我们进行采访的时候，中秋节还未到来。但身在海外的学子，却早早有了打算和安排……

又到一年团圆时

洪娇虹

每逢佳节倍思亲呀

学子孤身在外求学时，对亲人和家乡的思念是最普遍的愁绪。生活在陌生的国度，那些与中国、与家乡相关的事物总会让思念的情绪变得更加清晰。年年中秋，今又中秋。对于海外学子而言，此时，总是承载着沉甸甸的思念。

“身在异乡这么多年，其实最害怕的就是过节，特别是像中秋节这种团圆的节日。”王玺燊说。他目前就读于澳大利亚国立大学。他从初中起就出国读书。即使已经在国外待了多年，早已习惯在他乡生活的日子，但每到节日，他对亲人的思念依然分毫不减。“在这种日子里，最大的感受就是想家。非常想念家乡的亲人和朋友。”他感慨道。

“一到节日，就是‘每逢佳节倍思亲’的情绪。”赵文瑞说。他目前就读于澳大利亚阿德莱德大学。今年是他出国留学的第3年，虽然对于家人的思念并没有随着留学日子的增多而减少，但他越来越会调整自己的情绪。“我会通过不同的方式把自己的注意力转移到别处，比如写作业、忙其他事情。这样不会去想太多关于节日的事，思乡的情绪就能缓解不少。”

过中秋节值得早早筹划

聚餐、做月饼、看晚会……

我们进行采访的时候，中秋节还未到来，但身在海外的学子，却早早有了打算和安排。

邢月目前在美国留学。中秋节正是他们开学三周的时候，因此各种课业压力比较大，对于节日的情绪也就有所淡化。“但是家里人和微信朋友圈里的信息都会不断提醒我中秋节要到了。”因此，即使课业繁重，邢月还是计划好了中秋节后的周末要与中国朋友一起吃火锅、看电影、到附近走走。这既是过节，也是周末的放松。

澳大利亚首都地区中国学生学者联谊会，在中秋节临近之际组织留学生到海边出游。 王玺燊供图

提起中秋节，月饼当属最必不可少的“大餐”了。

每当中秋节临近，国内大大小小的商店就会上架各种不同口味、不同类型的月饼。然而在国外，想要买到月饼却不一定是件容易的事。据邢月介绍，在美国，除了在纽约这样的大城市，不是每一个城市都能买到心仪的月饼。因此她身边很多留学生纷纷自己做月饼，分发给周围的伙伴。

赵文瑞生活在阿德莱德。虽说它是南澳大利亚州的首府，但实际上只是一个小城市。因此在这里买不到月饼。咋办？自己做！“往年我们都会自己做月饼，虽然常常失败。”每到中秋节，赵文瑞便会和朋友们一起动手。“希望今年能成功！”她笑着说。

除此之外，他还打算去参加学校国际学生社团举办的中秋节晚会。“和同在异国他乡的留学生朋友在一起，大家都是同龄人，可以图个热闹。这样总比大过节的自己一个人待着好。”但他认为，和国内的家人及最知心的朋友一起度过佳节，才是留学生内心最渴望的。

佳节来临，赵文瑞和同学们自己动手做的月饼，是不是很棒？

留学在外，平时赵文瑞也常常和朋友们聚在一起包饺子、吃火锅，以大吃一顿中国菜来慰思乡情。

赵文瑞供图

中秋节怎么吃？

中秋活动可不少

中秋节虽然是华人的传统节日，但也越来越多地被外国人接受。在海外有不少关于中秋节的活动和晚会，往往皆由中国留学生或华侨华人发起举办。

王玺燊前几天刚与中国留学生同伴去到海边游玩。这是由澳大利亚首都地区中国学生学者联谊会举办的中秋系列活动之一。王玺燊也是该学联会的成员。由于正值期中假期，联谊会借此机会组织留学生到海边出游。烧烤、做饭、唱歌、看星星……在几天的集体生活中，大家增进了了解。“参加这样的活动，最大的感受就是找到了‘组织’，大家就像一家人一样。我能明显感觉到大家现在见面更亲近了。”

“过去在国外过节总会觉得很孤单，但是现在不会了。”王玺燊说。

澳大利亚首都地区中国学生学者联谊会还在中秋节组织中国留学生聚餐、包饺子和做月饼。在这个团圆的节日里，让远离家乡的海外学子能相互为伴。除此之外，他们计划于9月30日晚在澳大利亚堪培拉大戏院举办主题为“思乡月，中华情”的双节晚会，让留澳学子一同欢庆中秋、喜迎国庆。

据王玺燊介绍，中秋后、国庆前的晚会是该学联会的传统，已经举办了近10年。“晚会主要面向中国留学生和当地的华侨华人。2013年时我们还有幸邀请到了当时的中国驻澳大使。澳大利亚总理也给我们发来了贺信。”他说。

赵文瑞所参加的中秋节晚会也是他们学校国际学生社团一年一度的传统晚会。晚会由中国留学生主办，整个社团提供各方面的支持。“晚会是联欢会的形式，还包括传统的猜灯谜、发月饼等活动。每年都会有许多人参加，虽然中国学生占多数，但外国学生也不少。”赵文瑞介绍，晚会是双语主持，还有一个向外国学生介绍中国节日由来的环节。

如此，一边欢庆佳节，一边又传递了中国传统文化。

许多人有过“出糗”经历

尹伊现就读于美国哥伦比亚大学，她认为个人形象能够折射出一个国家的形象。她先谈到了一段她初到纽约时的出糗经历：“在纽约，超市排队结账的起点离收银台有一段很长的距离。那会儿刚到纽约没多久，我第一次去超市，买完东西后往收银台张望时并没有发现有排队的队伍，于是便直接冲到了收银台准备结账；结果却被在远处排队的人们训斥了一番，顿时感到非常尴尬。个人形象的受损倒是其次，更担心的是会不会让外国人误以为中国人都不讲规矩、没有素质。”

人们怎么看待“中国留学生”？尹伊称：“留美的这段时间，我发现中国留学生在美国人心中的形象一般是：聪明、勤奋、数学好、编程好、会做题等。这与美国人过往对中国人的整体印象不太一样。所以对于我来说，搞好自己的功课，在导师的办公时间勤去提问交流，课下认真完成作业，努力让作业成果成为导师讲课的范例，并且耐心地为学习有困难的同学提供帮助——比如协助他们排除代码的程序错误等……这既是在维护自己的形象，也是维护中国留学生的形象。”

值得讲讲的文化故事有很多

谭皓元现就读于英国伦敦国王学院。他在留学期间经常会教外国同学学习汉语。他说：“我的同学对汉语非常感兴趣。起初我会先教他们一些简单的汉字、一些有趣的词语，再到后来慢慢地我会给他们讲一些带有中华文化现象、典故的俗语。在交流的过程中，我发现外国人会特别地关注中文表达方式与英文表达方式之间的差异。

谭皓元来自广东，所以他经常也会讲粤语给他们听。“外国人会觉得比较普通话和粤语之间的区别是一件很有趣的事情。”

每个细节都是“名片”

徐悦邦

中国如今已是全球最大的留学生生源地。当走出国门，每个人的言谈举止便与“中国人”息息相关。对于身边的“老外”来说，一个留学生就是中国——那个遥远国家的性格、文化特征的鲜活载体。

出国后会有意识地将自己与“中国”相关联

留学海外前，中华文化早已在莘莘学子身上留下了深深的烙印、在他们的心底生根发芽，故而当他们踏上异国土地，中外文化自然便免不了碰撞、交融。樊彦远（化名）现留学于英国埃克塞特大学。他介绍说：“在留学英国期间，每逢春节我都会邀请几个要好的外国朋友与我一起共度春节，比如一起在宿舍门口贴对联、一起收看春晚、共同迎接新年钟声等。我曾经告诉过他们，大部分中国家庭都有收看春晚的习惯。”

缘何在国外留学还会保留着过传统节日的习惯？樊彦远回答道：“一方面是因为我深深地明白这些传统节日对于我们中国人而言有着多么重要的特殊意义；另一方面是因为留学海外，离家万里，非常想家，希望能够以过这些传统节日为契机，感受一下气氛。似乎这样做便会觉得与家的距离近了些。这也可以说是一种情感的寄托吧。” 樊彦远称其在留学期间曾带他的英国同学去吃川菜，川菜中的水煮鱼让外国人感到非常好奇。这些带有中国特色的衣食住行对于很多外国人而言是很新鲜的东西，能留下很深刻的印象。

（本文图片来源：**北京汉华易美图片有限公司**）

留学时，身边同学来自五湖四海，文化、风俗习惯、处事方式、语言、性格等各不相同，在人际交往中必然会出现矛盾与障碍。

很多专家及留学生表示，人际关系处理得“好”与“坏”，是决定留学生是否能顺利完成学业、达到预期目标的关键因素之一。

留学在外，人际关系如何处？

刘智强

主动交流 不要长时间地独来独往

语言听说能力，直接影响留学生的交流及课堂学习效果，进而影响他们的学习生活。

刘姣曾留学英国谢菲尔德大学，学习人力资源管理专业。她说：“刚到国外的时候，口语说得还不够熟练；有些想说的话不知道如何用英语表达，害怕说错，所以也就不太敢和外国人打交道。” 朱丽颖曾留学于法国南特经济管理学校供应链和采购管理专业。她也同样表示，想要和外国人建立良好的人际关系，主要看你是不是会主动与外国人交流。如果一个留学生能说一口流利的英语，并拥有开朗的性格，则会更容易采取主动。

但是哪有这么容易呀。

在国内上学的时候，往往是几个同学生活起居都在一起，所以平时上课、吃饭的时候总是结伴而行。而在国外，就算是同一个专业的学生也不是所有的课程都在一起再加上每个人都有自己的安排，比如做饭、健身等都很难和大家合拍。长时间独来独往，容易令留学生产生孤独感，从而影响情绪和人际交往。

因此，出国留学首先要学会的，不是独立，而是如何与他人主动相处。

好奇拉近关系 活动促进交往

朱丽颖留学时，曾进入国际班。全班一共有47个人，分别来自28个国家。“大家都是远赴异国求学，也都拥有绵绵的思乡之情，这些共同的特点，反倒使大家更容易惺惺相惜，团结在一起。”朱丽颖说。

于是机会就来了。

由于留学生来自不同的国家，并存在一定的文化差异，也会因此彼此产生好奇。“比如对发生在中国的事情，他们有自己的看法，但也会很好奇中国人是怎么想的——就像我们也想搞清楚希腊人是不是都破产了，在墨西哥是不是有人真的吃虫子一样。”朱丽颖表示。

彼此之间的这种好奇心，也是拉近同学关系的一个纽带。 多多参加聚会与活动，同样也能帮助留学生交朋友。“班级代表会经常组织活动。大家一起吃饭聊天，增进感情。平时上课需要分组讨论时，老师也会强制要求来自不同国家的同学组成一个小组，大家生活学习在一起，人际关系也更容易处理”。朱丽颖建议留学生一定要尽可能多地参加各种活动。朱丽颖一直与当地的一个家庭合住在一起，也经常参加他们家庭组织的聚会。这对她与当地人的交往有很大帮助。“但有些中国留学生总是跟中国人扎堆儿，不好意思跟外国同学说话，班级活动也基本不怎么参加。这会更容易想家，人际关系也没什么拓展”相比之下，她认为自己做对了。

刘姣也表示：“有时间要多出去走走，能为自己提供更多与当地人交流的机会。平时也要多参加学校的社团活动。”

谭博源（右四）与班级其他成员在参观英国广播公司伦敦总部大楼后合影。 **谭博源**供图

走遍天下的诀窍——

懂得尊重 学会包容

留学海外，身边的同学来自世界各地。每个人的价值观、生活习惯、宗教信仰等各有不同，所以在做事情时往往很难找到一个平衡点，让大家都能接受。因此，留学生在与人交往时要学会相互尊重与包容。

“刚来到英国不久，有一次我的室友因为天气变化而感冒。我本着友好帮助的心态，拿了自己从中国带去的感冒药给她，我室友当即谢绝了我的好意。当时第一感觉就是室友很不领情，自己也是一片好意，她却这样。”正在英国留学的谭博源说，“后来关系熟络了，我才了解到，她不习惯感冒后吃药。服药对她来说是一件很严重的事情，不能随随便便就吃，不太严重的病就等着自愈。”

后来谭博源也逐渐了解到，欧洲有一大部分人不会吃没有欧盟食品安全认证过的东西。所以虽然自己本意是好的，但却没有考虑到与对方在生活习惯上的差异，只用自己的标准去判断，自然是事与愿违。“留学生需要了解当地的生活习惯与文化，并学会尊重差异，注意生活细节。”谭博源补充道，“我们可以选择不赞同，不予评说，甚至是不理解，可是我们必须懂得尊重与包容。”以尊重与包容为基础，才能建立良好的人际关系。

在国外留学，陌生的语言与陌生的文化环境很容易让留学生产生消极的心理情绪，没有归属感，甚至担心受到歧视。“在我的留学经历中，这样问题很少遇到。有这种感觉往往是因为不够自信以及消极的心理暗示。其实大家都一样，只要我们抱着互相尊重与包容的心态与人交往，就能收获良好的人际关系。”谭博源说。