

苏盈洁 / 报道

图片由受访者提供

8月本地大学开学，大一新生将陆续住进宿舍，离开吃饱穿暖的家，体验多姿多彩的宿舍生活。一个人在外生活，难免会感到陌生和害怕，担心不能适应，该如何是好？@世代访问三名宿舍达人分享个人经验与感悟，配合实用的宿舍小贴士，帮助新生在入住前做足功课，让大学生活更丰富多彩。

从陌生人到亲如姐妹

两个陌生人，两种不同性格和生活习惯，在偶然的机缘下，成为互相扶持的好朋友。新加坡国立大学产业管理系的谢欣倪（二年级）从没想过室友会成为无话不谈的闺蜜，第一天住进宿舍时，她最担心的是无法和室友相处。

谢欣倪在接受联合早报采访时说：“最初肯定会感觉陌生，但千万不要用敌意的眼光看待室友。”刚搬进宿舍时，她主动与室友黄爱湘（国大商业分析系二年级）聊天，一起打扫房间，还在书桌上贴励志纸条，鼓励对方用功读书。俗话说，好的开始是成功的一半，谢欣倪认为只要相互体谅和坦诚，不把芥蒂搁在心底，就可避免争执。

谢欣倪习惯晚上读书，黄爱湘则习惯早上温书。为了相互配合，谢欣倪会熄灯让黄爱湘先入睡，只开桌灯念书。黄爱湘早上醒来时也会小心翼翼，深怕吵醒正在睡梦中的谢欣倪。她补充说：“深夜读书想透气时，会约朋友一起吃夜宵，保持联系，增进感情。”

舍友们之间会互相照应，让谢欣倪感受到宿舍大家庭的温暖，不再害怕夜深人静时一个人上公厕。她说：“交际虽重要，但时间必须妥善管理，学业和校园活动要两者兼顾。”

谢欣倪最初搬进宿舍时，轻松自如，没有携带任何大件物品。后来因为天气闷热，她在房里安装了迷你风扇。大一课程结



谢欣倪（右）与室友黄爱湘分享爱心豆花。

束后，她必须搬出宿舍等待大学重新分配房间。她笑说：“结果行李太重，宿舍又没有电梯，只好向男友求救。”

与异国室友无法相处

南洋理工大学经济系的萧诗颖（三年级）原本与朋友同住一间宿舍，但朋友选择搬离，学校分配新室友，她也抱着开放的心态去接纳。她认为两个人一起住定规矩太拘谨了，所以一开始没那么做，后来她发现文化差异太大，最终选择换到单人房。

“我的室友是越南人，每晚

都会说梦话，平时习惯凌晨12点才入睡，还要求把全部灯熄灭。早上7点起身，会发出很多声音。”

萧诗颖认为，与室友相处的秘诀，是尊重彼此的作息时间，事先制定规则。她说：“有一次我母亲熬了鸡汤，特地送来学校，但我的室友不喜欢鸡汤的味道，因此禁止我在房里用餐。隔几天后，她自己却在房里吃泡面。”萧诗颖尝试与室友沟通，但无法达到共识，最后唯有“分房”。这段经历虽然不愉快，萧诗颖依旧喜欢宿舍生活。

敞开心胸 敢于尝试

南大国立教育学院大四生沈振威在宿舍住了三年。虽然他住的是单人房，但仍受到许多舍友的欢迎和喜爱。

沈振威说：“很多事情只要勇敢踏出第一步，就会有意外的收获。”他住进宿舍第一天，就跟左右邻舍打招呼，并保持友善的态度。他认为远亲不如近邻，同学之间应该守望相助，因此他鼓励新生在宿舍内多认识朋友，

扩大生活圈子，敢于尝试新的运动或活动。除了读书，沈振威也参加宿舍的足球队和阿卡贝拉社，并担任主唱。他平时也喜欢和舍友们一起吃夜宵，建立良好的关系。

沈振威在家偶尔会帮忙分担家务，但大部分的饮食起居都是父母负责。离开父母的呵护，他开始了独立生活，从洗衣到自备三餐，都学会自己打理，不必父母操心。

搬进宿舍时，沈振威只多带了衣架，其余日常用品都在校园里的超市购买。他的宿舍设备完善，有洗衣机和吹风机，甚至还可以在茶水间煮饭。他笑说：“宿舍让学生体验独立自主的生活，以后在外生活或成家立业，也不会手忙脚乱，哈哈。”由于沈振威的住家离学校较远，最初申请住宿是为了图方便，如今，他对宿舍早已产生一份归属感。

宿舍小贴士

（本栏意见，只供参考）：

- 面带笑容，勇敢地与邻居打招呼。
- 使用公共设施要发挥礼让精神，并保持其卫生干净。
- 有室友的同学可约好一起打扫房间，促进感情。
- 与室友的相处之道：体谅、尊重、包容、沟通。
- 宿舍若无电梯，可自备行李箱或事先找朋友帮忙搬。
- 本地天气闷热，可自备迷你风扇。
- 多参与活动，如宵夜聚餐。
- 生活、学业和活动三者之间要有效分配时间。



谢欣倪与舍友们感情融洽，不时聚在一起吃夜宵。

大学宿舍全攻略

大学新生第一次住进宿舍，开始过独立的生活，有的人满怀期待，有的人忐忑不安。让宿舍“过来人”分享他们住宿舍的经历和收获，为新生提供入住宿舍的贴士。



萧诗颖（左一）与舍友们办卡通睡衣派对。



沈振威（中）善于利用闲暇时间，参加宿舍主办的足球比赛和歌唱表演。