

选择留学须慎重 俄中国留学生过得挺郁闷 PDF转换可能丢失
图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/332/2021_2022__E9_80_89_E6_8B_A9_E7_95_99_E5_c107_332652.htm 俄高校的中国学生 11月28日，莫斯科大学的一名中国留学生不堪学业压力跳楼自杀，在当地引起了很大震动。据了解，近些年来，越来越多的中国学生选择到俄罗斯留学，仅莫斯科大学一所学校就有千余名中国学生。然而记者在采访中发现，这些赴俄留学的中国学生日子并不好过，繁重的学业、经济压力、生活上的孤独等问题，成为他们难以逾越的心理鸿沟。赴俄罗斯读硕建议:可选择中小城市 课业比高考前还紧张 董晶晶是莫斯科大学的一名留学生，她说这里的很多中国留学生都被繁重的课业压得喘不过气来。“俄语是比较难学的语种之一，而中国学生普遍学的是英语，语言对于中国学生来说，是难过的一关。我每天除了吃饭和睡觉就是学习，早上8点起来背单词，然后去上课。下午放学，到家第一件事情还是背单词，每天晚上写作业要花费4个小时，写完作业还要背单词，每天1点多才睡觉。”俄罗斯大学的课程相当繁重，对于语言刚刚入门的留学生来说，更增加了就读的难度。每年都有留学生因为考试不及格被开除。“我们要想毕业，必须在两年内修满50门课程。除了平时上课，还要经常考试，俄罗斯的考试多数是口试。一天天感觉比高考前还要紧张。”董晶晶说她每天最快乐的事情就是洗澡，因为只有洗澡时才能真正放松身心，忘记压力。“学费涨得比油价快”很多留俄学生家庭是工薪阶层，留学俄罗斯的费用连年攀升，给他们经济上带来的压力也是越来越大。莫斯科大学某系2003年硕士生的学费

为2500美元，2004年涨到了4000美元，2006年继续上涨。短短两年间，莫斯科大学宿舍费也从每月80美元涨到了150美元。莫斯科大学的刘乾半开玩笑地说：“这学费涨得比国际油价还快，而且是只涨不跌。”毕业于国内某大学的小李，工作两年后，选择到俄罗斯读硕士。开始的费用，都是靠他工作时攒的几万块钱。不断上涨的学费和住宿费，使小李感到经济压力越来越大，连房租都快交不起了，最后不得不半工半读。既要应付学业，又要打工，小李常常白天打工，夜里补课。“感觉自己就像个机器，整天在不停地运转。”不少人心理抑郁

俄罗斯不少大学的宿舍是单人间，虽然有利于学习环境的营造，却也阻隔了人与人之间的交流。此外，俄罗斯的冬天特别冷，很多留学生担心出门不安全，因而社交活动十分有限。不少人在遇到困难时，不知道如何解决，往往要独自承受所有的压力，缺少朋友的劝慰，也让他们增加不少心理压力。“我身边的不少同学都有不同程度的抑郁症。大家经常梦到自己不及格被学校开除。”小章说，她有时真想放弃，而且身边也有坚持不下去回国的朋友，但一想到省吃俭用的父母盼着自己能学成归来，再大的压力也只能自己扛。

留学“镀金”应慎重 北京大学的刘教授说，俄罗斯的教育体制比较严谨，专业划分得很细，许多俄罗斯名牌大学与欧美大学保持着紧密的合作关系。很多中国的家长认为让孩子到那儿留学是个很有潜力的选择，因此逐步把目光从欧美转向了俄罗斯。比起欧美的一些国家，俄罗斯的留学费用相对低些，这也是很多工薪阶层的家庭选择送孩子到那里的重要原因之一。“到国外去‘镀金’，是很多中国学生的梦想，但不是每个学生都适合。出国留学要有较强的环境适应力、

良好的语言能力和明确的专业学习方向。一个人远在异国他乡，生活习惯、饮食口味的不同，以及孤独、寂寞、心理压力是难免的，要有充分的心理准备。”刘教授说道。“现在不少留学生的压力都很大。有的甚至走上了轻生的道路，这都属于迷茫自杀。”北京大学社会学系夏学銮老师说。迷茫自杀表现为个人和社会的关系出现了脱节。夏老师认为，对留学生来说，语言和价值认同的差异，必然导致在人际沟通上的困难，孤独和缺少劝慰使留学生陷入孤立无援的心理困境中。北京师范大学的沈湘平老师认为，家长在送孩子出国前，也要考虑到孩子对外部环境的适应能力和承受能力，之前要做好各种准备。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com