



就学住校，你学会适应了吗？

每年9月，都有不少学生离开父母，开始全新的住宿生活。对于住宿生来说，每天有三分之二的时间是在寝室里度过，寝室就像他们的家一样。营造和谐的住宿环境，对培养他们的自我动手能力、自我服务能力、自我教育能力及团队精神，有着十分积极的意义。

但是，来自不同家庭的同学，起初同处一室，因不同的生活习惯、性格差异等原因，或许会产生矛盾。

虽然这些所谓的“矛盾”大多起因是些鸡毛蒜皮的小事，但若处理不当，不仅会对同学关系、学习成绩产生负面影响，甚至可能引起学生心理问题。

与室友保持融洽的关系是一门艺术，它体现了一个人的交际能力。如何正确处理与室友之间的关系，尽快适应、融入住宿生活？怎样做个受欢迎的室友？与室友产生矛盾后又该如何化解？嘉定部分住宿生和师长踊跃来稿，用自己的亲身经历出谋划策，本报今日选登各家之言。

吃亏就是福气

我宿舍里的6个人都来自不同的地方，个性不同，生活习惯不同，但是我们相处却非常好，亲如兄弟，关键就是彼此多帮助多包容，完善自我成就他人。

人都是重情谊的，你帮他，他也会帮你。互相帮助中，友谊更加深厚。在深厚友谊的基础上，彼此给对方提一些意见，也就很容易接受了。平日里，只要不是什么原则上的大错误，就不要斤斤计较。大度的胸怀是渐渐养成的，从宿舍里开始培养何乐而不为？有了大度的胸怀不仅让宿舍里的同学敬佩，而且对自己来说终身受益。我想，多年以后，当我们踏上社会，回忆起彼此的包容与谦让，更将珍惜这份情谊。吃亏是福的道理就在于此。

顾文翔(上海海事大学学生)

多看室友长处

金无足赤，人无完人。每个人身上，既有长处，又有短处。如果你只盯着室友的短处，那么室友肯定变成了你的“眼中钉”、“肉中刺”，你自然不会愿意跟对方交往。如果多发现室友的长处，时时想着室友的长处，就会发现原来有这样一位优缺点兼有的朋友是如此幸运。

海纳百川，有容乃大。多看室友的长处，少看室友的短处，学会换位思考，学会体谅他人，学会包容他人。用你的眼睛发现美丽，你的心情和笑容同样会随之美丽起来。

王海斌(上海工程技术大学学生)

严律己宽待人

每个人的兴趣、爱好、习惯、信仰不同，差异不可避免。在这样的情况下，要处理好与室友的关系更应该严以律己、宽以待人。

学校都有规章制度、寝室公约，自己要带头遵守这些东西。如果有室友违反了规章制度或寝室公约，可以在适当的时候委婉地提出来。产生矛盾时一定要克制，只要以诚相待、共同协商，总能解决问题。少考虑一点自我，多替别人着想，发生了冲突，要记住：退一步，海阔天空；让三分，心平气和。

顾琴(嘉定二中教师)

订个“寝室守则”

几个同学同住一室，大家可以动动脑筋，针对日常生活中诸如扫地、倒垃圾、打开水等容易引发矛盾的小细节，制作一些风趣、幽默的小警示牌，善意地提醒大家，又不会挫伤室友的自尊。还可以合计出一个“寝室守则”，“违规者”将会受到趣味性的惩罚，相信大家都会有所进步的。

袁佟芳(复旦大学网络学院学生家长)

寝室生活四部曲

当我们以独生子女的娇气、佼佼者的姿态住进重点高中的寝室时，落差会使人一时难以接受，“四部曲”的上演不可避免。

斗嘴曲

“你乱用我的东西干什么！”
“我不就是用了一下吗，凶什么呀！”
“谁让你用了！”
“你那破东西我还不稀罕呢！”
“不稀罕，你别碰！”
“嘭”门关了。

其实争吵的只是一支牙膏，由于自我为中心过了点火，口舌之战爆发了。

——寝室生活需要我们学会怎样与他人相处，对他人，我们言辞应平和，多一些宽容，不然

只能得来“嘭”的一声。

休息曲

时钟滴答，我亲爱的室友何时才愿意进入梦乡？我托腮硬挺着睁大眼睛，想方设法想把书上的字“赶”进眼里，但还是看不进去。可是室友不睡，我上床也睡不着呀。于是，我大讲特讲睡眠的重要，宿管老师已经敲过一次门了。可不见成效，奈何？我只好躺在床上，与刺眼的灯光苦战。

——寝室生活让我知道，每一个人都是一个独立的个体，你无法要求他们按照你的意愿生活，惟有主动适应生活环境，而别指望让环境因你而改变。

转变曲

经过一段时间的住宿生活，妈妈对我说：“你会

理解人、照顾人了。”我听了笑了：“你住进寝室试试！”

——室友之间相处时间久了，自然会有互助的默契。曾经幼稚的争吵在沟通后解决矛盾，曾经杂乱无章的步调，在适应后逐渐整齐。牙膏，你的就是我的，我的就是你的，一种“小共产主义”的氛围形成，让人很愉悦。

团结曲

“这道题该怎么做？”

“来，我给你讲……”

——寝室生活有不顺、有困难，但当我们以宽容的心态去面对时，就会发现，寝室生活就是一首青春时期的一首经典曲子，有波澜起伏，有高低跌宕，但最后总是平和悦耳，余音绵绵。

李迪(嘉定一中学生)

「交际应酬」不能少吗？

进入大学，面临一个全新的环境，怎样与室友和谐相处，是摆在我面前最大的问题。

初次见面，我主动地介绍自己，并认识对方。交往过程中，以诚待人，总算与室友初步建立了友谊。但如何维系这份友谊，亦是个难点。由于我的室友多数是富家子弟或“豪爽”的人，经常有高额开支。他们认为，既然是朋友，就必须“应酬交际”。这恰恰是我不能接受的。

我认为，身为学生不应该有过高的消费。其次，我家的经济条件也不允许我有过高的消费。因此开学以来，他们组织的多次诸如唱歌之类的集体活动，我都借故推却，并明确表示自己不赞同。没想到，这在室友口中竟成了“小气”、“不上台面”，他们视我为异类。他们讨论的关于吃喝玩乐的话题，我不感兴趣，也插不上嘴。渐渐地，我和室友越来越疏远。

难道“交际应酬”真的不可少吗？我衷心希望能与室友建立宝贵而朴实的友谊。

邹栋(上海大学学生)



学会生存重于满分

最近，看到了一则报道：有过寄宿经历并能和他人处好关系的学生，走向社会后，适应能力大大高于没有住宿的学生。我禁不住一阵窃喜，为自己当初让孩子选择寄宿学校而得意。

儿子刚进入本市一所市重点寄宿制学校就读时，他一会儿吵着要换宿舍，一会儿说要回家住。闻听此言，我和爱人立马分头行动。她去问儿子的室友了解内情，我去找班主任寻求对策。

得到的结果让人哭笑不得，他们的“矛盾”还真不少：儿子开着灯就睡不着觉，但来自湖南的那位同学却喜欢“开夜车”，安徽的同学一入睡就鼾声大作，另一位同学一旦被吵醒就再难安睡；还有值日问题，要求学生每天擦玻璃、拖地，出门要锁门、关窗，东西要摆放整齐等，并且每天检查、评分、通报。一旦扣分，宿管老师要过问，班主任要批评，在师长面前他们总相互推诿、扯皮，回到“小天地”后，更是相互埋怨指责，有时甚至互不理睬。此外，还会因为吃饭、自习时没有集体行动而引发争吵。

这些事情看似鸡毛蒜皮，但“学校无小事，事事关教

育”。于是，我和班主任老师一起，分头与孩子谈心，从团结和谐讲到责任义务、从包容理解讲到自强自立、从改变自己适应环境讲到心态决定一切……经过一段时间的“合力攻坚”，孩子们的思想有了很大转变，诸多矛盾得到了一一化解，宿舍的气氛也渐渐变得晴朗起来。事后，孩子告诉我们，班主任还在宿舍组织了一次恳谈会，4个同学敞开心扉，做了诚恳的批评与自我批评，最终，4个人的手紧紧地握在了一起。

1年多来，孩子再也没有提出要换宿舍、要回家。有趣的是，那个“开夜车”的同学“车”还常开，打呼噜的同学呼噜照打，而他，竟然能安然入睡了。问他是怎么回事，儿子的回答很有点哲理味道：“一切问题都是思想问题，只要思想通了，就一通百通。”

“学会生存”是联合国教科文组织在人类跨入二十一世纪时提出的一个响亮口号，也是中学生的一门必修课。对寄宿学生而言，能很好地调整自己，适应环境，与人和睦相处，就是学会了生存。某种程度上说，这比考满分还重要。

郭晋考(嘉定一中学生家长)

室友情谊金不换

我从高一开始就一直住宿，寝室的同学来自五湖四海，在相处过程中摩擦不可避免。一段时间的住宿生活，教会我珍惜与室友之间的感情。因为我们每天一同学习、一同生活的伙伴，那一份情谊金不换！

我认为，良好和谐的宿舍氛围是需要大家共同营造的，源于每一个成员对这个“家”的呵护。在我看来，寝室矛盾大多是一些零碎小事，主要是同学间生活习惯的差异引起的。如，一个同学要休息，另一个要读英语，这时也有人会很气恼，一旦吵起架来，气氛就沉重了。这时，最重要的是理解和沟通。倘若读英语的同学能够小声些读，休息的同学多谅解一些，矛盾就无从生处。所以，寝

室生活中，若发现自己有不妥的地方，可以适当调整自己的生活习惯，并且多为他人着想。有了矛盾，及时沟通、交流，这样才能更好地了解自己和他人，消除彼此之间的误会，加强相互的理解和信任。

其次，学会包容，懂得站在他人的角度思考问题。对于学生来说，应该把主要精力放在学习上，不要总为那些鸡毛蒜皮的小事情而斤斤计较。还要以诚待人，只有播种真诚的种子，才会收获别人的真诚。

住宿生活，为我们提供了一个很好的机会去学会与人交往，这将是我们的成长道路上的一笔宝贵财富！

朱金(嘉定一中学生)