



小魏印象最深的是寄宿家庭为她举办的18岁生日派对



在新西兰怀卡托大学访学的小陈晒出房东准备的晚餐



留学记

迟舒馨

在11年级（相当于国内的高二）时，我从中国来到加拿大温哥华西温中学学习。转眼间，我在这里已度过了近两年的时光。回首留学生活，感受颇多。但最值得纪念的，还是12年级那一年的学习生活。

留学选课要谨慎

在加拿大，中学12年级无疑是最紧张、繁忙的。从9月一开学，我就开始着手准备申请大学：上网查询各个大学的基本信息、确定目标院校、向老师和前辈咨询注意事项、按要求准备材料……每一步都需要自己独立完成。因我想读生物化学专业，因此除了必修的英语、数学和政治以外，生物和化学也成了我的必选课程。从11年级开始，我就需要为申请大学做各种准备。选择课程也需和大学申请的专业保持一致。但在入学前，父母没有相关经验，随便为我选了一些课程。他们认为如果不合适，入学后还可以再调整。但事实证明这个做法并不正确。因为课程选定之后，调整起来非常麻烦，除了和其他课程的时间冲突，还有课时选满、无法更改的情况发生。结果，我在整个11年级都没能上成生物课。

和国内比，加拿大的高中生活“太轻松了”。因为我在国内时就把英语基础打得比较扎实，所以来到温哥华后，不需要上语言辅导课。这样，我就有了很多课余时间去参加各类活动，领略不一样的文化。

但是，新的问题出现了。由于时间安排不合理，我第一学期的成绩并不理想。这给了我当头一棒。从第二学期开始，我调整了自己的学习方法。在12年级，老师课上讲得少，作业更少。但我深知，好成绩一定是汗水换来的，所以更加努力。12年级的成绩有了明显提升。

平衡课外活动和学习

专注学习和参加丰富多彩的课外活动并不冲突。课余时间，我参加多项义工项目，从中学到了很多东西。这些活动经历也有助于我申请大学。长期做义工，能考验一个人的坚持性和坚毅精神，又能检验学生安排时间的能力。很多大学对此都很重视。我在12年级坚持做义工，还保持着良好的学习成绩，这对很多高校来说，具有很大的吸引力。参加这类活动，不仅使我在填写大学申请表时有话可说，更重要的是，帮助我在与人相处方面积累了很多经验，同时也培养了我的责任感。

与此同时，我还加入了学校的合唱团。我不仅学会了初级乐理知识，还获得了额外的学分。参加这些活动和努力学习一样，是我留学生活不可分割的组成部分。

西温中学有各式各样的课余活动。小型活动如睡衣日、最丑圣诞毛衣日等；传统节日如春节晚宴以及复活节彩蛋寻宝大礼活动等。

收到5所大学录取通知书

每年9月，加拿大的大学会开放申请网站，下一年1月到2月关闭申请。我申请了5所大学，去年12月全部提交完成。申请大学是一套系统复杂的工程，我身边的家人和朋友都没有这些经历，没办法给予我实际可行的指导。遇到麻烦时，我只有依靠自己。虽然过程比较复杂艰辛，但结果让我欣慰，目前已收到了全部申请学校的录取通知书。

留学生活既非想象的那么轻松，也没有传言中那么艰难。留学生活给予我的是独特的感受，虽然忙碌，充满挑战，但也很有趣。在留学的这段日子里，我学会了独立，收获了成长，我也期望自己即将到来的大学生生活会更加美好。



迟舒馨近照

感动、欢乐、难过——

海外学子与寄宿家庭的故事

邓刘星

温暖又难忘

小魏（化名）现在美国马萨诸塞大学留学。“我和寄宿家庭之间有太多难忘的故事。”她高兴地说，“记忆最深的是他们为我举办的18岁生日派对。那段时间，我的状态很不好。所以当大家问我想怎么过生日时，我便说‘随便’。但让我惊喜的是，他们为我举办了一个派对。我还收到了特别暖心的礼物——一个玻璃罐子，里面装的是寄宿家庭的成员和他们的朋友写给我的话。当时太感动了。”

让正在澳大利亚读书的王艺菲难忘的是来自寄宿家庭的关怀。她曾经因有事晚归，以致迷路，联系寄宿家庭说明情况后，女主人开车接她回家。说起这件事，她还是非常感动，“后来我无意间说起晚上火车站很黑，放学回家感觉不安全。女主人非常暖心地说，如果我以后感到害怕，可以打电话让他们到火车站来接。”

在英国爱丁堡大学留学的爱玛说，难忘的不仅是与寄宿家庭成员之间的情谊，还有女主人的厨艺。“我很幸运地住到了女主人是华人的寄宿家庭，她特别会做饭，我觉得那是我出国多年、伙食最好的一段时间。”

说起美食，去年到新西兰怀卡托大学访学的小陈也表示：“在寄宿家庭居住期间，女主人教我做披萨和布丁。一起做饭的感觉很有趣。”

难相处有矛盾

不是所有学子都能和自己的寄宿家庭愉快地相处，部分学子也遇到过“奇葩”家庭。“我一共住过4

个寄宿家庭。第一家体验不好，另外3个寄宿家庭的相处还不错。”正在加拿大留学的欧阳说，“第一个寄宿家庭太吵，以至于学习时很难集中精神。两个多月后，我向学校申请更换寄宿家庭。”

目前就读于美国加州大学伯克利分校的周佳怡（化名）在美国读高中时住在寄宿家庭。“高二时，我住在一个寄宿家庭中，但我并不喜欢。”周佳怡说，“当时和房东的女儿共用一个房间，没有独处空间。此外，房东还经常干涉我的事情，包括选课、换课等。他们把我当成他们女儿的玩伴，甚至还认为我能到美国留学是因为他们愿意接纳我到他们家住。”因为这些事情，周佳怡跟房东吵过架。但因为当时刚出国、语言不通，周佳怡时常被骂哭，感觉特别委屈。后来她换了新的寄宿家庭，房东很友善，才算安定下来。

正在瑞典留学的何迅（化名）用“一言难尽”来形容自己不太开心的寄宿家庭经历。“房东规定很多东西不能用，比如洗衣机、烤箱等；也不太尊重我的隐私，在我出门时会进我的房间；更不舒服的是，男女主人经常吵架，而且不分时间和地点。”何迅说，“瑞典的冬天很长，本身就让人觉得压抑。主人还经常吵架，真的很难受。后来我实在忍不了，就搬出去租房住了。”

多沟通多理解

对如何选择寄宿家庭，爱玛认为学子一定要明确自己的需求：“如果想要更好地练习口语，可以选择当地家庭；想要更快融入寄宿家庭，可偏向华人家庭。”

学子还提到，入住前需多方了解寄宿家庭的相关信息。“为了更好地与寄宿家庭相处，要提前了解家庭成员的饮食习惯、宗教信仰等信息。这样既可以避免触犯禁忌，也可以省去不必要的麻烦。”小陈

说。

寄宿家庭与学校之间的距离也应纳入考虑范围。王艺菲的原寄宿家庭离学校远，上课不方便，她只好选择离开相处很好的寄宿家庭。

在笔者采访中，不少学子表示，与寄宿家庭相处，彼此尊重非常重要。周佳怡认为，双方需多沟通。“对于不讲理的家庭，要表达自己的态度。一直忍让，只会让对方更加不讲理。”何迅说。

“学子还需要注意，我们在寄宿家庭的行为，会影响其对未来所接受的中国留学生的态度，所以要注意自己的言行。”在新加坡留学的小钱说。



王艺菲的原寄宿家庭离学校远，上课不方便，她只好选择离开相处很好的寄宿家庭。



图片来源：新浪网

出国后：“我该和爸妈聊点啥？”

丁芳响

出国留学，不仅是学子个人的求学之行，还承载着家庭的希望。但由于时差、距离、观念差异等因素，学子出国后，和爸妈交流的频率低了，内容少了。

距离让交流变难了

近年来，留学生心理健康越来越受到关注。家长们意识到，送孩子出国留学并不意味着完全不管，而是需要时时沟通。丁莉的两个女儿都曾在海外留学，她说：“每一个留学生都会碰见这样或那样的糗事、糟心事，这个成长过程没有人可以替代，需要他们自己慢慢适应。而这期间，家长的支持和陪伴至关重要。”

然而，当家长们尝试和孩子交流时，也许会发现事情好像没那么简单。在国外，学子不得不独立解决一些问题，比如签证、学业、搬家、看病等。虽然“让孩子更独立”是很多家长把孩子送出国前的考量之一，但孩子只报喜不报忧、明明情绪低落却不愿诉说，让家长感到无能为力。

为了让交流及时顺畅，家长们做了

各种努力。“我妈要求我每天向她报到。”丰树琪在韩国成均馆大学影像系读研究生，她对于妈妈的行为表示理解，“她比较担心我的人身安全。但是遇到烦心事，我一般不会跟家长说。”

拓展交流话题

其实，留学海外给学子提供了一个和父母沟通的平台，可以和父母交流新环境中的各种新鲜事，也可以问问父母家里新发生的事情、亲戚朋友的动态等。

在谈及与父母聊什么时，小王提到：“在实验室成功做出成果被教授表扬、假期旅行看到独特的风景、吃大餐犒劳自己等，都可以跟爸妈说。但熬夜赶作业、和室友的小摩擦等自己能解决的问题，就不必让父母知道了，否则只

会给他们徒增烦恼。”

相关留学专家表示，虽然报喜不报忧是为了不让父母担心，但如果真的遇到让自己困扰、不知道如何解决的事，要记住家人永远是你最坚实的依靠。此外，如果所在城市发生自然灾害或危险事件，一定要及时向父母报平安。

聊什么是个技术活

有些学子对于同家长深入交流有抵触：一是觉得家长不理解，二是怕家长劈头盖脸地教育。在温哥华留学的迟舒馨除了平常打电话、通视频，还通过和妈妈一起写日记的方式进行深入交流。母亲郑世华认为，这种交流方式不仅可以了解女儿的生活状况、内心活动，还能锻炼她的语言表达能力。“我希望舒馨经常写，有两个目的：一是远离父母

会有很多不能及时解决的问题和困惑，也许连对父母也不想说，写下来有助于释放压力；二是写作对形成解决问题的思路有帮助。”迟舒馨对于这种“我写一篇、妈妈写一篇”的交流方式非常认可：“很多通过通话和视频无法表达的感情、难以描述的事情通过文字可以很好地表达出来，也可以获得妈妈认真思考后的建议。”

也许有时家长不是想聊什么，只是想看看孩子最近怎么样，及时进行视频通话可以减少家长的担心。“收拾得干干净净，跟家长通个视频吧！”丰树琪说。

每个家庭的父母与孩子的相处方式不同，沟通方式也有差异。比如迟舒馨与妈妈喜欢通过文字来表达心意；而丰树琪在与父母相处时，更倾向通过“面对面”交流。但无论通过怎样的方式沟通，保持联系是最基本的要求。

朴新环球携手AEAS 支招澳大利亚低龄留学

本报电 近日，朴新环球宣布与澳大利亚教育评估服务机构AEAS进行合作，将在北京、上海、成都3个城市开设AEAS澳大利亚留学预备课程。同时，朴新环球还成为AEAS北京地区官方正式唯一合作机构。

据了解，AEAS成立于1985年，主要为准备进入澳大利亚初高中学习的国际学生提供高水平的综合性测试服务。其中，AEAS考试在澳大利亚中学是应用最广、知名度最高的综合语言测试项目，已为全澳超过180所学校所认可。据朴新环球相关负责人介绍，此次朴新环球与AEAS官方合作所引进的AEAS澳大利亚留学预备课程，由AEAS研发，初衷是指导低龄留学生如何从海外成功进入澳大利亚中学学习及生活，从而顺利应对AEAS。

(文 晴)