

日前,湘潭市中级人民法院公开开庭审理湘潭大学投毒案。据此前报道,周立人因琐事与张某某等室友多次争执,产生积怨,于是网购秋水仙碱粉,并将其投放到张某某、周某某共食的罐装麦片内,致使张某某食用中毒,经抢救无效死亡。

因与室友关系不睦,就下毒手将室友置于死地,这或为极端个例。但是,当前高校宿舍关系变得淡漠甚至紧张已引发社会广泛关注,并成为影响大学生活和学生心理健康的重要因素。

看到女儿考入心仪的高校,黄女士在高兴的同时,也有一份隐隐的担忧。她了解到,现在大学宿舍的室友关系已不像当初她上大学时如兄弟姐妹一般,自己女儿又有点小公主性格,担心女儿上大学后与室友相处不好。

黄女士的担心并非杞人忧天。2024年针对大学生宿舍关系进行的一项调查显示,在2000多份数据中,有45.19%的受访者认为,大学室友只是住在一起的“搭子”;近20%的受访者与室友存在不同程度的摩擦和矛盾,其中62.72%的受访者表示只是有些“小不愉快”,但还能维持表面关系。

黄女士是“70后”,记得自己在上世纪90年代上大学时,同宿舍室友的关系非常和谐。虽然彼此之间也有小矛盾、小摩擦,但说开后就释然了。入学后,按照当时的惯例,室友们根据年龄大小从老大排到老八,平时称呼以排行代替名字。去图书馆,室友帮着占座位;下课晚了,室友会主动从食堂帮带一份饭;遇到困难,全宿舍都争着帮忙;连谈恋爱,室友也会一起帮着参谋……这些画面深深地烙在她的脑海里。毕业近三十年,室友还通过微信群联系。她不理解,为何大学室友关系从亲密无间的“睡在我上铺的兄弟(姐妹)”变成如今的“同住一室不相熟”。

室友之间,不翻脸就是最大的体面

开学升入大三的天津师范大学新闻传播学院的陈丽(化名),是一位性格爽朗的北方女孩。她从大二下学期开始就不在宿舍住了,主要是为了实习方便,同时也想躲开宿舍那些让人难言的烦恼。她说:“我的唇膏每学期都会神秘消失,当时也怀疑过室友,但因为没有证据,就作罢了。有一次丢了一条项链,我在宿舍说这条项链对自己有不同寻常的意义。第二天,项链又回来了。”

记者问陈丽,她与室友是什么样的关系?她说:“我们宿舍是按照学生姓氏首字母随机分配的,就像开盲盒,大家的兴趣、爱好、生活成长背景什么的并不一样,每个人都想把精力消耗在复杂的室友关系上。我觉得室友就是室友,不要奢望成为朋友。彼此维持表面关系,不公开翻脸就是最大的体面了。”

陈丽补充道,自己并非不想与室友搞好关系,刚开学时也幻想过在宿舍交到知心朋

室友关系紧张,家长担心又无能为力

张女士的女儿在北京一所“985”工科大学就读,大三上学期好几次给张女士打来求安慰的电话,甚至在电话那头委屈得哭了出来。原因是在大三开学时,女儿的室友小李出现了抑郁的情况。小李平时不爱出宿舍,夜里经常不睡觉,不知道是生病还是什么原因,整夜地咳嗽,室友们对她的十分忍让,平时见她也躲着走,生怕惹她不开心。可小李嫌张女士的女儿回宿舍时收拾书包的声音大,还觉得她涂的身体乳有难闻的味道,张女士的女儿认为小李在找茬吵架。班主任、辅导员了解到情况后,给出的解决方法是张女士的女儿进屋后去阳台收拾书包、拉上床帐后再涂身体乳。“难道当代大学管理就止步于‘物理隔离’吗?其实我觉得学校的管理应该细化一下,根据学生出现的问题,人性化地解决。”张女士说。

在浙江一所高校就读的张驰说,生活习惯不同能理解,彼此可以尽量包容,有的人过于自私才是宿舍矛盾不可调和的根本原因。他性格大大咧咧,另外三个室友是南方人,性格比较细腻,“不占你便宜,也不让你占一点便

逃离宿舍,更愿意到宿舍之外找朋友

在东北某“985”大学就读的大二学生于阳说,没有上大学前,觉得与室友相处应该很简单,希望与室友成为好哥们,但真正上了大学才发现没有那么简单。比如,课堂作业经常是课题小组的几个人共同完成,与室友在同一课题小组,如果水平相差悬殊、出力大小不一,就容易产生矛盾。宿舍每个人都有自己的职业规划,在很多事情上也会

出现竞争关系,涉及奖学金、保研、就业等切身利益,室友之间的关系就变得很微妙,特别是同宿舍实力接近的室友。这种情况下,大家表面关系正常,实则背地里提防,很难成为交心的朋友。师兄就提醒过他,如果想考研,一定不要向同班尤其是室友透露报考的学校和专业,小心被室友背后“捅刀”。

于阳说,室友成不了朋友没有关系,自己可

“天大”的缘分,全宿舍共同“上岸”

其实,即使来自不同地域、性格有所不同,只要相互包容、友好沟通,室友也并非全是熟悉的陌生人。

来自福建的柯梓佳与三位北方室友成为好朋友,并与室友全部成功保研。今年刚从天津大学机械学院毕业的他很庆幸遇到三位好室友,在他看来,良好的宿舍关系应该是“和而不同”。

柯梓佳说,自己性格外向,与很多同学都得来,但能一起吃饭、喝喝酒、唱唱歌、谈天说地的真心朋友并不多。室友之间接触比较多,校内生活起居都在一块,所以很有兄弟的感觉。

他的室友刘翊说,宿舍的四人都比较宽容,摩擦并不多,偶尔有涉及自身利益的分歧,大家会找个安静的地方好好聊一聊,把事情的来龙去脉说开。这样的沟通大家都不会太抵触,彼此也表明了一种认真对待的态度。

宿舍关系之所以比较融洽,柯梓佳与室友认为是大家三观一致、有上进心的原因。他承认,与室友在合作中有竞争关系,但这是良性竞争,该比的分数要比,该拿的奖要拿,但不懂的问题可以交流,室友优秀他感到高兴,自己优秀也希望得到室友的赞赏,要学会把适当的“眼红”转化为前行



校方经验

及时介入引导 有利塑造和谐寝室关系

天津海运职业学院航海系辅导员石磊老师介绍,大学宿舍矛盾多源于作息时间与生活习惯的差异,而深层原因往往与价值观念分歧、原生家庭及成长环境影响有关。部分学生存在以自我为中心的倾向,集体观念薄弱,相互体谅的意识不足。

当学生在宿舍发生矛盾向辅导员求助时,处理步骤通常包括:了解矛盾具体情况,与学生共同分析根源;向其他同学、班级骨干多方核实,掌握真实情况;从集体生活适应、校园社交规则等角度开展双向谈心,通过集体活动促进关系缓和;强化宿舍长、班级信息员对同学思想动态的关注,做好后续跟踪,并将涉事学生列为重点关注对象持续跟进。

针对冷暴力、小团体排挤等隐蔽性问题,辅导员需做好骨干培训,明确掌握班级动态的重要性。建立可靠的学生信息队伍,确保及时反馈日常行为、宿舍关系、网络动态等情况,是矛盾早期介入的关键。对非原则性问题,应侧重教育引导与警示,清晰界定红线,讲透利害,杜绝问题重复发生,并做好记录备案与汇报;若涉及原则

性问题,需立即制止,详细调查后同步告知直属领导,协调双方家长共同处理,并按规定予以处分以强化警示,同时持续跟踪后续情况。此外,可通过召开“集体生活与和谐共处”主题班会,深化思想教育。

如果宿舍矛盾已经比较激化,甚至影响到学生的学习和生活,仅仅通过谈话是不能解决问题的。要进行临时调宿,恢复正常的学习及生活;要详细了解矛盾点、分析问题、寻找双方都接受的解决办法,辅导员、班级骨干和涉事学生一起吃个饭,在饭桌上畅所欲言,或能更好地解决问题;日常学生生活中,要充分发挥班主任、任课教师的作用,进一步缓和他们的关系,组织开展以班级、宿舍为单位的活动,进一步凝聚力量,改善关系;要持续开展谈心谈话,底线是维持同学关系,不能演变成敌人。

一般而言,新生的和谐宿舍关系还是很容易建立的,矛盾往往源于作息和生活习惯,产生问题后学生不想着分析问题和解决问题,而是以个人为中心进一步深化了矛盾。因此,新生开学后的入学教育十分有必要,一定要通过班会、深入宿舍、活动开展等讲清楚集体生活中每个人的角色,共同维护好宿舍的生活。可以利用新生军训阶段,详细摸清各个学生的情况,在宿舍分配中避免省份集中,出现抱团等情况。

最好的宿舍关系体现为集体荣誉感强、宿舍团结;室友相互理解信任包容,出现问题大家会共同解决;在学习生活中互帮互助,同时又相互尊重,不以家庭、社会关系等看低别人。良好的宿舍关系是需要共同维系的。

专家访谈

宿舍是大学生 社会化的重要场域

在中国社会学会常务理事、天津社会科学院社会学所研究员张宝义看来,宿舍是大学生社会化的重要场域。当前,我国大学宿舍关系呈现“高频矛盾与有限调解能力并存”的特点。多数学生能通过磨合建立基本和谐关系,但约30%的宿舍存在持续摩擦。

典型问题集中表现为:作息冲突,如“深夜游戏声和求睡心切”的矛盾;卫生纠纷,如“洁癖党和邋遢王”引发物品摆放、公共区清洁责任推诿;物品边界争议,如“半袋泡面引发的边界危机”反映个人物品

使用权模糊;资源分配不公,如有的学生被安排到收费更高但条件更差的旧楼。

良好的宿舍关系对提升学生的归属感与心理健康很有帮助,还能在某些方面促进学习互助,培养学生的共情力与冲突解决能力。反过来,紧张或不和谐的宿舍关系可能带来长期精神消耗、焦虑、抑郁、学业分心,甚至有引发霸凌的极端案例。

在处理宿舍人际关系时,建议新生入学即协商《宿舍公约》,明确值日、静音时段、物品借用等事项。用“我观察到”或“我感觉”代替指责,比如“你深夜打电话,我难以入睡”说出来的效果肯定比“你太吵了”要好。可以尝试练习“共情三步法”,即“情绪命名→确认需求→自我克制”。比如和对方说:“你是不是正因为考研而焦虑?需要我戴上耳机吗?”遇到冲突时,宿舍长可调停解决,但遇到原则性问题,必须及时上报辅导员,避免矛盾激化。

