

感悟：留学成功取决于自我管理的能力 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/338/2021\\_2022\\_\\_E6\\_84\\_9F\\_E6\\_82\\_9F\\_EF\\_BC\\_9A\\_E7\\_c107\\_338055.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/338/2021_2022__E6_84_9F_E6_82_9F_EF_BC_9A_E7_c107_338055.htm) 今天的年轻人很多都是独生子女。父母的呵护使他们中的相当一部分人养成了饭来张口的依赖习惯。留学对于他们来说不仅是一种获取知识的手段，同时也是一次非常好的个人能力锻炼。因为在异国他乡他们必须独自面对一切。许多父母也想借这样的机会来锻炼孩子的独立生活能力，以迎接“后父母时代”的挑战。应该说，大多数的留学生是能够很快适应这种生活方式的变化，并以优异的成绩载誉而归。但也有少数学生失败了。我们以为，留学的成功在很大程度上还取决于学生自我管理的能力。“宽松”环境容易迷失从我们的经验来看，独立学习和生活的自我管理能力乃是成功留学最重要的个人因素。学生出国以后首先遇到的必然是适应学习环境和方式的挑战。西方高校的学生管理方式同中国高校的管理方式有很大的不同。第一，大学课程不像中国的高校那样整天都排得满满的，所以自己安排的时间较多。低年级的时候可相对多一些，但到了研究生阶段，课程越来越少，但课外学习的内容却越来越多。个别学生一到了国外这种比较“宽松”的学习环境中便迷失了方向，觉得国外学习很轻松，管不住自己，结果学习成绩不够理想，甚至不及格。第二，一般的高校只管课堂，不管课外；只管教学，不管生活。学生在社会上的时间相对较长。而相比之下，西方的学生从小就适应了这种独立学习和生活的方式，而且把课外生活搞得丰富多彩。对于中国留学生来说，在这种没有家长、老师或辅导员日常监督下

的环境里组织自己的学习一定要有相当的主动性才行。第三，从教学方式上看，西方大学的教学法是阐释型的和引导型的。老师们鼓励独立的思维和学习方式，重视培养个人的分析能力。所以仅仅把课堂上讲的东西通过死记硬背的方式再还给老师并不是老师所希望看到的。对于中国学生来说，由于要用外语完成规定作业，往往要花上比当地学生多出好几倍的时间，要能够利用课外的时间去查询资料、阅读文献。善于把握计划外开支生活能力包括许多方面，其中能安排好自己的吃住行已经是非常不简单的事了。虽然有的家庭的条件很好，然而学会在有限的预算下合理地安排开支是非常有必要的。其实，学费和每月的房租、餐饮、交通等开支是基本不变的。要把握的是那些计划外的开支。身在国外，朋友间的聚会、参观旅游也是留学生活的一部分，这一类娱乐性消费也是必要的。但一定要把握在预算之内。千万不要恶性透支，钱用完了再问家里伸手要。这本身就是一种无能的表现。这方面，西方孩子从小就养成的靠自己的观念倒是十分值得我们学习的。综合起来看，把学习、生活、工作、娱乐的关系处理好需要一个管理时间的能力。通俗的说就是知道什么时间干什么事。我的一个留学朋友曾给自己制定了这样一个时间表：一周2/3的时间学习，1/3的时间娱乐。他努力在周间集中精力学习以便在周末和朋友们享受生活，结果相当成功而且学得并不吃力。对于一个勤工俭学的学生来说，他的娱乐时间恐怕还要在缩短一些。当然，根据每个人的能力和专业不同，这一时间的划分应该因人而异。但就它们的重要性来讲，我们提倡“学习第一、工作第二，娱乐第三”的原则。在数字时代，网上聊天和网络游戏已成为许多年轻人

的生活组成部分。但是网瘾是一种疾病，许多家长和教育工作者都致力于青少年网瘾的治疗。在国外，没有人会来管你是否二十四小时都在网络上。因而，自我约束能力尤为可贵。有一位赴法国留学的学生就是因为无法克制的网瘾而荒废了学业。仅为金钱和时间的损失这一点我们都为他和他的父母扼腕痛惜。另一个需要留学生有极强的自我管理能力的是对毒品的拒绝。庆幸的是，在国外因吸毒而荒废学业的案例非常少，但决非没有。毒品是无孔不入的，我们一定要远离毒品、爱惜自己的生命。虽然能力是长期培养和积累的成果，但是在出国之前对于一些年纪较轻的孩子注意培养他的独立思考、独立决策、独立生活的能力是非常必要的。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)