

出国留学先打心理预防针 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/337/2021\\_2022\\_\\_E5\\_87\\_BA\\_E5\\_9B\\_BD\\_E7\\_95\\_99\\_E5\\_c107\\_337647.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/337/2021_2022__E5_87_BA_E5_9B_BD_E7_95_99_E5_c107_337647.htm) 记者日前在对我市各留学中介服务机构采访时发现，随着高考的临近，前来为孩子咨询出国留学相关事宜的家长明显增多。面对即将到来的新一轮出国热，有关专家却要给那些打算出国，或即将出国的学生“打预防针”：25岁以下、初高中毕业直接去国外的学生，容易因为生活能力差、自制力有限、家庭压力大而出现心理障碍。两例个案给人启迪 案例1：小王从小很依赖父亲，在家什么都不干。高中毕业，父亲送他去英国读书，并为他租了一间很大的房子。开始，他还能勉强读书，渐渐地，由于无人监督，生活又很优裕，他开始沉迷电脑游戏，频频旷课。最后，他老是产生错觉，认为有人在跟踪他，甚至觉得自己荒废学业，父亲会派人暗杀他。医生诊断，他患上了被害妄想的精神分裂症。专家分析，现代家长的爱常常是“有条件”的，认为为孩子出国付出了巨大代价，孩子就一定要好好学习，不能出任何差错，这种观点往往给孩子造成巨大压力。而现在独生子女多，自立、自制能力差的学生容易遭遇生存危机，从而产生心理障碍。案例2：小周在班上的成绩平平，他认为就算自己再怎么努力，能上个专科已经很不错了。于是，在高考前他给自己找了条“出路”出国。他认为国外教育的自由、民主更适合自己的发展，只要自己出国后肯努力，一定比在国内有出息。但就在他如愿出国学习后不到三个月，他对着电话听筒另一端的父母哭诉：“我要回来，我不想待在这里了。我没有朋友聊天、没有老

师辅导、走进餐厅想点餐都不敢……”。医生诊断，他再这样下去，容易导致自闭症。专家分析，很多孩子在出国前都把一切想得太美好，认为只要一踏出国门，自己就一定会闯出崭新的一片天地。其实正是由于这些完美主义者对国外情况设想太好，出国后发现现实与理想存在落差，内心很难接受，往往容易导致强迫症。特别是一些性格比较内向、不善交谈的学生，处在非母语环境中，更容易封闭自己，出现交往障碍。调整心理学会求助 看来，准留学生在出国前最好能做一次专业的心理自我分析，把心理调整列入行囊已显得至关重要。一些认知错位往往会导致心理偏差。有些人过于夸大出国将要遇到的困难，有些人则采取漠视态度，这两种都不是正确的态度，前者过分忧虑，后者一旦身处国外，往往因准备不足而产生心理障碍。在出发前，最好能对自己的性格有较为充分的认识，扬己所长避己所短，这样能更好地适应国外生活。此外，很多学生出于好玩心理或迫于父母的期待而出国，这种人最好能明确自己的留学目标。在年龄小的留学生中，不乏目标不明确、动机不单纯的，前段时间频发的中国留学生犯罪案，就与这种想去赚钱而非学习的动机有关。专家建议，准留学生出国前，最好先做自我的心理健康审查，已有障碍的，可以及时得到处理。出国后如遇到不适应，则要学会从当地的服务机构及同乡、同学那里寻求心理援助。对留学生家长而言，则应该充分理解、支持孩子可能出现的孤独、不安全感，注意提前培养孩子的生活、心理独立能力 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](http://www.100test.com)