



# “一带一路”大背景下来华留学生适应问题及对策探究

许晶晶

(苏州市职业大学 国际学院,江苏 苏州 215104)

**摘要:**随着“一带一路”倡议的不断推进,来华留学生人数不断增加,其在华适应问题日益引起人们的关注。来华留学生适应问题可分为生活环境适应、社会文化适应、学习适应、心理适应等四种类型。针对产生这些适应问题的原因,建议加强留学生语言文化学习,帮助留学生跨越语言障碍关;搭建多元文化沟通平台,实行趋同化管理,破解留学生文化身份认同问题;构建心理适应性教育工作机制,预防和解决留学生心理适应性问题;政府与高校联手,逐步健全规范化制度化的留学生管理体系。

**关键词:**一带一路;留学生;适应问题;对策建议

中图分类号:G648.9

文献标识码:A

文章编号:1671-931X(2021)06-0012-04

DOI:10.19899/j.cnki.42-1669/Z.2021.06.002

## 一、研究背景

当前,随着中国经济等各方面实力的逐渐发展,来华留学人数已初具规模并呈明显的上升趋势。2021年在华留学生生源国家和地区总数为205个,创历史新高。近年来,“一带一路”沿线国家学生数量增长明显,巴基斯坦、哈萨克斯坦和泰国学生数量排名分别上浮了5位、2位和1位。2021年,沿线64国在华留学生共207,746人,同比增幅达13.6%,高于各国平均增速。在全球化的大背景下,“一带一路”已成为国家今后的重大发展战略,沿线国家的来华留学生这一群体也成为众多学者研究的焦点。作为初来乍到的学习者,他们在中国学习生活的各个方面是否出现难以适应的问题,探究导致这些问题的深层次原因,和是否有可行性的对策来处理解决这些适应性问题都成为跨文化学者们研究的范围。

## 二、适应问题的类型

### (一)生活环境适应

留学生在华的不适应首先体现在气候差异上,“一带一路”沿线国家气候类型复杂多样,而中国接受留学生的高校主要分布在温带季风气候和亚热带季风气候,以笔者所在的江苏省为例,春夏季节湿润并伴有长达半个月之久的梅雨,冬季干燥寒冷;另一方面,虽然中国幅员辽阔,饮食品类众多,但还是以米饭和面食为主,北方与西南方口味偏重,南方口味偏清淡。除了气候和饮食,中国与其他国家最大的区别就是信教的民众基数小且宗教场所较少,而大部分“一带一路”沿线国家信仰基督教、伊斯兰教和佛教居多。气候环境、饮食习惯和宗教信仰等方面都让很多留学生感觉到无法适应。

收稿日期:2021-03-30

基金项目:2019年度江苏省高校哲学社会科学研究项目“高职院校‘一带一路’沿线国家来华留学生在华学习及文化适应研究”(项目编号:2019SJA1325)。

作者简介:许晶晶(1993-),女,安徽六安人,苏州市职业大学国际学院助教,研究方向:留学生管理。

## (二) 社会文化适应

“一带一路”沿线国家留学生来到中国之后,首先语言成了阻碍与同学老师及当地人交流的第一因素,很多留学生在来华之前并没有系统学习过中文,对于博大精深、奥义深刻的中华文化也只停留在最表层的理解,这就会导致留学生在来华之后不仅语言交流受到阻碍,在社会文化方面也会感受到猛烈的冲击波<sup>[3]</sup>。在最开始对中国社会文化的兴趣会随着不断出现的难以解决的适应问题而逐渐降低,如果没有及时解决语言问题就会局限于自己的人际关系网,难以跳出舒适圈,也就更无法体验当地的风土人情和文化习俗,这对留学生在华的生活是非常不利的。

## (三) 学习适应

来华留学生除了要学习中文外,还需要学习自己的专业课知识,虽然大部分院校在涉及留学生的专业课程上安排了英文功底好或有留学经验的老师,但“一带一路”沿线国家有很多是非英语母语国家或者英文基础较差,这对于留学生来说专业课学习就会变得非常吃力。另外,某些特殊专业因为各种客观原因院校无法提供英文课程,这就要求留学生要先在来华后的一到两年之内度过语言关,熟悉使用中文后才能开始专业课学习。而对于语言生来说,来到中国的主要任务就是学习中文及中国的社会文化和风土人情,虽然身处语言大环境之中,但是中文作为世界公认的最难学习的语言之一,也给留学生的学习带来了不小的难度。在笔者对于本校学生的调查中,高达三分之二的学生认为在中国的学习任务繁重、学习难度大、课程进度紧,这种情况也绝非特例而是普遍存在于留学生群体中的。

## (四) 心理适应

留学生除了要克服可能因气候等生态环境导致的身体不适,生活习性差距较大,还要面对不可抗拒的孤独感和思乡之情,他们离开家人朋友来到异国他乡求学,缺少朋友圈,想要与当地人或本校中国同学交往又会存在语言沟通的障碍,这往往会加深留学生群体的自卑感,导致人际交往能力降低。性格外向的留学生可能会变压力为动力,积极学习中文,利用良好的语言环境与本地人交流,扩大自己的交际范围;而性格偏内向的留学生会局限于特定的交际圈,与来自本国的同学或来自母语一致国家的留学生交往,久而久之会产生不同程度的焦虑感。众所周知,“一带一路”沿线国家大多属于发展中国家,各方面实力与中国存在一定差距,这或多或少会给留学生群体带来一定的自卑感,又因为两国间文化传统大相径庭,陌生感和疏离感会一直伴随他们的整个留学生活。

## 三、适应问题出现的原因

### (一) 语言习得障碍

语言作为一种沟通工具,是留学生来到中国之

后最需要掌握的技能之一,也是他们适应来华留学生生活的“敲门砖”。“一带一路”沿线国家的学生中,除东南亚个别国家因华裔较多等客观原因能够熟练掌握中文,其他以英语或其他语言为母语的留学生在来华前则需要面对语言这个大关。中文除了官方普通话之外,还有纷繁复杂的各地方言,比如东三省有东北方言,江浙沪以吴依软语为主,东南沿海有广东话和闽南语,留学生的留学地不会集中在使用普通话的地区,如果申请了其他地区,掌握基础的当地方言也能促进日常语言交流。

### (二) 文化身份认同缺失

“一带一路”沿线国家的留学生往往来自发展中国家或贫困地区,由于知识储备的局限性和对潜在困难的预计不足,在初来中国时面对完全陌生的社会可能会手足无措,生活习惯、宗教信仰的不同也会让留学生适应度的难度增加,身份认同感的缺失更会让他们陷入被动的局面。他们不愿意积极与中国学生交往,遇到困难也不会主动向中国学生求助,久而久之会向边缘化靠近,自动隔绝于社会主流圈,成为被排斥化的群体。加上动荡的国际政治局面和巨大的文化冲突,不同文化形成的落差会在潜移默化中对留学生造成一定的心理压力,他们时常会对自身的文化身份产生质疑<sup>[4]</sup>。

### (三) 心理健康问题

毋庸置疑,跨文化交流环境的缺失会造成一定程度上的心理健康问题。由于上述的各种客观原因,如果主观上无法直面挫折,久而久之就会造成敏感消极的自我情绪和较高的逃避倾向。在遇到难以适应的问题时,他们往往最先想到的不是发挥主观能动性,调动身边所有有利因素摆脱困境缓解学习生活压力、学习新技能新本领,而是缺乏应有的自信,受环境的影响不利因素大,易激动易紧张,情绪稳定性低但依赖性高,严重的还会产生心理焦虑症状,并伴随一系列不良的心理健康问题,极大地扰乱了留学生的正常学习,成为适应在华留学生生活的阻碍。

### (四) 缺乏系统化管理制度

从高校层面来看,与西方发达国家相比,由于留学生教育起步较晚、规模有待提高等客观原因,学校对于留学生的管理制度还未形成规模化、制度化的管理系统。对于在实际管理过程中出现的问题和突发情况,高校的管理者往往缺乏经验,只能从实际出发去提出解决方案,缺乏系统化规范化的应对方案。硬件服务质量有待提高,比如基础设施的建设,留学生综合服务中心的完善等。除此之外,管理人员的系统化培训、高素质管理队伍的建设等软件质量也有改善的空间<sup>[5]</sup>。留学教育工作的系统化规范化是一个循序渐进的过程,需要广大留管人员在实践中不断积累工作经验,并对不合理的部分进行完善。

## 四、针对适应问题的可行性建议

### (一) 攻克语言关,加强学习生活双重保障

要解决适应性问题,首先要对留学生加强语言文化学习,提高他们在学校和社会上的沟通能力。从留学生自身来说,要加强与中国老师、同学和当地人的沟通和交流,树立积极乐观的学习态度,在来华之前做足充分的准备工作,对未来将要面临的困难和挑战有一定的心理准备。语言是交际的最大障碍,如果中文水平得不到提高,交际能力永远止步不前甚至会有退化的趋势。在留学生来到中国前就可以通过线上课程以简单的日常对话为目的进行基础中文教学,让留学生了解中华文化和社会风俗,加强他们对于留学目的地社会文化的理解,这对于他们来到中国后的初期适应问题会有很大的帮助<sup>[2]</sup>。

其次,我们要充分发挥学生组织的纽带功能,留学生说到底还是学生群体,尽管存在语言、宗教信仰、社会文化差异等多重障碍,中国当地学生仍然是与留学生关系最为紧密的群体,并且更能以学生角度站在留学生的立场与他们进行交往,提供以往的有效经验帮助他们解决实际问题,更快地适应校园生活。通过学生会、社团等学生组织,留学生可以以此为媒介参加校园文娱活动和社会活动,比如运动会、唱歌比赛、书法比赛、多种多样的社团活动等,在此基础上留学生除了在适应校园生活上得到帮助,还能更好地了解中国高校的教学方式和学习内容,在专业课上与中国学生友好沟通,积极融入当地文化。另一方面,帮助留学生适应校园生活的同时,也能让中国学生了解他国文化,拓宽知识面,塑造国际视野和更高层次的世界观。

### (二)搭建多元文化沟通平台,实现趋同化管理

留学生来自“一带一路”沿线的不同国家,不同的文化背景在高校这个小圈子里促成微型视角下多元文化的碰撞,这时候单一的管理系统不再适合复杂的实际情况,搭建一个多元文化的平台显得尤为重要。在这个平台上,借助一些特点突出的日常活动,比如传统节日宣传周、文化知识竞赛、当地文旅活动等,除了可以让中国学生与留学生、各国留学生之间充分交流,加深对于中国文化和其他各国文化的理解,减少因文化代沟而产生的误解,也可以借助平台让双方互动学习,进一步加深对彼此的认知和了解,提升对对方国家文化习俗的学习兴趣,从而形成一个良性循环。

另一方面,中国学生与留学生需要进行趋同化管理,不能因文化差异搞特殊化,这样既不利于留学生适应在华的学习和生活,也容易导致中国学生与留学生之间的矛盾激化。在趋同化的管理制度下,留学生可以在最大程度上体验到中国学生的课堂模式、学习氛围和教学方法,也可以感受中国高校的管理模式和带有中国特色的校园文化氛围。在高校招收留学生之初,就要严格把控入学门槛,对申请来华学习的留学生进行入学资格的审查、考试或考核,确保所招收学生符合学校的入学标准,依法依规加强管理,不能特意降低招生标准。实施严格遴选、统一

管理、预科教育、结业考试、年度评审等制度,有效保证中国政府奖学金生的培养质量<sup>[1]</sup>。在完善奖励制度的同时,也要对违规违纪的留学生进行严肃处理,坚持高校留学生发展以质量为首要标准,欢迎世界各国的优秀青年来华交流学习,加快留学管理队伍建设,进一步完善现代化的留学治理体系和管理机制,创新工作方法,完善管理办法,打造具有地方和高校自身特色的留学品牌,切实提高来华留学教育质量与管理水平。

### (三)构建心理适应性教育工作机制

随着近年来留学生群体的适应性问题逐渐得到重视,心理学相关的辅导体系再次成为学者们研究的重点。要想深层次解决留学生的适应性问题,良好健全的心理辅导体系也是必不可少的一个环节。

首先,要开设心理适应性课程,用专业的心理学、教育学知识向留学生们普及适应性是普遍存在的一个现象,不用太过在意纠结,但是要及时干预,讲明如果没有专业的干预手段,最初显现的适应性问题有可能逐渐演变成严重的心理健康问题,对身心造成严重或不可挽回的伤害。心理适应性课程也不必局限于广泛意义上的课程,我们可以采取线上线下相结合的方式,并加入专家讲座、心理游戏、圆形座谈会等多种形式,加大校园心理健康教育的宣传力度,做到“防患于未然”。

其次,在学生中如果一旦发现存在心理适应性问题,应当在第一时间启动心理辅导机制,进行心理调适服务。在心理辅导体系中,除了专业的心理咨询外,还应当包括完备的心理治疗信息和教育义务式的心理援助,学校需要根据学生人数配备足额的专业心理咨询师,建设一支心理健康教师队伍,做好相关保障工作。心理教师应对学生的心理状况进行调查分析,采取理论和技术相结合的实证研究方式,改善部分留学生难以适应在华留学生生活的实际情况。并通过集体活动调动留学生融入校园生活的积极性,在心理问题出现苗头之前就要及时发现并提出针对性的可行建议,全面提升心理咨询服务功能,建立健全心理健康服务机制。构建多种渠道进行心理层面的沟通与咨询活动,针对不同问题提出心理辅导方案而不是把所有适应性问题的根源都归结于某一个方面,要正视个体的差异性和独特性。同时,可以建立留学生助力帮扶制度,招募有志于帮助留学生摆脱适应性困难的志愿者,并关注留学生对高校提出的可行性建议。

### (四)政府与高校联手,打出有力组合拳

从当地政府角度来看,留学教育是加强国际交流的一部分,对扩大国际影响力具有重要意义。政府应扩大宣传力度,打造具有地方特色的留学品牌,形成良好的留学效应;与国外地方政府加强沟通与联系,深入留学与合作事宜,打造经济、政治、文化等多方面友好交流的双向循环;选拔知华、友华、爱华的优秀外国青年来华交流学习,拓展经费渠道资助留学,



完善留学服务,提高留学满意度,搭建与世界沟通的桥梁,促进在国际上的影响力<sup>[6]</sup>。

从高校层面来看,完善留学生的管理工作,逐渐形成规范化制度化的管理体系是重中之重。高校在整体上要把握国际化的先进教学理念这个大方向不动摇,从硬件、软件等多个方面解决留学生的适应问题。首先是留学教育的核心——教师队伍与教学水平,参与留学生教育的老师需要有国际视野和多元文化意识,在坚持主体文化的基础上求同存异,尊重别国文化,并针对不同阶段的适应期采取不同的应对措施,在留学生入学初期应进行入学教育,讲授中华文化概况和中国国情教育;在教学中期阶段可以采用灵活多样的教学方法,结合时事热点和学生的兴趣爱好,通过学术活动、社团活动等多种形式达到寓教于乐、让留学生更容易接受的教学效果,注重与学生的交流互动和课堂反馈,及时做出调整 and 改变,提升自身教学水平;而在教学后期,在之前文化接受情况的基础上,要让留学生对于中华文化的内涵有更深层的认识,结合他们在中国的所见、所闻、所学,对中华文化的价值化进一步升华。

### 五、结语

留学教育现在已逐渐成为影响国家软实力和国际影响力的重要因素之一,因此留学生群体在华学习生活的适应性问题是我们必须加以关注的重点。“一带一路”沿线国家学生的适应性问题虽有个体化

差异,但总体上可以划分为生活环境、语言习得、社会文化和心理健康等几个方面,如何尽快解决这些问题需要来自政府、高校、学生群体、社会等多方的共同努力。相信随着研究广度和深度的不断加深,留学管理系统的不断完善,留管队伍的不断壮大,今后适应性问题会得到很大程度的缓解和解决。

### 参考文献:

- [1] 阿里拉.来华留学生管理中的问题与对策研究——以中国矿业大学哈萨克斯坦来华留学生为例[D].徐州:中国矿业大学(江苏),2020.
- [2] 李林峰,李红梅.“一带一路”沿线国家来华留学生的跨文化适应性问题及对策研究[J].现代商贸工业,2020,(7):44-45.
- [3] 刘波,闫继伟,马文辉,等.跨文化交际背景下留学生中国文化适应性的研究[J].科技经济导刊,2018,(24):148.
- [4] 王崴.“一带一路”背景下来华留学生跨文化适应性研究——以无锡商业职业技术学院为例[J].机械职业教育,2017,(10):45-47.
- [5] 王冬燕.来华留学生在高校适应性的调查与分析[J].教育教学论坛,2016,(49):142-143.
- [6] 张奕雯.地方高校发展教育对外开放的提升策略——基于西安留学生文化适应性的调查[J].高教学刊,2019,(18):21-23.

[责任编辑:陶济东]

## Exploration about the Adaptation Problems and Countermeasures of International Students under the Background of the Belt and Road Initiative

Xu Jingjing

(Suzhou Vocational University, Suzhou, 215104, China)

**Abstract:** With the continuous advancement of the “Belt and Road” initiative, the number of international students in China has been increasing, and the issue of their adaptation in China has attracted increasing attention. The adaptation problems of international students in China can be divided into four types, including living environment adaptation, social and cultural adaptation, learning adaptation, and psychological adaptation. In view of the reasons for these adaptation problems, it is recommended to strengthen the language and cultural learning of foreign students to help them overcome language barriers; build a multicultural communication platform, implement convergence management, and crack the problems of international students’ cultural identity; build a psychological adaptive education mechanism to prevent and solve the problem of the psychological adaptability of international students; the government and universities will work together to gradually improve the standardized and institutionalized management system for international students.

**Key words:** One Belt One Road; international students; adaptation problems; countermeasures and suggestions