



图片来源：拍信

海外实习：如何学以致用

王亚鹏

目前，海外高校陆续进入假期。如何度过假期，各人选择不同。除了回国探亲、旅游度假，海外实习也是学子的选择之一。在选择利用假期进行实习的海外学子看来，海外实习不仅能学以致用，锻炼语言能力，还能积累工作经验，为以后发展打下基础。

有实习经历受欢迎

“海外实习经历挺重要的。”在美国加利福尼亚大学戴维斯分校读法学硕士的小姜，去年曾在万华化学（美国）有限公司实习做法务工作，“就业单位看中的是毕业生的工作能力。有实习经历的学生上手更快一些，所以更受用人单位欢迎。”

韦晓菲目前在俄罗斯国立师范大学读跨文化交流专业的博士。之前，她在圣彼得堡国立大学读硕士时曾在该校实习，教中国人学俄语。回忆起自己的实习经历，她说：“学校很看重学生的实习经历，表现好的学生有可能留校任职。”据她介绍，圣彼得堡国立大学统一为学生安排了实习单位，还配备了专门的实习指导老师。

相关职场专家表示，对中国留学生来说，如果在国外就读期间有实习经历，找工作时会得到用人单位的青睐。尤其是一些外资公司，在招聘对象条件相近的情况下，会偏向招聘有海外实习经历的学生，因为这些学生可以更快地适应公司文化。

为职业规划做准备

海外学子普遍认为，海外实习经历会让自己提前进入工作状态，提升工作技能，做到“学以致用”。

韦晓菲认为，通过实习她将所学真正地运用到了工作中。“我在给学生上课的过程中感受到，做好课前准备尤其是写好教案必不可少。”为了写好教案，韦晓菲曾反复设计、修改教学计划，“而且，教师不仅要讲解知识，还需要随机应变，同时要重视对学生人格的培养。”

实习也让学子对自己的所学专业有了深刻的认识。韦晓菲通过实习，真正理解了“有教无类”的含义。“作为老师，课堂中所讲

解的内容要做到难易兼顾，以适应不同水平的学生。”同时，这段实习经历也让韦晓菲看到了自己所欠缺之处，比如还需要学习语言学和心理学的知识，提高自己的综合素质。

此外，实习还有助于提升学子的视野并做好职业规划。小姜表示，在全球化大趋势下，将来所从事的工作可能会需要与海外公司打交道。海外实习经历可以让学子更加了解客户或者竞争对手，“不打无准备之仗”。

如何寻找实习机会

中国留学生利用假期在国外实习，是难得的锻炼机会。“如果有海外实习的机会，一定不要错过。”小姜同时提醒，“实习是上班工作，实习单位看重的是业务能力。”所以，对于刚刚进入工作岗位的实习生来说，如何快速适应工作是较为棘手的问题。

对此，韦晓菲认为首先要具备良好的心理素质，“实习单位不是学校，同事和领导不会像学校老师和同学一样包容你，压力和委屈在所难免，实习生一定事先做好心理准备”。其次，还要与同事维持良好的关系。因为与周围同事维持好关系可以帮助实习生快速融入工作团队，学习工作技能，还能结交一些朋友。

小姜也表示，和同事成为朋友有助于融入工作环境。他说：“刚开始进入实习单位，留学生可能不太适应。可以先从培养良好的职场关系做起，例如给同事送些中国的小礼物。”他还建议，实习时要摆正心态，虚心学习，把主管交给的任务认真完成，并注意及时反馈与交流。

对于留学生如何寻找实习机会，接受笔者采访的海外学子表示，除了学校内推、同学介绍等，就读学校的招聘会、招聘网站等，也要多去看看。有海外学子提醒，许多企业会与学校直接联系，学校的就业指导中心会不定期发布实习招聘信息，建议学子在找实习岗位时多留意一下相关信息。

了有效提高……这些能力的提升为我未来在双语环境下工作奠定了基础。这份宝贵的实习经历也有助于我成为更具国际视野和辩证思维的人才。

一份高质量的海外实习工作有助于青年学生提高国际合作能力、国际竞争能力和国际资源的获取能力，也有助于培养青年学生在不同语言文化环境下的全球视野和比较思维。

做好准备扬长避短

在海外实习，中国留学生首先要明确自己的优势和劣势。我在实习过程中发现，中国学生有着独特的优势，在工作中颇受用人单位欢迎。

首先，随着中国的发展，海外对双重文化背景和双语能力人才的需求量也随之增加。其次，中国学生给海外企业的印象良好，聪明勤奋、认真刻苦、责任感强。

但是，中国学生也有短板。首先就是语言问题，相较于留学国学生，中国学生的语言能力不占优势。其次，留学生身份也不利于找到实习工作。以美国为例，实习签证时间是固定的，许多公司考虑到员工可能因为没有抽到工作签证而不得不离职，从而增加公司的成本，因此在招收非本国员工时更为谨慎。最后，因为文化差异，中国留学生在面试中因对国外的社会规则、职场礼仪、人际交往法则理解不同可能导致失利。

以我个人的经验，中国留学生在寻找实习工作时，需要注意以下几点。

第一，求职前准备工作精益求精。国外公司招聘非常看重标准化成绩之外的能力和经历。申请实习岗位前，一定要完善自己的简历和求职信，不要犯基础性的语法错误，同时有针对性地展示自己的学术能力、工作经验、个人兴趣等。

第二，拓展有效人脉，建立人脉圈。海外学子平时要多参加能够开拓眼界、增长见识的高质量社交活动，多结识不同领域的良师益友，在你未来找实习工作时他们可能为你牵线搭桥。以美国为例，不少公司会有内推岗位，教授的推荐信就成为获取实习工作的有效敲门砖。

第三，充分利用学校就业指导中心的资源和信息。最后，要充分利用校友网。每个学校都有自己的校友网，要积极与已经毕业的学长学姐进行联系，交流经验，获取有效资源。



中国留学生设计作品获认可 取之自然 用之自然

郭嘉莉 黄欣婷

纽约设计周上月公布“第三届美国雷达之星设计比赛”结果，来自中国的年轻设计师钱捷入围大赛十强。

“当初收到入围消息时很激动，因为自己的设计和创作理念终于得到国际的认可，我感到非常自豪！”钱捷说。

关注人与环境共存

钱捷2011年毕业于上海视觉艺术学院产品设计专业，之后进入纽约普瑞特艺术学院，攻读工业设计硕士研究生。2018年，他首次参与雷达之星设计比赛，作品“閃蝶盔”入围十强。

钱捷早期的作品，主要以用户为关照对象。他仔细观察日常生活中容易导致人们不便的那些点，再据此设计出让人们生活更方便的产品。之后，他的关注点延伸至环境保护。“我现在更关注产品生命周期结束后，其材料如何被循环再利用，从而减轻给自然环境带来的伤害。在具体实践中，我把可持续发展的观念融入设计，秉持‘人和环境’共同为中心的设计信念。”钱捷说。

钱捷告诉笔者，他的入围作品“閃蝶盔”的灵感来源于仿生学。他解释说：“我比较推崇设计仿生学，平时会关注自然界，尤其是各种生物知识。设计仿生学就是去发现和借鉴这些大自然的杰作，并将其合理运用到自己的设计中。我运用蓝闪蝶翅膀的‘结构色彩’，发挥创意将它应用于个人出行的交通安全领域。骑车人戴上閃蝶盔骑行，头盔的反光条会随着角度变化形成反射，就能被其他驾驶员注意到，这样就可以在无需任何电力和开关触发下，保证骑车人的出行安全。”

“閃蝶盔”除了入围“第三届美国雷达之星设计比赛”，还获得设计媒体平台Core77交通组别学生新锐奖。得到认可，不但坚定了钱捷坚持仿生学融入设计的理念，而且激励他继续在设计的道路上前进。钱捷表示：“这激励着我保持对身边生活的好奇心，用眼睛去发现问题，用设计解决困难。没有什么能让用户满意更使我满足了。”

多元文化增添设计灵感

钱捷认为在纽约留学收获非常大，不仅体会到了多元文化，开拓了眼界，同时，自己的社交圈也国际化了。“这对于我从事的设计行业太重要了！”钱捷说，“能结识很多外国老师和同学，可以丰富自己的人脉，对我回国创业有莫大的帮助”。

在钱捷看来，纽约是个名副其实的“文化大熔炉”。“同学们来自五湖四海，感觉每一次和朋友聚餐，都是文化的碰撞与交流，获益良多。”他强调说，“住浅了可以说学到不同的用餐文化，住深了可以说学到不同的处世哲学，非常有趣。”

谈到在学校的社交活动，钱捷特别强调2017年5月跟随学院教授参加“深入中美洲的危地马拉”项目。他说，通过这一为期半个月的项目，不仅学到了相关知识，为了增添设计灵感还到当地学习传统手工编织技艺。

钱捷告诉笔者，当地人得知他是来自中国的学生，立马围着他提问，“他们对中国充满好奇，但对于中国的了解，大多是通过游客来描述，或者来自于东方古老的传说”。

跨越交流隔阂

俗话说，“入乡随俗”。中国留学生在海外学习，语言往往成为最大的“交流阻碍”。钱捷认为，语言障碍并非单指英语的熟练程度，也包括因文化不同所造成的理解障碍。他现在遇到的最大挑战就是如何解决语言文化问题。“我的对策是不要急也不要懒，多和当地同学交流。”钱捷说。

回望自己的留学经历，钱捷表示，留学在外，爱国之情更浓了。

他还记得作为纽约普瑞特艺术学院的学生，去年到英国伦敦皇家艺术学院当交换生。正好赶上中国海军第二十六批护航编队10月3日开始对英国进行为期5天的访问。“我还记得10月7日那天，我和同学去现场观看，很多当地华侨华人参与其中，那种在异国他乡被瞬间点燃的爱国热情，是我从未经历过的，至今记忆犹新。”



钱捷在纽约普瑞特艺术学院的创意工作室设计并制作形态学装置作品。

留法学友俱乐部迎10岁生日

本报中国留法学友俱乐部日前迎来10岁生日，并宣布加入国际留法校友网络，升级更名为“中国留法校友会”。留法海归可以通过这一平台，在全球范围内发展人脉及事业。

据介绍，除了通过组织招聘论坛、创业奖等中国地区活动为校友的职业发展助力，升级后的中国留法校友会还将提供更多与职业发展、个人发展接轨的服务，如提供全球留法校友名录，组织精英校友主持的主题论坛等。

据悉，选择赴法留学的中国高中生和大学生的数量不断增长，目前有3.7万余中国学子在法国留学，成为法国第一大留学生群体。

法国驻华大使馆于2008年创立了中国留法海归校友网络——留法校友俱乐部，至今已有1.1万余名活跃会员。

（佩玲）

我的实习日记

叶帆

2015年8月，我赴美国宾夕法尼亚州立大学攻读国际事务专业硕士。在该校就读的最后一个学期，我以研究助理的身份在法律与国际事务学会（FLIA）实习。回想这段海外实习经历，可以说“收获颇丰”。

“实习让我更具国际视野”

法律与国际事务学会是一家辐射全球13个国家和地区的咨询型智库。申请到这份实习工作也算是“近水楼台先得月”，因为其创始人兼主席团主席是宾夕法尼亚州立大学博士，朋友将我的简历推给了她。视频面试通过考核后，我得到了这份实习工作。

在为期5个月的实习期间，我参与了多个国际学术研究项目，工作内容包括国际学术著作和实用信息的编辑与中英互译，国际时政热点的搜集整理与舆情分析，特约访谈栏目的采访编译，国际会议的策划、筹备和记录以及海外新媒体和微信公众号的更新运营等。

法律与国际事务学会的研究专家、咨询专家和讲师团来自美国、英国、中国等不同国家和地区。作为一名新闻学和国际事务专业的留学生，我发现生活于不同文化背景下的人们存在不可避免的语言障碍、知识鸿沟和认知差异。学会为我提供了一个广阔的国际性平台，让我能够与来自世界各地的年轻学者和专家

教授分享不同的观点、知识、理念和经验，并与其他国家及地区的企业和研究机构等一起将具有全球价值的议题纳入同一个研究体系之内，提出具有普遍意义的研究方案。

在担任法律与国际事务学会研究助理期间，我学到了更为系统的专业知识，培养了更实用的专业能力。例如，实习时我做了大量的学术翻译练习，经验丰富的翻译专家也会通过网络视频会议给我提供指导和建议。在他们的指导下，我的文献翻译能力、资源检索能力都得到



图片来源：360百科