

# The Optimization for the Adaptability of Chinese Overseas Students' Studying at Russian Education System

Xiao Wang, E. I. Petanova

Faculty of Psychology, St. Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia  
Email: wangxiao@mail.ru, 306946873@qq.com

Received: Apr. 27<sup>th</sup>, 2016; accepted: Jul. 25<sup>th</sup>, 2016; published: Jul. 30<sup>th</sup>, 2016

---

## Abstract

This research aims at the influence about the adaptability what Personality adaptive resources bring to Chinese students under non-national education system. 4 gauges are made with 150 Chinese students including Personality trait diagnosis, Research on the level of mental health, Self concept content and Internal-external control source. 63 subjects among the 150 students are Freshmen of St. Petersburg State University and the rest 97 are Freshmen who study in Chinese universities. It shows that Chinese students in Chinese college are better at the aspects of Mental health degree and Comprehensive personality traits. However, when it comes to the priority of Positive self concept level, the Chinese students at St. Petersburg State University are more excellent. As a result, the result comes up with some fundamental advice to optimize the adaptability of Chinese students' studying in Russian universities.

## Keywords

Social and Cultural Chinese Students Learning at Home and Abroad to Learn to Adapt, Personality Characteristics, Mental Health, Self-Concept, Internal and External Control Sources, Effectiveness of Learning

---

# 中国留学生在俄罗斯教育系统学习的适应性优化

汪 泉, E. I. Petanova

俄罗斯圣彼得堡国立大学, 俄罗斯 圣彼得堡  
Email: wangxiao@mail.ru, 306946873@qq.com

收稿日期: 2016年4月27日; 录用日期: 2016年7月25日; 发布日期: 2016年7月30日

## 摘要

这项研究的目的是针对非本国的教育系统下的中国学生适应资源带来的适应性的影响。150个中国学生完成了包括个性特质诊断, 研究心理健康, 自我概念, 内容和内部控制源的4项研究。150学生中63人是圣彼得堡国立大学的新生, 其余97人是在中国的大学就读的新生。实验表明, 中国学生在中国大学正处于心理健康程度和综合的个性特征等方面更好。然而, 当涉及到的积极的自我概念水平的优先级, 中国学生在圣彼得堡国立大学都更加出色。这样一来, 在结果中提出一些基本的建议, 以优化中国学生留学俄罗斯大学的适应性。

## 关键词

中国学生在国内学习和国外学习的社会文化适应, 人格特征, 心理健康, 自我概念, 内外部的控制源, 学习的有效性

## 1. 引言

目前, 中国学生适应国外大学教育的问题, 是中国博士, 专业心理学家和社会学家研究的最重要的社会心理研究问题之一。所以 Wenli Yuan, Kean University USA 教师, 说明中国人在美国学习的社会和心理适应的特点, 并强调他们在训练和课程以外面临的困难。英语口语和沟通困难是他们的主要问题 (Academic and Cultural Experiences of Chinese Students at an American University: A Qualitative Study. *Intercultural Communication Studies* XX: 1 2011, 141-157)。在之前我们在圣彼得堡(俄罗斯)的中国大学生中完成了大学学习适应障碍的研究, 结果表明, 在大学教育的各个阶段, 中国学生都显著存在着不同的问题。最大的心理困境发生在中国学生学习的第一阶段。因此, 57%在圣彼得堡国立大学一年级的中国学生, 都显示很高程度的精神压力, 低适应性指标, 低心理健康程度和对自己不积极的自我看法(Wang Xiao, 2014, 233-235 c.)。

## 2. 对象和方法

本研究的问题被定义为需要制定一个对于在俄罗斯学习的中国一年级学生的学习支持计划。

这项研究的目的是确定在俄罗斯就读的中国大一学生的适应性人格资源, 并制定一个针对于适应过程的心理支持的建议。

为此, 我们做出了研究, 对中国和俄罗斯的大学学生进行人格特质心理诊断的比较。所有被测试者共计 160 个中国大一学生。其中, 97 个是就读于中国的大学学生, 63 个是就读于圣彼得堡国立大学的学生。所有的心理诊断全部是中文的量表, 并且是在大一的时候进行的实验。

研究方法: 《Big Five》人格测试(Yuan, 2011) (Zhang Jianxin 翻译成中文)用来得出《外向性、宜人性、尽责性、情绪稳定性、开放性》的指标。《Rotter test》(Eliseev, 2003; Xin, 2006)测试(Wang Dengfeng 翻译成中文)是用来得出与人格外向性和内向性有关的倾向。“UPI-University Personality Inventory”(Fan Fumin 翻译成中文)——研究被测试者的心理健康水平。《Self-concept》(Allport, 1936; Deryabin, n.d.; Fan, 2011)测试(Xin Zhonggui 翻译成中文)是用来研究个人自我认知(所研究的自我认知在一定程度上自觉的并具有

相对稳定性)。

### 3. 该研究的组织

实证是针对中国学生对本文上述方面的人格进行研究——问卷由2014年第一学期末的圣彼得堡国立大学大一新生和2015年第一学期末的中国大学在读大一新生(安徽大学),一起完成。

所有的学生都自愿参加调查,并且没有受到其他附加问卷的任何干扰。

### 4. 研究结果

分为两个对比组进行心理诊断的平均值比较。其中第一组是在中国学习的中国大学生,第二组是在俄罗斯学习的中国留学生。下面是四个研究特性的平均值比较。

- 1) 《Big Five》人格测试:  $79.09 \pm 4.81$  и  $66.41 \pm 5.075$  ( $p < 0.01$ )。
- 2) 心理健康水平:  $2.25 \pm 0.78$  и  $1.00 \pm 00.0$  ( $p < 0.01$ )。
- 3) 个人自我认知水平:  $227.76 \pm 10.66$  и  $251.00 \pm 12.54$  ( $p < 0.001$ )。
- 4) 人格外向性和内向性有关的倾向:  $1.54 \pm 0.5$  и  $1.59 \pm 0.5$  (无显著差异)。

### 5. 结果分析

在“大五”中,中国大学生的两个可比较组存在着统计学显著差异( $p < 0.01$ )。针对于18~25岁的这个年龄段,所有大五量表中的五个刻度诊断量表的平均结果对应于人格特质诊断的平均水平(Khromov, 2000)。在俄罗斯大学就读的中国大学生,在五个诊断量表指数之间不存在统计学显著差异。按照惯例,所有五项指标低于对应的平均水平(低于51分)。获取“线图指标”,这给了我们基础假设,在回答问卷的时候受访者存在着心理压力。

在中国学习的同学,五个诊断刻度中有严重程度的指标水平差异。最高的指标是在刻度“尽责性”上,在“情绪稳定性”和“宜人性”上体现比较低的指标。据Higgins et al. (2007)有关资料介绍,尽责性和学习成绩的好坏是息息相关的(Higgins et al., 2007)。所以,为了获得心理检查指标不出现这一趋势,因为这项研究是在的第一个学期结束时的期末考试进行之前完成的。

比较的实验结果,取自适用于中国学生就读于外国大学和中国学生就读于中国大学的学生组,我们从van Egeren (2009)的关于五个因素的每个因素的命题开始,包括在“大五”的诊断构建体,每个因素执行在个人的适应社会环境方面的特定功能。

特别是,外向性负责事件的积极进展;情绪稳定性——是为了避免不良事件的发生;尽责性——有效的调控为了达成目标做出的反应,并避免在实行过程中的障碍;开放性——体现在对各类嘉奖的兴趣;宜人性——形成社会联盟和关系(van Egeren, 2009)。

通过心理诊断数据,我们可以得知。在圣彼得堡国立大学的中国大学生“情绪稳定性”(48.51 ± 1.493)这一指标,要高于在国内读大学的中国大学生(43.91 ± 0.663)。这就意味着,要克服不好的事件所产生的精神压力,在中国就读的中国大学生要比在圣彼得堡国立大学就读的中国大学生要低( $p < 0.01$ )。

在Big five这个试验中的另一个特征——“尽责性”。在圣彼得堡国立大学就读的中国大学生的平均指数是  $48.15 \pm 0.580$ ,而就学于国内大学的中国大学生(主要来自于安徽大学)平均指数是  $53.59 \pm 0.462$  ( $p < 0.01$ )。从我们得到的差异可以看出:在自己国家受教育的中国学生跟不在自己国家受教育的学生相比,在学业中更加负责,表现出极大的、更多的毅力。这存在的困难是,没有把外语当作一门工具充分掌握并达到精通,所以在学习中无法表现出中国学生在中国学习一样的高水平的“尽责性”。

根据“Big five”的另外三个刻度:“外向性”、“开放性”和“宜人性”在可比较的分组中没有显

示出差别。通过它我们得出了基本的结论：在圣彼得堡国立大学的大学环境和学习过程没有激活中国学生追求获得新的体验或好的表现，例如，在自己国家更加倾向于社会文化的交流，这样一来，对于在俄罗斯高等院校学习中国学生们，适应期一般要持续 1~2 年，没有足够的时间以激活人格适应资源，这涉及到社会文化的适应和加强他的学业。

在另一个我们所研究的现象——心理健康的指标，两个对比组还证实了显著的差异。有必要说，在我们以前的研究中发现，从心理健康水平来看，圣彼得堡国立大学适应能力强的中国新生比同年级的同学，心理健康水平明显更高。适应的水平和中国学生的心理健康程度有直接的关系，在圣彼得堡国立大学的攻读的学生已经证实了这一点(Petanova & Wan, 2014; Wang, 2014)。结果表明，留学生在对社会文化适应的过程中，心理健康确实是一种人格资源。我们也可以说，心理健康的特点，适应的状态都将产生积极的内容。然而，要在适应性和心理健康的相互关系中找到矢量的方向还需要使用中国作家 Yan Kun 的心理健康治疗，Yan Kun 的心理健康被定义为“人格的特色，通过该人可以适应、顺应大环境的变化，并保留人格特质，在活动状态中认识和情绪的反应，和保持精神正常调整的能力。在生活实践中，心理健康有助于了解自己，自我控制，通过外部影响做出相应的反应，同时保持人格的心理平衡和和谐(Yan, 2007)。根据引用的定义，我们可以得出结论，心理健康是人格资源，它可以对适应的过程和结果予以影响。

这样一来，我们可以挑出三个重要的人格资源，这些人格资源影响中国学生对俄罗斯高等院校学业的自我适应。在个体行为和情绪反应中不是一个非常高的情绪稳定性的水平；“尽责性”表示，有充足的热忱实现教育活动，同时心理十分健全，在新的生活和学业上保持一个积极向上的精神状态。当学生在上述的心理现象中可以期望没有悲观的生活和教育看法，在总的正面积情绪的背景下，而同时又可以有效地自我控制、适应对待复杂的情况。

相反，学业中表现出“情绪稳定性”以及不高的“尽责性”的水平，问题会出现在心理健康方面，是妨碍有效的适应社会文化和教育，并反映在人格的自我意识里。在中国留学生对比小组中，我们建立了“自我概念”区别的指标：确切地表现出在中国学习的学生“自我”水平，明显地高于留学生。这可以说明在国外求学的中国留学生足够自觉切实地反映或者相适应地实现自我，但在国外读书不完全是个积极正面的方式，同时在国外有可能会在教育的条件下受到很大的阻碍。

因此，一系列人格错综复杂指标的比较，(被我们视为人格的资源适应性)，中国学习的中国学生在四大要素显示出，结果比在海外留学的留学生更为正向。

这些我们要从性别的视角来澄清现象，我们把就读的大学生分为男女两组。性别的差异仅仅存在于中国学生就读于圣彼得堡国立大学，由“大五”实验得到加过，中国男孩和女孩之间的显著性水平的差异( $p < 0.01$ )。结果表明，目前中国出国留学的男性比中国女性，更加的冷静，理智，感情稳定。中国女性出国接受教育，更容易产生焦虑，内疚感。

众所周知，在生活很困难的情况下，应对紧张因素出自大多数成熟并且发达的人格品质，或者由自我概念的核心组成。如果紧张因素的影响是长时间的和精神压力并且不降低，那么人格的特点表现的水平“保证应对”降低。根据我们研究的结果，可以说来自中国一年级的留学生们在民族文化和语言的适应变化情况下人格特性更为消耗，反映了情感和意志的(情绪稳定性和尽责性)和自行思维(自我概念)的人格特质，中国大学一年级的留学生们的这些特性创造了人格适应的资源的功能，产生了精神健康的降低。

## 6. 结论和概括

反映在调查结果进行的丰富性科学研究，说明在比较分析揭示的事实：

- 从学生群体的比较组中“诚信”，“情绪稳定性”，显示出很大程度的区别，以及“自我概念”的

指标;

- 不在国内学习的学生个人适应资源, 最基础的包含了, 诚信, 责任, 自我概念和情绪稳定。

总之, 我们可以说, 这个研究是和在新的社会文化和语言环境的适应过程中减少人格资源有关。中国学生在外求学需要心理支持, 其中的内容在补偿心理资源的人能力可见。

## 7. 这项研究的实践方向

它是用实证结果建立中国学生在俄罗斯大学学习的心理支持计划。这样的项目可以帮助他们在俄罗斯大学就读的适应过程进行优化, 并尽量减少降低个人资源。

通过现象可以提出针对于适应过程心理支持的建议。

一般建议如下文:

对于在俄罗斯的大学就读的中国学生, 制定合适的心理课程, 来让学生对于不自信和高焦虑进行自我调整。以及心理健康的功能要素研究, 有助于克服不在本国学习的适应性困难。

为了保护中国学生的一种积极的自我概念。在学习活动和适应反面, 鼓励激活反应和自我评估的正向变化。

为了提高学习成效, 告知中国学生在学习活动中关于自我组织的基本原则, 提供有关学生时间管理的信息。让学生熟悉认知能力的技术发展。批准创造一个科学的技术文本, 文本包括学生工作在俄罗斯大学的需求。

这个实验在圣彼得堡国立大学学习的中国学生中进行测试。

## 参考文献 (References)

- Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1936). Trait-Names: A Psycho-Lexical Study. *Psychological Monographs*, 47, 211. <http://dx.doi.org/10.1037/h0093360>
- Deryabin, A. A. (n.d.). *Self-Concept and the Theory of Cognitive Dissonance: A Review of Foreign Literature*. Novosibirsk State University.
- Eliseev, O. P. (2003). Workshop on the Psychology of Personality—SPb. 413-417.
- Fan, F. M. (2011). Academic Self-Concepts Influencing Factors.
- Higgins, D. M., Peterson, J. B., Pihl, R. O., & Lee, A. G. M. (2007). Prefrontal Cognitive Ability, Intelligence, Big Five Personality, and the Prediction of Advanced Academic and Workplace Performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 298-319. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.93.2.298>
- Khromov, A. B. (2000) *Five-Factor Personality Questionnaire: Study Guide* (23 p). Kurgan: MGU.
- Petanova, E., & Wan, C. (2014). Psychological Health of Students as a Factor of Adaptation to Studying Abroad. <Scientific Time >236 c. № 13.
- van Egeren, L. F. (2009) A Cybernetic Model of Global Personality Traits. *Personality and Social Psychology Review*, 13, 92-108. <http://dx.doi.org/10.1177/1088868309334860>
- Wang, X. (2014). Anan'evskij reading 2014. Psychological support of professional activity. 233-234 c.
- Xin, Z. G. (2006). Measurement of Internal and External Control Source. 210-216.
- Yan, K. (2007). Mental Health Treatment.
- Yuan, W. L. (2011). Academic and Cultural Experiences of Chinese Students at an American University: A Qualitative Study. *Intercultural Communication Studies*, XX, 141-157.