

当代大学生宿舍人际关系现状调查分析

薛振婷 纪佳吟 李颖 杨晓辰 李馨平 王颖^(通讯作者)

(新疆农业大学 新疆乌鲁木齐)

摘要: 宿舍是大学生最为基础和重要的日常活动场所, 大学生在宿舍的时间相较于其他场所来说较多, 由于生活习惯、家庭环境等的种种不同, 难免会产生宿舍矛盾, 而良好的宿舍关系对学习工作生活都有至关重要的影响。本研究基于调查问卷统计分析等, 以新疆农业大学为例, 浅析当代大学生的宿舍人际关系现状, 并给出解决建议

关键词: 宿舍矛盾; 产生原因; 解决方式

Investigation and analysis of the current situation of interpersonal relationship in contemporary college students' dormitory

Zhenting Xue, Jiayin, Yingying Li, Xiaochen Yang, Xinping Li, Ying Wang^(Corresponding author)

(Xinjiang Agricultural University, Urumqi, Xinjiang)

Abstract: Dormitory is the most basic and important place of daily activities for college students. College students spend more time in dormitory compared with other places. Due to the different living habits and family environment, it is inevitable to have dormitory conflicts. Based on the statistical analysis of questionnaires, this study takes Xinjiang Agricultural University as an example to analyze the current situation of dormitory interpersonal relations of contemporary college students, and gives solutions

Key words: dormitory contradiction; Cause of occurrence; The solution

一、当代大学生宿舍人际关系特点及现状

(一) 宿舍矛盾不可避免化

从问卷搜集来的数据中可见, 一半多的宿舍里都产生过宿舍矛盾, 基于大学生待在宿舍的时间大大增多, 不可避免的就会在日常相处中产生摩擦碰撞, 进而出现宿舍矛盾。且在宿舍生活中有近四分之一的学生选择各自生活互不打扰, 也能看出当代大学生处理宿舍矛盾的不同态度, 可见宿舍矛盾的产生不可避免。

(二) 处理宿舍相处矛盾的有效实际性较高

根据问卷调查显示, 有半数的宿舍发生过矛盾, 但是大部分同学持有积极的态度, 会主动寻求各种解决方法去及时地解决问题, 并大部分的矛盾都得到了有效解决。当产生矛盾后, 大家普遍会积极主动去解决宿舍矛盾, 解决矛盾的方式途径也趋于多样化, 较大部分的同学会选择寻求老师或其他同学的帮助这样较为婉转的方式。

(三) 宿舍矛盾原因产生具有多样性

大学宿舍不像中学宿舍, 大学生的日常饮居甚至上课学习都发生在宿舍这个环境中, 因而大学宿舍关系发生矛盾受多方因素所影响, 比如生活习惯的不同、为人处事的方式技巧有差异等, 都会在一定程度上影响宿舍之间的成员关系。

(四) 宿舍关系实际与预期有差距

大部分住宿生会在开学之初向往一个和谐有爱的宿舍氛围, 但在一段时间的相处后会发现实际往往不如人意, 实际上能做到宿舍关系和睦的会比预期少从而导致了心理方面的落差。加大了矛盾发生的可能性。

二、发生冲突的原因

(一) 家庭环境的影响

宿舍就像是一个集体它是由来自不同家庭的学生组成的。首先同学们在没有进入大学的时候所接触的基础的、最长时间的一个集体就是家庭。家庭环境的不同造成了个体上存在差异, 例如性格、处理矛盾的方式、价值观等。在家庭环境影响下, 每个人对待生活、

学习以及发生在身边各类事情的态度和看法不尽相同, 价值观更是千差万别。在同一宿舍里, 经常能够发生同学之间因为某一个问题的展开激烈的讨论和争辩, 而争辩的双方往往也是根据各自的认知据理力争, 都认为自己的观点是正确的, 并且试图去说服对方, 但是强烈的好胜心又使他们不愿意去向他人低头, 更加不愿意去承认自身家庭教育存在问题。同时不同家庭的经济差异也导致了价值取向不同, 这会直接影响到生活方式的对立, 导致感情纠葛, 从而产生人际关系冲突, 宿舍矛盾激化。其次当代大学生大多是独生子女, 父母把所有的资源都给予给孩子, 即使发生矛盾父母也会较为宽容, 有的甚至认为自己只有这一个孩子, 一味的做出退让, 这就使其产生自我为中心的意识。从小家长的百依百顺, 没有兄弟姐妹纷争, 加上在大学之前大多同学是走读缺少集体生活经验, 集体主义思想更加淡漠, 这类大学生不懂得如何融入集体生活, 也不懂得如何与同龄人相处, 导致宿舍矛盾加剧。

(二) 生活习惯的差异

大学宿舍舍友来自五湖四海, 同学们之间有天南地北地域之差, 有城乡之差, 不同地方有不同生活习惯。从网上争论已久的咸甜粽子之争就可以看出南北的不同, 所以生活习惯的差异可见一斑。宿舍是群体生活, 由于不同的生活习惯, 在日常交往中难免产生摩擦。在生活习惯差异中, 卫生习惯、作息差异导致的宿舍矛盾往往较为常见。个别学生在宿舍内不注重打扫宿舍卫生, 导致宿舍产生异味或者飞虫很容易造成其他同学的困扰。而作息差异也让人十分头疼, 有的人喜欢晚睡, 什么事情都喜欢放在晚上来解决, 认为晚上安静的环境更容易集中精神, 或者对于游戏没有节制, 喜欢打游戏到深夜。有的人喜欢早起认为早上的时间是一天最宝贵的时间。两种作息时间不同的人都给互相带来了不便。综上生活习惯差异使得学生情绪不满, 彼此产生不适, 宿舍人际关系出现问题, 从而加剧了矛盾的出现。

(三) 沟通技巧的缺失

在当代社会, 语言沟通这种交流方式属于一种艺术。然而沟语

言沟通技巧的缺失,会在人际交往等方面存在着极大的影响。而语言沟通能力强,知道如何去和他人沟通的人则可以在人际交往方面获得很大的收获,从而收获成功的社交。

然而,语言沟通技巧的缺失则表现在一下几个方面:

首先是双方在沟通的过程中内容表达的不清晰,从而使得在宿舍沟通存在了一定的障碍。如果在对方未能理解的情况下,未能及时的去解释,则会激发出宿舍的一些矛盾。反之在对方未能理解后做出的进一步解释,会将正确想要表达的内容表达出来,将正确的信息传递给对方,最后使得避免了一些矛盾的发生。

其次表现在过分捍卫自己的观点而否定他人的观点,即未能及时有效聆听他人的观点。当在沟通的过程中过分的捍卫自己的观点,在对方的思想表达上会认定为自身的观点被直接否定,而沟通者未给能及时聆听对方的观点,从而激发沟通双方的矛盾。我们应当在沟通的过程中善于倾听他人的意见。倾听不仅能缓解人际关系的烦恼,还能丰富我们自身的交际经验,从而让我们在其他人身获得共鸣,使得与他人沟通更加容易。

再者则表现在双方情绪管理能力不足。情绪有积极情绪也有消极情绪。然而激发双方矛盾大多为消极情绪所为。所谓消极情绪则是指情绪管理能力的不足所致,使得导致在我们传递的过程中将消极情绪带入,人在情绪激动之时,往往会陷入情绪的漩涡,无法接收不一样的信息,从而使双方沟通存在一定的障碍。因此,我们在沟通时应当避免在情绪激动,以免语无伦次口无遮拦。

最后是双方沟通缺乏一定的兴趣。在沟通的过程当中,缺乏一定的沟通兴趣在沟通的过程中是最大的一个障碍。当我们发现对方兴趣存在一定的缺乏之时,我们还是一味用自己原本的交流沟通方式去传达信息,则会使得对方更加对此失去兴趣。我们应当在此过程中想办法调整自己表达信息和传达信息的方式,从而迎合和激发对方的兴趣与需求。从而达到正确和有效的沟通。

三、如何淡化矛盾与冲突

(一) 感知和包容差异

家庭环境的不同,就造成差异是必然存在的,矛盾的点在于我们不愿意去认可这种差异。在家我们的父母之所以愿意做出让步并不是一切都是自己,而是父母爱我们愿意做出让步,但大学里每个人都是同样的独立个体,没有理由要迁就对方不合理的小脾气,父母的爱不是我们以自我为中心的理由。在宿舍生活中,我们要多感知多包容,允许差异的存在,不把自己的观点强加给别人,拒绝以自我为中心的错误思想。对于舍友的习惯要做到理解与尊重,同时要注意自己的言行,提高自身个人的修养。在平时生活中与他人交往之时,应当注意做到不轻言,不浅诺,给自己树立一个诚信良好的形象;在与舍友交谈的过程中,要保持微笑,保持一定的社交距离,说话语气要亲和诚恳;其次自身的言行举止以及神态要得体。

(二) 理解与尊重习惯的差异

作为大学生的我们可以通过自我约束、自我管理等方式,不断提升对思想道德的认识,并且提升明辨是非的能力和水平,养成良好的学习习惯和生活习惯。应当树立和端正正确的人生观、世界观以及价值观,提高自身思想道德修养,应摒弃攀比虚荣等错误的价值观,从而避免因攀比带来的宿舍矛盾,学会悦纳自己尊重他人,不要将自己困在一方之地。生活习惯的差异是不可避免的,有差异就会有误解,如果误解一直不去沟通久而久之就会变成很大的矛盾。任何生活习惯都没有100%的正确,就拿生活作息不同这件事情来

说,有的人就是早上的精神更好,对他来说把学习放在早上就是要比晚上要合适,反之对晚睡的同学亦然。所以沟通就帮助我们了解互相的情况。我们要做的事情就是在了解互相的缘由之后学会换位思考,共同找到解决方法。早起的同学起床的声音可以稍微小一点,而晚睡的同学可以稍微早点睡觉。诸如此类的通过沟通去寻求解决方法,尽力避免因生活习惯不同而造成的矛盾。

(三) 及时解决宿舍矛盾

有矛盾并不是一件可怕的事,关键是有矛盾要及时去解决。矛盾的根源在于产生分歧的时候双方没有进行有效沟通,使得矛盾日积月累,一朝爆发。首先当宿舍发生矛盾时,当事人双方通常正处于情绪不稳定的状态,我们整个大脑处于一种冲动的状态,此时说出的话是不经过思考的,互相指责只会加剧事情的紧张程度,伤人的话一旦说出口就很难去挽回了。这时我们需要做的事情就是放松自己的情绪,等双方都冷静下来再去沟通这件事情。其次,要注意沟通的方法和态度,用合适的语气正确的表达自己的意思。

发生宿舍矛盾时,辅导员也应该起到积极的引导作用,重视心理健康教育。及时了解缘由把控全局,在处理宿舍矛盾过程中,应该保证客观公正,既不偏袒其中一方,也不带有主观臆断。辅导员可以通过面对面谈话的方式,引导发生矛盾的双方敞开心扉,实时把握谈话的节奏和氛围。同时引导发生矛盾的双方正视矛盾冲突,遇事不要选择逃避,要学会积极主动沟通并处理问题。谈话过程中如果遇到双方有过激言语,必须立即制止,处理问题做到公平公正。事后辅导员可以密切关注,再遇矛盾及时解决。辅导员应当定期对同学们进行一些必要的沟通教育,教导学生们学会聆听,并且站在对方的角度去看待矛盾。

(四) 营造良好的宿舍环境

为了有针对性的预防宿舍矛盾的产生,辅导员要从学生入学时开始进行思想政治教育,引导学生营造良好的宿舍环境。日常生活中,辅导员可以定期组织班级团建,增进学生之间的感情,培养宿舍成员间的默契。同时可以举办优秀宿舍评比等活动,宣扬“宿舍是一家”的文化,引导宿舍成员们互帮互助、相亲相爱、共同进步。

营造良好的宿舍环境,需要宿舍成员共同努力。每个宿舍可以评选出一名有威望的舍员作为宿舍长,日常监督舍友,维护宿舍氛围。宿舍成员们可以一起制定宿舍守则,规范作息,明确分工。宿舍矛盾的产生绝非一蹴而就,因此矛盾的解决也不可能短时间实现,需要长时间的沟通理解,同时值得每一位宿舍成员共同努力,创造良好的氛围。

四、结论

大学生生活方式越来越多样化,宿舍关系面临着更加严峻的挑战。基于家庭环境不同和生活习惯的差异等原因,大学生宿舍矛盾是不可避免的,面对矛盾,大学生容易出现压抑烦躁等情绪。但是,可以通过提高个人道德修养、加强沟通等方式有效处理宿舍冲突,守住大学生心理健康防线,构建和谐宿舍关系。

参考文献:

- [1]施雪锦.简谈大学生宿舍矛盾的产生与解决[J].大众标准化, 2021(04): 95-97.
- [2]徐增顺,孙丰鑫,王培芹,刘润强.当前大学生宿舍矛盾成因及解决策略探讨[J].大众标准化, 2020(08): 87-88.

注:本文为新疆农业大学2022年度大学生创新项目阶段性成果,项目名称:当代大学生宿舍人际关系现状调查分析——以新疆农业大学为例