



泰国中文教育志愿者文化休克现象分析研究 ——以2021-2022赴泰志愿者为例

An analysis of Culture Shock among Chinese Language Volunteers in Thailand :A case study of volunteers in Thailand from 2021 to 2022

何婉欣¹

HE WANXIN

华侨崇圣大学、中国学学院

College of Chinese Studies, Huachiew Chalermprakiet University

E-mail: yomiliki@163.com

李超²

LI CHAO

广西大学、文学院，中国

Professor in College of Literature, Guangxi University, P.R.China

E-mail: 714958943@qq.com

Received: 05 April 2023 / Revised: 09 June 2023 / Accepted: 15 June 2023

摘要

中外语言交流合作中心与泰国教育部合作开展国际中文教育志愿者项目已有20余年，伴随着泰国日益增长的汉语学习人数，派往泰国的国际中文教育志愿者也逐年增加，而文化休克是每年发生上志愿者身上占比较重的问题，对志愿者的工作、生活造成了影响。

笔者通过文献研究法归纳总结出文化休克即人们在异文化中失去了原有社会生活与交流中非常熟悉的社会符号而产生焦虑、惊讶、恐惧甚至愤怒的感觉。因此本文选取2021-2022年泰国中文教育志愿者为例，对其文化休克现象作分析研究，通过数据分析他们在泰国的文化休克程度、在泰文化适应和人际沟通情况，并提出一些相应的解决对策。

关键词：文化休克；泰国；中文教育志愿者

ABSTRACT

The Center for Language Education and Cooperation, in collaboration with the Ministry of Education in Thailand, has been carrying out the International Chinese Language Volunteer Program for over 20 years. With the increasing number of Thai students learning

Chinese, the number of international Chinese language volunteers sent to Thailand has also been growing annually. However, culture shock remains a significant issue that affects the volunteers' work and daily lives on a yearly basis.

Through a literature review, the author has summarized culture shock as the anxiety, surprise, fear, and even anger experienced by individuals when they lose familiar social symbols from their original social life and communication in a foreign culture. Therefore, this article takes the Chinese language volunteers in Thailand from 2021 to 2022 as an example to analyze and study the phenomenon of culture shock. By analyzing the data, the degree of culture shock experienced by the volunteers in Thailand, their cultural adaptation, and interpersonal communication are examined. Furthermore, some corresponding solutions are proposed.

Keywords: Culture shock, Thailand, Chinese language volunteers

绪论

(一) 研究背景

2003年, 中外语言交流合作中心与泰国教育部合作开展国际中文教育志愿者项目, 至2023年累计向泰国派出20批2万余名志愿者, 目前泰国共有近3000余所学校开设中文课程, 学生人数已逾百万, 为泰国中文教学发挥了关键作用¹。伴随着泰国日益增长的汉语学习人数, 派往泰国的国际中文教育志愿者也逐年增加, 约占全球志愿者的三分之一, 因此泰国中文教育志愿者存在的问题不容忽视, 其中文化休克是每年发生上志愿者身上占比较重的问题, 对志愿者的工作、生活造成了影响。因此本文选取2021-2022年赴泰志愿者为例, 对泰国中文教育志愿者文化休克现象作分析研究。

(二) 研究意义

每一年新赴任的志愿者都会因为进入到泰国的新环境中而感到新鲜, 随之而来的和当地人们接触的过程中受到当地物质文化、制度文化和精神文化的冲击而产生不适应, 从而导致精神焦虑和恐惧, 文化休克不仅会影响志愿者的教学工作, 更会对他们的身心健康造成影响, 志愿者在泰国正常的工作和生活就无法开展, 不利于泰国中文教学的发展, 因此文化休克现象的研究对泰国中文教育志愿者有着重大的现实意义, 这一问题的研究尤为关键迫切, 了解志愿者产生文化休克的主要原因, 才能更好地帮助他们度过文化休克阶段, 这也是笔者选择研究这一现象的初衷。

¹ 语合中心-曼谷中心新闻. <https://mp.weixin.qq.com/s/uHXMP8b0kEsPIt0CKADxRQ>, 2023/03/13

(三) 研究目的

笔者通过在泰国数年的中文教学经验、接触的新任志愿者抵达泰国后出现的文化休克问题和心理状况及其对志愿者造成的影响出发，旨在调研疫情后抵达泰国的志愿者文化休克现象以及深入调查背后原因。本文将通过调查问卷数据分析，获取志愿者基本情况、文化休克程度、在泰适应情况，并研究文化休克程度和这些因素的相关性，进一步了解导致志愿者文化休克的因素中，物质文化、制度文化、精神文化和人际沟通交际适应的比例占重排序，并针对源头提出解决对策，以便让志愿者更快地度过文化休克阶段，投入到教学工作中，从而促进泰国中文教育继续蓬勃发展。

(四) 研究方法

本文主要用到三种研究方法，分别为文献研究法、问卷调查法、定量分析法。

文献研究法。本文通过对知网、期刊、文章、著作及研究现状等已有文献的查阅和检索，收集总结前人有关文化休克研究分析的整体情况，通过对文献的研究形成对事实的科学认识，也使提出的策略更有科学性。

问卷调查法。本次调查问卷通过问卷星制作，通过分享电子问卷链接的形式发放给2021-2022年赴泰国分布在各个区域和各个教委的志愿者，共收回有效问卷248份，最后利用excel、SPSSAU统计分析软件等工具对问卷进行统计，再对得出的数据和结果进行客观分析，以此了解志愿者的文化休克情况，具有客观性和代表性。

定量分析法。统计问卷数据并进行不同类别之间的对比，整理2021-2022年分布在泰国各地区的中文教育志愿者的文化休克情况，使问卷结果清晰明了，并根据量表有针对性地分析志愿者文化休克程度。

(五) 国内外研究综述

1. “文化休克”的定义和特点

“文化休克”一词源于英语词汇“Culture Shock”的中文意译，是1960年美国人类学家Kalvero Oberg提出来的一个概念，他认为“文化休克”是指一个人进入到不熟悉的文化环境时，因失去自己熟悉的所有社会交流的符号与手段而产生的一种迷失、疑惑、排斥甚至恐惧的感觉²。

1977年Taft将“文化休克”定义为以下六点：1. 疲惫感：在异文化中努力进行必要的心理适应所产生的疲惫感；2. 失落感：在异文化中失去朋友、地位、工作和财产而产生的失落感和被剥夺感；3. 拒绝感：感到被异文化成员拒绝/或自身拒绝异文化成员；4. 迷失感：对自身在异文化中的角色，角色期望，价值观，感受和自我身份的混乱而产生的迷失感；5. 惊讶、恐惧与愤怒：在意识到文化差异之后，感到惊讶、焦虑、恐惧甚至厌恶和愤慨；6. 无力感：由于无法应对新环

² Oberg K. (1960). Cultural shock: Adjustment to New Cultural Environments [J]. Practical Anthropology, 1960, (7) :177-182



境而产生无力感。这是目前最合理的定义³。

胡文仲（2012）认为，一个人从一地迁移到另一地，原来自己熟悉的一套符号、习俗、行为模式、社会关系、价值观念所替代，因而在心理上产生焦虑，在情绪上不安定甚至沮丧。在严重的情况下，会产生各种心理和生理方面的疾病。最严重的甚至会患精神病或者自杀。这就是文化休克⁴。

结合前人所述，笔者认为文化休克是人们在异文化中失去了原有社会生活与交流中非常熟悉的社会符号而产生焦虑、惊讶、恐惧甚至愤怒的感觉，伴随产生疲惫感、失落感、拒绝感、迷失感和无力感。

2. “文化休克”的类型和影响因素研究

文化休克与跨文化适应息息相关，基于陈国明（2009）的研究，文化休克大致划分为五种类型，分别为语言休克、角色休克、教育休克、文化距离和转换休克。而这五种类型也是造成旅居人文化休克的主要影响因素⁵。

语言是人类沟通的重要工具，也是引起文化休克的其中一个主要原因，语言休克是由于人们对异文化语言的不熟悉以及因文化差异导致的语言理解偏差。王小红（2005）认为旅居者在学习和运用第二语言时感到压抑、慌乱、不自然，从而出现思维空白的情况，进而导致文化休克⁶。王光露（2021）认为导致“文化休克”的一个决定性原因是语言表达能力的不足⁷。

角色休克是指旅居人因环境的更换，原来的个人地位突然消失而产生的失落感，蔡荣寿、金芳颖（2016）认为角色转换带来的心理冲突是非常难适应的，而人们为了调整角色以适应的新的文化所付出的时间和精力是无法估计的。

教育休克影响的对象一般为留学生，留学生在适应新环境之余还要花很多精力在学业上，从而引起文化休克。陈国明（2009）指出，留学生面对学制、学习方式以及师生相处的差异所产生的教育休克是文化休克研究中很重要的一环。

转换休克指旅居人在面对新环境时产生文化疲乏和适应压力，蔡荣寿、金芳颖（2016）认为转换休克是为了配合新环境做出了巨大改变时所承受的压力与痛苦，意义比较宽泛，与文化休克本身的定义相似⁸。因此转换休克影响的对象囊括所有进入到异文化中的旅居人，一般都会和其他四种类型同时出现。

文化距离是Babiker, Cox 和Miller（1990）提出的概念，指本国文化和异文化之间的距离，他们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，可以作为旅居者在异乡的疏离感与心理痛苦的指标⁹。

³D. B. Mumford. The measurement of culture shock[J]. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 1998, (33):149-154

⁴ 胡文仲. 跨文化交际学概论[M]. 北京: 外语教学与研究出版社, 2012. 188

⁵ 陈国明. 跨文化交际学[M]. 上海: 华东师范大学出版社, 2009. 160

⁶ 王小红. 英语演讲中的“语言休克”与行之有效的解决办法[J]. 玉林师范学院学报, 2005, 26(6): 94-98

⁷ 王光露. 从跨文化交际角度谈“文化休克”之于二语习得的利弊及其对外语教学的启示[J]. 英语广场, 2021, (162): 58-60

⁸ 蔡荣寿, 金芳颖. 文化休克与返乡文化休克[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 2016. 85

⁹ Babiker IE, Cox JL, Miller P. The measurement of cultural distance and its relationship to medical consultations, symptomatology, and examination performance of overseas students at Edinburgh University [J]. Social Psychiatry, 1990, (2):109-116

综上所述，语言、身份角色转换、教育差异、新环境的转换和文化距离都是可能导致文化休克的重要因素。

3. 赴泰中文教育志愿者文化休克现状研究

笔者在查阅文献中对比了目前泰国中文教育志愿者文化休克现状研究的文献，根据不同的研究出发点做了归纳总结，有的学者通过问卷调查的方式进行研究，如李湘妃（2013）对52位志愿者进行量化问卷调查，从影响跨文化适应的三大因素，即社会支持、大五人格、跨文化适应策略出发，从志愿者对泰国生活满意度和早回国意向的选择，了解他们的社会文化和心理适应。吴明珍（2020）通过问卷调查方式了解了2018年云南队赴泰民教委67名志愿者的社会文化适应、心理适应和工作适应三方面的跨文化适应情况。有的学者通过文化差异和文化休克阶段的方向着手研究，如马瑞华（2014）从汉语教师志愿者面临的中泰生活习惯和习俗礼仪两大方面文化差异进行阐述，研究了志愿者在文化休克的几个阶段，并提出应对策略。有的学者则通过跟踪调查、观察分析的方法分析志愿者产生文化休克的原因，如禹亚云（2015）以调查问卷和访谈的方式对暨南大学赴泰的志愿者进行了观察与分析，详细分析了文化休克产生的主观和客观原因。柴丹雯（2019）通过对2018-2019年100余名赴泰汉语教师志愿者的社会生活和工作进行跟踪调查，发现他们在工作方面前期适应慢，后期慢慢不断适应，而在工作方面则是“不断适应，调节，再适应”的过程，从而提出针对性的建议。

以上关于文化休克研究存在的不足之处可归纳为1. 研究对象单一集中，如国内某高校派出的志愿者，任教于同一国度某所学校的几位志愿者，存在地域的片面性；2. 在设计调查问卷发放的研究中，样本数量普遍较少；3. 部分调查过于表面，没有从制度文化和精神文化着手研究，具有片面性。

泰国志愿者项目启动已有20余年，然而搜索相关文献后，发现知网收集的文献中关于泰国中文教育志愿者文化休克相关的研究不够深入，存在以上不足之处，疫情之后，泰国中文教育志愿者外派与在泰工作生活都存在重重问题，面对面交流的机会减少，人际交往较从前难度提升，在泰国的不适应也被放大，文化休克出现了新的影响因素。这一背景下的文化休克研究也是笔者在本文尝试研究的方向，因此笔者通过发放问卷，对2021-2022年分布在泰国各个地区的中文教育志愿者做出调查，收集全泰范围内志愿者样本，由于样本分布范围广，数量多，收集的情况会更全面并且具有代表性，有利于笔者在了解整体情况下对症下药，提出针对性的建议。

一、文化休克量化问卷调查与研究

（一）问卷内容

本问卷主要调查志愿者的基本情况、文化休克程度及在泰物质、制度、精神文化和人际交往适应难度情况。

志愿者文化休克程度调查部分共12题，本部分题目参考1998年D.B.Mumford编制的文化休克量表，原题目有三个程度的选择，分值为0-2分，笔者将其结合泰国情况改为李克特5级量表，分数分



别为1-5分，本部分问卷满分为60分，总分越高，文化休克程度越高，文化休克程度可用文化休克指数 n 来确定，既总分与满分之比，具体衡量标准如表1所示。

表1 文化休克系数衡量表

文化休克系数	文化休克程度
$n \leq 0.2$	无
$0.2 < n \leq 0.4$	轻微
$0.4 < n \leq 0.6$	一般
$0.6 < n \leq 0.8$	较高
$0.8 < n \leq 1.0$	很高

志愿者在泰物质文化、制度文化、精神文化和人际交往适应现象调查部分共18题。采用李克特5级量表描述志愿者在泰国文化适应的困难程度，正向描述的题目分值为1-5分，反向描述的题目分值为5-1分，分值越大则代表适应程度越难，本部分问卷满分为90分，总分越高表示文化适应难度越大，适应难度用适应指数 n 来确定，既总分与满分之比，具体衡量标准如表2所示。

表2 适应系数衡量表

适应系数	适应情况
$n \leq 0.2$	无困难
$0.2 < n \leq 0.4$	有点难
$0.4 < n \leq 0.6$	一般
$0.6 < n \leq 0.8$	较难
$0.8 < n \leq 1.0$	很难

同时考察以上因素与志愿者产生文化休克的相关性。

(二) 问卷调查结果与数据分析

首先需要检查的是本次问卷的信度和效度，信度是指测验结果的一致性、稳定性及可靠性，用于研究定量数据回答可靠准确性，笔者采用SPSSAU的 α 系数，如果此值高于0.8，则说明信度高；如果此值介于0.7-0.8之间，则说明信度较好；如果此值介于0.6-0.7，则说明信度可接受；如果此值小于0.6，说明信度不佳；经检测，在本研究中此量表的内部一致性信度 α 系数为0.821，高于0.8，如表3所示，说明研究数据信度质量高，可用于进一步分析。

表3 调查问卷信度分析表

调查问卷信度分析		
项数	样本量	Cronbach α 系数
45	248	0.821

效度研究用于分析研究项是否合理和有意义，笔者通过采用SPSSAU分析KMO值和p值，如果KMO值高于0.8，则说明效度很好；如果此值介于0.7-0.8之间，则说明效度较好；如果此值介于0.6-0.7，则说明效度一般，如果此值小于0.6，说明数据不适合提取信息。而P值小于0.05，则说明通过Bartlett球形检验，说明具有效度。经检验，在本研究中此量表的效度KMO值为0.918，高于0.8，说明研究数效度很好，p值小于0.05，如表4所示，说明具有效度，研究数据非常适合提取信息。

表4 调查问卷效度分析表

调查问卷效度分析		
KMO值		0.918
Bartlett 球形度检验	近似卡方	5822.562
	df	990
	p值	0.000

1. 志愿者基本情况调查结果分析

本次问卷总共涉及248名答题者，重点选取志愿者的泰语水平数据进行分析，从数据可知本次赴泰国的志愿者泰语水平普遍不好，大部分人只有在岗前培训的泰语课培训中学过泰语，而泰语入门非常困难，短时间的培训无法让志愿者达到泰语水平一般或者好的水平，他们的泰语水平总体来说还需要不断提高。

2. 志愿者文化休克调查结果分析

表5为志愿者文化休克调查结果，总体文化休克系数是0.48，从数据可以看出，2021-2022年赴泰志愿者文化休克程度一般，文化休克因素从高到低排列为思乡情——震惊或厌恶感——礼貌待人——适应性——不适感——被欺骗——焦虑与尴尬感——无力感——肢体语言理解——身份困惑——逃离感——被接纳感。

表5 文化休克系数表

文化休克	题目对应因素	文化休克系数	总体文化休克系数
文化休克相关	适应性	0.50	0.48
	思乡情	0.63	
	被接纳感	0.40	
	逃离感	0.41	
	身份困惑	0.43	
	震惊或厌恶感	0.55	
	无力感	0.44	
人际压力相关	焦虑与尴尬感	0.45	



文化休克	题目对应因素	文化休克系数	总体文化休克系数
	肢体语言理解	0.44	
	不适感	0.50	
	被欺骗	0.47	
	礼貌待人	0.54	
结论	文化休克程度一般：0.4<n≤0.6		

志愿者文化休克或受自身或外在环境影响, 排名前三的分别为思乡情、震惊或厌恶感、礼貌待人, 可见志愿者在新的环境中非常想念原有熟悉的一套社会符号, 从而产生思乡情, 也在面临着异文化带来的震惊, 同时处理新的人际环境带来的压力, 下文可通过数据发现志愿者产生文化休克的原因与他们在适应泰国物质文化、制度文化、精神文化、人际交往相关, 下文将进一步分析。

3. 志愿者在泰适应调查结果分析

表6为志愿者在泰文化适应调查结果, 适应系数为0.53, 可以看出志愿者在泰国的文化适应总体适应难度为一般, 根据不同板块的适应系数将适应难度从高到低排列的顺序为: 制度文化——精神文化——物质文化——人际交往。

表6 在泰文化适应系数表

	题目对应因素	适应系数	总体适应系数
志愿者在泰文化适应情况	物质文化适应	0.55	0.53
	制度文化适应	0.57	
	精神文化适应	0.52	
	人际交往适应	0.48	
结论	文化适应情况一般：0.4<n≤0.6		

笔者将以上各种文化的每一板块划分至细节, 如表7所示, 志愿者对泰国的物质文化总体适应系数为0.55, 难度从高到低排列为交通出行——在泰安全——饮食——日常生活习惯——住宿——衣着。他们最难适应的是交通出行问题, 国内的交通十分发达, 公共交通工具遍布每个城市, 出行非常便利。而在泰国, 除了曼谷的公共汽车较为普遍以外, 外府最常见的公共交通工具为双条车, 很多学校位于郊外, 志愿者出行只能依靠泰方负责老师的私人小汽车或者学校的校车出行, 非常不方便, 而安全问题、饮食、日常生活习惯、住宿和衣着的难以适应也和中泰文化习俗差异有关。

表7 物质文化适应系数表

	题目对应因素	适应系数	总体适应系数
物质文化适应	在泰安全	0.60	0.55
	饮食	0.56	
	住宿	0.49	
	交通出行	0.66	

	题目对应因素	适应系数	总体适应系数
	衣着	0.49	
	日常生活习惯	0.50	
结论	物质文化适应情况一般：0.4<n≤0.6		

在制度文化方面,如表8所示,志愿者总体适应系数为0.57,适应难度从高到低排列为课堂管理——解决问题效率——管理制度。其中课堂管理的适应系数为0.65,说明志愿者在课堂管理这一部分适应较难,因为中泰课堂差异性较大,泰国学校注重轻松的课堂氛围,泰国学生也比较活泼,因此泰国的课堂不像国内的一样安静,学生会经常提问,打断教师的话语,扰乱课堂等,这是大部分志愿者感到困惑和难以适应的地方。而在解决问题方面,由于泰国人比较习惯慢慢来,而且泰国人比较注重面子上的礼貌,即使内心是不愿意的,也不会当面拒绝或者否定,所以很多志愿者在与学校沟通时得到一个肯定的答复,但过后很长时间内问题也不一定能得到有效解决,因此引起志愿者文化休克。管理制度方面,泰国比较注重划分阶级,如果志愿者遇到问题,向直接负责的主管人员反映问题则能更好地解决问题,反之,如果越级向部门领导或者校长反映,则会引起负责老师反感,从而不利于志愿者在学校工作的开展。

表8 制度文化适应系数表

	题目对应因素	适应系数	总体适应系数
制度文化适应	管理制度	0.49	0.57
	解决问题效率	0.57	
	课堂管理	0.65	
结论	制度文化适应情况一般： $0.4 < n \leq 0.6$		

在精神文化适应方面,如表9所示,志愿者总体适应系数为0.52,适应难度从高到低排列为时间观念——泰国人的刻板印象——思考方式。泰国人时间观念比较差,老师经常会遇到上课铃声已响起,但教室还空无一人的情况,过了一会儿学生才姗姗来迟,陆续进入教室,也不会觉得迟到是一件不好的事情,因此很多志愿者都会教学生一句“对不起,我迟到了”,让迟到的学生在门口说完才能进入教室,也有的志愿者发现泰方教师经常忘记和志愿者约定的时间,出现迟到的现象。而泰国人对中国人的刻板印象来自于影视剧或者互联网的片面宣传,中泰文化的差异引起了思考方式的区别,同样也会引起志愿者的不适。

表9 精神文化适应系数表

	题目对应因素	适应系数	总体适应系数
精神文化适应情况	泰国人的刻板印象	0.54	0.52
	时间观念	0.55	
	思考方式	0.47	
结论	精神文化适应情况一般: $0.4 < \alpha \leq 0.6$		



在人际交往方面，如表14 所示，志愿者总体适应系数为0.48，其中志愿者的语言沟通适应系数为0.60，这与第一部分调查的泰语水平相对应，大部分志愿者的泰语水平较为一般，因此在语言沟通的适应难度为一般，志愿者在泰国的工作和生活都离不开泰语，语言沟通的不顺畅带来了很多不便，语言休克导致文化休克。而在泰国的人际交往中，志愿者的适应难度由高到低排列为与泰国同事相处——与泰方学校领导相处——与志愿者相处——与学生相处。可见与泰方同事、领导的相处难度大于与志愿者、学生的相处。

表10 人际交往适应系数表

	题目对应因素	适应系数	总体适应系数
人际交往	语言沟通	0.60	0.48
	与泰国同事相处	0.51	
	与志愿者相处	0.42	
	与学生相处	0.39	
	与泰方学校领导相处	0.46	
结论	物质文化适应情况一般：0.4<n≤0.6		

(三) 文化休克各因素的相关性

本节分析志愿者文化休克和语言因素、在泰物质、制度、精神文化适应能力、在泰人际交往沟通数据作相关性分析。

相关分析是研究两个定量数据之间的相关关系情况，p值即显著性值，使用*号表示，标识在相关系数的右上角， $p<0.01$ 使用2个*号表示， $p<0.05$ 使用1个*号表示，如果呈现出显著性，结果右上角有*号，此时说明有关系，反之则没有关系。关系的紧密程度直接看相关系数大小即可。一般情况下，0.7以上说明关系非常紧密；0.4-0.7之间说明关系紧密；0.2-0.4说明关系一般。

通过SPSSAU统计分析软件去研究本调查问卷中文化休克和个人泰语水平的相关关系，使用Pearson相关系数去表示相关关系的强弱情况。具体分析可知：文化休克和个人泰语水平之间的相关系数值为-0.021，接近于0，并且p值大于0.05，说明文化休克和个人泰语水平之间并没有相关关系。如表11所示。笔者通过数据发现，无论是泰语水平非常好还是非常不好的志愿者，都出现了不同程度的文化休克情况，在本次受调查的志愿者中，泰语水平的好坏并没有对他们的文化休克情况产生影响。

表11 文化休克和个人泰语水平的相关关系表

Pearson相关-文化休克和个人泰语水平的相关关系				
	平均值	标准差	文化休克	个人泰语水平
文化休克	2.398	0.681	1	
个人泰语水平	1.589	0.849	-0.021	1
* $p<0.05$ ** $p<0.01$				

通过SPSSAU统计分析软件去研究本调查问卷中文化休克和物质文化适应难度之间的相关关系，使用Pearson相关系数去表示相关关系的强弱情况。具体分析可知：文化休克和物质文化适应难度之间的相关系数值为1.000，并且呈现出0.01水平的显著性，说明文化休克和物质文化适应难度之间有着显著的正相关关系。如表12所示。笔者通过问卷数据分析发现，志愿者在物质文化适应方面如交通、饮食、出行等适应的难度越高，他们的文化休克程度就会更严重。

表12 文化休克与物质文化适应难度的相关关系表

Pearson相关-文化休克与物质文化适应难度的相关关系				
	平均值	标准差	文化休克	物质文化适应难度
文化休克	31.051	451.229	1	
物质文化适应难度	19.196	259.463	1.000**	1
* p<0.05 ** p<0.01				

通过SPSSAU统计分析软件去研究本调查问卷中文化休克和制度文化适应难度之间的相关关系，使用Pearson相关系数去表示相关关系的强弱情况。具体分析可知：文化休克和制度文化适应难度之间的相关系数值为0.703，并且呈现出0.01水平的显著性，说明文化休克和制度文化适应难度之间有着显著的正相关关系。如表13所示。笔者通过问卷数据分析发现，志愿者在制度文化适应方面如学校管理、课堂管理、政策等方面适应的难度越高，他们的文化休克程度就会更严重。

表13 文化休克与制度文化适应难度的相关关系表

Pearson相关-文化休克与制度文化适应难度的相关关系				
	平均值	标准差	文化休克	制度文化适应难度
文化休克	2.398	0.681	1	
制度文化适应难度	2.836	0.788	0.703**	1
* p<0.05 ** p<0.01				

通过SPSSAU统计分析软件去研究本调查问卷中文化休克和精神文化适应难度之间的相关关系，使用Pearson相关系数去表示相关关系的强弱情况。文化休克和精神文化适应难度之间的相关系数值为0.778，并且呈现出0.01水平的显著性，说明文化休克和精神文化适应难度之间有着显著的正相关关系。如表14所示。笔者通过问卷数据分析发现，志愿者在精神文化适应方面如刻板印象、时间观念、思考方式等方面适应的难度越高，他们的文化休克程度就会更严重。

表14 文化休克与精神文化适应难度的相关关系表

Pearson相关-文化休克与精神文化适应难度的相关关系				
	平均值	标准差	文化休克	精神文化适应难度
文化休克	2.398	0.681	1	
精神文化适应难度	10.270	121.387	0.778**	1
* p<0.05 ** p<0.01				

通过SPSSAU统计分析软件去研究本调查问卷中文化休克和人际交往难度之间的相关关系，使用Pearson相关系数去表示相关关系的强弱情况。文化休克和人际交往难度之间的相关系数值为0.637，并且呈现出0.01水平的显著性，说明文化休克和人际交往难度之间有着显著的正相关关系。如表15所示。笔者通过问卷数据分析发现，志愿者在人际交往方面如与泰方同事、领导、学生等相处过程中适应难度越高，他们的文化休克程度就会更严重。

表15 文化休克与人际交往难度的相关关系表

Pearson相关-文化休克与人际交往难度的相关关系				
	平均值	标准差	文化休克	人际交往难度
文化休克	2.398	0.681	1	
人际交往难度	14.246	187.179	0.637**	1
* p<0.05 ** p<0.01				

从上述数据分析可知，文化休克与志愿者物质文化适应难度的相关性最为亲密，相关性从高到低排序依次排序为物质文化适应难度——精神文化适应难度——制度文化适应难度——人际交往难度，说明志愿者的文化休克程度和物质文化、精神文化、制度文化以及人际交往适应难度息息相关。

二、关于克服文化休克的建议和应对策略

根据调查问卷和访谈分析，志愿者在泰国适应物质文化、制度文化、精神文化的难度越高，对泰国跨文化知识了解越少，文化休克程度相对更高，因此建议志愿者在赴任前主动通过各种渠道了解泰国文化，同时提高自己的跨文化交际能力。除了学习泰语外，可以从物质文化、制度文化和精神文化几方面入手，其中物质文化包括泰国的饮食结构、用餐习惯、饮食习惯差异、服饰特点以及衣着禁忌、住房风格和特点、交通规则、出行方式等。制度文化是通过人们共同遵守的社会规范和行为规则表现出来的，包括泰国的法律法规、传统风俗习惯、传统节日等。精神文化则是通过人们的思维活动形成的方式表现出来的，包括泰国人的世界观、人生观、价值观、思维方式、宗教信仰等。赴泰前做好相应的心理准备去面对完全不同的文化环境，尊重泰国文化并做到入乡随俗。

根据调查问卷和访谈分析，志愿者解决问题能力越弱，接受新鲜事物的程度越低，则文化休克程度相对更高，因此建议志愿者在面对新的工作环境时保持积极乐观的心态，积极融入，正视所遇到的问题并寻求帮助。将自己真正视为学校的一员，积极培养主人翁意识，开展中文教学及文化推广工作，根据泰国学生的特点，及时调整和改进教学方法，试着与学生多沟通，增进师生感情，也可多与周围志愿者保持联系，互相探讨教学方法以及课堂管理心得。志愿者在任期间，应正视因文化休克带来的问题，及时排解自己的情绪，如果确实有问题不能通过自身解决，可以寻求外在社会支持力量如派出机构管理教师、泰国本土老师等给予建议与帮助，在解决问题中获取经验，正视问题，提升自我。牢固树立终身学习理念，加强学习，拓宽视野，更新知识，不断提高业务能力，成为学生喜爱的高素质国际中文教师；在工作中寻求人生价值。

根据调查问卷和访谈分析，志愿者在人际交往适应的难度越高，则文化休克程度越高，因此建议志愿者在人际交往方面学会调整心态，换位思考和积极沟通，疫情期间也通过线上互动积极调节心态。首先定位清晰，其次主动调整心态去适应，维持好与其他志愿者、泰国师生、邻居等的关系，与学校老师互动交往方面，应该先了解学校教师守则，尊重学校校规，尊重彼此的私人空间，尊重不同文化的差异。与学生互动交往方面，志愿者首先要在学生面前树立正面的形象，师生交往保持适当距离，同时关心关怀学生，理解并尊重学生，建立民主互动交流的形式；其次尊重学生人格，公平公正地对待学生，宽容对待学生错误，选择可接受的方式对学生进行教育。在与学校、同事等产生矛盾时，志愿者应该力求寻找适当的解决方法，积极沟通，先咨询再做决定，学会换位思考，避免误会的产生，而非以自我为中心，逃避沟通。

结语

在国际中文教育工作的研究中，教师的文化休克是一个很值得深入研究的课题，本次研究主要从调查问卷展开，得到了2021-2022年赴泰国的志愿者的大力支持，得到了248份真实有效的问卷数据，通过定量研究分析可知无论是新任志愿者还是留任志愿者，都存在着不同程度的文化休克现象，结论如下：

1. 2021-2022年泰国志愿者在物质、制度、精神文化和人际交往方面的适应都存在一定的困难，总体文化休克程度为一般；
2. 文化休克和志愿者的物质文化适应、制度文化适应、精神文化适应难度之间有着显著的正相关关系；
3. 文化休克和志愿者的人际交往难度之间有着显著的负相关关系；
4. 文化休克和志愿者的泰语水平之间没有相关关系。


参考文献

- 蔡荣寿，金芳颖. 文化休克与返乡文化休克[M]. 北京：中国社会科学出版社，2016. 85
- 陈国明. 跨文化交际学[M]. 上海：华东师范大学出版社，2009. 160
- 胡文仲. 跨文化交际学概论[M]. 北京：外语教学与研究出版社，2012. 188
- 王小红. 英语演讲中的“语言休克”与行之有效的解决办法[J]. 玉林师范学院学报，2005，26（6）：94-98
- 王光露. 从跨文化交际角度谈“文化休克”之于二语习得的利弊及其对外语教学的启示[J]. 英语广场，2021，（162）：58-60
- 语合中心-曼谷中心新闻. <https://mp.weixin.qq.com/s/uHXMP8b0kEsPIt0CKADxRQ>, 2023/03/13
- Babiker IE, Cox JL, Miller P. The measurement of cultural distance and its relationship to medical consultations, symptomatology, and examination performance of overseas students at Edinburgh University [J]. Social Psychiatry, 1990, (2): 109-116

D.B.Mumford.The measurement of culture shock[J].Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol,1998,(33):149-154

Oberg K.(1960).Cultural shock:Adjustment to New Cultural Environments [J].Practical Anthropology,1960, (7) :177-182

Author (1) Information (第一作者信息)

	Name and Surname (姓名) : HE WANXIN
	Highest Education (最高学历) : Master degree
	University or Agency (任职院校或单位) : Huachiew Chalmprakiet University
	Field of Expertise (专业领域) : Teaching Chinese
	Address (地址) : 18/18 Debaratna Rd, Tambon Bang Chalong, Amphoe Bang Phli, Chang Wat Samut Prakan 10540

Author (2) Information (第二作者信息)

	Name and Surname (姓名) : LI CHAO
	Highest Education (最高学历) : Graduate degree
	University or Agency (任职院校或单位) : Guangxi University, P.R.China
	Field of Expertise (专业领域) : Phonology and dialect
	Address (地址) : College of Literature, Guangxi University, 100 University Road, Nanning, P.R.China