

浅析赴华留学生返乡休克的原因及其对策

张雨涵

澳门科技大学 澳门 999078

摘要: 留学生是跨文化交际中一个独特的群体。近年来,大批的外国留学生选择远渡重洋来到中国学习深造。现如今,中国留学生回国时出现的逆向文化冲击现象往往受到研究者重视,但赴华的外国留学生回归原有环境时所面临的人际关系变化,生活习惯矛盾以及价值取向冲突等返乡休克问题却时常被忽视。本文利用质化研究方法,对6位来自不同国家的赴华本科留学生进行半结构式访谈,发现个人和社会环境两大因素促成了返乡休克现象。

关键词: 返乡休克; 赴华留学生; 逆向文化冲击; 跨文化适应

A brief analysis of the reasons for the shock of returning students to China and their countermeasures

Yuhan Zhang

Macau University of Science and Technology Macau 999078

Abstract: International students are a unique group in cross-cultural communication. In recent years, a large number of foreign students have chosen to cross the ocean to study in China. Nowadays, the reverse culture shock phenomenon that occurs when Chinese students return to China is often valued by researchers, but the changes in interpersonal relations faced by foreign students returning to China, the contradictions in living habits and the conflict of value orientations are often ignored. In this paper, using qualitative research methods, semi-structured interviews were conducted with 6 undergraduate students from different countries who went to China, and it was found that two major factors such as personal and social environment contributed to the phenomenon of homecoming shock.

Keywords: Homecoming shock; International students in China; Reverse culture shock; Cross-cultural adaptation

引言

随着中国文化不断传播,中国被越来越多的海外学生选取为留学东道国,赴华学习深造的机会得到了更多外国学生的重视。然而不少外国留学生反映,在学业结束后回国对曾经熟悉的母文化再适应,往往比初来中国时面临的文化冲击更具挑战。返乡休克为留学生带来的负面影响是不可忽视的,例如迷失,疑惑,排斥甚至恐慌等心理问题,严重时往往危害身心健康。本文旨在分析赴华留学生回归母环境后所出现的返乡休克现象的成因,并基于文化适应理论提出积极有效的解决策略。

基于赴华留学生逆文化冲击现象的研究需求,本研究构建的问题框架为:(1)赴华外国留学生回国后出现返乡休克的成因是什么?(2)怎样有效解决返乡休克带来的负面影响?

1 研究现状

留学旅居的过程也是跨文化适应的过程,留学回国对学生来说既具有挑战又令其兴奋。目前大多数文献都将中国留学生作为研究对象,研究问题主要集中在他们面对新环境时的文化休克表现以及回国后的逆向文化休克现象。然而,赴华的外国留学生在返乡后经历的再适应情况成为了研究空白。李恩园(2020)发现,很大一部分外国留学

生在中国旅居一段时间后,返乡时会出现难以回归原有文化的现象,对其生理及心理造成负面影响。随着中华文化在海外的蓬勃发展,赴华留学逐渐成为潮流。所以,针对赴华外国留学生的返乡休克现象的研究具有相当的实用价值和现实意义。

2 研究设计与研究过程

2.1 理论基础

蔡荣寿和金芳颖于2016年提出,返乡休克也称“逆向文化冲击”是指出国人员在经历了新文化的冲击和适应过程,回国后对母文化再适应时出现的不熟悉或误读现象。返乡休克可能的表现有,认同已经出现的新文化,疏远原有人脉圈和离开对原文化所持有的美好怀念和回想等。孙志格(2019)在研究中指出,当留学生获得与母国不同的价值观和信仰时,他们可能会因为巨大的文化差异而产生无法回归母国文化圈的焦虑和压力感。

跨文化适应理论来自约翰·贝理(2020)。在他的理论框架中,文化适应的四个模式指同化,分离,融合和边缘化。同化指个人不再希望回归原有文化,寻求并认同在新的主流文化;分离指希望保持自己原有的文化传统,与新的主流文化保持距离;融合指吸收两种文化中的积极因素,即保持原有文化,又接受一些新主流文化的价值观念

和行为方式;边缘化指既对原有文化传统没有兴趣,也不认同新的主流文化中的价值观和信仰。

2.2 研究方法的选择

本文采用质性研究方法,样本选择依据方便抽样及目的的抽样,对6位来自不同国家,并且已经归国的赴华本科留学生进行半结构式访谈(访谈样本信息见表1)。因受到地域空间限制,所有访谈活动通过Skype软件在线进行。为保证研究的准确性,6位受访人全部通过了HSK6级考试,全部参与者可以口头的形式用汉语流利地表达自己对访谈问题的见解。

表1 赴华留学生访谈样本信息

序号	性别	年龄	来源国	赴华进修专业	留学时长(年)	现时状态
1	女	23	塔吉克斯坦	会计	4	返乡工作
2	女	26	葡萄牙	教育	6	持续进修
3	男	25	葡萄牙	教育	4	待业
4	女	29	俄罗斯	翻译	4	待业
5	男	30	塔吉克斯坦	物流管理	6	返乡工作
6	男	22	葡萄牙	教育	5	持续进修

访谈问题主要涉及的范围包括个人基本信息、留学动机、归国动机、归国不适应的表现等。笔者对每位受访人进行1小时的采访,主要问题有:在中国留学体验如何完成计划课程后为什么选择回国?回国后有哪些方面不适应?回国后的生活和你预想的有很大差距吗?如果存在差距,选择如何应对?

2.3 研究过程

访谈结束后,笔者利用讯飞语音软件对访谈录音进行编辑,形成文本资料。在修订文本中出现的歧义语句后,将6份访谈文本导入Nvivo12软件进行编码分析整理,所形成的各级节点为从属关系。一级节点与二级节点均为Nvivo12质化分析结果,三级节点则全部来自访谈文本资料。

表2 返乡休克影响因素编码信息

一级节点	二级节点	三级节点
个人因素	自我认知变化	有中国留学经历与他人不同
		比他人更了解中国

		说流利的汉语与众不同
		经济状况变更
	高度融入异文化	偶尔反思是不是应该留在中国
		想念学校后门的美食街
		对食堂的菜品念念不忘
环境因素	生活方式差异	物价高
		银行卡支付不便
		外卖种类少
		交通出行不便
	原有人际关系改变	缺少共同语言
		之前的朋友很少联系我
		他们不愿与我一起参加派对
		生日聚会没有邀请我
	留学时长	4年时间已改变之前的生活习惯
		时间越长越回避讨论家乡的事情

表3 返乡休克解决对策编码信息

一级节点	二级节点	三级节点
留学生自身方面	同化策略	不想回国,选择继续进修
		考虑在中国发展
		打算在中国交更多朋友
	分离策略	时刻提醒自己来自哪里
		主动观察母国现时发展情况
		提醒自己归国从零开始
	融合策略	主动与亲朋好友交流
		一起翻看手机相册
		和朋友分享留学趣事
		推荐中国的化妆品
		和朋友一起玩中国网游
		请朋友讲述家乡发生的事
		尝试更多俄中互译
母国文化圈方面	同化策略	亲友鼓励我保持积极心态
		父母希望我在本国工作
		政府为留学生提供本地工作政策支持
	融合策略	本国与中国合作创造跨国工作机会

3 研究结果

3.1 返乡休克影响因素

3.1.1 个人因素

在对有关返乡休克现象成因的编码过程中,一级节点个人因素与二级节点自我认知变化、经济状况变更以及高度融入异文化产生关联(返乡休克影响因素编码信息见表2)。

(1) 自我认知变化

在访谈过程中,2号受访者表示,“我总觉得自己和本地的普通学生不一样,因为我有在中国留学的经历。”同时,6号受访者提出,“我周围的亲朋好友都不会说中文,我流利的中文时常让我感到骄傲。”受访者在留学归国后产生了区别于他人的优越感,这种自我认知的变化导致与原有社会价值观念的矛盾,从而出现返乡休克现象。

(2) 经济状况的变更

当出国前和归国后的经济水平发生变化时,归国者很容易因压力过大而出现返乡休克情绪(蔡荣寿,金芳颖,2016)。4号受访者提出,“留学期间一直是父母为我支付学费,但毕业后,我需要自己赚钱生活。”当经济状况发生变化时,留学生归国后面临众多困难,这也导致了一段时间难以适应本地生活的休克现象。

(3) 高度融入异文化

在跨文化交际过程中,当留学生长时间身处东道国主流文化氛围时,他们的价值观念与信仰会逐渐被同化。归国后他们会将对异文化的怀念,从而与本国的主流价值观念出现冲突。2号受访者,3号受访者和6号受访者同时提出他们非常想念学校的美食,那些美味的食物是他们之前从未见过的。4号受访者表示,“我偶尔会思考自己回国的决定是否正确,因为我太想念之前在中国的生活了”。笔者发现,高度认同新文化可能会扩大与原有文化的距离,随即出现返乡休克现象。然而,5号受访者提出,“我很喜欢与父母分享自己在中国的经历,因为我的父亲从小在中国长大,所以他对我的经历非常感兴趣。”

3.1.2 环境因素

在明确个人因素后,笔者将其他信息进行分析得出环境因素的主题。一级节点环境因素包括二级节点生活方式差异、原有人际关系改变以及留学时长。

(1) 生活方式差异

笔者发现,几乎每位受访者都提到归国后不习惯本国的生活方式。2号受访者与3号受访者表示,自己国家的外卖又贵种类又少。他们想念中国的外卖,种类又多,价格又划算。1号访谈对象提出中国的共享单车非常方便,

但在我的家乡没有。6号受访者说道,“在家乡我不得不随身携带银行卡,这很麻烦。”

(2) 原有人际关系改变

当归国人员长期脱离母国主流文化圈后,他们在本地的人际关系可能发生潜移默化的变化。1号受访者和6号受访者提到由于与之前的朋友长时间不联系,再次见面会感到尴尬。4号受访者提到,“朋友的生日派对他没有邀请我,我也没有主动联系他。”与原有人际关系的距离渐渐演变成与本土主流文化圈的距离,导致留学生们难以融入原有文化。

(3) 留学时长

笔者发现,在异文化中暴露时间越长,越容易发生改变,则归国后更容易出现反向文化冲击。3号受访者和6号受访者则分别表示,在出国学习期间自己已经改变之前的生活习惯,返乡后出现不适应症状。

3.2 返乡休克应对策略

多数受访者提出归国后,他们通过一些方式来尽量缓解不适应的情绪产生。笔者在将相关信息与Berry的理论框架中四种文化适应方式相结合。利用NVivo12进行编码后,得出一级节点留学生自身方面包括二级节点同化方式,分离方式和融合方式(返乡休克应对策略编码信息见表3)。

3.2.1 留学生自身方面

(1) 同化策略

在访谈中,2号样本和6号样本多次提到自己非常矛盾,回家后没有找到合适的发展路径,所以选择赴华持续进修,并考虑未来在中国发展。

(2) 分离策略

黄远卿(2013)提出,留学生及时纠正认知偏差,放低预期值有助于克服返乡休克,本研究收集的受访者经历证实了这一点。3号访谈对象提到,“在中国的留学经历已经成为美好的记忆,归国后我会从零开始,继续向前努力。”与选择同化策略的留学生相比,选择主动与东道国文化保持距离的留学生往往可以快速适应母国生活。

(3) 融合策略

研究者指出,跨文化适应融合策略是最理想的,这意味着归国者在寻求认同异文化的同时也保留原有文化的积极方面(杨军红,2005;熊少微,2019)。4号访谈者表示,“我向之前的朋友推荐中国的化妆品,享受和朋友们分享留学的趣事。我也会主动联系他们,请他们讲述我留学期间家乡发生的事情。我一直努力尝试中俄互译,希望将更多的中国的诗歌翻译成俄文,与我的亲友分享。”

5号受访对象提到,“我喜欢向父母展示在中国拍摄的照片,这能唤起他们的回忆。我也会主动推荐亲友去中国旅游,因为中国真的有很多之前没有见到过的食物。”

3.2.2 母国文化圈方面

(1) 同化策略

笔者在对相关信息进行编码时发现,来源国政策支持以及亲友的鼓励可以减轻返乡休克现象。1号访谈者说道,“我的父母希望我在本国发展,他们经常与我沟通,这让我坚信自己要向前看。”同样地,3号受访对象提出,“我已经在本地申请优待留学生的的工作,我希望会有好的结果。”

(2) 融合策略

如今各领域跨国交流越来越频繁,这为很多留学生创造了形成融合方式的机会。在访谈中,2号样本和4号样本表示,因为自己有在两地生活的经验,所以希望从事跨国工作项目。

4 讨论

本文选取质化研究方法,利用在线访谈的形式了解赴华留学生归国再适应的情况。半结构式访谈旨在探讨研究对象出现返乡休克现象的表现,成因及解决策略。

研究表明返乡休克现象的成因来自归国者个人及母国文化环境。个人自身因素包括自我认知的变化,经济状况的变更以及高度融入异文化。生活方式差异,原有人际关系改变和留学时长等原有文化环境方面也不容忽视。除上述因素,黄远卿(2013)还指出,性别、年龄、婚姻状况和原有社会地位的丧失也是影响归国再适应的重要变量。然而,笔者发现单独从性别变量来阐释适应能力强弱是片面的,因为每位归国者的个性不同。个性积极的女生适应能力很有可能强于个性内敛的男生。同时,该研究发现高度接受异文化并不完全导致极度返乡休克状况。例如华裔留学生一直生活在跨文化环境中,所以认同和寻求异文化不仅不会产生较强的逆向文化冲击,反而还会促进其在来源国的人际关系。

本文借助贝理的理论框架中跨文化适应的四个模式来整理决策策略方面的信息。研究得出留学生自身和母国文化圈都可以作用于归国者的返乡休克现象。有些受访者利用同化方式选择继续拉近与东道国文化的距离,有些访谈者则选择与异文化分离,保留原有文化传统价值观念,还有些访谈者兼顾异文化与原有文化,在两者中寻求新的平衡。在归国者母国方面,政府的政策支持,亲友的鼓励

劝说都可以有效帮助留学生尽快适应母国主流文化,减轻返乡休克现象。然而,由于本次研究样本量有限,没有出现边缘化方式的研究内容。针对跨国留学生,克服逆向文化冲击的方式还有很多。例如,积极融入所在地的主流文化圈,入乡随俗;保持积极沟通的心态,敞开心扉;准确的进行自我定位,结合未来发展目标选择文化圈(蔡荣寿,金芳颖,2016;申梦子,2020)。

5 结语

综上所述,留学生在归国后产生返乡休克现象主要由自身和环境两方面因素造成。为削弱逆向文化冲击的影响,归国者应提前做好心理准备,保持积极乐观的心态,依照自身发展路径选择融入合适的文化圈。由于每位赴华留学生存在个体差异,甚至有一部分学生本身来自华裔家庭,建议结合背景信息和文化身份认证做国别化研究。希望每位有跨文化交际经历的留学生将自己的主观愿望与客观实际相结合,关注身心健康,在未来的发展中实现自己的人生目标。

参考文献:

- [1] 蔡荣寿,金芳颖.文化休克与返乡文化休克[M].北京:中国社会科学出版社,2016(02)
- [2] 黄远卿.跨文化交际中反向文化冲击原因及策略探究[J].长江大学学报(社会科学版),2010.
- [3] 李恩园.旅中美籍文化混血儿返乡文化休克研究[D].河北师范大学,2020.
- [4] 申梦子.返乡文化休克现象的产生以及克服措施[J].智库时代,2020(05):209-210.
- [5] 孙志格.文化认同与自我构建对海归人员的逆向文化冲击与文化再适应的影响研究[D].西南财经大学,2019.
- [6] 熊少微.来华留学生“文化休克”问题及对策探讨[J].青年与社会,2019(23):270-271.
- [7] 杨军红.来华留学生跨文化适应问题研究[D].华东师范大学,2005.
- [8] 约翰·贝理.跨文化心理学:研究与应用[M].北京师范大学出版社,2020.

简介:张雨涵。出生日期:1996年11月18日。性别:女。民族:汉族。籍贯:陕西省咸阳市。学历:在读博士。单位:澳门科技大学。研究方向:跨文化适应以及对外汉语教学。单位所在省市:澳门特别行政区。单位邮编:999078。