

On the Positive Role That Experience-Type Activity Plays in the Cross-Cultural Adaptation of Foreign Students from Taiji

Xin Fu

School of International Studies, China University of Political Science and Law, Beijing
Email: fuxinjs@gmail.com

Received: Feb. 26th, 2015; accepted: Mar. 5th, 2015; published: Mar. 11th, 2015

Copyright © 2015 by author and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

With the deepening of China's reform and her rapid economic growth, the number of foreign students to China has been on quick rise, and China's Ministry of Education has taken the quantity of foreign students and the quality of their education as an important parameter in weighing the degree of internationalization for higher-learning institutes. In recent years, there have been various emergencies occurred amongst the foreign students in China, and the number of cases has been on the rise, which gives an alarm to the related management. It has become an important task for the management staff of foreign students to help them face the cultural shock brought about by their study in China, get accustomed to their new life, and reduce the pressure of their cross-cultural adaptations. The paper starts from the characteristics of foreign students, and tries to seek a solution to the problems encountered by them in their cross-cultural adaptations in China. The paper points out that traditional Chinese culture is one essential factor in attracting foreign students, and experience-type activities, such as the practice of Taiji, is conducive to their cross-cultural adaptations. It also suggests that more study should be done on the positive role that activities like Taiji plays in promoting the quality education of foreign students.

Keywords

Foreign Students, Taiji, Experience-Type Activity, Cross-Cultural Adaptation

从习练太极拳看体验式活动对留学生跨文化适应的作用

付 昕

中国政法大学国际教育学院，北京

Email: fuxinjs@gmail.com

收稿日期：2015年2月26日；录用日期：2015年3月5日；发布日期：2015年3月11日

摘 要

随着我国改革开放的深入和经济的快速增长，来华留学人数迅速上升。教育部已将接受和培养海外学生的数量和质量作为衡量高等学校国际化程度的重要指标。近年来，在留学生的学习生活中出现了各种各样的突发事件，且呈缓慢上升趋势，为我们的留学生管理工作敲响了警钟。如何帮助留学生应对留学所带来的文化冲击，适应异国环境下的学习生活，减轻留学生跨文化适应的压力，是我们面临的重要任务。本文从留学生自身特点入手，针对留学生跨文化适应的种种问题及做法，寻找解决之策。中华文化是吸引留学生来华学习的重要原因之一，习练太极拳等体验式活动有助于留学生的跨文化适应。文章建议对如何发挥习练太极拳等活动在发展和促进高校留学生素质教育中的积极作用予以深入研究。

关键词

留学生，太极拳，体验式活动，跨文化适应

1. 引言

在我国，20世纪末就已在高等学校开始全面推进素质教育，这对高等学校的人才培养工作产生了深刻影响。那么，对来我国的留学生是否也同样需要素质教育呢？以怎样的方式做更有效呢？这是需要我们留学生教育工作者认真思索和探讨的问题。根据国际教育的惯例，对外国学生的培养，不仅仅是一个智育问题，还要切实对其进行素质教育。为留学生安排有关中国传统文化的体验式活动，如学习太极拳，使其感受中国文化的魅力，同时增进留学生与中国师生间的交流互动，是比较符合留学生身心发展、并易于为其所接受的有效方式。应尽可能地创造条件，通过习练太极拳等具体活动，增进留学生对中国文化的认同和体验，提升他们的跨文化适应能力。

2. 留学生面临的跨文化适应问题应引起足够重视

留学生工作中，我们经常会遇到一些作息时间混乱、无故旷课甚至酗酒的学生。这些不良行为往往是他们在异国他乡求学遇到挫折后产生的精神压力的外在表现。忧虑、无所适从这些负面情绪不能及时得到外部引导和自我调适时，就会出现所谓的“文化适应失败”，最终可能导致留学生活的失败。文化人类学者 Oberg 在上世纪 60 年代将这种现象概括为“文化休克” (Culture Shock) [1]。此后 50 多年来，学术界对跨文化适应的研究一直不断。

对跨文化的概念，笔者比较认同 Kim (2001 年) 的说法：跨文化适应是指个体离开他们原有的文化，移居到一个新的、不熟悉的文化环境，试图与新环境之间建立(或重建)并保持相对稳定、互惠和有意义的关系[2]。其主旨思想为：跨文化适应主体是旅居者，适应的是社会文化大环境。我们从 Kim 的文章中也能看出，他一直在强调宏观的、动态的跨文化适应。他在《跨文化适应整合理论》中将文化适应概括为，“文化适应是学习异文化的各种各样的东西，以便能使自己成为其中一员的过程” [3]。可见对外国人来说，学习异国文化对跨文化适应非常重要。Taylor (1994 年) 提出，跨文化适应学习是一个通过转化方式

来提高跨文化能力的文化适应过程。通过这个过程，旅居者可以使自己完全自由地融入到居住国[4]。Anderson 则提出了跨文化适应的辩证模式，认为跨文化适应是一个有意识的过程，这个过程是动态发展的，是和学习过程紧密相连的[5]。我们知道，“文化休克”是每个留学生必须面对的一关，外部力量的帮助与疏导有助于他们安然度过这一阶段。而学习了解异国文化，是排遣他们跨文化心理不适和社会不适的重要一环。

3. 对留学生进行文化素质教育有助于解决其跨文化适应问题

在笔者就职的中国政法大学，外国留学生规模发展迅速，对其进行素质教育是项迫切任务。针对留学生的跨文化不适问题，需结合其实际情况，以人为本，采取素质教育的有效举措。留学生来自不同国家，意识形态、人文环境、宗教信仰、接受教育的程度等都不同于我国学生，其汉语表达能力和理解能力参差不齐，我们一些人在对留学生的认识上又缺乏充分性和全面性，没有将其纳入正常学生范围，各职能部门也没有将他们作为自己的教育对象，认为对他们的教育管理只是归口部门国际教育学院的事情，更谈不上对他们进行因材施教的素质教育，以至于他们游离于中国学生之外。在过去相当长的时间内，我们为留学生提供的主要是知识教育，但最近几年，由于留学生国别、人数以及来华目的的多样化发展，我们认识到发展留学生素质教育，帮助其克服跨文化不适势在必行，这样才能保证留学生教育的可持续发展。这些需要我们在实践中不断研究，按照教育规律办事，探索一条适合留学生素质教育的新路。在这个过程中，我们既要遵循高校教学改革中加强素质教育的总体方针，又要考虑留学生的特殊性，与中国学生区别对待，采取更具针对性的举措。

3.1. 文化素质教育的种类

一般来说，文化素质教育包括专业知识教育和文化教育。专业知识教育是高校在来华留学生教育中所一直强调并取得了一定成绩的；而文化教育种类则丰富多彩，包括游览中国名胜古迹、领略城市文化、观赏文艺曲艺表演等。最近几年，一些高校开始重视对留学生中国文化素质的教育，以开设选修课的形式进行，主要是介绍中国传统文化，如中国书法、绘画、剪纸、中国结等。其实，许多留学生喜欢中国传统武术，如五禽戏、太极拳等，尤其是在太极拳的“一动一静，一开一合”之中，能够体会中国传统文化的刚柔并济、中庸和谐。美国教育专家 Patrick 对语言中的文化教学实践理论做过较全面而深层次的研究，他倡导语言教学要重视对学生进行“体验式”的文化学习与教学[6]，这给我们对留学生的文化素质教育提供了启示。

3.2. 文化素质教育的作用

来华留学生如果能够得到中国传统文化的浸润，有助于潜移默化地化解当前一些高校中存在的留学生面临的种种跨文化不适。一方面，对文化的兴趣可以激发留学生深入学习语言的动机；另一方面，出于培养中外友好使者这一目的，从中国文化角度的情感教育也很重要。留学生只有喜欢中国文化，才会喜欢中国。通过调查发现，年青一代的留学生更喜欢传统武术等有动感的项目，于是笔者所在的中国政法大学国际教育学院邀请了功底深厚的武术教师，每周为留学生教授一次太极拳。我们发现这类富于中国传统文化内涵的体验式文化教育活动可以引起留学生的浓厚兴趣，在一招一式的模仿中，能够培养他们对中国文化的感情，由生疏、冷漠到认同、喜爱。在这一过程中，笔者作为留学生辅导员，始终与学生一起习练，这当然要求留管人员保证相当的投入，但这有助于赢得留学生的认可，有助于随时帮助他们排遣和缓解因跨文化不适所带来的学习压力和焦虑感等心理问题。这也要求高校提高留管人员素质，掌握更多的教育手段，以提高业务水平和能力。

4. 习练太极拳等体验式活动是提高留学生跨文化适应能力的有效途径

留学生教育属跨文化教育，其关键在于采取合适的方式，使留学生接受中国文化。我们需要通过组织适当的活动，让留学生通过对中国传统文化的感知，减少成见，并找到表达自我的机会，来调整内在的文化差别，这是帮助留学生实现跨文化适应的关键所在[7]。在中国政法大学，随着留学生人数的攀升，不断有学生表示希望开展多种形式的文化实践活动，加深对中国文化精髓的体验，以弥补《中国概况》类课程内容过于庞杂、笼统的现状。我们深知，文化是无法“传授的”，只有通过亲身体验才能真正获得。从这个意义上说，为了让留学生深入了解中国文化，我们引入体验式教学，为留学生提供丰富多样的中国文化实践活动，使他们在正确理解文化知识的基础上进一步得到中国文化的熏陶，再通过自发的思索，形成对中国文化独特的见解和认识。

从2013年第一学期开始，我校国际教育学院为留学生开设了太极拳培训班，很多留学生积极参与，认真习练。为了让留学生更深刻地领悟太极文化的内涵，我们还特别为留学生邀请资深武术教练举办了介绍太极拳文化的讲座。武术教练向留学生展示了他深厚的功底，获得了他们的满堂喝彩。通过讲座，同学们领会到了太极所蕴含的深邃哲理。这也是国际教育学院为充分贯彻教育部有关“留学中国”计划的精神，探索一条传授中国文化的汉语课外教学类型的有益尝试。

活动的开展使我们认识到，以往我们只重视留学生衣食住行方面的基本要求，而忽视了留学生对异域文化的渴求度和接受度。而太极拳的学习恰好弥补了“文化体验”的不足，不仅达到了传授中国传统文化的目的，而且为满足留学生跨文化交流与适应的深层次要求做出了有益的尝试。我们的体会可以归纳为以下两个方面：

4.1. 太极拳活动有助于缩短留学生“文化休克”期

文化不仅仅靠传授，也需要体验。太极拳活动属于文化体验式学习，也就是通过开展对中国文化的感知类的教学活动，加深留学生对中国文化的理解，使其能够真正置身于中国文化氛围之中，有利于他们学习、接受直至融入中国的文化、学习和生活。因此在留学生中开展一定数量的中国文化体验式活动，不但有助于知识类课程的教学，而且有利于其自身素质的提高[8]。这种体验式教学的最大优势在于分享，这也是辅导员协助留学生完成文化适应和文化认同的核心所在。太极拳学习带给了留学生对中国文化的切身体验；我们也吸纳一些喜爱太极拳的中国志愿者与留学生一起习练，形成“1+1”伙伴关系。这不同于以往组织的中外学生共同参加的不定期活动，如主题沙龙、郊游、运动会等。通过太极拳活动，以中国武术为纽带，提供了一个中外文化交流的契机，为中外学生的交流建立了一个很好的平台，从而为留学生增加了体验我国传统文化的一条有效途径，这既促进了留学生的汉语学习，也让他们受到了中国文化的熏陶。这就有可能让留学生在最短的时间内，对中国文化有从感官到精神的体验和认同，有助于缩短留学生的“文化休克”期。

4.2. 习练太极拳有助于增进留学生对中国传统文化的认同和接受

留学生是一个特殊的学生群体。他们来自于不同的国家和地区，有着不同的社会背景，短时间内会不适应中国的文化与社会环境、风俗习惯、教育体制等，心理负担较大，情绪容易波动。几乎每个留学生都会在不同阶段在学习和生活上出现不同程度的问题和困难，这势必会影响其学习。如何帮助他们尽快完成跨文化适应，怎样有创新性地做好其素质教育工作，是留学生管理工作的难点。这要求我们的留管人员对留学生管理工作也要与时俱进，不断探索行之有效的解决办法，实现留学生教育的健康和可持续发展。

近两年来，通过为留学生定期举办太极拳培训班的实践，中国政法大学国际教育学院留管人员充分

体会到习练太极拳及类似的体验式活动有助于留学生加深对中国传统文化的理解，并且还能辅导员做好留学生其他方面的工作打下较好的基础，尤其是在辅导员和留学生共同习练的情况下更是如此。目前，我们已把太极拳作为一种文化载体来看待，并且取得了令人满意的效果。作为留学生辅导员，笔者每节课都坚持和他们一起习练，以保持与学生们的近距离接触。通过两年的观察，笔者发现外国留学生习练太极拳有两种情况：对东方国家如韩国、日本及东南亚各国的留学生而言，他们练习太极拳有种文化寻根的味道；而对其他国家的留学生而言，练习太极拳则是对东方文化的一种体验。通过太极拳的一招一式，留学生们能够逐渐体验到中国古老的文化；再通过拳理，还能明白现象背后的深层次的东西。有些人一开始一个汉字都不会，后来通过练习，对中国文化发生了兴趣，大大提高了学习的主动性。由此可见，留学生通过习练太极拳等活动可以慢慢体悟到中国传统文化的精华。

5. 结论

积极推进留学生文化素质教育，是提高我国教育的国际化层次的一个基本方面。但对留学生这一特殊教育群体，不能像对中国学生那样进行素质教育，也无需对他们进行意识形态、价值观念等方面的“改造”。我们应该认识到，留学生作为受教育者，中国传统文化对他们还是颇具魅力的。包括留学生辅导员在内的留管人员，在尊重留学生本土文化的前提下，应当为他们多安排些太极拳之类的中国文化体验式活动，使他们尽快适应中国文化，适应在中国的留学生活。实践证明，太极拳类的文化体验是符合留学生身心发展需求、易于为其所接受的形式，并且能够为他们的跨文化适应创造条件。同时，文化上的耳濡目染也能使留学生成为中外文化交流的使者，因此，此类活动值得提倡。

在新形势下，我们应该在推进留学生素质教育的过程中，积极探索新的教育方式，进一步提高留学生素质教育的质量，在与国际教育接轨的同时，努力营造带有中国特色的留学生教育氛围。可以说，习练太极拳等文化体验式活动就是值得探索和深入研究的方式之一。

参考文献 (References)

- [1] Oberg, K. (1960) Culture shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical Anthropology*, 7, 88-94.
- [2] Kim, Y.Y. (2001) *Becoming intercultural: An integrated theory of communication and cross-cultural adaptation*. Sage, Thousand Oaks.
- [3] Kim Y.Y. (1995) Cross-Cultural adaption: An integrative theory. In: Wiseman, R.L., Ed., *Intercultural Communication Theory*, Sage, Thousand Oaks, 170-194.
- [4] Taylor, W.E. (1994) A learning model for becoming interculturally competent. *International Journal of Intercultural Relations*, 3, 389-408.
- [5] Anderson, L.E. (1994) A new look at an old construct: Cross-cultural adaptation. *International Journal of Intercultural Relations*, 18, 726-733.
- [6] 齐迹 (2012) 医学类留学生对外汉语教学的“文化体验”之旅. 中国高教学会外国留学生教育管理分会“2012学术年会征文汇编”, 313-314.
- [7] 洪莹 (2011) 华裔留学生文化认同与跨文化适应研究. *来华留学生教育研究*, 142.
- [8] 王磊 (2012) 中国政府奖学金预科生课外教学的思考与实践. 同济·留学生预科教育与研究论丛, 第一辑, 同济大学出版社, 上海, 151.