

中国境内高校国际学生跨文化适应的 质性研究——以西南大学为例

A Qualitative Study of Intercultural Adaptation of International Students Staying in Chinese Universities——Take Southwest University as an Example

刘豪妍¹

Haoyan LIU

中国北京语言大学国际中文教育研究院

Research Institute of International Chinese Language Education,

Beijing Language and Culture University, China

liu_haoyan1122@163.com

刘承宇²

Chenyu LIU

中国西南大学国际学院

International College, Southwest University, China

liucyswu@163.com

摘要 跨文化适应能力是国际学生不可或缺的能力之一，在新冠肺炎疫情及后疫情这一特殊的时代背景下，中国境内的高校国际学生在跨文化适应上面临新挑战。本文通过历时追踪和深度访谈收集原始材料，基于扎根理论并使用 NVivo12 软件对其进行整理和编码，总结出中国境内高校国际学生跨文化适应的研究模型，以厘清中国高校国际学生在跨文化适应方面的现状、归因与干预措施及其相互关系。研究发现：语言技能、知识储备和情感因素等三种主要归因，以及显性干预与隐性熏陶等两种现有的干预措施，均对中国境内高校国际学生的跨文化适应造成显著影响。本文在此基础上提出若干建议，以应对后疫情时代背景下中国境内和新入境的高校国际学生的跨文化适应问题，推动中国高校国际教育的内涵式发展。

关键词 中国境内高校国际学生；跨文化适应；质性研究

Abstract The competence for intercultural adaptation is one of the indispensable abilities of international students. Under the special background of the COVID-19 pandemic and post-epidemic era, international students staying in Chinese universities have been facing new challenges in intercultural adaptation. This paper collects primary materials through time-tracking and in-depth interviews, sorts and codes them based on the grounded theory by employing the NVivo12 software, and builds the research model of intercultural

收稿日期：2023-05-22

作者简介：¹ 刘豪妍，北京语言大学汉语国际中文教育研究院博士研究生。

² 刘承宇，西南大学国际学院教授。

adaptation for international students staying in Chinese universities, with an aim to illuminate the relationship between current situation, attributions and interventions. The results indicate that three major attributions, i.e. language skills, knowledge building and emotional factors, and two existing interventions, i.e. dominant intervention and recessive edification, both have significant effects on intercultural adaptation of international students staying in Chinese universities. Based on the findings, some suggestions are proposed to facilitate the intercultural adaptation of international students staying in Chinese universities and those returning from abroad to Chinese universities to promote the connotative development of internationalization of higher education in China in the post-epidemic era.

Keywords International University Students Staying in China; Intercultural Adaptation; Qualitative Study

一、引言

据中国教育部统计,2018年中国高校共有来自196个国家和地区的492185名来华国际学生,比2017年增加了3013人,增长比例为0.62%,已成为世界第三、亚洲第一的留学生目的地国。¹2020年虽然受到新冠肺炎疫情的影响,申请来华国际学生人数同比下降31.93%,²但各部门积极采取措施以应对新变局,教育部等八部门于2020年6月印发《关于加快和扩大新时代教育对外开放的意见》,宣示了中国坚持教育对外开放不动摇的坚定决心以及在危机中谋新机的坚强信心。在跨文化适应方面,留学生群体不同于其他移民和旅居者群体,他们需要面对来自文化和学业的双重压力(Hanh, 2018)。2020年新冠肺炎疫情的突然爆发,造成大量国际航班被取消,部分来华国际学生无法返回生源国而滞留中国境内。他们不仅要面临中国防疫政策带来的心理压力,还需要克服跨文化适应方面的特殊压力,影响因素增多,适应难度加大。此外,管控结束后新一批入境的国际学生还需要抛开疫情持续带来的负面影响,尽可能快地转换身份,以适应当地生活。值得肯定的是,在疫情管控阶段国内各高校均高度重视中国境内国际学生的疫情防控工作,在生活上尽可能做好各方面的保障以帮助他们克服不安、焦虑等负面情绪,在学习上采取网络授课或线上线下相结合的方式取代传统的课堂授课,以减轻疫情对这些学生学业上的影响(张志华等,2020)。在后疫情时代,各高校同样也持续关注国际学生的心
理健康情况,尝试多种方式来帮助他们快速地适应在中国的留学生活。

鉴于此,滞留中国境内高校的以及疫情管控结束后新入境的国际学生这一特殊群体在跨文化适应方面的现状究竟如何?他们通常会受到哪些因素的影响?如何提高其跨文化适应能力?为了回答上述问题,本文将从多个层面开展质性研究,探讨他们在跨文化适应方面的现状、归因及干预措施,以期对后疫情时代国际学生的跨文化适应提出对策建议来帮助他们更好地适应留学生活。

¹ 教育部. 2018年来华留学统计[EB/OL]. http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/gzdt/s5987/201904/t20190412_377692.html. 2018年的数据已是目前能获取到的最新数据,暂无其他数据公布。

² 中国高等教育学会外国留学生教育管理分会:《来华留学年度报告(2020)》,2021年3月。

二、跨文化适应研究综述

美国人类学家 Robert Redfield 等人最初于 1936 年提出“跨文化适应”(intercultural adaption)这一概念，他们认为跨文化适应是由个体所组成且拥有两种不同文化的群体在连续接触的过程中所导致的两种文化模式的变化 (Redfield et al, 1936)。此后，学界对“跨文化交际能力”(intercultural communication competence)有着不同界定。胡文仲 (2013) 经过综合比较和分析，认为 Perry 和 Southwell (2011) 的观点更具科学性，因此将跨文化交际能力定义为与不同文化背景的人们有效、恰当交往的能力，并将跨文化适应能力定义为交际者在面对陌生文化环境带来的压力时不断进行自我调整以形成跨文化认同的能力。这表明跨文化适应能力是跨文化交际能力的一部分。来自世界各地的国际学生离开自己熟悉的母语文化环境，来到中国这个陌生的环境，往往面临异文化的冲击，需要处理因语言环境、生活环境、交际关系、价值观念冲突等因素带来的困难与挑战，这必然要求他们经历一个再社会化过程，亦即跨文化适应的过程 (魏崇新, 2015)。

以往的跨文化适应研究可以分为开端、发展和黄金期三个阶段 (杨军红, 2009)。早期研究出于政治需要，主要关注移民的心理健康问题；发展阶段则侧重理论探索，主要关注移民在适应过程中出现的各种问题；上世纪 80 年代该研究步入黄金期，研究范围从早期移民扩大到留学生、难民、商人等其他群体，来自不同学科的专家学者还将研究领域拓展到适应周期、策略、影响因素、身份认同、社会关系等方面。尽管不同学者对跨文化适应的分类持有不同观点，但是大部分研究者均认可 Ward 等 (2001) 提出的分类方法，将跨文化适应分为心理适应和社会文化适应，前者关注情感反应，尤其指在跨文化过程中的心理健康程度和对生活的满意程度；后者多指适应当地社会文化环境的能力，即能否与具有当地文化的人进行有效的接触和交流。这方面较具代表性的跨文化适应模式包括 Lysgaard (1955) 的“U型曲线假说”、Oberg (1960) 的“文化冲击模型”以及 Adler (1975) 的“文化适应五阶段模型”等。此外，学者们还从多方面探讨了跨文化适应的影响因素 (陈慧, 2003；杨军红, 2005；陈慧等, 2006；朱国辉, 2011；元华, 2017；Mu 等, 2022)，但迄今尚少有研究将疫情因素考虑至其中。虽然近期有学者关注疫情背景下境外中国留学生的心理状态问题 (王扬等, 2022)，但对境内来华国际学生在跨文化适应方面所面临的新挑战、呈现的新特点等关注甚少。

三、研究方法与数据收集

(一) 研究方法

美国哥伦比亚大学社会学家 Barney G. Glaser 和 Anselm Strauss 于 1967 年提出了扎根理论，该理论致力于解释各种社会现象，主张从日常的生活经验和社会现象中来提取概念、构建理论 (Glaser & Strauss, 1967)。这是一种自下而上的归纳式研究过程，需要经过三个主要的编码过

程，包括开放式编码（开放式登录）、主轴编码（关联式登录）和选择性编码（核心式登录），这一过程强调从原始资料中去归纳提炼出概念与范畴，并遵循持续比较分析的原则，直至建构出能够反映现象本质和意义的理论（陈向明，2000）。本文基于扎根理论，按照以下流程对疫情期间留在中国境内和疫情结束后新入境的高校国际学生的跨文化适应情况开展质性研究：

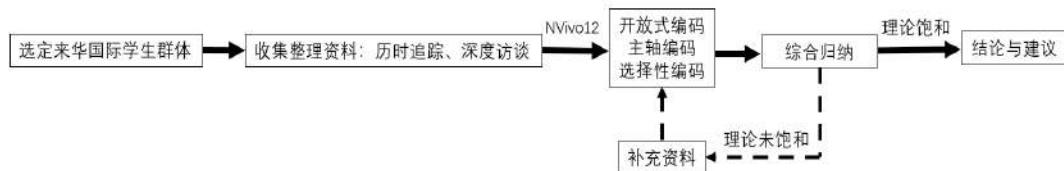


图1 本研究的实施与分析流程

(二) 数据收集与整理

西南大学的留学生数量在西南地区较多，因此该研究对“12+12”位就读于西南大学的国际学生展开了访谈，前面12位是从2020年初新冠肺炎疫情爆发以来一直留在中国境内的国际学生，他们入境时间通常较长，疫情期间主要通过线上或线上加线下的方式开展学习活动；后面12位是疫情期间一直在线上学习，疫情管控结束后第一时间来到中国的国际学生，且有少数几位学生还在中国经历了疫情尚未完全解封时的隔离期，他们的入境时间通常较短。

该研究对他们开展了为期近两年的历时追踪研究，通过三次深度访谈来了解他们在疫情背景下的跨文化适应情况。受访者的具体情况如表1所示：

表1 本研究受访者的具体情况¹

编号	专业	国家	入境时长	编号	专业	国家	入境时长
S01	汉语国际教育	刚果(布)	两年多	S13	汉语国际教育	泰国	两个月
S02	汉语国际教育	缅甸	两年多	S14	汉语国际教育	泰国	三个月
S03	汉语国际教育	尼日利亚	两年多	S15	汉语国际教育	越南	五个月
S04	汉语国际教育	尼日利亚	两年多	S16	汉语国际教育	越南	十个月
S05	汉语国际教育	尼日利亚	两年多	S17	汉语国际教育	哈萨克斯坦	三个月
S06	汉语国际教育	泰国	五年多	S18	汉语国际教育	哈萨克斯坦	四个月
S07	汉语国际教育	印度尼西亚	四年多	S19	汉语言文学	泰国	三个月
S08	汉语国际教育	印度尼西亚	两年多	S20	汉语言文学	越南	九个月
S09	汉语言文学	尼日利亚	两年多	S21	汉语言文学	哈萨克斯坦	三个月
S10	汉语言文学	泰国	两年多	S22	汉语言文学	尼日利亚	三个月
S11	汉语言文学	印度尼西亚	两年多	S23	汉语言文学	巴基斯坦	三个月
S12	通信工程	也门	五年多	S24	汉语言文学	印度尼西亚	五个月

针对两批学生的采访次数、重点、方式均有所不同。对一直留在中国境内的国际学生共进

¹ 此表统计的国际学生入境时长是截止到2023年9月。

行了两次访谈，两次的侧重点和方式不同：第一次访谈为疫情初期，当时疫情管控并非常态化、也尚未对国际学生的生活等方面造成实质影响，因此采取了线下访谈的形式且首访内容主要侧重于了解国际学生在当时的适应状况，多涉及学习、生活等方方面面的适应程度；第二次访谈为疫情中期，国内防控措施已经常态化且对疫情管理有着严格的规章制度，管控形式已经对国际学生的学习和生活产生了实质影响，因此采用线上访谈的形式，每次回访还特别将疫情因素纳入考量，侧重了解疫情背景下国际学生的跨文化适应情况。在疫情后期对疫情管控结束后新入境的国际学生又开展了一次访谈，主要关注他们初入中国后在各方面的适应情况、来华后的心理变化以及与疫情期间的线上教学展开对比，因访谈时笔者不在重庆，所以采用了线上访谈的方式。

访谈提纲在相关文献的基础上拟定，并根据实际情况进行了适度调整。对一直待在中国境内的国际学生开展了两次访谈，首访内容多是关于国际学生的适应基本情况，而回访内容更多考虑疫情因素；对疫情管控结束后新入境的国际学生开展了一次访谈，内容主要集中在他们的跨文化适应状况以及与疫情时期的线上学习进行比较。总而言之，访谈整体关乎疫情或者说后疫情背景下中国境内高校国际学生在跨文化适应方面的现状、归因及干预措施。访谈前，研究者为了确保访谈结果的有效性，先向每位受访者介绍访谈主题及内容，并承诺收集材料只用于学术研究。在征得每位受访者的同意后，该研究首先录音形成语音资料，然后再将其转写整理成文字资料。待访谈全部结束后，统一梳理所有资料，最终形成了约 30 万字的文本资料。

四、中国境内高校国际学生跨文化适应的范畴提炼与模型建构

(一) 开放式编码

开放式编码（Open coding）是打散原始资料并对其赋予概念化的标签，再以新方式来重新组合的操作化过程。具体步骤包括：(1) 将资料设置标签，提取出相应的概念，对现象进行定义；(2) 对概念进行深入分析，挖掘出更有概括性的范畴；(3) 为范畴赋予准确的名称；(4) 发掘和归纳范畴的性质及其维度（刘鲁川、蒋晓阳，2015）。为了减少主观因素的影响，在编码过程中尽量使用受访者的原话作为标签，再将重复频次出现在 3 次以上的初始概念聚类成范畴，最终得到了 1500 余个初始概念和 12 个范畴。为了节省篇幅，本文表 2 仅展示每个范畴中节选的 2-3 条原始语句及其初始概念。

表 2 开放式编码范畴化

范畴	原始资料语句（初始概念）
地理天气	S01：比如说像我国家只有两个季节，雨季和旱季。然后中国有 4 个季节，就是冬天的时候很冷，夏天的时候很热，比我家还热。（两地天气） S08：我觉得可能因为我在我的家乡就是一个小小的地区，所以在那边人不那么多，但是刚刚来中国的时候，特别是在放假的时候，好像在到处都是人。（人口密度）

科技水平	S06: 我觉得这边的公共交通挺方便的, 因为我们那边公共交通的那种水平都很差。(交通工具) S08: 我已经适应的地方就是那个支付的方式, 因为在我的国家我们一般用现金或者那个刷卡的那种。(支付方式)
社会风尚	S06: 因为你们这边是热水万能, 然后就怎么说, 都是要喝开水喝热水, 然后就我们那边天气是比较热, 喝饮料的时候必须要加冰。(饮水习惯) S11: 因为我们那边如果碰到人的话, 我们就比如说握手或者拥抱之类的那种, 但是在中国的话, 可能是因为疫情, 我觉得这个方面还是不同, 就只说话就可以了。(见面问候)
宗教信仰	S01: 我们家人都是基督徒, 因为我带了《圣经》来中国, 虽然不能去教堂, 但是信仰就在我心里嘛。所以说还是没有什么那种影响。(宗教信仰) S08: 宗教没有问题, 这里我已经习惯了, 没有任何问题。(宗教习惯)
饮食文化	S03: 我们那边也吃辣的, 但是不是麻的, 所以就觉得这方面的有点不太适应, 而且如果吃比较麻辣的东西就会上火。(不适应麻辣) S15: 我一般习惯吧, 主要是中国菜太油了, 没有那种清水煮菜, 感觉都是用油炒的, 感觉有点油腻。(不习惯饮食)
疫情政策	S02: 因为在当前环境下, 学校做出这样的安排, 其实我是能理解的, 因为毕竟这个关乎我们的身体健康。(理解政策) S12: 可以接受, 但现在因为我们国外对疫情没有什么问题, 但是我们在中国还是要做核酸, 还是要戴口罩。(不太理解) S20: 我是第一批入境的, 当时还没有完全解封, 我还隔离在酒店一个月。最开始有点不习惯, 后来也慢慢变好了。但是很神奇的是, 之后一下子就完全不管了, 现在没有疫情我很快乐。(经历隔离期)
学习方式	S02: 肯定是纯线下上课更好, 现在线上线下结合, 从我们学生的角度来说, 其实也是挺麻烦的, 我们班现在就4个人, 很少, 没有那种教室的感觉, 坐在那里听老师讲课像开会一样的, 比较安静。(更喜欢纯线下课) S09: 而且我也发现因为两年都一起上课, 像线上的都习惯了, 现在去学校上课, 还要跟线上的, 我自己感觉有点不太自然。就是全部要么一起线上, 要么一起线下, 感觉线上线下一半一半怪怪的, 互动也不是很好, 我都忘了他们是我班的。(习惯线上课了) S22: 线下课的感觉太好了, 我认识了很多新朋友, 终于见到了老师, 跟之前在线上上课完全不一样, 我喜欢线下课。(线上和线下不一样)
知识储备	S05: 之前就了解过在中国春节要跟家人包饺子。(文化习俗) S06: 也了解一部分, 因为我初中来中国交换了三次, 所以我对中国人有了解。(以往经历) S17: 虽然是第一次来中国, 但是我提前搜了很多知识, 所以有心理准备, 所以我习惯得很快。(网络信息)
情感因素	S06: 谈恋爱的话, 这种方式还是能够帮助我去了解更多的这种当地的文化, 因为是自己自身去体验。(恋爱经历) S09: 我还是很喜欢中国这个国家, 还有中国的人, 他们都很好。(喜欢当地)
语言技能	S08: 感觉语言水平越高, 我就越能适应当地的文化。嗯, 如果语言水平不怎么行的话, 就觉得有点怕融入。(语言水平) S11: 是肯定有的。就语言能力越好, 适应当地文化就越强。(语言水平)
显性教学	S08: 虽然有时候在课堂上会有点无聊的那种, 但是我们会更深的了解这个东西是怎么样, 它的发展是怎么样的那种, 也是必须通过课堂的方式来了解一个东西吧。(课堂教学)

	S06：有些国情讲座挺好的，可以帮助我了解中国，但是不太多。（讲座）
隐性熏陶	S01：我更喜欢就是一些活动，活动是大家都一起参与的时候，就是因为啊我看了比如说有我的朋友也在，然后我们一起做，然后这个真的很好，感觉参与度更高，因为朋友一起，不像上课那样感觉，就是只是听课那种感觉。（活动） S03：我参加过汉语之星的。对，今年的汉语之星我参加了，我们那组得了二等奖。还有很多活动，就是《我的姐姐》那部电影出来，出来的时候，他们就举办了一个，是要求我们去看，然后讨论一下，我们对那部电影的看法和感受，这个我也去参加。（电影） S18：我们有那个心理活动，还有咨询，了解我们的心理健康，我觉得这个方式很好，帮助我更快地适应当地。（心理活动）

注：S**表示第**位受访者回答的原始语句。每段话末尾括号中内容表示对该原始语句进行归纳得到的初始概念。

（二）主轴编码

主轴编码（Axial coding）是发现并建立各个独立范畴之间联系、挖掘潜在的逻辑关系后进而发展出主范畴和副范畴的过程。通过分析发现，开放性编码得到的各个不同范畴在概念层次上的确存在内在联结。因此，笔者根据其相互关系和逻辑次序归纳出了3个主范畴，即适应现状、归因和干预措施，其具体内涵如表3所示。

表3 主轴编码形成的主范畴

主范畴	副范畴	范畴的内涵
适应现状	地理天气	对重庆地势奇特、位置靠西南、山多桥多、天气炎热、人口多等方面适应情况
	科技水平	对交通出行便利、支付方式便利、购物方便等方面适应情况
	社会风尚	对身体接触少、交往方式、打招呼方式等方面适应情况
	宗教信仰	对宗教信仰、宗教生活、群体态度等方面适应情况
	饮食文化	对饮食时间规律、饮食偏麻辣等方面适应情况
	疫情政策	对国家疫情防控要求、防疫政策、学校疫情管控、疫情前后变化等方面适应情况
	学习方式	对疫情期间线上上课、疫情后期线下上课等方面适应情况
主要归因	知识储备	以往对中国的了解、了解的中国文化等影响国际学生的跨文化适应
	情感因素	对中国的态度、在中国的经历、心理健康等影响国际学生的跨文化适应
	语言技能	语言水平影响国际学生的跨文化适应
干预措施	显性教学	课堂教学、讲座等在一定程度上提高国际学生的跨文化适应能力
	隐性熏陶	冬奥会、文体活动、参观游览、心理健康活动等在一定程度上提高国际学生的跨文化适应能力

（三）选择性编码

选择性编码（Selective coding）是再一次整合和精炼主轴编码所形成的内容，强调挖掘出“核心范畴”，再利用典型的关系结构将其与其他范畴联系起来，即以“故事线”的形式来描绘全部的脉络条件和行为现象。本研究的典型关系结构如表4所示。

表4 主范畴的典型关系结构

典型关系结构	关系结构的内涵	受访者的代表性语句(提炼出的关系结构)
主要归因→ 适应现状	国际学生针对跨文化的归因 来源于其适应现状	就语言能力越好,适应当地文化就越强。(语言水平等因素影响国际学生的跨文化适应现状)
干预措施→ 适应现状	针对国际学生跨文化适应的 干预措施影响其适应现状	我通过《原神》这个游戏可以了解更多的中国传统文 化。(游戏等隐性熏陶方式促进国际学生的跨文化适应)

基于以上典型关系结构,笔者确定了“疫情(后疫情)背景下中国境内高校国际学生的跨文化适应研究”这一核心范畴,围绕核心范畴的“故事线”可以概况为:归因和干预对适应现状均有显著影响。以此为基础,本研究构建和发展出一个全新的中国境内高校国际学生跨文化适应研究模型,如图2所示。

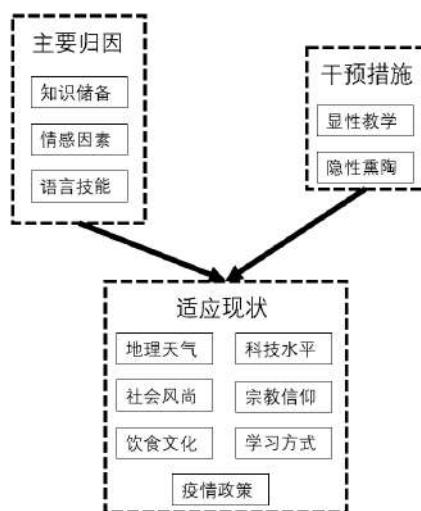


图2 中国境内高校国际学生跨文化适应研究模型

(四) 理论饱和度检验

整个分析过程首先是笔者将随机选择的三分之二访谈资料导入到NVivo12软件进行编码分析,余下的三分之一则用于理论饱和度检验。在检验过程中,笔者分析、编码并不断地与已有编码展开比较,但经由上述过程后并未挖掘出新的、能够影响核心范畴的概念和范畴,由此认为上述模型可以达到理论饱和。

五、中国境内高校国际学生跨文化适应模型阐释及研究发现

根据上述研究模型,知识储备、情感因素和语言技能是主要归因,显性教学和隐形熏陶是主要干预措施,这两个主范畴均对适应现状产生显著影响(图2中以实线箭头表示其影响路径)。这一模型既验证了以往学者针对来华国际学生跨文化适应得到的研究结论,同时又在疫情或后疫情这一特殊的时代背景下有了新发现:

首先,知识储备、情感因素和语言技能是影响国际学生跨文化适应的主要归因,它们在不

同程度、不同方面影响国际学生的跨文化适应现状。由于疫情期间的管控，部分学生无法回国，导致学习时长被动增加，其语言水平及文化知识储备在一定程度上都有提升，交流也更顺畅。例如 S01 提到自己的变化：“一开始的时候当然有问题。他听不懂我说什么，我也听不懂他说什么。但是慢慢地，我们的汉语有进步了，所以我们就能够交流，交流也越来越好。”与此同时，疫情下的严格管控也带来了一些心理健康问题，并产生悲观情绪，例如：“我本来就是性格比较活泼的，但是我发现这个疫情以来，我的性格完全变了，从活泼到内向”（S09）；“我们说健康，心理健康也是最重要的，如果人们每次都被隔离的，为了心理问题就会死掉很多，所以我就希望能够早点结束”（S03）；“我在中国就在这个疫情期间，就是有一段时间还不适应嘛，就是这种疫情的这种生活，然后你可能那个时候觉得很纳闷的，就是没有人惹你生气，但是你一直就是很不高兴”（S05）。这表明这种负面情绪的长期累积会影响其跨文化适应，因此我们认为相关部门关注国际学生的心理健康状况这类举措在一定程度上帮助他们调节了负面情绪，正如 S16 提到：“虽然我疫情隔离期间不开心，但是好在有老师一直关心我，关注我的心理健康变化，这让我没那么难受。”鉴于此，高校有关部门对国际学生的心理健康教育是帮助他们适应留学生活的重要环节之一。

其次，针对中国境内高校国际学生的现有干预措施会影响其跨文化适应的现状。目前的干预措施包括显性教学和隐性熏陶两个方面，但学生对这两类干预措施的效果见解各异。有些学生比较认可学校组织的文体活动、冬奥会等隐性熏陶方式，例如：“这种活动、节日的氛围还是比较好玩儿的，还认识了很多，他们会告诉我他们的家乡有什么著名的旅游景点，我可以接触到更多不同的文化，我觉得中国有很多不同的文化，我觉得是很有意思的”（S12）；“比如说我们看到那个有两个吉祥物，我觉得这两个吉祥物给我那个感觉就是很喜欢的，那个因为他们长得很可爱的那种，而且冰墩墩是熊猫，雪融融是灯笼嘛，就是中国文化”（S06）。但也有部分学生认为显性教学干预的影响更加直接，例如 S08 指出：“疫情期间不能走远了，如果一直是在附近开展活动的方式，可能我们不太会了解，我们知道那是什么东西，但是我们不太了解这个东西到底怎么样？但是如果在课堂上，虽然有时候会有点无聊，但是我们会更深地了解这个东西是怎么样？它的发展是怎么样？感觉必须通过课堂的方式来了解一个东西吧。”在疫情管控结束后，学校也更加积极地举办各类活动，这让留学生更深度地体验到中国文化，S21 提到：“疫情终于结束了，然后我们就有了古诗词活动、有了学古筝活动，这些活动都好有意思，我希望这样的活动更多。”因此，我们认为在后疫情时代，各高校应积极开展各类有趣的活动，给境内国际学生提供更多体验不同文化的机会，同时也不能忽视课堂教学的直接影响，最好是能将两者结合起来，以更好地培养和提升国际学生的跨文化适应能力。

作为来华国际学生的必备能力之一，跨文化适应能力必然要经历一个线性的发展过程。为了确保后疫情时代来华留学教育的质量，各高校及有关部门应更加关注国际学生的跨文化适应

情况，采取多种措施培养和提升他们的跨文化适应能力。此外，现阶段中国疫情管控基本结束、已经打开国门，境外国际学生陆续入境返校。值得注意的是，与疫情期间一直留在中国境内的国际学生相比，他们在跨文化适应方面面临更大的挑战。鉴于此，我们提出四点建议：第一，明确跨文化差异的客观存在。学校可以提前给目前还在境外、但即将入境的国际学生进行心理建设，同时密切关注他们入境返校后的心理健康问题。第二，引导境外国际学生入境返校后积极主动地融入当地生活，多跟当地人沟通、通过多种方式了解中国。第三，加强新入境国际学生的语言和文化知识储备培训。既可以通过课堂讲授，也可组织当地学生直接与他们建立联系，以提高他们的语言、知识技能水平，进而提升其跨文化适应能力。第四，鼓励一直在境内的国际学生积极地帮助新入境返校的国际学生，主动地分享他们的跨文化适应经验，以帮助新入境国际学生返校后在同伴们的引导下快速适应在中国的留学生活。

六、结语

新冠肺炎疫情给中国高校国际学生的学习、生活都造成了深远的影响，中国境内国际学生的跨文化适应也面临着前所未有的挑战。针对这一特殊群体的跨文化适应状况展开调查研究和质性分析，结果表明，目前大多数学生在地理天气、科技水平、饮食文化、宗教信仰等方面都相对较为适应，但有部分学生对疫情政策以及疫情时期的学习方式和社会风尚的改变呈现出一定的不适状态。对中国境内高校的国际学生们来说，疫情背景下被动增加的学习时间，在不同程度上提升了他们的知识储备和语言技能，进而提升了他们的跨文化适应能力，但不可否认的是疫情带来的悲观情绪和心理问题，也在其适应过程中产生了一定的负面影响。为了解决这方面的问题，本文结合知识储备、语言技能和情感因素等三个方面的主要归因，以及显性干预和隐性熏陶这两种现有的干预措施提出相应的对策建议，认为未来应从深层次关注国际学生的情绪，多方面结合进行干预，以解决后疫情时代中国高校境内和新入境返校的国际学生在跨文化适应方面存在的各种问题。为了推动后疫情时代中国高校国际教育提质增效，未来有必要对本文所建构的中国高校国际学生跨文化适应研究模型中的各因子进行概念化，并通过大样本调查研究对其信度和效度进行检验以弥补本文研究样本较少的缺憾，再系统地考查各变量之间的关系，探寻不同国别、年龄、性别、学历层次等组别国际学生在跨文化适应方面的异同，以便精准施策，帮助他们更好地学习、了解并适应当地文化和社会生活，培养更多知华、友华、爱华的国际人士。

参考文献

- Adler P S. (1975). The Transitional Experience: An Alternative View of Culture Shock. *Journal of Humanistic Psychology*, (4), 13-23. <https://doi.org/10.1177/002216787501500403>
- Glaser B G, & Strauss A. (1975). The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research. *Nursing*

- Research*, (4), 377-380.
- Hanh P H O. (2018). A Brief Critical Review of Theories and Models of Cultural Identity and Adaptation in Cross-cultural Transition. *ARECLS*, (15), 97-112.
- Lysgaard S. (1955). Adjustment in a Foreign Society: Norwegian Fulbright Grantees Visiting the United States. *International Social Science Bulletin*, (7), 45-51.
- Mu B, Berka S, Erickson L, & Pérez-Ibáñez I. (2022). Individual Experiences that Affect Students' development of Intercultural Competence in Study Abroad. *International Journal of Intercultural Relations*, (89), 30-41. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2022.05.004>
- Oberg K. (1960). Culture shock: Adjustment to New Cultural Environment. *Missionology: An International Review*, (4), 177-182. <https://doi.org/10.1177/009182966000700405>
- Perry L, & Southwell L. (2011). Developing Intercultural Understanding and Skills: Models and approaches. *Intercultural Education*, (6), 453-466. <https://doi.org/10.1080/14675986.2011.644948>
- Redfield R, Linton R, & Herskovits M J. (1936). Memorandum for the Study of Acculturation. *American Anthropologist*, (1), 149–152.
- Ward C A, Bochner S, & Furnham A. (2001). The psychology of Culture Shock. *London: Routledge*.
- 陈慧, 朱敏, 车宏生. (2006). 在北京高校的外国留学生适应因素研究. *青年研究*(04), 27-36.
- 陈慧. (2003). 留学生中国社会文化适应性的社会心理研究. *北京师范大学学报(社会科学版)*(06), 135-142.
- 陈向明. (2000). 质的研究方法与社会科学研究. *教育科学出版社*.
- 胡文仲. (2013). 跨文化交际能力在外语教学中如何定位. *外语界*(06), 2-8.
- 刘鲁川, 蒋晓阳. (2015). 社区公共服务综合信息平台居民使用行为研究. *中国图书馆学报*(06), 61-72. DOI:10.13530/j.cnki.jlis.150032.
- 亓华, 木村美惠. (2017). 在京日本留学生跨文化适应调查研究. *国际汉语教育(中英文)*(01), 62-72.
- 王扬, 滕玥, 彭凯平, 胡晓檬. (2022). 新冠疫情期间海外中国留学生心理健康的影响因素及其干预策略. *应用心理学*(02), 134-146.
- 魏崇新. (2015). 来华留学生文化适应性研究——以北京高校留学生为例. *海外华文教育*(02), 169-179.
- 杨军红. (2009). 来华留学生跨文化适应研究. *上海社会科学院出版社*.
- 杨军红. (2005). 来华留学生跨文化适应问题研究(硕士论文). *华东师范大学*.
- 张志华, 蔡特金, 吴圣宸. (2020). 重大疫情下高校来华留学生的自我关怀与情绪状态研究. *当代青年研究*(04), 11-17. <https://doi.org/10.12677/AP.2021.116168>
- 朱国辉. (2011). 高校来华留学生跨文化适应问题研究(硕士论文). *华东师范大学*.

(责任编辑: 张珊、刘洁)