

跨文化适应影响因素研究述评

陈 慧^{1,2}

车宏生²

(¹北京师范大学心理学院, 北京 100875)

(²北京邮电大学经济管理学院, 北京 100876)

朱 敏³

(³北京社会科学院社会学所, 北京 100101)

摘 要 跨文化接触会影响人的适应, 影响跨文化适应的因素有内部因素和外部因素, 外部因素包括生活变化、社会支持、旅居时间、文化距离、歧视与偏见等, 内部因素包括认知评价方式、应对方式、人格、与文化相关的知识与技能、人口统计学因素。

关键词 跨文化适应, 外部因素, 内部因素。

分类号 B849:C93

1 引言

随着科学技术的发展和全球经济一体化时代的来临, 世界变成了“地球村”。现在已经有越来越多的人远离自己的家乡, 到异国他乡去学习、工作和活动。跨文化的接触给人带来的不仅是新奇与神秘感, 更多的是一种压力体验, 因为在其他不同的文化中生活意味着生活方式、思维模式等方面要产生一定的变化, 这种变化会给人带来压力, 而且不是每一个人都能战胜压力, 达到对异国生活的成功适应。

一个学生不能适应所留学国家的生活, 就意味着家庭和国家投资的失败。一个外派经理不能适应海外的工作生活, 就意味着企业巨大的成本投入得不到应有的回报。近几十年的证据表明, 由于不能适应当地情况而提前回国的经理及其家庭已经成为公司的一个沉重的负担, 有 20%~50% 的公司外派人员都由于不能良好地适应当地社会文化环境而提前回国^[1]。在此问题上世界各国的企业都花费巨大。

那么怎样才能让进行跨文化接触的人达到成功的适应, 影响跨文化适应 (cross-cultural adaptation) 内部和外部因素是什么? 这些问题引起了心理学家的关注。研究影响跨文化适应的外部因素, 了解哪些社会、文化、政治以及与当地交往的因素会影响跨文化适应, 可以为进行跨文化接触的人提供一个良好的外部环境, 帮助他们更好地适应。另一方面, 研究跨文化适应的内部因素, 了解哪些人格、人口统计学因素会影响跨文化适应, 可以为企业和政府选拔外派人员提供依据。

从 20 世纪初, 跨文化适应问题就引起心理学家的关注, 至今, 已经积累了大量的研究成果, 特别是在影响跨文化适应的内部和外部因素方面, 更是积累了相当丰富的成果。

2 跨文化适应的一般问题

2.1 跨文化适应的研究对象

研究跨文化适应的学者基本认为该领域的研究对象可以分为两类: 一类是长期居留某个社会文化中的非本文化群体中的个体, 如移民和难民, 他们在当地长期居住。另一类是短期居留某一个社会文化中的非本文化群体中的个体, 被称之为“旅居者” (sojourner)。旅居者包括: 商业人士、留学生、专业技术人员、传教士、军事人员、外交人员和旅行者。

收稿日期: 2003-05-10

通讯作者: 车宏生, E-mail: chehongsheng@sina.com, 电话: 010-62205343; 陈慧, E-mail: hhuichen@263.net

2.2 跨文化适应的分类方式

被大部分研究者认同的跨文化适应的分类方式是 Ward 及其同事的观点^[2]。他们认为跨文化适应可以划分为两个维度：心理适应（psychological adaptation）和社会文化适应（sociocultural adaptation）。心理适应是以情感反应为基础，指向在跨文化接触中的心理健康和生活满意度，在跨文化接触的过程中，如果没有或较少产生抑郁、焦虑、孤独、失望、想家等负面情绪，就算达到心理适应。社会文化适应是指适应当地社会文化环境的能力，是否能与当地文化的人有效进行接触。一般来说，研究跨文化适应的影响因素时，所使用的因变量是心理适应。

跨文化适应的概念与文化融合（acculturation）密切地联系在一起，文化融合是指与其它文化群体成员持续的接触之后，个体体验到的心理和行为的变化。跨文化适应主要涉及进行跨文化接触的人的行为与心理的变化，文化融合主要涉及认知、态度、价值观念的变化。

文化融合有两个维度，一个是保持对自己母文化（native culture）的认同，另一个是保持与当地社会群体的关系。这两个维度整合在一起，可以组成四种文化融合的态度。人认为保持自己的文化和与当地社会群体的关系同样重要，是整合（integration）的态度；只保持自己的文化，不看重与当地社会文化群体的关系，是分离（separation）的态度；看重与当地社会文化群体关系而不考虑保持自己文化的人，其态度是融入（assimilation）；最后，那些即不保持自己文化，也不看重与其它文化群体接触的人，所持的态度是边缘策略（marginalization）^[3]。

由于心理适应、社会文化适应与文化融合涉及的是跨文化适应的不同方面，因此这三个概念密切地联系在一起。Ward 和 Kennedy（1994）以派遣海外的新西兰政府雇员为被试，研究发现对母文化强烈的认同与心理适应联系在一起，对当地文化强烈的认同与社会文化适应联系在一起。采用整合态度的旅居者比采取融入态度的旅居者心理适应问题少，采取分离态度的人社会文化适应水平低，融入和整合态度的人社会文化适应的水平最高^[4]。

所以，从一定程度上说，跨文化适应的分类方式有三个方面，分别涉及旅居者进行跨文化接触时心理、行为与认知的变化。

3 影响跨文化适应的外部因素

3.1 生活变化（life change）

在跨文化接触中存在着一系列生活变化，如饮食习惯、生活节奏、气候等，这些变化会给人带来压力。Furnham 和 Bochner（1986）对负面生活事件文献的批判性回顾中，提到在生活变化与身体、心智健康存在着一定的关系，生活变化和心理失调的平均相关在 0.35^[5]。也就是说，跨文化接触带来的生活变化会影响人的心理适应。

3.2 社会支持（social support）

一般研究者都认为，社会支持是预测心理适应的显著因素。

社会支持有很多来源，包括家庭成员、朋友和熟人。在所有的社会支持来源中，最受关注的是婚姻关系，心理学家普遍认为婚姻是社会支持的基本来源。例如，Naidoo（1985）报告说，在加拿大的亚洲移民妇女，当丈夫提供的支持比较多时，她们体验到的压力少^[6]。

对旅居国外的人来说，除了家庭之外，他们的社会支持资源可以划分为同胞和当地人。Adelman（1988）认为，按照信息支持和情感支持的观点，由同胞提供的支持系统是很有用的。那些有相同旅居经历的人可以提供给旅居者信息，帮助他们应对新的环境。同胞还可以提供情感帮助，支持他们宣泄自己的情感，释

放在新的环境中遇到的挫折,同胞可以为旅居者提供保护作用,使其心理安全、自我尊重和归属感得到增加,减少压力、焦虑、无助感和疏远感^[7]。但是,这些社会支持也可能会阻碍旅居者对当地文化的学习。对在美国学习的非洲学生进行的研究发现,那些与同胞联系比较密切,和同胞一起消磨很多时间的人适应水平比较差。对在澳大利亚的英国移民进行研究,也发现有较多同胞朋友,较少当地朋友的移民对移民生活不太满意。所以,同胞提供的社会支持可能是有害的,也可能是有帮助的。

旅居者与其它群体成员的关系,特别是与当地文化成员的关系,也会影响他们的适应。有当地朋友的旅居者适应问题比较少,满意度与心理幸福感比较高,与当地关系的满意度与外国学生的整体满意度联系在一起,包括学业和非学业方面的满意度^[8]。

陈向明(1998)对旅居美国的中国留学生的研究发现,由于不能跟当地人进行良好的交往,使中国学生产生很多负面情绪,如无助感、孤独感和负罪感等。而且,陈向明还发现,中国学生不能与当地人进行良好的交往有很多原因,其中一个重要的原因是交往的模式、交往态度和交往习俗不同^[9]。

3.3 时间对心理适应的影响 (Psychology adjustment over time)

最初对时间因素进行研究的是 Lysgard (1955),他通过对在美国的斯堪地那维亚人的调查研究提出跨文化适应是一个 u 型曲线,居住在美国 6-18 个月的斯堪地那维亚学生比那些居住在美国低于 6 个月或高于 18 个月的人不适应。根据这一模式, Oberg (1960) 提出进行跨文化接触的人存在着情感适应的 4 个阶段:蜜月阶段:强调最初的陶醉、狂热;危机阶段:特征是感觉到不足、挫折和焦虑;恢复阶段:解决新环境中的危机;适应阶段:在新环境中重新适应^[10]。徐光兴通过对在日本留学的中国学生进行研究也得到了类似的结果^[11]。

不过,也有人对 u 型曲线的说法提出反对意见。Ward 和他的同事追踪研究了一些马来西亚和新加坡学生,这些学生在来到新西兰的第一、六和十二个月的时候被访问和测试,结果发现抑郁的水平在到新西兰第一个月和一年的时候最高,在 6 个月的时候在比较低的。也就是说,在第一个月和一年的时候心理适应的水平是最差的。因此他们指出,在跨文化适应的最初阶段,生活变化的数量最高,适应资源最少,这个时候的适应水平最差^[12]。

但是 u 型曲线是非常符合人们的直觉,作为旅游者,我们很多人到达一个新的环境中,被不熟悉的东西所包围,都会产生新奇感,认为这样的环境是有挑战性的。此外在这个领域还缺乏有说服力的研究去支持或反对 u 型曲线理论,因此,时间对跨文化适应产生的影响还有待于进一步地研究。

3.4 文化距离 (Cultural distance)

Babiker, Cox 和 Miller (1990) 提出文化距离的概念,认为文化距离是旅居者体验到的压力与适应问题的调节变量。他们提出在跨文化适应时,当生活变化给人带来压力时,母文化与当地文化的差异性会起到调节作用。他们开发了文化距离问卷 (Cultural Distance Inventory), 以测量旅居者自己的文化环境和他所移居的文化环境中社会和自然方面的差异^[13]。按照每个文化的社会文化特征,文化可以划分为或远或近的一个连续体。例如,澳大利亚和新西兰在文化上比较接近,文化距离小,澳大利亚与日本的文化距离就比较大。文化距离的假说预测当旅居者的文化与居住国的文化距离越大,他们的跨文化适应就越困难。所以,按照上述假说,澳大利亚的生意人在奥克兰工作比在台北工作容易适应,而且这得到了实验研究的支持。因此大家普遍达成共识的是:文化距离越大,适应就越困难。

3.5 歧视与偏见 (Prejudice & discrimination)

种族歧视对心理与社会适应会产生很大的影响。很多研究发现种族歧视和旅居者的心理幸福感之间有很强的负相关。如对在加拿大的塔基人来说,他们知觉到的歧视与其较差的心理适应联系在一起。

从文化距离的角度来看,中国人应该比较容易适应日本的环境,但是很多研究都发现与西方人比较,中国人在日本的适应比较差,其中一个主要的原因就是中国人在日本受到了歧视。因此,可以看出歧视与偏见也是影响跨文化适应的一个很重要的因素。

4 影响跨文化适应的内部因素

4.1 评价和应对方式 (Appraisal & coping styles)

生活变化只能说明心理适应问题的一部分,影响旅居者心理适应的还有他们面对生活变化的认知评价。有时候生活变化是一种挑战,有时候是一种压力,对生活变化的不同认知和评价方式,也会影响旅居者的适应。

在生活变化的认知评价方面,研究的比较多的是旅居者的期望。期望是指旅居者在进行跨文化接触之前,对跨文化接触的想象。现实的、与实际体验匹配的期望,能促进旅居者良好的适应。期望与现实体验匹配证明旅居者有足够的心理准备去处理潜在的生活压力变化,期望的正确性可以使人对以后的压力环境进行正确的评价,建立起信心,减轻焦虑。

研究者不仅考虑期望的准确性,也考虑当期望与现实体验不匹配时,不匹配的方向和广度。从方向来看,期望可以划分为过低和过高的期望,过低的期望是指实际体验比期望正面,即旅居者对旅居生活的期望比较低,而实际上的旅居生活比他们想象得要好。过高的期望是指实际体验比期望负面,即旅居者对旅居生活的期望比较高,而实际上的旅居生活比他们想象得要差。很多研究发现当旅居外国的人期望比较低时,实际的生活满意度会增加。

面对压力的适应策略也属于研究者关注的范畴。很多研究者发现在旅居国外的人群当中,使用幽默的策略与心理适应联系在一起。Chataway 和 Berry (1989)研究了在加拿大学习的中国学生的适应策略、满意度和体验到的心理压力之间的关系,结果揭示出在适应策略和满意度上有显著相关,当中国学生遇到问题是,能以正面想法作为应对策略的人对生活满意度比较高^[14]。

4.2 人格 (Personality)

人格对跨文化适应的影响受到很多人的关注,因为如果找到某些影响跨文化适应的人格因素,就可以运用于选拔当中,通过选拔把那些能更好地适应其他文化的人筛选出来,以减少跨国公司选拔派驻海外公司的员工和政府选派留学生的失败。人格对跨文化适应影响的研究主要有以下几个方面。

控制点:控制点是指当人们面对问题时,在大多数情况下,他们认为是自己可以控制事情的发展,还是外界因素影响事情的发展,如果人很相信外界因素,如运气对事情的影响,那么他就是一个外控的人。这方面的研究主要是了解控制点对心理适应的预测作用,很多研究发现控制点是心理适应有效的预测源。如 Kuo, Gray 和 Lin (1976)发现外控点是在美国的中国移民心理健康问题的有效预测源,比人口统计学因素、社会文化因素以及生活变因素都重要^[15]。

外向性:这也是研究者关注的一个人格因素。有些研究得出外向性与适应之间有正面的联系,但是有些得出负面联系的结论,还有些人得出二者无关的结论。Ward 和 Chang (1997)提出文化适合 (cultural fitting) 假说来整合这些研究。他们认为,人与环境存在着交互作用,在很多情况下不是人格预测跨文化适应,而是旅居者的人格与当地文化群体是否“适合”。他们以在新加坡的美国人作为样本,用 Eysenck 人格问卷把他们在外向性上的分数与新加坡当地人在外向性上的分数进行比较。结果发现,虽然外向性在本质上与心理幸福感没有关系,但是与新加坡人分数接近的美国人体验到的心理适应水平比较高,这个实验研究支持了他们的观点^[16]。

用于预测跨文化适应的其它人格因素有：个性的灵活性、对模糊的容忍性、坚韧、控制感、自我效能感和自我监控等。

4.3 应对资源：知识和技能：(Coping resources: knowledge & skills)

有关文化的知识和技能可以增加对新社会环境的心理适应。知识和技能一方面依赖于以前的经验，很多研究发现以前有国外生活经验的留学生在以后的跨文化生活中适应得比较好。获得文化知识的另一个途径是训练和教育，例如是否能熟练地使用当地语言，这是可以通过培训获得的。那么语言能力与跨文化适应之间的关系如何呢？一些研究认为语言的流利程度与心理幸福感、适应和一般满意度联系在一起，有些研究者没有发现语言技能与心理适应的显著关系，有些研究还发现语言技能和心理幸福感有相反的关系。例如 Takai (1989) 发现在日本的留学生日语流畅程度与生活满意度成反比，因为具备一定语言能力的外国人对与当地人的交往有较高期望，但是这种期望又达不到，因此使语言能力高的旅居者的满意度降低^[17]。这说明当语言能力来预测跨文化适应时，存在着其他的调节变量，如认知和期望。

4.4 人口统计学因素 (Demographic factors)

一系列的人口统计学因素与适应之间的关系也是研究者关注的话题。人口统计学因素包括性别、年龄、收入和教育等。

一般来说，研究者认为女性移居者有比较大的心理适应问题，但是也有人报告说男性面临的适应问题更多，实际上男性和女性都会产生适应问题，不过他们的适应体现在不同方面。Sam (1998) 对居住在挪威的青少年移民的研究发现，当这些青少年产生跨文化适应问题时，女孩体验到更多的抑郁症状，男孩报告出更多的反社会行为^[18]。

年龄和适应的关系没有得出一致的结论，一些研究报告说年轻人适应比较好，而其它人认为老年人的适应问题比少。实际上青少年和老年都是跨文化适应的高危险阶段，青少年移民的压力来自于青少年认同和发展，而老年移民学习文化是一个比较困难的事^[19]。

教育、职业和收入也被考虑是压力和适应过程的影响因素。受教育水平与适应成正比，因为教育与其它资源联系在一起，如与文化有关的知识和技能，社会经济财富（高地位的职业和比较多的收入）等，因此受教育水平越高的人，适应得就越好。

5 小结

我们把影响跨文化适应的因素总结如表 1。

表 1 影响跨文化适应的内部因素与外部因素

外部因素	生活变化	一系列给旅居者带来压力的生活变化
	时间	跨文化接触的时间长度对适应的影响
	社会支持	来自同胞和当地社会文化成员的支持
	文化距离	旅居者母文化与当地文化的距离
	歧视与偏见	当地文化社会对旅居者的态度
内部因素	认知方式	对跨文化接触的认知，如期望
	人格因素	如：控制点、内-外向、“大五”人格
	知识与技能	与跨文化接触联系在一起的知识和技能
	应对策略	采用何种方式对待跨文化适应带来的压力
	人口统计学因素	性别、年龄、受教育程度、婚姻状况等

关于跨文化适应影响因素的研究比较多,研究方法也呈现出多样化的趋势,有些研究结果已经得到大多数研究者的认同,有些研究之间还存在着相互之间矛盾的结果,有待于进一步的研究。在我国,这方面的研究还处于起步阶段,跨文化适应的研究对象基本上是旅居国外的中国人,针对旅居中国的外国人进行的研究还比较少。

目前在我国,随着对外开放程度的加大和中国加入 WTO,有越来越多的外国人涌入我国。据报道,仅 2001 年,来华留学生的人数就达到 5 万人次,韩国在中国的人数为 1.67 万人,来自其它国家的留学生也已经有了一定的规模,像与中国远隔千山万水的国家芬兰,每年也有大约 200 人来北京学习^[20]。中国有着悠久的历史、灿烂的文化和与众不同的哲学思想,这些不仅会使中国学习和工作的外国人感到新奇,也会给他们已有的生活模式和价值观念带来冲突,例如,很多外国人都感到与中国人一般交往没有问题,但是要更进一步与中国人交流自己的思想和看法就会很困难,除了语言不通这样的问题外,还包括思维方式、价值观念和沟通模式等方面的问题。例如,中国人在交流的过程中,比较讲究含蓄,这些可能不太容易被外国人理解。今后如何给外国人创造一个良好的外部环境,使他们在我国达到良好的适应,是我们今后要思考的问题。了解影响外国人适应中国社会文化的内部因素,也是我们要关注的问题,这样我们才能实实在在地为在华外资企业提供帮助。

参考文献

- [1] Black J S. The relationship of personal characteristics with the adjustment of Japanese expatriate managers. *Management International Review*, 1990, 30(2): 119~134
- [2] Ward C, Kennedy A. Locus of control, mood disturbance and social difficulty during cross-cultural transitions. *International Journal of Intercultural Relations*, 1992, 16(3): 175~194
- [3] Berry J W. Psychology of acculturation: Understanding individuals moving between cultures. In: R Brislin ed. *Applied cross-cultural psychology*. Newbury Park, CA: Sage, 1990. 232~253
- [4] Ward C, Kennedy A. Acculturation strategies, psychological adjustment and sociocultural competence during cross-cultural transitions. *International Journal of Intercultural Relations*, 1994, 18(3): 329~343
- [5] Furnham A, Bochner S. *Culture shock: Psychological relations to unfamiliar environments*. London: Methuen, 1986. 109~112
- [6] Naidoo J A. cultural perspective on the adjustment of South Asian women in Canada. In: Langunes, Poortinga ed. *From a different perspective: Studies of behavior across cultures*. The Netherlands: Swets & Zeitlinger, 1985. 76~92
- [7] Adelman M B. Cross-cultural adjustment: A theoretical perspective on social support. *International Journal of Intercultural Relation*, 1988, 12(3): 183~205
- [8] Ward C, Kennedy A. Psychological and Sociocultural adjustment during cross-cultural transitions: A comparison of secondary students at home and abroad. *International Journal of Psychology*, 1993, 28(2): 129~147
- [9] 陈向明. 旅居者和“外国人”——留美中国学生跨文化人际交往研究. 湖南教育出版社, 1998. 173~179
- [10] Oberg K. Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical Anthropology*, 1960, 7(3): 177~182
- [11] 徐光兴. 跨文化适应的留学生活——中国留学生的心理健康与援助. 上海辞书出版社, 2000. 184~188
- [12] Ward C, Kennedy A. Crossing cultures: The relationship between psychological and sociocultural dimensions of cross-cultural adjustment. In: Pandey, Shinha, Bhawuk ed. *Asian contributions to cross-cultural psychology*. New Delhi: Sage, 1996. 89~95
- [13] Babiker I E, Cox J L, Miller P. The measurement of cultural distance and its relationship to medical consultations, symptomatology, and examination performance of overseas students at Edinburgh University. *Social Psychiatry*, 1980, 15(2): 109~116

- [14] Chataway C J, Berry J W. Acculturation experiences, appraisal, coping and adaptation: A comparison of Hong Kong Chinese, French and English students in Canada. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 1989, 21(4): 295~301
- [15] Kuo W H, Gray R, Lin N. Locus of control and symptoms of distress among Chinese- Americans. *International Journal of Social Psychiatry*, 1976, 22(3): 176~187
- [16] Ward C, Chang W C. Cultural fit: A new perspective on personality and sojourner adjustment. *International Journal of Intercultural Relations*, 1997, 21(6): 525~533
- [17] Takai J. The adjustment of international students at a third culture-like academic community in Japan: A longitudinal study. *Human Communication Studies*, 1989, 17(2): 113~120
- [18] Sam, D. L. Predicting life satisfaction among adolescents from immigrant families in Norway. *Ethnicity and Health*, 1998, 3(1): 5~18
- [19] Beiser, M. Influences of time, ethnicity, and attachment on depression in Southeast Asian refugees. *American Journal of Psychiatry*, 1988(1): 46~51
- [20] 李颖. 外国人在北京过得不错. 环球时报, 2002-10-24. 15

A Review of Research on the Influencing Factors of Cross-cultural Adaptation

Chen Hui^{1,2}, Che Hongsheng¹, Zhu Min³

(1. School of Psychology, Beijing Normal University, Beijing 100875)

(2. Economic & Management School, Beijing University of Posts & Telecommunications, Beijing 100876)

(3. Institute of Social Science, Beijing Academy of Social Science, Beijing 100101)

Abstract: Cross-cultural contact influences the adaptation of people. Many researchers paid attention to the influencing factors of cross-cultural adaptation. The influencing factors include external and internal factors. The external factors are life change, Social support, sojourning time, cultural distance, prejudice and discrimination. The internal factors are appraisal styles, coping styles, personality, culture knowledge and skills, demographic factors.

Key words: cross-cultural adaptation, external factors, internal factors.