

高校学生宿舍矛盾成因及其日常管理对策

杨紫彤¹ 后薇婷² 沈松¹ 王凡³

(1. 曲靖医学高等专科学校公共卫生与健康管理学院 云南曲靖 655000 2. 曲靖医学高等专科学校护理学院 云南曲靖 655000 3. 曲靖医学高等专科学校临床学院 云南曲靖 655000)

摘要: 高校学生宿舍作为大学生生活的重要场所, 是学生学习与生活的主要空间, 也是学生人际交往与价值观形成的关键环境。然而, 宿舍生活中矛盾频发, 包括生活习惯冲突、个性差异摩擦、资源分配不均及沟通不畅等。这些矛盾的背后既有学生自身适应性不足的问题, 也与高校管理策略的不完善密切相关。本文通过深入分析高校宿舍矛盾的成因, 提出了从行为规范、团队活动、资源管理及沟通平台四个方面优化日常管理的具体对策, 旨在为构建和谐、友善的宿舍文化提供可行路径。

关键词: 高校宿舍; 矛盾成因; 日常管理; 生活习惯; 团队活动; 沟通平台

引言

随着高校招生规模的扩大和学生群体日益多元化, 学生来自不同的地域、文化和家庭背景, 在生活习惯、个性特质、资源需求和沟通方式等方面存在明显差异, 这些因素在宿舍这个共享空间内被放大, 容易引发冲突。当前, 高校宿舍管理多以规范化和统一化为主, 较少关注学生需求的个性化与多样化。如何在保证规则有效执行的同时, 兼顾学生的实际需求, 构建和谐的宿舍环境, 成为高校管理的难题。

一、高校学生宿舍矛盾问题表现

(一) 室友生活习惯冲突频发

在高校宿舍生活中, 室友之间生活习惯的冲突是最常见的矛盾之一。这种冲突多集中在作息时间和卫生习惯上。例如, 一些学生习惯夜间在床上玩手机或打游戏, 屏幕的亮光与操作的声音容易干扰其他室友的睡眠, 而早起的同学可能在清晨整理物品时无意间打破了夜猫子的休息。卫生习惯的差异同样引发争执, 如爱干净的同学会对散落的垃圾和未清洗的餐具感到不满, 而随意的室友却认为大可不必斤斤计较。

(二) 个性差异导致摩擦加剧

高校宿舍是一个小型的多样化社会, 个性差异在这一空间内尤其明显, 不同性格的人在日常互动中往往难以避免摩擦。例如, 外向型学生喜欢邀请朋友到宿舍闲谈或聚会, 而热闹的氛围却可能让内向型室友感到不安甚至被忽视。此外, 情绪化的学生在矛盾发生时常表现出直接或激烈的反应, 而冷静理性的人可能对此感到不适或无法理解。性格特质的冲突不仅体现在行为方式的不同上, 也反映了对待人际关系的期望差异。

(三) 资源分配不均引发争执

高校在宿舍资源分配上的矛盾主要集中在细节上的感知差异与管理的微观问题。例如, 靠窗的床位因通风好、光线充足而更受欢迎, 而靠门床位可能面临更多噪音干扰和安全隐患。虽然表面上资源均衡, 但这种“自然差异”仍然会被部分学生视为不公平^[1]。此外, 浴室热水供应的时段安排, 可能无法满足所有学生的作息需求, 造成高峰期资源拥挤, 引发使用冲突。

(四) 沟通不畅造成误会升级

高校宿舍成员之间的沟通障碍是矛盾发生和升级的重要推

手, 通常表现为学生对他人言语或行为的误解。例如, 一句无心之语可能被曲解为故意冒犯, 而简单的行为疏忽则可能被误认为是刻意冷落。更为普遍的是, 许多学生在面对矛盾时倾向于回避沟通, 或者采取冷处理的方式, 这种方式虽能暂时避免冲突, 但长久的压抑却使问题更加复杂化。

二、高校学生宿舍矛盾成因

(一) 生活习惯差异难以协调

学生来自不同的家庭背景, 地域性差异造就了各自独特的生活节奏和行为模式。例如, 南方学生可能更关注湿度的调节, 而北方学生则对取暖和通风更为敏感。这些隐性的习惯差异在宿舍这个高度共享的空间中往往容易被放大。此外, 成长环境的差异也在无形中影响着学生对公共空间的态度。一些学生在家庭中长期受到家人的包容和呵护, 习惯了随意处理个人物品, 而另一些学生可能因家庭环境严格而形成了较高的秩序和整洁要求。当这两种生活态度在宿舍中碰撞, 更容易形成强烈的不适和排斥。更深层次的矛盾在于规则的适应性不足。高校宿舍多采取“一刀切”的规范, 比如熄灯时间或公共空间使用规则, 但这些条规未能顾及学生个体的实际需求, 反而使得那些“与众不同”的生活习惯成为潜在矛盾的焦点。最终, 这种规范与个体自由之间的冲突在宿舍内逐步累积, 难以化解。

(二) 性格特质矛盾导致隔阂

性格特质差异导致的宿舍矛盾, 其深层原因并不仅仅是性格本身, 而在于学生对“多样性”的认知偏差与自我调节能力的欠缺。外向型学生通常表现得更为热情开放, 他们倾向于在宿舍中创造社交场域, 如邀请朋友聚会或主动建立紧密的关系网络, 这种行为在他们看来是友好和积极的表现。但对内向型学生而言, 这种高频的社交活动可能被视为“打扰”, 甚至被误解为对个人空间的侵占^[2]。与此同时, 内向型学生更习惯在矛盾中保持沉默或逃避, 这种“被动抗议”的模式会让外向型学生感到被冷落或拒绝。

(三) 宿舍资源配置标准不一

每位学生在硬件资源上的配备已经实现了形式上的均等, 但资源的“自然优劣性”仍然引发心理上的不平衡。例如, 靠窗床位的采光、通风条件较好, 而靠门床位则因靠近入口而受

到噪音和过往干扰,这种“资源差”的感知,使得学生在选择床位时容易产生不满。这种问题的实质在于,高校在资源分配中缺乏动态调整和学生参与的机制,许多分配结果往往采取“先到先得”或随机分配方式,没有真正触及学生的心理公平感。此外,资源问题还可能因为管理效率的不足而被放大。例如,当硬件设施(如空调或插座)发生故障时,学校的维护滞后会让问题持续存在,而受影响的学生可能将这种不满投射到室友关系中,将物质矛盾升级为人际冲突。

(四) 交流机制缺乏降低理解

宿舍矛盾因交流机制缺乏而进一步恶化的深层原因,在于学生间的“沟通预期”和“表达习惯”的差异未被有效调和。部分学生倾向于将自己的需求和不满通过直接对话表达,而另一些学生则习惯于间接或回避性表达,如通过行为暗示、非语言表达甚至故意疏离来传达情绪^[9]。表达方式的不一致,往往使彼此之间的误解加剧。此外,部分学生因成长环境的不同,缺乏有效的沟通技巧和情绪管理能力。例如,习惯独生子女环境的学生,往往对冲突的耐受度较低,面对意见不合时更倾向于选择冷战,而非主动沟通。高校的管理体系在这一问题上也存在不足,更多关注宿舍制度的执行,却较少引导学生如何通过健康的沟通来缓解矛盾。

三、高校学生宿舍日常管理对策

(一) 建立行为规范统一生活节奏

统一规则与个性化调整相结合是解决宿舍生活节奏冲突的关键策略。首先,高校可以通过制定详细的宿舍作息规范来统一基本行为标准。例如,明确规定熄灯时间、限制夜间高噪音活动,并在宿舍公共区域张贴易于理解的规则说明。同时,引入弹性管理机制,允许各宿舍在一定范围内自定细化规则。此外,积极利用技术手段优化管理。例如,在宿舍内安装智能感应设备,监测噪音水平、灯光强度等干扰指标。一旦发现超过阈值的异常情况,系统将发送提示信息至宿舍成员手机,提醒及时调整行为。这种数据化管理方式不仅可以减轻宿管的工作压力,还能在潜移默化中培养学生的自律性。为进一步增强执行效果,可以设置“文明宿舍奖”,根据行为规范的遵守情况进行评比奖励,提高学生的参与感和积极性。同时,在新生入学时,可通过举办适应性工作坊或宿舍文化培训,提前引导学生了解并适应集体生活节奏,帮助他们做好心理准备。在培训中,可以结合实际案例,强调规则的重要性以及对集体生活的尊重意义。

(二) 开展团队活动促进性格融合

针对宿舍成员间因个性差异导致的矛盾,需要通过团队活动拉近学生间的关系,并在实践中帮助他们学会尊重和接纳彼此的不同。首先,定期组织宿舍团建活动,如趣味运动会、合作型任务游戏、电影讨论会等。通过这些活动,学生能够在轻松的环境中相互了解,尤其是在任务合作过程中逐步发现彼此的优势和价值。针对性格特质设计活动是促进融合的重要手段,如设计一些性格互补型的任务:让外向型学生负责团队的外联

和协调,而让内向型学生承担分析、记录等较安静的角色^[10]。这种角色分配既能让每个人的特点被认可,也避免了单一性格优势的压制,让内向和外向的学生都能找到归属感。此外,为了避免活动流于形式,组织者可通过活动结束后的分享环节,引导学生分享彼此的特点和感受,进一步加深理解。除了常规活动,还可以利用心理学工具,如MBTI性格测试,让宿舍成员在了解自己性格特质的同时,更加了解室友的行为背后的动机和逻辑。最后,活动本身并非解决矛盾的终点,高校还应通过宿管员或心理咨询师的介入,在活动中观察学生的互动,并在必要时提供额外的调节和指导。例如,针对个别性格冲突较大的宿舍成员,可以安排单独的心理辅导或人际沟通培训,帮助他们在更深层次上突破矛盾点。

(三) 完善资源管理保障公平分配

资源管理的目标不仅在于“分得均”,更在于通过公平分配提升学生对宿舍集体的认同感和信任感。高校应通过规则透明化、技术现代化和管理人性化的结合,实现资源分配的最大公平。首先需要建立起透明的资源分配机制。高校通过宿舍自治委员会或学生代表大会,讨论并制定资源分配的具体规则。例如,明确床位选择优先权的标准(如按报到顺序、随机抽签或特殊需求优先),并在新生入住前将规则公示于学校官网或宿舍群,避免分配过程中的信息不对称。同时,高校可以定期公布宿舍资源的分配和使用情况,如设备维修进度、物资补给计划等,让学生对管理过程有更清晰的认知,从而减少不必要的猜测与不满。其次,引入智能预约系统,优化公共资源的使用效率。例如,在浴室、洗衣房等高峰使用区域,设置预约系统,学生可以通过手机端提前选择使用时段,避免资源争用。此外,对于共享设备如空调、电风扇的费用分摊问题,可以利用智能计量装置,根据实际使用量计算分摊费用,减少学生间对资源使用公平性的争议^[11]。

(四) 搭建沟通平台增进相互理解

针对宿舍成员间因沟通不畅引发的矛盾,高校需要构建起多层次的沟通机制。首先,可以通过设立宿舍定期会议,为学生提供正式的沟通场合。例如,每月组织一次宿舍会议,鼓励成员在轻松的氛围中坦诚分享生活中遇到的问题或建议。其次,开发一款宿舍管理APP,让学生通过匿名留言的方式反映宿舍中的问题。例如,对于不便直接提出的生活习惯差异、行为干扰等问题,学生可以通过匿名反馈,让宿舍管理者介入调解。还应为学生提供沟通技巧的专项培训,如在新生入学教育中开设“人际沟通与冲突管理”课程,教授学生如何用非暴力沟通的方式表达不满,避免使用带有情绪化或指责性的语言。同时,通过模拟场景演练,帮助学生学会在冲突中寻找共同利益点,推动问题的和解。最后,为每栋宿舍楼配备一名驻楼心理辅导员,作为沟通的“第三方”,在矛盾激化前提供专业的支持和干预。

结语

(下转第 282 页)

(上接第 269 页)

本文提出了通过规范生活节奏、开展团队活动、优化资源管理和搭建沟通平台等方式解决宿舍矛盾的具体对策。这些策略既注重规则的执行,又关注学生的心理需求和个体差异,力求从根源上化解矛盾。未来,高校可以结合智能化管理工具和多元化教育方式,进一步完善宿舍管理体系,推动和谐宿舍文化的建设。

参考文献:

[1]梁虹.基于“圆桌会议”理论的高校学生宿舍矛盾冲突和对策探析[J].广东职业技术教育与研究,2023,(01):165-167+179.

[2]申小军,孟禄超,杨丽娜,等.高校辅导员调解女大学生宿舍矛盾面临的挑战及对策[J].办公室业务,2022,(04):83-84.

[3]胡宗群.当代大学生宿舍矛盾产生的原因及对策[J].国际

公关,2020,(10):213-214.

[4]樊玉华,靳凯,肖楠.关注心理健康构建和谐校园——高校辅导员工作案例探析[J].中国多媒体与网络教学学报(上旬刊),2020,(08):152-153.

[5]邓黎崇,荆玉梅.高校学生心理问题案例研判——以 1 则宿舍矛盾事件为例[J].心理月刊,2020,15(12):71.

杨紫彤(1990-),女,汉族,云南马龙人,硕士,助教,主要研究方向:思想政治教育、学生日常管理、学生就业创业指导。

后薇婷(1990-),女,哈尼族,云南开远人,硕士,助教,主要研究方向:思想政治教育、学生日常管理、学生就业创业指导。

沈松(1995-),男,汉族,云南陆良人,硕士,助教,主要研究方向:思想政治教育、学生日常管理、大学生心理健康教育。

王凡(1991-),男,回族,云南宣威人,硕士,助教,主要研究方向:思想政治教育、学生日常管理、学生就业创业指导。