

内地高校新疆籍少数民族学生跨文化适应研究

玉吐扎依·艾尼

湖北工业大学

摘要：跨文化是个体从一个地域移居到另一个地域时，不同文化之间的交流和沟通。由于不同地域之间的地理、气候、语言、文化习俗不同，导致出现难以适应等问题。新疆籍少数民族学生从新疆考到内地高校求学，由于新疆和内地之间的气候、语言、文化习俗差异，导致新疆学生难以适应内地的生活，从而引发学习成绩不佳、心理困难、思乡情绪等问题，需要及时提供相关帮助和支持。

关键词：内地高校；新疆籍少数民族学生；跨文化适应

【DOI】 10.12252/j.issn.2096-6288.2022.04.030

一、跨文化概述

（一）跨文化

跨文化是指涉及不同文化之间的交流、相互影响和相互理解的领域或概念，强调在不同文化背景下的交流和互动，涉及不同文化之间的差异、相似性和共同点。在国内不同省份往往具有不同的地理、气候、历史、语言、宗教、价值观、习俗和社会结构等方面的差异，这些差异构成了不同地域的文化特征。当人们从一个省份移居到另一个省份，或者进行省份、地域间的交流和互动时，他们可能会面临不同地域文化之间的差异和挑战，需要适应和理解不同地域的文化背景。跨越地域的文化差异可以涉及语言、风俗习惯、社会规范、价值观念、宗教信仰等方面。例如，不同地域的人们可能使用不同的语言或方言，有不同的饮食习惯和服饰风格，遵循不同的社会礼仪和行为规范，持有不同的价值观念和信仰体系。这些差异可能导致人们在跨越地域时面临文化冲击和适应困难问题。

（二）跨文化适应

跨文化适应是指个体在跨越不同文化背景时，能够适应和应对文化差异的能力。它涉及个体在新的文化环境中理解、接受和融入新文化的过程。跨文化适应需要个体具备一定的跨文化意识和跨文化能力。跨文化意识是指个体对不同文化之间的差异和相似性有一定的认识和理解，能够意识到自己的文化背景和他人的文化背景之间的差异。跨文化能力是指个体具备与不同文化背景的人进行有效交流和互动的能力，包括语言沟通能力、跨文化沟通技巧、文化敏感性和适应性等。跨文化适应的过程是一个动态的过程，个体需要经历一定的阶段和调整。常见的跨文化适应阶段包括文化冲击阶段、反应阶段、调整阶段和适应阶段。在文化冲击阶段，个体可

能会感到困惑、焦虑和不适应，因为他们面临着新的文化环境和文化差异。在反应阶段，个体开始意识到文化差异，并试图理解和适应新文化。在调整阶段，个体逐渐适应新文化，建立起新的社交网络和生活方式。在适应阶段，个体能够更好地融入新文化，与当地建立良好的关系，并逐渐形成新的身份认同。跨文化适应对于个体来说是一项重要的能力，它有助于个体在跨越不同文化背景时更好地适应和融入新环境，促进跨文化交流和合作。为了提高跨文化适应能力，个体可以通过学习和了解目标文化的语言、历史、价值观和行为规范，参与跨文化培训和交流项目，与当地建立联系和友谊，以及保持开放和包容的心态。

二、跨文化对内地新疆籍少数民族学生的影响

高校作为一个特定的文化环境，使得每一位新入学的学生个体，都会面临一个适应的过程。新疆籍少数民族学生相对于其他群体的学生而言，最大的不同在于文化环境变化带来的压力和适应难度。他们大多居住在边远、落后、经济和文化不发达的山区，从小都接受着本民族文化、习俗的熏陶和影响，一些学生是在自己的民族语言环境下长大的，对汉语接触较少，意识中都带有本民族文化模式和价值观念的烙印。新疆籍少数民族学生其特殊的文化背景，自然形成了本民族的文化特色。他们进入高校后经历多方面环境的转变以及这种转变带来的系列影响。

（一）语言环境转变带来的慢思维

新疆籍少数民族学生在日常交流过程中习惯使用本民族语言，在课堂上需要先接收普通话的语言信息，并在脑海中转化为自己的民族语言信息，再对此进行识别和反馈。这种语言思维转变的过程，使他们表现出课堂知识接收慢，日常交流反应不迅速的言行表现。这

种“慢速度”表现并不是因为学生的智力因素，但是对其课程学习和日常交流产生很大的影响。加上受地方基础教育的影响，新疆籍少数民族学生的学科知识基础普遍不够扎实，学习习惯、学习信心和学习成绩都不尽理想，如高数、英语等基础学科基础薄弱。

（二）身份转变带来的心理落差

进入高校后每一位学生都需要完成自我的身份转变。从新疆考到内地高校读书的学生都是当地的佼佼者。但是新疆籍少数民族学生在经历自我身份转变过程中经历较大的身份落差。内地高校中，绝大多数学生和教师是汉族，他们对新疆籍少数民族学生的外貌、服饰、语言，甚至名字都表现得陌生和新鲜。这种相异的特征使新疆籍少数民族学生往往更易于被围观与被评论，甚至被标签化，认为少数民族学生学习基础薄弱，则所有的少数民族学生的学习成绩都很差。从优秀学生到被标签化的基础薄弱学生的身份落差，导致新疆籍少数民族学生大幅度降低对自我的预期，开始怀疑自身的学习能力，滋生负面情绪，变得焦虑、消极、冲动或不求上进，对学业和自我成长表现的敷衍了事。

（三）气候、饮食环境转变带来的难以适应

新疆地区位于中国的西北部，由于地处内陆，新疆的气候呈现出明显的干旱大陆性气候特征。新疆地区整体上属于干旱气候，年降水量较少，部分地区位于高原地带，气温较低，气压较低，氧气含量较少。相对于新疆地区的干旱大陆性气候，内地的气候类型更加多样，如华南地区气候类型为亚热带季风气候，夏季炎热潮湿，冬季温暖湿润，春秋季节温暖多雨。因此新疆籍少数民族学生进入内地高校后，出现对环境的强烈不适应，容易出现感冒、流感和其他呼吸道感染、或皮肤瘙痒、湿疹和其他皮肤问题，经常感到疲倦、沮丧和情绪低落。饮食习惯方面，新疆地区的饮食以牛羊肉、面食和奶制品为主，普遍较为辣味重，而内地地区的饮食更加多样化，以米饭、面条、豆制品和海鲜为主，食物辣味相对较轻。因此，新疆籍少数民族学生对内地的食材和菜肴口味不太适应。

（四）思乡情绪

由于地理位置偏远，从没有离开过家乡的新疆籍少数民族学生来到内地高校后，难免会出现思乡情绪，强烈地思念家乡，想念家人、亲友和熟悉的环境，容易感到孤独和寂寞，特别是在重要的节日或家人的生日等特殊时刻。加上新疆与内地在文化、风俗和习惯上存在

差异，新疆学生可能会因此感到不适应，怀念家乡的风土人情、美食和传统文化。另外与内地学生交流的语言障碍，这可能加重学生的思乡情绪，有时会感到沟通困难，无法流利地表达自己的想法和情感。

（五）地域发展水平不同带来的经济困难

受地方经济发展水平的影响，多数新疆民族学生都在学校贫困生认定工作中被认定为贫困生。新疆民族学生不论是日常的生活费用，还是平时衣食住行条件，相比内地学生都明显较低或较差。大部分新疆籍少数民族学生的家庭靠务农为生，受天气、病虫害、灾害或其他不利因素等因素的影响，收益可能不稳定。新疆籍少数民族学生中单亲家庭较多，亦或有兄弟姐妹较多等情况，导致家庭面临经济困难，收入较低或不稳定，无法满足基本的生活需求和教育支出。

三、提高新疆籍少数民族学生跨文化适应度的建议

（一）帮助新疆籍少数民族学生语言环境的过渡

新生入校时，通过开展集中座谈和一对一谈话的方式，掌握每个学生的普通话水平，针对语言水平薄弱的同学，安排一对一的朋辈导师、党员、学生干部或者其室友，加强日常交流，帮助他们顺利地从一个语言环境过渡到另一种语言环境中。对于专业学习，除师生间的互帮互助外，可以利用校园网络资源，为学生提供教学讲义、视频，方便学生课后查漏补缺，跟上学习进度，提高学业成绩、增长见识和才干，增强自主适应能力。

（二）帮助新疆籍少数民族学生及时转变身份

进入高校后，每个同学几乎都会面临身份落差带来的心理压力和自信心下降的问题。尤其是新疆籍少数民族学生对此感受更加明显。这时首先告知学生需要接受现实情况，认识到每个人都有不同的优势和劣势。高校生活是一个全面发展的过程，成绩并不是衡量一个人价值的唯一标准，需要及时调整好心态，相信自己的潜力和能力。其次，根据自己的实际情况和能力制定合理的学习计划和大学生涯规划，帮助学生找到适合自己的科学和有效的学习方法，逐步提高学习成绩，不要过分追求完美，而是注重个人进步和成长。再次，新疆籍少数民族学生能歌善舞，鼓励学生发挥自己的兴趣爱好和特长，参加社团活动、体育运动或志愿者工作等，提升自信心和满足感，减轻对成绩的过分关注。最后，鼓励学生向身边的朋友、同学、辅导员或心理健康中心寻求帮助和支持，与他人分享自己的感受和困惑，听取建议和鼓励，减轻心理压力。

（三）帮助学生克服和适应内地的气候和饮食习惯

针对气候变化带来的不适应，为新疆籍少数民族学生提供适应内地气候的支持和指导。学生入学时关心其是否准备应对气温骤变等突发情况的衣物和装备。如果没有，及时提供帮助和支持。对于那些对潮湿气候敏感的学生，帮助他们采取一些措施减轻不适，如保持室内通风、使用除湿器、穿透气的衣物和保持良好的个人卫生习惯。针对饮食习惯，提供多样化的饮食选择，包括新疆特色食品和内地的饮食习惯。餐厅可以提供新疆菜肴或类似的食物，以满足新疆学生对家乡美食的思念和需求。适应内地的饮食习惯可能需要一定的时间和调整。鼓励学生可以尝试逐渐接触和尝试当地的食物，了解当地的饮食文化，同时也可以选择一些适合自己口味的食物，保持均衡的饮食习惯。

（四）帮助学生克服思乡情绪，增强归属感

思乡情绪是正常的，随着时间的推移，学生会逐渐适应并建立起新的归属感。一是，鼓励新疆籍少数民族学生积极参与校园活动和社交场合，如社团活动、学术讨论、运动会、健美操等，帮助学生结交新朋友，建立新的社交网络，减轻思乡情绪。二是，共同的兴趣可以成为学生与他人建立联系和交流的桥梁，增强归属感，因此鼓励学生参加自己感兴趣的活动或组织，与志同道合的人一起分享兴趣爱好。三是，提醒学生通过电话、视频通话、社交媒体等方式与家乡的亲友保持联系，分享自己的新生活经历，了解家乡的动态，可以减轻思乡情绪，同时保持与家乡的联系。四是，鼓励学生主动探索新的环境和文化，如参加校外活动、游览当地景点、尝试当地美食等，了解新的文化和风土人情，逐渐适应新的环境。五是，鼓励学生在新的环境中建立自己的个人空间，如装饰宿舍、打造学习角落等，可以让学生感到舒适和安心，增强对新环境的归属感。针对情况严重的同学，提供专业的心理咨询和辅导服务，帮助学生理解和应对思乡情绪，提供情绪管理和适应新环境的技巧。

（五）给予困难补助，提供勤工俭学和实习岗位

对于经济困难的新疆籍少数民族学生，一是，提供奖学金和助学金，可以设立专门的奖学金和助学金，用于支付学费、住宿费、书籍费等学习相关的费用，帮助他们减轻经济负担。二是，提供临时困难补助，为家庭遭遇重大事件的经济困难的新疆学生提供紧急的经济援

助。提供勤工俭学、兼职和实习机会，增加学生收入来源的同时，提高实践能力，为就业打下基础。三是，提供就业指导 and 职业培训，帮助经济困难的新疆学生提升就业竞争力，包括职业规划、简历撰写、面试技巧等方面的指导，以帮助他们更好地就业。同时经济困难可能给新疆学生带来心理压力，学校可以提供心理咨询和支持服务，帮助他们应对困难和压力。

四、结语

新疆籍少数民族学生以优异的成绩考到内地高校求学，在当地作为优秀学生的他们来到内地后看到更多优秀的学生不免会出现自信心下降、沟通困难、难以适应气候和饮食、思念家乡和亲朋好友等问题。出现这些情况是由多种原因造成，其中最核心的因素就是文化不同导致的跨文化适应。跨文化适应是一个动态的过程，需要经历一定的阶段和调整，根据每个人的具体情况，可能会经历文化冲击阶段、反应阶段、调整阶段和适应阶段。内地高校在新疆籍少数民族学生的教育管理过程中，需要及时发现和干预，例如针对刚入学时面临的新的环境，学生感到困惑、焦虑和不安时，通过集中座谈和一对一谈话的方式及时进行疏导和安慰。同时帮助学生意识到文化差异的存在，接受和接纳这种不同，同时帮助学生理解和适应新文化。当学生逐渐适应新文化时，帮助学生建立起新的社交网络和生活方式，能够更好地融入新文化，与当地人建立良好的关系，并逐渐形成新的身份认同。

参考文献

- [1] 陈国明. 跨文化交际学(第2版)[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2009.
- [2] 袁淑清. 普通高校少数民族学生文化适应研究[J]. 黑龙江民族丛刊. 2011(05): 157-161.
- [3] 内地高校新疆籍少数民族学生社会文化适应探析——以北京某大学的调查为例[J]. 民族教育研究. 2014, 25(06): 55-61.
- [4] 赵颖. 高校学生组织对少数民族大学生适应性的影响作用[J]. 青海民族研究. 2015, 26(02): 118-120.

作者简介: 玉吐扎依·艾尼, 1994.10, 女, 维吾尔族, 新疆伊犁, 助教, 本科学士学位, 新疆籍少数民族学生教育管理。