

疫情之下

中国留学生的海外实习之路

本报记者 周姝芸



图片来源：百度

新冠肺炎疫情之下，中国留学生的学业和职业发展均受到一定程度的影响。和职业发展紧密相关、被中国留学生看重的在留学目的地实习呈现哪些新特点？哪些途径可以获取实习机会？面试有什么技巧？本期通过与几位有经验的同学对话，聚焦疫情下中国学子的海外实习之路。

学校资源开启绿色通道

就读于美国耶鲁大学资产管理专业的肖雅蓝刚获得一个本地实习机会，“我是被雇主企业主动联系的，说起来真的要感谢学校的CDO”。CDO是什么？竟然能让雇主上门？据肖雅蓝介绍，CDO是管理学院的职业发展中心，和很多企业都有联系，学生把简历上传到CDO的网站，企业可在另一端看见。“这家公司觉得我的实习经历匹配他们的业务需求，就通过CDO联系了我。”肖雅蓝说。

无独有偶，在新加坡留学的孔苑最近也通过学校找到了不错的实习机会。孔苑就读于新加坡国立大学工程学院，实习岗位是助理估算师。“我们学校有个网站很实用，面向不同学院的学生发布有针对性的招聘信息。”孔苑回忆起找实习工作的经历说，“我在学校网站报名相关实习项目后，专门负责招聘的老师联系了我，还帮我修改简历，提了不少有用的建议。”

记者梳理相关信息发现，很多国外大学都十分重视职业中心的建设。对学生而言，它是海量就业信息

链 接

国家不同 实习机会不同

毕业于日本立命馆大学的丁婷建议多尝试，比如日本的实习种类通常分长期和短期。长期实习具体时间没有限制，短期实习时长一天甚至半天，目的是让求职者提前感受公司氛围，了解公司文化。学生可以借此进入不同行业，多体验、多选择。

据毕业于德国开姆尼茨工业大学的洪海沛介绍，在德国寻找实习机会的渠道有学校网站、职业社交平台、公司官网、熟人推荐等。他曾在当地找到一家腕表公司实习，因为这家公司需要一名既懂德语又懂中文的同学做翻译工作，正好与洪海沛的学历背景匹配，顺利通过面试入职。

确实，留学生和本地学生竞争，要明白自己的优劣势所在，避开薄弱的求职领域，把精力放在成功率更高的岗位上。很少有公司会为了国际化而国际化，但有些岗位倾向招收中国学生，比如有中国地区业务的公司，这类岗位就可以重点关注。

汇集的枢纽，能提供各类丰富的实习机会。

有着多年留学行业工作经验的InVisor国际教育创始人杨卓伦在接受本报记者采访时介绍，国外大学官方提供的求职资源，是很多中国同学会忽略的。“很多国外大学的就业中心不仅能帮学生链接到海量职位，还会提供优质求职平台账号。不仅如此，它的服务具有延展性，不限于办讲座、搞模拟面试，如果学生去主动沟通，还可能被安排个性化服务。”

“借助学校资源是寻找实习机会的较快途径，因为很多雇主不会公开招聘，而会通过校友资源直接对接学校。”肖雅蓝谈道，“我的雇主就是我的校友，出于对学校教学的信任，和我聊了聊简历、背景，就录用了我。”

面试练习突破语言关卡

“疫情下，为了提高远程办公的沟通效率，当地企业对留学生外语表达能力的要求明显提高。”英国职业发展协会注册职业规划师丁倩倩告诉本报记者。不仅如此，疫情催生了线上招聘，视频对话模式省去了肢体语言，口头表达变得更加重要。

对此，孔苑体会很深。“刚开始找实习机会时，如果是视频面试，我就很紧张。”孔苑说，“其实学了这么年的英语，对话是没问题的，但在视频面试这个特殊场景下，想要流利娴熟地表达，还是有难度。”她分享了自己的技巧，“我在面试当天会先进行口语训练，以提前熟悉英语交流的感觉；此外，随着面试经历的增加，可以不断总结经验、调整自己，回答时更加有条理。”

“面试时，和日本同学一起竞争，语言的弱势是没办法忽视的。”从日本立命馆大学毕业不久的丁婷有同感，“我想进咨询行业实习，小组面试不仅要求用日语熟练分析案例，还需要和成员‘打配合’。”

丁婷回忆说，当时正值疫情暴发，面试转到线上，她的经验是日语面试需要大量的准备。“具体而言，就是反复练习。我找日本朋友练过，也报名参加过各种模拟面试活动。”最终，丁婷如愿收到了心仪公司的实习录取信。

据丁倩倩观察，对于中国留学生来说，“一定不要害怕说。我在英国遇到很多留学生获得面试机会后，第一个问题都是问面试用英文还是中文，建议同学们不用担心说不好，先要张开嘴，因为只有这样，你的语言水平才能更快提升”。

积极行动拓宽求职途径

“刚开始，投出的简历石沉大海。”在英国伦敦大

学伯贝克学院读数字传媒管理的韩昊阳讲起了自己的求职过程，起初他在网上搜索岗位，然而数量有限，尤其是好的岗位竞争激烈，投递之后鲜有回复。发愁之际，韩昊阳向一位学姐寻求建议，得知当地有家不错的求职机构，可以帮助留学生寻找实习机会。于是，他主动联系询问，“和专业的老师沟通后，我意识到自己简历上信息堆叠，存在不少问题。最终，该机构提供了很多优质职位信息，帮我找到了现在的实习工作。”

韩昊阳的经历从侧面印证了中国留学生在寻找实习机会的过程中，化被动为主动、通过各种途径搜索实习机会的重要。

对此，杨卓伦持相同观点。他认为，留学生可以用好领英等职业社交平台、校友通讯录，同时积极参加线上活动，这些途径都能帮助大家第一时间获得实习机会、前辈的内推以及业内人士的指点。

据杨卓伦观察，疫情期间，拓展当地人脉难度加大，原因在于线上的人际交往较难深入，能得到的内推机会减少，而直接在招聘网站投递简历则竞争激烈。主动、积极、提早准备，是中国留学生求职制胜的必备素质和技能。

丁婷的成功经验正是“提早准备”。“一方面，寻找实习机会不能拖延，提早准备才能赢在起跑线上。在日本实习求职，需要提前1年就开始准备。我刚读研究生时，就意识到必须要行动了。”丁婷说。

有接触大量留学生经验的丁倩倩则建议同学们定一个求职计划，例如明确下一每周花几小时用在寻找实习工作上。“无论是疫情当中，还是今后遇到的各种变化，留学生们需要具备在未知变数中迅速行动的能力。”丁倩倩说。

延伸阅读

留学英美 哪些网站可以寻找实习机会

据竹盟Edu微信公众号梳理，在英国的留学生可以通过以下网站获得实习信息：

1、Student Circus 该网站针对目前正在争取Tier4签证的在英国国际学生的求职网站，该平台列出了英国公司提供的实习机会。

2、Rate my placement 该网站为学生提供不同行业的实习岗位信息，同时也是一个在线论坛，学生可以写下自己的实习反馈，供其他人参考。

如果在美国留学，关注以下求职网站可以找到实习机会：

1、LinkedIn 该网站提供美国企业和就业导向的在线服务，允许求职者发布简历、雇主发布工作。LinkedIn是一个工作型社交平台，首先创建账号，完善个人资料，在页面顶部的职位类型里选择“实习”，可以立刻看到哪些联系人不同的公司工作。

2、Indeed 该网站致力于改善网络求职体验，力争为求职者提供全面、精确的招聘信息。

3、Idealist 该网站最初是联系不同社区、非营利组织的平台，后来增添了志愿者招募、职位空缺、实习、活动等信息。



图片来源：百度

2020年3月，受新冠肺炎疫情影响，群镇源就读的美国帕森斯设计学院将线下课转为网课，不少同学选择回国。群镇源也买了回国机票，然而因疫情反弹等各种原因，机票总是被取消。最后，他放弃回国，决定留在美国。

在纽约上网课

距离群镇源上次回家已逾1年，疫情期间，他只能靠网络与家人联系。群镇源很少外出，除了到超市购买生活物资，大部分时间都“宅”在家里上课、学习。

帕森斯设计学院的专业课一周两次，由于要给学生留出现场设计与制作模型的时间，其中一次课的时长是5小时40分钟，另一次课的时长是两小时40分钟。对群镇源来说，课程全面改为线上，“没觉得不适应，在家上网课能省去通勤时间，还挺好的”。

群镇源的住处距离学校需约半小时的地铁通勤时间。疫情暴发前，他需要带着作品或者抱着材料到学校现场制作，再请老师点评。因有些作品要求不能用胶水，材料大多使用木头、纸或者泡沫板，有时候作品尺寸较大，抱着这些材料赶地铁并不方便。“改为网课，作品在家完成，反而没有这些不便了。”群镇源说，“不过，由于老师只能远程授课、从照片中观察学生作品，立体作品的完整性难以通过图片这种平面形式呈现，不论是老师布置作业还是学生展示作品都会增加沟通时间。尤其是当老师讲得比较投入或者富有激情时，就很容易忘记看时间，常常拖堂一两个小时。”但在群镇源看来，这样“也可以学

群镇源：

在艺术设计中 发现更好的自己

杨 萌 张荷丝



群镇源以可持续发展为理念，废弃自行车胎打造了一个桌子。

到更多东西，更能体会到老师的责任感和对设计的热爱”。

疫情期间，群镇源每天都会跟父母沟通、互报平安。不回国的决定也得到了父母的尊重，“我从高中开始就一个人在美国生活，他们也相信我有能力管理好自己的生活。”

尝试申请艺术院校

出国读高中并不是群镇源的最初目标。小学时，他就读于一所国际学校，学校强调学业与课外活动并重。上初中之后，群镇源慢慢发现自己对国外高中的教学模式更感兴趣，便在初二下学期告诉母亲想出国读高中。家人和他分析利弊、反复商讨，最终决定支持他。

群镇源就读的莫尔登天主教高中位于美国波士顿。该校创立于1932年，是一所大学预备级男校，学校重视因材施教，会对不同类型的学生设计相应的学术课程，在当地颇有名望。

最初，群镇源并未确定往艺术方向发展，而是在很多方向进行了尝试。他加入过足球队、网球队、化学俱乐部、艺术俱乐部，还曾参与志愿活动——在波士顿儿童博物馆担任节日志愿讲解员。直到11年级，他发现设计是很有意思的事情，自己在手工方面也有天赋，而且有耐心去刻画作品的每一个细节。

转折来自2019年，那一年，他设计的作品在美国青少年艺术文学竞赛中获奖。这个奖项给了他信心，也让他萌生了申请艺术院校的念头。

发现更多创新可能

在入学之前，群镇源没想过自己能被帕森斯设计学院录取，因为“这所学校实在太有名了”。帕森斯设计学院成立于1896年，是一所位于纽约市的艺术设计学院，在艺术设计领域颇负盛名。学校的老师大部分都是艺术领域从业者，对行业里的设计风向了如指掌，能为学生提供非常新的理念。

之所以填报帕森斯设计学院，用群镇源的话说，只是想“搏一搏”。“因为我是‘半路出家’，绘画功底较弱，准备作品集也有点难。没想到竟然被帕森斯设计学院录取了，还提供了奖学金。”

其实，群镇源在艺术设计方面很有天分，老师对他的作品评价很高，其中有一件作品还被收入校档案永久保留。

群镇源读的是室内设计，当时录取他的不仅有帕森斯设计学院还有普瑞特艺术学院。但他更喜欢前者的教育理念——强调室内环境管理和文化敏感性的融合，为学生提供更多的空间去创新。

对于未来，群镇源打算本科毕业后先在美国找个设计工作室实习，工作一段时间之后再回国。“室内设计这个专业范围非常广泛，包含了很多单拎出来都能成为一个专业的学科，比如灯光设计、材料学、色彩等。我觉得多参与实践对于室内设计专业的学生来说非常重要，不会比在学校学到的东西少。工作几年后，如果找到我希望钻研或者深入学习的领域，会考虑继续深造。目前来说，还是做好自己的每一件设计作品，努力补足不足之处。”群镇源说。

《征稿启事》

亲爱的读者朋友们：

为了展现中国留学生赴海外求学、生活的图景，人民日报海外版《海外学子》版“留学记”栏目向广大中国留学生征稿。我们期待您分享在留学期间的经历和感悟，包括但不限于申请学校、学习收获、文化交流、日常生活等。

稿件文风不限，两千字以内。同时，如果方便，希望附上与文章内容相关的电子版照片1到两张。稿件电子版请发至hwbxj@126.com，并附上联系人、所在院校等信息。

《海外学子》
2022年1月20日

《全球青年创新发展北京共识2021》发布

本报电（记者赵晓霞）日前，由北京海外学人中心主办的2021“海外英才北京行”活动开幕式暨北京国际青年创新发展论坛在京举办，论坛面向全球发布《全球青年创新发展北京共识2021》。

《全球青年创新发展北京共识2021》是由北京海外学人中心、德国“中国之桥”协会创始人汉斯博士、北京

大学燕京学堂、清华大学苏世民书院等机构和个人共同发起的一项倡议，旨在号召优秀的科学家、企业家、投融资专家、人文学者、社会活动家都加入到支持青年创新发展之中，形成全球青年创新发展共同体，助力全球青年的创新发展。截至目前，全球有近50余家组织明确或有意愿加入全球创新服

务网络，其中20余家已经签

署了《全球青年创新发展北京共识2021》。

据悉，“海外英才北京行”活动已举办10届，本次活动在以往基础上实现全面升级，通过打造国际青年创新发展论坛平台，链接更多创新主体，吸引了来自美国、英国、日本、德国、澳大利亚、巴基斯坦等26个国家和地区数百位海外青年人才参与。

