

近十年来来华留学生心理健康研究综述

——基于VOSviewer的可视化分析

蔡增楠, 饶春

昆明理工大学国际学院, 云南 昆明

收稿日期: 2023年6月21日; 录用日期: 2023年7月21日; 发布日期: 2023年7月31日

摘要

本文通过VOSviewer软件对十年来来华留学生心理健康研究文献进行知识图谱可视化分析, 从论文发表趋势、发文作者及其合作关系、关键词共现网络、研究主题四个方面对十年来的“来华留学生心理健康”研究进行了系统梳理, 探讨这十年来研究的现状和热点, 分析目前研究存在的不足。研究表明, “来华留学生跨文化适应”是这一阶段的研究热点, “来华留学生心理健康”只是作为整个跨文化适应的一部分内容得到考察。其中关于来华留学生的心理健康教育工作机制的探索在三大主题中最为薄弱。从发展趋势看, “来华留学生心理健康状况调查”和“高校来华留学生心理健康教育工作机制的探索”这两个主题是未来研究的热点。

关键词

来华留学生, 跨文化适应, 心理健康

A Review of Studies on Mental Health of International Students in Recent Ten Years

—The Visual Analysis Based on VOSviewer

Zengnan Cai, Chun Rao

School of International Education, Kunming University of Science and Technology, Kunming Yunnan

Received: Jun. 21st, 2023; accepted: Jul. 21st, 2023; published: Jul. 31st, 2023

Abstract

By using VOSviewer software, this paper makes a knowledge graph visualization analysis of the international students' mental health research literature in the past ten years, systematically combs the "international students' mental health" research in the past ten years from four aspects:

the publication trend, the authors and their cooperative relationship, the keyword co-occurrence network, and the research topic, and discusses the current situation and hot spots of the research in the past ten years. And analyze the shortcomings of the current research. The results show that “international students’ cross-cultural adaptation” is a research focus in this stage, while “international students’ mental health” is only a part of the whole cross-cultural adaptation. Among them, the exploration of the working mechanism of mental health education for international students is the weakest among the three themes. According to the development trend, the two topics of “investigation on the mental health status of international students in China” and “Exploration on the working mechanism of mental health education for international students in colleges and universities” are the hot topics of future research.

Keywords

International Students in China, Cross-Cultural Adaptation, Mental Health

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

2000 年以后, 我国的来华留学教育事业迅速发展, 越来越多的国际学生来华留学。从 2000 年开始, 我国的来华留学生人数从整体上看就处于不断上升的趋势。截至 2018 年, 我国来华留学生总数超过 49 万, 共来自 196 个国家和地区。目前, 我国已成为亚洲最大的留学目的国[1]。随着来华留学生规模的扩大, 来华留学生的心理问题也愈发受到关注[2]。

来华留学教育是我国对外开放的重要内容, 也是我国高等教育逐渐国际化的重要途径, 对于树立中国良好的国际形象、加强人文交流、引进优秀人才具有深远意义[3]。因此, 国家高度重视来华留学教育的管理和教学问题, 出台了一系列文件保障留学生培养的质量。例如, 2017 年制定的《学校招收和培养国际学生管理办法》; 2018 年发布的《来华留学生高等教育质量规范(试行)》等文件。但是近年来来华留学生开始出现心理健康问题, 这对来华留学生的教育管理提出了新的挑战[4]。因此, 有学者围绕心理健康问题对来华留学生进行研究, 调查来华留学生的心理健康状况并为高校的心理健康教育及其工作机制提出建议。

基于此, 笔者借助 VOSviewer 软件对“来华留学生心理健康”的研究进行了系统梳理, 为后续研究者提供参考。

2. 研究设计

2.1. 数据来源

笔者在知网上以“来华留学生” AND “心理”作为关键词进行检索, 检索的时间范围为 2013 年 1 月 1 日至 2023 年 1 月 1 日, 共检索出中文文献 638 篇, 而后又依次以“来华留学生” AND “心理健康”、“来华留学生” AND “心理问题”、“来华留学生” AND “心理适应”等作为关键词在结果中检索, 以论文题目、关键词或摘要中出现“心理健康”“心理适应”“心理问题”等词为筛选标准, 意图选出与“来华留学生心理健康”相关的文献。为确保文献无遗漏, 笔者又在 638 篇文献中进行人工筛选, 去除重复以及一些与“心理健康”这一主题无关的文献, 最后共获得相关文献 259 篇, 包括 149 篇期刊(其中

北大核心、CSSCI 等核心期刊 14 篇)、107 篇学位论文(其中博士论文 1 篇)及 3 篇其他文献。笔者将这些文献以 RefWorks 格式导出后, 便导入至 VOSviewer 软件中对文献进行可视化分析。

2.2. 研究方法

知识图谱可视化分析, 是一种通过可视化技术手段描述知识资源及其载体间的相互联系并将其展示出来的方法, 也是学者撰写研究综述的一种常用方式, 而 VOSviewer 便是其中一种可视化文献分析工具。VOSviewer, 由荷兰莱顿大学开发的一款知识图谱分析工具, 在论文的写作中使用相当广泛, 可用于对作者及其合作关系、关键词共现网络等各方面的分析。该软件通过可视化的知识图谱, 可以直观形象地将某一研究领域的整体情况展现出来。因此, 笔者通过 VOSviewer 软件对知网上导出的文献进行知识图谱可视化分析, 并用 Excel 软件将各项分析结果制成图表, 从而对十年来的“来华留学生心理健康”研究进行系统的梳理, 探讨这十年来研究的现状和热点, 分析目前研究存在的不足。

3. 结果分析

3.1. 论文发表趋势

如图 1 所示, 从 2013 年到 2015 年, 文献发表数量虽然先升后降, 但 2015 年的文献发表数量较 2013 年仍有小幅的提高, 且每年的文献发表数量都至少为 10 篇, 这说明有关“来华留学生心理健康”的研究在这一时期就受到了部分关注; 从 2015 年我国政府发布文件, 并提出向“一带一路”沿线国家的学生提供奖学金, 以此吸引更多的外国学生来华留学后[5], 我国的来华留学教育事业得到了进一步发展。国家的重视使得学者对“来华留学生心理健康”的研究给予了更多的关注, 这一点从自 2015 年开始每年发表的论文数量逐年增加就可以看出, 只有 2022 年论文发表数量出现了较大下滑。但从整体上看, 这十年间, 该领域的文献发表数量还是处于上升趋势的, 较过去相比也有较大的提升, 这说明国内学者对有关“来华留学生心理健康”研究的关注逐渐加深。

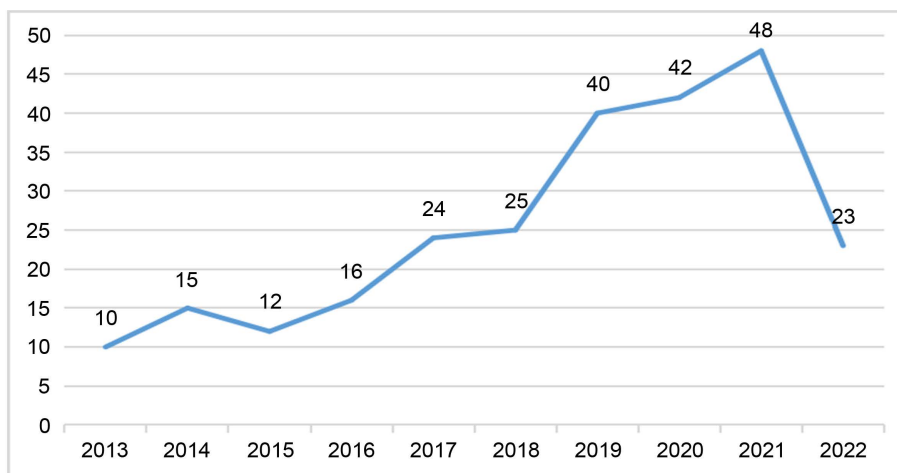


Figure 1. Chart of publication trends

图 1. 论文发表趋势图

3.2. 发文作者及其合作关系分析

高频作者及作者之间的合作关系代表着某一研究领域的重要力量, 对该领域研究的发展起推动作用。经笔者统计, 在 259 篇相关文献中, 超过 70% 的文献是由两名及两名以上的作者合作完成的。也就是说,

在“来华留学生心理健康”研究领域,大部分作者都建立了合作关系,形成了诸多小规模以某一作者为核心的合作群体。将目光放在“高频作者”上,通过 VOSviewer 软件的作者知识图谱(见图 2、图 3)和两个表格,我们可以直观地了解到这一研究领域高频作者的合作关系情况。

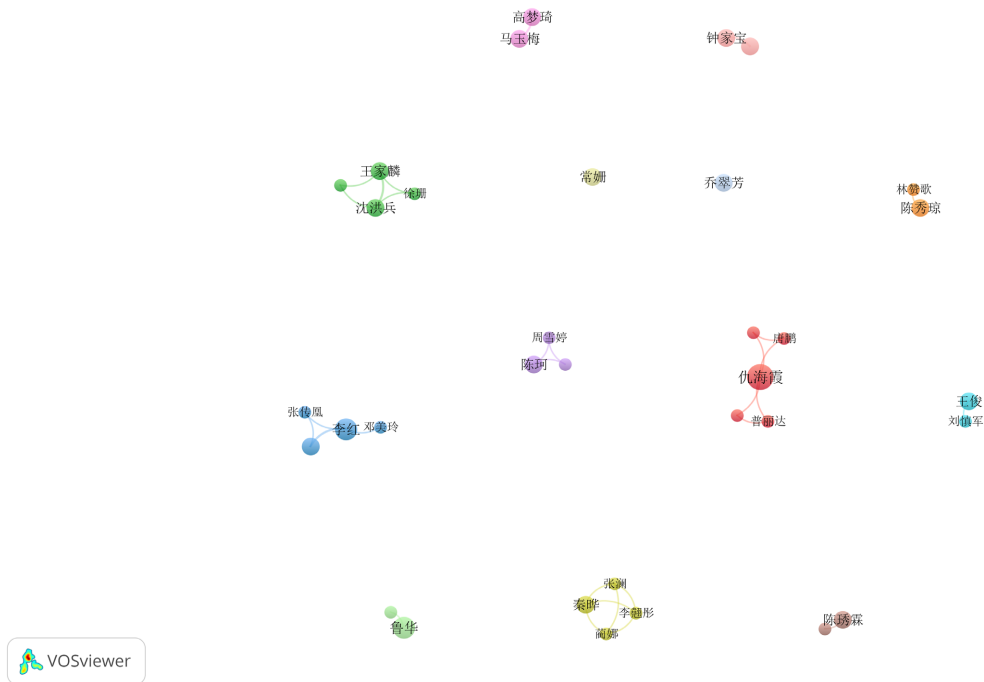


Figure 2. Chart of productive authors and their cooperative relationships
图 2. 高产作者及其合作关系图

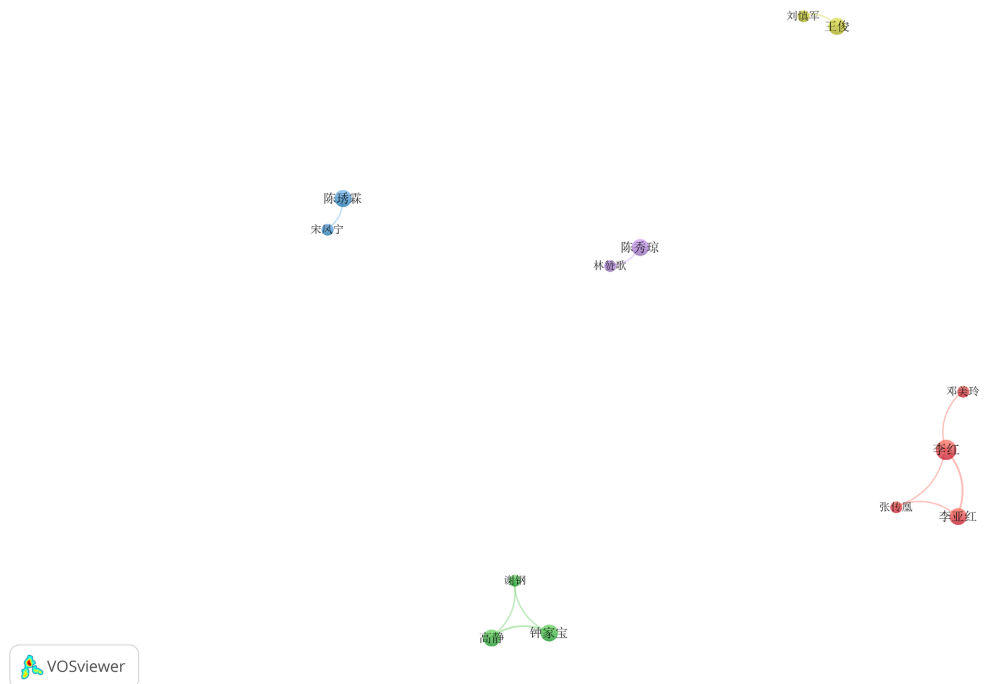


Figure 3. Chart of high frequency authors and their cooperative relationships
图 3. 高频作者及其合作关系图

VOSviewer 软件显示文献总作者数为 386 名, 笔者以发表两篇文献为最低值, 在知网上筛选出 17 位高产作者(见表 1), 其中有 3 名作者发表的数量达到三篇及以上, 而后笔者又以发表的文献中至少有一篇是核心期刊为最低值, 筛选出 7 位高频作者(见表 2), 表明在该研究领域有一定的影响力。

Table 1. Prolific authors and their cooperative relationships

表 1. 高产作者及其合作关系

序号	作者	文章数	合作次数	历次合作对象
1	仇海霞	4	2	普丽达、王兆阳; 唐鹏、袁金秋
2	李红	3	3	李亚红; 李亚红、张传凰; 邓美玲
3	鲁华	3	1	马龙
4	乔翠芳	2	0	无
5	常姗	2	0	无
6	李亚红	2	2	李红; 李红、张传凰
7	沈洪兵	2	2	王家麟、郑爱民; 王家麟、徐珊
8	王俊	2	1	刘慎军
9	王家麟	2	2	沈洪兵、郑爱民; 沈洪兵、徐珊
10	秦晔	2	1	张澜、蔺娜、李翹彤
11	钟家宝	2	2	高静; 高静、谢钢
12	陈琇霖	2	1	宋凤年
13	陈秀琼	2	1	林赞歌
14	马玉梅	2	2	高梦琦
15	高梦琦	2	2	马玉梅
16	高静	2	2	钟家宝; 钟家宝、谢钢
17	陈珂	2	1	周雪婷、尹孟杰

Table 2. High frequency authors and their cooperative relationships

表 2. 高频作者及其合作关系

序号	作者	文章数	合作次数	历次合作对象
1	李红	3 (2 篇核心期刊)	3	李亚红; 李亚红、张传凰; 邓美玲
2	李亚红	2 (2 篇核心期刊)	2	李红; 李红、张传凰
3	钟家宝	2 (2 篇核心期刊)	2	高静; 高静、谢钢
4	高静	2 (2 篇核心期刊)	2	钟家宝; 钟家宝、谢钢
5	陈琇霖	2 (1 篇核心期刊)	1	宋凤年
6	陈秀琼	2 (1 篇核心期刊)	1	林赞歌
7	王俊	2 (1 篇核心期刊)	1	刘慎军

图 2 和图 3 中圆点代表作者, 圆点大小与发文数成正相关, 并根据发文数量形成四个等级, 连线表示作者之间存在合作关系。综合以上图表可知, 大部分作者确如上文所说的那样建立了合作关系, 但高频作者之间形成的合作群体却比较少, 目前只有两个, 分别是: 以中南民族大学的李红、李亚红为核心的第一群体; 以江苏大学的钟家宝为核心的第二群体。但经笔者统计, 无论是高频作者还是其他非高频作者, 绝大部分论文作者间的合作仅限于同一学校或同一所属单位的同事, 鲜少有跨学校、跨单位之间的合作, 目前也并未出现大规模的合作群体, 这在一定程度上阻碍了该领域研究的继续推进。

3.3. 高被引文献分析

一般情况下, 高被引文献意味着该文献在这一研究领域得到了较高的认可, 在某种程度上也是文献在该研究领域中具有较高影响力的表现, 体现了文献的质量。笔者在知网上筛选出的和“来华留学生心理健康”有关的高被引 TOP10 文献, 在一定程度上反映出了这十年来该领域研究的热点。

Table 3. TOP10 literatures with high citation rate

表 3. 高被引文献 TOP10

序号	篇名	作者	文献类型	发表时间
1	在渝泰国留学生跨文化适应调查研究	全修忠	硕士论文	2013
2	来华留学生跨文化适应研究	陈琇霖	硕士论文	2014
3	高校来华留学生心理健康问题的预防与危机干预机制研究	高炳亮	核心期刊	2018
4	在沪高校留学生跨文化适应现状及对策研究	陆钦栋	硕士论文	2013
5	高校来华留学生跨文化适应问题研究	秦晔	硕士论文	2017
6	跨文化背景下来华留学生心理抑郁问题研究——以南京晓庄学院为例	吕萍	硕士论文	2013
7	来华塔吉克斯坦留学生跨文化适应问题研究	李雅	核心期刊	2017
8	中亚来华留学生跨文化适应研究	王记华	硕士论文	2016
9	来华留学生网络社会支持与跨文化适应研究	王坚	硕士论文	2015
10	在京马来西亚留学生跨文化适应研究——以北京外国语大学马来西亚汉语师资培训项目留学生为例	张杰	硕士论文	2015

从表 3 来看, 这 TOP10 文献中被引量最低的为 24, 下载量最低的也超过了 800, 在 259 篇相关文献中下载量位居前 10%, 并未出现高下载、低引用的情况, 一定程度上说明这些文献的质量是得到了认可的。但这十篇文献中只有两篇为核心期刊, 其余皆为硕士论文, 说明该领域的研究不存在特别高的门槛。

同时, 笔者也注意到, 多数学者围绕跨文化适应的问题展开了研究, 有学者以特定群体的来华留学生为对象分析跨文化适应的状况, 如李雅以新疆的塔吉克斯坦留学生为对象, 从性别、留学类型、婚姻状况三个层面探讨塔吉克斯坦留学生的身心健康状况, 分析其身心健康和文化生活两方面不适应的原因, 并基于心理健康角度, 提出了开设心理辅导课程、对有问题学生进行心理危机干预等建议[6]。还有学者研究网络社会支持在跨文化适应中的作用。如王坚认为网络社会支持能帮助来华留学生减轻跨文化造成的负面情绪, 为其提供情感支持, 其中, 获得情感支持在促进留学生心理适应上帮助最大[7]。通过梳理发现, 在这些文献中, 完全围绕心理健康展开研究的比较少, 大部分文献是基于跨文化适应的视角对来

华留学生的心理健康展开讨论的。由此可见，“来华留学生跨文化适应”是该时期研究的热点，而完全围绕心理健康展开的研究仅仅是其中一个部分。

3.4. 关键词共现网络分析

关键词出现的频次表示相关研究成果的集中程度以及数量的多寡，通过关键词的共现网络，我们能够清楚地了解到这一阶段该领域研究的热点。对 259 篇文献统计分析后，获得关键词 939 个，以每个关键词出现 3 次为最低值，共获得 40 个高频关键词。笔者通过 VOSviewer 软件得到了关键词共现知识图谱(见图 4)。图中的圆点代表关键词，圆点越大，关键词出现的频次越高；圆点间的连线代表涉及的关键词在同一文献中出现，连线的粗细则与涉及的关键词在同一篇文章中出现的频次高低成正相关。

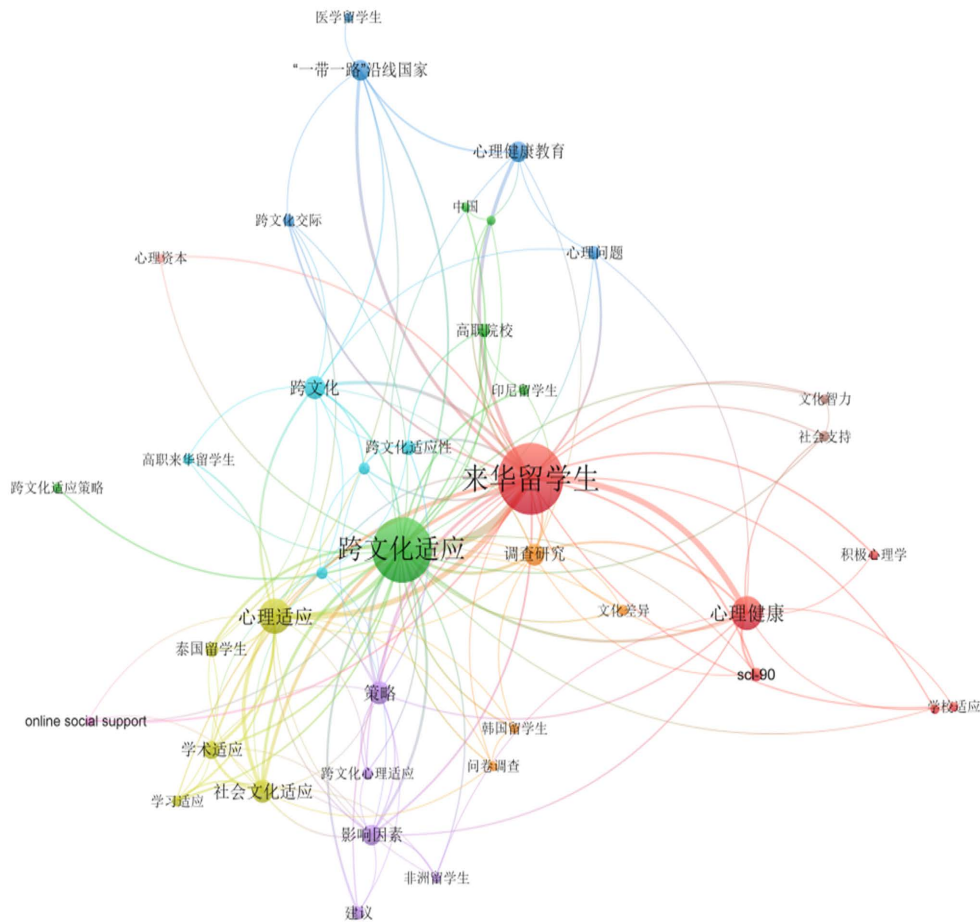


Figure 4. Keyword co-occurrence network

图 4. 关键词共现网络

如图 4 所示，“来华留学生”“跨文化适应”两个关键词出现的频次最高，其次便是“心理健康”“心理适应”。而“心理健康”“心理适应”与“跨文化适应”之间存在连线，说明部分以“跨文化适应”为主题的研究也考察了留学生心理健康的内容。此外，“社会文化适应”“学术适应”“影响因素”“心理健康教育”等圆点也相对较大，是该时期“跨文化适应”研究的重要组成部分。国家对来华留学教育事业的大力扶持，引发了学者对来华留学生跨文化适应的关注，在这一阶段，来华留学生的心理健康更多的是作为跨文化适应研究的一部分得到呈现。

4. 研究主题分析

如图 5 所示,“来华留学生心理健康”研究主要分为三个主题:基于跨文化适应视角进行的心理健康研究;来华留学生心理健康状况的调查;高校来华留学生心理健康教育工作机制的探索。其中,代表“跨文化适应”的圆点最大,代表“心理健康教育”的圆点最小,研究的热点一目了然,笔者不再赘言。

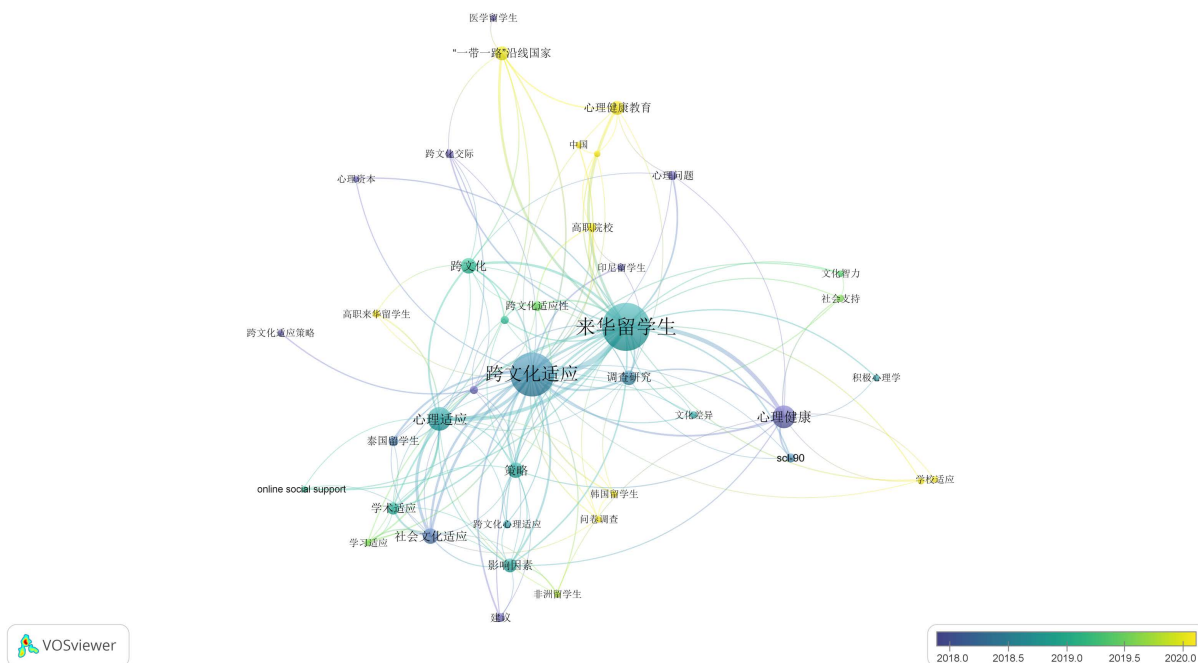


Figure 5. Research theme
图 5. 研究主题

4.1. 基于跨文化适应视角进行的心理健康研究

跨文化适应指的是对一个新文化环境的适应过程,包括对心理、社会文化、学术等诸多方面的适应。其中,心理健康就包含在心理适应内,因此,在研究来华留学生的跨文化适应问题时,心理健康就是非常重要的一个方面。但笔者在梳理有关跨文化适应的文献时,发现有部分研究并不讨论心理适应,而是另外考察来华留学生的跨文化社会生活、文化等其他层面的适应情况,与心理健康关系不大,因而没有将这部分文献计算在内。

有学者对来华留学生跨文化适应的现状展开了调查,如高梦琦、杨建慧等学者发现:由于文化差异和语言障碍,来华留学生极不适应中国的饮食习惯,在课程的学习上也存在一定的困难[8][9]。而留学生的日常生活也因此受到了极大的影响[10][11]。袁丽娟对此分析道,文化的差异使得他们难以融入中国的生活,而语言的障碍又加重了这一情况[10]。因此,很多来华留学生都会因为文化冲突、语言不通等因素出现心理问题,产生孤独、无助等诸多负面情绪,严重的还会患上心理疾病,导致情况愈发恶劣,形成恶性循环[12][13]。

梁颖萍等学者在研究中发现国籍、性别、自身汉语水平、留学动机、对中国的了解程度等留学生个体因素会影响来华留学生的跨文化适应状况[14]。李雅的研究则表明饮食习惯、日常生活习惯、文化风俗等因素的差异以及社会支持的获取也会影响来华留学生的身心健康[6]。研究显示,影响来华留学生跨文化适应的因素主要分为个体内在因素和客观环境因素,前者包括来华目的和期望、文化价值观、语言能力等,后者则包含社会环境的差异、社会支持等[15]。

为了帮助留学生尽快融入新环境, 很多学者提出了应对的建议。这些建议主要集中在加强高校来华留学生教育教学和管理工作、健全高校来华留学生心理健康教育工作机制两方面。前者主要包括: 对来华留学生进行汉语培训[10] [12] [14]; 创新教学方式方法, 根据留学生的发展需求调整课程设置[16] [17]; 推进留学生趋同化管理[14] [15]; 丰富校园文化生活[10] [13]等等。

后者从学校管理者和教师的角度出发, 主张通过完善高校的心理健康教育来达到提升留学生心理适应能力的目的。至于如何完善高校的心理健康教育工作机制, 笔者在这里不做详述, 会在“高校来华留学生心理健康教育工作机制的探索”这一部分展开讨论。

综合来看, 笔者发现多数跨文化适应的研究以特定国家的来华留学生为对象, 但不同的来华留学生群体在国别、文化背景、国家经济发展水平等诸多方面就存在不同, 例如, 对于存在饮食禁忌的留学生来说, “饮食”就会影响他们的跨文化适应状况, 反之则不然。因此, 研究者在探讨来华留学生跨文化适应的影响因素时便出现了差异。而且研究者多从社会生活和文化适应的维度探讨影响跨文化适应的因素, 一定程度上忽视了心理适应维度的因素, 研究结果并不与心理健康十分相关。此外, 不少论文所用的问卷是研究者自行设计的, 其专业性、效力有待商榷, 研究的结果也自然缺乏足够的说服力。

4.2. 来华留学生心理健康状况的调查分析

与国内大学生相比, 来华留学生因身处异国更容易出现焦虑、抑郁等心理问题[2]。有研究显示, 浙江大学来华留学生的社交焦虑要远远高于中国学生[18]。南京市高校的来华留学生也存在着因思乡而引起的孤独、无助等负面情绪[19]。以上情况说明, 来华留学生的心理健康状况不容乐观, 应得到密切关注。因此, 有学者对留学生的心理健康现状展开了调查, 如王俊通过 SCL-90 调查了来华医学留学生的心理健康状况, 发现他们在强迫症状、人际关系敏感等方面容易出现心理健康问题[20]。

另有部分学者在此基础上更进一步, 深入研究了影响来华留学生心理健康的因素及其作用机制。李红、李亚红在研究中发现, 具有完美主义倾向的留学生由于自我要求高, 更容易出现抑郁等心理问题; 而社会联结程度高的来华留学生则更容易适应新环境, 心理健康状况也更好[21]。李亚红、张传凰等则试图找出影响来华留学生心理健康的压力源, 发现社会联结、生活环境、学业和职业发展、家庭问题是影响心理健康的主要因素[22]。此外, 还有极少部分学者关注到了新冠疫情期间来华留学生的心理状况, 探讨了社会支持、情绪调节策略和心理健康三者间的相互关系。其研究发现, 社会支持能够直接或间接地通过情绪调节策略改善新冠疫情期间来华留学生的心理健康状况[23]。

对此, 有学者从增强社会联结的角度提出了针对性的建议, 如积极融入新的社会文化环境, 建立新社会关系[24], 而李亚红、张传凰等人的建议也与此类似, 认为要给予留学生社会支持, 增进留学生与当地社会环境的联结[22]。而丰富校园文化生活则能够帮助他们更好地融入新环境[7]。更多学者则从完善高校的来华留学生心理健康教育的角度出发, 对此, 笔者将在下一部分详细展开。

4.3. 高校来华留学生心理健康教育工作机制的探索

笔者在前两部分发现, 不管是跨文化适应的研究还是来华留学生心理健康状况的调查, 都会有学者对如何完善高校来华留学生的心理健康教育工作机制提出建议。因此, 在这一部分, 笔者将会对研究者是如何建议完善高校的心理健康教育工作机制进行详述。

如前所述, 来华留学生的心理健康问题要比中国学生更为严重。因此, 完善来华留学生的心理健康教育工作机制便成为解决来华留学生心理问题的最重要途径。然而, 目前国内很多高校的心理健康教育工作机制还存在许多问题, 有待进一步完善[25] [26]。

鉴于此, 许多学者对来华留学生的心理健康教育工作机制进行了探索。首先, 高校要成立专门的心理服务部门, 引进专业的心理学人才, 建设完善的高校心理健康教育队伍[16] [17]; 其次, 要定期组织来

华留学生的心理普查工作, 及时掌握他们的心理状态[20] [27], 进而建立心理状况动态档案[2] [25]; 第三, 要给来华留学生提供贴心的服务, 提供全面的学习和生活指导[28]; 第四, 要提高留学生辅导员的心理工作能力, 使其掌握心理健康的相关知识, 具备及时发现并解决留学生心理问题的能力[25] [29], 还可以组建专门的留学生管理团队[30]。第五, 教师只有与留学生增强沟通, 才能及时发现留学生的心理问题[9]。而在疏导他们的心理问题时, 教师更要注意他们的心理特征和文化背景, 针对性地进行心理干预[25] [29]; 第六, 开设心理健康教育课程[6] [13] [29]。第七, 向留学生普及心理健康知识[31]。也有学者强调朋辈支持的作用, 提议组建朋辈社团, 促进来华留学生互帮互助等[2]。

总的来说, “来华留学生心理健康”研究的三个主题是相互联系的。部分跨文化适应的研究包含了心理健康, 有些学者研究跨文化心理适应时不仅采用专业的心理健康测评量表, 还基于心理健康的角度提出建议。其次, 很多学者在调查留学生心理健康状况的同时, 也会探讨如何完善高校的心理健康教育工作机制。但三者也存在不同。在研究主题上, 心理健康是跨文化适应研究的一部分, 而后两者则围绕心理健康展开。在研究方向上, 第二个和第三个主题研究的侧重点不同, 前者主要调查来华留学生的心理健康状况并分析其影响因素, 后者则探索如何完善高校的心理健康教育工作机制。

5. 研究的不足与展望

5.1. 研究的不足

5.1.1. 来华留学生心理健康的研究缺乏广度

目前国内大部分有关“来华留学生心理健康”的研究是围绕跨文化适应展开的, 单独对心理健康的研究还非常缺少有影响力的文献。也就是说学者们还很少将目光聚焦于心理健康, 来华留学生的心理健康往往只是跨文化适应研究的一部分。因此, 学者们提出的很多建议也往往是为了解决来华留学生在跨文化适应中出现的学习、生活、个人心理等诸多层面的问题, 并非单独针对心理健康的。在这种情况下, 很多促进学习、生活适应的建议并不能很好地解决来华留学生的心理问题。同样需要指出的是, 目前关于来华留学生的心理健康教育工作机制的探索在三大主题中最为薄弱, 这显然与当前来华留学生心理健康问题日益突出的形势相悖。

5.1.2. 来华留学生心理健康的归因研究有待加强

来华留学生的心理健康问题必定是在主客观的诸多因素影响下导致的, 这时候学者便要在调查来华留学生心理健康状况的基础上, 还要清楚其出现心理问题的原因, 并进行深入的探讨和分析。以此为前提, 高校才能有的放矢地解决来华留学生的心理健康问题。但国内部分研究却忽视了造成来华留学生心理健康问题的原因, 而将重点放在了来华留学生心理健康现状的调查和对策分析上。其次对跨文化适应影响因素的研究是否适用于心理健康还有待商榷, 这样的研究成果我们不能照搬到心理健康的归因研究上。

5.1.3. 对高校来华留学生心理健康教育工作机制的探索角度单一

目前对高校来华留学生心理健康教育工作机制展开探索的学者基本上是从来华留学生心理健康状况的调查结果出发, 基于留学生存在的心理健康问题对高校心理健康教育工作机制提出建议, 但这样的研究没有考虑到高校心理健康教育的实际情况, 高校的心理健教育工作究竟存在怎样的问题和漏洞也鲜有学者展开调研。如果研究者仅仅从留学生的层面思考高校的心理健教育工作, 而不结合高校心理健教育的实际情况的话, 那研究所得出的结论就会存在一定的局限, 提出的对策也会因不切实际而浮于表面。

5.1.4. 研究对象的取样问题限制了研究成果的推广

部分心理健康研究以某一国家的来华留学生为对象, 研究的结论也只限于该群体的留学生, 针对性较强, 但这样的研究成果在某种程度上说就缺乏了普遍适用性。更重要的是, 还有部分研究仅仅以某一

所高校的来华留学生为对象展开研究, 取样的受限必然会对研究的可靠性产生影响, 也不能够代表整个来华留学生群体。因此, 以特定群体为对象的研究成果不能直接套用在其他群体或者全体来华留学生上, 只能更多地起到参考作用。

5.2. 展望

5.2.1. 国家要为高校心理健康教育工作的开展提供政策方针上的指导

来华留学生日益突出的心理健康问题阻碍了来华留学教育质量的继续提高, 倒逼着国家和高校重视起来华留学生的心理健康问题。大力支持国家出台关于来华留学生心理健康教育的正式文件, “预防为先, 防治结合”, 为高校开展来华留学生的心理健康教育提供方向性指导, 让高校的心理健康教育能够有章可循。

5.2.2. 高校要建立健全适合来华留学生的心理健康教育工作机制

目前, 国内针对中国大学生的心理健康教育工作机制已十分成熟, 高校可以适当吸取前者的经验, 分析留学生和中国学生在学习和生活中所面临的共性问题, 并注意结合来华留学生特殊的心理文化背景, 积极探索适合来华留学生心理健康教育工作的制度和方式方法, 为来华留学生的心理健康保驾护航。

5.2.3. 研究者要加强来华留学生心理健康的归因研究

在国家高度重视来华留学教育质量的背景下, 加强对来华留学生的心理健康研究是必须且必要的。充分掌握来华留学生的心理健康问题, 加强来华留学生心理健康归因研究的系统性, 在原因分析时注意将主体与客体环境的因素相区分, 为高校改善来华留学生的心理健康状况提供数据支持, 做到有的放矢。

5.2.4. 研究者及高校要仔细研究并筛选心理咨询理论和方法

学者在研究来华留学生的心理健康时可以适当加强对心理学理论的运用, 从专业的理论出发深度剖析来华留学生的心理健康问题; 还可以对不同国家和地区的来华留学生适用于何种心理咨询理论进行研究, 因为不同的来华留学生群体所认同的心理咨询理论和方法也有所不同[32], 这就需要高校在为不同的来华留学生群体提供心理咨询时有所选择。因此, 学者可以加强这一方面的研究, 使得高校对来华留学生的心理健康教育能够有据可依。

6. 结论

从论文发表趋势看, 目前“来华留学生心理健康”研究可以暂时划分为发展起步阶段(2013~2015年)和高速发展阶段(2016~2022), 文献发表数量逐年递增, 但高质量的期刊文献尤其是核心期刊比较缺乏, 文献研究出现“大而不强”的现象。

从高频发文作者及其合作关系看, 目前该领域的高频作者较少, 高频作者之间的合作也不够紧密, 只形成了两个小规模的合作群体。

从高被引文献、关键词与研究主题看, 该领域的研究含三大主题: 基于跨文化适应视角进行的心理健康研究、心理健康状况调查、高校心理健康教育工作机制的探索。其中, “来华留学生跨文化适应”是这一时期的研究热点, “心理健康状况调查”和“高校心理健康教育工作机制的探索”这两个主题还未得到充分的研究, 仍有较大的可拓展空间。

从研究的不足看, 目前该领域的研究还存在四点不足: 第一, 研究的广度不够, 多数对心理健康的研究还局限在跨文化适应的视角之内; 第二, 来华留学生心理健康的归因研究有待加强; 第三, 对高校心理健康教育工作机制的探索角度单一; 第四, 研究对象的取样问题限制了研究成果的推广。

但随着来华留学教育事业的不断发展, 为了保证来华留学教育的质量, 国家一定会愈发重视来华留

学生的心理健康问题, 届时, “来华留学生的心理健康状况调查”和“高校来华留学生心理健康教育工作机制的探索”一定会成为未来研究的热点。

致 谢

本章节为作者提供“致谢”的示例。值此论文即将完成之际, 我首先要感谢我的指导老师饶春, 他从论文选题、开题报告、到正文撰写都给了我非常多的帮助。同时我也要感谢在完成论文过程中给予我帮助的同学和朋友, 在此, 我要向他们表示深深的谢意。

基金项目

2021年云南省教育厅科学研究基金项目“新时代第二学士学位学生专业认同调查及影响因素研究”(课题编号: 2022J0077)。

昆明理工大学第十八届“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛培育项目暨2022年学生课外学术科技创新基金项目“疫情期间在校留学生心理健康情况调查及影响因素分析——以云南高校为例”(课题编号: 2022SK066)。

参考文献

- [1] 数说教育[J]. 四川教育, 2019(Z3): 6.
- [2] 高炳亮. 高校来华留学生心理健康问题的预防与危机干预机制研究[J]. 思想教育研究, 2018(5): 131-134.
- [3] 蒙梓. 新中国来华留学教育历程[J]. 神州学人, 2019(Z1): 92-95.
- [4] 张爽. 高校来华留学生心理健康问题现状及对策研究[J]. 中国轻工教育, 2021(3): 52-56+78.
- [5] 国家发展改革委 外交部 商务部. 推动共建丝绸之路经济带和 21 世纪海上丝绸之路的愿景与行动[N]. 人民日报, 2015-03-29(04).
- [6] 李雅. 来华塔吉克斯坦留学生跨文化适应问题研究[J]. 民族教育研究, 2017, 28(4): 92-98.
<https://doi.org/10.15946/j.cnki.1001-7178.2017.04.013>
- [7] 王坚. 来华留学生网络社会支持与跨文化适应研究[D]: 硕士学位论文[J]. 武汉: 华中师范大学, 2015.
- [8] 杨建慧. 来华印尼留学生的跨文化适应调查与对策研究——以江苏高职院校为例[J]. 轻工科技, 2017, 33(12): 188-189.
- [9] 高梦琦, 王玉梅. 高校来华留学生跨文化适应研究——以河南工业大学为例[J]. 新余学院学报, 2018, 23(3): 129-135.
- [10] 袁丽娟. 来华留学生跨文化适应的问题和策略研究[J]. 智库时代, 2019(31): 209-210.
- [11] 张敬惠. 来华留学生的跨文化心理适应问题研究[J]. 智库时代, 2020(1): 282-283.
- [12] 朱苏静. 来华留学生在跨文化交际中的“文化休克”和“文化适应”[J]. 教育教学论坛, 2013(1): 3-5.
- [13] 赵宝存, 姜双全, 吕勃, 刘振洪, 许雪莲, 邱晓慧, 冷晓萍, 康凯. 促进来华医学留学生“跨文化适应”的策略初探[J]. 中国继续医学教育, 2019, 11(14): 61-63.
- [14] 梁颖萍, 刘苑, 韩冀皖, 韩晓云, 赵存东, 赵安源. “一带一路”沿线国家来华留学生的文化适应性问题及对策研究——以太原理工大学为例[J]. 世界教育信息, 2018, 31(19): 21-26.
- [15] 盛洁瑾. “一带一路”沿线国家留学生的跨文化适应研究[J]. 教育教学论坛, 2021(13): 179-184.
- [16] 张澜, 秦晔, 李翹彤, 蔺娜. 跨文化背景下来华留学生心理问题疏导及教育对策研究[J]. 科教导刊(下旬), 2016(24): 158-159.
- [17] 陆孙琦. 高职院校来华印尼留学生跨文化适应研究——以苏州国际教育园为例[J]. 高教学刊, 2019(2): 1-4.
<https://doi.org/10.19980/j.cn23-1593/g4.2019.02.001>
- [18] 梁社红, 陈南菲, 李娟, 周玉芹. 来华留学生社交焦虑、孤独及应对方式对心理健康的影响[J]. 电子科技大学学报(社科版), 2017, 19(5): 109-112. [https://doi.org/10.14071/j.1008-8105\(2017\)05-0109-04](https://doi.org/10.14071/j.1008-8105(2017)05-0109-04)
- [19] 王家麟, 徐珊, 沈洪兵. 南京市来华留学生心理健康调查与研究[J]. 南京医科大学学报(社会科学版), 2014,

14(5): 377-381.

- [20] 王俊, 刘慎军. 来华医学留学生心理健康状况的调查与研究[J]. 教育评论, 2017(10): 102-105.
- [21] 李红, 李亚红. 完美主义、社会联结对来华留学生心理健康的影响——文化适应压力的中介作用[J]. 西南民族大学学报(人文社科版), 2016, 37(1): 213-217.
- [22] 李亚红, 李红, 张传凰. 基于关键事件技术的来华留学生心理压力源探析[J]. 中南民族大学学报(人文社会科学版), 2016, 36(6): 192-195.
- [23] 许有云, 张先义, 杨瑾. 社会支持对新冠疫情期间在华留学生心理健康的影响: 情绪调节策略的中介作用[J]. 中国健康心理学杂志, 2022, 30(3): 452-457. <https://doi.org/10.13342/j.cnki.cjhp.2022.03.027>
- [24] 王家麟, 沈洪兵, 郑爱民. 来华留学生心理健康研究现状[J]. 考试周刊, 2013(92): 156-157.
- [25] 纪录. 高校来华留学生心理健康现状与工作机制研究[J]. 大学, 2022(1): 74-77.
- [26] 张可, 白钟男. 高校来华留学生跨文化适应中的压力应对研究——基于三位高校来华留学生的访谈[J]. 河北大学成人教育学院学报, 2022, 24(2): 117-124.
- [27] 仇海霞, 普丽达, 王兆阳. 跨文化背景下高职来华留学生心理适应的现状调查研究——以江苏农牧科技职业学院为例[J]. 湖北开放职业学院学报, 2021, 34(22): 55-56+59.
- [28] 鲁华, 马龙. 来华留学生心理健康现状[J]. 科技视界, 2015(3): 147+234.
<https://doi.org/10.19694/j.cnki.issn2095-2457.2015.03.111>
- [29] 孙茜. 浅论来华留学生的心理健康辅导与教育机制[J]. 学理论, 2014(29): 158-159.
- [30] 丁秋菊, 刘鹏丽. 关于高校留学生心理健康教育的思考[J]. 教育现代化, 2020, 7(33): 118-121.
<https://doi.org/10.16541/j.cnki.2095-8420.2020.33.031>
- [31] 丁学忠, 王岩, 肖易寒, 孙丽萍. 来华留学生心理健康教育工作机制探索[J]. 绥化学院学报, 2019, 39(6): 123-125.
- [32] 雷五明. 国内外关于留学生心理健康教育研究述评[J]. 教育与职业, 2013(11): 90-91.