里我们大多是和老师、同学、舍友相处，相比在家时少了许多可以和父母交流的机会。有了寒假这样难得的机会，同学们应该多和父母交流一下自己在学校的学习、生活情况。选择很少和几乎没有的同学应该注意以后应该增加和父母的交流，和父母的交流可以增进家人之间的感情，还可以得到很多来自长辈的生活经验。

三、寒假过后的体会

通过调查我校学生对寒假的整体感觉、寒假生活对开学后生活的影响和寒假生活的遗憾，了解我校学生寒假生活情况。

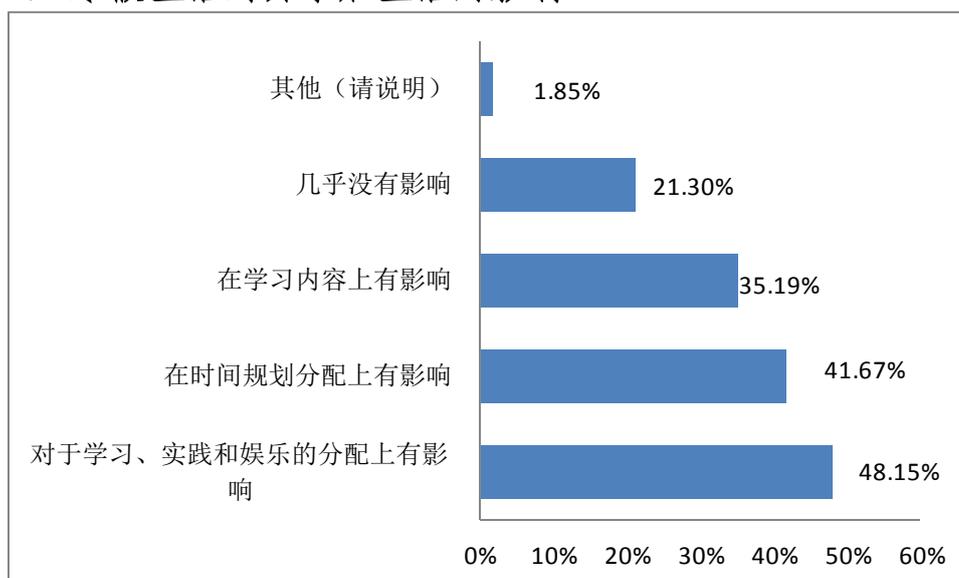
（一）对寒假的整体感觉



调研数据显示，有9.26%的同学对寒假没有什么感觉；有25%的同学感觉无事可做但很享受；有29.63%的人认为寒假无事可做并且无聊；还有36.11%的同学认为寒假过得充实而且很享受。

由此可见，大部分学生认为自己的寒假生活是有意义的，整个寒假是充实的，可以看出学生们是重视自己的寒假生活。而少数同学没有重视自己的寒假，将自己美好的寒假时光消磨殆尽。

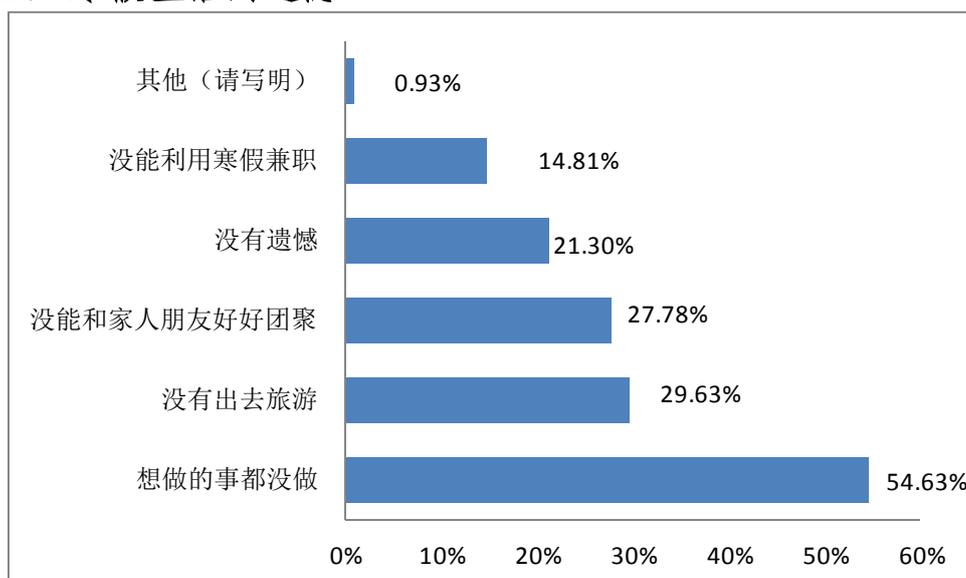
（二）寒假生活对开学后生活的影响



调研数据显示，21.3%的同学认为寒假对自己开学后的生活几乎没有影响；有35.19%的同学认为寒假生活对自己的学习内容上有影响；有41.67%的同学认为寒假生活对自己在时间规划分配上有影响，而有48.15%的同学认为寒假生活对开学后的学习、娱乐、实践的时间分配上有影响，另有1.85%的同学选择其他。

由此可见，大多数同学或多或少地都有受到寒假的影响，当然这其中可能是假期后遗症，也可能是真正在假期中有所收获等等。此外，少数同学认为寒假生活没有什么影响，这可能是出于同学能很好地调整自己的状态，很快适应了新学期的生活，也有可能是有的同学在这个寒假有所懈怠，因而并未有所得。

（三）寒假生活的遗憾



调研数据显示,54.63%同学认为自己想做的事情都没做; 29.63%的同学因没有外出旅游而遗憾; 27.78%的同学因没能好好和家人、朋友团聚而感到遗憾; 14.81%的同学因自己没能利用寒假兼职而遗憾; 21.3%的同学对自己的寒假不感到遗憾,另有0.93%的同学选择其他。

由此可见,同学们需要学会制定详实的计划并且加以执行,才能做到自己想要做的事情,达到自己的目标;从中也可以看出,部分学生也有了参与社会实践的想法,加以积累经验;不少同学认为寒假应该以放松休息为主,去旅游,到不同的地方走一走,拓宽眼见。还有部分学生的心智愈加成熟,非常在意自己的家人朋友,他们因没能和多陪家人朋友而心生遗憾。当然,还有部分同学过了充实美好的假期,也做了自己想要做的事情。寒假时间的自由度大,也可以全面发展,根据个人的不同需求,分配学习实践以及休息娱乐的时间。无论怎样,要把寒假的时间利用起来,学习也好,实践也好,旅游也好,不要任其白白流走,最后一无所获,关键还是在于要行动起来使得短暂或漫长的假期,过得有意义,过得充实。

四、调研小结

通过本次调研,我们了解到我校大学生的寒假生活规划和执行情况,和寒假之后的体会,寒假给他们带来的影响。

首先,我校大部分学生对寒假做了安排,但只有少部分同学严格

按照计划严格执行了，说明我校大学生有较好的规划意识，但仍有所松懈，不能将在纸面上计划很好地落实；大多数学生生活基本规律，没有颠倒日夜成为夜猫子，说明大多数同学，在寒假中依旧做到自律是值得高兴的。此外，同学们的寒假生活丰富多彩，休闲娱乐，学习，兼职，健身，还有与父母进行良好的交流，能够劳逸结合，度过一个充实有意义的寒假。

虽然同学们认为寒假过得很充实，但大多数同学还是有所遗憾，没有做成自己想做的事，但寒假已经过去，我们要立足当下，投入新学期的学习中来，以全新的面貌面对新学期。

顾 问：陈颖辉 缪韵笛

主 编：周治灏

副主编：葛兰清 曹 玥 单婧韵

制作日期：2015年3月20日