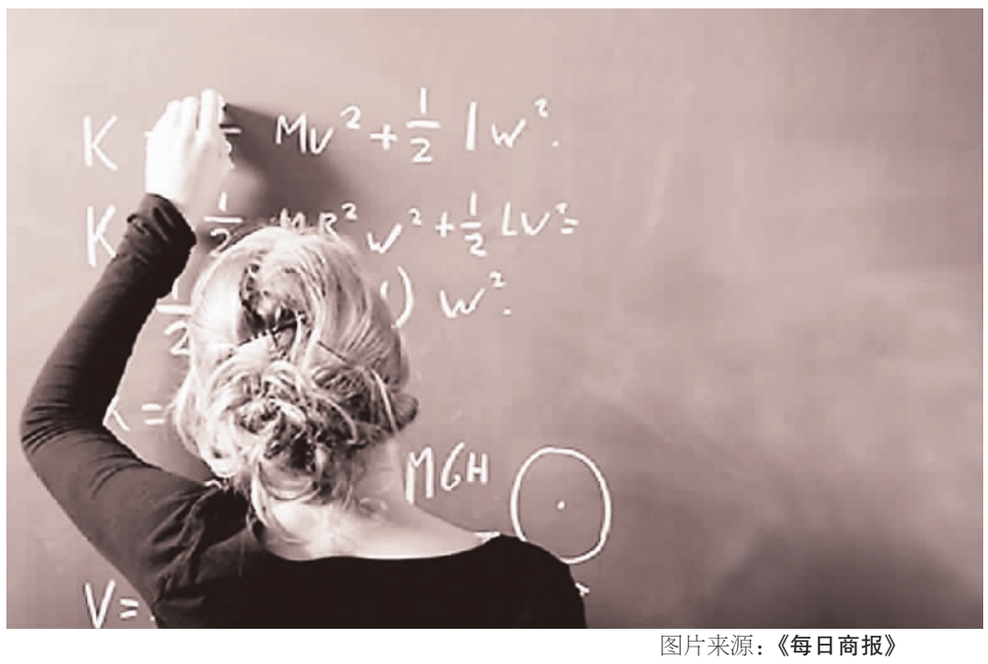
相较于国外教育，中国的教育传统重讲授而轻讨论。在这种环境中成长起来的学生在课堂上“乖巧”有余而活泼不足。

在课堂上沉默惯了的学子出国之后，或许会对热烈的课堂交流气氛感到紧张和不适。这时候，留学生该怎样克服心理障碍和表达困难，更快更好地适应国外课堂学习方式，变得积极起来？



图片来源：《每日商报》

留学海外 如何破解“课上不发言”

董可馨

改变心态 克服心理障碍

两年前，王靓（化名）入读美国芝加哥大学，在这两年间，她从不敢在课堂上发言变为活跃大胆。“刚开始时，我很拘束，不敢轻易在课堂上发言，总要等到深思熟虑后才提问和发表观点。可是我发现班里其他同学并不是这样，他们发言前不举手，而且从提的问题看，并不如我想象中的有深度。”王靓还会在心里想“这么简单的问题他们怎么好意思问出来”。慢慢地，王靓习惯了这样的课堂氛围。“其实，课堂上重要的是轻松的交流氛围，大家畅所欲言，才会有不同观点之间的精彩碰撞，这样的碰撞对学生的表达能力和思维都是很好的锻炼。”

曾在美国波士顿大学读博士的小齐毕业多年，仍记得刚入校时参与小组讨论的尴尬。“太紧张了，完全不知道该说什么。现在回头看，大可不必。觉得别人会特别在意你提的问题，这是你自己过不了自己那一道坎，而非别人真的会在意你提的问题。”

确实，虽然同样是在国外课堂，克服了心理障碍就会轻松很多。李可（化名）在英国谢菲尔德大学学新闻，因为自己所在的班主要由留学生组成，且中国学子占近九成，大家就相对放松。“我们的课堂气氛视老师而定。有的老师提问较少，课堂就比较闷；有的老师比较活泼，提问也多，我们的发言也就多一些。但因为中国学生占的比例大，大家不会太害羞，整体的课堂参与度不算太低。”由此可见，放松心态可谓是融入课堂的前提。

转变方法 课前多做准备

李晓洁（化名）去年前往韩国国立釜山大学学习。她身边的中国同学不少，有的在课上积极活跃，有的比较沉闷。在她看来，这两种状态的区别在于是否做了充足的课前准备。“虽然中国留学生没有当地学生那么积极，但总体来讲课堂气氛还是不错的。不过也不是所有学生都很积极发言，我有几个中国同学，上课总是很积极地提问和发言，因为他们在课前做了大量准备。但也有一些同学比较懒惰，基本不做课前准备，自然在课上就难于参与发言交流。”她的经验是，无论是在国内还是在国外，如果上课前没有预习和准备，就难以参与到课堂的交流讨论之中。

面对笔者的采访，不少留学生表示，在课前做好必要的预习和准备，可以极大地提升自信，而自信的心态又有助于获得成就感和归属感。这样一来，留学生可以更积极地参与到课堂互动中，精进自己的学业。如此形成一个良性循环。做好第一步预习，无疑是最重要的。

提升能力 提高口语水平

笔者了解到，中国留学生在外不敢发言的另一个重要原因是担心自己的英语不够流利，怕出错，因而不敢张嘴。

孔莉（化名）正在美国罗格斯大学攻读硕士学位，她直言口语一度是她的短板。“我的英语能力强在读写，弱在听说。平时说话虽还算过得去，但在课堂上一紧张就很难组织出完整的句子。”因此，孔莉的建议是，留学海外，虽然生活在英语环境中，但还是需要有意地去学英语。“假如你和朋友在一起玩时，说汉语的时间比英语还多，那英语能力也很难有大的提升。平时多听、多说、多练习是提高英文能力的最快方式。不要怕犯错，不要怕被嘲笑。”不过她强调，语言短板并非中国学生不参与课堂讨论的最主要原因，因为即使有些英语不错的中国留学生，在课堂上也不一定积极发言。

是否参与课堂讨论的背后其实是习惯而非能力。在中国教育传统下，课堂教育方式以单向地传授知识为主，缺乏互动讨论训练的学生自然缺少主动发言的积极性。两种教育体系的过渡也需要时间，不过正如王靓所说，只要慢慢习惯了国外的学习方式，参与课堂讨论并非难事。

留学记

留学毛里求斯：『我不后悔这个选择』

周焙霞

赵小柔今年10月即将从毛里求斯大学毕业。谈到在毛里求斯的留学生活，她毫不犹豫地说：“我不后悔这个选择。”

在毛里求斯留学，赵小柔感受最深的是学校的教学方式。“毛里求斯大学看重对学生思维方式的引导。思维方式可以影响你的行为，也会体现在你的学习态度上，会让你有一个清晰的思路去了解自己需要学什么、学多深。”赵小柔说。

但在毛里求斯留学的第一学期对赵小柔来说“并不轻松”。首先是语言障碍。这是她第一次感受全英文授课，再加上对课程的背景知识不了解以及课堂中出现大量她不懂的专用词汇等，第一学期学得比较吃力，每节课都似懂非懂。尤其是会计学课令赵小柔感触颇深。她有会计学基础，在课堂上跟着老师做题没觉得有难度，回家也能独立完成其他题目。所以她就认为自己的会计学学得不错。然而，在期末考试时，她做错了一道题，但却对为什么会做错不得其解。直到期末考试后，她才揣摩出来，原来课上学的是解题步骤，而其背后的理论基础和知识运用她并没有完全吃透，所以考试的时候才会看着那些熟悉的问题却不知该如何下手。

赵小柔最感兴趣的一门课是市场学。教授这门课的老师是专门为汽车企业做市场策划和分析的市场策略顾问，非常认真负责。因此，他会经常拿汽车行业举例。这和赵小柔工作的背景接近，所以她听课时，感觉市场学比其他课容易得多，但在考试时依旧觉得非常吃力。她反思说：导致考试吃力的原因在于：一方面受限于自己的写作能力和词汇量；另一方面是自己对知识的掌握程度及课外阅读量不够。这两个方面决定了她的答案水平距离研究生还有一定差距，所以成绩没有达到理想的水准。

第一学期结束，赵小柔认真地分析了学习方法上的问题，发现思维模式培养带给她很大的改变。比如学校不是通过成绩排名来激发学生的求知欲，这是她自己内心的转变，来自一种希望展现出更好的自己的动力，希望通过考试来检验自己的知识掌握情况，希望通过完美答案来表达自己的见解。比如做论述题，在掌握理论的基础上结合课外知识，结合自己的经验，表达出自己的观点。再比如计算题，通过完整清晰的逻辑思路来展示自己对于知识的掌握情况。这些对学习的理解都是她的收获。

总有人问赵小柔：“为什么会选择毛里求斯这样一个地方？”她的答案是：“因为这里让我想起小时候的北京。”

对于喜爱旅游的人来说，毛里求斯绝对是一个旅游胜地。在毛里求斯的留学生同样为其自然美所折服，“毛里求斯有看不够的碧海蓝天，东南西北的海岸都美得不像话”。“每年12月，毛里求斯的凤凰花绽放，整个小岛便在一片花海中。湛蓝的天空下，在大片大片绿叶的衬托下，火红的凤凰花一簇簇地绽放，真是美不胜收。”赵小柔还开了一个公众号旅人游迹介绍毛里求斯。

毛里求斯有台风季，刮台风时会有大风大雨，导致岛上的居民在台风天出不了门。虽然听起来好像很糟糕，但正是降雨带来了淡水，岛民都很感恩这些雨水。毛里求斯的淡水几乎没有水碱，一是因为其全部来自洁净而没有污染的雨水；二是因为火山石过滤了水中的杂质。不止小岛的景色令赵小柔着迷，朴实的岛民也让她心里常感温暖，她就曾遇到过乐于分享的朋友，那些细小而温馨的故事都落在了她的记忆中。

赵小柔近照

张悦悦（右）和潘采夫在对谈现场

他乡与故乡——聊聊留学和国际化

梅永馨

“中国留学生群体在海外面临的挑战有哪些？在英国高校获取高分的‘秘诀’是什么……”日前，英国肯特大学副教授张悦悦携新书《小世界：在欧洲做学术的注脚》在三联韬奋书店海淀分店举行读者见面会，与媒体人潘采夫一道，畅聊留学生活与海外学术。

张悦悦认为，故乡与他乡之分，因身份认同而来，不可避免，但我们不必局限于二元对立的思维方式中，他乡、故乡之间不必非此即彼地二者择其一，生活方式也不必然地与国籍或出身地相捆绑。海外生活经历的重要性在于它让我们看到了更多的可能性，并给予我们按自己想要的方式生活的能力，这才是真正的国际化。

留学时如何择校

针对大家关注的“准备留学时，如何择校？”这个问题，张悦悦答道：“不必太看重大学排名。作为学生，择校时应该关注的是学生满意度，有些学校可能排名不靠前，但能与老师接触的时间多，所能从中受益的也多。比如伦敦政治经济学院虽然排名靠前、知名度高，但每年学生满意度的排名却不靠前，因为学生几乎很少能见到教授，很多课都由博士生来上。反而一些年轻的大学，教授很注重和学生在一起探讨。如果想做科研，要看该校该专业的研究实力和业内口碑，在择校的天平上，‘知名度’并非最重要。”

当被问到如何看待英国硕士的1年制时，张悦悦回应说，准备留学的学生可以根据个人需要来选择学制时，若只为拿一个学位，1年制就可以。但若想继续深造，走学术之路，那么就要谨慎考虑，因为1年制下学到的东西相对较少。

中外教育异同

谈到中外教育体系的异同时，张悦悦直言英美也注重考试，而且其重视程度并不亚于中国。但中外高校授课方式并不相同，国外大学授课以自学为主，强调学生的自主思考，相比之下中国更重讲授。张悦悦回忆本科在国内就读，1学期要修11门课，课程任务繁重。后来，她留学于伦敦政治经济学院，虽然1学期只有4门课，但每门课都需要阅读大量书籍文献，非常考验学生的自律性。“在这两种教育体系下成长起来的中英学生答题风格迥异，中国学生按点作答、条理清晰；英国学生答题结构相对散漫，会针对一个点展开阐述。”张悦悦说。

潘采夫则提出英国大学入学低门坎，但毕业难。他同时提到在基础教育上，中国在某些方面较英国更有优势，表现最突出的科目是数学。潘采夫的女儿曾在苏格兰上小学，那里的学制是7年。他的女儿在当地读书，5年级时的数学测试成绩就已达到了7年级的水平。后来回到国内上中学的女儿感到在北京上学比在苏格兰幸福，因为国内紧张的学习氛围能让她收获竞争和超越的满足感，这是重鼓励轻批评，学习氛围轻松的英国所不能带来的。在潘采夫看来，中英教育方式互有优势，应互相参考。

在美国读高中需做三个准备

孙建国

威斯康星国际学院初创之时，我和第一批来的学生近距离接触之后，发现这些小留学生大多英语基础扎实、学习成绩优异，而且也很自立。在这样的情况下，小留学生还需要做哪些准备？

首先是心理准备。美国高中并非大家想象的那样轻松自由。比如，为了申请排名较好的大学，除了需要维持较高的平均学分绩点（GPA）并准备ACT或SAT考试外，还需要修一些大学预科如AP课程。同时还需要腾出时间参加一些课外活动。因此心理压力并不小。

其次是综合能力的培养。美国名校对学生要求非常高。除了要求学生学业优秀，还要求学生具备其它综合能力，比如体育专长等。建议学生每年至少参加一项体育活动和一项学校俱乐部活动。以威斯康星国际学院为例，针对学生的类似需求，成立了“未来精英俱乐部”，目的便是提高小留学生们的综合能力。

最后便是为标准考试（ACT或SAT）做准备。虽然ACT或者SAT成绩在12年级上学期申请大学时才需要，但如果希望取得满意的成绩就需要早早着手准备。对小留学生来说，阅读和理解能力不是靠一两个月的补习就可以提高的。所以，平时就要做好计划，每天坚持阅读和写作。

（作者系威斯康星国际学院院长）

日本千叶大学上海事务所成立

本报电 日前，日本千叶大学上海事务所在上海成立。该校副校长渡边诚教授在揭牌仪式上说， 近年来，千叶大学积极推进与中国高校的交流与合作，并先后与清华大学、复旦大学、上海交通大学、浙江大学、西安交通大学等36所中国院校签订了校际合作协议。希望通过千叶大学上海事务所的努力，促进该校在中国开展的各项交流活动。

据日本国驻上海总领事馆领事高岡智子女士介绍，目前在日本的外国留学生总数已达23.9万人，其中，中国留学生为9.8万多人。

（王 文）