

- No juzgar los valores, formas de actuar y costumbres de la nueva cultura, trate de entenderla y explique las propias.
- No dudar en preguntar en caso de duda o confusión.
- Tratar de pertenecer a agrupaciones multiculturales o de integrarse a las de la institución.
- Mantener contacto con familia y amigos.
- Buscar ayuda profesional en o fuera de la universidad si se tiene dificultad con el ajuste académico o personal.



Referencias

Cross—Cultural Adaptation, e Guide for International Students, Brookhaven College, Dallas, Texas

Cultura Adaptation, Mount Holyoke College, Center for Global Initiatives, Massachusetts

Cross—Cultural and Multicultural Issues in Advising, Mount Hoyote College, Center for Global Initiatives, Massachusetts

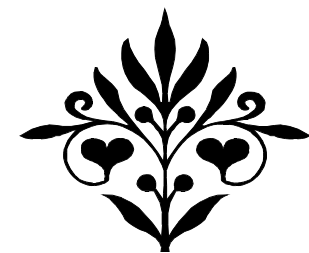
Preparado por:
Prof. Luz Aquino

C. Pastrana

UNIVERSIDAD DE
PUERTO RICO EN
CAROLINA

Departamento
DE
Consejería

**Tu experiencia
como estudiante
universitario en
el extranjero...**



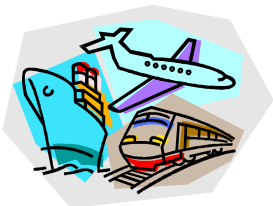
787.257.0000
EXT. 4482, 4001

Tu experiencia como estudiante universitario en el extranjero

La experiencia de ir a estudiar en otro país es rica en oportunidades para aprender y apreciar otras culturas y reflexionar sobre la propia. Es una aventura enriquecedora y estimulante; no obstante, podría causar estrés en algunos estudiantes. El enfrentarse a una cultura distinta, a personas desconocidas y a estilos de vida diferentes pudiera ser un gran reto para algunos.

Como en cualquiera otra situación de cambios drásticos en la vida, existen formas de adaptarse y ajustarse a éstos. En estudios realizados con estudiantes extranjeros, se menciona que en ocasiones, las personas que van a otros países a estudiar o a trabajar experimentan lo que se conoce como “choque cultural”. Este fenómeno se describe como el pasar por varias etapas al enfrentarse a la nueva cultura, es importante conocerlas de manera que se puedan ajustar efectivamente. Las etapas son:

- Etapa de enamoramiento o incubación - en ésta el estudiante se siente eufórico, siente que todo es perfecto y que domina la situación.



- Etapa de crisis o del verdadero choque cultural - en ésta el estudiante comienza a sentir las diferencias culturales, de estilos de vida y de procedimientos administrativos y procesales. El estudiante puede pensar negativamente de lo que sucede y de las diferencias, lo que puede resultar en frustración. Es en esta etapa en la que se experimenta sentimientos de pérdida, se extraña la familia, los amigos, las comidas y el clima de su país.
- Etapa de recuperación - es el comienzo del ajuste a la nueva cultura. El estudiante comienza a sentirse tranquilo y a entender las diferencias culturales. Comienza también la integración a los nuevos patrones y estilos de enseñanza.
- Etapa de aceptación - en ésta ya el estudiante puede manejar adecuadamente las diferencias, se siente cómodo con las costumbres y estilos del país.



Para lograr el ajuste adecuado es importante se ponga interés particular en lo siguiente:

- Formas de comunicación - existen diferencias culturales relacionadas con la forma y percepción de la comunicación. En algunas culturas es aceptable, por ejemplo, el ir “directo al grano”, lo que para otra cultura puede ser insultante.
- Privacidad - en algunas culturas se valoriza altamente el respecto a la privacidad, el mantener cierta distancia y espacio, en otras consideraría impropio no corresponder a un saludo afectuoso.
- Manejo del tiempo - el estudiante debe percatarse de la forma en que se distribuye el tiempo en el nuevo lugar. Posiblemente los horarios para las comidas, recesos, horario de clases y de oficina de los profesores sean distintos a los que está acostumbrado.
- Conocer datos del país - es importante conocer los datos con relación a la historia, geografía y costumbres del país. Esto ayudará a facilitar la adaptación y la aceptación de las personas del país.
- Aprender el lenguaje y formas de expresión utilizadas comúnmente en ese país.
- No asumir que se sabe todo; escuche, observe y preste atención especial a las señales no verbales.