

## 大学生社交“心”主张——

# 超六成受访大学生交友看重性格合拍心灵相通

中青报·中青网记者 张仟煜  
实习生 李姝岑 李永熙

“朋友不在于多，而在于精，能让我舒服、懂我的人，才是真正值得深交的人。”广西大学播音与主持艺术专业的唐可盈，这样定义她心目中的“朋友”。

近日，中国青年报·中青校媒面向全国高校大学生发起“大学生社交现状与观念调查”，共收到2634份有效问卷。数据显示，91.42%的受访大学生对目前的社交状态感到满意，超半数的受访者采用“线上线下并重”的社交方式（51.18%），远超选择“主要线上”的比例（17.20%）。

值得注意的是，情感联结已成为当代大学生社交的核心锚点。调查显示，“性格合拍”（68.75%）与“心灵相通”（63.36%）是受访大学生在结交朋友时最看重的品质。而在更倾向于线下社交的受访者中，“容易建立信任和深厚的情感连接”（63.09%）是他们选择线下的主要原因之一。

### 圈层化社交,线上线下并行

当代大学生的社交圈呈现出核心圈层高度集中、延伸圈层按需拓展的特征。

唐可盈的社交通常分为三个场景：宿舍、活动和线上。在宿舍，她常与一位室友交流，这源于一个连接点——手机游戏。“虽然我自己很久不玩了，但对她玩的游戏内容都懂。”她笑着解释，“我会根据她在游戏里的发言，时不时插进去调侃两句。”这种基于共同话题的轻松互动，是她和室友喜欢的交流方式。

“线上线下并重”是当代大学生的主要社交模式。数据显示，51.18%受访大学生选择“线上线下并重”的社交方式，而以线上社交为主的受访者仅占17.20%，还有31.62%的受访者则以线下社交为主。

唐可盈就是“线上线下并重”的实践者。在线上，她通过追星、读书认识了三观相合的网友，其中一位还成了“半现实朋友”，每年都会约着见一面。在线下，她的交往对象则多是曾在学生会共事的同学，因为聊得来、做事合拍，“关系早已超过工作伙伴了”。

“角色驱动”正成为大学生社交场景的重要催化剂。身为班级团支书和学院研究生会成员，就读于中南大学矿业工程专业李康的社交网络主要围绕这两个角色展开。这种由学生工作带来的连接，构成了他最主要和活跃的社交脉络。此外，本科阶段的好友、同学乃至老师，通过线上群聊和私聊得以维



视觉中国供图

系，成为他的重要情感支持。亲人与发小等同辈人，也在他的社交版图中占据一席之地。

宿舍仍是大学生社交绕不开的场景。数据显示，在主要以线下社交为主的受访者中，宿舍生活成为74.07%的大学生的主要社交途径，其次是各类社团活动（66.75%）和学生会等学生组织（59.54%）。

身份、所处学习阶段与生活重心，往往共同决定着大学生的社交节奏。对就读于云南民族大学、正在备战考研的颜子贤而言，她的社交生活因备考而变得规律、简洁。每天在自习室与宿舍之间往返，颜子贤唯一的“固定社交节目”，是和室友——“饭搭子”吃饭聊天。这种互动，是她忙碌备考中稳定而安心的留白。

AI的兴起，为那些在独处与社交间寻求平衡的年轻人提供了新的情感出口。颜子贤下载了一个小众聊天软件，每天与虚拟偶像互道早晚安，分享心情，彼此鼓励。在这个由代码构筑的关系里，颜子贤获得了一种纯粹、可控的情绪支持。“它可以回应你，会对你说加油，就像是一个好朋友。”

### 从单一到包容,从执着到随缘

回顾大学四年的社交变化，颜子贤认为这是一个“地缘化不断下降”的过

### 受访者更倾向于哪种社交？

情感联结型	35.23%
互利共赢型	25.63%
随缘佛系型	23.77%
社群归属感	8.35%
自我表达型	3.95%
极致精简型	2.92%
其他	0.15%

程。刚入学时，她曾将宿舍关系“戴上枷锁”，认为“室友就要像家人一样互相关注、互相帮忙”。

但随着阅历增长，颜子贤逐渐意识到，出去旅游、参加活动，会遇到各种各样的人，“你不会再局限于那个小空间，也不执着于一定要以空间为界，和舍友成为一辈子的的好朋友。”现在，她更愿意以灵活自然的方式与室友相处，“有话就聊，没话就各做各的事”。

随着年龄的增长，李康清晰地感知到自己交友观的变化。他总结道，本科时的自己交友观较为“狭隘”和“武断”，信奉“话不投机半句多”的原则，交友的门槛高且严格。

步入研究生阶段，李康的心态变得更加包容。“现在就觉得，每个人都是不一样的，我应该去接受每个不同的人，不同的对待生活的方式。”他不再追求与所有人都成为“好朋友”，而是接纳不同层次的友情，对不同程度的社交关系有了更从容的区分。

然而，包容度提升的同时，深度社交的浓度似乎被稀释了。李康坦言，现阶段能进行深度交流、无话不谈的对象

比较少。他有些想念本科时那几个可以“穿一条裤子”的室友，那种可以完全展现自我、无需任何伪装的信任感，是当前的生活中尚未重建的珍贵连接。

正在读大三的唐可盈也感觉到，从高中到大学，她的社交状态发生了明显的改变：空闲时间增多，外向性提升，社交场合更丰富。但核心的交友观始终不变——重视“质”而非“量”，追求的是“双方陪伴”的情感价值，而非功利性的索取。

调查显示，“情感联结型”社交是受访大学生最为青睐的，其次是“互利共赢型”和“随缘佛系型”。具体来看，67.92%的受访者认为深度社交“顺其自然，有则更好”；17.54%则“非常渴望并积极寻求”。此外，近四成受访者每周都会进行几次深度聊天。

“深交关系”有助于认识自己。唐可盈对此深有感触：“即便磨合中有困难、会吵架，这个过程也能带来幸福感，让我更认识自己。”她最引以为豪的，是一段从初中延续至今的友谊。“即使我们三四个月不联系，只要一见面，就什么都能聊，无缝衔接。”

唐可盈将长久友谊的密钥归结为“相似性”与“纯粹真诚”。她回忆，初中军训时，她和好友总能接收到对方的笑点，这种“同频”的感觉让她觉得“很奇妙”。“后来我考试失利，家人不理解，我陪我在宿舍楼梯口坐着。那种温暖和不掺杂质的情谊，确实会记很久很久。”

“人是否真诚，取决于个体，而非环境本身。”唐可盈曾受网络言论影响，对“大学无真朋友”“学生会、社团关系复杂”等说法半信半疑，但真实的经历改变了她的看法，她在大学里获得了很真诚的友谊。

### 向内守真心,向外找同频

社交并不总是轻松的。唐可盈会因开学时20位新同学的高强度社交而感到不适；李康会因聊天软件上“有来有回”的默认聊天礼仪感到压力；颜子贤也会因沟通中的语气误解与好朋友产生摩擦。

数据显示，29.38%的受访大学生“感到孤独，缺乏真正的知心朋友”，另有39.52%的受访者“不知道如何将浅层关系发展为深层友谊”，还有24.41%的受访者“难以平衡社交与个人学习、生活的时

间”。

随着时间的沉淀，这些年轻人渐渐对“边界感”和“阶段性友谊”有了自己的见解。唐可盈喜欢将日常经历一股脑地分享给朋友，并获得正向反馈。但她也意识到“边界感”是必要的，“人和人不可能完全敞开”，这个20岁出头的姑娘会为了不冷场而主动找话题，但也能敏锐地捕捉到对方的边界，避免社交中的冒犯与不适。

颜子贤也逐渐认识到，友谊具有“阶段性”。她用考研饭搭子举例，“未来考研结束，关系也许会变淡，我也能接受。”数据显示，91.42%的受访大学生对目前的社交状态感到满意。

情感联结与情绪价值，是当代大学生社交的核心追求。“情绪价值是最重要的”，颜子贤认为这是大学阶段最核心的社交诉求。她认为，交朋友不是为了获取人脉或资源，而是为了“活得舒服”。

颜子贤有一个大一军训时认识的好友，虽非同班、非同年级，却始终保持着密切的线上联系与线下见面。“比如你随口说一句‘最近状态不好’，她会发很多话鼓励你，甚至比你更相信自己，‘你没问题的，你绝对可以’。”这种被无条件理解、支撑的感觉，是她心中理想友情的模样，也是她在学业压力下重要的能量来源。

而李康则向往一种温和且随性的社交状态。如同两位老友相见，无需多言便能感知对方心意。他举例说，在微信上，即使“已读不回”很久再回复，双方也不会介意，信任与默契一如往昔。这种高度自由、不受响应速度捆绑的交流，是他认为最舒适的状态。

李康憧憬一个“去标签化”的纯粹社交环境。“我希望在社交中，跳过每个人的自我介绍环节，不要因为你的财富、知识、人脉这些标签去接触一个人。”他理想中的社交，是摒弃功利性的，纯粹基于“灵魂上的交流”和能否“玩到一块”的连接，旨在回归社交本身最原始、最简单的快乐。

颜子贤笃信“人要和同频的人同行才舒服”。她总结道：“如果你需要高情绪价值，就去找同样需要的人；如果你看重友谊，也要去找同样珍惜感情的人。”

（文中李康为化名）



### 四川大学机器人足球协会

四川大学机器人足球协会成立于2006年，协会以“丰富校园生活、提高动手能力、培养创新思想、增长科技视野”为宗旨，以“创新、互助、进步、奉献”为精神理念，致力于机器人知识的普及、学习及交流，为同学们在该领域的学习和研究提供平台和支持，并积极参与科普研志愿活动。协会选拔专业知识扎实、创新意识突出、动手能力强、善于团队协作的学生团队代表学校参加多项学科、双创竞赛，取得突出成果，自2006年起获省部级以上奖励80余项。



### 海南大学 ZERO CREW 霹雳舞协会

海南大学ZERO CREW霹雳舞协会以热情为燃料，用舞步诠释青春态度。这里汇聚Breaking、Popping等多元舞种爱好者，热爱各个舞种的同学都能在这里找到属于自己的舞台。社团开展定期授课、校内外展演等活动，助力霹雳舞爱好者书写街舞传奇。



### 西南大学射艺协会

西南大学射艺协会成立于2014年，是全国最早成立的高校射艺社团之一。协会以观德、明道、尚武、崇文为宗旨，致力于传承中华传统射艺，弘扬经典国学文化，研习射艺、武艺、拳法等多项中华武技，为丰富大学生校园文化生活不懈努力。



### 青岛大学“维C”志愿者协会

青岛大学“维C”志愿者协会于2022年由计算机科学技术学院发起成立。协会面向校园与社会免费提供电脑义诊、上门维修及科普讲座等服务。协会始终秉持“维C同心、志愿同梦、服务同行”的理念，用专业点亮科技之光，用爱心温暖校园与社会。



### 渤海大学朗诵与语言艺术协会

渤海大学朗诵与语言艺术协会聚焦语言艺术，以声为桥，常开展经典文本研读、校园朗诵赛、语言艺术宣讲会等。汇聚语言艺术爱好者，用朗诵点亮校园，盼与同学们共赴诗意，以声会友，同探语言繁花。

梅从政/整理

## 三地同心,青春同行——

# 十五运志愿者见证粤港澳同心向未来



比赛结束后，深圳市光明区国际马术中心，卢彦询和其他马术项目志愿者合影。

受访者供图

志愿服务的初衷时，眼里满是热忱。

这份决心背后，也蕴藏着家人的温暖支撑。“我妈妈年轻时参加过第九届全国运动会的志愿服务，所以她特别鼓励我报名，还跟我分享了当年的经历和经验。”家人的支持让她更坚定了信念，“我们全家都喜欢乒乓球，能在家门口为这场盛会服务，我们都特别开心。”

就读于中山大学的甄永森，是一名香港籍学生。在他心中，能够成为“小海豚”中的一员，是多年志愿初心的自然延续，更是以行动回馈社会的又一次坚定奔赴。早在新冠疫情期间，他看着无数志愿者奔走在防疫一线，逐渐了解到服务社会的意义。

他曾连续三年参加义教活动，收到小朋友赠送的表达谢意的画作；还曾在广州马拉松赛事中服务，收到跑者们一声声真挚的“谢谢”。这些让他愈发坚定了回馈社会的信念。这次全运会中，他希望用自己的努力，助力开幕式圆满精彩举行。

甄永森所在的中山大学为本届全运会选派了906名大学生志愿者，其中包括30名香港籍学生、6名澳门籍学生及3名

台湾籍学生，海峡两岸及港澳青年学子携手以青春之力为盛会护航。

在澳门，不仅有当地的大学生，也有在澳读书的内地大学生参与十五运的志愿服务。“一直盼着能参与大型体育赛事的志愿服务，借着这次粤港澳大湾区举办全运会的机会，终于圆梦了！”来自吉林的曹狄薇，就读于澳门城市大学。怀着对大型赛事的向往，她以礼宾接待志愿者的身份，走进了十五运的赛场。在接待岗位上，她认真核对名单、检查房间物资、引导VIP嘉宾入场，每一个细节都做得一丝不苟。

让曹狄薇感到格外暖心的，是小组别样的凝聚力，“我们组人不多，大家像并肩作战的朋友。今天你多分担一点，明天我多扛一份，大家互相搭把手。”

### 汇三地之力,筑湾区之梦

体育，是粤港澳三地之间最柔软的连接。“当广东、香港、澳门的运动员们手举旗帜，一起走进场馆时，现场瞬间爆发

出雷鸣般的掌声，我站在看台区旁，眼眶一下子就热了。”甄永森感慨道，香港、澳门回归祖国二十余年，这是第一次以东道主的身份共办全运会，“能亲眼见证这个历史性时刻，看着‘三地同心’从口号变成眼前的画面，那种自豪感和归属感，是之前任何志愿服务经历中都没有过的。”

随处可见的赛事海报、街头各种运动造型的吉祥物、耳熟能详的“激情全运会，活力大湾区”口号……作为粤港澳三地协同办赛的见证者，谢欣慰坦言，大家就像全运会的守护者，虽然在不同赛区，却为了同一个目标奋斗，这种同心同向的感觉特别有力量。“我们在比赛服务的间隙，偶尔在网络上刷视频看到其他赛区的小伙伴，跟我们穿着一样的衣服，隔着屏幕能体会到，大家虽是在不同的岗位服务，但都是为了同一个目标去共同奋斗。”

贯穿粤港澳三地的公路自行车赛中，运动员穿越港珠澳大桥、无缝衔接三地赛段的画面，让曹狄薇直观感受到“三地相连、同心同行”的力量。最让她难忘的，是一些赛事中大家会为每一次得分而欢呼，这种不分地域、共同为赛事热血沸腾的体验，让她深刻意识到“三地青年本就是一个整体”。

在跨区域协作的过程中，最让卢彦询动容的莫过于和港澳的伙伴们一起并肩作战。服务马术项目时，由于港澳地区赛马运动历史悠久，相关文化更为普及，一些港澳志愿者伙伴对马术礼仪、赛事规则的理解往往更细致。港澳同学常常为她答疑解惑，大家也会聚在一起交流彼此间有趣的事物。

跨区域的相处，也让三地青年感受到文化碰撞与交融的乐趣。

“方言是不同地域最大的趣事。”卢彦询笑道，“澳门伙伴会教我们地道的问候语，香港同伴则会分享有趣的词汇差异。不同方言的‘加油’，不同版本的‘为你更精彩’，有时会逗得大家捧腹大笑。”

“起初因语言差异，我和澳门教育及青年发展局的老师沟通时总有些生涩，但是大家都会努力理解对方，而且在这一过程中我还学会了简单的粤语。”曹狄薇分享道，“并且他们会给我推荐不少澳门的特色小吃，我感觉这不仅是一场志愿服务，更是一次跨地域交朋友的好契机。”

### 扬成长之帆,谱未来新篇

十五运的“小海豚”志愿经历，不仅是一场盛会，更是一段在奉献中不断成长的蜕变之旅。

梁可盈是一位土生土长的香港姑娘，她于今年7月毕业于香港大学，但她来说，参与本届全运会志愿服务是一次难得的成长机遇。平日就热心义工服务的她，在赛事期间负责引导运动员有序进场、灵活分配站岗人员，保障场馆内井然有序。

在梁可盈看来，这场赛事就像一扇窗户，让香港市民不用跨区就能近距离感受国家级体育赛事的热血，还吸引了不少内地游客来港，提升本地餐饮、住宿等行业的经济活力。

像其他大湾区青年一样，梁可盈也期待未来粤港澳三地能有更多交流机会，让青年在学习、工作、公益领域多互动，互相学习、共同进步。

回顾赛事服务经历，谢欣慰收获的远不只是一段简单的志愿经历，她坦言，在与其他地区的伙伴们合作时，她能学习到不同的工作方式，实现资源优势互补，心往一处想、劲往一处使，大家一同把这场比赛办实、办好。

“那种‘国家有我、湾区有我’的责任感和自豪感，是在其他活动中很难感受到的。”谢欣慰表示，期待未来能有更多跨区域合作机会，让粤港澳三地的青年能在更多平台上相互进步、携手成长，让湾区同心力持续传递下去，推动三地青年的联结与融合。