



# 少数民族大学生在异域文化下的心理适应

曾维希,张进辅

(西南大学西南民族教育与心理研究中心,重庆市,400715)

**摘要:**民族高等教育的整个过程,实际上就是引导民族学生对新的社会环境和文化氛围进行心理调适以达到新的和谐的过程。探讨和分析少数民族大学生心理适应问题的表现与成因,指出其客观存在的生活习俗、语言表达、思维情感、文化观念的差异以及少数民族大学生对这些差异的主观感受和归因方式对其文化适应过程的影响以及进而对其生活学习、人际交往、心理健康、生涯发展产生的影响,我们必须从民族教育的实际出发,了解每一个民族的文化心理,在教育、教学和管理方面采取特殊的方法,制订行之有效的措施,帮助民族学生更好地融入新的文化氛围,促进民族和谐和共同发展。

**关键词:**少数民族大学生;心理适应;管理对策

**中图分类号:**G40-055 **文献标识码:**A **文章编号:**1000-2677(2007)02-0082-05

## 一、引言

### (一)当代大学生的心理适应问题分析

当代大学生的心理健康问题日益成为社会关注的焦点,其中不适应大学生生活的现象普遍存在,引人注目。清华大学近年来采用日本大学生人格健康问卷(UPI)对北京地区大学新生进行心理健康抽样调查,发现约有20%的新生存在心理适应问题,有近26%的新生认为自己需要接受心理健康方面的帮助和咨询;有关资料表明,近年来因心理疾病而导致休学和退学的学生人数占到休学退学学生总数的一半左右,并有上升的趋势<sup>[1]</sup>。相关研究表明,大学生在适应方面主要存在以下问题:(1)大学学习的不适应;(2)生活环境的不适应;(3)人际交往的不适应;(4)管理环境的不适应;(5)理想和目标的失落;(6)自我价值感的丧失<sup>[2][3][4]</sup>。据专家分析,出现心理适应问题的主要原因有:(1)家庭因素,主要表现在父母原来的教育方式与子女大学生活的脱节;(2)社会因素,把考试成绩的优劣作为衡量学生好坏的唯一标准,忽视了包括心理品质在内的综合素质的培养;(3)青年自身的发展因素,大学正是社会化最为关键的时期,许多人生和生活

问题都要在这一时期出现,因而引发了相关的心理问题<sup>[5]</sup>。由于适应不良导致的神经症、躯体障碍、情绪障碍、学习障碍等一系列心理健康问题不断困扰着当代大学生,充分认识大学新生的心理特点,深入分析大学新生可能产生的主要适应问题及其原因,有针对性地进行积极有效的疏导和调适,对他们今后在校期间的学习、生活乃至一生的发展都将会产生重要的影响。

### (二)少数民族大学生心理适应问题的特殊性

在适应问题上,少数民族大学生同非少数民族大学生相比有许多自身的特点。他们对新环境的不适应也表现在生活学习、人际交往、心理体验等诸多方面,但其中的成因不仅仅是因为家庭、学校教育及自身成长所致,其特殊性表现在这是一种独特的文化适应(culture adaptation)过程,少数民族大学生要经受强烈的文化冲击(culture shock)。进入大学对他们来说不仅仅意味着脱离了土生土长的社会环境,转移了生活空间,更重要的还在于他们还将面临独特的心理历练——因为意识到自己与非少数民族大学生的诸多不同从而会表现出独特的心理不适应。这种心理不适应不仅表现在外显的语言交际、生活习俗上,还表现在其内在的

\* 收稿日期:2006-12-13

作者简介:曾维希(1982-),男,四川泸州人,西南大学西南民族教育与心理研究中心,博士研究生,主要研究人格心理学、心理测量学。

通讯作者:张进辅,教授,博士生导师。

基金项目:教育部人文社会科学重点研究基地重大项目“建设和谐社会进程中西南地区民族心理研究”(05JJD880067)和西国重04003项目“当代中国青年职业心理特点与测评”,项目负责人:张进辅。

宗教信仰、行为准则、思维方式因为冲突带来一系列的心理体验上<sup>[6]</sup>。诸此种种必将对少数民族大学生的心理感受和行为导向产生很大的影响,也就导致了他们在接受高等教育的最初阶段表现出心理不适应的必然性。可以这样说,民族高等教育的整个过程,实际上就是民族学生对新的社会环境和文化氛围的心理调适过程。认识到这一特点,我们就应当对高等教育中的这一特殊群体进行专门的研究,找出其特殊的规律,针对民族特色采取行之有效的管理措施,使这一特殊群体能尽快适应大学生活,促进校园和谐与民族和谐。

### (三)少数民族大学生心理适应问题的规律性

少数民族大学生独特的文化不适应背后有其稳定的规律性,这一规律性体现在文化适应的过程理论和文化适应的模式理论当中。美国著名心理学家阿德勒在对文化适应进行了系统研究之后,提出了文化适应的五阶段模式假说<sup>[10]</sup>,分别是“接触阶段”、“不统一阶段”、“否定阶段”、“自律阶段”和“独立阶段”。在刚进入异文化的“接触阶段”,个体对异文化有种新奇感,并表现出强烈的兴趣,此时还没有感受到来自异文化的冲击和压力;随着接触时间、范围与深度的加大,个体开始觉察到异文化与母体文化的差异,在异文化的压力之下变得迷惑、情绪低落、厌烦、情绪化、无成就感、孤独,产生强烈的不适应感,文化适应进入到“不统一阶段”;而在“否定阶段”,个体时不时会产生攻击倾向,对异文化进行质疑,做出不公正的评判。到了“自律阶段”,个体开始承认文化差异,他们原先怀有的心理防御在这一阶段也开始解除,此时个体已经能比较自然地应付新异的环境。这一阶段是走向适应的初期。在“独立阶段”,个体对文化差异的看法更加全面与客观,至此他们能够体验丰富充裕的感情生活,能够采取实现自我价值的行为。对异文化的良好适应必然会使其日常生活变得日渐顺利,同时还能够肩负起应有的社会职责。文化适应的过程理论,它可以很好的帮助我们了解少数民族大学生心理适应问题的阶段性特征。

阿德勒从文化适应的过程揭示了文化适应的规律性,而 Berry 则从文化抉择的角度提出了文化适应的四种模式<sup>[11]</sup>,分别是“消极固守”、“盲目顺应”、“积极整合”和“边缘化”。弱势文化群体中的个体如果想一味地维持母体文化,他(她)会尽量避免同主流文化互动,活在对母体文化的幻想中,在文化适应上选择“消极固守”的文化分离模式。如果个体对母体文化有自卑感,或者异文化对其有强烈的吸引力,个体希望尽力摆脱自己身上的母体文化烙印,忽视、拒绝母体文化,对异文化表现得过于热衷,这是一种“盲目顺应”的适应模式。当然,如果个体既想维持母体文化又想与主流文化积极互

动,从而采二者之长,那么他(她)就使用“积极整合”的文化适应策略,反之如果个体既不想维持母体文化,又不想与主流文化积极互动,他(她)采用的就是“边缘化”的文化适应策略。应该说文化适应的模式理论在一定程度上揭示了少数民族大学生适应问题背后的深层心理机制。

## 二、少数民族大学生心理适应问题及成因

少数民族大学生的心理适应问题主要体现在日常生活、学习活动、人际交往和个人发展之中。由于生活方式、语言文化、思想观念等方面客观上存在较大的差异,少数民族大学生在异文化背景下对这些差异有着直接感受,并在不同程度体验到了文化差距带来的影响。他们会对自己的处境进行归因,做出抉择,要么固守,要么顺从,要么整合,要么被边缘化,这些都决定了他们能否顺利地度过文化适应的五个阶段,由不适应达到适应。

在这一变化过程中,不适应体现在生理、心理和社会层面,显性和隐性交融,而客观存在的差异以及对差异的主观认知分别是产生不适应的外在和内在原因。

### (一)生活习俗的不适应

在漫长的历史发展过程中,少数民族大学生由于长期生活在该民族独特的风俗习惯氛围中,日熏月染,其生活方式难免浸润上本民族鲜明的特色。有研究表明,生活习俗方面的不适应在进入大学的初期会表现得格外强烈和突出。例如,回族学生上大学之前普遍有所顾虑的问题中“生活习惯”就是最重要的因素之一<sup>[8]</sup>。事实上大学设立清真食堂这一举措正是为应对这一状况而实施的。众所周知,由于受到宗教礼俗的影响,回族大学生除在学校为其专门开办的清真食堂和学校附近的清真饭馆就餐外,绝不随处就餐,“不能随便吃汉人的东西”。然而不能忽略的是,这一举措本身还是有其不足之处,因为饮食方面的口味无论怎样调和还是有差别的。当付出了努力却还是不能够很好地解决生活习俗方面的问题时,他们往往会吃不好饭、睡不好觉、水土不服、疾病不断,这些都将直接的影响生活和学习。

另外,在诸如穿着打扮等非宗教礼俗的问题上,身处主流文化的民族学生为了实现与主流文化的融合,往往需要做出部分改变,虽然表层的改变不难,但毕竟是对以前习惯的一种冲击,所以这种必要的转换也会带来心理变革的痛楚。

### (二)学习活动的不适应

在大学生活的初始阶段,语言障碍无疑会对少数民族学生的学习带来压力。在我国 55 个少数民族中,绝大多数民族都保存着本民族的语言,其中 20 多个民族还有本民族的文字<sup>[7]</sup>。一些边远地区

的初等教育和中等教育都是用本民族的语言文字进行的,有些地区虽采用了双语教学,但母语仍然是当地社会内部的主要交际工具。进入大学后主要的交际语言代之以汉语,于是少数民族学生在学习中常常要将内部语言由汉语转化为母语,从而理解教学内容,因而在课堂教学中经常表现出思维节奏慢,敏捷性差,还表现出课堂上惧怕回答问题、答题时用词不当,搞不清楚题意等。除此之外,少数民族学生在学习英语、计算机以及非本民族文化的其他专业学科上往往都会比汉族学生面临更多的困难,一方面是缘于教育起点不同、语言有障碍,另一方面也与他们的思维方式有关。不同文化社会背景下的人其思维形式是有差异的,有的长于形象思维,有的善于分析思维,还有的偏于动作思维。我国许多少数民族长于形象思维,所以学生在学习中对音乐、体育等学科表现出极大的兴趣,而对其他重逻辑分析的学科则表现出兴趣不足,且学习起来感到困难。这使得部分具有消极认同的民族学生总是以消极颓废的眼光看待自己的族群,他们对自己民族的语言、文化和历史传统充满自卑,对自己的民族属性背负着一种沉重的卑下感(stigma)<sup>[9]</sup>,他们往往不敢在众人面前说本族语言,有的甚至会认为本族人智力低下,天生不如人。这样的观念必然会影响到其较好地适应大学生活。

### (三) 人际交往的不适应

人际交往方面的不适应表现在对交往的回避、恐惧,在交往过程中不自信,交往的范围狭小以及对别人的言谈举止特别敏感,容易将人际问题上升到族群问题等。那么哪些因素会导致人际交往的不适应呢?一项研究表明,在回答“你认为下列哪一项是造成不同民族交往的主要障碍?”时,维吾尔族、哈萨克族、藏族学生认为交往障碍主要是语言<sup>[12]</sup>。由于语言是交际的工具,是思维的表现形式。它的变化在很大程度上限制了少数民族大学生的交际范围,这是引起少数民族大学生人际不适应的首要因素。

其次,不同的情感表达方式和文化定型结构也影响其人际交往。少数民族大学生从小就接受着本民族文化习俗的熏陶,在他们的情感中早已建立起了与本民族文化背景相符的动力定型结构,动力定型的维持与破坏可直接引发愉快或痛苦的情绪体验。因而无论在学习或交往的过程中,他们都会不自觉地以本民族文化背景下形成的认知结构为依据去学习自己感兴趣的事物,交志同道合的朋友,以引起愉快的情绪体验。少数民族大学生情感的表露多是外向型的,热情、爽朗,其情感的基调常常是欢快、外露的。从高级神经活动的类型来看,兴奋型居多,因而情感表现热情奔放,好激动,容易产生激情,但也容易消沉,情绪上的大起大落表现

得较为明显。随着与异文化的接触越来越多,个体对两种文化之间的差异认识越来越深刻,这种差异感和陌生感促使个体产生了一种包含多种负性情绪的心理不适应感。这其中包含有愤怒、敌意、挫折、过敏、自卑等情绪成分。经历了文化休克阶段的民族学生以愤怒的眼光看待周围的新异环境,他们有时愤恨他人,有时又不理解自己,内心充斥着一种自怜感。

另外,宗教信仰的差异也会引发人际交往的不适应。少数民族大都信仰宗教,宗教在少数民族中有着久远的历史和广泛的影响,有些明显地表现为民族凝聚力的核心。我国55个少数民族的宗教信仰情况是比较复杂的,有信奉伊斯兰教、佛教、道教、基督教的,也有信奉神灵、崇拜祖先的。少数民族学生成长于本民族的社会文化环境之中,耳濡目染、潜移默化地接受了本民族固有的宗教信仰、行为准则等,并由此产生了各种各样的情感体验,追求与本民族的信仰相符的道德感、美感、理智感已成为定势心态。宗教因其根深蒂固的影响使得少数民族学生对其相当敏感。非本民族同学之间一般也缺乏对该问题的交流和探讨,同学间的言谈举止显得格外小心拘谨,唯恐犯了忌讳或因与对方的信仰行为准则不相符而引起矛盾冲突,这无疑会使得同学间的互相了解和沟通产生障碍。这也是初入校门的大学生心理不适应而产生孤独感的一个因素。

### (四) 生涯发展的不适应

少数民族大学生的生涯规划能力较弱。对于从民族地区和欠发达地区走出来的少数民族大学生来说,生涯规划意识的产生和形成基本上在大学高年级阶段,明显晚于来自于经济发达地区的学生。部分学生对职业认识模糊,以工作代替自己的职业设计,不能很好地顺应社会发展的潮流。少数民族大学生在生涯发展过程中表现的不足与其现代人格的缺失有一定关系。李琼2003年的一项调查研究结果如下<sup>[13]</sup>:被调查的1600名应届少数民族毕业生,其中仅有12人选择去省外就业,占毕业生的0.75%,其余学生宁愿选择回原籍等待职位,这表明受少数民族地区长期自然经济形态的影响,一部分民族学生闭锁不开放,对外来新事物缺乏新奇感和敏感性,观念的兼容性差;在回答“你最理想的职业选择是什么?”时,有55.2%的学生选择行政、事业单位,有4.4%的学生表示随遇而安,据统计,青海民院历届毕业生中,在家等待用人指标两年以上者不乏其人,这表明部分少数民族大学生缺乏现代社会中十分重要的竞争意识和主动就业意识,乡土观念浓厚,进取意识不强,惰性重。如上一些现代人格的缺失往往会极大地影响少数民族大学生的文化适应,进而对其生涯发展产生消极影

响,必须引起大家的高度重视。

### 三、相应的管理对策

以上几个方面的不适应会对少数民族大学生个人的心理感受和行为方式产生较强的冲击。通过分析可知,生活习俗、语言文化、思维方式、宗教信仰的差异以及对差异的认知是影响少数民族大学生心理适应的主要因素,前两个方面的影响可以通过不断交往、尝试和习得而逐步得到解决。后两个方面却复杂得多。思维方式、情感表达是属于心理过程的内容,价值观念、宗教信仰是属于精神文化的内容,具有相对的稳固性,其影响不是轻易就能更改的。但现实差异和个人的成才目标又要求他们必须做出心理和行为上的调整和变更,以使其适应新的社会文化环境,只有这样,他们才能以和谐的心理状态充分发挥个人的潜能,更好地完成学习任务,更好地融入现代文明的发展,更好地扮演文化沟通使者的角色。

从目前的民族高等教育实际来看,由于我们在宏观上对民族高等教育自身内在的发展规律认识不足,在微观上对这种特殊身份的学生的独特心理感受缺乏全面、准确的了解和研究,因此在具体的教学和管理过程中,还存在着许多突出的问题。如思想政治教育工作的切入点,校纪管理和不同生活习惯的协调处理,师生间的交流和沟通,教学内容与民族经济发展的适应性,教学方法与学生思维的吻合性,学生和學生之间的理解和沟通等等。笔者认为现在问题的关键是,在异域文化背景下,少数民族大学生缺乏一种对文化环境变迁后的讨论和交流的渠道。目前的现状是,由于缺乏有效的外界指导,少数民族大学生多半只能依靠自己的感受去探索,以实现自我心理的调适和谐,长此以往这势必会延长心理变迁的过程,个人的自我调适也难免会出现偏差。

我们不愿意看到个体在文化适应过程中出现“消极固守”、“盲目顺应”或者被“边缘化”。如何才能帮助学生缩短心理变迁的过程,使其尽快从“不统一阶段”过渡到“独立阶段”,实现“积极整合”的文化适应和谐状态呢?我们可以做如下几个方面的工作。

#### (一)积极营造民族文化氛围

在校园里营造一定的民族文化生活氛围,使学生在心理上能感受到一个相对接近的文化生活环境。这可以用过民族节日、穿民族服装、唱民族歌曲、办校园民族语言广播、订阅民族文字报刊等具体形式创造一个民族文化氛围,使来自少数民族地区的学生产生亲近感,减少陌生感和孤独感,逐步增强其心理承受能力。同时,领导和教师也应该热情支持并参与到他们的节日欢庆活动中,通过活动

进行交流,加深理解和沟通;通过举办民族的联欢会、运动会、竞赛活动、读书演讲会等活动,展现各民族的风采,培养同学之间的亲近感,激发民族自豪感,增强民族自信心,加强各民族的大团结。

#### (二)重视民族学生的生活习俗

笔者所在的西南大学在这方面做出了自己的特色,对少数民族学生的食宿进行了周密的策划和部署,特别是对有伊斯兰教信仰或生活习俗的少数民族学生的饮食作了精心的安排。今年,我校投资近百万元新建了民族餐厅,现有面积1000多平方米,可同时容纳300多学生就餐,同时,在协调解决有伊斯兰教信仰或生活习俗的少数民族学生伙食问题上提出了六条细致且操作性极强的解决方案:一是严格把握肉类原材料质量关。屠宰场要提供最新鲜的肉类原材料,学校民族餐厅的肉类原材料必须从清真屠宰厂采购;二是建立了一个清真食品监督委员会,聘请少数民族学生代表参与肉类原材料的验收和餐厅伙食价格的制定等;三是建立了市伊协和学校的联系制度,伊协派一个阿訇联络员,帮助解决学生提出的问题,打消学生顾虑;四是学校和伊协协商推荐一名阿訇在学校兼职,帮助宰牲,减少学校肉类原材料的成本;五是学校研讨对民族餐厅的补助方式,考虑将暗补改为明补,增强民族餐厅市场运作功能;六是民族餐厅的装饰风格保持鲜活的伊斯兰教特色。这些举措无疑较好地解决了少数民族学生的饮食习惯问题,拉近了他们与学校的心理距离,为文化适应打下了坚实的基础。

#### (三)教学方式贴近民族学生

教学既要重视各民族文化差异,如教学内容要尽量满足少数民族学生的实际需要,通过灵活多变的教学方法与学生的思维方式相吻合,另外还应考虑民族感情,利用少数民族学生易兴奋、好激动的特点,寻找各民族悠久历史和灿烂文化中的“激励”之源,引起学生愉快的学习情绪和积极的思维活动。组织学生进行社会实践活动也是行之有效的手段。让学生利用假期或实习活动,回到自己熟悉的民族文化环境中去,这对于增强学生学习的主动性,减少盲目性,培养民族责任感和使命感是大有裨益的。

#### (四)重视民族学生的心理健康问题

这个方面要着重做好以下工作:(1)广泛开展心理调查和咨询活动,把握少数民族大学生的心理特征。要及时发现存在心理障碍的学生,有针对性地开展心理辅导与疏导活动,比如针对新生的交往问题,举办系列讲座与咨询,消除自卑、羞怯、嫉妒等人际交往中的不良心理。(2)针对部分少数民族大学生较为保守、封闭的心理,鼓励他们积极参加校内外各种有益的大学生社团活动,锻炼自己的人际交往能力。还可以通过团体辅导的形式增强自

我成长能力,培养积极的个性品质,提高学生的人际交往能力。少数民族大学生也应该主动地将自己置身于各种环境,多方面地锻炼自己。(3)重视健全人格的塑造。要通过有计划有意识的宣传,使各民族学生了解什么是人格健全,怎样才能达到健全人格,培养其良好的个性品质、高尚的情操、坚忍不拔的毅力和乐观向上的精神风貌;要把人格培养和知识传授、能力培养同样视为教育的一项重要内容。(4)重视生涯辅导。将生涯规划和职业设计能力的培养放在低年级进行,借助科学的分析工具,采用个性化的咨询和指导,帮助少数民族大学生尽早进行个人生涯规划和职业设计,明确自己的发展目标,合理地规划自己的大学生活,以适应社会发展的要求。少数民族大学生的就业问题对于加强民族团结,加快民族地区经济发展,促进民族繁荣与进步具有重要的意义。实践表明,很多少数民族大学生认为加强生涯规划和职业设计教育对于他们的就业和发展起着重要的作用。

#### (五)强化民族团结意识

宣传党的民族政策,强调民族平等团结。各民族同学从不同地区汇聚到一起共同生活,共同学习,这本身就是民族平等团结的象征,大家应该相互帮助,彼此尊重,互相理解,增进团结。教育学生不利于民族团结的话不说,不利于民族团结的事不做;教育学生要正视差异,互相理解,相互尊重,平等对话,互相帮助,尽力学习,取长补短,共同维护和发展现代文明;教育学生在处理实际问题时不要把个体性质的问题上升到族群的问题,冷静克制,防止别有用心的人拿这类事件做文章,破坏民族团结。

#### 四、总结

民族高等教育是我国高等教育的一个重要组成部分,它不仅有一般高等教育的共性,又有自己的特性。其特性集中反映在少数民族大学生心理调适变化以至达到新的和谐的变化轨迹上。在民

族高等教育中教育对象独特的文化背景对于整个教育目标的完成具有很大的影响。因此,我们必须从民族教育的实际出发,了解每一个民族的文化心理,在教育、教学和管理方面采取特殊的方法,制订行之有效的措施,帮助民族学生更好地融入新的文化氛围,促进民族和谐和共同发展。

#### 参考文献:

- [1] 程孟瑾. 影响少数民族大学生心理健康的原因分析[J]. 贵州:民族教育研究,1997(2):44-46.
- [2] 张培民. 少数民族大学生群体心理浅谈[J]. 民族教育研究,1997(3):32-34.
- [3] 张世富,阳少敏. 云南4个民族20年跨文化心理研究——议青少年品格的发展[J]. 心理学报,2003(5):690-700.
- [4] 郑一筠. 谈少数民族学生入学后的心理调适[J]. 民族教育研究,1995(1):35-38.
- [5] 徐万邦,祁庆富. 中国少数民族文化通论[M]. 北京:中央民族大学出版社,1996:68.
- [6] 黄爱梅. 试论民族大学生心理健康与德育工作[J]. 广西民族学院学报(社会科学版),1998(1):165-167.
- [7] 徐黎丽. 关于民族心理学研究的几个问题[J]. 民族研究,2002(6):95-100.
- [8] 南文渊. 几个世纪以来对回族民族心理的评说综述[J]. 青海民族研究,1997(3):32-39.
- [9] Timothy D W, Sammel L. A Model of Dual Attitudes[J]. Psychology Review, 2000, 107(1):101-126.
- [10] Solgado de Snyder, N, Lopez, C. M. And Padilla, A. M. Ethnic identity and cultural awareness among the offspring of Mexican interethnic marriage[J]. Journal of Early Adolescence. 1982, 19(1): 108-115.
- [11] 白亮. 文化适应对少数民族大学生心理健康的影响[J]. 民族教育研究,2006,17(3):81-84.
- [12] 黄竹. 少数民族大学生人际关系素质现状调查与分析[J]. 民族教育研究,2005,16(5):35-40.
- [13] 李琼. 西部少数民族大学生现代人格缺失及其成因分析[J]. 青海民族学院学报(社会科学版),2005,31(4):98-101.

责任编辑 曹莉

## The Psychological Adaptation of Minority College Students in Foreign Cultures

ZENG Wei-xi, ZHANG Jin-fu

(Research Institute for Education and Psychology of Southwestern Ethnic Groups, Southwest University, Chongqing 400715, China)

**Abstract:** National higher education actually is the process of leading minority college students adapting new social environment and cultural atmosphere for reaching a new psychological harmony. Aware of this, we should find the special law and adopt effective management practices. For this reason, this article gives the preliminary analysis of the performance and causes of minority students' psychological adjustment problems, pointing out that the objective existing difference of the living habits, language, emotional and thinking pattern, cultural notion, and minority students' subjective feelings and attribution to the differences affect their cultural adaptation process. Then it will impact their daily lives, learning, interpersonal relationships, mental health and career development. In light of these circumstances the management measures were proposed in this paper, which may be of practical significance in improving the management level of minority higher education.

**Key words:** minority college students; psychological adaptation; management measures