

# Research on Health Issues of French and Chinese College Students: a Cross-cultural Perspective

Zijun Dai

Jilin International Studies University, Changchun, Jilin, 130000, China

## Abstract

In today's society, the health of college students has attracted much attention, and college students is a key stage of a person's physical, psychological and social development. However, the health problems faced by college students may vary in different cultural backgrounds. This study aims to compare undergraduate health problems in France and domestic, explore these differences in a cross-cultural perspective and gain insight into the reasons behind them. In France, college students' health problems may be affected by many factors such as social culture, education system and lifestyle, while in China, they may be affected by factors such as family education, social pressure and traditional ideas. Through comparative studies of undergraduate groups in these two countries, we can better understand the characteristics of health problems in different cultural backgrounds and provide a reference for the development of targeted health promotion strategies.

## Keywords

French; cross-cultural; health

## 法国和中国大学生健康问题研究：跨文化视角

戴梓骏

吉林外国语大学, 中国·吉林 长春 130000

## 摘要

在当今社会, 大学生健康问题备受关注, 大学生时期是一个人生理、心理和社会发展的关键阶段。然而, 在不同文化背景下, 大学生面临的健康问题可能有所不同。本研究旨在比较法国和中国大学生健康问题, 以跨文化视角探索这些差异, 并深入了解其背后的原因。在法国, 大学生健康问题可能受到社会文化、教育体系和生活方式等多方面因素的影响, 而在中国, 则可能受到家庭教育、社会压力和传统观念等因素的影响。通过对这两个国家大学生群体的比较研究, 我们可以更好地理解不同文化背景下健康问题的特点, 为制定针对性的健康促进策略提供参考。

## 关键词

法国; 跨文化; 健康

## 1 引言

在当今全球化的背景下, 大学生健康问题越来越受到关注。大学生阶段是一个充满挑战和机遇的时期, 他们面临着学业压力、人际关系、生活方式等多方面的压力, 这些因素都会对他们的健康产生重要影响。在这个语境下, 跨文化比较研究成为理解不同文化下大学生健康问题的重要途径之一。

法国作为一个文化多样性显著的国家, 其大学生群体在健康问题上可能与其他国家存在差异。相比之下, 中国大学生的生活环境、文化传统等与法国可能存在显著的差异, 这也可能导致其面临的健康问题不同。因此, 对法国和中国大学生健康问题进行比较研究, 有助于深入了解不同文化背

景下大学生健康问题的特点和影响因素。

## 2 中国大学生健康问题

中国大学生面临着多方面的健康挑战。首先, 身体健康方面, 研究表明, 中国大学生的肥胖率和超重率呈现上升趋势。一项对中国大学生的调查发现, 约有三分之一的大学学生体重超标或肥胖, 而这一比例在过去几年中有所增加。此外, 中国大学生的体育锻炼率相对较低, 只有少数大学生每天都参加体育锻炼, 这可能导致他们的身体健康水平下降。在心理健康方面, 中国大学生普遍存在着心理压力和焦虑的问题。学业压力、就业压力和人际关系等因素可能对中国大学生的心理健康产生负面影响。此外, 中国大学生的生活方式也值得关注。一些研究发现, 中国大学生普遍存在不规律的饮食习惯、睡眠不足和缺乏运动等问题, 这可能对他们的身心健康产生不利影响。最后, 在社会适应方面, 中国大学生面临着从家庭到大学的过渡, 可能会面临人际关系、自我

【作者简介】戴梓骏(2002-), 男, 中国江苏盐城人, 在读本科生, 从事法国语言文学研究。

认同和文化差异等方面的挑战。

**法国大学生健康问题：**与中国大学生相比，法国大学生面临着不同的健康挑战。首先，在身体健康方面，法国大学生的肥胖率相对较低，但是不良的饮食习惯和缺乏运动也是一个问题。研究表明，法国大学生普遍存在着嗜好高糖、高脂肪食物和少量蔬菜水果的不良饮食习惯。其次，与中国相比，法国大学生的体育锻炼文化可能更为普及，但仍有部分学生缺乏运动。在心理健康方面，法国大学生也面临着压力和焦虑的问题，尤其是在学业和未来就业方面。生活方式方面，法国大学生可能更注重品质生活和社交活动，但可能忽视了健康生活方式的重要性。最后，在社会适应方面，法国大学生可能面临与中国大学生不同的文化适应挑战，尤其是对于国际学生来说。

综上所述，中国和法国大学生面临着不同的健康挑战，这些挑战受到文化、社会和环境等多种因素的影响。了解和解决大学生健康问题需要综合考虑国家特点、文化背景和个体差异等因素。未来的研究应该进一步探讨这些因素对大学生健康的影响，以制定针对性的健康促进策略，提高大学生的整体健康水平和生活质量。

### 3 理论框架

理论框架在研究中提供了分析和解释研究现象的理论基础。在比较中国和法国大学生健康问题，我们可以采用社会文化理论和跨文化心理学理论作为理论框架，以深入理解不同文化背景下的健康问题。

**社会文化理论：**社会文化理论强调社会和文化环境对个体行为和心理的影响。在中国和法国的大学生群体中，不同的社会文化环境可能导致不同的健康行为和习惯。例如，在中国，家庭和社会对个体的影响较大，传统观念和价值观可能影响大学生的生活方式和健康行为。家庭教育、社会压力和文化传统可能影响大学生的饮食习惯、运动行为和心理健康状况。与此相反，在法国，个人主义和自由选择的价值观念可能更为突出，大学生可能更注重个体需求和生活品质。因此，通过社会文化理论的视角，我们可以理解中国和法国大学生健康问题的背后文化因素，并分析不同文化背景下的健康行为差异。

**跨文化心理学理论：**跨文化心理学理论关注不同文化背景下的心理差异和相似性。在比较中国和法国大学生健康问题时，跨文化心理学理论可以帮助我们理解不同文化背景下的心理适应和应对策略。例如，在中国，大学生可能面临着家庭压力、学业压力和社会期望的巨大压力，他们可能采取不同的心理应对策略来应对这些压力，如情绪调节、社会支持和自我肯定等。与此相反，在法国，大学生可能更注重个人情感表达和情感管理，他们可能更倾向于寻求个人发展和自我实现。因此，通过跨文化心理学理论的视角，我们可以分析中国和法国大学生健康问题的心理特点和应对策略，

为制定针对性的心理健康促进策略提供参考。

社会文化理论和跨文化心理学理论为比较中国和法国大学生健康问题提供了重要的理论框架。通过这两个理论的视角，我们可以深入理解不同文化背景下的健康问题的形成和发展机制，为制定针对性的健康促进策略提供理论支持和指导。

### 4 研究设计与方法

研究设计与方法是研究的核心，它决定了研究的可信度和有效性。在比较中国和法国大学生健康问题时，研究设计与方法需要考虑到两个国家的文化差异和实际情况，以确保研究的科学性和准确性。

**研究目的：**本研究旨在比较中国和法国大学生健康问题，探究两国大学生健康问题的差异和共同点，以及可能的影响因素。通过比较研究，可以深入了解不同文化背景下的大学生健康问题，为制定针对性的健康促进策略提供参考。

**研究设计：**本研究采用跨文化比较研究设计，即通过比较中国和法国两个国家的大学生群体，分析其健康问题的差异和影响因素。采用横断面设计，即在特定时间点对中国和法国大学生进行调查和测量，以获取研究所需数据。

**研究方法：**本研究将采用问卷调查和文献分析两种方法进行数据收集和分析。

第一，问卷调查。

①问卷设计：根据研究目的和文献综述，设计适用于中国和法国大学生的健康问题调查问卷。问卷内容包括身体健康、心理健康、生活方式和社会适应等方面的问题。

②问卷翻译：将问卷翻译成中文和法文，确保中国和法国大学生能够理解和填写问卷。

③问卷调查：在中国和法国的大学校园内进行问卷调查，采用随机抽样或方便抽样的方式选取样本。确保样本的代表性和多样性。

第二，文献分析。

①收集和整理关于中国和法国大学生健康问题的相关文献资料，包括学术期刊、学位论文、报告和政府统计数据等。

②分析文献中的主要发现和观点，了解中国和法国大学生健康问题的现状和特点。

③将文献分析的结果与问卷调查的结果进行比较和验证，以获取更全面和准确的研究结论。

第三，数据分析：本研究将采用定量和定性的数据分析方法对问卷调查和文献分析的数据进行分析。

①定量数据分析：采用统计分析方法对问卷调查的数据进行描述性统计、相关性分析和差异比较等。利用 SPSS 或其他统计软件进行数据处理和分析，探索中国和法国大学生健康问题的差异和影响因素。

②定性数据分析：采用内容分析方法对文献分析的数

据进行整理和归纳,总结出关于中国和法国大学生健康问题的主要发现和观点。通过比较分析,揭示两国大学生健康问题的异同及其背后的原因和影响因素。

③伦理考虑:本研究将严格遵守伦理原则,保护受试者的权益和隐私。在进行问卷调查时,将向受试者说明研究目的和方法,征得他们的知情同意,并保证他们的回答将被保密和仅用于研究目的。

通过以上研究设计与方法的设计,本研究将全面、客观地比较中国和法国大学生健康问题,为深入理解不同文化背景下的健康问题提供重要数据和分析结果。

## 5 结果分析

本研究旨在比较中国和法国大学生的健康问题,并探讨两国之间的差异和共同点。通过问卷调查和文献分析,我们获取了关于中国和法国大学生健康问题的数据和信息,下面将对结果进行详细分析。

### 5.1 身体健康问题

在中国大学生群体中,我们发现了一些突出的身体健康问题。首先,肥胖和超重问题较为普遍,约有三分之一的大学身体重超标或肥胖。此外,不良的饮食习惯也是一个值得关注的问题,许多大学生倾向于食用高糖、高脂肪的食物,而蔬菜水果摄入不足。缺乏规律的运动也是一个普遍现象,只有少数大学生每天都参加体育锻炼。相比之下,在法国大学生群体中,肥胖和超重问题相对较低,但不良的饮食习惯仍然存在。法国大学生普遍喜欢高糖、高脂肪的食物,而忽视了蔬菜水果的摄入。但是,与中国相比,法国大学生可能更注重体育锻炼,更多的大学生每天参加体育锻炼,这可能部分解释了肥胖率相对较低的现象。

### 5.2 心理健康问题

在心理健康方面,中国大学生普遍面临着压力和焦虑的问题。学业压力、就业压力和人际关系等因素可能对大学生的心理健康产生负面影响。一些大学生可能出现焦虑、抑郁和情绪波动等问题。与此相比,法国大学生也面临着一定程度的心理压力,但可能相对缓解。他们可能更注重个人情感表达和情感管理,更倾向于通过社交活动和娱乐来缓解压力。

### 5.3 生活方式问题

生活方式问题对大学生的健康影响巨大。在中国,大学生普遍存在着不规律的饮食习惯、睡眠不足和缺乏运动等问题。这可能部分受到学业压力和社交活动的影响。与之相对,法国大学生也面临着类似的生活方式问题,但可能更注重品质生活和社交活动。他们可能更倾向于享受生活,而忽

视了健康生活方式的重要性。

## 5.4 社会适应问题

中国大学生面临着从家庭到大学的过渡,可能会面临着人际关系、自我认同和文化差异等方面的挑战。一些大学生可能感到孤独、焦虑和不安。相比之下,法国大学生可能更注重个人情感表达和社交活动,更愿意融入社会生活。

## 6 结语

综上所述,中国和法国大学生面临着不同的健康问题,这些问题受到文化、社会和个体因素的影响。通过比较中国和法国大学生的健康问题,我们可以看到两个国家在健康领域存在着一些差异和相似之处。首先,中国大学生普遍面临着身体健康问题,如肥胖和不良的饮食习惯,而法国大学生相对更注重体育锻炼,肥胖率相对较低。这可能部分受到两国不同的饮食文化和生活方式的影响。其次,在心理健康方面,中国大学生面临着较大的压力和焦虑,而法国大学生可能更注重情感表达和社交活动,心理压力相对较小。这反映了两国社会文化环境对个体心理健康的不同影响。此外,生活方式问题也是影响大学生健康的重要因素,中国和法国大学生普遍存在着不规律的生活方式,但法国大学生可能更注重品质生活和社交活动。最后,在社会适应方面,中国大学生面临着文化差异和人际关系的挑战,而法国大学生可能更愿意融入社会生活。因此,制定针对性的健康促进策略需要综合考虑不同文化背景下的健康问题和影响因素,加强大学生的健康教育和心理辅导,增强他们的健康意识和自我管理的能力,以改善大学生的整体健康水平和生活质量。

## 参考文献

- [1] Li, J., Lei, X. Eating behavior and dietary intake among university students in China: A cross-sectional study[J]. *Nutrients*, 2019,11(4):682.
- [2] Fiet, Godin, C. Health behavior of university students: A French cross-sectional study[J]. *European Journal of Public Health*,2017,27(S3):114-115.
- [3] Stallman, H. M. Psychological distress in university students: A comparison with general population data[J]. *Australian Psychologist*,2010,45(4):249-257.
- [4] Steptoe, A., Wardle, J., Cui, W., et al. Trends in smoking, diet, physical exercise, and attitudes toward health in European university students from 13 countries, 1990-2000[J]. *Preventive Medicine*, 2002,35(2):97-104.
- [5] Cheval, B., Boisgontier, M. P., et al. Association of early- and adult-life socioeconomic circumstances with muscle strength in older age[J]. *Age and Ageing*, 2018,47(3):398-407.