



中国留学生出国后，遭遇“水土不服”的情况一直存在。身处不同国家留学的中国留学生或多或少都遇到过“融入问题”，对此他们的看法各异。

针对此现象，海外网日前推出调查专题“中国留学生爱‘抱团’，好VS不好”，围绕中国留学生在国外的“抱团”现象，请专家、网友以及海外留学生各抒己见，赞同者有之，反对者也有之。为此，本版今天开辟专版，听听网友们怎么说？

网友“乙木”认为：“出去读书不仅是为了从书上学知识，更重要的是对当地人文有所了解。总是活在中国人的小圈子里，留学的价值会大大缩水。”

网友“小兹早安”说：“我觉得挺好，本来嘛，一个人在国外生活很苦的，能够找到一些‘抱团’的朋友，可以打发打发无聊的时间，还可以组团出去玩。比起一个人，‘抱团’能获得更多的实用信息，有了不顺心的事还可以向对方倾诉。远亲不如近邻。”

但也有网友持中立观点，网友“五好公民高大上”表示，“感觉‘抱团’还好，但依赖感不宜太强，凡事都依赖小圈子，容易限制眼界。既然出去了，不如多跟不同文化不同圈子的人接触，即使谈不上攒人脉，长长见识也是好的。”

刘婕：清晨闹钟响起起床，洗漱完毕前往教室上课，放学后抱着几本书泡在图书馆，在黑夜沉沉时回家，这就是我最初3个月到美国普渡大学时每一天的生活。家——教室——图书馆——家，四点一线。

课堂上、生活中无处不体现着文化差异。我不敢开口，在国内时可以争论，到了这里只能选择沉默。我无法理解外国学生彻夜聚会彻夜喝酒的娱乐方式，也没法融入进去。一拿起电话听到妈妈的声音鼻子立刻就酸了，但我不敢哭，不敢说想家。每天只有在洗澡时才能发泄情绪，热水一冲到脸上时眼泪跟着哗地一下全涌出来。

华人圈子给孤独学子以慰藉

刘婕 维维 茜茜里娅

幸好后来在课堂组队时遇到了好友可可，她带我加入中国小伙伴们的聚会，大家一起过节，一起做饭，一起侃微博上最新的话题。他们让我觉得我不孤单，我在这里有一大群家人。维维（化名，加利福尼亚大学尔湾分校）：相同的语言、相近的生活方式促使中国留学生们聚集到一起，远在他国，乡音总是格外亲切。

茜茜里娅（化名，曾在剑桥大学留学）：华人圈子是留学生生活中重要的一部分。尤其是初来乍到者，大家都会自发地帮助他们融入当地生活。元老级别的留学生还会把新人介绍给当地的外国朋友社交圈。华人圈子可以充当“家人”的角色，圈中人也能共享各类资源、信息。（冯琦婧整理）

留学生身处国外，与人为善很重要，但是不用过于在意这个人是外国人还是中国人，只要是脾气相投、兴趣相合，自然都可以成为朋友，所以我倒是觉得没有必要刻意和外国人交朋友。我觉得心态放平和，顺其自然是最好的。

因为语言和文化背景的原因，留学生和外国人交朋友多少有些障碍。举个例子：英语环境中，外国人夸你长得真漂亮，你应该说“谢谢”，而不是说“不是不是，我哪有您长得好看”。

没必要刻意和外国人交朋友

小芹（曾留学英国）

看”，外国人瞬间会觉得聊不下去了。这就是文化差异。如果留学生想要和外国人交朋友，就要有因为文化差异碰撞的心理准备。

我初到英国时住寄宿家庭，那个家庭的孩子给我的感觉很是独立，15岁时便独自出去旅行。对于我这种在国外每天视频跟妈妈撒娇，征求买哪种颜色的衣服的孩子，他完全不能理解。我试图解释这是一种和家人联络感情的方式，也是为了让家人知道我在国外很好，他们可以放心，他才逐渐开始待见我。后来在相处中，我也有意识地展现自己的能力，让他了解我，最终我们成了朋友。我们虽不算是那种知心至交好友，倒也能经常一起聊聊天，或者出去玩，在生活上他也给了我不少帮助。（杨琦整理）

《人民日报海外版》和海外网日前所做的“中国留学生爱‘抱团’好VS不好”的调查显示，留学生中存在“抱团”现象。我认为这是时代不同造成的现象。

首先，现在的留学生和20多年前的留学生不一样，家庭条件都较好，大多还是独生子女，衣食住行无忧。因现代通讯之便，他们不仅可以很方便地同家里联系，也很容易联系上其他中国留学生，因此会出现“抱团”现象。此外，有的同学则因为英文水平不够好，更愿意用母语沟通才去“抱团”。

而20多年前到国外的留学生，因为生活不够富裕，还需要打工支持学费和生活费用，没有时间去“抱团”。我曾在华人中餐馆打过工，一天工作12小时，已经没有太多时间去联系同学或朋友。当时我们班的同学已经有几个在纽约工作，由于通讯不便利，也没那么容易联系上。此外，尽管是中餐馆快餐，而顾客以外国人为主，我便逐渐了解了当地文化，也提高了英文水平。

通讯环境变化造成“抱团”

林志共（留美海归）

另一方面，我认为主要还是文化差异造成了“抱团”。不少国家的留学生，都喜欢和本国来的留学生在一起，一是可以解决思乡之苦，二是可以相互帮助，所以，各大学都有各国留学生同学会。但如果留学生不和当地人交流，也许无法真正实现到国外留学的目的。我所在的实验室就曾因太多华人讲中文，当地人说不尊重他们，要求用英文谈话，因此，我们一般只有外籍人士在场都会很注意用英文沟通。

总之，留学生需要有自己把握度的能力，“抱团”可以，但融入当地文化也很重要。（林桂楨整理）

正方



留学生『圈子化』怎么看



走出小圈 多说多试受益匪浅

“大家的社交圈里外国朋友比例基本都会超过半数，比如会选择当地人做室友，会经常参加当地的文化娱乐活动。毕竟大家选择出国念书大都抱着亲身体验异国文化的期待，所以对结交本土朋友会有极大热情。”曾在剑桥大学留学的茜茜里娅（化名）表示，留学生“抱团”现象并没有想象中的严重。

但是，不少留学生也发现“完全融入”外国学生的“圈子”很是困难。“去酒吧是美国大学生非常主流的活动。晚上八九时出去，喝酒到凌晨1时还觉得太早。有一回，酒吧里的小青年给我递了一支他自己卷的烟，我马上想起了一个法国师姐的告诫——酒吧里的烟绝对不能随便接。”石潜（化名）在美国爱荷华大学呆了两年，至今无法接受当地诸如彻夜狂欢之类的娱乐方式。

姚思航将在西班牙留学遇到的社交问题归因于不同的语言、迥异的生活节奏以及差异颇大的价值观。“初到西班牙，当地人习惯讲加泰罗尼亚语，

留学生初到国外面对陌生的社会和文化，希望结识自己的同胞。但是，中国学生的小圈子毕竟太小，不能给学生更多的帮助，时间长了还会产生很多负面作用。

首先，小圈子会成为阻碍中国留学生融入当地文化的一道壁垒。学生们在自己的圈子里可以寻求精神慰藉，以减轻学业上的压力和生活的寂寞，但几年下来可能会一事无成，这是多数学生遇到的现实情况，也是家长非常担心的问题。

其次，中国学生的小圈子有很强的排他性，会把当地学生和其他国际学生挡在门外。久而久之，这些小圈子就成为被当地社会遗忘的角落，圈子里的人也很难进入当地社会，根本感受不到融入当地文化后所带来的帮助和乐趣，留学生生活会越来越枯燥。

如何帮助中国学生走出自己的小圈子，我想提几条建议供学生和家参考：

首先，扎扎实实地学外语是留学生活的基本保障，仅仅沉迷于如何提高外语考试成绩只会让你的

没深入当地社会不算真留学

桑澎（北京留学服务行业协会会长）



留学之路越走越窄。一定要勇于走出自己的小圈子。外国人并不计较你的语言有多糟，只要有真诚和热情，一定会走进他们的世界。要积极参加学校的学生活动，特别是加入各类学生社团是融入当地社会的一条捷径，在与各国学生一起活动中你会结识新朋友，会给提高语言能力带来极大的帮助。主动参加社区组织的公益活动是了解当地文化和赢得当地人信任的好办法。

其次，每个学校的学生服务中心是给所有学生提供信息和帮助的地方，国际学生是那儿的常客。很可惜，我几乎没有在那里见到过中国学生的身影。所以我希望学生服务中心成为中国留学生最先熟悉和经常光顾的地方。

中华文化博大精深、源远流长，但作为一名留学生更应当珍惜短暂的留学时光去感受不同的文化。此外，只有和外国人深入交往，才有可能传播中华文化。留学生活不仅仅是学习，还应当是丰富多彩的，没有深入当地社会的生活不是真正的留学生活。（杨琦整理）

澳大利亚留学生“圈子”社交比较普遍，尤以中国留学生为主。当然，中国留学生本身占海外留学生比例大是一个原因，所以该现象更为明显。

我做了大学国际学生部主任和大学学生会秘书长后，发现很多中国学生在社交过程更愿意选择有相同话语背景的人，其次是亚洲人，再其次是欧洲人，最后才是英语为母语的澳大利亚人。我为了能给华人留学生争取更多融入当地社会的机会，也曾经安排过一些交流活动。发现大约80%以上的中国留学生会首先主动与同样话语背景的中国留学生交流。

为了找出原因，我们也做了一些调查，也和很多语言学校的老师沟通，发现最主要的原因是“担心自己说话对方听不懂”或者“表达出错”，更直接点说是不够自信。

通过我们在澳大利亚超过6年的观察和统计，只需要每天尽力用英文交流，大约3个月即可实现日常

留学生圈不能作为唯一社交

钟坚（曾留学澳大利亚）



沟通基本无障碍。如果是在工作中，这个时间会更短。

但英文交流无障碍并不代表就可以融入当地人的生活圈子。根据观察，英文无障碍的华人中担任当地企业高管的比例很低，而多以技术职位为主。这也就是为什么尽管很多华人即使语言没有问题，也仍然很难进入当地人的生活圈子。究其原因，普遍观点是背景不同，对事务理解、看法和思维方式不同。

所以，我并不认为留学生的“圈子”社交有急需纠正的错误，但不能作为唯一的社交。至少与当地人社交要成为生活一部分。这样不论是对生活还是工作，都有非常大的促进作用。

因此，我建议来澳留学生能够尽量在平时增加一定的与当地人社交的机会，并且多参加一些社区活动或公司实习。这样不仅英文交流不成问题，未来在澳大利亚的“人脉”也会让留学生受益匪浅。（林桂楨整理）

我在澳大利亚没有交到很多外国朋友，有些遗憾。相比之下，我的中国朋友更多一些。这和个人性格也有关系，如果想融入当地文化圈，我有些建议可以提供。

首先，在专业选择上，可以选择一些外国学生多的专业，分组讨论中话说得多了，投机了，就可以发展成朋友。在澳大利亚，有些专业中国学生太多，比如会计专业会出现十之八九都是中国人的情况，交到外国朋友的机会就少了。不过也可以去中文课上找一些对

调整心态融入留学地文化圈

曹蕾（曾留学澳大利亚）



中国文化感兴趣的外国学生，他们很欢迎你做他们的语伴。其次，打工也是融入当地生活的好方法，课程不是很忙的同学可以找当地人开的店打工，和老板、顾客、同事之间的交流会让你受益匪浅。最后，如果真想体验当地文化，建议选择当地的寄宿家庭，感受他们的日常生活。

其实，最重要的还是留学生要调整好自己的心态，接纳异域文化，这样才能减少文化差异带来的影响，交到朋友。（杨琦整理）

反方



语言障碍导致沟通困难。但是后来通过接触会讲英语的西班牙人，慢慢融入了他们的圈子。”他觉得，跟当地学生的交往令他更深入地理解当地文化，而他们执著追求梦想的勇气，内心深处对道德法律的捍卫，也让他感触良多。

“我同室的兄弟到了美国就跟一当地姑娘坠入爱河，一开始两人几乎只能靠手势和画图交流，几个月后就己经可以用流利的英语跟人辩论政治问题了。”石潜笑嘻嘻地爆料，随后认真建议道，跟本地华人（如会说中文的美籍华裔）多交往是提升语言能力的一大利器。

如何走进国外学生的社交圈？与外国好友相处愉快的留学美国的雅维（化名）是通过参加学生社团和活动派对、通过与导师的沟通找到机会进入美国学生圈的。“语言方面，不要害怕犯错，多开口多交流。”她说，“同外国学生交往不仅使我的英语进步明显，让我拥有了更为独立不同的批判性思维，而且拓展了社交圈，使我在国外的学习更自信，生活更加丰富多彩。”

“融入”之解 保持独立提升自己

对绝大多数留学生来说，“融而不入”也许是

他们最合适的生活状态。所谓“融而不入”，就是可以与国外学生和平相处、愉快交往，却并不完全参照他们的方式生活、娱乐。

“当你结束了迎合，你就有了性格；当你有了性格，你才变得独特而重要。”留学美国的刘婕说这是她非常喜欢的一句话。“呆了这么些年，我依旧不喜欢像美国人一样喝酒，不喜欢去酒吧。尽管我和她们的价值观、爱情观不一样，但我已经非常适应这里的生活，也有了关系挺好的外国朋友，她们喜欢与我交往，喜欢我身上浓浓的中国味。”

“我所追求的融入，是深入了解当地文化，加入本土生活圈，并被当地人接纳。但融入并不意味着同化，可以尝试和体验，但不一定要强迫自己去改变迎合融入。”姚思航说，“我觉得应该保持民族自豪感，不卑不亢，积极分享中华文化，外国朋友也会因此对你及你的国家肃然起敬。同时，也该尊重当地文化，对其文化精髓给予赞美。”

石潜则强调了提升自己的重要性。他认为人脉是与个人能力成正比的。“有人觉得，在融入新环境以后才可以大展拳脚告诉周遭我是谁；但其实恰恰相反，只有在大展拳脚的时候，融入才真正开始。”他说，“我不爱泡吧，宁可在空闲时多逛逛学术网站，看看热点新闻。我能在小组项目遇到瓶颈时解决它，能在外国学生遇到学业上的困难时热心帮忙解答，我能在政治、体育、娱乐等领域同别人侃侃而谈。当你提升了自身水准，你会发现身边的朋友在不知不觉中越来越多。”

留学生的聪明社交：融入又独立

冯琦婧